

5. Cuando más des de ti, más tranquilo te sentirás

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

y revisada y anotada por Dokushô Villalba en Mayo 2012

Publicado por la Comunidad Budista Soto Zen



Paz de espíritu significa contentarse con la vida diaria. Contentarse significa dejar a un lado el “antes de” y el “después de” y ser uno en este instante. No me refiero al pasado y al futuro. Me refiero a mirar fijamente el presente. Nada hay más valioso que tu conciencia presente, pues en ella está la vida eterna.

“Lo que recibiste ayer, debes devolverlo hoy”. No me gusta esta idea. Si recibo algo, lo tomo y digo: “Gracias”. Si alguien lo necesita, simplemente se lo doy. Y eso es todo.

Seguir la vía del Buda significa complacerse con el día de hoy. Tus pies tienen que asentarse firmes sobre la tierra a fin de que no pierdas de vista el día de hoy, este instante, el lugar en que te encuentras y, sobre todo, a ti mismo. Practicar no consiste en acabar las tareas de limpieza cuanto antes. Si no pierdes de vista tu vida diaria mientras haces la limpieza, entonces también ahí estás

practicando.

Practicar significa avanzar con paso firme mientras con una linterna iluminas únicamente la oscuridad que se encuentra ante tus pies. No podrás tener una visión general de toda la oscuridad. Pero si a cada paso que das en la práctica te procuras un breve trecho de claridad, entonces realizas la vía eterna del Buda.

Lo que hagas, hazlo sin pensar en ganancias o pérdidas. Emplea en este instante todas las fuerzas de que dispongas.

Me gusta cuando una persona se emplea en algo con toda su energía. Cuando veo que alguien se reserva las fuerzas, me entran ganas de darle una bofetada. Esto vale también para el conductor de autobuses: prefiero su tensa concentración entre el tráfico de Tokio que la relajada conducción en el campo.


Hagas lo que hagas, lo mejor es darlo todo de ti. Llévate las manos y pon todo tu empeño en lo que haces!

Durante la guerra, había momentos en que concentraba toda mi energía en el tanden (bajo vientre) y me levantaba con decisión. Así es como al fin conseguía mirar fijamente hacia adelante. Cuando estaba allí de pie, solo, sentía el peso de todo Japón sobre mis hombros. Mientras, por temor, mantenía los ojos cerrados, no podía ver nada. Sólo la desesperada decisión de levantarme me permitía abrir los ojos.

Poner la vida en juego no es gran cosa. El cabo Sawaki se mantenía en pie, bajo el fuego enemigo, hasta que llevaba a todo su batallón al ataque hacia las filas enemigas. Pero esto no tiene nada que ver con ir más allá de la vida y de la muerte. Era sólo el desenfado con que actúa el jefe de una banda de forajidos, al estilo de Mori-no-Ishimatsui. Me daba igual si aquello me costaba la vida. En cualquier caso, no me rompía la cabeza pensando en la muerte.

Si estáis así sentados ante mí, no tengo elección: cuando imparto un teisho tengo que darlo todo. Y si no sé algo, lo improviso. Me lo tomo tan en serio que la espalda se me yergue por sí sola.

No tienes elección. Simplemente haz lo que tienes que hacer. Deja lo que tengas que dejar. Cuanto más des de ti, más tranquilo te sentirás. Ahí está el secreto.

Así como no puedes darte un descanso y dejar de respirar ningún día del año, ni en toda tu vida, tampoco puedes hacer pausas en tu práctica. Usar el retrete es práctica. Viajar en autobús es práctica. Leer es práctica. La forma de la práctica cambia, pero la práctica no se interrumpe jamás. 

En el zen, la religión es tu vida, siempre, en cada instante. Fija la atención en este momento, sin esperar nada de él, sin hacer depender nada de él, sin añadir ni quitar nada. Simplemente goza de este momento. Tu visión de esta vida ha de ser tan clara que puedas regocijarte incluso si tienes que morir en este preciso instante.

Si tu meta está en el futuro, ya es demasiado tarde. Has de hallarla en este instante, en ti mismo. El satori no significa depositar tus esperanzas en el futuro diciéndote: "Hoy no he llegado todavía muy lejos, pero en algún momento, de alguna manera, lo conseguiré", sino que significa vivir tu vida dándolo todo de ti en todo lugar y en

todo momento, siendo así uno contigo mismo. Sin embargo, si dices que ya “das todo de ti en todo lugar y en todo momento, y eres uno contigo mismo”, ¿no vacilas entonces ante el siguiente paso?

Pensar que se ha alcanzado el satori es también una ilusión. Sólo si tienes claro que a tu práctica le falta siempre algo, podrás encaminar cada uno de tus pasos hacia una práctica en cuerpo y alma. Esto es “dar todo de sí en todo lugar y en todo momento, y ser así uno consigo mismo”.