

Maestro Kosen Thibaut

Conferencia 1 de Diciembre 1995

(en el dojo “La Perla del Dragón” - Montevideo – Uruguay)

Buenas noches a todos... ésta es una pequeña reunión tranquila, en la que podemos hablar juntos, bajo la forma de pregunta y respuesta, para eso tienen que tener ustedes preguntas para hacer, para que pueda haber un diálogo. *Es posible puedo hablar un poco en casteiano... y aquí se practica el zen, voy a explicar un poco para la gente que no sabe. El zen, qué es eso?... es la esencia del budismo, la enseñanza directa del budismo; el budismo es muy conocido como religión, porque después de la muerte de Buda, tuvo una gran influencia en toda la India, en toda la India de esa época, y después toda la influencia se extendió más allá de las fronteras de India, se extendió en todo Asia: en Ceiland, en China, en Japón, en Corea, en todos lados; hasta en Europa y hoy en América del Sur también, conmigo.*

Pero eso es el aspecto religioso, es una influencia indirecta del budismo; por los libros, a través de los sutras, que a veces se entienden mas-o-menos bien, que se traducen mas-o-menos bien.

Hay diferentes tendencias de budismo a partir de lo que ni siquiera es la esencia; es un poco como toda religión, como el cristianismo, hay muchas formas de cristianismo, ahora hay sectas cristianas, los predicadores... y eso se va para todos lados.

El Zen es la enseñanza directa que le dió Buda a sus discípulos. Obviamente hay una enseñanza a través de la palabra, del ejemplo; pero, sobre todo se trata de una experiencia interior, que cada uno tiene que hacer. Buda la hizo él mismo, a través de esta postura en la que yo estoy sentado.

La esencia del budismo es Zazen. Zazen es japonés, no se cómo se dice en chino... cha... chan... y en indú se debe decir de otra manera...*jájaja já... Za: quiere decir sentarse, Zen: viene del sánscrito dhyana, quiere decir sentarse en la posición de dhyana, y ustedes van a decir no sabemos lo que quiere decir dhyana. Dhyana quiere decir armonizarse, fundirse con todo el cosmos; hay otra palabra que se puede decir, es samadhi, es un poco eso: el samadhi. Es sentarse en la posición en la cual podemos alcanzar el centro del cosmos, el centro de su espíritu, de todos los fenómenos, eso es zazen; eso es la enseñanza, la esencia del budismo. Si yo les explico lo que es el zen, es eso, el zen es zazen; y el zen es la esencia del budismo, que se trasmitió -no es alguien que lo inventó- es la trasmisión de maestro a discípulo: Buda le trasmitió a su discípulo Mahakashiapa, Mahakashiapa lo trasmitió a Ananda, etc, etc, etc... hasta hoy durante 82 generaciones. El Zen se trasmitió de*

maestro a discípulo, es la particularidad.

Yo les expliqué mas-o-menos lo que era acá, en Europa, en America Latina, practicamos esta experiencia, juntos; y entonces empezamos también acá en Uruguay, en este pequeño doyo que encontramos, donde hace un poco de calor pero no es grave...

Están bienvenidos y pueden hacer preguntas, ahora es a ustedes...

-En el "Punto de Encaje" dice que no hay tiempo no hay espacio; solamente el presente ese, y yo quiero saber -digo- mas-o-menos si puede -digo- decir, que vendría a ser eso?.

