

ASOCIACIÓN ZEN TAISEN DESHIMARU

# Hokyo Zanmai El Samadhi del Espejo Tesoro

---

Maestro Tozan

COMENTARIOS DE LA MAESTRA BARBARA KOSEN

PRIMERA PARTE

SHORIN-JI, ANGO 2014

© Barbara Kosen 2015

©Asociación Zen Taisen Deshimaru 2015  
<[www.zenkan.com](http://www.zenkan.com)>

## INTRODUCCIÓN

En el mes de agosto de cada año, en Shorin-Ji, el templo del «Bosque del Despertar», nos reunimos la *sangha* para el *Ango*, el retiro en concentración que desde tiempo inmemorial dedicamos a vivir juntos en la felicidad, en la tranquilidad «todos juntos» unidos armoniosamente en la práctica de la vía del zen.

El pasado año, durante el transcurso de los tres periodos o sesiones que dividen el mes, recibimos una valiosa enseñanza sobre uno de los textos fundamentales del zen, concretamente del soto zen. Se trata del *Hokyo Zanmai*, del maestro Tozan. Dogen lo llamaba «luz de la sabiduría»; Barbara Kosen, *sensei*, se refiere a él como «la totalidad de la energía cósmica», y condensa su significado en «la postura de zazen» (*shikantaza* «solamente sentarse»), que es nuestra práctica, la de la escuela *Soto* que inició Tozan.

Cuando leemos estos comentarios, que llegan a nosotros gracias al tesoro de la Transmisión, todos y cada uno somos Sozan, el discípulo de Tozan a quien en origen iba dirigida esta obra.

También hallaremos en esta publicación anotaciones sobre los *Go I*, que una mañana la maestra tradujo para nosotros, y que son en sus propias palabras: «El movimiento de la actividad de la existencia». Una especie de «sistema filosófico vivo» elaborado por Tozan y Sozan, que explica los cinco principios del zen; Tozan los describe en sus maravillosos poemas, aquí reproducidos en parte.

Quienes participamos podremos revisarlos y actualizar la palabra dada. Las personas que no estuvieron allí, en el templo, ahora tendrán la oportunidad de recibirla. «*Nyo ze nyo ho. Sin error, sin duda, así es el Dharma*», así comienza el *Hokyo Zanmai*. Aquí y Ahora. «*La vía existe bajo los pies*», así concluye.



1ª SESIÓN

Ni *sanran* ni *kontin*, ni el estado de actividad cerebral ni dormirse, soñar. En *zazen*, en la vida cotidiana, debéis volveros conscientes. Esta mañana ni siquiera la «campanita» era consciente de tener su linterna en la cabeza. Para ser conscientes tenemos que disminuir la actividad interna de los pensamientos. Si estamos encerrados en nuestro cerebro, el «yo» esconde el mundo donde vivimos. En *zazen* es muy fácil dormirse.

Deshacernos de nuestra condición de existencia, de lo que nos han legado nuestros padres y antepasados... El tiempo del *Ango* es una buena oportunidad para renovarse, para practicar la alquimia de la Vía. Todos los *samu* que cada uno tendrá es el aprendizaje del *gyoji*, la repetición de la acción con la mente y el cuerpo concentrados aquí y ahora, concentrados en el momento presente de la acción. Pensad para considerar lo que tenéis que hacer, y luego fuego: acción. Olvidad «la piel vieja» del año pasado, dejadla en la ciudad, cuando volváis, esta piel habrá desaparecido. No tiene substancia. No es posible atarse o sufrir por una piel vieja.

Un poema dice: «El color de la montaña es el cuerpo de Shakyamuni Buda». Volveos del color de la montaña, observad. De lejos, las montañas son azules, se ve sólo su silueta, su apariencia. Desde dentro, las montañas están compuestas de miles de plantas, miles de rocas, miles de animales, miles de insectos, miles de ríos. Está viva. No es más una apariencia, no es más una silueta.

En el *Ango* nos volvemos exploradores de nuestra verdadera naturaleza. Es por eso que finalmente el zen tiene muy poco que ver con la psicología occidental. La psicología trata de la condición de existencia; el zen trata de Buda.

\*\*\*\*\*

«Zazenbuda»...

Un día, alguien le preguntó al maestro zen Muso: «¿Cuál es la diferencia entre la persona ordinaria y Buda?». El maestro Muso respondió: «El Buda y la persona ordinaria son la misma persona, sólo que el Buda ha abandonado su condición de existencia».

La condición de existencia de una persona es haber nacido de un padre y de una madre y construirse a sí mismo a partir de este nacimiento. La condición de existencia de una persona es «el personaje», «el reflejo». *Zazen* es la manifestación del cuerpo y de la mente de Buda, la manifestación inmóvil y silenciosa. El pensamiento de Buda es *hishiryō*, «más allá del pensamiento», «más allá del no pensamiento», «pensar sin pensar». Así pues, durante *zazen* dejad pasar vuestros pensamientos como el agua de un río que corre, no os agarréis a ellos. Durante los diez días de la primera sesión del Campo de Verano dejad a un lado vuestras condiciones de existencia, olvidaos del

personaje, reencontrad al Buda. Aquí, es realmente el lugar perfecto para la práctica de la Vía. Normalmente está todo organizado para que no tengáis que pensar demasiado ni tomar decisiones personales que nacen automáticamente, sin verdadera conciencia ni comprensión de las acciones de uno mismo. Cuando practicáis en un dojo —por ejemplo, en el dojo de Madrid—, cada uno se convierte en «zazenbuda» durante la práctica, pero rápidamente, a la salida de zazen, cada uno vuelve a convertirse en una persona ordinaria, cada uno vuelve a su personaje; el Buda que está en él, en ella, ya no los ilumina más: es una pena.

Cuando practicamos en el templo, nos convertimos en instrumentos de la práctica de la Vía. Así pues, el *tenzo* es un tenzo, no es una persona con un nombre y una historia, no es tampoco un cocinero. El tenzo practica la Vía en las «diez direcciones» preparando la cocina. Para el responsable de samu es idéntico: se convierte en un instrumento de la Vía, su historia personal no es muy importante, no es el momento... Todos aquellos que tienen responsabilidades tienen responsabilidades de Buda, de Despertar. Así, la persona ordinaria se borra; las condiciones de existencia se olvidan, se dejan pasar... Entramos en la dimensión de la práctica de la Vía. «La Vía» es la vía del Despertar.

