La cuchara

Un estudiante de zen se quejaba de que no podía meditar: sus pensamientos no se lo permitían. Habló de esto con su maestro diciéndole: "Maestro, los pensamientos y las imágenes mentales no me dejan meditar; cuando se van unos segundos, luego vuelven con más fuerza. No puedo meditar. No me dejan en paz". El maestro le dijo que esto dependía de él mismo y que dejara de cavilar. No obstante, el estudiante seguía lamentándose de que los pensamientos no le dejaban en paz y que su mente estaba confusa. Cada vez que intentaba concentrarse, todo un tren de pensamientos y reflexiones, a menudo inútiles y triviales, irrumpían en su cabeza.

El maestro entonces le dijo: "Bien. Aferra esa cuchara y tenla en tu mano. Ahora siéntate y medita". El discípulo obedeció. Al cabo de un rato el maestro le ordenó:"¡Deja la cuchara!". El alumno así hizo y la cuchara cayó obviamente al suelo. Miró a su maestro con estupor y éste le preguntó: "Entonces, ahora dime quién agarraba a quién, ¿tú a la cuchara, o la cuchara a ti?

Referencia:

<http://www.galeon.com/jlgarcia/11cuentos/cuento7.htm>