-El verdadero presente es inconciente, no se puede tener conciencia. De lo que tenemos conciencia es de los trazos, las marcas que quedan son las marcas del presente, los rastros; pero el verdadero presente, el presente absoluto, no se lo puede ver; lo que podemos ver es siempre algo que está un poco corrido, como de calado; pero durante toda nuestra vida siempre miramos, miramos todo el tiempo, percibimos cosas siempre con un poco de retraso. Cuando menos despierta es la gente, más retrasada está; y cuanto más despierto están, más están en el presente. Pero el presente absoluto no existe, se ven solamente trazos, huellas. Es una filosofía, la filosofía del budismo, no solamente del budismo incluso. Cuando uno toma esta postura, cuando se sienta en zazen, uno alcanza el punto central del tiempo y el espacio, la potencialidad absoluta del tiempo y del espacio; es el punto cero, la no conciencia, la conciencia absoluta. La conciencia absoluta no es la conciencia personal, pero también nos pertenece, por eso hay que hacer la experiencia de zazen. Es la experiencia de todos los días, de cada día, incluso si no todos los días es el punto cero, a veces estás ahí, te duele la espalda, te duelen las piernas, que vas a hablar de punto cero... pero es esa práctica repetida repetida repetida, que hace que nuestro ser, que hace que nuestro ego limitado, alcance el punto cero del tiempo y el espacio, el punto cero de todas las conciencias, de todas las existencias; y ese punto cero es único, universal. Es todo, zazen es todo, el resto es una decoración; el resto es la expresión de la vida a partir de eso. A partir de ese punto cero la vida cambia; y nosotros tenemos igual nuestro karma, nuestras particularidades, nuestros sufrimientos; cada uno tiene sus razones, su karma familiar, el karma del país. Todo eso es eso, vos vas a hacer zazen, cuando salís vos mismo, con el peso que tenés que llevar en tu vida; pero esto que es vos mismo, si eso que es vos mismo toca el punto universal; en el interior, en algún lugar, se vuelve libre y universal, y eso es importante porque cambia todo. Se llama iluminar su karma.

-Gracias... y bienvenido.

Si no hay preguntas me voy a comer...

-Tengo entendido que con la práctica de la meditación la temperatura del cuerpo baja... es así?

-Quién te dijo eso... depende aveces hacés zazen en la nieve, en el frío, en ese caso si hay que ponerse una bufanda. Pero está bien tener la cabeza fría, y la parte baja del cuerpo caliente; la mayor parte de la gente tiene la cabeza caliente porque piensa demasiado, entonces acá dentro está todo el tiempo chshshshshshshsss... piensan piensan piensan y es complicado complicado complicado, pero no tienen mucha energía abajo. Con zazen es al contrario, hay que bajar; hay que bajar la energía, y arriba está fresco. Al mismo tiempo si hace frío y hay una corriente de aire te ponés una bufanda, pero no tiene nada que ver con la meditación.

-Qué es el karma, desde el punto de vista Zen?

-El karma es lo que vos sos, lo que vos sos vos; al mismo tiempo es algo personal, es decir es tu cuerpo. Empieza por uno mismo, por los límites del cuerpo; cada uno tiene su propia cara, sus propios cabellos, alguno tiene una nariz grandota... eso es el karma. Algunos son muy inteligentes, otros mas simples; cada uno tiene su forma de inteligencia, su forma de sensibilidad, etc, etc... eso el karma. Ese karma viene de tu padre, de tu madre, pero tu padre y tu madre tenían también un padre y una madre, y esto se multiplica muy rápido, en el pasado; si hay que hacer un árbol genealógico... nosotros somos el fruto de una gran cantidad de causas que hacen lo que somos ahora, entonces se dice: éste es nuestro karma; y uno va a decir: porqué yo soy chiquito... porqué yo soy grande... porqué yo soy francés... me hubiese gustado ser americano(yanki)... es así es el karma, pero el karma no está solamente limitado a nosotros mismos; todo lo que percibimos también es nuestro karma, nuestro mundo es nuestro karma, la realidad de nuestro mundo, la política, las maneras que hay en nuestro país, el clima, las bombas atómicas, todo eso finalmente también es nuestro karma, finalmente la totalidad del mundo es nuestro karma, y ese karma somos nosotros completamente, no se puede separar verdaderamente el interior del exterior. El mundo entero es nuestro karma, se dice que ese karma es sin comienzo, sin nacimiento, al mismo tiempo no somos responsables, hay una dimensión en la que nos escapa ese karma, es muy importante de entender eso, es sin comienzo. No hay un momento dado en que haya una primera acción que haya creado ese karma, es eterno, en realidad no nos pertenece realmente. Se dice que hay que asumir su karma, asumir lo que somos pero no identificarse, no identificarse con ese karma. Quiere decir que también tenemos la posibilidad de ser libres, de liberarnos de él, y también de liberar al mundo, de cambiar al mundo. Eso es la filosofía del karma, es muy complicado... pero es muy interesante, es una filosofía muy profunda.

-No tiene nada que ver con los budistas tibetanos que hablan de vidas anteriores...?

