

## HISTORIA Y LEYENDA SOBRE LA VIDA Y OBRA DE BODHIDHARMA O DAMO

M<sup>a</sup> Isabel García Monreal

### INTRODUCCION



En el siglo VI d.C., en el sur de China aparece la figura de un solitario monje hindú, culto e inteligente llamado Bodhidharma, reconocido como el vigésimo octavo patriarca hindú del Budismo Zen y el primero del Budismo Chan en China. Al igual que muchos otros iniciadores de promover un movimiento espiritual innovador, su vida y obra viene envuelta de enigma.

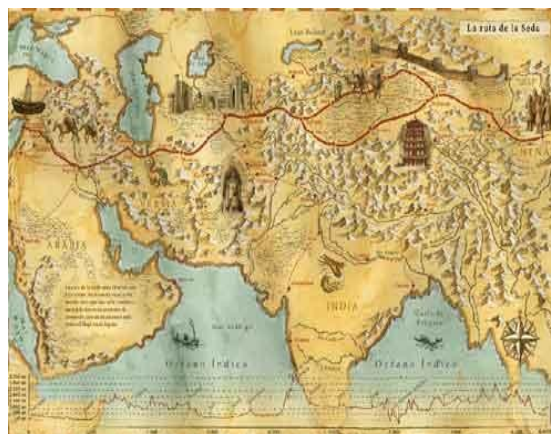
El reconocimiento de su figura ha sido transmitido generación tras generación rodeada de un sinnúmero de atributos imaginativos que lo envuelven en leyenda.

Los historiadores cuentan con escasa documentación por lo que extraen de su leyenda los elementos que aportan matices de realidad, mostrándolos como supuestamente ciertos.

Sobre el origen de Bodhidharma llamado también Damo (Bo-di-da-mo), hay varias versiones, la más aceptada es la que cuenta que pertenecía a la estirpe de un rey del sur de la India y que en su categoría de príncipe formó sus estudios en el Templo de Nalanda. Practicante del Budismo en su función de brahmán o sacerdote hindú. Otras versiones le atribuyen provenir de Persia, y otras lo catalogan como un guerrero indio, conocedor de un antiguo arte marcial de mano vacía llamado Vajramu.

### EL BUDISMO EN CHINA

La difusión del budismo se expande desde la India a través de la ruta de la seda. A la llegada de Damo a China, el culto por esta doctrina arraigaba ya desde hacía 500 años antes, contando con numerosos monasterios de culto, donde los monjes se dedicaban al estudio de los Sutras o textos sagrados que copilan las enseñanzas de Buda, y a configurarlos de forma menos compleja para que fueran más accesibles, añadiendo nuevos textos y comentarios para poder aproximarlos a infinidad de devotos, practicantes budistas del pueblo chino, desde el emperador a la persona más humilde de la población.



Tradicionalmente el Pensamiento Chino se ha caracterizado por su sentido respetuoso y optimista de la Vida, por el contrario, las enseñanzas de Buda, se basaban en la renunciación de esta, con el fin de llegar al Gran Vacío Originario llamado Nirvana.

¿Por qué entonces tuvo tanto reconocimiento y aceptación en su sociedad?

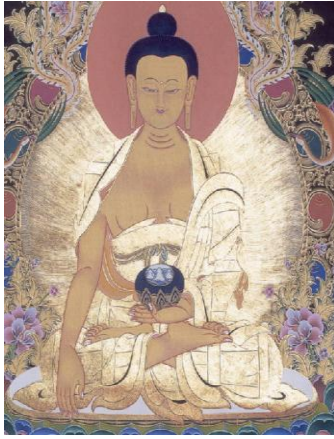
Tras el fallecimiento de Buda, surgen varias escuelas de tradición budista, pero muchas de ellas fueron desapareciendo o fusionándose con otras.

Durante el siglo I a.C., las escuelas que habían conseguido afianzarse en la India, fueron testigo de cómo comenzaban a surgir nuevas ideas y conceptos reformistas, para convertirse en un movimiento independiente llamado Mahayana o Gran Vehículo que llegó a extenderse por los países asiáticos: Tibet, China, Corea y Japón.

