

El Kesa

Kusen de Sengyo Van Leuven – Rosario, mars 2015

Estad bien atentos, por favor estad atentos a vuestra postura. No adoptéis una postura dura, rígida. No os convirtáis en una estatua.

Respirad calmadamente, profundamente. Adoptad una postura que os permita relajaros conservando la energía. No os forcéis en tomar una postura artificial. La postura de zazen es la más natural que nos permita permanecer sentados de manera relajada, en equilibrio, sin tener que hacer demasiados esfuerzos musculares. Por favor, durante la sesshin, no estéis sólo atentos a vuestra postura durante los zazen, estad igualmente atentos a vuestra postura durante las comidas. Una buena postura durante la comida favorece la digestión. Permaneced derechos cuando estéis sentados, sin apoyaros en la mesa, sin poner vuestros codos en la mesa. También en los baños, mantened una buena postura. No sólo a nivel de cuerpo sino también a nivel de mente. En todo lugar, cuando hacéis samu, cuando dormís, cuando os laváis los dientes, permaneced conscientes y atentos. En contacto con vuestro cuerpo, vuestra postura.

Sostenidos por una práctica común durante la sesshin, llegamos, en efecto, a contactar, tocar, encontrar el verdadero espíritu. El verdadero espíritu es el espíritu que no tiene nada de especial, que no propone nada de particular. No está limitado por opiniones ni hábitos personales.

El verdadero espíritu no es un espíritu que nos pertenezca. Es un espíritu que es realizado, que se realiza a través de la práctica continua de un soltar presa constante, de una vuelta continuada a la práctica. Que sobrepasa las palabras, las ideas, los conceptos. Un espíritu que no se deja asir. Un espíritu que expresa la esencia de la enseñanza de Buda. Por el cual, nuestra vida entera entra en armonía con el universo entero, por el que se establece la serenidad, incluso en medio de las pasiones inflamadas.

Observad atentamente cuando cada fenómeno se hace. Cada agregado, cada componente, uno mismo, los otros, los objetos. Ved lo que verdaderamente significan los Tres Sellos. Respetadlos, admitidlos en vuestra vida y así desvelad verdadero espíritu. De esta manera, continuad siempre despertando el espíritu del despertar. Continudad realizándolo. De la misma manera que siempre debemos continuar respirando, debemos realizar siempre el espíritu del despertar, admitirlo en el seno de vuestra vida.

Ved la vacuidad, la ausencia de ego, de todo. Ved la impermanencia de las cosas, ved la impermanencia de sí. Lo que ha sido creado, lo que aparece, desaparece irrevocablemente. Jamás continúa igual, cambia constantemente, no es otra cosa que un proceso.

Observad como todo remonta a la superficie, en interdependencia. Esto es, por tanto eso es. Si esto no es, eso no es. Las cosas aparecen, no en una relación lineal sino en un proceso de coproducción condicionada. Tal es la esencia de la enseñanza de Buda. Y es precisamente lo que expresa la vestidura de Buda, el kesa.

El kesa es el símbolo de la responsabilidad que tenemos hacia nuestra propia vida, hacia la vida de cada uno y de todo ser en el universo. Sin hacer distinción entre seres vivos y no vivos, sensibles y no sensibles. Sin hacer distinción entre lo que tiene valor en la sociedad y lo que no la tiene, podríamos decir, sin considerar diferente una cuchara de madera de una cuchara de oro. Aprender toda cosa con el mismo respeto, sin distinción, sin discriminación, sin desprecio.

La única cosa venerada en la vida de un practicante, es el kesa. Inclinarsse ante el kesa es ver el Buda. En cada acción de cada persona vemos a la persona. Por favor, guardad esto bien en la mente durante esta sesshin. Practicadlo. Estad atentos.

La práctica pide siempre un esfuerzo justo. Puede que al principio sea un esfuerzo de voluntad. Pero relativamente rápidamente, debemos abandonar esa voluntad. Y siempre orientar ese esfuerzo justo al soltar presa. Para sencillamente, estar atentos y presentes en toda acción, todo pensamiento, toda palabra.

Hay una forma de practicar que respeta completamente la manera justa. La cantidad justa, el color justo, la materia justa. No sólo para el kesa, sino también para el alojamiento, también para la alimentación. Vestirse, alimentarse y alojarse son los grandes temas de la vida de todo el mundo. También en la vida del que practica la Vía de Buda.

En el capítulo Den-e, igual que en el Kesa-kudoku del Shobogenzo, el Maestro Dogen cita diferentes nombres para el kesa. Estos nombres son importantes, no sólo para nuestra visión del kesa, sino también para nuestra visión de la vida, de nuestra propia actitud, de nuestra relación con los otros.

El que lleva el kesa, ya sea en gran kesa o el pequeño kesa, como el rakusu, el que se envuelve en él, expresa la esencia de la enseñanza de Buda. Sed conscientes y actuad en armonía con esto, respetadlo. El kesa no es una vestidura cualquiera que os ponéis. Es vestirse, cubrirse de la enseñanza de Buda.

El Buda buscó la Vía, la practicó y enseñó para permitir la liberación de todos los seres vivos, para el bien de cada uno, de todos. Quien lleva el kesa, debe ser consciente, quien lleva el kesa debe comportarse como el Buda, pues está envuelto por la enseñanza de Buda.

Así, Dogen llama al kesa "Butsu-e", vestidura del Despierto. "Hô-e", vestidura de la Ley. "Gedatsu-fuku", vestidura de la Liberación. "Fukenden-e", vestidura del Campo de Felicidad. "Funsô-e", vestidura de trapos, de trapos sucios. "Ninniku-e", vestidura de la perseverancia. "Musô-e", vestidura sin aspecto. "Jihi-e", vestidura de la compasión. "Nyorai-e", vestidura del que ha venido así. "Anokutara-sanmyaku-sanbodai-e", vestidura del despertar perfecto y jamás igualado.

Abordad pues el kesa desde todos estos aspectos. Cuando lo coséis, lo cuidáis y lo lleváis, estudiad el kesa en todos estos aspectos. Recordad estos aspectos estudiando la mente, estudiándoos a vosotros mismos, en vuestras relaciones con los otros. Entonces podremos seguir el Dharma, en lugar de seguirnos a nosotros mismos.