

Kusen Campo de verano **Argentina enero-febrero 2001** **dirigido por Kosen Thibaut**

1ª SESIÓN

2do. día de Preparación:

Miércoles 17-1-2001 7.30hs

Empezar la concentración. Empezar a practicar algo.

Siempre se dice en las enseñanzas de los antiguos maestros, que practicar Zazen es hacer nada. Pero también hacer nada es una práctica, es practicar algo. Aquí así, hay tres vías para practicar durante el Zazen que son: Concentración en la postura, concentración en la respiración y concentración en el estado de mente-espíritu, actitud de la mente, actitud de conciencia.

Estas tres vías, tres temas, son cada uno infinitos; lo peor durante Zazen es seguir su propia ilusión, continuar su pensamiento boludo, o no sé qué, pasar el tiempo sufriendo, durmiendo, digiriendo.

Hay muchos que practican así. Yo puedo entenderlo mirando la postura. Puedo saber más o menos como es la gente siempre. Por detrás se puede ver, sentir, siempre.

En este doyo, no, poco. Así, en qué concentrarse, cómo concentrarse. Así cada uno debe descubrir en su propia práctica, su evolución. Pero también seguir la indicación que el maestro enseña. Es muy precioso tener un maestro y hay que aprovecharlo al máximo. Una vez había un discípulo que me preguntaba porque le hable yo a él de los ángeles, “¿pero crees tú en los ángeles?”, yo le dije “no”, pero él no cree que limpiar el doyo, cambia completamente la práctica, por ejemplo, que está en relación última con la práctica. Sí, ahora el doyo está mejor.

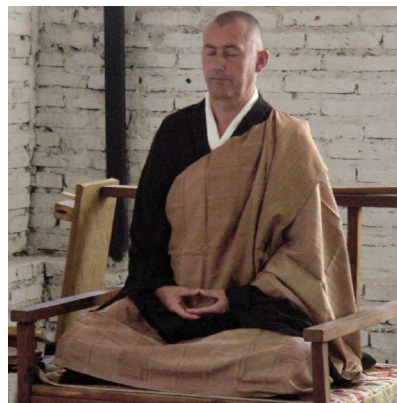
Esta mañana no hubo samú. Hubo samú de preparación de cocina, sólo de cocina. Aprovechen para limpiar la ropa o hacer cualquier cosa personal. Pero también el samú no está prohibido. Si tienen inspiración para hacer una cosa, está bien. Es posible que el camión llegue, hay que descargar. También sería importante sacar los caballos, esto es también un samú, que pueden hacer dos o tres personas, porque los caballos cagan en la fuente misma y después polucionan el agua. Así que hay que estar muy concentrado en abrir y cerrar, cuando se pasa con el coche. Durante Zazen, las puertas tienen que estar cerradas.

3er. día de Preparación

Jueves 18-1-2001 19 hs.

Cuando el Buda una vez durante una conferencia, se pone a girar una flor entre sus dedos y su discípulo Mahakashyapa sonrío dulcemente; no había separación entre maestro y discípulo; como un pescado atrapado, enganchado en su red.

Cuando el segundo patriarca, Eka, hacía sampai enfrente de su maestro



Bodidharma, el maestro le transmite su kesa, le transmite el kesa de Buda, el mismo. No había separación entre ellos, como pájaros en una misma jaula. Cuando has realizado esto muy profundamente como la causal relación de todas las cosas, los otros pueden funcionar libremente siempre en una oscura cueva. Gente para si mismo.

No hay que olvidar que la vía del Zen es una vía religiosa, la vida espiritual. Antes de la muerte de mi maestro, Taisen Deshimaru, él me preguntaba con una voz fuerte: “¿Por qué practicas Zazen?”, y yo no sabía qué decir, había olvidado porqué practicaba Zazen; había olvidado la razón profunda del principio y no sabía que contestar, me quedé así en silencio. Mi maestro dice: “¡Qué boludo este discípulo, me voy , me muero. Si él no recuerda porque practica Zazen yo no tengo nada más que hacer aquí.” Hay que realizar la relación causal que liga todas las existencias, todas las conciencias juntas. Poco a poco nos volvemos amigos entre nosotros, relación de amigos al salir de Zazen, bromas, hablar de mujeres. Poco a poco todo pierde su sentido importante. La ceremonia se vuelve una gimnasia, al final te preguntas: ¿por qué estoy aquí?. Sería mejor que estuviera de vacaciones en Brasil

5to. día de Preparación

Sábado 20-1-2001 7.30hs.

Hay una frase de un maestro antiguo que dice: “No hay otro lugar para escapar que el satori”. Toda la vida tratamos de escapar de lo que no nos gusta, de lo que nos da miedo y corremos atrás de lo que deseamos, atrás de los deseos, correr atrás de las mujeres. Escapar a la responsabilidad, por ejemplo. También a veces practicar el Zen para escapar de algo, por eso la práctica del Zazen... no tengo mi diccionario, es como deshacer un nudo. Nuestro karma es un nudo muy complicado. Siempre en el cuerpo se siente como nudos. El espíritu es como nudos de los cuales no somos conscientes. Actitudes, reacciones, relaciones un poco extrañas con la realidad.

Sesshin

Martes 23-1-2001 7.30hs.

He visto una película hace un tiempo. Había un hombre que estaba muerto y era como un fantasma. Y él trataba con su espíritu, con su mente, de mover las cosas materiales, porque tenía una misión que cumplir en la tierra, pero no tenía cuerpo para hacer cualquier cosa, ni podía hablar con su mujer. Poco a poco aprende a mover las cosas materiales. Yo pienso en este tema porque la manera de practicar Zazen es un poco así. Yo veo a la gente en el doyo que se tocan la nariz, los ojos, que se mueven siempre. Mi maestro enseñaba que el cuerpo y el espíritu son uno, tienen a ser uno. y hay un sutra que dice: “Si tienen dudas, el cielo y la tierra se separan”. Si tienen dudas del ancho de un pelo del culo, el cielo y la tierra se separan. El cielo y la tierra quieren decir el cuerpo y el espíritu se separan. Durante Zazen no deben separarse. Se debe practicar con el espíritu, especialmente respirar con el espíritu. Porque, el cuerpo no se mueve, pero hay cosas que se mueven en el cuerpo, por ejemplo, la respiración, el corazón, que hace circular la sangre. Esto se mueve siempre aunque no se quiera mover. Esto se mueve, sino, te mueres. Y si

miras bien el corazón y la circulación de la sangre, veras que el corazón esta en relación con la mente. En Japonés o en Chino se dice SHIN que quiere decir corazón pero también quiere decir espíritu. I SHIN DEN SHIN: de mi espíritu a tu espíritu; de mi corazón a tu corazón. Y el corazón tiene su ritmo. El ritmo del corazón tiene que ser regular, sino es regular, tu salud no es buena. Y cuando tienes una emoción o un pensamiento, el corazón reacciona inmediatamente. Es por eso que el corazón reacciona inmediatamente. Es por eso que el corazón es el emperador del cuerpo. Porque está en relación con el cielo, con el espíritu y también con el cuerpo. Como el emperador, que está en relación con Dios y con el pueblo. Si el corazón se para, todo el mundo se muere. Y también la respiración es el intercambio permanente entre el microcosmos y el macrocosmos. Es decir también el intercambio entre el cielo y la tierra; entre el espíritu y el pueblo. Así estamos hechos de espíritu, es vacío, es pura energía. La ciencia debe certificarla. Por eso, la práctica de Zazen tiene que ser espiritual, no material. Si es material es aburrido y pesado. Pero también, al principio, hay que experimentar todo el lado material del Zazen. Después, hay que elevar la dimensión.

Sesshin

Martes 23-01-2001 11hs.

El verdadero Zen es la verdad eterna. Pero la verdad eterna para nosotros, no debe existir (más) que sobre la base de la personalidad humana. Así, tenemos que encontrar nuestro propio espíritu. El Zen es el “agravamiento” último de la historia del hombre. Y si queremos comprender el verdadero Zen, tenemos que sentarnos, utilizando el método de Zazen. Así lo han dicho el Buda mismo y los maestros del pasado. La postura, el método de Zazen es muy antiguo. El otro día yo estaba discutiendo con un amigo que es profesor de yoga que me enseñaba algunas respiraciones de yoga. Pero la postura de yoga es muy distinta. La postura, la respiración del yoga es muy diferente. Un poco parecido pero diferente. También la postura de Zazen es una postura de yoga. Esta descrito en los textos antiguos como la “Bhagavat-Gita” y se precisa bien que hay que sentarse en un almohadón de hierba, de algo. Es muy importante la altura del safu. Si el safu es muy bajo, la postura no puede estar exacta. Si alguien me pregunta: “¿Qué es eso, el Zen?” , yo le respondo que el Zen no es otra cosa más que sentarse. El verdadero Zen consiste en sentarse tranquilamente, por supuesto en la postura correcta. Esta tranquilidad es muy importante encontrarla. Esta tranquilidad “eterna”. En esta tranquilidad es posible descubrir el verdadero ego. Así, este descubrimiento de nuestra verdadera naturaleza, verdadera esencia de sí mismo, de esta tranquilidad profunda de adentro, es este no miedo absoluto, te cambia la vida cotidiana. No es cuestión de cambiar tu vida cotidiana con un estereotipo japonés o indio. Con este descubrimiento que se hace más o menos inconscientemente, a veces de practicar, con este conocimiento intimo es posible solucionar el karma. ¿Cómo se soluciona el karma?, se soluciona viviéndolo,

experimentándolo. En general la gente también vive su karma, pero se vive este karma con felicidad, con sufrimiento, con tribulaciones, con ilusiones, pero sin esta conciencia, sin éste conocimiento inconsciente que te hace descubrir la práctica del Zen. Así, la gente repite su karma, sufre mucho, pero no solucionan nada. Repiten siempre la misma historia, los mismos errores. Por un lado, el monje Zen, el practicante Zen, sufre más, también aprovecha más de la felicidad, de la vida, pero también sufre más por los demás porque está más consciente. Porque en realidad, su vida cotidiana es Zen. Pero también esta conciencia es la misma que soluciona, que cura su karma. Por eso que en Zen se dice: “El verdadero Zen no existe más que sobre la base de la personalidad del hombre”. Mucha gente me dice: “Háblame del Zen en la vida cotidiana”, “¿Qué es el Zen en la vida cotidiana?”. O me dicen: “Pero tú practicas el Zen en el doyo pero en tu vida cotidiana no, estás nulo”, por ejemplo. Pero esto es falso, porque tienen una idea del Zen muy estereotipada. El Zen es no más que tu vida. Si practicas la postura y el Zazen, si continúas esto, tu vida es Zen, tu vida cotidiana es Zen. Porque adentro de esta vida, cualquier sea, siempre, si te equivocas, hay este conocimiento inconsciente e íntimo. Esta seguridad, esta tranquilidad, este no miedo absoluto que tú puedes conocer y descubrir en el Zazen. Seguro que el Zazen es una mujer que se deja tomar muy fácilmente.

Sesshin

Martes 23-01-2001

17hs.

Ahora los argentinos piensan que un mes es demasiado, sería mejor solamente veinte días. Normalmente en los campos de verano los monjes se levantan a las tres de la mañana, practican siempre Zazen de dos horas. Dos veces de una hora. Comen sólo dos comidas.

Sesshin

Martes 23-01-2001

20hs.

Zazen significa: “za” sentarse y “zen” viene del sánscrito, que significa dhyana, dhyana significa concentrarse en un solo espíritu en una sola cosa, también para las agitaciones del espíritu. El Zazen no es un estado especial, es un estado muy normal, muy silencioso, muy tranquilo, sin agitación, muy consciente. Durante Zazen no hay ninguna intención, ninguna búsqueda, ningún esfuerzo particular. El Zazen no debe ser una imaginación. Hay que estar sin hipocresía, sin dogmatismo, sin arrogancia y hay que abrazar los contrarios. El Zen es realidad a partir de todas las manifestaciones de la vida, y a partir del espíritu puro de Zazen, abierto, franco, claro. Por supuesto cada día estamos llenos de pensamientos complicados, muchas contradicciones, pero no es necesario resolver o escapar de estas contradicciones porque cuando nos sentamos tal como dice la tradición en la postura correcta, podemos encontrar el verdadero yo. Es lo que decía esta tarde. En esta posición sentada podemos volver a nuestra pura y verdadera naturaleza del fondo del tiempo, nuestro origen es muy anterior al nacimiento de Abraham. Podemos volver a nuestros antecedentes prehistóricos. No se puede comprender el Zen leyendo libros, el Zen es solamente hacer Zazen, sentarse.

Sesshin (Mondo)

Miércoles 24-01-2001 11hs.

P: Yo no llego a hacer el loto completo, me duele, me muevo, tengo mucha dificultad. ¿Es mejor hacer medio loto bien sin moverse? o, ¿probar el loto aunque me mueva?. Al mismo tiempo yo se que en el medio loto la respiración no es la misma que en el loto.

R: Bueno, lo que puedo decir es que por mi maestro Deshimaru cuando era joven era muy fuerte físicamente porque hacia mucho deporte y era muy difícil para el tomar la postura porque tenia las piernas muy musculosas y después él hace el loto pero cuando se hizo mas viejo no tomaba más el loto, tomaba solamente medio loto.

Parece que no le importaba mucho...nada!, pero estaba siempre concentrado en una silla, en cualquier postura, para él era igual.

Pero seguro que el loto es muy diferente , es más que nada una estabilidad, un equilibrio y también hay que cambiar de pierna, para la energía especialmente es mejor, para abandonar el cuerpo también es mejor, porque uno se puede quedar en un equilibrio que no necesita más esfuerzos si la postura esta bien. Puedes abandonar el cuerpo sin que el cuerpo se caiga. Por eso es mejor, pero el otro también esta bien, el medio loto. Hay que entrenarse poco a poco, en su casa, o un medio Zazen así, y después.... ¿Hace mucho tiempo que haces el loto?

P: ¿Que pruebo?

R: Sí

P: Desde hace dos o tres años

R: Ah!, yo la primera vez que tomé el loto fue tan fuerte porque me hacía mal. Estaba en España y tenia un pequeño doyo familiar, porque mi tío era monje, mi madre, mi sobrino y teníamos un pequeño doyo. Y un día digo: “bueno, voy a tomar el loto” y Ah!, mucho sudor, muy mal durante los cinco primeros minutos, cinco o diez primeros minutos así, y de golpe me salgo del cuerpo, deje el cuerpo y después no sabia como bajar. Y después cada día seguí pero el lado derecho solamente. El izquierdo era mucho más difícil y después poco a poco... . Si durante el campo de verano se practica cada día y es más fácil. Para mi ahora es mas fácil en loto que en medio loto porque en medio loto la pierna de abajo se hace así... y falta algo, se escapa algo de energía. También hablo de la postura de Zazen con un amigo que hace yoga, y la postura de Zazen es muy diferente de la postura de yoga. Es otra postura, otra cosa.

Yo practicaba en mi casa, y una vez me despierto en la noche y me siento así en Zazen y empiezo a practicar algunas respiraciones que son de yoga, yo practico esto y después de diez minutos me doy cuenta que hay algo que no esta bien. Yo salgo del zafu y me quedo así y las manos así; ahora me siento mucho mejor porque hay una línea entre aquí y aquí como un tubo esta respiración. Yo me siento mucho mejor como una serpiente que va “Shshshshs” y veo que el zafu no esta bien para esto, pero para el Zazen es

otra cosa, es completamente otra historia. Y la particularidad del Zazen es mantenerse en una postura que se puede abandonar , se puede olvidar todo, abandonarse y quedarse en equilibrio con una respiración , la que es muy “Ah.....”, y se pone en la tierra, se baja en la tierra es como si se cavara un pozo “Ah....”, y después sacar “Ffff...”, sacar el agua del pozo, es la respiración Zen. Ok._ No hay mucho tiempo para realizar el Zen

P: La fe se pierde o se convierte en otra cosa?, o ¿Se confunde con otra cosa?