### LA DOCTINA MAHAYANA

El nuevo movimiento budista Mahayana, aporta la figura de Bodhisatva o persona que renuncia alcanzar la "iluminación", para dedicarse a ayudar a otros seres de sus sufrimientos, prodigando las Virtudes o Paramitas y la Compasión.

Este planteamiento indica que toda persona está capacitada para conseguir la "iluminación", a través de buenas obras y acciones, conceptos que son afines y se complementan con las ideas Confucionistas de ética y valores y como ya sucedía con la filosofía Taoísta, que trabajaba la idea de Vacuidad, o Gran Vacío del budismo.



La línea a seguir Mahayana se diversificó en varias escuelas destacando la escuela Zen en Japón y Chan en China. *"Una transmisión fuera de las enseñanzas, un no fiarse de las palabras ni de las letras, un señalar directamente al corazón del hombre y a convertirse en Buda"*. Atribuido a Bodhidharma (siglos V-VI) India/China.

El Zen en Occidente se le conoce como una forma de budismo japonés, pero el vocablo Zen viene de la transliteración de la palabra china Chan, abreviación de Channa, derivada a su vez de la transcripción del sánscrito Dhyana, cuyo significado es meditación o silencio absoluto de la mente. El budismo Zen se caracteriza por su devoción a la práctica de la meditación.

En el Zen o Chan chino, la autoridad (espiritual) no proviene de las escrituras, sino de los linajes de los maestros "iluminados".

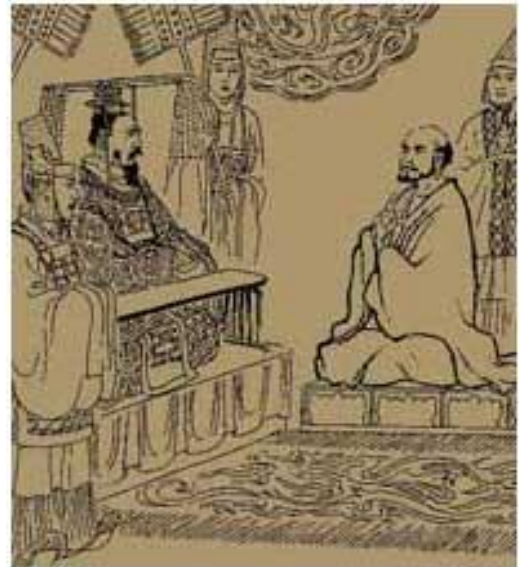
Por tradición autodefinidos por 4 principios:

- . Transmisión fuera de las enseñanzas ortodoxas budistas a través de sus linajes.
- . La experiencia por encima de las escrituras.
- . Dirigirse directamente a la mente.
- . Enfatizar en examinar la propia naturaleza original y la consecución de la "iluminación"

### **VIDA Y OBRA DE BODHIDHARMA**

La transmisión del Chan, proveniente del norte de la India a China, se le atribuye a Bodhidharma que desde su juventud profesaba las enseñanzas del budismo Mahayana en su función de monje. Siendo un hombre de edad madura, desembarca en China en el año 520, y viaja por todo el país. Poco después de su llegada, sucede un hecho con el emperador que tuvo gran repercusión en el budismo chino.

Damo visitó el reino de Liang en el sur de China, donde el emperador Wu, devoto budista, que había promovido la construcción de templos, financiado la traducción de textos y apoyado la ordenación de monjes (actos que según el budismo convencional le otorgaba méritos), le concede audiencia. Damo no valora las aportaciones concedidas por el emperador y le expone que las buenas obras solo son portadoras de recompensas transitorias y carecen de última realidad. A lo que el emperador, no aprobando dicho comentario, le pregunta cómo poder alcanzar el auténtico mérito, a lo que Damo responde, que solo con la pureza y la conciencia de la "iluminación" perfecta, obtenida a través de la tranquilidad del cuerpo y la mente, se puede alcanzar. Las obras meritorias están bien pero solo cuando son desinteresadas y sin expectativa de conseguir méritos, solo así garantizan la liberación del doloroso ciclo del nacimiento y la muerte.



