

Maestro Kosen Thibaut

Kusen y Mondo Sesshin 3 y 4 de Diciembre 1995

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

No se termina nunca de descubrir zazen.

La gente se interesa a toda una cantidad de místicas, buenas ondas; son una cantidad de mercaderías de maricones, pero cuando se encuentran enfrente de la verdadera vía espiritual, la que podemos tocar con nuestro cuerpo, con nuestro karma, en la que hay que mirarse a uno mismo, meterse entero, hacer un esfuerzo, cuestionarse, abandonar su personaje social, entonces todo el mundo se escapa como gorriones.

Para hablar del zen, de la espiritualidad, alrededor de un petardo, con una buena botella, para complicarte la cabeza hablándote horas del zen: están todos ahí, hinchando las pelotas; pero cuando se trata de practicar, ponerse de cara a la pared, todo el mundo se escapa como minitas.

En realidad la enseñanza de un maestro, durante zazen, es una cosa muy preciosa, se lo llama el Dharma. Se dice en los sutras que tener la suerte de poder escuchar esta enseñanza, es una de las cosas mas raras del mundo. Aunque uno no comprende esta enseñanza directamente; inconcientemente, uno lo recibe pese a todo, y eso va a resurgir uno u otro día. Incluso si durante una sesshin, el maestro pronuncia solamente una palabra, es importante estar ahí cuando él pronuncia esa palabra. Sin el contacto con el maestro no se puede comprender zazen.

La gente ve la postura, la práctica de zazen, la enseñanza... como si fuese algo ordinario, es decir como todo lo que tienen costumbre de ver y conocer en sus vidas. No se puede abordar zazen como una cosa ordinaria; la gente lo ve como un objeto, como un juguete, como algo realmente pequeño y limitado, y cuando el maestro enseña no vienen.

Aunque practiquen toda su vida no comprenderán nunca.

En el *Shobogenzo*, el maestro Dogen dice: “El contrario de la Vía, es considerar su ego, su persona, como muy importante, y el Dharma como poco importante”.

Hay gente cuando yo llego a algún lugar, la gente dice “ah queremos ver al maestro, ah maestro le quiesiera hablar”; completamente egoístas; no se preocupan de saber si yo quiero estar tranquilo, quiero descansar; en cambio cuando la práctica tiene lugar no están.

El maestro Deshimaru lo dijo siempre: “El zen es solamente zazen”. Es todo. La gente viene al dojo, practica zazen y es todo, pueden ayudar un poco de samú. Es ahí donde las cosas importantes suceden; las discusiones no son importantes para nada, las conferencias, los libros, todo eso es realmente la

masturbación, la gente le gusta la masturbación, intelectual.

Porqué practicamos una vía espiritual?. Para solucionar verdaderamente el problema de la vida y de la muerte. Es mucho más importante que nuestra propia vida, practicar la Vía es más importante que nuestra propia vida, y los grandes idiotas quieren usar la Vía para su pequeña vida egoísta.

Hay dos puertas importantes en el cuerpo, una está situada en la cima del cráneo: la fontanela, en los bebés esta parte está abierta; cuando hacen zazen esta parte se abre de nuevo. El otro punto se encuentra entre los órganos sexuales y el ano, hacia el suelo, sobre el zafú, es el punto donde nos sentamos sobre el zafú. La relación de intercambio entre estos dos puntos es muy importante, tienen que estar alineados el uno con el otro.

Empujen bien la tierra con las rodillas, y no se bloqueen en una postura, no tengan una postura rígida, sino que busquen verdaderamente el equilibrio dinámico, con el que van a encontrar la posibilidad de relajar el cuerpo. Cuando encuentran el equilibrio, las tensiones ya no son más necesarias.

Zazen es todo el tiempo, una postura de intercambio, de amor entre la tierra y el cielo.

Ese intercambio se hace en gran parte, a través de la respiración, no se respira solamente con los pulmones, sino con todo el cuerpo.