El tiempo pasa muy rápido. Una vida es como un suspiro, así que no desperdiciéis el momento presente. En la vida se habla siempre de provecho, en el zen hablamos de no provecho, pero yo os aconsejo que os aprovechéis de este espacio puro y completo que es zazen.

\*\*\*\*\*

*Nyo ze nyo ho. Sin error, sin duda, así es el Dharma.  
El Buda y los patriarcas lo han transmitido en silencio.  
Ahora vosotros podéis obtenerlo también.  
Os lo ruego, protegedlo.*

Esta es la traducción de los dos primeros versos del *Hokyo Zanmai*. Si podéis realizar esta frase estaréis salvados, y seréis felices.

«*Sin error, sin duda, así es el Dharma*» me gustaría poder explicaros esta frase, pero las propias palabras no lo permiten. Esto sólo se transmite íntimamente, cuando maestro y discípulo se encuentran armoniosamente.

Hoy estoy, una vez más, muy contenta, muy feliz, de haber tenido la oportunidad de encontrar y seguir a un maestro auténtico. Desde hace cuarenta años sigo zazen, zazen acompaña mi vida sin error, sin duda. Hay muchas escuelas zen, pero muy pocas son auténticas. En realidad no es la escuela lo auténtico, sino la Transmisión —que es auténtica y verdadera—.

El *Hokyo Zanmai* es un poema escrito por Tozan, un maestro chino que vivió en el siglo IX. Para nosotros, él es muy importante porque fue el iniciador de la escuela *Soto*. En China, el zen —el budismo zen— se ha desarrollado en cinco escuelas. Actualmente perduran la escuela Rinzai y la escuela Soto. Nuestra escuela es la escuela de *shikantaza*,

zazen, «solamente sentarse». Es la escuela de la iluminación silenciosa, porque en verdad no se puede hablar de ello. A la gente le gusta discutir de lo verdadero y de lo falso, de lo mejor y de lo peor, pero el zen soto es una transmisión directa más allá de las palabras. Si queréis palabras, si queréis convertirnos en un budólogo, en un erudito del budismo, este no es un buen lugar. Aquí estudiamos y aprendemos mediante la práctica. El Campo de Verano es un muy buen espacio para estudiar en la práctica, es el corazón de la práctica de zazen.

El Dharma es todo aquello que existe y todo aquello que no existe. Así no hay duda. «Aquí y ahora» es lo importante.

\*\*\*\*\*

*Hokyo Zanmai...* *Hokyo* es «el espejo-tesoro», y *Zanmai* es el *samadhi*, zazen, el estado de concentración. El zazen que es como un «espejo-tesoro».

El maestro Dogen decía que el *Hokyo Zanmai* era la luz de la sabiduría. La historia nos dice que el maestro Tozan lo escribió solamente para su discípulo Sozan, pero Dogen y Kodo Sawaki pensaron que el *Hokyo Zanmai* debía ser puesto en conocimiento de todos.

El maestro Tozan no necesitaba un canto para enseñar a su discípulo íntimo. El *Hokyo Zanmai* no es un canto secreto para un solo discípulo, es para cada uno de nosotros. Los cantos y los poemas deben estar al alcance de todos.

Además, el maestro Tozan transmitió a su discípulo Sozan la enseñanza de los *Go I*, de los cuales hablaré a lo largo de este Campo de Verano. Sozan se volvió célebre expandiendo, difundiendo la doctrina de los *Go I*, que son los cinco estados, las cinco etapas, y que a veces se traducen como «los cinco grados de la iluminación». Los monjes rinzai reclaman para sí la doctrina de los *Go I*, pero, de hecho, se trata de una enseñanza transmitida por Tozan. La palabra «*soto*» data de esta época. La doctrina de los *Go I* fue elaborada y transmitida por Tozan y Sozan. Se dice que la palabra «*soto*» viene de sus dos nombres, el *To* de Tozan y el *So* de Sozan.

Tozan sentía una inmensa compasión por la humanidad. Él debía ayudar no solamente a sus discípulos, sino a la humanidad entera. Su deseo era difundir una alegría pura y verdadera. Así mismo, escribió el *Hokyo Zanmai*.

En el mundo de los deseos y de las sensaciones, la mayor parte de la gente se agita en medio de la confusión más total, de las dudas, se quejan sin cesar de su trabajo, están siempre insatisfechos, tienen un pesado fardo sobre sus espaldas. Para los ricos, es el dinero; para los profesores, son los estudios; para un ministro, es la posición social. El verdadero monje debe poder abandonar este fardo, esta carga: liberarse; debe ayudar a los seres vivos; debe difundir la alegría auténtica.

El *Hokyo Zanmai* no tiene objeto, trata solamente de la conciencia durante zazen. Está escrito que no debemos tener el *satori* como objetivo, el zen no es una competición.

*Mushotoku*: sin meta, sin provecho, a veces es difícil de comprender... Practicar zazen solamente por zazen: ser-zazen, ser-zanmai. Nuestra actividad de ser humano está presente. Es esta actividad la que se manifiesta en zazen, *zanmai*. El maestro Kodo Sawaki decía: «Debemos tener fe en la postura, debemos creer en ella porque, al fin y al cabo, esta postura de zazen es la más noble, es la de Buda, de Dios». Debemos creer en el zazen de Buda, de Kodo Sawaki, de Taisen Deshimaru. Debemos creer en nuestro zazen. Solamente nosotros podemos hacerlo completamente creíble, con nuestra propia actividad, que no es la actividad de los pensamientos, sino la actividad total.

*Hokyo Zanmai* significa «la totalidad de la energía cósmica». La energía cósmica no está separada de nosotros, no está sólo en un lado, no es una idea. La energía cósmica existe en nosotros.

