



## **13. No eres tú quien practica zazen**

**KODO SAWAKI**

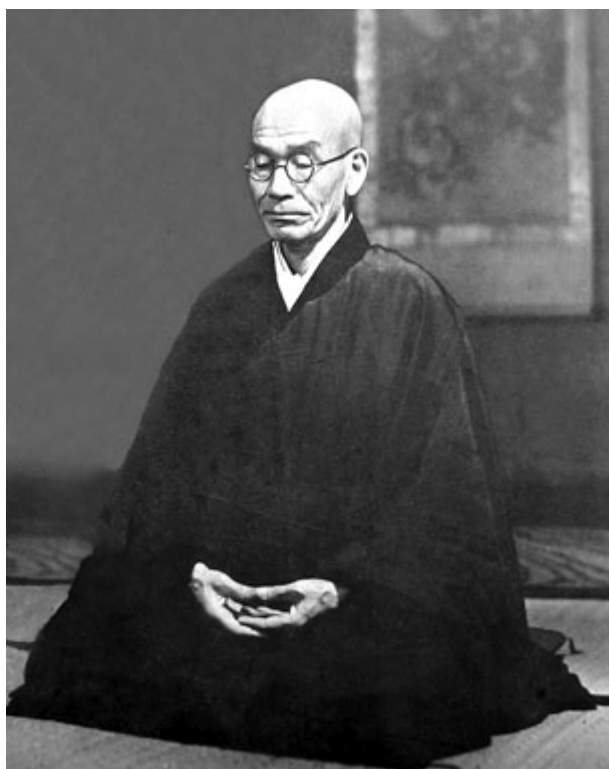
Extracto del libro ¡El Zen es la mayor patraña de todos los tiempos!

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

---



¿Cuál es en realidad el sentido de nuestra vida? ¡Nuestra vida no tiene ningún sentido! Gracias a zazen llegas finalmente a un punto en el que ya no esperas nada de la vida, ni si quiera de zazen.

Dices que imitar al Buda no tiene nada de divertido. Si imitas a un ladrón te convertirás inmediatamente en ladrón. Lo magnífico de este vulgar cuerpo humano es que con él podemos

imitar a Buda.

Con este cuerpo, que hasta hoy has entregado a los juegos de azar, puedes también practicar zazen y “entrar de golpe en la esfera del Tathagata”<sup>i</sup>. Esta entrada en la esfera del Tathagata se refiere al zazen practicado por una persona corriente que, hasta un instante antes de entrar en ella, se agita nerviosa calculando las pérdidas y las ganancias.

Nunca acabarás por completo con tus ilusiones. Algunos dicen: “No quiero alardear, pero ya no tengo ilusiones”. Trata de no practicar zazen como si estuvieras pelando una cebolla. Aunque alcances el satori, o lo que sea que logres, eso no es auténtico. En lugar de ello, practica zazen con la mentalidad de persona corriente, cargada de ilusiones e impulsos. Perdido como estás en los seis mundos del sufrimiento, siéntate simplemente en zazen con este cuerpo. Cuando simplemente te sientes de esta manera, tu mente de mono y tu voluntad de caballo se volverán no-pensamiento<sup>ii</sup>, y tus ilusiones aparecerán como lo que en realidad son: verdad inmaculada. Esto es lo que, en el Eihei Koroku<sup>iii</sup>, Dogen Zenji llama “el loto en medio del fuego”.

Si tomo lo que no es mío, soy un ladrón, inmediatamente, en ese preciso instante. Si por el contrario practico zazen, soy de inmediato un Buda. Para eso no hace falta ninguna técnica. Para ser Buda sólo he de creer en zazen y sentarme. Ése ya no es “Kodo Sawaki”, sino algo mucho más allá.