Es evidente que el emperador poco había comprendido del estudio de los Sutras Mahayanas y de los sermones de Buda, limitado solo por sus expectativas. Confuso el emperador Wu, le abordó con otra pregunta. ¿Cuál es el principio de Santidad? Solo hay una vacuidad o Gran Vacío, no hay santidad, nada es sagrado, respondió Damo.

En un último intento y para que el impertinente extranjero respondiera con afinidad al emperador, le pregunta ¿A quién tengo delante, y osa responderme así? No lo sé, respondió Damo, finalizando el debate.

### **INFLUENCIA DE BODHIDHARMA EN LA PRACTICA DEL QIGONG**

Tras el desconcertado encuentro con el emperador, Bodhidharma marcha, cruzando el río Yangtze y ayudado, según la leyenda, por una anciana que le ofreció un junco como embarcación, hacia el norte de China con el fin de poder encontrar un lugar donde establecerse e impartir sus enseñanzas, llegando a la población de Song Shan, provincia de Hunan. Allí se encontraba el Templo de Shaolín, donde pide ser admitido. Para entonces sus

bruscos modales con el emperador ya habían trascendido, por lo que se le negó la entrada por considerarlo un forastero advenedizo y poseedor de unas doctrinas provocadoras. Al ser rechazado y con la esperanza de que se presentaran discípulos de talla adecuada, se dirigió a una cueva cercana al templo, donde refugiarse.



Según la leyenda se mantuvo durante nueve años meditando en silencio, imperturbable pese a las inclemencias del tiempo, insectos y animales salvajes del lugar.

Se cuenta que como a menudo le vencía el cansancio, empecinado en no dormirse, se cortó las pestañas y los párpados lanzándolos fuera de la cueva, de ahí que se le represente con los ojos grandes y saltones, y se dice que donde cayeron brotaron los primeros arbustos del té. También se dice que parte de su energía fue transmitida a la cueva y que en una de sus paredes su sombra hizo un agujero con su silueta en postura de meditación Zazen (piernas cruzadas).

Finalizado su largo periodo de aislamiento, los monjes de Shaolin, lo reconocieron y valoraron su capacidad de creencia y dedicación religiosa, admitiéndolo en el templo y llegando a tener sus propios discípulos. Una vez instalado allí, Damo se dio cuenta que los monjes estaban débiles y que su estado físico era muy deficiente porque solo habían cultivado la meditación, negando su cuerpo. Bodhidharma les hizo comprender que cuerpo y alma van unidos y se necesitan entre ambos, no se pueden trabajar por separado.

La práctica del Qigong tiene como soporte el cuerpo y la mente para calmar las emociones y desarrollar el espíritu. Fue entonces cuando escribió el Tratado de Músculo y Tendón (Yi Ji Jing), ejercicios inspirados en conductas de animales que ayudan a fortalecer el Qi (energía vital) y alcanzar un nivel físico elevado y el Tratado de Lavado de Médula, que consiste en limpiar la médula y la sangre aumentando el sistema inmunológico, favoreciendo la salud, la longevidad y aportando Qi al cerebro para alcanzar la "iluminación".

Esta técnica de difícil comprensión fue transmitida en secreto a discípulos elegidos de generación en generación. La recuperación y mejora física de los monjes fue inmensurable, llegando a posteriori a idear nuevos sistemas de ejercicios de entrenamiento que combinándolos con el manejo de ciertas armas los convirtieron en "monjes guerreros" que defendieron el templo pues antes de la llegada de Damo era asediado por bandidos. La fama se del Templo de Shaolin se expansionó por toda China. Bodhidharma falleció en el Templo de Shaolin y fue enterrado en la montaña de Xiong Er.



### **EPILOGO PERSONAL**

El Maestro no nace, se hace así mismo. Transmite con generosidad, vehemencia y vocación, su conocimiento y experiencia.

El discípulo idealiza al Maestro y se inspira en él como referente en su vida. Mantiene el compromiso de continuidad, motivación y dedicación de lo aprendido.

Mito o realidad Bodhidharma es el reflejo de "Maestro idealizado" por la cultura y pensamiento chino.

M<sup>a</sup> Isabel García Monreal  
[taimaribel@gmail.com](mailto:taimaribel@gmail.com)  
Profesora de Qigong  
Instituto de Qigong  
[www.institutoqigong.com](http://www.institutoqigong.com)