Así pues el *Hokyo Zanmai* es la postura de zazen y la postura de zazen es el *Hokyo Zanmai*. En zazen nosotros somos ese «tesoro del espejo», podemos comprender el *samadhi* del tesoro del espejo. En zazen tenemos ilusiones provocadas por los cinco sentidos: el color, la vista, el olfato, el gusto, el tacto. Incluso si tenemos sensaciones, no debemos inquietarnos, porque el *samadhi* «la concentración del espejo» no está manchado. *Hokyo Zanmai* es zazen mismo.

*Nyo ze no ho. Así es el Dharma.  
Los maestros de la Transmisión no han hablado de ello,  
pero podéis obtenerlo en este instante.  
Así pues, os lo ruego, protegedlo.*

Proteged zazen. Solamente la persona que practica zazen puede proteger zazen, su propio zazen.

\*\*\*\*\*

*Hokyo Zanmai...*, el *samadhi*, la concentración del espejo-tesoro. *Ho* es «el tesoro»; *kyo* es «el espejo». Se puede traducir también como *El Espejo Precioso*, como una piedra preciosa que tiene numerosas facetas y su reflejo va en todas las direcciones.

El espejo es la fuente. Todo lo que os digo es verdadero, pero no es la verdadera verdad. La verdadera verdad debéis encontrarla dentro de vosotros mismos, hay que vivir la experiencia, la experiencia del espejo-tesoro. El espejo refleja la realidad, es la realidad sin discriminación, sin parcialidad. El espejo no tiene pensamientos: «es bueno», «es malo», «soy guapo», «tengo mala cara»... El espejo es solamente la fuente, la fuente pura que refleja las cosas tal como son. Cuando existen discriminaciones es nuestra mente, no el espejo, quien las crea. Cuando los pensamientos, cuando las cosas del mundo no se elevan, no aparecen, el espejo brilla tal y como brilla nuestra verdadera naturaleza. Entonces, «el *samadhi* del espejo precioso» es la intimidad, la unidad completa: cuando todos los fenómenos del mundo concreto y nuestra Naturaleza se encuentran. Es el «rugido del león» de Shakyamuni. Todas las existencias poseen la

naturaleza de Buda. Incluso, si está recubierta por numerosos pensamientos, si parece completamente escondida, perdida, siempre está ahí. El espejo representa nuestra verdadera naturaleza. Claro está que no hay que limitarlo a la forma «clásica» de un espejo; no hay un marco, no hay límites.

En el *Denkoroku*, del maestro Keizan, hay una historia sobre un patriarca que nació con un espejo. Cuando era joven, adolescente, siempre tenía un espejo entre las manos. Este espejo no tenía ni derecho ni revés.

El espejo no tiene límites, recibe todos los fenómenos sin discriminación, nos permite avanzar con los fenómenos. No es nuestro ego el que transporta los fenómenos, sino que los fenómenos y el ego progresan juntos. *Zanmai* es la unidad, es zazen.

Un día, viajando, el maestro Tozan atravesó un río. En un momento dado, giró la cabeza hacia el agua vio su reflejo y se despertó. A partir de esta experiencia escribió el *Hokyo Zanmai*.

\*\*\*\*\*

*El Samadhi del Espejo Tesoro, Hokyo Zanmai... Voy a seguir los comentarios del maestro Deshimaru. Taisen Deshimaru ha seguido los comentarios de Kodo Sawaki, que a su vez ha seguido los comentarios del maestro Meizan. No podemos repetir todo el tiempo las mismas conferencias, así que es necesario actualizarlas. Yo debo «crear» ahora para vosotros.*

El *Hokyo Zanmai* está compuesto por cuarenta y siete versos, cada uno de los cuales comprende ocho ideogramas. Cada verso termina en el mismo sonido, 'u' en chino.

El *Hokyo Zanmai* es célebre por la imagen del espejo: «Vosotros sois “eso”, pero “eso” no es vosotros». La primera vez uno no comprende, yo no he comprendido... Y todas las frases son así..., son *koan*.

He rebuscado las traducciones del *Hokyo Zanmai* en Internet, sobre todo para ver si podía encontrar este famoso comentario de Meizan. En general, si busco algo preciso, no lo encuentro. Pero he encontrado los *Cuadernos de Eugenio* en el que hay un estudio muy preciso del *Hokyo Zanmai* que recoge, además de algunos comentarios, todos los ideogramas en chino y al menos una veintena de traducciones de cada verso. He revisado bien el texto para hacer una traducción al español. Es muy interesante porque, entre esta veintena de traducciones, ninguna es igual. Es muy difícil traducir el chino, sobre todo porque cada verso tiene solamente ocho ideogramas que hay que interpretar. Los poemas zen son la traducción del espíritu del Despertar. Si uno no se apoya sobre los comentarios de un maestro, si no hay una transmisión de zazen detrás, su comprensión se hace muy difícil y se puede escribir cualquier cosa. Entre estas traducciones he encontrado de todo. Así pues, cuando estudiamos un texto zen, es muy importante apoyarse en una tradición viva. Estos «cuadernos» son interesantes en lo referente a la erudición, pero no es realmente eso... Lo que nos interesa aquí, es «tocar», tocar el verdadero espíritu.

El *Hokyo Zanmai* trata de la conciencia en zazen, no desde un punto de vista psicológico o filosófico, sino desde un punto de vista religioso con una pizca de filosofía.

Kodo Sawaki, el maestro de Taisen Deshimaru, lo han comentado en numerosas ocasiones; yo misma lo he comentado en el dojo de Madrid. De los comentarios de mi maestro, hay verdaderamente algunas frases que se han quedado en mí, que no he podido olvidar. Una sola frase es suficiente, una sola frase puede despertar, transformar, revolucionar la mente. No es necesario tener muchos conocimientos, lo importante es la práctica.

El maestro Tozan ha analizado la consciencia *hishiryō* y lo expresa en sus poemas, que son guías para la práctica. En los templos *soto zen* de Japón —y en algunos de Francia— se recita durante *zazen* el *Hokyo Zanmai* y el *Sandokai*, pero si no comprendemos el sentido de lo que decimos será como el «canto de las ranas», completamente inútil para nuestra práctica.

