



33. Las nubes blancas son el kesa que envuelve mi zazen

KODO SAWAKI

Extracto del libro ¡El Zen es la mayor patraña de todos los tiempos!

La presente obra ha sido traducida desde el alemán por Javier Fernández Retenaga,

revisada y anotada por Dokushô Villalba en Mayo 2012

Publicado por la Comunidad Budista Soto Zen

Zazen significa vivir la vida eterna con este cuerpo, tal como es. Significa vivir la vida de una manera absoluta. La meta más elevada que una persona puede proponerse en esta vida consiste en dedicar este cuerpo al universo entero.

Zazen es insondable, no puedes estudiarlo. Zazen es la realidad, una realidad que no se deja dominar por ti. Eso la hace tan imponente.

El budismo no es ningún ideal, el budismo es la realidad. El budismo no es ninguna teoría, es praxis, esto es, práctica.

Tu cuerpo no es obra tuya. Este cuerpo no es sino una parte de todo el universo. Llamas a esta parte "¡yo!". Pero en realidad no hay nada importante ahí.

No te preocupas mucho del inspirar y del espirar, del oír de tus oídos o del sentir de tu cuerpo. Todo eso sucede de forma inconsciente y automática. Si no fuera así, difícilmente podrías seguir con tu vida cotidiana. La mente no está separada de este cuerpo, ni es posible separar el cuerpo de esta mente. Actividades como respirar, oír o sentir son expresión de esta unidad de cuerpo y mente.

Estas funciones son gracias que nos concede la gran naturaleza, en ellas brilla la luz del *nirvana*. Tú no puedes "hacer" la vida; por eso es importante no forjar planes personales, sino simplemente seguir la llamada de la vida.

Zazen significa dar testimonio de que has recibido esta vida de la gran naturaleza y de que sólo en virtud de esta naturaleza vives. Esto significa a su vez que tú no eres realmente "tú mismo", pues estás indisolublemente unido al universo entero. Por eso no hay ningún lugar en el universo fuera de tu alcance: cuando practicas zazen, el universo entero practica contigo, pues el universo es el contenido de tu práctica.

Cuando practicas zazen, los seres vivos en conjunto lo practican contigo. Por eso recibe el mundo un poderoso impulso espiritual cuando simplemente te sientas en zazen.

¿Qué sucede cuando practicamos zazen? ¡Llenamos todo el universo con zazen! Por eso mi zazen incluye a Truman tanto como a Mao Zedong.

¿Qué hacemos cuando practicamos zazen? Contemplamos todo el panorama del universo de un vistazo, sin hacer nada ni quitar nada.

Todo en la vida es verdad y, al mismo tiempo, todo es también una mentira. Tu práctica debe contenerlo todo: la total afirmación tanto como la total negación, todo lo que te gusta como todo lo que no te gusta. Eso significa contemplar todo el panorama del universo de un vistazo.

Zazen significa dejar simplemente que el panorama del universo sea tal como es: imperturbable y sereno, sin límites. En esa extensión ilimitada descubres tus manos como manos y tus pies como pies.

No importa lo que suceda mientras practicas zazen: si simplemente estás sentado, como una flor de loto que crece en el fango, todo será parte de tu zazen.

"Las blancas nubes son el kesa que envuelve mi zazen", escribió Daichi zenji. Siéntate con este kesa en zazen, pues así la persona corriente que eres quedará envuelta en el kesa y, sin intrigas ni maquinaciones, se desvanecerá en él.

El universo entero es un solo *zafutón*, todo se llena de mi zazen diario: *"¡Qué tipo este viejo Sawaki, ¡se sienta en pleno centro del universo!"* Tu fe tiene que ser tal que tu zazen no sea un sentarse para ti solo, sino que en él ilumines con luz cósmica hasta el último rincón del universo.

En el "Sutra de los tres mil nombres de Buda" se encuentra el nombre del Buda que trasciende todos los fenómenos. Esto significa que por mucho que corras tras el Buda no podrás atraparlo. Este Buda es ilimitado; no puedes atraparlo ni escapar de él.

No es posible que te distancies del universo. Lo único que crea esa distancia son tus ideas. Si por un instante te mantienes en calma, verás que en realidad no hay nada ahí.

El zen ha de ser tu actitud vital y esta actitud ha de consistir en no perderte nunca de vista cada vez que des un paso o te dispongas a hacer algo. Esto significa que siempre tienes el suelo firme bajo tus pies, que no te distancias del universo. Vives la vida inspirando y espirando con el universo.

Si cada mañana te levantas con Buda y cada noche te acuestas con él, comprenderás que incluso el más insignificante suceso que acontece al final del espacio y el tiempo es un movimiento de tu propio cuerpo.

Si comprendes que estás indisolublemente ligado al universo, también entenderás que no te es posible matar la vida cósmica. Si entiendes el principio cósmico de que no es posible matar la vida, entonces no matarás. Esto es lo que significa la frase: *"No matarás"*. No es una prohibición. Es una evidencia a la que has de despertar.

Lo que llamamos "preceptos"[1. Preceptos, *kai* en japonés; *sila* en sánscrito.] no es algo con lo que podamos "cumplir". Pues los preceptos, por su propia naturaleza, no se incumplen. Por eso, hablando con propiedad, no habría que decir: "No debes matar", sino: "No puedes matar".

Recibir los preceptos significa hacer que la actitud mental del Buda sea tu propia actitud mental. Ves todo el cosmos. Oyes todo el cosmos. Hueles y degustas todo el cosmos. No respiras el aire de otro. Respiras junto con todo el cosmos.