



35. No hay ningún problema que no se resuelva tan pronto prescindes de ti mismo.

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

Ten cuidado de no confundir el estado de embriaguez en el que te sientes seguro y feliz con la confianza básica[1. “Confianza básica” es la traducción del japonés 信 shin (xìn, en chino), como en el título de la obra *Shin Jin Mei*, (*Xìn Xìn Míng*, en chino), que puede ser traducido como *Canto a la Confianza Básica*]. ¿Te sientes bien mientras haces zazen? ¡No te creas que esa “agradable sensación” es *samadhi*! Es la misma ilusión que te envuelve cuando de alguna manera te sientes seguro y feliz. La verdadera enseñanza del Buda empieza en el momento en que despiertas de esa embriaguez. Para muchos “religiosos” esa embriaguez representa una fuente de ingresos nada despreciable. Por eso a ninguno se le pasa por la cabeza decir lo que acabo de decir.

Lo que tomas por “sublime” no es más que una forma de embriaguez. Con la enseñanza del Buda que aquí predico quiero ayudarte a despertar de ella. No es de extrañar que yo no te parezca “sublime”.

Vivir en el estado de confianza básica significa ir más allá del pensamiento discriminador y no dejarte arrastrar por tus opiniones y deseos. En otras palabras: significa confiar en lo que *realmente* eres.

Prestas atención a cualquier señuelo que se balancee ante tus narices: son fabricaciones de tu conciencia. Déjate ya de esas niñerías. Has de salir totalmente de ti mismo y contemplarte con los ojos del mundo. Obsérvate con los ojos de la montaña: la montaña no te elogia, no te censura y tampoco te saca la lengua.

La luna te observa: por mucho que trates de ocultarte en este mundo, tus secretos saldrán a la luz. Tu vida será impecable y justa cuando tomes conciencia de la caducidad de las cosas. Dejarás de matar el tiempo y de engañarte a ti mismo. No engañarse a sí mismo significa llevar una vida religiosa: sin doble moral, transparente, una con el universo.

El estado de confianza básica es espíritu puro, espíritu transparente, un espíritu tan claro como el cielo.

Zazen significa volverse transparente. En ningún lado te enfrentarás contigo mismo tan

implacablemente como en zazen. En ti verás ahí lo que preferirías no ver. Y cuanto más puro sea tu zazen, más transparente te volverás a ti mismo. Cuanto más transparente te vuelvas, con mayor claridad aparecerán ante tu vista tus facetas más turbias. Practica zazen sólo cuando quieras realmente conocerte a ti mismo.

Debes practicar zazen en medio de tus ilusiones. Zazen arroja la luz de la verdad sobre ti, que estás extraviado. Aun en medio de tus ilusiones, el Buda te envuelve, y cuanto más claramente veas al Buda, más claramente advertirás hasta qué punto te ves atrapado por tus ilusiones y de qué manera miserable vives en realidad tu vida. Confianza significa hacerse cargo, conocerse calladamente a uno mismo.

Piensa por un momento cómo afectaría a tu conducta que Dios observara todo lo que haces. Tener una religión significa observar nítidamente tu vida de esta manera. Obsérvate con los ojos de Dios: sentirás arrepentimiento.

Arrepentirse significa negarse por completo a uno mismo y vivir sin ego alguno. De esta manera te fundirás con el universo; esto es, estarás totalmente unido al Buda.

Rezar no significa pedirle a Dios un lugar en el paraíso o esperar algo como el satori. En un auténtico rezo no aparece por ningún lado ese mendigo que anida en tu corazón y que te tira continuamente de la manga para pedirte esto o aquello. Tus rezos no pueden surgir de tus deseos y esperanzas personales. Un rezo auténtico brota de aquello que compartes con las diez mil cosas del cielo y la tierra. Ese rezo te une totalmente a lo ilimitado, como una garza blanca que se posa en la nieve[2. Hace referencia al poema de *Hokyô Zan Mai (El Samadhi del Espejo Precioso)*, del maestro chan chino Dongshan Liangjie (jap. Tôzan Ryôkai): "La nieve blanca se amontona en la planicie de plata. La luz de la luna envuelve la garza blanca". Expresa la fusión con el Todo, el estado de Unidad no-dual.].

Cuando nos postramos en un gesto de veneración al Buda, no contemplamos ahí al Buda como a alguien externo al que dirigimos nuestras súplicas. La verdadera veneración que le profesamos al Buda ha de manifestarse en nuestra vida diaria: tenemos que llevar a Buda en nuestras entrañas. Esto quiere decir que tienes que fundirte con Buda. Entonces no hay ya ni "tú" ni "Buda".

Cuando dos personas hacen una mutua inclinación de cabeza, esto significa que le dan un pequeño descanso a su ego. A la inversa, significa también que para inclinar la cabeza ante alguien hemos de darle un pequeño descanso a nuestro ego. En el momento en el que dos personas se reverencian así, se unifican totalmente. Tanto el que se inclina como el que acoge ese gesto de reverencia van más allá del marco de sus sentimientos de persona corriente.

Lo más importante en la vida es vivir con respeto. Incluso tus problemas familiares desaparecerán si tan sólo por una vez tratas durante diez días de mostrar respeto por el otro.

Vivir en el estado de confianza básica significa hacer una pausa. Todo el mundo se deshace en lágrimas o estalla en risas: tienes que tomarte un descanso de eso. Si llegas al enfrentamiento es porque te obstinas en mantener tu punto de vista personal. Si dejas de aferrarte a la idea de "ti mismo", también se disolverán todos tus problemas. Ser no-mente[3. "No mente", *mushin* en jap. Un estado de conciencia relacionado con *fushiryo*, "no pensamiento".] significa simplemente prescindir de uno mismo. No hay ningún problema en tu vida que no se resuelva tan pronto como prescindes de ti mismo.