Así pues, *Zanmai* significa «samadhi», concentración, unidad. *Hokyo Zanmai* es la concentración de *zazen*, pero esta concentración debe poder participar también de vuestra vida cotidiana. En unidad: unidad con lo que hacemos, unidad con los otros, y unidad con el universo entero en las diez direcciones. Es importante también practicar esta unidad durante la ceremonia. Muy a menudo, aquellos que participan en los sonidos de la ceremonia no están en unidad con el grupo, y el grupo que canta tampoco está en unidad. Es muy delicado. Normalmente, aquellos que cantan el *Hannya Shingyo* deben armonizarse con la persona que inicia el canto: '*Maka Hannya Haramita Shingyo*', deben seguir la misma tonalidad. Por lo tanto, debéis escuchar, debéis estar atentos, conscientes. Después, el tambor y el *mokugyo*, deben estar también en armonía, si golpeáis demasiado fuerte no podréis escuchar a la totalidad de la *sangha*. Es muy sutil. No es sólo una técnica, es una técnica con el samadhi, con la concentración, con la apertura hacia todas las existencias. Todos juntos.

Aquí, es como un microcosmos. Fuera, en la vida cotidiana, «todos juntos», este samadhi debe transmitirse. Hacer *zazen* para uno mismo y para los otros: este es el principio de la enseñanza del Buda.

Así es que hay numerosos tipos de concentración: la concentración sobre el sexo, la concentración sobre el trabajo, la concentración sobre la comida, la concentración sobre el juego, la concentración sobre el arte, la concentración sobre las artes marciales, etc., etc., etc. Todo es samadhi, concentración, unidad. Pero el samadhi *Hokyo*, el samadhi del «tesoro espejo», el samadhi en *zazen*, sólo *zazen*. Si tenemos el hábito de *zazen*, tenemos este samadhi en *zazen* y a partir de este momento podemos concentrarnos en todas las cosas de la vida cotidiana: es importante.

\*\*\*\*\*

*Zanmai*, «el *Samadhi*»... En el *Sutra del Nirvana* se distinguen cinco clases de samadhi:

— Uno de ellos es el *Surangama Samadhi*, el *Samadhi de la Marcha Heroica*, el potente samadhi a través del cual es posible exterminar todas las pasiones, todos los bonnos, de igual manera que el guerrero bravo y valiente destruye al enemigo. Es la marcha heroica, en la que el enemigo es uno mismo. En el *Surangama Sutra* el punto

principal es la concentración sobre la postura, la concentración con «la fuerza del león». Es así como hay que estar en zazen, en la actividad, no hay que dormir.

— A continuación está el *Samadhi de Hannya Haramitsu*, el *Samadhi de la Gran Sabiduría*, que trata de cómo concentrarse con esta sabiduría auténtica, no con la conciencia personal. Cuando practicamos zazen, llegamos al estado de la conciencia *hishiryo*, más allá del pensamiento y más allá del no pensamiento. Este estado de samadhi se obtiene inconscientemente, automáticamente.

— Después viene el *Samadhi del Diamante Cortador*. El diamante es una piedra muy, muy dura, la más dura de todas, que puede cortar y rallar todo. Llamamos también a zazen «la postura del diamante». El samadhi del diamante puede romper todos los estados de torpor, de *kontin*, y también todos los estados de excitación, de *sanran*, exactamente en el medio: *kontin* y *sanran* pueden ser cortados por el diamante. El *Samadhi del Diamante Cortador* puede también cortar todas las dudas, todas las dificultades, puede cortar el ego, cortar el *karma*, cortar nuestra condición de existencia.

— El *Samadhi del Rugido del León* es también el samadhi de la actividad, la acción, el movimiento, el «tono» en zazen.

— Seguidamente, el *Samadhi de la Naturaleza de Buda*. Durante una conferencia, el Buda Shakyamuni tomó una flor y la hizo girar delicadamente entre sus dedos, sonriendo. Los discípulos que estaban presentes no comprendieron este gesto. Sólo Mahakashyapa sonrió. Entonces, el Buda le dijo: «El secreto del *nirvana*, mi maravilloso espíritu, sólo tú lo has realizado. Te lo doy». Es el samadhi de la mente de Buda. La mente de Buda era como un espejo y la mente de Mahakashyapa se reflejaba dentro. Esta imagen que se reflejaba era una mente perfectamente pura, mente original en perfecta y total unidad con la mente de Buda. El Buda era el espejo, y la mente de Mahakashyapa penetró el espejo. Sólo el karma, solamente la forma de Mahakashyapa miraba en el espejo, pero el reflejo del espejo no era Mahakashyapa, era la mente perfectamente original, pura, en unidad perfecta con la mente del Buda, con la luz del Buda. El reflejo de Mahakashyapa se había convertido en el Buda. Mahakashyapa miraba objetivamente su mente en la del Buda y eso Mahakashyapa lo había comprendido: es el punto fundamental del *Hokyo Zanmai*, es *Hokyo Zanmai*: «La imagen en el espejo eres tú, pero tú no eres la imagen». Nuestra existencia no es la imagen del espejo. Mahakashyapa sonrió, se armonizó totalmente y se convirtió en unidad: mente original y mente del Buda. Si no podéis realizar esta armonía perfecta con la mente del maestro, no podréis recibir la transmisión. Aunque los dos sean diferentes, y aunque los dos tengan condiciones de existencia diferentes, son en este instante una sola y la misma mente.

Cuando la noche cae durante el zazen, es el samadhi del crepúsculo. Podéis volveos completamente unidad con la noche que cae. Todo está muy calmo y vuestra mente se vuelve también muy calma. Es el samadhi del *Sutra del Crepúsculo*, el sutra sin palabras.

\*\*\*\*\*

En el *Sutra del Nirvana* podemos contabilizar los «cincuenta *makyo*». Decimos que son cincuenta porque están en relación con los cinco sentidos.

*Makyo* son las enfermedades del zen.

Un sutra relata la historia de los quinientos monos que miran el reflejo de la luna en el agua y entonces piensan: «Oh, qué fruta más maravillosa, debemos cogerla». Todos juntos, desde el valle hasta el lago, se dan la mano para ir a coger este maravilloso fruto y caen en el lago.