En ese momento, ¿qué es lo real? ¡La postura de tu cuerpo! Lo que suceda en tu conciencia no es el problema. El verdadero problema se resuelve en el momento en que te entregas a la forma correcta de sentarte. Si llevas las cavilaciones sobre tus problemas hasta sus últimas consecuencias, al final no te quedará otra cosa que simplemente sentarte. No tienes más alternativa que practicar. Finalmente llegarás a la práctica de ‘simplemente sentarte’<sup>iv</sup>, en la que el cuerpo y la mente son abandonados<sup>v</sup>.

En el mundo humano todo gira siempre en torno al dinero, a la carrera profesional, a la buena comida y a la diversión. Pasamos toda nuestra vida corriendo detrás del sexo, de las golosinas y otros cebos. Zazen significa decir adiós a todo eso, significa descansar de ‘ser humano’.

¿Qué significa practicar? ¡Acabar con el modo de ser humano! Significa tirar la toalla como ser humano.

¿Qué significa ‘pensar sin pensar’?<sup>vi</sup> Significa tomarse vacaciones de nuestro ser humano. Si te despides del mundo humano, tomarás la distancia necesaria para dirigir la vista hacia ti mismo y arrojar luz sobre ti.

¡Despréndete de ti mismo! No te quedes contemplando la luna. La luna brilla por sí sola.

Nuestras ilusiones no tienen fin. No hay nada que podamos hacer para cambiarlo. Tampoco se trata de cambiar nada: se trata simplemente de ser. Esto significa sentarse sin más. Cuando entiendas que no tienes más opción que ésa, dejarás de meterte en callejones sin salida.

¿Por qué vivimos en realidad, en este instante? Vivimos en la gracia de la gran luz y por eso deberíamos poner fin a nuestras artimañas egoístas y regresar a nuestra verdadera naturaleza. Esto quiere decir que debemos desembarazarnos de nuestra ansiosa ambición de ‘más, más y más’, y entregarnos por completo a la verdadera vida que se realiza en cada instante en y a través de nosotros. Para ello no necesitas hacer absolutamente nada. Si te entregas por completo a este instante serás sencillamente zazen y zazen se sentará por y a través de ti.

Debes creer en este ‘simplemente sentarse’. Creer significa que las dudas sobre la naturaleza universal de tu propia existencia se disipan: “¡Es cierto! ¡Este ‘yo’, ‘mi’ y ‘mío’ no han existido nunca

en realidad!”. Así es como se clarifican tus dudas sobre el zazen y entonces te das cuenta de que no tienes más opción que sentarte. Esto es lo que significa creer en ‘simplemente sentarse’.

Cuando te sientas en zazen, no eres ‘tú’ quien practica zazen. Ahí sólo hay un espacio ilimitado. Es este espacio ilimitado quien practica. Este espacio ilimitado es el verdadero objeto de la fe en zazen.

En zazen dejas de ser ‘tú’. Te haces uno con la gran naturaleza, o mejor dicho, la gran naturaleza regresa, por fin, a ti mismo.

i Frase extraída del *Canto del Dharma Verdadero* (ch.: *Zhengdaoge*; jap.: *Shodoka*), del maestro chan Yongjia Xuanjue (jap. Yoka Daishi). *Tathagata* (“El que tal cual es”) es uno de los epítetos aplicados al Buda.

ii En jap. *fushiryō*, estado caracterizado por la ausencia de actividad mental.

iii *Eihei Koroku*, “*Crónicas de Eihei*”, una de las principales obras del maestro zen Eihei Dogen. Recoge poemas, comentarios y enseñanzas impartidas a sus discípulos.

iv En jap. *shikantaza*.

v Dogen aprendió de su maestro chino Rujing que zazen es “desprenderse del cuerpo y de la mente” (*shinjin datsu raku*, en jap).

vi ‘Pensar sin pensar’ es una de las posibles traducciones del término japonés *hishiryō*. *Hi*, significa más allá; *shiryō*, pensamiento. El maestro Taisen Deshimaru la traducía como ‘pensar sin pensar, no pensar pensando, pensar desde el fondo del no pensamiento’.