

RYŪNOSUKE KOIKE

FELICES SIN UN FERRARI

*Vivir con poco es bueno
para el alma*



Duomo ediciones

Barcelona, 2016

Título original: *BINBO NYUMON* por Ryūnosuke Koike

© 2009, Ryūnosuke Koike

Edición original en japonés publicada por Discover 21, Inc., (Tokio, Japón)

Publicado con el acuerdo con Discover 21, Inc.

© 2016, de la traducción: Montse Triviño González

© 2016, de esta edición: por Antonio Vallardi Editore S.u.r.l., Milán

Todos los derechos reservados

Primera edición: enero de 2016

Duomo ediciones es un sello de Antonio Vallardi Editore S.u.r.l.

Av. del Príncipe d'Astúries, 20, 3º B. Barcelona, 08012 (España)

www.duomoediciones.com

Gruppo Editoriale Mauri Spagnol S.p.A.

www.maurispagnol.it

ISBN: 978-84-16261-49-9

Código IBIC: DN

DL B 24813-2015

Composición:

Grafime

Impresión:

Grafica Veneta S.p.A. di Trebaseleghe (PD)

Impreso en Italia

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización por escrito de los titulares del *copyright*, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento mecánico, telepático o electrónico –incluyendo las fotocopias y la difusión a través de internet– y la distribución de ejemplares de este libro mediante alquiler o préstamos públicos.

Índice

INTRODUCCIÓN	
MI RICA VIDA DE POBRE	5
PRIMER CAPÍTULO	
REDUCIR NUESTRAS POSESIONES	21
Tener muchas cosas confunde el ánimo	23
El arte de tirar	34
SEGUNDO CAPÍTULO	
¿POR QUÉ DESEAMOS EL DINERO?	41
¿Por qué cuantas más cosas poseemos menos felices somos?	43
¿Por qué queremos acumular dinero?	52
Los mecanismos del deseo	57
Las tres formas de relacionarse con el deseo	68
TERCER CAPÍTULO	
FELICIDAD REAL, FELICIDAD FICTICIA	83
Los mecanismos que nos hacen infelices	85
Los mecanismos que nos hacen felices	94
Cómo mejorar la capacidad de concentración	103

CUARTO CAPÍTULO	
CÓMO UTILIZAR EL DINERO PARA SER FELICES	111
Utilizar el dinero de una forma que nos hace infelices	113
Comprad lo que necesitéis, no lo que os apetezca	118
La «lista de las cosas necesarias» y la «lista de los deseos»	125
Mi rica vida de pobre. Segunda parte	129
Los daños que causa la avaricia	141
Cómo usar el dinero para ser aún más felices	146
CONCLUSIÓN	
LA POSIBILIDAD DE UNA «REVOLUCIÓN»	153
AGRADECIMIENTOS	159
GLOSARIO	161
NOTAS	169

Introducción

Mi rica vida de pobre

Para empezar, quisiera presentaros la vida «de pobre» que he elegido. Para ser fiel a esa elección, evito en lo posible utilizar dinero –lo tenga o no–, e intento poseer pocas cosas, con el objetivo de poder vivir libre de preocupaciones económicas.

Empecemos por mi casa.

Hasta hace poco tiempo, el lugar en el que vivía y que también utilizaba como «templo» (*Tsukuyomiji*) era una vivienda construida en la parte posterior del taller de un cristalero, situado junto a la estación de trenes en un barrio residencial cercano a Gotokuji, en Setagaya, Tokio.

Constaba de dos habitaciones de madera bastante viejas, levantadas a mediados de los años cincuenta: una de cuatro tatamis y medio y otra, de tres, que era la que utilizaba habitualmente para dormir. Cuando estaba buscando casa, me conmovió la atmósfera típicamente *shōwa* de aquel lugar, con los antiguos motivos de madera y de bambú que decoraban las ventanas, y decidí instalarme allí de inmediato.

Ateniéndome a mis principios, no quería gastar nada para arreglar la casa y tampoco tenía intención alguna de depender del dinero: no había bañera y, si bien disponía de retrete, era de un estilo japonés que no se ajustaría a los gustos actuales de la mayoría. La casa estaba orientada al oeste, lo cual significaba que solo veía el sol por

la tarde, antes del ocaso. La parte positiva era la existencia de un jardín contiguo, de casi seis tatamis, donde coloqué un bidón metálico que llenaba de agua con una manguera. Hacía las veces de bañera y en verano me bañaba en él. Pagaba un alquiler no demasiado elevado. Pasemos ahora a mis efectos personales.