R: Si depende de lo llamas la fe, porque hay fe que son ilusiones y no sé, no puedo saber para los demás, los otros. Yo pierdo todo, pero no la fe, no pierdo la fe en mi maestro; pero para mí no es fe, para mí es evidencia, y el Zazen esta mucho más cerca de la evidencia que de la fe. Pero a la gente no le gusta la evidencia, no, le gusta las condiciones normales, le gusta las ilusiones, divertirse y mucho escapar de la realidad, y tienen miedo, miedo de la muerte, miedo de estar solos, de la soledad y quieren escaparse, con mucho movimiento; Ah!..., estoy muy ocupado, Ah!...,soy bello, soy joven, Ah!..., voy a bailar, cosas así, que también son muy simpáticas, bailar y todo también es importante, pero la vía del Zazen no necesita fe. Pero, ¿qué es la vía de la fe?. Hay gente que tiene fe porque tienen ilusiones. Se imaginan una cosa. Pero la fe también debe madurarse.

Yo me recuerdo que cuando empiezo a hacer Zazen, la primera vez que tomo la postura, mi cuerpo mismo no tenía la fe, el conocimiento que era esto. La primera vez que yo fui al doyo, mi maestro no estaba presente. Yo practico, encuentro la practica primeramente y fui convertido desde la primera vez. Estaba seguro que era esto, porque antes yo había sufrido mucho, había tenido mucho miedo y yo había tomado conciencia de cosas que casi no son de este mundo, cosas que son de más allá de la vida. Y después de este conocimiento, yo me dije que tenía que encontrar una persona que ayude, porque no puedo soportar esto, tengo que trabajar, porque yo sé que un día voy a morir y voy a encontrar esto de nuevo. Un maestro que me explicara y todo. Yo estaba listo para buscar este maestro, en cualquier lugar y pensé ir a India, por ejemplo, pero me quedé un tiempo en París, algunas semanas y encuentro el Zen en este momento. Una amiga mía me dice: “Yo encontré tu maestro Stephane”. Me dio la dirección. “Es un monje que hace meditación en su casa, esta muy bien, muy fuerte y todo”. Y bueno, yo fui, pero la primera vez que tome la postura, fue una evidencia. Porque cuando conocí la postura, me dije: “con esta postura soy invulnerable, puedo pasar cualquier infierno”. Yo sentí esto: es lo que quería, y fue una evidencia para mi, y después encontré a mi maestro y no me recuerdo exactamente la primera vez como fue, pero mi maestro estaba como yo ahora en Montpellier, en su departamento, un pequeño departamento y había como diez, quince personas que hacían Zazen en el doyo, a veces veinte, veinte y cinco. Estaba muy simple, después tomábamos el té, pero muy simple y me faltaba como un mes o dos para darme cuenta de lo que era Deshimaru. Recuerdo que hablé con mi padre y le dije: “Deshimaru es igual a Jesús, es un Buda”, pero me faltaba algunos meses, y un día me doy cuenta de esto: que era un hombre. Al principio era una fe que era un poco de superstición, pensé que mi maestro no

era una persona normal, que era mágico y muchas cosas así. Era una fe de ilusión, pero no tanto de ilusión, yo tenía miedo con él, pero no era ilusión, era muy puro. Me recuerdo la primera vez que mi maestro me pregunto: “Stephane, dame un masaje por favor”, y yo no podía tocarlo. Estaba muy impresionado porque ¡él no podía tener ninguna enfermedad! y todo esto es una ilusión. Pero después con el tiempo, conocí muy bien a mi maestro y vi que era un ser humano, un ser humano normal, con su debilidad y con sus defectos y con su karma y todo, pero para mi no cambio nada que fuera un ser humano normal. Yo conocía todo, una vez estuve con él en Japón, en su propia casa, también con todo su karma, él estaba vestido con un kimono, un kimono japonés no de monje, un kimono de su casa y fui con su mujer y sus hijos en los suburbios, en un barrio de gente muy pobre. Yo conocía mucho de él, pero eso no cambio nada para mi. Encontré también grandes maestros tibetanos como el Karmapa, que es el maestro del Dalai Lama, la más grande autoridad tibetana, y que fue amigo de mi maestro y al final para mi Deshimaru es el más impresionante que he encontrado. Fue mi maestro y después la fe se vuelve más natural, es como ser niño... Un ejemplo, sos niño y tus padres te dicen: “Papá Noel existe, le esperas y le pones tus zapatos... y los regalos..., son recuerdos que no puedes olvidar, y bueno después te das cuenta que no existe, pero “Shsh...”, porque están los pequeños hermanos, y no hay que decirlo, pero la fiesta continua. Cada vez estas más grande, pero recibís regalos y tu también regalas, y después cuando tu tienes niños, tu también preparas todo y te pones una barba..., y bueno, ¡que importante es el momento de Navidad!. El Zen es igual, más o menos igual, porque en realidad Papá Noel tiene que existir. Pero el verdadero Papá Noel es un trabajo... la fe en el Zen es la siguiente: Es volverse Dios creador, Buda en realidad es el Dios creador, es el Dios que nos cuentan nuestro padres, que crea la tierra y todo; la religión común es creer en Dios. ¡Ah, mi Dios!, ¡Dios, por favor ayúdame!, pero él no te ayuda porque él esta muy ocupado con internet. Pero el Zen es volver, darse cuenta que tenemos la naturaleza de Dios y es volverse Dios creador, y al final estar libre, pero esto es mucho, pero al final no hay otra manera, al final no podemos escapar, igual vamos a morir, vamos a sufrir, a tener miedo y al final vamos a correr a cometer los mismos errores. El sufrimiento de la vida es insoportable al final, y de la muerte y del nacimiento. Todo esto es muy pesado y al final, quieres estar libre, estar feliz, todo esto la religión del Buda es una religión para volverse adulto, volverse Dios creador. Es la historia de Buda que dice: yo nací ahora, ahora por ultima vez, después no vuelvo, me quedo Dios creador, no me importa la encarnación y todo. Esto es el Zazen, esta es la enseñanza. Yo dije el otro día: “qué es la fe de Dios, de Dios creador?”, hay que reflexionar esto, él tiene fe pero como yo tengo esto (el bastón de maestro), yo tengo fe, no me importa por ahora, pero yo tengo fe y mi maestro estaba exactamente así. Por ejemplo, yo lo veía con sus kesas, estaba muy así..., y se lo ponía así..., y me digo:” Pero él no tiene respeto por el kesa y se ve que en realidad estaba más allá mismo de la forma del kesa. Es un ejemplo a dar a los discípulos, pero a el no le importaba el kesa y la guen mai, no le importaba nada, pero él tenia fe y para los demás, el toma su fe y dice: “bueno, y pa, pa!. Sale de nada su fe, no es una fe de tendencia, de

apegamiento idiota, al final eres tu quien debe dar fe, debes crear la fe, eres tu quien debe preparar la fiesta de Navidad, preparar todo para que la fiesta se realice, creo que es esto. Ahora me doy cuenta que la fe desaparece, la fe fundamental porque la gente. Hay una historia que cuenta, que hay un hombre en un pozo con una cuerda así, y abajo, en el pozo, hay serpientes que le esperan y quieren morderlo, y en lo alto hay ratones que roen la cuerda, y también hay una colmena de abejas, y hay gotas de miel que caen, y dice: “¡Ah, que bueno!”, en vez de salir de prisa y hacer algo, “¡Ah, una gotita de miel!”, “¡Ah, qué bueno!”, y es más y más así. Y el mundo moderno es fabuloso, el mundo del año 2000, hay tantas cosas que todo parece posible, con las computadoras se inventan cosas locas, con el teléfono puedes hacer internet, con una pequeña carta puedes hacer cualquier cosa, con los satélites, con todo y muy divertido, con la TV puedes tener un cine en tu casa y esto no es nada, porque dentro de poco va a estar en tres dimensiones, y con los robots, y bueno, el mundo científico más en más dice: “Mira yo soy Dios y vosotros son Dios también porque pueden conectarse por veinte dólares a internet y vos también sos Dios y el mundo entero”, piensan que es Dios y pierden la fe, porque nada les sorprende, mas hay de todo. Si quieres ser Dios te tomas un éxtasis, bueno, bailas y vas a ser Dios, porque en el doyo así, es muy aburrido y la gente va a lo fácil. Pero lo fácil después se pone difícil, pero muy difícil y lo difícil después se pone fácil y la fe se pierde mucho, mucho. También hay una presión más y más de este mundo de juego, de plata, de poder, de locura, de fot-ball, de cosas así que presionan a la gente y bueno..., tienen que sobrevivir. Lo que enseñó yo no es esto. En este momento la fe aparece. ¿Tienes fe que puedes continuar con la practica, el verdadero Dharma tal como me lo enseñó mi maestro y yo lo enseñó?. La mayoría de mis discípulos dicen “no, no puedo más”, “no tengo fe”, “quiero divertirme por favor”, y al final yo quiero también irme solo, pero no tienen fe y lo que es bello en mi sangha es tener fe que más allá de cualquier influencia podemos continuar practicando. Por ejemplo el campo de verano, si mis discípulos que recibieron la ordenación de monje no están aquí en el campo de verano, por un mes, no por tres como es natural, son excomulgados, no son más monjes, son boludos, son maricones y no quiero practicar más con maricones. Yo voy a practicar solo. Esto es la fe y cada uno tiene su razón: “No, pero yo tengo mi mujer, tiene mal en las piernas”, “No, pero tengo que trabajar”, “No, pero no, pero no...”. Esto no es fe, no es tener fe. “¿Ah, es verdad que el maestro Kosen es un Buda o no?”, “¿Voy a tener la iluminación?”. No la fe es practicar, por ejemplo el campo de verano. Organizar su vida y decir “no”, aunque no tenga más plata voy a practicar. Había aquí un boludo de discípulo que decía: “Ah, soy pobre, soy un verdadero pobre...”, Mariano. Siempre venia aquí sin plata, “Ah, no tengo plata, pero quiero practicar”, pero yo sabia que no era verdad. Yo digo “no, tienes que pagar”, y al final siempre sin pagar, no quiere practicar, porque es demasiado enfermo para practicar. La fe no es una cuestión de plata y la gente dice: “Te vamos a dar plata para pagar”, no pero no, prefiere quedarse con su mamá, así a los cuarenta y pico de años. Bueno es el final del Budismo verdadero, soy el ultimo maestro, bueno se acabo, a veces pienso esto.

P: Vos hablaste de la fe recién, yo tengo fe en el Zazen, en la practica, pero hay un tema que me esta complicando hace un tiempo, y es la fe de los demás, no?. De los que no hacen Zazen, ellos pueden tener otras cosas y yo por ahí pienso, si no somos arrogantes cuando...

R: Sí, pero eso no es importante, piensas en los que no practican Zazen también es...

Mi maestro nos enseñó esto, decidir por algo y seguir, también es la fe, también por ejemplo decidir por una mujer y seguir y esto es creativo, y decidir por recibir la ordenación y seguir, y los otros pueden creer cualquier cosa y no te importa a ti. Y la gente va a decir..., no se construye una fe, se construyen una complicación para escaparse. “Sí, pero los demás que creen en otras cosas, y porque no... y porque ñañaña...”, ¿y qué?..., ¿y qué?...

P: A mi eso no me modifica mi practica, no me hace cambiar mi fe, ni nada..., pero yo digo ¿hay una sola verdad?, ¿los demás son boludos porque no practican?.

R: Oh, esto es un problema que tienes tu que solucionar porque hay de todo en todo, y nunca enseña que los demás son más o menos buenos que nosotros, no es la cuestión; y también, para practicar Zazen, no se necesita estar bien o mal o mejor o menor que..., no se necesita esto. Los demás hacen lo que quieren, no te importa no es el problema. Pero la gente que reciben la ordenación, que dicen “voy a practicar Zen” y que se equivocan a ellos yo los critico, son idiotas, son superficiales, son estúpidos, son débiles. Hay gente que hace aiki do y después van a hacer yoga, y después otra cosa..., y después van a visitar a Sai-Baba y cambian siempre, después va visitar a un brujo, después a no se qué, y al final no hacen nada profundamente. En realidad, la verdad es igual para todos. La verdad es universal, si persiguen una practica profundamente y pueden lograr esta practica y conocer bien esto, después pueden entender, mirar a otras cosas que también te pueden ayudar en tu practica, y puedes comparar, comprender si son más o menos. Mi maestro me decía esto: “Tu antes de recibir el Shiho, de debes ir a hacer cualquier otra cosa más que Zazen, y después del Shiho puedes ir a visitar otros maestros y estudiar y... comparar y todo...”. Y fue interesante, yo tengo respeto por ellos, y me da más confianza en mi practica, también. Todo lo que fui a visitar me confronta en mi practica. Me di cuenta de que esto es lo mejor, es muy profundo. Pero en el Zazen, por ejemplo, hay otras cosas además del Zazen. No hay solamente Zazen. Pero el Zazen es la base de todo. El Zazen es Dios creador, es el Buda, pero después de Zazen puedes aprender la cocina, yo estude 6 años para cantar el “Belcanto”, por ejemplo, nada que ver con el Zen. Mi maestro de “Bel canto” estaba muy viejo y estudio en Italia con grandes maestros y decía: “Soy el ultimo que conoce el secreto del Belcanto, y después de mi no tendré otros discípulos y...”. Justo yo venia de perder a mi maestro, y digo “no, por favor uno solo”. Y yo estaba bien, limpiaba su casa y me enseñaba el canto pero era un gran profesor de Belcanto. Estudie también con Mantak Chia el tao porque me interesaba y con un discípulo suyo que es chino-sudamericano, y estude con otros, pero me doy cuenta que la dimensión no es la misma. También fui a Japón y visite muchos templos y

muchos maestros y hay pocos. En vida encontré muy pocos maestros que me impresionaron. Sí, yo se de lo que hablo, ya hace 30 años que sigo practicando Zazen cada día, y Seshin cada mes, y campos de veranos, y responsabilidad de una sangha de discípulos, tener una enseñanza siempre, y si estas cansado o enfermo...y hacerte criticar por los demás y ver la debilidad de la humanidad..., esto lo sigo desde hace 30 años y yo se de qué hablo. Yo veo lo que la gente quiere, y toda esta superficialidad, y el karma y todo..., conozco mucho de esta mierda. Yo también sigo siendo discípulo de mi maestro que me transmite la enseñanza. Te juro que a veces yo leo la enseñanza de mi maestro y digo “mierda, el zen es muy difícil”, porque, es muy difícil, muy...terrible el Zen, el Zen tradicional de los antiguos es muy fuerte, muy, muy fuerte. El Zen que hacemos es un Zen de vacaciones, es muy fácil. Pero también esta bien que la gente pueda practicar, puedan conocer...Pero es muy útil, te juro; siempre se dice que el Zen no sirve para nada, es mushotoku y todo..., pero yo te digo que el Zen es más útil que nunca, porque vas a seguir a un boludo como Sai Baba, por ejemplo, y vas a tener su fotografía con sus pelos así..., pero el ida que vas a estar sola, que no vas a tener ni un amigo, ni un marido, ni una hija, ni nada para escucharte, que vas a estar sola totalmente, sola, ¿qué vas a hacer con la foto de Sai Baba?. Vas a decir: “por favor, Sai Baba”, pero Sai Baba no va a estar ahí, pero con el Zazen te vas a sentar..., y esto nadie te lo va a robar, ni Sai Baba, ni nadie, te vas a sentar en cualquier situación, y más allá de la muerte, y esto..., te lo regalo... Es esto lo que enseño, pero hay que seguir mucho Zazen para estar fuerte y firme, y para salvar al mundo, para volverse el Dios creador, , hay que practicar mucho, continuar... Y el método es simple para comprender, pero la gente no escucha lo que enseño durante años y un día para otro...ipum!, es como si no hubiesen escuchado nada, no se acuerdan de nada y se escapan. El karma es demasiado fuerte, pero yo estoy orgulloso de mi porque, te juro que pase muchos momentos de mi vida personal con fenómenos muy, muy, muy, muy duros, pero nunca dejo de practicar. Y a veces fue peor cuando practicaba que cuando no practicaba. A veces la practica misma me hace sufrir, me hace salir la ansiedad, la pena, el dolor, pero siempre continuo... Y esto es la practica: continuar. Es simple y con paciencia, no solamente 5 años, pero 50 años, 100 años, 200 años, 1000 años. Pero esto no es muy comercial, porque la gente quiere algo rápidamente, una luz rápidamente, quieren que cuando te toques el culo, una luz te salga por la nariz. Sí.

P:Muchas veces me pregunto ¿quién soy?, y la verdad es que no encuentro ninguna señal, nada, como que en el único lugar donde me encuentro es cuando hago Zazen, que me siento intimo, no?