-Es otra noción del karma que es más individual, es una dimensión más pequeña; el verdadero budismo, la dimensión de la comprensión del verdadero budismo es algo mucho más amplio que eso. El verdadero budismo, la enseñanza de Buda, enseña que en realidad el ego no existe, en realidad el ego es universal, por eso dice no hay que identificarse a su ego. Hay que asumir lo que pasa ahora, pero la gente se identifica a su ego, cuando en realidad el ego no existe realmente; pero no lo asumen, hacen lo contrario de lo que hay que hacer, hay que asumir pero no hay que identificarse. En el verdadero budismo se piensa que el ego no existe, es universal; entonces, qué es lo que se reencarna?. El hecho de pensar: yo me voy a reencarnar, voy a tener otra existencia; es muy egoísta, es una noción que te ata, una noción que fue rechazada por Buda y sus discípulos. Hay gente que dice: cuando morís te dan otro cuerpo *jajája...* es una visión infantil y estúpida. El verdadero budismo es mucho más interesante que eso, mucho más grande; hace del hombre algo mucho más grande, más inmenso. Al mismo tiempo esta noción de reencarnación personal, okay, se la puede ver como ellos, pero un poco hace falta estar completamente opuesto a eso; cuando uno mira la cara de la cantidad de boludos que nos rodean, lo boludo que somos nosotros mismos, y decirse: ah yo me voy a reencarnar!! Pero qué es toda esta mierda, es ridículo. Hay que comprender la verdadera conciencia universal, la verdadera naturaleza de lo que nosotros somos, eso es lo importante. Esta verdadera naturaleza de lo que somos, no tiene nacimiento ni muerte, es eterna. Pero, pese a todo, en el budismo se habla de reencarnación; pero no es limitado a eso, no hay que verlo como algo limitado, es para tratar de que la gente entienda las cosas, es una metáfora. Después si vos hacés zazen mucho tiempo, vas a comprender eso, no son cosas que se puedan entender lógicamente, son cosas que en realidad ya tenemos la comprensión de eso, ya está en nosotros. En nosotros ya está la comprensión de todo, simplemente hay que ponerla en evidencia, hay que iluminarla; no es un conocimiento dogmático, fragmentado; es un conocimiento directo. VOILÁ

-Porqué... no hay objetivo, la postura en sí misma no es un objetivo?

-Sí, si... se dice que no debemos practicar con un objetivo, no hay que practicar con un objetivo, con una meta, porque esa meta es tan pequeña con respecto a la realidad de zazen, que va a molestar. Hay gente que tiene una meta, un objetivo; buscan eso, buscan esa meta; van a hacer zazen durante un año o dos años buscando esa meta, o a veces incluso durante veinte años, buscando algo, un objetivo, una meta; y pueden pasar dos cosas: o no lo encuentran, y paran; o lo encuentran, lo alcanzan y también paran. Por eso se dice que es estúpido tener un objetivo, una meta; el zazen realmente se practica sin meta. Cuando uno empieza a entender la dimensión de ese sin objetivo, empieza a practicar sin objetivo, en ese momento el verdadero zazen se abre, empieza. Pero hay que tener un ideal, es diferente. No hay que tener un objetivo: ah cuando voy a tener la iluminación... ah tengo el satori... No, hay

que hacer zazen con toda su fuerza, y simplemente hacer zazen; de todos modos del verdadero satori no se puede tener conciencia, porque es muy grande para nosotros. En los libros sagrados se dice que a dios no se lo puede mirar. Por eso zazen es importante, en zazen uno se vuelve dios totalmente, pero no se lo puede ver, no se puede tener conciencia. Todo de lo que tenemos conciencia pertenece a la dimensión del ego, y hacer zazen es abandonar ese ego; entonces en ese momento dios los llena, y cuando es total no hay nadie para mirarlo. Por eso no hay que tener un objetivo, pero hay que tener un ideal, quiere decir para que va a servir zazen. Hay que tener un gran ideal, hay que servirse de zazen para hacer algo para la humanidad, para despertar a la humanidad, para darle soporte, para cambiar el mundo, para hacer una revolución; ahí hay que tener un ideal, pero eso parte directamente de la práctica, cuando hacemos la práctica. Yo quiero utilizar el zazen para cambiar el mundo, revolucionar el mundo, es mi objetivo; pero un objetivo personal del zazen, yo del zazen no espero nada, nada de nada, y sin embargo lo hago, para los demás, con los demás. Mi zazen me dá inconcientemente.