Lo que más a menudo sorprende a mis invitados es que la casa está vacía, porque poseo muy pocas cosas. Si tuviera que hacer una lista de las principales, incluiría una mesita baja que cumple el doble cometido de mesa para comer y de escritorio; unos pocos libros sagrados; los artículos necesarios para escribir y un reloj de pared. También cuento con un hornillo de gas para cocinar, una vajilla, unas cuantas ollas y un recipiente para *nukazuke* que utilizo desde hace casi cinco años para conservar el *nukadoko* que utilizo en la preparación de las verduras.

Por lo que respecta a prendas de vestir, mi indumentaria monástica consiste en la túnica propiamente dicha y la prenda que se lleva debajo. Tengo dos de cada.

Es muy raro que yo me vista con ropa occidental, pero en las situaciones en las que –por hace o por be–lo considero oportuno, puedo recurrir a un traje que todavía conservo de mi época de estudiante.

Por lo que respecta a electrodomésticos, intento limitarlos al máximo: cuento únicamente con un horno pequeño que utilizo para cocer pan y galletas, y un frigorífico para conservar los alimentos. He intentado vivir sin frigorífico durante seis meses y debo admitir que me ha resultado tremendamente difícil. Aparte de eso, tengo unas cuantas lámparas y un ordenador. Para actualizar mi página web, no puedo prescindir del ordenador, pero siempre pienso que me gustaría deshacerme del móvil...

aunque de momento no lo he hecho. (Mientras procedía a la segunda revisión de este libro, he aprovechado la ocasión sin pensármelo dos veces y he dado de baja el contrato telefónico.)

Si no me falla la memoria, esas son mis únicas posesiones que consumen energía eléctrica. Por tanto, mi factura mensual está muy cerca del mínimo del canon fijo que se paga en Japón.

El resto de mis efectos personales se reduce a la bicicleta que uso para mis desplazamientos y... ah, sí, una vieja estufa de petróleo. En verano, el calor no me da muchos problemas, pero dado que soy de complexión delgada, en invierno paso frío. Por eso, durante esa estación debo añadir a mis gastos el coste del queroseno.

Profundizaré en estas cuestiones a lo largo de los próximos capítulos, pero ya puedo adelantar que puesto que la premisa de cada una de mis posesiones es que las utilizaré largo y tendido y con el máximo cuidado, intento comprar objetos que resulten estéticamente agradables y estén fabricados con materiales de primera calidad. Aunque sean algo más caros, no me importa y los compro igualmente. Este es un detalle importante para evitar comportarnos como si fuésemos pobres.

Con los elementos que acabo de enumerar, la lista de las cosas que poseo está prácticamente terminada. Pásemos ahora a la forma en que utilizo mi dinero.

Aparte de la factura de la luz y del gasto del queroseno durante el invierno, el importe mensual del gas se sitúa en algo más del 2,5% de lo que gasto al mes, dado que para mis dos comidas diarias preparo el arroz en

una cazuela de terracota. Luego tengo el gasto de agua corriente, pero no supera los mil yenes mensuales, lo que sería un 1% de lo que gasto. No tengo bañera ni lavadora, de modo que mi consumo de agua se limita a la que necesito para cocinar.

Dado que no ingiero alimentos ricos en grasa, no sudo mucho, de modo que las vestiduras talares que siempre llevo se ensucian muy poco. Me basta con lavarlas cada tres o cuatro días. En verano, cuando me baño en el bidón metálico del jardín, las froto a conciencia en la tabla de lavar. En invierno, cuando voy al *sentō*, las lavo en una lavandería automática. El gasto más importante, claro, es el de la comida. De forma un poco egoísta, me doy el lujo de hacer la compra en una tienda de productos naturales: lo que gasto en arroz, verduras, especias y condimentos ecológicos se sitúa en una cuarta parte de lo que gasto mensualmente. Los productos ecológicos cuestan de media casi un veinte por ciento más que los convencionales y, en algunos casos, el precio casi se duplica, pero dado que no como ni carne ni pescado, con esa suma me alimento de una forma más que satisfactoria.

