

¡No me lo puedo creer!

Para ver el mundo en un grano de arena

“Para ver el mundo en un grano de arena,

Y el Cielo en una flor silvestre,

Abarca el infinito en la palma de tu mano

Y la eternidad en una hora”

(William Blake)¹

Cuando un asunto nos preocupa no podemos pensar en otra cosa. Por mucho que intentemos distraernos, nuestros pensamientos vuelven siempre al mismo lugar y no dejamos de darle vueltas. A veces el problema, a la vista de los demás, no parece tan grande y entonces nos suelen decir: anda, estás haciendo un mundo de un grano de arena.

Y así es, de esta forma le damos la vuelta a otra frase más poética y positiva: “el mundo en un grano de arena” que diría William Blake, pero,

en lo más profundo, las dos frases vienen a decir lo mismo.

Cada instante contiene todos nuestros instantes pasados y el potencial de todos los futuros: “Abarca el infinito en la palma de tu mano. Y la eternidad en una hora” Lo que importa es qué clase de eternidad queremos abarcar. Si volcamos nuestra vida en un problema sin más, a cada instante, nuestro problema se va agrandando con la preocupación del momento anterior.

Pero, si rompemos este ritmo y, con la misma fuerza, decidimos enfrentar la realidad para descubrir hasta dónde podemos modificar nuestra forma de actuar o de relacionarnos con respecto a éste o a aquel asunto, podemos hacer también que, en un instante, emerja la sabiduría que nos permita descubrir que nosotros mismos somos los que estamos

capacitados para, momento a momento, ir dando forma a nuestra vida.

Como escultores de nuestra propia vida, podemos transformar la causa del sufrimiento en fuente de alegría y satisfacción.

¡ Ver, para creer!



1) William Blake. Poeta y pintor inglés (1757-1827)

Atrapar cada momento

La situación que vivimos muestra una imagen del futuro bastante negativa, parece como si diera igual lo que hiciésemos porque nada va a cambiar en una larga temporada. Sin embargo nuestra sugerencia es apostar por el "ahora", ya que lo que hagamos "en este preciso instante" influirá sin duda en lo que venga "después", así que, por qué no vivir el momento actual llenos de energía y coraje. Vivir así es vibrar ante cada instante, emocionarnos con lo que tenemos a nuestro alrededor.

Podemos aprovechar cada segundo para cambiar y mejorar, sintiendo que ninguno de los esfuerzos que realizamos es en vano. Atrapemos ese minuto que no volverá más, demos lo mejor de nosotros y desafiémonos ante las adversidades sin miedo al futuro, sino con esperanza y alegría, con la certeza de que podemos hacer de nuestra vida lo que decidamos en cada instante.

Podemos

No es un invento de Obama, de la Selección española o de Zapatero. Antes de ellos, el ser humano había logrado hazañas sorprendentes, no hay más que revisar la historia. Es más, seguro que a nuestro alrededor encontramos a más de un héroe o una heroína que también ha llevado a cabo proezas cotidianas que parecían increíbles. Esa madre que sacó adelante a once hijos, un tío que cruzó el Atlántico para buscar el porvenir, la amiga que ha superado un cáncer y sigue sonriendo...

¿Qué ocurre entonces? ¿Ahora es más difícil que antes? No, es que ahora me ocurre a mí... Pero entonces, habrá que cambiar la estrategia, ¿no? Renovar la esperanza, echar gasolina al motor de la autoestima y el coraje, pensar seriamente cómo hacer para ser feliz. Confiar, al fin y al cabo, en que podemos dar un giro y emprender la acción sin dudas. Y hacerlo. No es magia sino imaginación, mucho esfuerzo y espíritu de búsqueda. Preguntemos a los demás, apoyémonos en quienes lo lograron, pidamos consejo y demos aliento.

Muchas personas con experiencia en la superación de obstáculos nos recomiendan seguir adelante pase lo que pase, porque nosotros podemos.

Rengue

Rengue significa "flor de loto". El loto florece y da semillas al mismo tiempo y así representa la simultaneidad de causa y efecto que es una expresión de la Ley Mística. Causa y efecto simultáneo significa, esencialmente, que el futuro es contenido en las causas presentes. De este modo, la Ley de causa y efecto es también el principio de la responsabilidad personal por nuestro propio destino. Sin embargo, ya que la naturaleza de Buda inherente a la vida es mucho más grande y más poderosa que el *Karma* acumulado, es posible crear una felicidad verdadera, sin tener en cuenta el *karma*. Esto también está representado por otra cualidad del loto. Crece y florece en un estanque lodoso y sin embargo, está libre de cualquier contaminación, lo cual simboliza la aparición de la Budeidad desde el interior de la vida de una persona común. En otras palabras, la naturaleza más profunda de la vida permanece incorrupta a pesar de las causas negativas que puedan haberse hecho. *Rengue* significa, entonces, revelar la naturaleza fundamental de la realidad de la vida.

"Mantenga siempre la fe en el Sutra del Loto. Es imposible extraer fuego del pedernal si uno se detiene en mitad del intento.

Explíqueme todo esto también a su esposa y trabajen juntos como el sol y la luna, como los ojos, como las dos alas de un ave. Iluminados por el sol y la luna, ¿podría su camino estar envuelto en oscuridad? Con dos ojos, sin duda usted verá los rostros de Shakyamuni, Muchos Tesoros y los budas de las diez direcciones. Y con un par de alas, sin falta, podrá remontar el vuelo, en un instante, hasta la Tierra de los Tesoros de la Luz Tranquila.

*Los deseos mundanos son la Iluminación.
Los Escritos de Nichiren Daishonin, página 338.*

Agradecimiento

Igual que en un inmenso prado, bajo un magnolio lleno de flores perfumadas. Así de tranquilo me sentía en una parada de autobús esta tarde de primavera.

Esta mañana no me podía imaginar que el coche me iba a dejar tirado, ni que al salir del taller, donde lo he dejado tirado a él, me iba a encontrar contigo y te iba a poder saludar otra vez.

Se que has percibido mi agradecimiento, pero quiero que lo sepas por escrito.

Gracias por la esperanza que me regalaste cuando yo me había olvidado de todos los colores... menos del negro. Gracias por dosificar con sabiduría ciertos consejos que me diste sobre lo cotidiano. Gracias por aclararme que no podía ir por el mundo como si los demás

tuvieran la inexcusable obligación de entender mi conducta. Gracias por recordarme que la vida no consiste en un constante lamento, si no en una estimulante y fructífera sucesión de obstáculos y victorias, que son la clara señal de que cada vida es un gran patrimonio con pasado, presente y futuro. Por cierto, gracias, también por confiarme la fórmula para saber sobre mi futuro: "pregúntate por tu pasado y por tu presente" ...me decías.

Gracias por haberme ayudado a que esta tarde de primavera en una parada de autobús, me haya podido sentir igual que en un inmenso prado, bajo un magnolio lleno de flores perfumadas.

En todo caso se que para ti, y ahora lo entiendo, el mayor agradecimiento es saber que estoy saboreando mi vida. ¡No lo dudes... mi amigo!