-Según tu visión, hacia dónde va la humanidad, hacia qué se encamina?

-No sé... de todos modos es interesante; como viene hasta ahora va hacia bastantes catástrofes, porque llegó al final de su capacidad. El mundo moderno actual llegó al límite de su competencia, de su capacidad, para poder continuar está obligada a pasar a otro nivel; desde hace un siglo pasaron muchísimas cosas. Te das cuenta que hace cien años no se escuchaba un motor, no existía, en ningún lado... silencio... no había motores. Hoy el mundo moderno evolucionó de una manera enorme, pero en sabiduría no. Se llega a una especie de callejón sin salida, que el hombre tiene que sobrepasar para continuar viviendo sino va a ser terrible. Se ven ya los problemas, la caída del dólar, de la sociedad (norte)americana, que pueden aparecer de un día para otro; el comunismo después de cuarenta años se acabó, para el capitalismo va a ser lo mismo... ¡¡Porque todo en el mundo se mantiene en una cosa que no existe, en una trampa!! es virtual, es un sistema que es completamente superficial, que no reposa sobre verdaderos valores, y derepente va a hacer *buuum*, y derepente nos vamos a encontrar con el culo en el piso, encima sobre un piso cansado, mal usado, contaminado. De todos modos va a pasar, y cuanto más rápido pase... pero no se sabe cómo, de que manera. Lo más peligroso es la boludez, hay una dosis tan grande de boludez, la boludez humana... vos le dás un fusíl a cualquier persona, la mayor parte de la gente va agarrarlo y al primero que pase le va a tirar, le va a robar... la gente no tiene ninguna conciencia, ninguna grandeza, son salvajes... que sea en Europa, en EEUU, acá, es igual. Realmente como bestias del instinto de agarrar algo, sin ninguna sublimación.....
a encontrar soluciones, a crear soluciones, a crear un nuevo estado de espíritu, una nueva manera de vivir. En Europa, en Amsterdam trabajé con empresas multinacionales, compañías enormes, gente que realmente dirige el mundo

actualmente, ahora. Ahora la gente que dirige el mundo son Coca-Cola, Mc Donald, Nestlé, no sé cuáles otros pero son esas compañías, esos trusts que comen millones de millones de dólares, y que no están dirigidos por personas, al final están dirigidos por computadoras; no hay nadie que controle realmente eso, pero al final son ellos los que hacen las leyes, son ellos los que llevan al mundo. Los grandes patronos, la gente más importante de éstas empresas, me llamaron a mí, me pidieron para que haga una conferencia en Amsterdam delante de veinte grandes directores, y porqué, porque están perdidos; y yo no conozco nada en negocios, me dieron un montón de papeles para que yo me informe de lo que hacían, yo llegaba de viaje, volvía a mi casa a la una de la mañana, yo agarro los papeles, los leí y empecé a anotar, cosas, hasta las cuatro de la mañana. Después estuve delante de ellos, no eran más numerosos que ustedes ahora, había una gran mesa así, yo me senté así arriba de la mesa en zazen, nunca habían visto eso; y yo empecé a hablar, yo les dije: ustedes me pidieron que venga yo no les pedí nada, y yo les voy a decir lo que pienso de la empresa, y como tendría que funcionar, etc, etc... y empecé a leer todo lo que había anotado, yo veía las caras así, cada tanto había uno que se levantaba, salía, y en un momento uno dijo bueno me tengo que ir, y yo dije bueno bueno yo paro, me voy, y me dijeron no no no quedese quedese, yo continué... y yo me decía, bueno, como no conozco nada de esto, poray toy diciendo todas boludeces, pero al mismo tiempo yo me decía, bueno, fueron ellos los que me llamaron, me pidieron... yo estoy haciendo lo mejor que puedo, y al mismo tiempo no me importaba un pito. Al contrario, me vinieron a ver, me dijeron que era genial, no se notaba, no se veía que les interesaba, y la chica que me invitó me dijo es normal, acá siempre tienen que parecer que están apurados, son super super bussinesman hombres de negocios, tienen una cita cada diez minutos, están con el teléfono todo el tiempo, y no pueden estar dos horas así escuchando a alguien; pero les interesó muchísimo, escribieron todo lo que dije, lo publicaron en sus revistas, en la revista de la empresa que es enviada a setenta mil directores de empresas, y me pidieron hacer otra conferencia delante de setecientos directores. Realmente les interesa, y son gente que son realmente los más fuertes, en economía y todo eso pero están perdidos, no saben que hacer... es el principio, el principio del fin... *jája...* yo les voy a dar consejos y van caer más rápido todavía... *jájá jajájaja...* Yo lo que les dije fue que primero que nada en una empresa, para poder trabajar en una empresa, tenía que haber una motivación profundamente humana, para poder trabajar bien, para poder trabajar mal todo el mundo sabe hacerlo, pero en ese tipo de empresas hay que trabajar bien, son tipos que aveces trabajan catorce, dieciocho horas por día, están locos. Para estar motivados para una empresa, para poder trabajar bien, ser eficaz; tiene que haber un ideal. El ideal de la empresa, tiene que corresponder con nuestro ideal profundo, yo les hablé de eso por ejemplo. Las grandes empresas también tienen que tener un ideal, no solamente el dinero; y les dije -por ejemplo- ustedes el dinero lo consideran como un fin, pero el dinero es una energía, y es un medio para hacer algo más grande, si ustedes tienen como fin