R:Si

P:Después es como que no me hallo

R:Sí, esto es la relación entre el ego objetivo y el ego subjetivo. Es muy importante. Encontrar su verdadera personalidad, su verdadero ego, su verdadero ser, se encuentra en la relación entre el objetivo y el subjetivo, y esto es el Zazen. También porque en el Zazen, el ego subjetivo mira al ego objetivo y en esta relación se encuentra la final, la verdadera personalidad,

que es vacía también. Es muy difícil olvidarse, es muy difícil y en el Zen más te olvidas mas te vas a descubrir y también crearse, te vas a crear a sí mismo. Porque en realidad la verdadera personalidad es creativa. Yo te miro y es muy extraño lo que me dices, porque cuando yo he hecho Zazen, olvido un poco las cosas, yo te veo y siempre cuando te veo me recuerdas a algunas personas pero siempre diferentes. Al principio a un tipo que conocía que hacia Zazen... en el año '76, hace mucho tiempo, y yo te veo y digo: "¡mira!, ¿qué hace este aquí?", después me doy cuenta que no es él. También a una mujer, y me digo "¿qué hace esta mujer aquí?, pero ... a veces es esto y a veces practico en el doyo y pienso que hay gente amigos míos que están en el doyo porque yo practiqué con ellos cuando estaba con mi maestro. También a mi, cuando yo era joven y comencé a practicar Zazen yo estaba muy como tu, con los pelos así... y una personalidad entre el hombre y la mujer, no sabia bien si era hombre o mujer y yo estaba así... Y después mi madre fue una de las creadoras del movimiento de liberación de las mujeres y tenia reuniones en casa con muchas mujeres y algunas eran muy agresivas con los hombres. Yo era como tu, muy joven y fui a su casa y me digo: "Aquí no hay sitio para mi", "¿Que tengo que hacer?, ¿Estar como una mujer o qué?". Después me pasa algo así, TA!, y me digo: "¡Mierda!, soy un hombre, un macho". Con el maestro Deshimaru me vuelvo muy machista, más que nunca. Me cambio mucho y después estuve con una mujer Argentina, una porteña, y ella quería que yo estuviera más homosexual o maricón, me decía: "Ah, tu eres demasiado machista, tienes que estar más femenino", y siempre quería ir a un night club homosexual pero a mi no me interesaba. Y es muy difícil pero esta bien tener las dos... y cuando tenia 19 años tenia una madurez muy, muy, muy fuerte, casi insoportable para un tipo de 19 años, pero después cuando encuentro a mi maestro me vuelvo como un niño, muy joven y no sabía si estaba viejo o joven, hombre o mujer, no sabía nada, y cuando empiezo a seguir a mi maestro me vuelvo muy joven y cuando me pelo la cabeza para ser un monje, mi maestro me mira y se pone a reír , dice: "Jua, jua, jua, i parece un niño!". Yo era como un niño. Esta bien.

P: ¿Como puedo saber que soy un buen discípulo?

R: No sé, yo no puedo más saberlo. A veces yo veo que tengo buenos discípulos y después se ponen malos y se van. Vos me preguntas de la foto en la cocina que me dices Badraçan (?). Ahí esta Deshimaru con dos discípulos que en ese momento eran los principales, los numero 1 de Deshimaru, su secretaria Muriel y el otro Alan Casin, que fue discípulo numero 1. Fue a Japón con el maestro, lo ayudaba mucho, le compra un templo y todo, pero después ¡Pum!, se fue también. También mi maestro sufrió mucho porque muchos discípulos se fueron, pero durante el momento que están un buen discípulo, es un buen discípulo y es externo también. Este mérito no se puede perder, y seguro que los que en un momento son discípulos, aunque se equivoquen después, en otra vida este mérito va a volver y van a encontrar de nuevo un maestro y a ser discípulo. Así que es aquí y ahora que hay que ser buen discípulo. No se puede saber sobre... , pero e que continua es buen discípulo. Yo también tengo que continuar, por ejemplo me digo si la gente no quiere

practicar más, que no se puede organizar más campos de verano porque prefieren ir de vacaciones u otras cosas...¿cómo voy a continuar yo?. Es posible que yo no voy a continuar que voy a abandonar el Zen también. Nada es seguro y yo también tengo que continuar a hacer honor a mi maestro. Y me digo ¿como voy a continuar, solo una practica que sea digna de un maestro?, ¿como voy a continuar?. Es difícil. Yo tampoco se si soy un buen discípulo o no, no estoy seguro.

P:No se puede saber.

R:No, no exactamente. Me gustaría que mi maestro me diga: “¡Ah, Stephane, good!. This is true Zen”, es el verdadero Zen, Stephane, Ah!, el mejor, muy bien. Puede decir esto o puede decir: “¡oh, Stephane, fuma droga...!” , no se que, puede criticarme, “Siempre el ordenador, internet”, me puede criticar y decir que soy un boludo, “Ah, y estuvo enamorado, sigue a una mujer, Paulita, Ah!”, y todo... “Es un mal discípulo”... No se, no sabemos que es bien o mal. Por ejemplo, la gente dice: “Ah, pero las putas están muy mal, un burdel en una ciudad esta muy mal”, y las viejas mujeres dicen: “No, muy mal esto en un pueblo”. El amor esta muy bien, pero el amor es a veces peor que el sexo simple. Es una ilusión, un sufrimiento, un peligro, peor que todo a veces y no sabemos lo que esta bien o mal, no podemos saber y no puedo saber si mi maestro va a decirme: “Stephane muy bien, hiciste esto, muy bien!” o “tu haces la misma cosa y fue muy mal”. No sé, pero yo se que él dice: “continua Zazen” o “no”. Porque él me dice: “Puedes hacer lo que quieras, puedes equivocarte, puedes tomar toda la noche todo, pero a la mañana en el doyo y si no vienes al doyo te pego”. Yo fui muy feliz cuando me dijo esto y siempre continuo Zazen, fue su enseñanza.

P:Lo que yo quiero preguntarte es que, lo que me está pasando es que, cuando hago Zazen siento que me duele el corazón.

R:¿Qué dolor de corazón?

P:Siento que me duele acá, que me duele atrás.

R:Aquí?, Sí el corazón. El órgano del corazón va con los sentimientos, demasiado feliz te cansa, demasiado triste te cansa. También es muy importante concentrarte en este punto. A veces yo también... Esto no es mi maestro quien me lo enseñó, pero es muy bueno, el chakra del corazón. Y es muy importante porque es el jefe de todos los chakras y si se abre éste, se te abren todos los demás, te abre todo el resto. Así hay que respirar por aquí, y te puede dar mucho amor, amor universal. Por ejemplo el amor es muy energético, el amor no es solamente un sentimiento, es también una energía, porque si estas bien en Zazen, si te concentras aquí (centro del pecho) te viene el amor inmediatamente, no hay que pensar: “Ah, yo amo a esta persona”, cualquier cosa así, si quieres amar puedes amar, siempre cuando quieras. Pero si tienes esto es posible que tengas una cosa que te duele o algo, ¿no?.

P:Sí

R:Ah, sí ...¿qué?

P:no sé

R: No, pero una cosa en tu vida.

P: ¿Una emoción? Sí, pero no sé.

R: Mostrame el lugar exacto... y se puede curar fácilmente. Puede venir de varias cosas, puede venir del hígado, depende de donde es, de la sangre... porque es del lado izquierdo, en el omoplato, pero ese es el punto madre de la sangre. Hay que ver, puede ser que no es el corazón. ¿Tu conoces?. El te puede hacer acupuntura.

2da. SESIÓN

1er. día de Preparación:

Viernes 26-1-2001 19hs.

Kesa es la ropa del monje. En sánscrito se dice Kasaya. Es una palabra que quiere decir color roto. Por ejemplo si haces pintura y empiezas a mezclar varias pinturas, al principio se hace otro color. Por ejemplo azul y amarillo va a ser un verde, pero poco a poco si mezclas más colores rojo... te va a salir un marrón, si mezclas más colores te va a salir un color que no tiene nombre. El mejor kesa tiene un color que no tiene nombre. También se dice color no nacido, sin nacimiento.

Realmente no se puede ver como un color. También se puede ver como el color del espíritu y del cuerpo, de la mezcla entre el espíritu y el cuerpo. Mezclando el color del espíritu y el cuerpo, mezclado con el color del entorno. Por ejemplo en la montaña... mezclado con todas las cosas. En japonés se traduce por SHO HE JO: espíritu, cuerpo y entorno. Son dos formas del resultado karmicos. Sho quiere decir nuestro propio espíritu cuerpo y He se refiere a todas las cosas que son nuestro lugar de nacimiento, la raza, el color de la piel, si sos indio, blanco, italiano, español, suizo... la clase social, campesino, porteño, rico, pobre, las circunstancias económicas y todo el resto. Así la mezcla de tu propio espíritu y cuerpo en el entorno kármico que es el tuyo, te da una mezcla que se puede comprender como el resultado desde el karma pasado. Entender el karma es muy difícil de determinar. Si es bueno o malo, cuanto más consciente estás, menos puedes decidir si esto es bueno o malo. Por ejemplo el otro día dije si mi maestro vuelve, no se si va a criticarme, o si va a decir: "Ah, Stephane, muy bien, muy bueno", no lo puedo decir. Muy poca gente conoce el verdadero budismo, la verdadera enseñanza que transmitió el Buda a sus discípulos. Hay mucho budismo en Japón, en Tíbet, en China, muchas formas, con mucha devoción a tal Buda, a tal Bodhisattva, una y otra pléyade de dioses nuevos que vienen de Asia, pero el verdadero budismo, la verdadera enseñanza muy pocos la conocen, y muy pocos la practican. Entre los que se acercan de la practica transmitida del budismo, muy pocos quedan en una forma muy exacta, muy simple, muy fundamental y muy pocos conocen el kesa. Solamente en la línea Zen se transmite la tradición del secreto del kesa, de la ropa de monje, de como se colora, como se corta, como se cose, las medidas..., todo eso. Fue transmitido por Shakyamuni mismo. Es muy importante . Porque como digo cuando ustedes practican la gran postura de Zazen, vuestra vida entera se convierte

en una vida Zen, es decir no gastar su vida. Su propia vida se convierte en una practica, en una practica que purifica el karma. Esta tanto el buen karma como el mal karma. Si practicas la postura fundamental de los Budas, a través de tu propia vida y de tu propio karma, sin color distinto, con un color roto infinito. Es interesante. Y además durante Zazen, durante la meditación de Zazen, el karma, tu vida pasada, presente se vuelve infinita. Es imposible de acabar, pero es posible iluminarla.

3er. día de Preparación:

Domingo 28-1-2001 17hs.
copie textualmente

Nota: (?) significa que

el cuaderno, aunque la frase no se entienda

Un día durante un campo de verano Dogen les decía a sus discípulos...: “En la época del maestro Wanshi era jefe de los discípulos sobre el monte Tendo, él decía un día a sus discípulos durante el periodo del campo de verano mismo, dice durante un campo de verano (?), no hay de un lado el sagrado y del otro el común. Los monjes encuentran sus vidas en la tierra misma del Buda, en el país mismo del Buda, dice, ahora si vosotros hacéis Zazen en el estado de no mente, de silencio en el doyo, las flores de la sabiduría va a florecer en el reino de la iluminación. Durante los 90 días que dura el campo de verano, vosotros podéis ver el reino antes de alargar las piernas, durante los tres meses del campo de verano pueden realizar que su cuerpo y su espíritu van más allá de todas las cosas. Todos sus cuerpos van a volverse muy tranquilamente como un solo cuerpo y también un solo cuerpo podrá practicar la Vía de muchos cuerpos. Se dice que el cuerpo del Dharma del Buda entra en nuestra propia naturaleza y que nuestra propia naturaleza se identifica con el Buda mismo. En este caso que más?. Cada uno puede realizar la gran iluminación y ser uno con el Buda. Si vosotros conocéis esto completamente no deben manifestar vuestro(?) en los tres mundos de ilusión y de deseos, pero al contrario clarificar el vacío original con Zazen. A propósito de esto, maestro Dogen dice: Por supuesto el gran monje Wanshi dice que es posible ser igual que el Buda, pero nunca él a sabido que soy uno con él. También igualmente con él y con el Buda y el maestro Dogen pregunta a sus discípulos ¿pueden entender eso completamente?. Maestro Dogen admiraba mucho al maestro Wanshi. Es quien escribió el Zazenshin. Después de un momento Dogen dice: “ el gautama Shakyamuni un día toma una flor en sus manos y sonríe dulcemente fue muy estupendo para sus discípulos pero ahora cuando voy al doyo soy mano a mano con Shakyamuni y cuando entro al doyo soy ojos con ojos con él. Esta es una traducción que hice de la enseñanza personal del maestro Dogen a sus discípulos con sus palabras durante una campo de verano.

Domingo 28-1-2001 20,30hs.

Les maitres Zen caligraphían toujours des circles, ¿Que’est que sa veux dire?

4to. día de Preparación:

Lunes 29-1-2001 7.30hs.

Hay contradicciones que no son contradicciones. Si vos practicas Zazen el karma se cura por el espejo y se cura para siempre, es mejor que el psicoanálisis, pero duele más.

Hay gente que no practican Zazen y atraviesan cosas muy difíciles en sus vidas, pierden hijos, la pareja, y continúan viviendo, luchando.... Dos cosas: soportan este sufrimiento pero no lo curan, esto se va a convertir en karma que va a aparecer en otras vidas, porque no tienen las dos conciencias. Es muy interesante este tema de la curación por Zazen, pero hay tanto para curar, que es mejor solucionar la raíz misma del karma, pero eso es otro tema. También en la respiración esta todo el secreto de la conciencia del universo. Por ejemplo hay una exhalación y una inhalación que parecen en contradicción. Parece que la inhalación es lo contrario de la exhalación. Por eso el punto en que la inhalación se convierte en exhalación, y la exhalación en inhalación, son importantes. Imposible comprender la sabiduría del Zen de otra manera que por experiencia, a través del cuerpo y el espíritu. A través de Zazen, el resto no se puede explicar a una persona que no lo puede experimentar. Por ejemplo en Zazen enseñamos que hay que estar consciente de su postura y de su respiración y todo es conciencia total, pero también se enseña que hay que hacerlo inconscientemente, que hay que actuar inconscientemente y esto para una persona, que no practica parece una contradicción. ¿Como puedo esta consciente y actuar inconscientemente?. Hay gente que dice: ¡Ah!, he encontrado un mejor maestro que Kosen, mucho más iluminado. Es posible pero es más importante encontrar una enseñanza que te lleve a la verdadera iluminación, pero seguro que no es fácil, la Vía del Zazen no puede ser fácil. Solucionar el problema más..., el problema de su vida y su muerte, describir el universo del Buda no puede ser fácil. Ya la vida no es fácil y así la gente pierde su tiempo a mirar una persona iluminada o que se dice iluminada, pero durante este tiempo, ¿ellos qué practican?, ¿qué realizan de verdad, en su cuerpo, en su espíritu?. El Zazen no es una superstición, es real, son cosas reales. Como lo que digo en la relación con..., el Zazen desarrolla la relación entre el ego subjetivo y el ego objetivo y así hay que dedicar su practica para todos los demás y no hacer un Zazen solamente para sí mismo. Pero también hay una manera menos imaginaria al principio de Zazen, hay que concentrar su respiración al nivel del corazón, es decir entre las dos tetas en el esternón. Hay que respirar en esta zona y esto te libera todo. Los pulmones, el hígado, el estomago, la panza, porque el corazón es el emperador del cuerpo, de él depende todo el funcionamiento del cuerpo. Si abres el corazón todo también, cuando se abre el corazón te abrís a todos los demás solamente concentrar su atención en este punto y respirar naturalmente. Al principio del Zazen, suavemente. Yo hablé del sujeto puro, del yo puro, de ego puro, del verdadero ego, este ego se revela a tajos de la practica de Zazen. Cuando practicamos Zazen, no importa cual sea nuestro karma, cualquiera se nuestra vida cotidiana, aun siempre si nuestra vida se vuelve difícil, cuando practicamos Zazen y se revela más allá de nuestra conciencia el puro ego, nuestra vida personal se vuelve Zen solamente. Esta

observación, esta relación que se crea entre el objetivo y subjetivo hace que lo que vivimos es practica, es Zen, inconscientemente, automáticamente. El Zen también nos guía, nos lleva a resolver nuestro karma, es purificación. Hay gente que no practica Zazen y que tiene un karma mucho mejor que nosotros, por ejemplo son gentiles, son ricos, son bellos, bien educados, pero no tienen..., si no practican, no tienen el despertar de Zazen. Y así van a vivir su buen karma, pero después de buen karma van a llevarse el mal karma, después del mal karma, el buen karma, así siempre. Pero no se resuelve el karma, es mejor estar mal y practicar Zazen que estar bien y no practicar. También el maestro Dogen enseña que es un error pensar que por la practica de Zazen escapamos a la ley de causa y efecto. Él dice: la ley de causa y efecto no se puede evitar, pero también se puede decir que con Zazen es cuando vivimos esta ley de causa y efecto, podemos ir más allá de la ley de causa y efecto. Parece contradictorio pero no es una contradicción.