Es como querer poner el cielo en un cubo. No hay que buscar el éxtasis, ni el zen psicológico, o la contemplación de Dios o de Buda, ni buscar el no pensamiento ni pensar en nuestras pasiones. No debemos buscar obtener algo, solamente sentarse, simplemente, practicar zazen por zazen. Esta es la esencia del budismo.

Es normal atravesar los *makyo* porque nuestra mente es complicada, sobre todo cuando uno comienza zazen y ya se tiene cierta edad: «¡Ah! Voy a morir pronto, es necesario que atrape algo». Es como los monos que quieren atrapar el reflejo de la luna en el agua.

El maestro Joshu es muy conocido y respetado en la historia del zen. Dogen lo llama «el Buda Eterno». Empezó a practicar zazen cuando tenía setenta años. Todos los jóvenes monjes se burlaban de él, lo trataban de viejo chocho. Y él decía: «Si un niño de diez años puede enseñar el Dharma, yo lo escucharía. Si una persona de edad no conoce el Dharma, yo se lo enseñaría», era muy humilde. Antes de empezar a practicar zazen había tenido una vida muy próspera con sus negocios, pero un día decidió abandonarlo todo y concentrarse solamente en la práctica de la Vía. Entonces, se fue a practicar con el maestro Nansen. El viejo maestro Joshu vivió hasta los ciento veinte años. Tenía un pequeño templo en la montaña y practicaba rodeado de una decena de discípulos:

- Maestro, ¿cuál es la esencia del budismo?
- ¿Has comido tu guenmai?
- Sí, maestro.
- Lava tu cuenco

El discípulo se despertó.

No es un gran discurso, no es una explicación, no habla del equilibrio de la alimentación, ni de la psicología de la mente que come, sino que es la acción que se produce naturalmente, automáticamente, una acción que sucede a otra. Es abrir y cerrar la acción. «Absoluto.»

*Sin duda, sin error, así es el Dharma.  
El Buda y los patriarcas no han hablado de ello,  
pero ahora podéis obtenerlo.  
Os lo ruego, conservadlo bien.*

\*\*\*\*\*

Hoy he tomado fotos del zazen (no de todo el mundo), y había algunas posturas muy bellas, muy fuertes; también las había que mostraban algunos defectos. Es interesante saber que estos no están siempre en las posturas de los debutantes. Hay gente que tiene una práctica regular, y es muy importante para ellos conocer sus defectos para trabajar en ellos y poderlos transformar. También he visto que en muchas posturas de manos hay una falta de atención. Lo veréis mañana, os las enseñaré antes de la comida. Nunca se acaba..., y esto es genial en zazen; siempre dar un paso adelante, no quedarse fijo en una postura. Nada, nada se queda fijo, todo es impermanente. Así pues, nuestros defectos son también impermanentes y nuestras cualidades, desgraciadamente, son también impermanentes. Por lo que es necesario tener siempre la «mente de transformación».

Vuelvo al *Hokyo Zanmai*... *Ho* es «el tesoro». En chino se dice '*pao*'. Los chinos tienen muchísimo vocabulario, con lo cual hay diferentes ideogramas para «tesoro». Pero tradicionalmente este ideograma *ho*, '*pao*', ha sido utilizado para hablar de un tesoro de familia, no un tesoro de bienes, sino más bien de objetos que se transmitían en una familia y que se convertían en un tesoro. También era la palabra que se utilizaba para hablar de los tesoros de los emperadores, que no siempre estaban compuestos de piedras preciosas, jade, perlas, o diamantes, sino también de objetos que tenían un valor especial para ser transmitidos de padres a hijos. Tal vez una pluma, un caparazón, o quizá un diente de dragón o un magnífico lapislázuli. Los emperadores se transmitían estos tesoros mediante el linaje, y, de esta manera, adquirirían con su existencia un significado de protección para el país. Este tesoro pertenecía a los emperadores y a su vez era una protección divina para los súbditos. Por tanto, la palabra «tesoro» ha tomado también el sentido de proteger. Es esta palabra la que ha utilizado el maestro Tozan, *Hokyo*: «espejo-tesoro», «espejo precioso», «tesoro de nuestra verdadera Naturaleza». Y es lo que se transmite en nuestro linaje, en nuestra casa.

Cuando hicimos los cimientos del dojo colocamos una caja del tesoro que está enterrada debajo del altar o del tatami. Dentro hay un manuscrito de fundación firmado por todas las personas presentes, incienso que pusimos en una bonita caja, cabellos cortados... Yo había recibido un puzle en forma de pirámide que me había regalado un amigo y me dije: «Anda, pues esto está bien para las generaciones futuras, para que “se rompan la cabeza”». Así que pusimos en ella pequeñas ofrendas. ¡Y ahí está!, es también «el tesoro».

Entonces, «el tesoro» no es un bien de consumo. El tesoro del *Hokyo Zanmai* no es el último iPhone, no es el último ordenador, es aquello que es verdaderamente precioso y que se transmite. Es como zazen. Zazen es verdaderamente precioso para el ser humano, zazen tiene el poder de hacernos reencontrar nuestra verdadera naturaleza: es un tesoro, poca gente lo comprende. Algunos piensan que el sexo es un tesoro mayor porque les falta, pero con zazen nada nos falta. Uno se reencuentra a sí mismo, descubre su verdadero rostro.

*Hokyo Zanmai*, la concentración, el estado de equilibrio. Cuando estamos verdaderamente bien sentados, no hay nada que añadir, no hay nada que quitar. Reencontramos la armonía con el poder cósmico fundamental. Hacemos zazen y las mujeres y los hombres «nos caen en los brazos». No es necesario alejarse de la práctica para eso.

Hoy B. me ha dicho que había leído que, en relación con la postura de las manos, había que sentir como si hubiera una hoja de papel entre los dos pulgares. Desde el comienzo de zazen intento sentir una hoja de papel entre mis pulgares, pero no funciona, ¿eh? Creed, creed en lo que os digo de zazen, creed en la transmisión de Taisen Deshimaru y Kodo Sawaki, no intentéis añadir otra cosa, sed naturales. «Ni montaña ni valle», eso es lo que Taisen Deshimaru ha transmitido sobre la postura de las manos. Ni montaña ni valle..., veréis mañana en las fotos que hay muchos valles y alguna montaña. No lo compliquéis todo. La práctica del zen es el retorno a la simplicidad, la simplicidad original.