solamente el resultado financiero, ustedes ya de entrada son perdedores, perdieron de entrada, ustedes tienen que empezar por pensar que van a hacer con esa plata, para que les va servir esa plata, tienen que pensar primero a eso, hay que pensar muy muy lejos para que funcione, y considerar la plata como una energía, y al final es un ideal que tiene que ser casi abstracto; esas empresas tienen un poder tan grande que tienen que tener un ideal humanista al final, para que la gente esté contenta de hacer lo que hace, es un tema realmente interesante; yo no trabajo solamente con gente pobre o joven, incluso gente muy importante en la sociedad puede también hacer zazen, es muy interesante...

-Entonces, cuando vos creés que el ser humano se separó por la vida cómoda, con plata; de la vida espiritual?

-No tendría que separarse, esa es la enfermedad, se separaron cosas que no tendrían que estar separadas. Mi maestro nos decía siempre a nosotros -porque el tenía discípulos muy pobres- ustedes tienen que crear sabiduría, eso quería decir: ustedes tienen que ganar plata; el ganaba plata y decía hay que crear sabiduría, tener ideas para tener plata. Cuando nosotros -los discípulos- le dábamos plata, el decía: ésto es dinero puro. El dinero es una energía, si no hubiese plata cómo haríamos, sería un cambio, cambiaríamos: yo te doy un pollo, contra un conejo, se cambian; pero es complicado, porque el pollo es mejor que el conejo... *jajája jajajája...* con un chancho por ejemplo; yo te cambio un pollo contra un chancho. *Bueno sí pero el chancho vale más que el pollo, pues tu debeme devolver la moneda, dar el vuelto, y así se creó la moneda, naturalmente; la moneda es mu...* es muy práctica, es algo práctico, si no existiese lo inventaríamos de nuevo enseguida; no es la plata lo malo, son los hijos de puta... siempre hay cien que están jodiendo a diez millones de personas, y es así desde hace miles y miles de años; es en todas las sociedades es así, y para qué, para qué joden a todo un país, cojen a todo un país, para no hacer nada, no saben hacer nada con esa plata; saben comprarse un ferrari, un helicóptero, estar ahí, tener una mujer, tomar cocaína, ser importante, ser presidente; pero es nada, es nulo. No son capaces de crear algo genial. Porque no entienden el sentido de la vida, no entienden el sentido del dinero, son tontos, es todo, es realmente una cosa de ignorancia; por eso yo quiero que la gente haga zazen, para ser un poco menos tonto, simplemente eso. Cuando todos los jefes de empresa hagan zazen, los jefes de estado por ahí se van a decir bueno yo también voy a tener que hacer zazen, por que soy el único boludo en la historia... *já jajaja...* no es verdad el zen, el zazen no es una cuestión de inteligencia, aunque uno sea tonto puede hacer zazen, es una cuestión de sensibilidad, de percepción de las cosas y de exactitud en cuanto a las cosas; es así y no es de otra manera; y a veces es así y puede ser de otra manera. Es comprender como funcionan las cosas, por ejemplo los indios -antes- en todo el continente americano vivían de una manera muy muy muy simple y armoniosa, en África también; vivían en