6to. día de Preparación:

Miércoles 31-1-2001 7.30hs.

Se dice que al principio del Zazen hay que dedicar su practica para los demás.

SESSHIN

Viernes 2-2-2001 11hs.

Sensei dice que Zazen es la comprensión de nuestro verdadero ego. El Zazen no es una imaginación ¿quien soy se dice siempre?. Maestro Sawaki decía que debemos conocer nuestro verdadero ego. Debemos ser íntimos con nosotros mismos. Quiere decir que lo que mira es el yo subjetivo y lo que es mirado es el yo objetivo, pero si esta relación del mirando y el mirado, es imposible de descubrir del verdadero yo (?) que no es ni subjetivo, ni objetivo, esto puede ser llamado el sujeto puro. No es el sujeto que conocen en general.

Viernes 2-2-2001 17hs.

Así cuando la gente para de practicar son como Budas que se vuelven boludos, vuelven al karma, vuelven a las estupideces, a la oscuridad, a la dependencia, al sufrimiento, a la oscuridad, a la ignorancia. Cuando uno empieza a practicar es un boludo que se convierte en un Buda, sigue siendo muy ignorante, muy débil, muy..., pero por la practica él cambia, despierta y su vida se vuelve iluminada, original, libre, creativa, religiosa, espiritual. Sujeto puro del verdadero ego que no es objetivo, no es subjetivo, más allá de lo objetivo, de lo objetivo. Yo hable también de la practica y de la relación entre la practica y el karma. Yo hable también del kesa, el color del kesa, el color del kesa que es el color del espíritu del cuerpo y de todos los fenómenos al rededor de nosotros, como decir que tenemos un cuerpo, un espíritu y el cielo también. Ayer hablamos de las estrellas que están en el cielo pero que también son el libro de nuestro presente que todo esta escrito, en el cielo, todo lo que hay dentro de nosotros.

SESSHIN

Sábado 3-2-2001 11hs.

Un día un discípulo hace esta pregunta a Ananda, el tercer patriarca, le pregunta: ¿Cuál es la naturaleza original del no nacimiento, o de no nacimiento?. La naturaleza original de todas las cosas?. Esta es una pregunta que nunca había sido formulada antes. El discípulo se llamaba Sanavasa, solamente él se hacía esta pregunta. El maestro Kesar dice: “No hay ni una sola persona que no haya nacido con esta no nacida naturaleza de todas las cosas, pero nadie conoce esta naturaleza de no nacimiento y nadie se pregunta a propósito de esto”. Este monje Sanavasa fue muy especial porque se dice que se queda seis años dentro del vientre de su madre y que cuando nació el fue como si estuviera ya vestido con una ropa (con un hábito) puede ser que esta ropa fuera la placenta de la madre. Así, el nombre Sanavasa quiere decir en India, ropa natural, se dice que el nació vestido de una ropa y que después esta ropa se hacía fina en verano y caliente en invierno. Durante esta época las ropas en India eran muy simples. Se dice también que cuando él decidió volverse monje esta ropa se transformó naturalmente en un kesa. Esto da una calma estupenda. La historia dice que mucho tiempo antes en vidas anteriores ofrece cien cajas de ropas muy bonitas, lanas de muy buena calidad a un Buda y que por este mérito desde entonces siempre él llevaba una ropa como mágica y también cuando murió. Se dice que cuando morimos entre una vida y la otra se llama el mundo intermedio y en este mundo intermedio después de la muerte estamos desnudos, pero él en este mundo intermedio, él tenía siempre su ropa y cuando nació, nace siempre con su ropa. Y se dice también que años antes Shakyamuni Buda había hablado con Ananda le dice, al pasar en un momento por un lugar: “¿viste este lugar?, dentro de cien años después de mi muerte aquí nacerá un tipo que se llamara Sanaraza y que va a ser un gran monje” y al final Ananda transmite el Dharma a Sanavasa. Toda la perdición del Buda fue exacta. Así es la historia. Pregunta Sanavasa a su maestro Ananda: “¿Dónde esta o como se encuentra la naturaleza no nacida de cada cosa, de todas las cosas?”. En ese momento el maestro Ananda toma en su mano el rincón del kesa de Sanavasa y tira del kesa y en ese momento Sanavasa se despierta, realiza. El kesa es un símbolo muy importante del budismo, solamente se estudia se conoce en el Zen. Muchas escuelas, pero no conocen el kesa tradicional, tienen ropas más o menos parecidas al kesa pero no estudian la tradición del kesa. Pero en la escuela del Zen de transmisión de maestro a discípulo, el kesa siempre fue el símbolo número uno que se transmite de maestro a discípulo. No solamente esto, pero es una ropa sin forma, una ropa no para hacerse ver, no para..., pero la ropa que te acompaña en el mundo del no nacimiento, es decir más allá de los límites conocidos de nuestra conciencia. También el kesa tiene sus medidas, sus límites, sus rincones como nuestra vida porque venimos aquí en esta vida para entender, para estudiar el no nacimiento, porque el no nacimiento es interesante solamente en el mundo del nacimiento y de la muerte. Es interesante en el mundo limitado. Son dos mundos que se quieren encontrar después de la muerte no hay nacimiento pero no vale nada para esto nacemos (?). Se puede preguntar también ¿cual es el significado del nacimiento?. Debe tener su importancia. Queremos una ropa igual a la de Sanavasa, es decir fría en verano, caliente en invierno, sin nacimiento durante

la vida, con límites durante la muerte. También él tenía su ropa durante la muerte y en general durante la muerte no tenemos nada de ropa. Es decir que no tenemos límites. Durante la muerte no es posible vestirse estamos muertos. Por ejemplo, así durante la vida, aquí y ahora tenemos que aprovechar de esta vida y realizar el no nacimiento, desear realizar la verdadera dimensión del kesa en Zazen y en todas las cosas.

SESSHIN (Mondo)

Sábado 3-2-2001 17hs.

P: Mi querido maestro desde que te conozco todo el tiempo, todas las veces me sorprendes, siempre me sorprende, todo el tiempo más allá de vos, nos enseñás cosas, a mí me enseñás cosas y para mí eres un maestro de oro, un gran maestro y los que somos mal somos nosotros, soy yo. Yo cuando soy egoísta te perjudico, cuando estoy enfermo, te enfermo y quiero pedirte perdón por todos los errores, por ser débil y por eso también te quiero pedir que continúes Maestro, no solo por mí, por Norma, por la humanidad entera, por favor. Y perdón y gracias por dejarme caminar por entre tus discípulos, por dejarme respirar de tus discípulos. Ça c'est tout.

P: ¿Cuándo uno nace en un país, recibe el karma de ese país?

R: Sí

P: ¿Cómo haces para cambiarlo?

R: Para cambiarlo hay que cambiar, a veces yo también. Por ejemplo me fui de Francia por un tiempo, sufría mucho de vivir primero en París, porque odiaba esta ciudad y después a los franceses, no me gustan y me fui fuera de mi país. Y viví en Bretaña que es francés también, pero es muy diferente de mentalidad, es otra mentalidad que la francesa y son más irlandeses, célticos y me sentí muy bien, y la gente de París son un poco como los porteños, cagan siempre donde van, cagan su mierda por todos lados, piensan que son superiores a los demás, y después me fui a Holanda que es muy, muy distinta a Francia, es más diferente que Francia, que Argentina y Francia. Y me quede algunos años allá y vi que también es la misma interdependencia entre todos los países del mundo también. Es como el cuerpo humano, no hay enfermedades de un órgano, no existe, es una interdependencia entre todo y hay que curar todo y están todos en realidad en relación entre ellos, pero puedo ver que cada país tiene su karma y sus cosas buenas y su debilidad y todo también y por el país mismo. Luego volví a Francia y me cansa mucho volver Francia y soportar. Porque fue como de nuevo tomar todo el karma y fue igual, por ejemplo yo me fui del AZI (?) porque digo que son malos y después vuelvo con ellos. Yo hice Zazen con ellos, yo hice sampai con ellos y los perdono a ellos, yo digo somos todos discípulos de Deshimaru, somos todos amigos eternos, pero yo pienso así, pero ellos no, yo tomo todo el karma malo en mí y ellos no se cuestionan. Y también regreso a Francia de nuevo y toda la mierda francesa, también en mí porque también es mi karma, pero también estamos más allá del karma y tenemos que cambiar y por eso el Zen. Los valores del Zen que nos fueron transmitidos por Dogen y Kodo Sawaki y Deshimaru no dependen de un lugar, no dependen de costumbres, no

dependen de la plata, no dependen de la política, no dependen de todo esto normalmente, hay que seguir la enseñanza de Deshimaru y de Dogen y es otro valor. Pero la gente se deja llevar muy fácilmente y yo trato de explicar esto pero nadie comprende, los que no tienen plata no comprenden, los que tienen plata no comprenden. No comprenden. Los que trabajan no comprenden, los que no trabajan no comprenden y al final somos esclavos de la sociedad. Y yo no sé, igualmente yo, personalmente no soy muy bueno, pero no se porque, pero mi maestro me transmitió los valores, la verdad, la verdad del Zen, no se como es más allá, pero yo se, no se cómo, pero yo siento lo que esta mal, es malo, y lo que es bueno, esta bien, lo que tiene buena mentalidad, lo que tiene mala mentalidad, yo lo siento y me enfado mucho cuando la gente se equivoca y estoy muy feliz cuando la gente tiene buena mentalidad. Y esto creo que mi maestro me lo enseñó así, el Zen puede cambiar la mentalidad de un país entero, pero si somos debeles es el país que te cambia la mentalidad, y después el Zen se va a la mierda. Pero así fue también antes en Canadá. Hicimos campo de verano en Canadá, no sé hace diez años, hicimos campo de verano en Canadá con 60 personas y todos los jóvenes de Canadá vienen a practicar en la Gendronier y ahora no hay nada. Bueno es así. Fue aquí (?), pasa algo pero si no continua, no continua voy a ir a otro lado o mismo practicar solo o de otra manera, no depende también de tener muchos discípulos, pero depende también de la mentalidad, de la fe de querer practicar, aquí practicamos un día de Sesshin y la gente empieza a pensar en comprar carne y se van, se escapan de Zazen para comprar carne, después de un ida de Zazen, esto no es practicar, es mierda, no necesitamos carne y piensan: “pero mañana es la fiesta, mañana carne” y no pueden tranquilizarse, no pueden abandonar nada, no tienen espíritu de aventura, de decir: “Ah!, no importa nada, hacemos Zazen y si hay guenmai comemos guenmai y no pueden abandonar nada y quieren ir a comer carne. Y se gasta plata, y todo, y faltan al Zazen no están aquí. Y esto es nulo. Querer hacer Zazen la mente es muy fuerte, siguiendo tu mentalidad Zazen se hace fácil o difícil si estas en oposición con el Zazen y tienes miedo, quieres escaparte, el Zazen se vuelve muy difícil, pero si quieres hacer Zazen que piensas que tu cuerpo, tu vida no son importantes que Paf!..., así Zazen es muy fácil después. Esto cambia todo también. A mí también me gustaría practicar más y más profundamente, más tranquilo, más silencioso y más... a mí me gustaría. Hay que ser fuerte. También por ejemplo, Mariano que es mi más antiguo amigo en Argentina, que es muy fuerte, pero el no puede presentar una verdad más allá de la plata, más allá del karma argentino, no es una cuestión de plata, la plata es muy importante, por ejemplo vosotros tenéis que pagar mi ticket de avión, no hay que olvidar esto. También a mí me importa la plata, pero la mentalidad me importa. Por ejemplo si alguien le da 100 pesos a Mariano para pagar su Sesshin y que gasta 10 pesos para comprarse una cerveza, con esta plata, para mi esto es muy malo, ni un peso, pero que pague para mi no es el problema, la práctica no es una cuestión de plata, no puedo explicarlo pero lo sé, pero es muy difícil porque si miras objetivamente las cosas te pierdes, pero el tiene que practicar. El que recibe la ordenación tiene que practicar el campo de verano, no hay más que decir, no hay más que decir. Con o sin plata, pero

esto no quiere decir: “¡Ah voy a practicar pero no voy a pagar!”. No es una mentalidad. Tenemos por ejemplo un año para tener 100 o 200 peros, un año entero para concentrarse: “Yo voy a hacer el campo de verano”, y es nuestra practica porque ahora estamos en una realidad social que los monjes practican Zen de vacaciones, en realidad con Deshimaru y con Kodo Sawaki también era así. Es un Zen de vacaciones, no es un Zen. No podemos quedarnos como ahora por seis meses sin trabajar, haciendo solamente Zazen, pues hacemos un Zen de vacaciones es muy difícil también. Pero estamos más allá de Argentina, por eso podemos viajar, también hay gente que va a Europa y vuelve aquí. Yo vengo aquí, pero para mí es un gasto de energía y si no hay una respuesta en la gente, de gente que es seria no vengo más. Igualmente en Canadá, en Québec, a un cierto momento voy, y había 15 personas solamente, digo: “No, menos de 35 personas yo no vengo, y hace 3 o 4 años que no voy, y aquí si hay menos de 30 permanentes para el campo de verano, no vengo, con los europeos, porque hay 10 o 15 europeos. No vengo más, gastar, crear polución, el tomar el avión, gastar mucha plata, a mí me cansa mucho de estar en verano, a pleno invierno porque mi ritmo es invierno y regreso aquí y hay mucho calor. Todo esto te cansa, si no es para..., yo estoy de acuerdo de dar mi vida, pero si hay algo en la gente que es fuerte, sino, no, es esto. ¿Otra pregunta?.

P: ¿A qué punto hay que cultivar una energía interior fuerte para hacer Zazen?

R: Es el punto que te gusta hacer Zazen, que te interesa hacer Zazen es todo, más el Zazen es importante para ti, más tu vas a organizar tu vida en función de la practica de Zazen, y después, poco a poco la vida se organiza y sabemos que tal cosa va a desperdiciar la energía en una mala dirección y de consecuencia vamos a cambiar porque queremos hacer Zazen, pero es muy difícil controlar esto, más difícil durante la vida civil, y después es cierto que Zazen es más agradable cuando tenemos mucha energía, después no nos podemos pasar, sin eso cuando estamos habituados a funcionar con mucha energía interior, no podemos funcionar sin esta energía, es muy aburrido después, es como la droga.

P: Yo me acuerdo cuando era principiante, 1º, 2º año, hace 15 años, me impresionaba mucho la enseñanza que recibía de ti y de otros en la Gendronie. Que decían: “Es suficiente practicar el kesa, guenmai y el Zazen y raparse la cabeza, al menos una vez, y yo digo: “¿Siempre estas tres cosas?, ¿y no hay preguntas si sigues esto?”. Bueno, yo he hecho esta experiencia y a mí, me ha impresionado mucho esto, y cuando fui a Canadá, ¿te acuerdas?, estaba totalmente sola en el Zen, ni nada, sin orientación, ni nada y practicaba esto con 5 pesos compraba la verduras para la guenmai, con un trocito de tela cosí el rakusu, he hecho Zazen en cualquier rincón y el camino estaba claro, por eso no sé porque todas esas preguntas.

R: ¿Qué preguntas?

P: Ahora que si tenemos energía, o del karma que depende, si vendemos o no vendemos, si practicamos o no.

R: Sí, si practicamos no hay problema, pero hay gente que olvida, que no

practica más.

P: Pero eso es, ¿no?

R: Sí, solamente esto, por eso tu continuas, estás aquí. ¿Otra pregunta?, la última.

P: Estoy cansado de pensar en tantas cosas durante el Zazen y me puse a contar mis respiraciones, y me pregunto si no está mal, funciona pero..., no sé.