\*\*\*\*\*

*Nyo ze no ho. Absoluto, sin duda, así es el Dharma.  
El Buda y los patriarcas budistas lo han transmitido en silencio,  
pero podéis obtenerlo en este instante.  
Entonces, os lo ruego, protegedlo firmemente.*

Como os he dicho, cada verso está compuesto por ocho ideogramas. Esto plantea problemas para la interpretación y la traducción. He estudiado de forma muy precisa la traducción del maestro Deshimaru, la he comparado rápidamente con otras traducciones y no está tan claro, es chino. Cuando se practica zazen, cuando se sigue la vía del Buda, la comprensión y la interpretación no nacen de la conciencia personal, tampoco nacen de la inteligencia ni de la lógica. La mayor parte de los textos zen se encuentran más allá de la lógica y de la razón, de manera que el discípulo, el estudiante, no cree a propósito de los mismos nuevas categorías. Justamente, este poema del maestro Tozan expresa el verdadero estado del espíritu de zazen y del estudiante de la Vía: *hishiryō*. No debemos separar el mundo de los fenómenos del mundo de lo absoluto; *shiki*, los fenómenos, y *ku*, la vacuidad. Finalmente es necesario llegar a abandonar los dos lados.

Cuando leía este poema, el maestro Deshimaru se planteaba la siguiente pregunta: «¿Por qué querer obtener el Dharma cuando debemos abandonar toda cosa, cuando todo es una sombra, un sueño?». Entonces, ¿por qué querer proteger el Dharma?

No es necesario proteger el Dharma. Debemos estar más allá de *shiki* y de *ku*, debemos estar más allá de los fenómenos y de lo absoluto. Siempre queremos crear categorías a través del pensamiento, siempre queremos atrapar con nuestro pensamiento, estar seguros, no dudar. Entonces, la personalidad se estrecha provocando el sufrimiento, uno se fija: «Soy yo el que tiene razón». Nietzsche, el filósofo, ha dicho: «No abrazar las contradicciones, regresa nuestra personalidad estrecha».

Cuando el maestro Dogen volvió de China a Japón abrió un templo en Uji, Koshoji, un lugar muy hermoso. Cuando abrió este dojo, dijo: «He vuelto al Japón sin nada, con las manos vacías, no sé nada sobre el budismo». Y concluyó con esta frase: «Una vez en cuatro años, la mañana única del segundo mes lunar, el gallo ha cantado». La mañana única..., aunque cada día parezca idéntico, cada tiempo es diferente.

*Nyo ze no ho...* Yo también me planteo preguntas porque en chino la mayoría de las traducciones dicen: «Buda y los patriarcas lo han transmitido íntimamente, secretamente»: es *mitsu*. Pero en todas las traducciones del maestro Deshimaru, él dice: «No han hablado de ello, lo han transmitido sin palabras». Tiene un sentido un poquito diferente. Nada de palabras, no se puede hablar de ello, no porque sea secreto, escondido, sino porque ninguna palabra sirve. La transmisión tuvo lugar en silencio, el Dharma se comunica en silencio, sin palabras podréis obtenerlo.

*Nyo* en sánscrito es «*evan*», es la forma con la cual comienzan todos los sutras: «Así he oído», dijo Ananda, «Así he oído en tal sitio al Buda...», etcétera. «*Evan*», «*nyo*», también se utiliza esta palabra para definir el *kesa*: *nyo he* «la vestidura que es así».

*Nyo* significa «sin cambio», «más allá del tiempo y del espacio», «inmutable», «eterno». Y puede tener también el sentido del «fenómeno» mismo, y el sentido «universal», «cósmico», y el sentido de «la verdad racional». *Nyo* también puede significar «la fe», no escepticismo. Es un solo ideograma que tiene un sentido muy amplio. El *kanji* «*ze*» significa «certificar», «sin error», «absoluto». Entonces, *Nyo ze* adopta el sentido de «absoluto», «sin duda», es la verdad, es verdadero: es así.

*Ho* es el Dharma, «la ley», «la regla», «el principio», «la doctrina», «la verdad», «la fuente», «la enseñanza del Buda en sí misma», y en último lugar, «la verdad cósmica», «la verdad eterna».

Nosotros somos esta verdad, pero lo ignoramos, entonces, la buscamos por todas partes. Muy a menudo la buscamos en los otros, en los textos, en los libros, estudiamos con nuestra conciencia, contamos los tesoros de los otros. Pero el Dharma no se encuentra ni en el interior ni en el exterior: es.

\*\*\*\*\*

Es importante seguir... Si os inscribís para hacer una sesión del Campo de Verano, es muy importante seguir la sesión. Llegar al principio, partir al final, no hacer cosas especiales, no seguir vuestra condición de existencia: durante diez días, cortar.

Está claro que en sesshin el zazen es más temprano, pero finalmente si uno ha descansado bien el día de descanso, no resulta tan temprano. Es el ritmo normal de hacer zazen cuando el día se está levantando y cuando la noche está cayendo. Así, nuestro cuerpo y nuestra mente se armonizan con el poder cósmico fundamental, con el ritmo natural de la existencia en la Tierra.

Mi maestro decía que zazen corta el karma. Él usaba de vez en cuando la imagen de una pieza de cerámica. Cuando está acabada, el ceramista la separa de la plancha. Él

decía que el valor de un cuenco se veía en la manera en la que había sido separado de la plancha. Cuando miraba un cuenco precioso, miraba siempre la parte de abajo, el corte, la separación. Así pues, durante una sesshin nos separamos, nos separamos del viejo yo, nos separamos de nuestros apegos, de nuestras pasiones y nos concentramos aquí y ahora.

Un mensaje del Buda, cuando se dirigía a un discípulo que se llamaba Babhiya:

Entonces, Babhiya, debes practicar así: cuando mires, que haya solamente la visión, cuando escuches, que sólo estés escuchando, cuando reflexiones, que estés solamente en la reflexión, en la acción de conocer, que estés solamente en el conocimiento. Es de esta manera como debes practicar. Ahora, Babhiya, en la visión, sólo ver, en la escucha, sólo escuchar, en la reflexión, sólo reflexionar, en el reconocimiento, sólo conocer. De esta manera, Babhiya, no te identificarás con el mundo. Cuando no te identificas con el mundo, no permaneces. Cuando no permaneces, si lo practicas, no existirá aquí, allá, entre los dos y eso será el fin del sufrimiento.