Aparte de todo lo que ya he enumerado, mis gastos se limitan al transporte, al ocio y a la vida social. Con ese propósito y desde que me he distanciado de las formas actuales de «entretenimiento educativo», mis «salidas» no van más allá de un paseo por el parque o de una visita a alguna cafetería. Si estoy trabajando en algún manuscrito, por ejemplo, o me encuentro con algún amigo, me concedo el lujo de ir a una cafetería o al parque, o tal vez a algún *sentō* un poco más alejado. En una ocasión me alojé en el *onsen* de Izunagaoka y me gustó mucho, pero desde entonces no he vuelto.

Si calculo la media mensual, el dinero que invierto en mi tiempo libre es un poco más del 5% de mis gastos. Dado que ya no compro libros ni CD, mis gastos se reducen a esa cantidad.

Me entristece no comprar libros, sobre todo porque yo mismo escribo, pero aparte del hecho de que en mi época de estudiante leí hasta el cansancio, durante la meditación me he acostumbrado a un tipo de «lectura» que consiste en descifrar toda una serie de datos que fluyen del pasado escrito en la propia mente. Dicho de otra manera, conservo en la mente una enorme cantidad de libros y, «leyéndolos», puedo descifrar la configuración de la mente de los demás e incluso mi propio pasado. En esta etapa de mi vida estoy completamente imbuido en esa clase de lectura.

Resumiendo, que mis gastos actuales se sitúan en torno a los cincuenta mil yenes al mes. Aun añadiendo el alquiler que pagaba en mi vivienda anterior, no llegaría a los cien mil yenes.



Si tuviera que enumerar mis ingresos, debería incluir mis encuentros de meditación *zazen*, que he bautizado como *zazen sessions*. La contribución que dejan los participantes en la caja de las ofrendas es más alta de lo que cabría imaginar y alcanza los ciento cincuenta mil yenes al mes. Además de esa suma, la retribución por los cursos y las conferencias que doy en el ámbito de algunas escuelas asciende a varios cientos de miles de yenes, de modo que una vez descontados los gastos, me queda una bonita suma.

Durante algún tiempo, no le presté demasiada atención a esa «bonita suma», pero cuando finalmente lo hice, me di cuenta de que si le añadía los derechos de autor de mis libros, había ahorrado suficiente dinero para hacer realidad mi sueño: abrir un centro de meditación *zazen*. Así pues, he comprado un pequeño gimnasio. Tratándose de un edificio que servía de almacén para una empresa constructora, el precio era mucho más interesante de lo que se pueda imaginar. Comparado con el apartamento en el que vivía antes, puede acoger a muchas más personas, por lo que ya no tengo que pagar el alquiler todos los meses. Ahora ya no me preocupa el futuro, porque sé que con cincuenta mil yenes al mes dispongo de medios suficientes para llevar una vida acomodada. Con esos cincuenta mil yenes puedo comprar todo lo que deseo sin tener que estar comparando precios. Aunque, claro está, yo no deseo casi nada.

La economía japonesa está atravesando un periodo de crecientes dificultades y son muchas las personas que, al margen de su situación económica actual, se sienten profundamente angustiadas ante la posibilidad de quedarse sin dinero y morir solas.

Por lo que he oído, son cada vez más los jóvenes quienes piensan de ese modo: si creen que no conseguirán casarse y que no habrá nadie que pueda cuidarlos durante la vejez, empiezan a pensar ya en el dinero que tendrán que ahorrar para pasar diez años solos en una residencia de ancianos.

Yo, en cambio, pienso que si Japón se arruinara, encontraría sin duda un campo que abonar. Incluso con el

agua al cuello, solo con ahorrar un poco se puede vivir tranquilamente, aunque sea con menos dinero.

Y gracias a esa serenidad espiritual, la mente se libera del dinero. Con dinero o sin dinero, seréis igualmente ricos. Con dinero o sin dinero, seréis igualmente felices. Y, en ambos casos, podréis seguir viviendo del modo que mejor se ajuste a vuestras posibilidades. Si se alcanza una disposición de ánimo así, se desarrollan también una calma y una tranquilidad que no conocen los bajos emocionales.

