

Ir a la raíz y no ser cegado por las hojas

Kusen de Pascal-Olivier Kyōsei Reynaud - Narbonne, Agosto de 2017

(Sean cuales sean las condiciones de nuestra vida, es suficiente con estar atentos y aprender a permanecer concentrados en lo verdaderamente importante.)

Todo ser humano, se hace un día la pregunta sobre el sentido de su existencia, sobre el origen y la finalidad de su vida. Para algunos esta pregunta está ahí, en sí, para otros surge ante una confrontación con la realidad de la impermanencia. Ante la pérdida de un próximo, ante el dolor de darse cuenta de la fragilidad de lo que pensamos que era estable, establecido, adquirido.

El carácter inevitable de la muerte nos hace sentir, incluso confusamente, que todo lo que hacemos en la vida es relativamente vano pues, está obligado a desaparecer, cuando sentimos eso, nos hacemos la pregunta sobre el sentido de nuestra vida, de la vida.

La vía y la práctica de la meditación zen, permiten poder responder a esta pregunta universal.

¿Qué es verdaderamente importante?

¿Qué es verdaderamente importante a cada instante?

¿Estoy atento a lo que es verdaderamente importante?

¿Estoy atento?

La manera justa de plantearse esta cuestión no es obligatoriamente pensar en ella todo el tiempo, sino, más bien, que esta cuestión esté presente y activa y que nos dejemos trabajar por ella.

Ser conscientes de la extraordinaria fragilidad de nuestra vida, se convierte en la fuente de una vida plenamente consciente, responsable y verdaderamente feliz.

Es la cuestión de base para permanecer despiertos, atentos, para estar vigilantes y en alerta y no vivir pasando de largo de la realidad de nuestra existencia.

¿Cómo vivir a partir de la realidad fundamental de nuestra existencia?

Es decir, ¿el punto esencial, lo que es verdaderamente importante, está en el origen de mi manera de ser?

¿Vivo en armonía con lo que es verdaderamente importante?

¿La manera en que vivo, mi acción cotidiana, mis elecciones, está en armonía con estar activo en la vida?

¿La manera en la que participo en el mundo es respetuosa con el mundo?

Lo que nos separa de la atención y la falta de atención es muy fino, es prácticamente invisible. Constantemente nos distraemos porque tenemos el hábito de distraernos.

Es una especie de pereza lo que nos impide salir de este hábito de estar distraídos y eso es reforzado por el hecho de que la sociedad actual nos incita a permanecer distraídos.

Hay infinidad de fenómenos que surgen constantemente y la sociedad produce constantemente nuevos. Pero todos los fenómenos que surgen no son más que el espejo de nuestra propia distracción, de nuestra propia dificultad para mantenernos en contacto con lo que es realmente importante, para vivir en la realidad de nuestra existencia de cada instante. Permanecemos distraídos de lo principal, porque estamos ciegos por ese apego a lo que creemos ser, esta personalidad autónoma y separada.

¡Practicar zazen es volver a lo esencial!

Es abrir una puerta en el flujo inagotable de nuestra distracción, en el flujo inagotable de los fenómenos vividos a través del filtro de nuestro apego al yo. Esta puerta que el zazen abre en nosotros, conduce a la raíz de todos los fenómenos, a la raíz de nuestro espíritu distraído, de nuestra pereza, a la raíz de todos nuestros comportamientos, de todos nuestros apegos.

Zazen nos libera de nosotros mismos.

Fundamentalmente todos somos despiertos, el punto esencial es comprenderlo.

Ser confrontado con la realidad de nuestra existencia, con la cuestión de nuestra vida y nuestra muerte nos pone en movimiento y, ese movimiento es una búsqueda hacia la comprensión de uno mismo, de los otros y del universo.

La realidad de la enfermedad de la vejez y de la muerte, fue la confrontación hacia la cuestión existencial del Buda, lo que puso en movimiento, lo que le hizo salir de sus hábitos principescos, de su distracción, de la vida trazada para él desde su nacimiento, de haber nacido hijo de rey y del deber de tener que acceder, a su vez, a su vez, él a esa responsabilidad.

Si él hubiera estado distraído, si hubiera sucedido a su padre, se hubiera convertido, sin duda, en un gran monarca y, hubiera ocupado un lugar en la historia de la India.

Pero no fue esa la vida que eligió vivir, más bien es la vida que eligió abandonar. Esa vida trazada para él por los otros.

Si no hacemos el esfuerzo de volvernos hacia la Vía y abandonar, un día, esta vida trazada para nosotros por los otros, por la sociedad, no podremos encontrar el camino de lo esencial, el camino de la cuestión de lo que es verdaderamente importante para la mujer o el hombre que somos.

Todo camino empieza por un primer paso

Lo primero es abrirnos a esta llamada, a esta cuestión, que seamos impregnados totalmente por ella. Porque, en el fondo, esta cuestión es la cuestión de nuestra existencia, es una cuestión universal para todos los seres humanos, es la cuestión del sentido de la propia vida.

El trabajo de esta cuestión es todo un camino.

La realidad es que no podemos escapar a esta cuestión.

La distracción es tener miedo de ser confrontado con esta pregunta, no estar todavía suficientemente despierto.

Algunas personas despiertan a esta cuestión en su nacimiento, otras en el momento de su muerte. Sea cual sea vuestro momento, por favor, no os lo perdáis, es fundamental.

Esta cuestión permite vivir a partir del punto fundamental de nuestra existencia, estar en armonía con la raíz de lo que verdaderamente somos, no sólo en la meditación, sino también en cada actividad de nuestra vida cotidiana.

Es una puerta de entrada a nosotros mismos, a nuestro verdadero Sí y por tanto, también a los otros.