

ZEN/CH'AN: CADA DÍA ES UN BUEN DÍA
CAPÍTULO ONCE
Traducido al español por Yin Zhi Shakya

... Si el **Zen** o el **Ch'an** ha de servir de cualquier uso en nuestras vidas, debemos ser capaces de traer a ella—nuestra vida—lo que hemos descubierto. El **Zen/Ch'an** no nos quita de la vida y del mundo, sino nos da la penetración necesaria para ayudarla a mejorar. Ya que un practicante del Zen/Ch'an tiene la libertad para usar las enseñanzas en cualquier propósito que desee. Es decir, uno puede vivir en un monasterio como sacerdote o monja o uno puede regresar a su vida regular para inspirar y enseñar los principios Zen/Ch'an a sus amigos, vecinos y familia, diríamos, al mundo.

... La habilidad para aplicar las enseñanzas del Zen/Ch'an a la vida diaria es muy importante. El Zen utiliza nuestra vida ordinaria como un vehículo hacia la iluminación. Uno debe siempre **mantenerse atento** de lo que lo hace. Uno debe entender la importancia de que las actividades ordinarias son métodos Zen/Ch'an.

... Aunque en el occidente el conocimiento se observa como una virtud dominante, en el Budismo Zen/Ch'an no es así. La acción es más importante, y el conocimiento que no se puede usar para mejorar nuestra vida es de poco valor. Es interesante que muchas personas del occidente lean todo acerca del beneficio del Zen/Ch'an y traten de intelectualizar la experiencia sin haberla tenido. Aunque esto pueda ser beneficioso para seguir el camino, nunca podrá ser sustituido por la experiencia actual.

... Como se ha mencionado anteriormente, la práctica Zen/Ch'an no sólo se hace durante los períodos sentados, sino que—la práctica—se extiende a los momentos que estamos haciendo las tareas normales. En esta forma encontraremos que cada día es un buen día. La 'realidad' es que cada día es sólo un día y que no hay días buenos ni malos. Es nuestra actitud la que lo decide. La vida es siempre un estado de cambio y no hay nada erróneo o malo con eso, porque 'eso' nos enseña algo cada día. Si podemos desapegarnos/desprendernos del pasado y disfrutar lo que tenemos ahora, ¿cuánto mejor nos sentiríamos? Debemos aprender a fluir de un momento al próximo. Si podemos hacer eso, cada día será un buen día.



“Nuestra vida es como un destello que surge y desaparece,
Al igual que en la primavera germinan las flores que se
marchitan en el otoño,
El florecimiento terrenal prospera y declina, Oh amigos, no
teman en absoluto.
Nuestras vidas son como gotas de rocío sobre la hierba en la
mañana”.

Vạn Hạnh (938 - 1025), fue un monje budista Zen vietnamita



Buda en la Pagoda Vạn Hạnh

Tomado de: <http://www.buddhanet.net/ftp11.htm>
Zen: Everyday is a Good Day - Zen Philosophy, Zen Practice