Alguien podría decirme que si escribo todas estas cosas es porque soy monje. Voy a ser muy sincero: durante el poco tiempo libre que les queda a los monjes de mi generación después del trabajo, se ponen la misma ropa y llevan la misma vida que sus coetáneos. Si, además, se trata del prior de un templo, lo más probable es que lleve una vida bastante más acomodada que la del asalariado medio. Tampoco sería tan extraño que fuera el propietario de dos coches caros y que, teniendo gustos gastronómicos bastante más refinados que los de la gente de a pie, no se contente con cualquier cosa y se muestre en general muy exigente en esa cuestión.

Dicho de otra manera: si no está claro que un monje consiga llevar la vida que llevo yo, nada impide que lo consiga quien no es monje.

Eso no quiere decir que para ser felices tengamos que mudarnos a «otro lugar» envuelto en un aura de «pobreza material y riqueza espiritual», como Bután, el Tíbet o el sudeste asiático. Conseguir un estado de felicidad es igual de posible en Bután que en el pueblo donde

vivimos. Porque... ¿dónde radica la diferencia entre conseguir o no la felicidad y la serenidad? ¿En no depender del entorno y de las personas que nos rodean, o en no depender del dinero? Con un poco de esfuerzo, cualquiera puede conseguirlo tranquilamente.



Tomemos el ejemplo de una persona que no tenga un empleo fijo, cuyas rentas no superen los ciento veinte o ciento treinta mil yenes. Por mucho que desee ciertas cosas, no puede permitírselas. La casa en la que vive no es la que hubiera deseado. ¿Acaso no es cierto que muchas personas sufren por motivos como ese? En realidad, su dolor no procede de la situación relacionada con la vivienda, ni de las cosas que poseen, sino del hecho de no poder invitar a otras personas a un hogar modesto y de no poder presumir de casa. En otras palabras, es un sufrimiento que surge de ideas como estas: «¿Qué pensará de mí la gente? ¿Qué impresión estaré dando?».

Es el sufrimiento del «¿Cómo me presento a mí mismo?», tan arraigado en nosotros. Vivimos atormentados por una correlación según la cual vivir en una casa modesta hace que nuestro valor como personas se derrumbe.

¿Habéis pensado alguna vez en lo que pasaría si consiguiéramos liberarnos de esas ideas?

Intentad desprenderos de las cosas. Aunque vuestros ingresos os permitan un cierto desahogo, probad a no utilizar el dinero, a vivir emancipados del dinero.

¿Os estáis preguntando si algo así puede resultar agradable? Yo creo que para entenderlo, deberíais ex-

perimentar por lo menos una vez los beneficios del «no tener».

La verdad es que estamos cansados de vivir sintiéndonos obligados a usar el dinero.

El autocontrol es lo único que puede imponerse a una mente que se deja engatusar para usar el dinero. En un mundo dominado por el dinero, ¿no es quizá un éxito librarse por los pelos de llevar una existencia sometida al dinero? He escrito este libro con la intención de transmitir precisamente esa clase de euforia. Probadlo una vez y en el momento en que digáis «¡Es cierto! ¡Puedo vivir con cincuenta mil yenes!» o «¡Puedo vivir tranquilamente con setenta mil yenes!», lo habréis conseguido.

De todos modos, en el Japón de hoy en día todo el mundo consigue ahorrar una pequeña suma, por lo que si conseguimos quitarnos de la cabeza ideas como «No tengo la menor intención de rebajarme a hacer un trabajo así», descubriremos que la posibilidad de vivir dignamente está al alcance de todos.

Si uno dispone de una pequeña suma y reduce la cantidad de cosas que desea, conseguirá satisfacer todos sus deseos. Exactamente igual que yo.

La lista de deseos de las personas normales y corrientes comprende los elementos A, B, C, D, E, F y así hasta llegar a la Z. Ese es, precisamente, el motivo de que las personas tengan siempre la sensación de que les falta algo. Se ven, por tanto, obligadas a contentarse comprando las cosas más baratas que encuentran –e igual, en el momento en que deben comprar una cosa, no pueden permitírsela–, o bien a pasarse el día entero sometidos a preocupaciones pecuniarias de todo tipo. Y esta clase de presiones son las que provocan sufrimien-

to. La sensación de tener que escatimar en todo inflige heridas tangibles en el ánimo.