R: Él cuenta su respiración, a él le gusta contar, es un matemático y después cuenta 100 respiraciones y dice: bueno, 10 veces 100 respiraciones y 1000 respiraciones, hace una hora y media que hacemos Zazen, una respiración hace tantos segundos y empieza a calcular, todo para saber cuanto dura media respiración. Es mejor concentrarse en una sola respiración que contar 100 respiraciones. Hay que concentrarse en la respiración misma, no contar las respiraciones, es loco, es para dormir esto, concentrarse en la respiración, es muy importante, en cada respiración. En cada respiración y al final de la respiración cuando se cambia entre la expiración y la inspiración, depuse inspiración, el cambio entre inspiración y expiración, y como se hace la respiración, observar el cuerpo, cuando se calma la respiración, cuando se para, si se puede parar, cuando regresa, hay que concentrarse en esto, pero contar las respiraciones ¡Puf!... es inútil y ¿hasta cuanto contar?. No, no creo que sea muy eficaz, nunca he practicado esto, algunos libros hablan de esto, pero dicen tantas boludeces. He leído la enseñanza de un maestro, no se si es Zen o Tibetano sobre la respiración, pero era estúpido, nulo, no puedo..., es muy estúpido, nulo, muy consciente, muy..., me doy cuenta que conozco mucho más que mucho maestros, pero ellos hablan, no sé... La mentalidad muy new age, muy de controlar, de control, de autocontrol. Controlar es interesante, la respiración. Hay que estudiar porque... el Buda enseña solamente concentrar su mente, su atención sobre su respiración, sobre la expiración, la inspiración, sobre este circulo, esto es muy eficaz.

Sábado 3-2-2001 20.30hs.

Mi maestro enseñaba, concentrarse principalmente en la expiración, exhalación, que debe ser más larga que la inspiración. En realidad es más bien de bajar el centro de gravedad, el centro de energía. Y la respiración debe ser más, en más adentro, más profunda, de más en más sutil. También se puede solamente observar su movimiento, hay infinitas maneras de respirar, por ejemplo si la respiración es dura, o suave, dulce, ligera o pesada, violenta como un cuchillo, como una hoja de cuchillo, con los pulmones, con el diafragma, con el plexo solar, con el vientre, con el ano, con la nariz, se puede respirar con cualquier parte del cuerpo.

SESSHIN

Domingo 4-2-2001 11hs.

Maestro Dogen cuenta a sus discípulos que en el templo del maestro Zuning,

había una discusión sobre los monasterios. Templos grandes o pequeños y el maestro habla así a sus discípulos, él dice: No se debe denominar un gran monasterio, Gran monasterio. No se debe llamar un pequeño monasterio, Pequeño monasterio. Si vosotros distinguís, hacéis una distinción entre los monasterios, sobre el hecho si es grande, hay muchos monjes, o si es pequeño y hay pocos monjes, es una discusión inútil. Al contrario, un pequeño templo con monjes que tienen espíritu de buscar la Vía, de buscar el camino de practicar sinceramente, se puede llamar un gran monasterio. Él dice: la sangha del maestro Feng-Yang era de 7,8 monjes, el gran maestro Yoshu no tenía más de 20 monjes y el maestro Yakusan no tenía mas de 10 discípulos, pero siempre practicaban con mucha fuerza. Y el maestro enseñaba desde la mañana hasta por la noche, haciendo kusen, mondo y hablando con sus discípulos de la Vía, afuera, siempre afuera del doyo. Ahora hay templos donde hay 500, 700, 1000 monjes, en grandes templos, pero no tienen verdaderos maestros, y los monjes no son verdaderos buscadores de la Vía, no tienen la mentalidad para buscar la Vía y no se pueden comparar estos Grandes templos con los templos de Yakusan, Yoshu o de Feng-Yang. Dogen dice: Mi maestro Yoshu Niojo era un gran maestro, y uno como él cada 1000 años, y siempre decía que era una época de degeneración del budismo, pero las reglas y la practica de su templo eran muy severas, muy serias, y siempre que sea medianoche o por la mañana o después de la comida, sin preocuparse del tiempo, el gran tambor tocaba para anunciar el samu o para que los monjes se fueran a su habitación, para recibir una enseñanza o la madera suena para anunciar el Zazen o un mondo, a veces él mismo sonaba la madera para llamar los monjes a Zazen y siempre hablaba de la ley de los maestros del Dharma, y el maestro Dogen dice: Ahora voy a dar una enseñanza porque soy el hijo de mi maestro. El maestro Tosan dice a su sangha, a sus monjes: mi sangha no tiene palabras, frases, nada que mostrar a los demás, es decir, dice el maestro Dogen que las palabras y las frases que dicen no se pueden cortar con cualquier espada.

3ra. SESIÓN

1er. día de Preparación:

Martes 6-2-2001 19.00hs

Voy a leer la enseñanza que da el maestro Dogen cuando regresa de China a Japón, su país natal. Sobre la eficacia del Zazen. el verdadero Dharma del budismo, el que viene desde Shakyamuni Buda mismo, y que fue transmitido por Mahakashyapa, Ananda, Nagarjuna, Bodhidharma, es esto que se llama el Zen. Existe un método absoluto, único para experimentar lo que se llama Anutarasan miakusan bodai, es lo que la gente llama ahora el satori. Anutara Sanmiakusan bodai es la esencia misma, la expresión absoluta del Dharma. Y este método se transmite directamente de alma a alma, de corazón a corazón, a través de la practica, no se puede aprender solo en los libros o a través de los juicios, criterios, entendimientos o apreciación de los otros. Se puede solamente comprender por si mismo y este método supone una libertad desde adentro, intima, total. La practica de Zazen, por eso la practica de Zazen es la puerta principal para llevar a esta libertad intima, interior. Bueno, el satori

existe en cada uno, pero aparece solamente si la practica es efectiva, si vosotros podéis conocer Anutara Sanmiakusan Bodai, vosotros podréis comprender. La practica, pues, es una condición indispensable y el despertar aparece después. En todo caso el satori no puede ser el resultado de un esfuerzo consciente para obtenerlo. Cuando las manos están abiertas se puede recibir, esto es muy importante. Toma a veces mucho tiempo a los estudiantes para comprender, para llegar a esta cosa de abrir las manos, de abandonar algo, en general en principio cada uno utiliza su ego, su fuerza personal, la gente hace esfuerzos para obtener algo del Zen, y después de un momento de algunos años se cansan y se dan cuenta que no pueden obtener nada por su voluntad personal, por su esfuerzo personal, porque el Zen es abandonar, abrir las manos. En este momento muchos estudiantes paran (dejan) de practicar. Ah! son muchos años que practico, estoy cansado, prefiero ir de vacaciones, hice muchos esfuerzos en el pasado y ahora me cansa!, y al momento de abrir las manos paran la practica, son idiotas, pero es un tema, no es solamente una persona que tiene este problema de abrir las manos para ser libre desde adentro, somos todos iguales, creo que no hay un estudiante que no tiene que ir más allá de sus límites, de su ego. Más se practica con el ego, más es difícil. La gente del doyo de Esquel vienen a practicar con nosotros un día de Zazen, todos muy egocéntricos, piensan que su ego es muy, muy importante y así no pueden tener más de cinco o diez minutos la postura muy rápidamente deben ponerse...deshacer la postura mantener su ego,(?) son, la gente moderna que quieren controlar todo, comprar todo si es posible, comprarse un maestro Zen, comprarse el satori si es posible, pero nada no abandonar su ego. Su ego es tan importante, tan bello, gordo con mucha grasa, pero se piensan muy importantes y le gustan mucho sus defectos, le gustan mucho!, pero no puede soportar las cualidades de los demás. Tanto cuanto vuestra conciencia es activa, dice el maestro Dogen, tanto cuando este presente, vosotros os quedareis encerrados dentro de los límites, dentro de vuestros propios límites y no podréis recibir más que esto.

2do. día de Preparación:

Miércoles 7-2-2001 7.30hs

Si se concentran en la respiración, si ponen su atención completamente en el va y viene de la respiración, dejen que se haga naturalmente, ya sea corta o larga, profunda o superficial, lo importante es tener su concentración en ella con mucha libertad.

De esta manera cuando vosotros ponéis la atención en la respiración pueden estar conscientes del movimiento energético del cuerpo y se amplifica la eficacia, casi mágica de vuestra respiración. Si no ponen atención a la respiración a veces siguen los pensamientos y se ponen a respirar muy irregularmente sin armonía, esto influencia mucho la postura, se vuelve dura, empieza a doler y la concentración se va. Así la concentración sobre la respiración fue enseñada por el Buda a sus discípulos como la enseñanza última. Es muy difícil, seguir, mirar, observar su cuerpo entero a través de la respiración sin... dejándola libre. Es importante poner bien su atención en el

momento entre la expiración, final de la expiración, al momento entre el final de la expiración y la nueva inspiración. Este momento de vacío y también en el momento entre el final de la inspiración y nueva expiración. Estos dos momentos hay que observarlos también, son momentos en los que hay que estar relajado, tranquilo.

Continuo la enseñanza del maestro Dogen a los japoneses cuando regreso de China. El dice: No se puede terminar por las palabras que hablan del satori (?) porque es un sujeto sin ningún limite. Así se puede estudiar, estudiar, hablar, hablar, leer, leer, sobre el satori, pero no te adelanta para nada. La frase siguiente, el Buda en Zazen no tenia más ninguna conciencia personal. (?) Es decir que se puede estudiar sobre el satori, sobre las cosas conscientes durante tiempos infinitos pero no te cambiara nada. La sociedad actual, la mentalidad es de empujar, desarrollar el ego de la gente, la conciencia personal, la propiedad personal, el desarrollo personal, siempre y el ego se desarrolla de más en más, de más en más fuerte, la gente esta de más en más contenta de ella misma. Ah! soy más rico, Ah! como me he desarrollado, conozco más cosas. Es cierto que hay un equilibrio que hay que mantener, estudiar, aprender cosas, siempre. Pero siempre con una mentalidad que sabe que no hay verdadero progreso, no hay nada que...mushotoku, estudiar mushotoku, seguro que con el tiempo tenemos más experiencia. Así, Dogen dice: Se puede estudiar durante un tiempo infinito, pero no sirve para nada. El Zen, la vía del Zen es el contrario, es olvidar el ego y dejar el sitio para el Buda. Es la diferencia entre la técnica y el genio. La gente quiere tener de más en más técnica, tienen mucha técnica, saben mucho, pero no tienen genio. No vale nada al fin. Los que tienen genio olvidan a su ego y es como Dios que se expresa en ellos. Mi maestro Deshimaru admiraba mucho Picasso, la mentalidad de Picasso, en relación con su trabajo de pintura. El decía que nunca trabajaba por el resultado final, nunca tenia conciencia, ni imaginaba el resultado final, pero decía, que para él pintar era, el momento en sí, el esfuerzo en sí, que es importante, la expresión en sí, y que lo que hay antes en el tiempo, lo olvida totalmente. Así Buda en Zazen no tenia ninguna conciencia personal, pero era genial!. El desarrollo del ego, hay que conocer esto, creo que los viejos conocen mejor que los jóvenes, te lleva al sufrimiento más fuerte, más fuerte es el ego, más fuerte es lo personal, más fuerte es el dolor, en un momento u otro. Por esto hablo de la respiración y de esta relación con la respiración que el Buda enseñaba en un sutra que se llama Anapanasati, es muy importante, porque en realidad lo más importante, el inconscientemente es finalmente (?) la verdadera expresión de uno mismo, el verdadero ego, como dice mi maestro. Y estar en relación con nuestra respiración, de ser consciente del inconsciente. Lo natural, ser uno, el consciente con el inconsciente, este momento de conciencia personal se vuelve no personal, se vuelve universal!. Es esto lo que llamamos inconscientemente, automáticamente, no es ser un fantasma, un tipo que no tiene... que es como un zombi, nada que ver. Personal y universal es muy, muy diferente. Pero al final no deber ser diferente.

Miércoles 7-2-2001 19.00hs

Cuando abandonamos toda conciencia del ego, se puede vivir libre y despierto. En la Sesshin anterior se hablaba del verdadero yo, que existe en la relación de Zazen entre la observación subjetiva del ego objetivo y que al final el subjetivo que mira la postura, que mira la respiración, que mira la conciencia, se vuelve el objetivo y que el objetivo se vuelve el subjetivo y que en la relación entre los dos se puede encontrar el verdadero yo. Perder conciencia de su ego, no quiere decir caer en el coma. Quiere decir ser natural como si el viento por ejemplo, (en los poemas Zen se habla mucho del viento) como si el viento fuera consciente de su movimiento. Es extraño porque al mismo tiempo siempre hay esta relación entre objetivo y subjetivo. Al mismo tiempo hay que estar inconsciente y estar consciente. Estar consciente en el inconsciente mismo, como el viento que sería consciente de él mismo, pero que sería natural. Esta es la dificultad. Hay gente que durante Zazen no se concentra para nada, no ponen cuidado a la postura, y ni piensan en la respiración, dejan todo que se haga en modo abandonado, como una casa abandonada, piensan por ejemplo que practican inconscientemente, al contrario hay personas que hacen mucho esfuerzo para mantenerse fijo, recto, hacen muchos esfuerzos en su practica siempre consciente, consciente, con mucha atención pero al final no son tan felices, este es el koan. Como no pasar al lado del satori. Dogen dice: cuando practicamos Zazen con atención pero desapegados de buscar algo, con atención pero dejando la naturaleza propia expresarse, esto es muy difícil, es un poco como los negros que cantan jazz con swing, y los blancos tratan de imitar pero no tienen swing, los peores son los alemanes, y hacen un esfuerzo inmenso para tener swing, pero el swing no es esfuerzo, y al final no llegan, no logran tener swing y dicen: los negros todavía son vagos, no les gusta trabajar, sí, pero tienen swing!. Así, se puede llegar al estado de armonía dice Dogen, con el universo entero y el universo entero entra en uno mismo. En este momento la energía se vuelve, se hace fuerte. La vida se hace agradable, natural, sin complicaciones, a derecha, a izquierda y se puede comprender lo que es la verdadera libertad. La libertad del espíritu. Interesante.

4to. día de Preparación:

Viernes 9-2-2001 7.30hs

Quedarse tranquilo, respirar, estiren la nuca bien.

Continuo la enseñanza de Dogen a sus discípulos cuando vuelve al Japón. El dice: Cuando me volví monje, para buscar la verdad, la más importante, la más profunda de mi vida, visité muchos maestros en muchos templos en todo el Japón y especialmente encontré nueve veces el maestro Senko del templo Keninji, era el mejor discípulo del maestro Esai, quien era el primero en llevar el budismo a Japón, no había ningún maestro que estuviera más allá de él, porque el Dharma autentico del Zen Rinzai le fue transmitido a él, pero el Zen Rinzai no me satisfizo, entonces me fui para China, para estudiar el Zen y estudie el Zen de las cinco escuelas diferentes en China, pero la enseñanza para mi, no me satisfacía, al final encontré al maestro Niopo, un maestro Zen autentico, de repente mi decisión en relación con la búsqueda de la Vía, de la verdad, fue muy clara y definitiva, después cuando regrese al Japón pensé que

tenia la misión de transmitir este saludo, esta salvación al pueblo Japonés. Enseñando la verdad que yo había recibido, esta responsabilidad era para mi muy pesada, yo estaba encargado de una misión muy importante. La salvación de los seres humanos, pero quería esperar circunstancias más apropiadas, favorables, pensé que era mejor, al principio viajar a través del Japón, preguntar a los otros maestros sus opiniones sobre sus enseñanzas, pero al mismo tiempo tenia miedo de olvidar un poco la enseñanza de mi maestro, que vuelve débil, o peor que olvido todo y que empiezo a dudar, es bueno escuchar las opiniones de los demás, pero si tomamos una verdadera decisión en la vida, hay que ir derecho, al frente, por eso ahora sin perder tiempo quiero escribir la enseñanza de mi maestro antes de olvidarla.