armonía, no había muchos ni demasiados, había justo la cantidad que hacía falta; había la cantidad de antílopes que hacía falta, la cantidad de leones que hacía falta, y todo el mundo se armonizaba así, era simple. No era gente superiormente inteligente, seguramente en las tribus había gente más inteligente que otra, otros que eran más músicos, otros que eran más bravos para cazar; pero lo que tenían era la percepción de la realidad del conjunto de las cosas. Yo no sé porqué nosotros los europeos somos raros, no sé de dónde sale, porque al mismo tiempo los europeos -antes- son una mezcla de pueblos, pueblos que venían de los vikingos, de los celtas, de los germanos, de los austrogodos, *es una mezcla pero no sé que... es el karma, es sin comienzo pero es así, y también el europeo puede cambiar, puede cambiar su mentalidad; cuando hablo del europeo es mundial porque la gente de aquí son también europeos, hay un montón de españoles, y de inglés, de francés, que antiguamente vienen aquí, y hay africanos que vienen también, hay una mezcla, y con los indios... y al final debemos volver a la tierra, volver a una cosa simple, porque la felicidad es muy simple al final ah muy simple, y lo que queremos... hay que pensar que toda esta experiencia, todos esos errores que hace el ser humano; toda esta ciencia, toda esta evolución científica, quizás tiene un significado, un sentido... para el futuro; y que poray podemos volver a una vida más básica y más simple cerca de la tierra, más cerca de la vida de nuestros ancestros; teniendo al mismo tiempo una conciencia, una experiencia más grande, no sé... en todo el ser humano por ahora no evoluciona mucho en el buen sentido. El zazen es un retorno al buen sentido, hacer algo que es eterno, que es humano, prehistórico, que pertenece a la esencia del hombre. Si uno se aleja de eso, uno no es nada, va a desaparecer; y si uno se queda así, si uno conoce zazen, si uno tiene raíces... uno puede usar la computadora, uno puede usar corbata, uno puede usar la ciencia, uno podrá utilizar todo eso de manera razonable. *Otra pregunta... pero es trabajo, quiero decir zazen es difícil, muy difícil; es tan difícil como la vida es difícil. Yo no sé si no hay una persona acá que no haya pensado puta qué difícil que es la vida, qué mierda... yo pienso que es muy raro gente que no piensa así, porque la vida es realmente difícil. Por eso zazen no puede ser fácil, porque justamente es sobrellevar las dificultades de la vida, es que se te caigan encima, es hacer frente la dificultad de la vida y vencerla, entonces es difícil. Primero está la realidad del cuerpo, la realidad de todo eso, pero es realmente el método y es muy simple, pero es difícil; la gente llega y dice ah encima hace calor y todo... van a buscar otra cosa con piedras, una meditación con piedras... ajáajajajá... maricón... pero las piedras son muy lindas...**

-...el loto o el medio loto es la única postura?, porqué no se puede hacer sentado o...?

-En el peor de los casos si realmente si no podés tomar la posición, pero esta posición es realmente especial, hay muchos estudios hechos sobre esta posición, *hay un libro aquí, un estudio científico sobre la postura que es muy*

muy interesante. Cuando tomamos esta postura... en realidad el hombre tiene dos piernas, están siempre en ésta posición, una adelante y otra atrás, siempre una en el suelo y otra en el aire, siempre hay una derecha y una izquierda; cuando uno hace la postura en loto no hay más ni pierna izquierda ni derecha. Siempre las manos lo mismo, siempre una izquierda y una derecha, un brazo izquierdo y uno derecho. Cuando tomás la postura no hay más brazos, se llama *ho kai jo in* la forma, es un mudra, un mudra mágico, un mudra universal; es más que mágico y universal. Hay muchos mudras en la religión, así, así, todo estos son mudras, *así también es un mudra, pero así es el mudra universal de zazen, y no hay mano derecha, mano izquierda es una unidad -también con los vasos es una unidad- y queda una postura que es más allá del ser humano, más allá de... es como un juego al final, así... y tu no puedes decir estoy sentado cuando te sientas así... pero ésto es muy recto...* no sabés si estás sentado, parado... al final estás más allá de la posición, más allá del cuerpo. Es una postura para abandonar el cuerpo y el espíritu, pero abandonar bien derecho, no es en el sueño en la imaginación. Esta postura es realmente inherente al hombre, es realmente el secreto del hombre del cuerpo humano.