El año pasado cuando volví a Europa -después de estar en América Latina- decía, decía que zazen era bailar inmóvil; para hacer entender a la gente que no tenían que estar rígidos. Cuando quieren bailar, si les quieren explicar intelectualmente cómo bailar, cómo bailar la salsa, se vuelve muy complicado. Para zazen es lo mismo, es siempre distinto. Es muy poderoso, está mucho más allá de las nociones de pensamiento, está vivo. Como un pez que nada en el agua, o un pájaro que vuela en el cielo.

Este intercambio, que pasa en su cuerpo durante zazen, transforma nuestra karma en despertar, verdaderamente. A veces es agradable, a veces desagradable, zazen; a veces parece difícil, a veces parece fácil; ustedes no tienen que considerarlo.

Estiren la columna, empujen la tierra con las rodillas, el cielo con la cabeza.

Pliín.... (kinhin)

En realidad tienen que engendrar un movimiento interior, y ese movimiento, es el movimiento, es el movimiento que nos separa de la condición normal; cuando hacemos zazen uno trata de corregirse, trata de estirar su postura, hay un movimiento que nos separa de la postura correcta, ese movimiento hay que encontrarlo, reencontrarlo profundamente en el interior, suavemente. Tiene que aparecer espontáneamente; al mismo tiempo es un movimiento tan lento, que es invisible, tan profundo. Es más bien parecido al movimiento de las montañas o de los árboles, de las raíces de los árboles entre las piedras. No puede ser engendrado por la voluntad; es muy delicado cuando se inconcientemente, inconcientemente no significa sin conciencia. Cuando uno

actúa conscientemente, la conciencia viene primero y la acción viene después; cuando uno actúa inconscientemente, la acción viene primero y la conciencia después. Ese movimiento del que hablo, de corrección, tiene que estar generado en nuestra conciencia por nuestra propia intención, no tenemos que hacer directamente la acción, después nuestra conciencia profunda va a generar la acción, automáticamente.

Kaijó!!!

4/12

Ayer hablaba del movimiento que nos separa de la postura perfecta de Buda. Cuando practica zazen, uno se esfuerza para acercarse a la postura perfecta de Buda; lo que separa de esta postura, lo que separa nuestra postura imperfecta de la postura perfecta, es un movimiento. Se piensa que zazen es inmóvil, pero en realidad es un movimiento muy lento, en la dirección de la postura de Buda, de nuestra postura de Buda. Hay que liberar y engendrar ese movimiento; mi maestro decía siempre: “La postura es lo más importante”.

Evidentemente no es tan evidente comprender su cuerpo, comprender lo que falta y lo que está en exceso en nuestro cuerpo. Yo sé que yo mismo durante años, hice esfuerzos enormes en mi práctica de zazen, yo utilicé la voluntad máxima durante años, durante más de quince años.

En realidad, al principio es necesario hacer un esfuerzo para tomar la postura correcta, la buena postura. Después conseguimos poder mover nuestro, con el espíritu, con la energía, la energía interna.

Hay engendrar ese movimiento del que hablaba antes, de corrección, solamente a partir de la intención interna, la energía es el resto, suavemente. Es la única manera de no oponer una tensión, una resistencia, opuesta a lo que queremos producir.

La postura de zazen, la práctica de zazen, es un universo inmenso, que contiene todo el universo, que contiene todas las existencias, en nosotros; pero es más que nosotros, es el hombre, Buda. Se pueden estudiar una infinidad de aspectos, yo les hablo del movimiento, es una pequeña partícula en relación a todo lo que hay para descubrir en el zazen. La esencia del movimiento lo van a encontrar en el zazen; en zazen podemos descubrir el secreto de la conciencia, del sueño, de la energía.

Podemos penetrar el mundo de lo que no puede conocer, sin miedo, sin pensar.

