

Concentración y Contemplación



**Pedro Martín González
Kenshinkan dôjô 2018**

Siempre había defendido la concentración como una de las mejores estrategias para adquirir conocimiento. También, como posición necesaria ante el reto del aprendizaje que, no obstante, contenía aspectos contrarios a lo que verdaderamente perseguía con ahínco, uno de ellos era el conflicto, la pugna diaria por llegar a un acuerdo entre mi naturaleza –expansiva- y el propio ejercicio de la concentración –unitario.

A la necesidad de sostener esa tensión obligada, que conlleva el hecho de estar concentrados, se sumaba la pretensión de encontrar en ella otro estado de ánimo, una actitud que me liberara y abriera a un espacio de mayor autonomía donde, desapegado, pudiera percibir, realmente, todo el entorno en derredor, sin el afán de atrapar, siquiera por un instante, un solo hecho, un pensamiento, una sola estampa alucinante.

Sí. Durante años, me había levantado al alba dispuesto a la meditación. Durante años, también, me había sometido a ese momento de encuentro ocupando una posición, realizando un ejercicio determinado, en unos tiempos limitados, con un método estricto.

Había llegado a una barrera y, más allá de ella, las posibilidades de experimentar algo mayor parecían del todo vedadas para mí.

Necesitaba descubrir un nuevo espacio en el que sentirme definitivamente redimido porque el ejercicio de la concentración me limitaba, acotándome y condicionando mi trabajo.

Llevaba todo ese equipaje mental dentro cuando, después de un largo periplo, llegué aquel invierno a la casa de Masako y Ken. Me recibieron como solo los ermitaños lo saben hacer: con el corazón y los brazos abiertos.

Ambos habían pasado muchos años trabajando, respirando otros aires, alejados de aquellas montañas que amaban y a las que habían regresado en su edad madura para permanecer, ya siempre, cerca de ellas.

Durante los meses invernales el clima se volvía extremo y la nieve llegaba cada tarde para cubrir campos de arroz y caminos. Las provisiones de leña eran indispensables para soportar las duras condiciones que se presentaban, pues incluso el pueblo más cercano permanecía casi aislado y su hogar, alejado unos kilómetros de aquella población, era una isla en medio de los campos.

Sí, era una isla, pero una verdadera "*Isla iluminada*".

Ella era una mujer extremadamente educada, inteligente, diligente, sensible e intuitiva, que había viajado con su marido a Corea en distintas ocasiones descubriendo allí una parte fundamental de su propia historia personal.

En efecto, ambos sostenían con aquel país una relación de respeto valorando, muy notablemente, la impronta que los viejos Estados de Koguryo, Silla y Paekche habían tenido en el devenir y formación de Japón.

Él, por su parte, era un hombre extraordinariamente abierto, dispuesto al diálogo y a la conversación pausada pero, también, apasionado en la exposición de sus ideas: unos principios que sabía defender con sólidos argumentos y a través de los cuales despejaba su personalidad, mostrando en sus disertaciones el contenido de su pensamiento intelectual, que era más que considerable.

Las jornadas se sucedían entre las actividades cotidianas -cortar leña, acondicionar la casa, preparar los útiles de labor, marchar al pueblo a comprar víveres, atender la correspondencia, escribir, leer o cocinar- y los momentos de tertulia, que se gestaban inexorablemente después de desayunos, almuerzos y cenas.

La vivienda de Masako y Ken disponía de un lugar reservado a la lectura en el que existía una magnífica chimenea, pieza fundamental en aquellas latitudes que estaba permanentemente encendida. Fue allí, delante de aquel fuego constante, donde tuvimos ocasión de compartir nuestras inquietudes e ideas durante toda una semana.

Después de finalizar en la mesa, disponíamos nuestros lugares de asiento, y era entonces cuando dedicábamos un tiempo sin límite a la conversación productiva, a escuchar y exponer opiniones, para volver a ser receptivos, una vez más, con los puntos de vista de los demás.

Una mañana, teniendo por delante aquellas montañas nevadas, la conversación derivó hacia la Contemplación, no como un ejercicio de contención, angustia o presión, sino como un estado de Liberación total.

Sí. Todo consistía en estar simplemente presentes, dejando que todo aquel paisaje fuera transformándose a su antojo mientras transcurrían los minutos y las horas; abandonar el deseo de sostener una estampa cualquiera, por bella y espectacular que pudiera llegar a ser; eliminar la posibilidad de instalarnos en la felicidad o en la desdicha; atender, tanto a la luz como a las sombras; escuchar, sin retener: palabras, sonidos de muy lejos, ecos cercanos.

La Contemplación, situada más allá de la concentración, que sujeta y somete, nos liberaba definitivamente, y lo hacía por una razón tan sencilla como esencial: habíamos dejado de ser ejecutores para convertirnos en receptores.

Todo quedaba abierto a la Experiencia y nada ya nos resultaría ajeno. Tampoco nada ya nos volvería a pertenecer.

Aquellas tertulias se transformaron en paseos y tomando la Contemplación de la mano dimos con el paisaje y su luz, con el frío y el calor, con el grillo y la grulla, con el viento y la nieve, con el cansancio y la fatiga, con la risa y las lágrimas. Todas esas imágenes, emociones, acontecimientos, atravesaban nuestros corazones mientras caminábamos sin detenerse un instante en su interior. Por fin habíamos logrado romper una lanza en favor de la Observación que no juzga, de la Percepción que no guarda ni retiene, de la Escucha inteligente alejada de la crítica.

En ocasiones, por las mañanas, o a última hora de la tarde, abandonaba yo aquella casa de campo para practicar mi Budô entre los arrozales, tratando, una y otra vez, de ir más allá de la concentración para entrar en el terreno de la Contemplación, ese lugar desde el que, finalmente, podía trabajar alejándome de mordazas y ataduras.

Cuando regresé de aquel viaje supe que había encontrado un nuevo espacio, situado más allá de la concentración, desde el que interpretar mi concepto de Budô.

Kenshinkan dôjô 2018