Si, en cambio, reducimos la cantidad de cosas que queremos, el afán se redimensiona y, por tanto, se reduce la lista de deseos. Y después de haberlos satisfecho todos, aún sobrará una cantidad de dinero que podréis ahorrar. Yo también compro una cosa si la quiero y creo que la necesito, pero mis «quiero» son pocos, por lo que me arreglo con unas pocas decenas de miles de yenes.

El quid de la cuestión es conseguir no pensar en el dinero. Existe una sensación de felicidad que solo se experimenta si se consigue no pensar.

Podrías objetar que lo ideal es alcanzar la riqueza, lo cual os permitiría comprar cualquier objeto sin reparar en el precio; en realidad, quienes más se arriesgan a pensar continuamente en el dinero y a volverse «dinero dependientes» son, precisamente, los ricos. A menos, claro, que ejerzan control sobre su mente.

Pero teniendo dinero o, mejor dicho, precisamente porque se tiene dinero, el razonamiento es el siguiente: «Ah, si me lo gasto tendré menos», o bien «No quiero tener menos», o bien «A lo mejor me estoy recuperando». De ese modo, la mezquindad de nuestro ánimo nos aleja de la felicidad.



No pensar en el dinero es una de las mayores alegrías que podemos tener. Y, como demostraré, se puede conseguir mediante el control de los deseos. Y ese no es solo el verdadero tema de este libro, sino también

el más entrañable para mí. Desde que llevo esta vida la recomiendo también a los demás, pero hasta hace diez años, cuando aún era estudiante, yo también llevaba una existencia común en el seno de una sociedad capitalista o, dicho de otra manera, vivía una vida gobernada por el deseo.

En particular, me gustaba la ropa. Vestir a la moda era como proteger con una armadura mi frágil «yo» y ratificar que yo era alguien especial, distinto a los demás. Gracias a la beca de la que me beneficiaba y que no tenía que devolver, y las clases particulares que me ocupaban media jornada, mis ingresos eran más que dignos para ser estudiante. Pero casi todo lo que ganaba se transformaba en la gran cantidad de ropa que llenaba mi armario.

Cuanta más ropa compraba, más creía necesitarla, por lo que seguía comprando. Es más, cuando iba de compras siempre me mostraba indeciso: «¿Mejor este o aquel?». Incluso después de haberme comprado un traje, me asaltaba la duda de si habría sido mejor comprar otro y no aquel. En mi corazón reinaba la confusión. Estaba exhausto. Y sin embargo, me engañaba diciéndome que la agitación derivada de aquel cansancio me haría sentir bien, por lo que empezaba de nuevo a comprar hasta el agotamiento.

Si lo pienso ahora, en mi interior existía muy probablemente un dolor mucho más profundo, que no me permitía actuar de otra forma.

Soy hijo del prior de un templo de la prefectura de Yamaguchi. Por ese motivo, y habiendo concluido ya el noviciado, podría haber entrado en el templo nada más terminar los estudios universitarios. Desde el principio,

sin embargo, me consideraba incompatible con las enseñanzas budistas de aquella escuela. Por suerte, mi padre me dijo que no estaba obligado a sustituirlo en el templo, por lo que en la universidad me especialicé en filosofía occidental. Terminados los estudios, decidí de todas formas elegir el camino del budismo.

En otros tiempos, ser prior de un templo comprendía, además de las atribuciones propias del cargo, el papel de consejero para las familias que frecuentaban el templo y para los habitantes de la zona. También mi padre solía repartir consejos o reprimendas entre quienes vivían en el barrio. Si bien no era exactamente mi intención seguir sus pasos, después de licenciarme en la universidad emprendí –a mi modo– el mismo camino que él: en un rincón de una zona residencial de Tokio abrí un café que bauticé como Lede Café y me dediqué a escuchar los problemas de los jóvenes.

Si bien habían perdido casi por completo la fe en el budismo tradicional, los muchachos de mi misma edad –recién salidos de la universidad– depositaban en mí su fe y me confiaban sus problemas simplemente porque vestía hábito de monje. Sin duda, la vestidura talar había surtido un efecto desproporcionado, pero yo me tomaba las cosas a la ligera y pensaba que, por desproporcionado que fuese ese efecto, no dejaba de ser algo positivo si así conseguía ayudar a las personas con problemas, ¿no? A decir verdad, era como si quisiera tranquilizar mi ánimo alterado escuchando las desgracias de los demás. Al ayudar a otras personas, saboreaba la sensación de estar haciendo algo bueno, algo maravilloso. Me sentía frágil y vulnerable como el cristal y solo así me parecía tener algún valor.