La gente, incluso los que practican zazen, no comprende verdaderamente lo que es zazen, incluso a los maestros como yo, les cuesta expresarlo, explicarlo.

MONDO

P : ¿ Vos crees que es posible lograr no eyacular en el acto sexual, sin la guía de un maestro, solamente siguiendo una técnica e intuitivamente?

R : En el Zen no se enseña eso, es más bien el taoísmo eso; efectivamente si practicamos eso, el taoísmo, hay que aprenderlo de un maestro, porque solo es difícil. De cualquier manera, podemos tomar conciencia del valor de esta energía, y se puede hacer el amor sin estar obligados a eyacular cada vez. Es decir, si uno integra esto suavemente en su vida... funciona al mismo tiempo con una circulación de energía, hay que hacer circular esta energía al mismo tiempo. Pero cuando uno es joven, si no tiene un maestro así, en medicina china se aconseja sobretodo el invierno, de tener cuidado en invierno de no perder demasiado su energía.

Pero en cambio en primavera, se puede más frecuentemente. En el verano y en el otoño medianamente. Depende de la edad que tenemos, de la energía que tenemos, de la estación. No es algo que yo enseñe, o que le diga a la gente, pero igualmente es algo importante de lo cual hay que tomar conciencia. Hay muchos deportistas que practican eso, que antes de un combate se cuidan de no perder su energía. Hay que tomar conciencia de eso poco a poco y abrirse suavemente, no es de un día para otro que hay que volviese dogmático con esta historia; por el momento concéntrate en el zazen que ya es bastante.

P : Yo quiero saber ¿ qué es ser egoísta?

R : El egoísmo es pequeño, es de no ser capaz de soltar. De alguna manera de abandonar, porque uno quiere agarrar, a veces uno puede agarrar o guardar algo, o tomar... uno puede y debe hacerlo libremente; por ej. si tengo sed yo agarro un vaso de coca y lo tomo, no hay problema y no es egoísmo ; pero el egoísmo es no poder soltar algo, puede ser algo material, o su ego, o su propio honor, su auto, y uno no puede soltar, uno está obligado de seguir, uno está encadenado, es decir es esclavo...eso es el egoísmo. Es algo que nos mantiene en algo que realmente... pero en realidad somos todos egoístas, vivir es egoísmo, es la expresión del ego a cada instante; pero el Zen consiste a poder soltar eso, y a fuerza de practicar uno toma el hábito de poder soltar su egoísmo. No quiere decir que el egoísmo desaparece, aparece siempre el egoísmo, en cuanto el zazen se terminó el egoísmo reaparece... pero a fuerza de soltar el egoísmo, uno se da cuenta que no existe verdaderamente, no tiene noumeno, no nos pertenece; nuestro egoísmo no nos pertenece. La gente que se identifica a su egoísmo, es loca, imbécil. Pero a fuerza de habituarse a soltar su egoísmo, entonces podemos tener un ego más grande, más fuerte todavía, pero cada vez uno puede soltarlo. Yo sé que mi maestro tenía un ego enorme, es decir el instinto de vida, era muy celoso, se enojaba, no le gustaba prestar