5to. día de Preparación:

Sábado 10-2-2001 19.00hs

Continuo la enseñanza del maestro Dogen cuando vuelve a su país natal. El dice que el Buda Shakyamuni transmite el verdadero Dharma a Mahakashiapa, su discípulo, y desde ese tiempo el verdadero Dharma se ha transmitido directamente y sin deformación de maestro a discípulo hasta Bodhidharma, en India, y después Bodhidharma se fue a China y él transmite el Dharma a su discípulo Eka. Esto es el origen de la transmisión del budismo en oriente, en China y Japón. Antes de que Bodhidharma llegara a China, budismo fue transmitido por sutras, sabe?, libros, y las interpretaciones eran muy diferentes y se crearon muchas escuelas, y era imposible ponerse de acuerdo en cual era la verdadera, pero cuando Bodhidharma transmitió el verdadero Dharma, a su discípulo Eka, en ese momento fue muy claro y hasta el sexto patriarca chino se transmitió el Dharma y después el sexto patriarca, el verdadero Zen se desarrolla mucho en China y en esa época era evidente para todo el mundo que el verdadero budismo no se podía comprender leyendo sutras, recitando cosas. Y así el maestro Dogen continua, el sexto patriarca Eno tenia dos excelentes discípulos excelentes discípulos: Nangaku y Seigen. Cada uno de sus dos discípulos tenia muchos discípulos, muchos alumnos y transmitieron a estos discípulos el verdadero Zen. Así, a parte de estas dos escuelas se forman cinco escuelas que se desarrollan. La línea Hogen, la línea Igyo, la línea Soto, la línea Ummon y la línea Rinzaï, pero ahora, es Dogen que habla, solamente la escuela Rinzaï se desarrolla en China. Al principio, dice Dogen, las cinco escuelas eran distintas, es cierto, pero estaban todas en el verdadero espíritu del budismo.

Antes de Bodhidharma habían muchas dudas, muchas interpretaciones, pero cuando Bodhidharma llega a China corta toda la raíz de las discusiones y establece el verdadero budismo. También, dice Dogen, en Japón hay varias escuelas, pero yo quiero enseñar el verdadero budismo. Todas los grandes maestros que han conservado la enseñanza del verdadero budismo eligen el mismo camino hasta el Satori. Este camino es la practica del Zazen con una postura correcta y un estado interior de gran libertad. Mismo en China y en India el satori era la practica de Zazen, porque el secreto del Budismo estaba correctamente transmitido de maestro a discípulo y su esencia estaba protegida. Así Dogen cuenta la historia más o menos del Zen, del Budismo.

Pero creo que practicar Zazen y obtener una buena postura, una buena respiración y descubrir este estado de libertad interior y de fuerza, también es un mérito, una suerte y se recibe poco a poco el secreto, hay una evolución, una comprensión, también hay una apertura que se hace poco a poco practicando. Una intimidad con si mismo, porque la postura es en si mismo su Buda interior, y ese Buda existe ahora. Pero con el pensamiento se elevan muchas dualidades. La dualidad es el diablo. Diablo quiere decir dualidad, que separa las cosas: dos. Durante Zazen no hay dualidad si se practica correctamente. No hay dudas, se calma la mente, las ilusiones, las dudas se van, desaparecen y te queda solamente la realidad, la evidencia. Sentirse libre y fuerte, nadie te lo puede robar, ninguna circunstancia te lo puede prohibir. Es tuyo, si le puedes ganar adentro de ti, esta libertad de la cual habla el maestro Dogen: felicidad, libertad de adentro, eterna. Esto no depende ni de la política, ni del amor, ni de ninguna circunstancia.

Las manos bien apoyadas en la panza. Hay dos puntos muy importantes: El punto que empuja el zafu, que es el periné, que es un punto entre los órganos sexuales y el ano, este punto empuja el zafu, y también el punto arriba de la cabeza, la fontanela. Exhalación larga, tranquila empujando los intestinos abajo, al final de la exhalación dejar la inspiración hacerse bien. En este momento, se puede abrir los pulmones, y relajar todo. La inhalación es corta, la exhalación es larga. Simultáneamente el cuerpo se vuelve infinito y se puede respirar por estos dos puntos. Se puede concentrar sobre 1,2,3 puntos al mismo tiempo y respirar por estos puntos. Tener una conciencia del cuerpo más entera, unida, más allá. Antes hablaba en relación del ego objetivo y subjetivo y en vez de aprovechar de la inmensa dimensión del Buda piensan. Cuando te concentras realmente, no hay tiempo de pensar, hay conciencia, no pensamiento. También en la respiración como en el cuerpo hay dos puntos vacíos. Es el momento al final de la inspiración y el principio de la exhalación y al final de la exhalación y principio de la inspiración. Son como los dos puntos del Tai Chi, del yin y el yang. Todo esto, los sabios, los monjes lo descubrieron haciendo Zazen, observando su cuerpo, su respiración, domesticándolo como a un caballo, poco a poco. Con calma se va descubriendo que este cuerpo mismo va más allá de lo que creemos.

6to. día de Preparación:

Domingo 11-2-2001 7.30hs

Concentrarse sobre la expiración, una exhalación larga, tranquila, empujando los intestinos abajo. Al final de la exhalación hacer que la inspiración se haga bien. En este momento pueden abrir bien los pulmones y relajar todo. La inhalación es corta, la exhalación es larga.

Domingo 11-2-2001 19.00hs

Continua la enseñanza. En el verdadero Zen no es esencial de recitar, de rezar a Buda, de leer los sutras. Es suficiente hacerlo durante la ceremonia como el “choko”, que es la ceremonia antes de quemar el incienso. “Lachai” (?) que son plegarias a diferentes Budas, el “quito” ceremonias para curar a la gente,

para ayudar a la gente, “to kio” que es leer los sutras. Hay tiempos para esto durante el día, pero durante el Zazen que es la practica esencial no hay que pensar a esto, ni que pensar en Buda, ni a cualquier Dios. Es más importante durante Zazen liberar su ego por Zazen a través de Zazen y encontrar este estado de grande y profunda libertad interior. Si practicamos Zazen con la actitud física y mental de Buda, el universo entero se vuelve karma de Buda, satori. Por eso todos los maestros hasta hoy tienen la más profunda admiración por Zazen, porque durante el Zazen verdadero, Zazen tranquilo y natural todas las existencias del universo, pero también todas las existencias pasadas de la gente que ha muerto obtienen el satori a través de nuestro mismo espíritu, en este momento mismo a través de nuestro satori. Y se vuelven Budas y estas personas empiezan a dar la enseñanza ilimitada, a explicar la sabiduría, la más alta.

Cuando mi padre se muere hace poco tiempo, fue durante el campo de verano, pero por suerte mi padre pudo ir a su entierro, la ceremonia de ponerlo dentro de la tierra y que estaba en un día de descanso dentro del campo de verano. Así tomo el avión, la Sesshin y fui a su casa con la familia y duermo en su cuarto, en su casa y a la noche su espíritu viene a visitarme. Yo estaba siempre en la onda de Zazen en la Sesshin y no podía dormir porque su presencia me molestaba y no podía ayudarlo porque ya esta muerto y trato de explicarle un poco el espíritu del Zazen. Por eso yo le pido a un ángel para que me ayude. Y bueno, no es mi trabajo, no puedo ayudar a tu padre, entonces yo hice Zazen y había en la habitación siete murciélagos cuando me levanto para hacer Zazen los siete murciélagos que vuelan por la habitación, cuando yo los echo, empiezo a hacer Zazen y después estaba muy tranquilo, mi padre no estaba allí. Me duermo bien. Al día siguiente la gente viene con la caja donde estaba mi padre y abren la caja en la pieza de al lado y la gente empieza a ir a verlo por la ultima vez y vuelven muy shoqueados realmente shoqueados, mi madre vuelve y me dice llorando. Ah!, parece un santo, y yo fui y la verdad es que parecía Jesús, el Cristo, bellísimo, con mucha luz, como un santo de verdad, fui muy impresionado y yo le digo a él: ¡Ah papá!, estas bello ahora!. He visto muchos muertos en mi vida, pero él estaba muy especial, solamente por el poder de Zazen se puede ayudar a la gente. El aprovecho de los méritos míos. Yo tenia muchos mundos con mi padre, me hablaba siempre de Zazen y digo: Bueno, pero la postura de Zazen es el estado más alto del ser humano, papá, y él dice: Qué quiere decir?, que los otros que no pueden hacer Zazen, son una mierda?, yo digo: No, no, no, no digo esto pero digo que hacer Zazen es la más alta concentración, dimensión del ser humano y la más alta conciencia, y por que esto?, esto lo digo porque mientras haces Zazen te vuelves Dios mismo, Buda y entonces me dice: Ah!, piensan que sos Dios, le digo: Sí, y él me dice: En este caso, soy el padre de Dios!. Y él tenia una pierna enferma y no podía tomar la postura de Zazen, no era posible, pero por mi propia practica él tiene muy buen karma. Me doy cuenta cuando lo veo. Así no fue muy triste, mas fue muy feliz para él, mucho mejor que durante su vida. Durante la vida es difícil a veces ayudar a la gente, la ayuda de Zazen no se ve, pero es muy efectiva. Por ejemplo para ayudar a los padres, es una ayuda profunda, la gente a veces tiene que sufrir su karma,

que vivir su karma y este sufrimiento mismo es una curación para ellos, el mérito de Zazen es una curación y una enseñanza profunda, cuando llegan a la muerte nuestro mérito le ayuda mucho, esto es cierto... también para los abuelos y para los que ya están muertos, los antiguos, también para la gente que no conocemos. A los padres se los puede ayudar mediante Zazen y también a la gente que no es de nuestra familia... Así, durante Zazen, dice el maestro Dogen nos comunicamos con Dios, sí con Dios, pero durante Zazen no podemos dar. Nos cuenta de esto, porque estamos ocupados, concentrados en la postura, en la respiración, no tenemos el tiempo para pensar en Dios, pero inconscientemente estamos en absoluta fusión con él y hay un tiempo en los templos donde es posible (plegar) invocar o hacer plegarias al Buda, los Bodhisattvas pueden cantar sutras, un tiempo no más y durante Zazen no. A mi me gusta hacer plegarias, es un descanso para mi, es como leer un libro, escuchar música. Me gusta hacer plegarias a Dios o al Buda y es este un tiempo personal que no se da durante el samu, ni durante el Zazen porque es mejor aprovechar durante el tiempo libre. La respiración de nuestro cuerpo y especialmente de nuestra postura de Zazen, es el dragón... El dragón de la vida y la muerte, es muy poderoso, muy fuerte. La gente tiene adentro un dragón, pero por nada le controlan, ni aprovechan su fuerza, ni de su sabiduría, de esto Dogen dice en Fukanzazenyi: Zazen es como el dragón que entra en las aguas profundas, en vez de pensar en pensamientos ridículos, propios de una pequeña cabeza de boludo que deforma las caras, es mejor observar al dragón, controlarlo, es como andar a caballo... Este momento es conciencia pura, libertad, tranquilidad, fuerza. El Buda enseña como método, estar consciente de su respiración y dice que cuando la inspiración es corta, tu sabes que la inspiración es corta; cuando la inspiración es larga, tu sabes que la inspiración es larga. Cuando la exhalación es corta, tu sabes que la exhalación es corta; cuando es larga, tu sabes que es larga. Cuando esta pesada, cuando esta liviana, estar consciente de esto, pero también, no solamente observar la respiración como algo exterior a ti, debes observarla como a tu vida misma, porque esta respiración es tu vida... Hay un búfalo, un pequeño monje ve al búfalo, corre detrás de él, pero el búfalo se escapa, finalmente puede alcanzarlo, el búfalo tira de un lado, él tira del otro... Poco a poco puede mantener al búfalo con una cuerda y el búfalo sigue al pequeño monje hacia aguas profundas y se siente como en la casa. Es importante bajar la respiración. Les repito, dice el maestro Dogen hay que practicar Zazen sin objetivo, sin ego, sin conciencia personal, es decir tranquilamente. No hay que separar el satori de la practica del Zazen, como se hace muchas veces, porque la practica de Zazen misma es satori, pero si uno esta consciente del satori, no es verdadero satori, si se esta consciente del ego no es verdadero satori. Se puede obtener la verdad absoluta del budismo, cortando la raíz del pensamiento, la raíz de su conocimiento, sus categorías, sus opiniones, que sean divinas o dogmáticas o sociales, hay que cortar. Así, el espíritu de los que practican Zazen es grande, amplio, tranquilo y este espíritu del Zazen puro influencia la tierra, los árboles, las piedras, la arena, todo se vuelve Zazen, todo recibe los beneficios de este Zazen, sin ego. La practica de Zazen tiene que crear una metamorfosis, una revolución del cuerpo y del espíritu. Los

conocimientos que nosotros teníamos hasta ahora, nuestros dogmatismo complicados se pueden cortar, se puede encontrar la verdad absoluta, la misma del Buda, se puede comprender la verdad lo mismo una sola persona. Cuando practica Zazen tiene una influencia sobre las circunstancias e influencia el lado de la verdadera paz y la verdadera libertad, influencia a todas las personas del mundo. Se puede ver, que no solamente nosotros mismos podemos despertar y cambiar un karma muy profundo y complicado, muy difícil, pero también ayudar a los demás, a los otros, a entrar en el mundo de la libertad. Dogen continua: El satori no es un fenómeno psicológico especial o que dura un breve momento, pero es algo inconsciente que continua, ni cesa. Así cuando una sola persona practica Zazen, siempre durante un tiempo breve, está en relación con todas las existencias y en armonía con la eternidad y el universo. Con el poder de Zazen se puede más y más ver, comprender y liberar su karma muy profundo, nuestro karma es muy antiguo. Podemos conocer nuestro karma cuatro o cinco generaciones, pero es mucho más antiguo que eso, en nuestro karma hay momentos que son divertidos, momentos de paz, que son tranquilos, momentos que son fáciles y momentos que son difíciles, de infierno, de tristeza, de mierda, pero sin hacer Zazen, el karma no se resuelve, siempre continua, siempre estas mas pesado, con el Zazen se puede iluminar nuestro karma, no hay que tener miedo. La gente no quiere ver, no quiere resolver este karma porque tiene miedo... Con el Zazen es posible purificar el karma, Zazen influencia la eternidad, el pasado, el presente, el futuro, en todo el universo, esto significa que el espíritu inmortal del Buda ejerce una influencia sobre el tiempo y el espacio. Esta influencia del Zazen no dura solamente el tiempo que dura la practica, sino que continua como el sonido de un gong. Cada persona que hace Zazen influencia todas las cosas, así cuando muchas personas hacen Zazen, este Zazen es una influencia maravillosa, más allá de todo lo que se pueda imaginar, el poder del Zazen es tan grande que la misma "súper" sabiduría de los Budas no permite concebirla. Los méritos de Zazen son ilimitados, pero la gente prefiere meritos limitados que se pueden ver, calcular. Los méritos de Zazen se pueden ver y recibir pero mucho tiempo después, porque no es necesario verlos. Resolver su propio karma es una ayuda inmensa para los demás... Así, todos los grandes maestros tienen un karma al principio, muy muy difícil, muy malo. Kodo Sawaki tenia un karma muy muy malo, muy difícil, pero con el Zazen continuando, perseverando, veinte, treinta años, cuarenta años pudo tener un karma muy puro y simple al final, no complicado, esto también influencia todo el mundo. También mi maestro Deshimaru tenia un karma muy muy difícil, mucho sufrimiento, muchas dificultades, muchos demonios y después se vuelve muy limpio, muy simple, muy feliz, por eso era un maestro. Hay gente que tiene un karma no tan difícil, en esta vida, pero no realizan nada en toda su vida, solamente comen, cagan, hacen niños, se ponen viejos y mueren. Solo consumen, contaminan. Sí, es muy difícil, pero muy importante solucionar su vida, por lo menos una parte de su karma, pero eso la gente no lo quiere, porque es difícil, especialmente al principio, siempre más o menos duele pero el valor de este dolor es muy diferente que el dolor del castigo de la ilusión, por ejemplo es un dolor bueno, un dolor de

conciencia, un dolor de guerrero, dolor de emancipación, dolor de nacimiento. También, con el tiempo, este dolor continua, evoluciona, puede también ser un dolor de alma, pero no lo vemos de manera negativa, por nada hay que escaparse ni tener miedo de este dolor que después se convierte en felicidad, conocimiento, fuerza, amor.

Lunes 12-2-2001 7.30hs

La respiración de adentro de nosotros, de nuestro cuerpo, contiene todo, tu conciencia, tu fuerza, contiene todo tus deseos, tus miedos, por eso lo llamamos el dragón, porque es muy fuerte. Lo tenemos adentro nuestro, como un monstruo, pero no lo sabemos, no lo aprovechamos. También hay historias con búfalos, como la que el flaco no puede atrapar, podemos ver al pequeño monje tocando la flauta sentado en el búfalo. La ultima imagen es un circulo, pero esto es otro capitulo. el dragón entra en las aguas profundas, bajo del ombligo, bajo la tierra y cuando baja esta energía, se controla la respiración. Cuando la respiración es alta no se puede controlar. Está siempre iaja, aja!. Por esto yo paré de fumar, por la respiración. El placer de respirar en Zazen valen miles de cigarrillos de la Habana, de Cuba, puros, también valen miles de porros.