Cuando le digo a mi hija que haga una sola cosa a la vez, ella me responde que es capaz de hacer varias cosas a la vez. Claro, todos somos capaces de hacer varias cosas a la vez, pero en la práctica del zen se trata de la plenitud, de la totalidad de una sola cosa. Una sola cosa es la totalidad de todas las existencias. Cuando escuchéis, sed solamente «la escucha», no consideréis aquello que escucháis. No busquéis el nombre de los pájaros; solamente «sed» presentes. Realizad la oportunidad que tenéis de vivir. No seáis un objeto, una persona añadida al universo; ¡sed el Universo!, ¡sed la Sesshin!, ¡sed Zazen! Sólo dos días y medio. Durante dos días y medio podréis abandonar vuestras condiciones de existencia, sin miedo.

\*\*\*\*\*

*Buda y los maestros de la Transmisión no han hablado de ello.*

Esta es la traducción del maestro Deshimaru. Literalmente lo han transmitido con el ideograma «*mitsu*», del que ya os he hablado varias veces, que significa «secretamente», «íntimamente», «de mi alma a tu alma». Es de ahí de dónde viene la expresión «*I Shin den Shin*»: «sin hablar», «sin sutra», «no por la palabra», «en silencio».

A veces *mitsu* tiene el sentido de «miel», como *honey moon* «luna de miel», volverse muy íntimo, muy cercano, sin separación.

En la tradición zen, en Japón, después de zazen los discípulos deben hacer una visita al maestro en sus aposentos y juntos, en silencio, hacen *sampai*, se prosternan. Durante el *sampai*, los dos *zagu*, el del maestro y el del discípulo, se tocan. Es el símbolo de la Transmisión, en silencio, *mitsu*. No es necesario darse un abrazo. El *zagu* es el símbolo del monje zen; son los *zagu* los que se comunican, los que coinciden: *mitsu*. El espíritu del discípulo y el espíritu del maestro deben fusionarse, armonizarse, las dos conciencias se fusionan. En un poema se dice: «Cada día, mi mente y tu mente comunican. Mi

conciencia y tu conciencia también. No olvidan, son infinitas. Y día tras día, mi conciencia y tu conciencia, mi mente y tu mente, se miran la una en la otra».

Hay una historia famosa en el zen, el encuentro entre Eno, el sexto patriarca, y Nangaku. Un día Nangaku llegó al templo del maestro Eno y se presentó delante de él.

Eno dijo:

—Algo inefable ha llegado así. —Nangaku no pudo contestar y se quedó a practicar con el maestro Eno.

Esta primera frase del encuentro con el maestro se quedó en su mente. «Algo inefable ha llegado así.» ¿Qué ha querido decir el maestro?, ¿a lo mejor es que no habla bien chino o se ha expresado mal? Para Eno, la llegada de este monje —que más tarde se convertiría en uno de sus sucesores— era completamente «la realidad que es así». No había nada de más o de menos que la realidad ella misma. Nada que añadir, nada que quitar. Nangaku no comprendía. Durante ocho años se quedó cerca del maestro Eno, siguiendo el ritmo del templo y practicando zazen. Al cabo de ocho años, sintió que podía comprender las palabras de su maestro y de nuevo se presentó ante él.

Eno le preguntó:

—¿Cómo has comprendido estas palabras?

—Si intento interpretarlas de una manera o de otra, la explicación no alcanza el objetivo —respondió Nangaku— las explicaciones intelectuales no me proporcionan una respuesta total.

—¿Dependes acaso de la práctica y del satori, o no? —siguió Eno.

—No sería verdad si contestara que no hay práctica ni satori, sin embargo, es imposible mancharlas —Nangaku contestó.

Es imposible manchar, contaminar la situación distinguiendo la práctica del satori. La situación es nuestra mente del Despertar; *bodaishin*, es la mente del Despertar que conduce a la práctica. La práctica y el satori, la realización: son sin dualidad, se convierten en unidad si no intentamos atrapar algo, si no intentamos contaminarla con nuestros puntos de vista personales.

Entonces, Eno le dijo:

—Esto sin mancha es exactamente lo que los numerosos budas quieren proteger. Tú eres así, yo soy así, y todos los patriarcas de la India son también así.

Eso es *mitsu*. *Mitsu*, intimidad con el maestro, *mitsu*, intimidad con zazen, *mitsu*, intimidad con nuestra decisión de practicar. Aquí, cuando las personas vienen a practicar, la gran mayoría me hablan de sus problemas: «Me duele aquí», «me duele allá», «estoy enamorado», «tengo problemas con mi novia, con mi novio», «tengo problemas de dinero»... Vienen siempre con «un más o un menos». Esa es la gran enfermedad de la mente de los practicantes actuales, que no consiguen encontrar el tesoro de la práctica, de esta manera se separan y *mitsu* no puede aparecer. La intimidad con la práctica es también la intimidad con el mundo tal y como es. Si somos demasiado orgullosos, es

decir, si el ego ha tomado demasiada importancia, sufrimos siempre los fenómenos exteriores, no estamos satisfechos, queremos más y nos acomplejamos.

Tozan dice:

*Buda y los patriarcas no han hablado de ello,  
pero vosotros podéis obtenerlo aquí y ahora.*

Es por ello que utilizar «*mitsu*» traduciéndolo como «secretamente» no es del todo exacto, porque el mundo del Dharma no es secreto, «el mundo que es así» no es secreto. Es la expresión del *zen mushotoku*, «solamente sentarse». *Mushotoku* quiere decir «sin objetivo», «sin espíritu de provecho». El objetivo, la meta, se cumple aquí y ahora a través de la práctica misma.

*Ahora podéis obtenerlo.  
Os lo ruego, protegedlo.*

Es un poco extraño porque no es necesario proteger el Dharma. El Dharma está por todas partes; lo protejamos o no ello no produce ningún efecto, es solamente nuestra mente..., que es complicada, que quiere complicarlo todo. *Shikantaza*, solamente sentarse, con el cuerpo y la mente tranquilos, inmóviles; «rechazar»; deshacerse del cuerpo y de la mente.