sus cosas, tenía todas las características de un egoísmo enorme, porque era realmente muy fuerte, pero al mismo tiempo abandonaba tanto su ego, que al final el ego es sin noumeno, es un ego cósmico, y uno puede abandonarlo, cada vez que uno se sienta en zazen lo abandona. Es importante eso. Al final el ego no existe en realidad, uno cree que existe, pero es algo que fue construido poco a poco que nos fue enseñado por nuestros padres, y cuando hacemos zazen, uno descubre a fuerza de tanto abandonar eso, que este ego no existe, no tiene noumeno. Y entonces uno se pregunta ¿quién soy yo? Y uno se vuelve cada vez más zazen, pero el ego se vuelve cada vez más fuerte. Cuanto más se vuelve cósmico el ego, más fuerte se vuelve también. Es como una bola de nieve, el ego se vuelve cada vez más enorme, realmente se vuelve cada vez más grande, la vida cada vez más intensa, los deseos, las pasiones, cada vez más fuertes, y cada vez uno continúa y uno lo larga de nuevo. El ego se dice que no se puede ni abandonarlo ni atraparlo, existe pero no existe. Si uno quiere abandonarlo es imposible, si uno quiere atraparlo, encontrarlo, no se puede tampoco, es una contradicción graciosa. Yo soy muy egoísta, por ej. pero puede abandonar mi ego en todas las situaciones, al final ; en la raíz. Es parecido con mi maestro, había mucha gente que lo criticaba, ah! el maestro Deshimaru fuma, toma whisky, no es un verdadero maestro ; un maestro verdadero debería ser vegetariano , no respeta los preceptos budistas...había mucha gente que lo criticaba, y él decía si esa gente respeta los preceptos : no comen carne, no toman alcohol, no fuman cigarrillos, pero en la raíz no han abandonado su ego. Yo, yo tengo defectos, tengo pasiones, en el exterior; mi exterior es fuerte, pero en la raíz, la raíz está cortada. La raíz del ego está cortada, y cuanto más la raíz está cortada, más tu personalidad se vuelve fuerte. Es por eso que los maestros tienen una personalidad fuerte, pero sin noumeno, sin ego. Es el ego sin ego. Yo veo, si yo debería soportar lo que soy, si yo me identificara a lo que soy, a lo que vivo en el interior, no es posible, me volvería loco. Soy tan apasionado, me puedo enamorar apasionadamente en un minuto, si yo me tuviese que apegar a eso me moriría encendido. Soy colérico, muy celoso, todos los defectos del hombre, los tengo muy fuerte, pero en la raíz no hay nada, está cortada. Realmente algo muy difícil y muy importante es el bodhisatva, es decir el hombre que regresa a la tierra para salvar a la humanidad entera, y ya ha cortado la raíz de sus ilusiones. Hay cosas escritas sobre eso en Vimalakirti que son espléndidas, en el libro que yo escribí, y habla de Vimalkirti el gran bodhisatva, le gusta beber, hacer la fiesta, pero es capaz de alimentarse solamente con arroz y no le importa nada, le gustan las mujeres, muchas mujeres, un harén, pero en realidad practica profundamente la abstinencia.

En efecto hay todo un escrito sobre el bodhisatva, y entonces da todos los defectos, es celoso, colérico, pero con el contrario; pero en realidad no se apega a nada, esa es la filosofía del bodhisatva y es verdad. Y se realiza por la ordenación y por el zazen, y uds. mismos, los discípulos se vuelven cada vez más así. Los discípulos que tienen la ordenación y continúan zazen, que no se

dan cuenta, uno tarda años en darse cuenta... el satori es darse cuenta de eso. La gente se hace pasar como no egoístas, pero en realidad lo son, luchan contra su egoísmo; pero verdaderamente hacer zazen es cortar el ego. Cuando uno hace zazen abandona el ego, uno pierde el cuerpo y el espíritu total. Y algo en nosotros se da cuenta que está totalmente desapegado y que no le importa nada, ni la vida, que podemos cortar en un segundo. Uno puede enojarse muchísimo y un segundo terminado, no hay nada, igual para todo. Por suerte, porque sino sería horrible. Alguien que tiene el ego tan fuerte como una persona que practica desde hace mucho está loco y enfermo, un tipo así que no conoce zazen y que tiene pulsiones tan fuertes como un maestro Zen, por ej. no puede vivir, es muy duro. A veces yo también sufro mucho de eso, porque uno siente todas las cosas del mundo, uno es hipersensible al inconsciente colectivo, a las cosas humanas, y uno las vive a fondo, pero las podemos abandonar en zazen. Podemos encontrar la tranquilidad en zazen. Desapegarse de todo.