Me doy cuenta que todos los secretos de las tradiciones espirituales no se pueden transmitir, explicar. Hay muchos maestros en otras religiones que transmiten errores a propósito. No se lo que se transmite de maestro a discípulo. No se puede comprender los secretos de maestro a discípulo. Con la condición de ser puro, sincero de continuar su esfuerzo. Y después que son aclaradas las equivocaciones se puede entender la buena manera.

Sesshin

Martes 13-2-2001 17hs

He hablado el otro día de las cosas secretas del Zen, es decir que el importante de la práctica no se puede explicar. No se puede explicar pero se transmite en silencio. De Buda a Buda hasta hoy. Es como que cada uno tiene una tierra distinta, con su propio clima que va a estar más o menos favorable al crecimiento de algunas plantas. Y el Maestro pone semillas en todas las tierras, en las tierras de cada uno. Estas semillas se ponen con adentro de la práctica, inconscientemente, a veces a través de los kusenos, también a través de la propia práctica del Maestro por eso los grandes maestros, los verdaderos maestros siempre practican juntos con los discípulos. Ahora hay muchos maestros que durante la Sesshin se quedan en su habitación y no van al dojo, solamente los discípulos hacen zazen y a tiempo vienen a visitar al Maestro en su habitación y preguntan algunas preguntas y después vuelven al dojo para pensar otra vez algunos koanes. Este método es nulo porque ¿qué hace le maestro durante todo el día en su habitación?..Mi maestro Taisen Deshimaru decía siempre: “Es importante que el maestro practica junto con los discípulos y así se transmite el Dharma, con o sin palabras” Y después estas semillas van a crecer siguiendo su propia tierra, su propia

características. En Japonés “Mitsu” quiere decir, tiene mucha significación también, cuando estás enamorado también se utiliza la palabra “mitsu”: íntimo..., pero también quiere decir secreto o también “místico o mística”, en el sentido que no se puede ver con los ojos y escuchar con los orejas ni comprender por el intelecto, pero que se puede experimentar directamente. A veces la enseñanza secreta es inmediatamente, el maestro puede transmitir inmediatamente al discípulo. A veces se revela mucho más tarde, puede revelarse 10 años, 20 años después. Si el discípulo no continúa se pierde estas semillas. También existe la palabra secreta que es una palabra que se comunica directamente sin sonido. Se dice cuando la grande verdad, la que los Budas guardan como un tesoro importante que no se puede compartir con cualquier persona, cuando está grande verdad se realiza como verdad, como el Universo real. El estado de vos estás así y yo también soy así y que cada uno protege esto correctamente y experimentado, este estado es experimentado exactamente aquí y ahora.

Por eso las historias entre Shakyamuni Buda y Makahashapa estaban una grande enseñanza porque Makahashapa estaba casi al mismo nivel que Shakyamuni Buda, había como Shakyamuni Buda experimentado las mortificaciones muy fuertes, y estaba muy muy fuerte. Así él podía comprender la enseñanza secreta de Shakyamuni Buda al momento mismo. Pero por ejemplo con mi Maestro Deshimaru, lo que me transmite mi Maestro también el Maestro Rempo Niwa se realiza mucho más tarde. Con el poder de Zazen, con el poder de Buda. También por ejemplo el sexto patriarca Maestro Eno recibe muy rápidamente la transmisión y el kesa del quinto patriarca y fue se quedó quince años sin estar monje, practicando solo haciendo varios trabajos y realiza mucho más tarde como quince años después la transmisión de su Maestro. Por eso es esto en relación con lo que decía del maestro Dogen a la mañana de la influencia de zazen, de la influencia invisible. Que enseña también a los árboles, a las piedras, a las montañas, a los seres pasados, presentes, futuros.

Respetamos mucho al Maestro Dogen porque sin él sería imposible hoy practicar, conocer, recibir el dharma del zazen. Pero también lo que recibimos ahora, hoy es influencia del zazen de Shakyamuni Buda mismo, hasta hoy.

Martes 13-2-2001 20.30hs

Solamente si vosotros están atentos a su respiración, atento quiere decir estar adentro de su respiración, vivir su respiración. Y observar su respiración como si vos estás en un barco, en una mar, no tan agitada pero también con olas y observar el barco seguir las olas. Así si vos prestas bien atención a su respiración esta misma empieza a tomar un ritmo cósmico, se pone profunda y la energía baja, da fuerza, llena su cuerpo.

Mañana voy a continuar a hablar de la enseñanza inaudible del Buda y de Makahashapa que dice que nada es escondido, disimulado. También la relación entre el espíritu y la naturaleza; dice que hay que descubrir la naturaleza, la verdadera naturaleza del espíritu. Y también hay que descubrir el verdadero espíritu de la naturaleza.

Sesshin

Miércoles 14-2-2001 7.30hs

El pilar no debe mirar afuera, tiene que estar más concentrado que los demás. El gran maestro Ungo Doyo fue invitado a la casa del gobernador del país que estaba un budista, estaba también practicando zazen este gobernador. Y el gobernador hace una pregunta a Ungo Doyo, él dice: El Buda Shakyamuni tenía la palabra secreta pero si el Buda Shakyamuni decía hay una palabra secreta. Cada maestro tiene la palabra secreta pero el discípulo de Shakyamuni Buda, Makahashapa dice que nada es disimulado, escondido. Así es un poco contradictorio, el Maestro dice que hay palabras secretas y el discípulo dice que nada es escondido.

Así Ungo Doyo llama: - Ministro!

El Ministro: -¿Qué?

Ungo Doyo le dice: -¿Entiendes o no?

El Ministro dice: -No comprendo

El Maestro dice: - Si Ud. no comprende son las palabras secretas de Buda. Si Ud. comprende es Makahashapa que dice que nada es escondido. Esta enseñanza es muy importante en el Zen. El maestro Ungo Doyo estaba un grande Maestro, durante un tiempo estaba practicando Zazen sólo en el bosque en una pequeña ermita y los ángeles le traían su comida, una comida muy buena. Maestro Dogen dice: - Fue el maestro de los dioses y de los seres humanos. Se dice que después de recibir la enseñanza de su maestro y la transmisión de la más profunda verdad, fue más allá del estado de recibir comida de las mujeres o de los dioses. Es muy importante la expresión de la palabra secreta de Buda y de nada es escondido de Makahashapa. Recibimos la enseñanza de todos los Budas, ahora ochenta y dos.

Miércoles 14-2-2001 11.00hs

Continuo a propósito de la palabra silenciosa del Buda, del maestro. Este secreto, esto es importante, no pueden comprender ahora pero es posible que un día vosotros pueden entenderlo. Se puede escuchar esta palabra secreta del Buda del Maestro, pero esta palabra cuando se escucha no viene de otra persona. No viene de afuera y no viene de uno mismo. No es un conocimiento inherente a sí mismo. Y nadie a esto una cosa nueva. Es decir que la verdad siempre fue como lo dice Makahashapa, nunca fue escondida. Pero si no lo transmite el Maestro para vos está palabra secreta nunca puede descubrirla ni realizarla sólo. Esto es una parte mayor, más importante de la enseñanza del Zen, aparte que se transmite en el Dojo, principalmente en el Dojo durante el Zazen. Porque cuando el maestro recibe la transmisión de los Budas que viene esta transmisión de su propio Maestro, cuando realiza esta transmisión, él quiere también transmitirla a los discípulos sinceros. Pero de esta verdad no se puede hablar, no se puede explicar. Si se puede hablar, pero no sirve para nada hablar de eso; por eso los Maestros siempre hacen poemas o dicen a veces palabras extrañas. Porque tratan de hablar de manera abstracta, de transmitir algo de manera abstracta. Pero en realidad está verdad se puede transmitir solamente por de manera extraña, como lo explico ahora, con la intención por ejemplo se podría decir. Y el discípulo puede recibirlo

simultáneamente o también, tiempo después, años después. Esta transmisión solamente pasa por su maestro pero viene de todos los Budas. Es el sentido también de nunca ha estado escondida esta verdad. Siempre los Budas la conocen, la practican, y muchas palabras secretas. Por eso cualquier sea la vida, cualquier sea la circunstancia exterior de su vida nunca deben faltar en continuar el esfuerzo de practicar zazen. El Maestro Shoshu le dice – Si vos continúan la práctica no puede ser que no obtienen el despertar, el satori. Exactamente, además los momentos más difíciles de sus vidas son los más importantes para practicar. Y sea que el mundo explota, que el fuego está en todos lados, que la gente se mueren de hambre, continúa su práctica, si no hay dojo continúa solo en su casa. Pero con el mismo espíritu. Si vosotros estáis dos, una pareja, continúan con su marido o con su mujer, como si el dojo estaba lleno. Siempre si la postura está difícil, vos piensas que vuestro cuerpo es una mierda, continúa. Siempre si dudan del maestro y todo, continúan. Esta transmisión es más allá, es más allá mismo de la personalidad o del karma del maestro. Seguro cuando él está listo, cuando es seguro que es sincero. No se regala tan fácilmente.

Mondo

Miércoles 14-2-2001 17.00hs

P:

Es sobre la contradicción entre Buda y Makahashapa, por un lado Buda dice algo de un secreto transmitido, algo por lo que yo he entendido que pasa de lo Universal a lo personal y por otro Makahashapa dice que nada se esconde en el Universo. Secreto y algo que no se esconde hay una contradicción ...y creo que hablan de lo mismo. Lo que no entiendo es qué es este secreto que se transmite, a través de lo universal...

R:

Para mi y lo que me interesa y pienso que todos los maestros son así, es la práctica de zazen, es adentro de la práctica de zazen. La práctica de zazen hay que ir en más en más profundo, profundamente adentro y más en más tranquilo y despacio y más en más abandonado y esto es como decir – Hay que saber cómo hacer, hay que conocer el camino para obtener esta tranquilidad, cómo respirar, hay muchos, muchos secretos en realidad...Y es extraño porque hace algunos meses que me digo esto...Hace algunos meses que practico mucho en mi casa, en Europa, hay el zazen con los demás pero en el día, practico sólo y llego al dojo con los demás y a veces cuando estoy sólo estoy muy tranquilo porque no hay influencias y cuando los discípulos vienen siento el karma de la gente...No es decir que no tengo karma, pero por lo menos durante zazen no...Siento mucho las complicaciones de la gente, su karma, lo que piensan y bueno, muchas veces me digo- bueno, enseñó todo lo que se puede decir ya, pero lo que puedo enseñar no se puede decir...Y me da esta reflexión a mi, y ahora mi zazen lo que vivo durante el zazen no puedo explicarle a mis discípulos, es una dimensión...ehhh, otra...Y me doy cuenta que mis discípulos no han llegado ni al principio de la práctica que es mushotoku y que cuando llegan a mushotoku, se van porque tienen miedo...Y

como una mujer que hace 10 años de zazen y después de 10 años que repito cada día: Mushotoku es la esencia del Zen...Qué dice: ¡Qué!? La esencia del zen es mushotoku? ¡Esto, me voy!...o algo así...Y bueno, de más en más quiero explicar a la gente porque a la gente le quiero...Quiero a la gente y mi zazen, más en más se desarrolla; y yo quiero explicar a la gente: Ah! Vos debe hacer así...Pero es imposible explicarlo, porque es muchos años de no sé, un camino y de experiencia...Y la historia bien conocida es que Buda y Makahashapa estaban al mismo nivel, porque Makahashapa hacía como Buda muchos años de ascetismo y todo, y una práctica muy fuerte, como el Buda y después sale de esto y encuentra al Buda y tenía una dimensión muy muy grande, así que desde que Buda encuentra Makahashapa él reconoció – Este tipo tiene una experiencia muy, muy más allá de mis otros discípulos y él le hace sentar a su lado cuando hace una conferencia y todo...Es la historia que una vez el Buda mueve una flor en sus dedos sin hablar y Makahashapa ve esto y se ríe y los otros..¿Por qué se ríe? ¿qué hace Buda? No entienden, pero Makahashapa entiende, porque son casi en el mismo tiempo y por eso él recibe la transmisión pero también puede ser que, no puedo explicarlo...A veces el discípulo es mucho menos desarrollado que su Maestro. Por ej, mi y Deshimaru, nada que ver. Estaba como un gran Buda y yo estaba como un niño, pero también tenía desde el principio una decisión definitiva, clara, en relación con el Zen, él sabía mucho del karma y bueno, este tipo desde el principio me ve – Y dice, este tipo, él va a estar un grande discípulo, él va a continuar zazen, y muy poco tiempo después del principio del primero campo de verano, estaba como cuatro años después que conocí a Sensei, estaba un discípulo muy joven y yo estaba responsable del servicio. Y estábamos distribuyendo el pan y todo esto, y comemos después de los otros, y comemos en una tabla y teníamos vino y empezamos a beber y estábamos muy borrachos, y estamos...no me recuerdo pero haciendo mucho ruido!! Beee!! Con las sillas!! Así!! Y de repente Deshimaru entra con las claquetas y toca la tabla, Pam! Pam! Y todo el mundo AHHH!! Y él me mira y dice: ¿Quién va a continuar cuándo voy a estar muerto? ¿Quién va a continuar el Zen? – Para decirme a mi, es serio, es delicado...Y sabe ya que tenía este karma también...Pero, el zazen es muy, muy grande; puedes comparar con las otras religiones; y siempre con los Tibetanos, vas a ver las enseñanzas Tibetanas, muy...cómo decir...Más las enseñanzas se ven, tienen un olor, tienen una forma, más la dimensión es baja...Y bueno por ej, en los Tibetanos hay que leer los textos, y cantar mucho los sutras y hacer visualizaciones de Bodhisatva, hay el Bodhisatva na, na, na, na..Y todo una mierda que no se interesa a nada, qué es para los niños...pero la gente, durante 10 años...Ahh! Ah!! Yo veo a Avalokitesvara!! Y todo y al final se ponen a ver a un Buda verde o azul y después de esto, después de todo esto, los que continúan pueden hacer zazen es el último nivel del Budismo Tibetano y dicen que es para los maestros que ya es un nivel muy grande, que pueden sentarse...y hacer zazen, no sé le dan otro nombre pero es igual...Y había un discípulo de Deshimaru, había un Maestro Tibetano, un gran maestro tibetano en el sur de la Francia, y vivía en una cueva y hacía zazen, siempre, siempre sólo...Y había un discípulo Deshimaru, que se pelea y dice: Ya está yo me voy a los