En aquella época llevaba la vestidura talar solo cuando recitaba los *sutras* y ni siquiera me había afeitado aún la cabeza. En lugar de cortarme el pelo, lo llevaba largo. Y puesto que tengo el pelo rizado, mi cabellera resultaba un tanto vistosa. En el Lede Café vestía elegantes trajes negros, pero al margen de ese detalle, tenía un aspecto muy llamativo.

Y precisamente por ese complicado estado de ánimo en el que me hallaba, los consejos que daba a los demás no siempre surtían el efecto deseado. Cuando eso sucede, y admito que aún sucede, para mí es una sorpresa. Tengo la sensación de no servir para nada. Si después de haberlo dado todo de mí mismo, me encuentro ante una persona que hace caso omiso a lo que le digo, me enfado. Y si me enfado, aún soy menos capaz de ayudar a mi interlocutor. Así que, en aquel periodo, mi alma vagaba a la deriva.

Fue entonces cuando me topé con el «budismo de los orígenes», el budismo tal y como era antes de dividirse en escuelas y sectas. Leí a fondo todos los textos sagrados y empecé el noviciado. Cuando se intensificaron mis prácticas ascéticas, cerré temporalmente el café y durante casi un año me dediqué solo a las prácticas de meditación. Y sentí que, gracias a la meditación, el corazón me estaba cambiando por completo.

Y al proceder de ese modo, a medida que empezaba a desenredarme de la situación en la que había estado inmerso hasta ese momento, descubrí que cada vez era menos esclavo de mis cosas.



Antes he escrito que deberíamos desear pocas cosas. Últimamente, he oído decir que cada vez son menos los jóvenes «glotones» y deseosos de aparentar, como yo en otros tiempos, mientras que son cada vez más los jóvenes a los que aquí, en Japón, se define como «herbívoros», es decir, los que no tienen deseos materiales y no ambicionan especialmente ni la fama ni las riquezas, los que en cierto modo son «anónimos», varones sobre todo. ¿Es posible que esas personas hayan alcanzado el nirvana, a pesar de no practicar el ascetismo? ¿Se han liberado del dinero, así como de las necesidades de poseer y consumir?

¿Han alcanzado ya la felicidad de no depender del dinero y de las cosas materiales?

Si hubiese disminuido en ellos el deseo, es decir, los actos que dicta la *Codicia*, que es uno de los *Tres venenos*, sería maravilloso. Sin embargo, me cuesta creer que sea así.

En realidad, también ellos desean dinero y toda clase de cosas materiales, pero dado que en una situación económica como la actual es casi imposible obtenerlas, a menos que se invierta una considerable dosis de energía y esfuerzo, se dicen: «Comportémonos de repente como si no deseáramos nada y, en vista de que así quedaremos muy bien, ifinjamos que no nos importa nada!». En mi opinión, lo único que hacen es obligarse a ocultar sus propios deseos, reprimiéndolos. Si no fuese así, el sufrimiento hoy en día tan extendido no lo estaría tanto entre los jóvenes.

No existe diferencia alguna entre las personas que ocultan el deseo y, a pesar de desear algo, fingen no

quererlo, y aquellas que no dejan jamás de desear y buscan ansiosamente la forma de ganar dinero. Tanto unas como otras viven dominadas y derrotadas por el deseo.

Y, por ese motivo, si lo que esperáis aprender de este libro es que no pasa nada por ser pobre, que ya estáis bien como estáis, me temo que leerlo no satisfará vuestras expectativas.

Este libro habla de poseer dinero, de poseer cosas, del uso del dinero y de cómo liberaros de la confusión mental que de ello se deriva. Si lo que buscáis es descubrir la verdadera finalidad del dinero o, mejor aún, una forma de usar el dinero que os haga felices (al fin y al cabo, ¿no esperamos del dinero que nos dé la felicidad?), entonces creo que este libro os vendrá que ni pintado.