



41. ¿Quieres tener salud y larga vida? ¡Debes de estar enfermo!

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

Para mí, la forma misma de zazen es el Buda viviente. ¿Y con qué materia prima se construye esta forma? Ahí no hay nada más que el ser humano Sawaki. Utilizo este cuerpo de persona corriente para hacer con él zazen junto con Sakiamuni Buda y con todas las montañas, los ríos, los árboles y las plantas. La mente del ser humano Sawaki es como un mono salvaje y su corazón como el de un caballo loco, al igual que la mente y el corazón de los demás seres vivos. Por eso zazen consigue salvar a todos los demás seres a través de mí.

El mayor regalo que puedes hacer a todos los Budas de los tres mundos es tu práctica de zazen. Practicar zazen significa liberar a todos los seres vivos. Así pues, el contenido de tu zazen ha de ser la liberación de todos los seres. Sentarse un rato en zazen significa tanto aspirar a la verdad, hacia arriba, como hacia abajo, acudir al rescate de todos los seres.

Cuando nos sentamos en zazen, esto se traduce también en que, con ese zazen, imprimimos un impulso a toda la sociedad. Salvar a todos los seres vivos significa que yo me siento en zazen.

Habrà gente que tachará mi zen de "zen de persona corriente". Ese calificativo no me supone ningún problema. Resulta que la Vía del Buda da la posibilidad a la persona corriente de transitar el mismo camino que Sakiamuni Buda. Y es en la práctica de este camino en la que creemos.

Hoy en día todos ansían salud y una larga vida. Pero ¿con qué fin quieres en realidad tener salud y larga vida? ¿No te das cuenta de que tu deseo de una vida larga es en sí mismo una especie de enfermedad? Larga vida y salud por sí solas no significan absolutamente nada para mí. Sólo las deseo a fin de que me permitan recorrer la Vía del Buda.

¿Qué quieres en realidad? Quizá merezca la pena que reflexiones sobre ello. Si no haces más que dejar pasar los días y engullir todo lo que se pone delante de tus narices, tu vida no es una vida auténtica. Solo mediante la práctica espiritual alcanzarás lo que en último término deseas como persona. ¿Y qué es tal cosa? Yo lo llamo: zazen.

Quiero que todo el mundo practique zazen. Con este propósito como mi pan de cada día.

Nuestra mente está continuamente en movimiento. No es cuadrada ni redonda, no se deja controlar. Pese a ello, es con esta mente inquieta con la que damos cumplimiento a nuestro voto de salvar a todos los seres vivos, un voto que nos impulsa a lo largo de toda nuestra vida.[1. Los practicantes zen comprometidos con el Dharma formulan cuatro votos durante su ordenación como bodhisattvas:

1. Por numerosos que sean los seres, hago el voto de liberarlos a todos.
2. Por profundas que sean las oscuridades, hago el voto de iluminarlas todas.
3. Por supremo que sea el Dharma, hago el voto de fundirme en él.
4. Por maravillosa que sea la Vía del Buda, hago el voto de realizarla.] Y en algún momento el voto da sus frutos.

Practicar sin tratar de cumplir un voto es como conducir una moto sin manillar. No puedes mantener el equilibrio. Cuando haces algo bueno, no deberías hacerlo sólo porque así se te antoja. Nuestra práctica ha de estar cimentada en el voto.

Cuando en tu espíritu madura la decisión por el voto, no tiene la menor relevancia que seas joven o viejo. El budismo es un camino espiritual basado en el voto. Cuando te decides de veras por el voto, eso dará sus frutos.

Cuando en efecto sepas lo que has de hacer, te dejarás la piel en ello. Si conoces la dirección a seguir, nada podrá poner freno a tu ardiente ímpetu.

Dar cumplimiento al voto da lugar a una auténtica paz de espíritu. Sin el voto no serás capaz de resistir las tentaciones. Con el voto dispones del margen de maniobra espiritual necesario para mantenerte dueño de ti mismo.

Grande es tu tarea: has de comprender que llevas la humanidad entera sobre tus hombros. *“Mi vida es necesaria para el planeta. ¿Cómo podría el mundo salir adelante sin mí?”*. Así de grande y firme ha de ser tu seguridad en ti mismo.

Para nosotros se trata del universo, de la eternidad. Y de nada más que eso. Sentado con los isquiones firmemente apoyados en el zafu, el espíritu se vuelve inmovible.

El Dharma del Buda quiere decir que nosotros, humanos, deponemos las armas. Que dejamos de rechazar unas cosas para aferrarnos a otras, de odiar lo uno mientras que amamos lo otro. El Dharma del Buda es el mundo en el que no tenemos que huir de nada ni correr en pos de nada. No hay ninguna obligación de hacer nada. Naturalmente, esto no quiere decir que podamos tumbarnos a la bartola. Ponemos la vida en ello, pero si vivimos en cuerpo y alma, cuerpo y alma hallarán verdadera paz.

Zazen es completamente transparente e insípido, por eso es tan difícil explicarlo. En zazen no hay nada digno de elogio, por eso precisamente lo pregonamos a voces. No hay nada más difícil que esforzarse por algo que en realidad no es nada. De ahí que tengas que ser una persona cabal si pretendes difundir la práctica del transparente e insípido zazen.