Tibetanos y fue a visitar varios Maestros y al final fue a visitar a este Maestro – Ah! Quiero estar vuestro discípulo! - Y el Maestro le dice: ¿De quién estás discípulo? – De Deshimaru. – Y el dice: ¡Deshimaru es el mejor! ¡Ándate! – Y le pone afuera y él dice: Las ceremonias es mierda, todo esto es boludez, solamente zazen es bueno. Y él le pone afuera. Y respectaba mucho Deshimaru y tenía un amigo que estaba acupuntor y cura a este hombre que estaba enfermo en su cueva, se tome mal a los pulmones y se cura...Por eso conozco mucho de esto...Y bueno, esta frase secreta..es que en un momento de tu práctica..él explica, Dogen que este conocimiento no viene de los demás, siempre si Buda quiere explicarte... él no puede, pero él le comprende porque viene de Buda, de los Budas y tú le realizas porque viene de los Budas, no sé cómo. Pero en un momento te viene el mensaje y te pones a practicar de una manera, y te dices Ah!, bueno, es esto, es esto...y...bueno, no sé como..y después cuando tú lo comprendes puedes comprender también la enseñanza de los maestros. Más en más cuando tomo un libro, algo, puedo leer una cosa y puedo entender. Pero esto te viene de adentro, por eso; y si no tienes un maestro no se transmite esto. Es difícil también a explicar porque, no es lógico; porque la gente piensan cómo normal y piensan de los poderes mágicos pero con su mente normal, ordinaria. Entonces piensan bueno el Buda hace una palabra silenciosa, secreta y bueno, el otro va a recibir de tal forma, pero él hace esta palabra al cosmos, pero esta palabra existe ya en el cosmos, siempre ha existido al cosmos y cuando Makahashapa dice no hay nada que está escondido es que en realidad esta palabra está aquí. Cuando él puede recibirla la recibe, esto es así. Es cómo el espíritu que hablo ayer. Su espíritu , el espíritu y la naturaleza y mucho se habla de la naturaleza...Hay que realizar su verdadera naturaleza. Y la palabra naturaleza no es una palabra así...Naturaleza es naturaleza, y qué es la naturaleza es todo lo que hay afuera, y estamos también hechos de naturaleza; pero a la gente les gusta vivir en la naturaleza, por ejemplo y la naturaleza es todo lo que es afuera y el espíritu es adentro. Pues la naturaleza de su espíritu es la naturaleza de su espíritu y también hay que encontrar el espíritu de la naturaleza y esta relación entre el microcosmos y el macrocosmos es muy importante también y se puede comprender esto y la naturaleza, es decir que fuera de suyo no es adentro de suyo, pero se deben armonizar como un biorritmo; se debe armonizar con la naturaleza, la naturaleza de adentro tuyo debe armonizar con la naturaleza de afuera y esto es muy importante. Y esto se hace en zazen, por ejemplo por la respiración. Es muy importante la respiración, es el más importante. Es el grado, la dimensión el más importante de la práctica es la respiración. Por supuesto hay que tener una postura buena; seguro pero cómo respirar es esto, es todo, es todo. Hay todo adentro, hay conciencia, y a veces se puede parar de respirar. Hay maestros que paran de respirar durante mucho tiempo, pero no por fuerza...Paran porque todo el metabolismo, todo la conciencia se parar, es tan tranquilo que olvida todo...durante un segundo, dos segundos, diez minutos, una hora, un tiempo infinito, no se sabe...Por esto es de una gran dimensión el zazen. Pero yo nunca, yo habla con mi secretaria, que nunca he tenido un zazen como ahora, nunca...y a veces durante el zazen estoy tranquilo como nunca estoy en mi vida, sin ninguna ansiedad, y

abandonando todo, las conciencias, el cuerpo, olvido todo, pero en mi vida cotidiana sufro mucho y a veces salgo del zazen y ahhh! me hace mal a la panza y mucho..pero adentro de este dolor, yo vivo este dolor, yo soporto y a veces digo hay! mierda estoy cansado...pero adentro de esto no me importa soy ..., a veces me despierto en la mañana y siento una angustia enorme pero adentro al mismo tiempo me digo buf! nada que hacer de esta angustia, no me importa...y es extraño...y mi vida es un fracaso total pero el zazen es mucho mejor que antes y por eso te digo que es muy importante la vida cotidiana también...es muy importante pero no hay que parar de practicar zazen. ..que seas feliz o no feliz...no sé que es mejor o en general cuando estás feliz no lo sé, porque te parece normal, cuando estás infeliz ah! te acordás cómo estaba feliz antes! Y en realidad no estabas tan feliz que esto...Y pero el zazen es para ir más allá de feliz o no feliz porque esto hu! todo el mundo quiere estar feliz pero más estás feliz más vas a estar infeliz...y tu deseo el más profundo te va a hacer sufrir más y te va a matar y después tu deseo el más profundo vas a decir: -No, no, no quiero...¿Quieres el amor, la felicidad? no, no no quiero...Ja! ja! ja!!...Y a la gente dice ah! la sabiduría no me interesa pero no se puede escapar, por eso hay que continuar y no solamente para nosotros, para los niños, para nuestros niños, para el futuro porque si pasamos a través de todo esto, de todos estos demonios; si podemos pasar nosotros podemos ayudar a los demás después...

Otra pregunta?

P:

Yo te quería preguntar acerca de la ordenación, porque he escuchado cosas contrapuestas, por un lado escucho que grandes maestros tuvieron que esperar muchos años su ordenación y o que debían cortarse un brazo solo para llegar a ser un discípulo de un maestro y por otro lado escucho que la ordenación es un gran beneficio y que si una persona se ordena y luego se va no es bueno pero tampoco está mal porque su vida se verá beneficiada o si no es en esta vida es en otra porque la ordenación nunca termina... y yo quería saber porque a veces hay personas que deben esperar tanto por su ordenación si en realidad es un beneficio que no importa que se vaya, que la persona se vaya ...

R:

Si, por esta razón no hizo ordenación ahora porque la gente no comprenden y no sé cómo hacer pero bueno, si hay mucha gente que quieren yo lo hecho. Sí, el tema de la ordenación es muy profundo pero la gente toman la ordenación y después hacen otra cosa, el año siguiente no vienen y normalmente la gente que son monjes tienen que estar en el campo de verano y qué quiere decir estar monje en este caso, por eso no sé cómo explicar a la gente el valor de la ordenación y todo y me cansa. ¿Qué quiere decir ser monje? tener, sí, entrar en grupo y que quieren tener la ropa y toda la panoplia para eso y así pero; es muy importante y mi maestro da muchas ordenaciones porque quiere ayudar el karma de la gente porque dice que ayuda de todas maneras. Pero también la gente no se da cuenta, no quieren pagar, ah! no no tengo plata para la

ordenación o no sé qué...No realizan, no tienen un buen karma suficiente para realizar cuál es. Yo me recuerdo que en mi primera Sesshin, cuando empiezo el zazen no sabía nada del zazen y no sabía lo que es un zafu, el nombre zazen me parecía especial, pero bueno desde la primera vez me di cuenta que el zazen era esto lo que me corresponde a mi y después continuó y yo leo el primer libro de Sensei, Vrai Zen, sólo. Estaba en Antibes, en la costa sur de Francia, había un festival de música y estaba en el hotel y leía el Vrai Zen y yo digo a partir de ahora cada día voy a hacer zazen cual que sea la condición y empiezo a practicar en el hotel y después voy a mi primera Sesshin cerca de este lugar que estaba con mi maestro y hacemos la Sesshin y estaba duro, duro la Sesshin y yo estaba muy triste, muy inconfortable, una sensación de ...muy extraña, de las primeras Sesshin. Y al final de la Sesshin mi maestro hace una conferencia y realizo que había ordenaciones al final de la Sesshin pero no sabía lo que es ordenación, no se como realizo todo...en un momento, ting! él habla de las ordenaciones y yo me digo tengo que recibir, por intuición yo inmediatamente comprendo no se que, pero comprendo que la ordenación es muy, muy, muy, muy, muy importante y digo pero si me muero antes de recibir la ordenación es terrible!!! Y digo: quiero la ordenación!, quiero la ordenación! de Bodhisatva y ...No, no, es demasiado tarde, es finito, la gente son ya inscriptos y me digo pero...yo comprendo inmediatamente la importancia de la ordenación y me digo imaginate que muero ahora...mi vida es nulo, yo paso al lado del Buda y no le pide la ordenación! huuu! boludo! y muy rápidamente yo pregunto la ordenación de Bodhisatva y después ordenación de monje más tarde, un año o dos años después. Pero es muy importante, es el primer paso, es importante. Sensei dice hacer zazen sin el kesa es como gimnasia. Bueno, es bueno para la salud pero no es...Y cuando recibe mi primer kesa en Japón en el templo de mi maestro; un kesa negro yo me pongo mi kesa y me digo realmente puedo morir, no tengo miedo. Son cosas importantes, pero si la gente no comprenden, le va a regalar a cualquier idiota y también cuando estaba joven yo fumaba mucho y un día regalo mi rakusú a un boludo, yo estaba...medio así y regalo varios rakusús...y después pregunto a mi maestro si regalar su rakusú esta bien y me dice: depende, pero no a cualquier persona. Y después había un discípulo que había regalado un rakusú que yo hizo yo mismo, mi primer rakusú que yo hizo sólo y me escribe...porque en general dice siempre mi maestro, tenemos que seguir al orden cósmico. Y me escribe en mi rakusú: "El orden cósmico sigue a Stephane"...ja!ja!ja!...escribe esto y esto también le regalo a un tipo que se va en los países del este, en Rumania. Un discípulo muy interesante, pero fue ... practicaba con Deshimaru, pero su familia estaba hijo de un tipo muy importante del gobierno de allá y le hacen kidnapping (secuestro), viene la policía de allá, la policía secreta y le toman y le vuelven a su país y antes que se debe ir yo le da mi rakusú y digo: bueno, no olvida esto..Y después me escribe, no se cuántos años después, después de la muerte del presidente Ceascescu y no sabía si este amigo estaba muerto o no, porque matan mucha gente y me escribe, que tal? y cómo está Deshimaru?...y Deshimaru estaba ya muerto..¿Y Etienne, qué tal?...ah! muerto también. Y yo le escribo: Si, pero devuélveme mi rakusú porque yo te lo presto....pero nunca me contestó. Así

que es importante. Es muy difícil la vía del monje. De nuestra vida, además imagínate que Maestro Dogen escribe siempre hace 7 siglos en Japón; escribe: ahora que es el tiempo de la degeneración del budismo y bueno, ahora es mucho peor pero estamos aquí...con Boca...ja!ja!ja! Pero estamos aquí practicando en este país de mierda, con muy mal karma la Argentina. Yo hablo con Sandra, yo digo: tenemos un muy mal karma de estar aquí, yo también porque soy el maestro de Argentina, porque es muy corrupto, muy la mafia y todo...Pero digo, malo vuelve bueno, malo se va volver bueno...puede ser...Pero es mucho tiempo, pero es continuar, continuar y muchos vientos, tormentas y miedo y hay que estar bravo.. pero después se desarrolla un ser muy fuerte, muy fuerte.

P: Yo quería preguntar...Hace bastante que soy Bodhisatva, y yo digo que si uno tomó una decisión interior de ser Bodhisatva y que , no sé...todo el mundo me dice hacete el kesa, te tenés que ordenar y yo tengo una decisión mucho más profunda y es un voto ante el Buda y es ...antes de salvarme yo misma...No sé que más decirte.. y yo no quiero recibir la influencia porque me lo digan, y yo me encuentro bien así y aprendiendo muchas cosas y no quiero ir rápido...

R: Yo prefiero un Bodhisatva así como tu, que por ejemplo practica todo el campo de verano y que continúa así. Hay Bodhisatvas que son más fuertes que monjes y es mejor estar así Bodhisatva que estar un monje muy ocupado, muy preocupado, muy complicado y que no practica...

P: Sinceramente también veo que algunas veces quiero aprender y que me siento bien practicando también fuertemente y que ahora Ud. me de permiso para abrir un dojo en Córdoba , eso me parece genial también, y empezar de la nada también, y no sé que más decir...

R: Sí, sí, es bien. Poco a poco vamos a mover un poco, yo prefiero Rosario y Córdoba a Buenos Aires. Y también de Rosario se puede ir a Uruguay y todo . Y me siento mejor en estas ciudades las gentes son más simples, más humildes y es bueno desarrollar también algo, con esta gente va a estar muy bien.

P: Y además yo se que me porté muy mal con Ud. y siento vergüenza, y miedo con Ud. todavía; no sé porqué, hay algo que no lo puedo superar todavía y no sé que puedo hacer...

R: No, va bien

P: siempre lloro delante de Ud..

P: ¿Qué es hishiryō, cómo practicar?

R: Hishiryō es zazen, va naturalmente con el zazen. Pero hay gente que se ponen en la postura y que continúan a pensar de manera ordinaria e hishiryō es más allá del pensamiento ordinario. Es decir que a un momento durante el zazen hay que decidir de concentrarse. Creo que al principio de zazen los primeros 5 minutos, dejar las cosas calmarse naturalmente sin hacer nada y bueno se calma la cosa como un agua sucia que se apoya en una mesa y poco a poco se pone clara y después a un momento hay que empezar a ir adentro

y a este momento el pensamiento ...por mi no me recuerdo de...Y a veces piensas pero es tan lejos...Y es esto, pensar; se dice, pensar a partir del no pensamiento, a partir del absoluto. Es decir nada porque pensar a partir del absoluto...o es un pensamiento sin importancia y pasa como las nubes en el cielo pero no es importante o también hay conciencias absolutas pero son pensamientos sin pensamientos; son conciencias pura, como por ejemplo conciencia de tu respiración, conciencias de Buda., pura. Que no puedo explicar. Esto también es hishiryō. Es zazen. Es la conciencia de zazen. Hi quiere decir absoluto y Shiryō quiere decir conciencia. Bueno, tengo malo a la pierna...

Miércoles 14-2-2001

Ehh...Una serie de poemas en antiguo japonés, Kambun. Y escribe un poema sobre la vida en el campo, la vida en la Sesshin, en la naturaleza, cómo aquí. Escribe:

Tomar, abandonar, hay que olvidar uno y otro.

Las 10 mil existencias se actualizan en el mismo momento.

El Dharma del Buda, el espíritu de la enseñanza es completo, es terminado, desde ahora. Seguimos solamente Innen, la interdependencia.

Ayer hablamos del mundo, de la política nueva, moderna, de la mundialización que las empresas multinacional quieren estar más y más poderosas, más y más ricas, que el mundo se separa entre los que son inmensamente ricos y hay que hacer parte del mundo de los ricos sino te mueres, no existes, pero la riqueza de los ricos viene de la consumición, del consumo. Quienes consumen muchos son los pobres, los menos.. Y si los pobres son demasiado pobres no pueden comprar lo que venden los ricos, así los ricos se van a estar pobres también...Por eso ¿cómo organizar la sociedad en el futuro? Pensemos a esto, si los ricos tienen que dar plata a los pobres para que compren en los supermercados por ej., si nadie puede comprar no va a estar bien, y al final tienen que dar plata a los pobres para que consuman y después hablamos de compartir las riquezas que cada uno tiene...le regala a cada uno suficiente para vivir, imaginamos la sociedad así, suficiente para consumir, para vivir, y qué se puede entender que no es la solución de querer que los ricos quieren siempre más, más, más rico.. Al final se vuelve a una calle sin salida...Si reflexionan y comparten toda la riqueza hace un equilibrio, imaginamos esta sociedad pero esta sociedad no va a tener...Cada uno va a tener su plata, su confort, sin estar ansioso, pero poco a poco se va a volver muy aburrido, porque sin no hay una pelea, la sociedad no progresa, si no hay competencia, si no hay que pelear, buscar nuevas soluciones y progresar...Por ejemplo si Sony que fabrica máquinas muy interesantes son obligados de dar su provecho para la gente para que compren sus productos, al final no van a tener ganas de inventar nuevas cosas muy interesantes, por eso vemos que no hay solución...No hay una solución fija como - Tomar o Abandonar. Por eso la sabiduría del zen es mucho más allá de todo. Este poema explica esto en la naturaleza, en la simplicidad...Tomar como las multinacionales, que quieren tomar todo, todo, más, más, más.. Pero después se dan cuentan que si toman

todo no va a funcionar más, abandonar, abandonar...Pero abandonando al final va a estar también nulo...Así que hay que olvidar uno y el otro... Las 10 mil existencias se actualizan en el mismo momento... Ayer hablaba del espíritu y la naturaleza, hay una chica que siempre dice – La gente, sí, pero la gente, si cantamos el hannya shingyo y la gente no siguen y el maestro es cansado porque la gente le cansan mucho...Esto es solamente un lado de las cosas, siempre la gente, los otros, los demás, pero también estamos una gente cada uno...Cuando no hay suyo, no hay gente, las 10 mil existencias se actualizan al mismo momento. Este momento el drama del Buda, el espíritu de la enseñanza es completo. La enseñanza del Buda no es tan complicada, solamente hay que seguir y esto es muy importante, seguir, sentir Innen. En japonés es una expresión como seguir el orden cósmico. La interdependencia. Así la humanidad nueva tiene que aprender a seguir la interdependencia. La necesidad natural de aquí y ahora. Está necesidad cambia siempre por eso es muy difícil construir una sociedad con una ideología unilateral. Fue la experiencia del siglo XX que se manifiesta en movimientos muy fuertes de la humanidad buscando la solución ideal, de vida, trata de los 2 lados que se manifiestan, más como el comunismo piensan que va a estar una solución maravillosa para toda la humanidad también el fascismo con Hitler, construir la raza pura alemana...Y también una experimentación de democracia, parece estar una nueva idea. Pero también democracia no es la gente, la gente vota pero la gente son boludos también esto no es simple. Seguir, la solución es saber aprender a escuchar, a sentir, a seguir, a comunicar, a estar uno con Innen, se puede decir con Dios pero también Dios cada día es diferente, te enseña cosas diferentes. Por eso la naturaleza es muy importante, tenemos que protegerla, porque ella nos enseña todo. Por eso también vivir fuera de la naturaleza, en las grandes ciudades te pone loco, es imposible estar normal, en una relación de Interdependencia artificial.