Los discípulos del Buda quisieron preservar su enseñanza. Gracias a la gran memoria de su secretario Ananda la enseñanza oral del Buda se ha transmitido, al principio oralmente y más adelante de manera escrita, después ha sido traducida y el budismo ha nacido. En la época del Buda no había budismo, sólo había un sabio que ayudaba a todas las existencias.

\*\*\*\*\*

*Nyo ze no ho. Absoluto, así es el Dharma.  
Buda y los patriarcas no han hablado de ello.  
Ahora podéis obtenerlo.  
Os lo ruego, protegedlo.*

En definitiva, el Dharma no necesita nada: *ku*. El Buda se dirige directamente al ser humano. No se dirige especialmente hacia el santo, hacia el inteligente, al fuerte; da su enseñanza a todas las existencias. Para el Buda, el ego, la personalidad, no son muy importantes. Saber si alguien gana mucho dinero o no, la apariencia, la belleza, el erotismo: no es muy importante. Todo eso no tiene sustancia propia, todo es impermanente; vuestro cuerpo y vuestra mente son impermanentes, se transforman.

Sin embargo, no vivimos en un mundo de vacuidad, vivimos en un mundo de fenómenos y estos fenómenos nos atraen, nos construyen. Si seguimos demasiado los fenómenos, perdemos la Vía; la Vía continúa, pero sin nosotros. Los fenómenos no son

sólo fenómenos materiales, son también fenómenos intelectuales. Por otro lado, si seguimos demasiado la vacuidad, nos cortamos del mundo en el que vivimos y en el que viven todas las existencias. Así pues, es realmente necesario encontrar la «vía del medio».

Os he contado a menudo la historia de Tozan que, paseando por la montaña acompañado por sus discípulos se encontró un eremita que vivía en una pequeña cabaña. Tozan le preguntó por las razones de su vida en esa montaña, y el eremita le contestó: «En otro tiempo vi dos vacas que combatían. Un día entraron en el mar y desaparecieron las dos». No oposición, no dualismo.

Nuestra sociedad actual ha tomado totalmente la posición del mundo materialista. Al mismo tiempo, se ha desarrollado una nueva forma de espiritualidad que está mucho más cercana a la ilusión, a la superstición, que a un verdadero desarrollo espiritual. La gente quiere atraparla, le gusta el misterio, quiere encontrar un tesoro escondido, pero el tesoro está aquí, allá, por todas partes, no está escondido.

Proteger el Dharma es no crear supersticiones, no crear apegos a la espiritualidad, naturalmente ser materialista y espiritual. Mi maestro hablaba de ello como si fuera la crisis de la civilización. La enseñanza es sin fin, eterna, —no lo limitéis— no limitéis el Dharma.

Las conferencias de Buda, los sutra, los koan, hablan del Dharma, pero al fin y al cabo sólo hay una verdad absoluta: zazen. Para la educación de los discípulos los medios son necesarios. Son como los andamios en la construcción de una casa; en un momento dado hay que quitarlos. De la misma manera, llega un momento en que los medios ya no son necesarios, los discípulos deben descubrir el Dharma. Esto es *nyo ze*: «así».

Algunas personas no practican zazen, pero les encanta discutir sobre el zen, el budismo. Son como un gato que juega con una piedra preciosa o un bebé que juega con un reloj. No conocen el verdadero valor de aquello de lo que hablan, no tienen la experiencia de ello, no pueden encontrar la unidad del cuerpo y de la mente, no pueden conocer su propia totalidad, no pueden conocer la verdadera persona; se quedan en la superficie utilizando las palabras y su inteligencia. Pero las personas que continúan zazen, un día comprenden el Dharma y comprenden la verdad. Es como una gota de lluvia que cae siempre sobre el mismo lugar, en la misma roca, y acaba atravesándola. Así pues, lo que es necesario proteger es nuestra práctica de zazen, el *gyoji*, la repetición, que al mismo tiempo protege.

*Nyo ze*, «lo que es así». Para «el Buda» a veces utilizamos la palabra *nyo rai* «aquél que es así». Como en el sutra de las comidas '*nyo rai oryoki*': «Los cuencos de Aquel que es así». El Buda, Aquel que es así, Aquel que es íntimo con la verdad. Íntimo, cercano, *mitsu*. Si sois demasiado íntimos con los fenómenos, ya no sois más una persona del Despertar, os volvéis de nuevo una persona ordinaria.

Así pues, toda la filosofía de Tozan va a expresarse sobre este punto de equilibrio entre lo absoluto y los fenómenos a través de los *Go I*, los cinco principios del zen, que son una filosofía concreta, activa, no solamente del pensamiento, una filosofía que podemos poner en práctica para nosotros mismos.

En los *Go I*, el fenómeno se llama «lo oblicuo», y lo absoluto, *ku*, se llama «lo derecho». ¿Cómo equilibrar nuestra vida cuando practicamos la Vía? ¿Cómo equilibrar

nuestro pensamiento cuando practicamos la Vía? Ni de un lado ni de otro. A veces un lado, a veces otro. A veces lo absoluto, la realidad, penetra los fenómenos, y a veces son los fenómenos los que penetran la verdad. Así pues, el *Hokyo Zanmai* va a expresar esta relación tan importante para alguien que practica la Vía. La filosofía del zen es una filosofía que os permite comprender vuestra propia mente, comprender vuestras categorías y ser capaz de ir más allá de las categorías para poder admirar el panorama de la vida.

No dormir..., es la segunda mañana de sesshin y tenemos tendencia a adormecernos. Así pues, observad, observad si vuestra mente se convierte en una «esponja» y volved a la postura, especialmente a la posición de las manos y de los pulgares. Si tenéis tendencia a adormeceros no hagáis una espiración demasiado larga.

\*\*\*\*\*

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata,  
la luz de la luna envuelve a la garza blanca.*

*Están cercanos pero no son idénticos,  
están íntimamente mezclados pero cada uno comprende su estado.*

«La nieve», «la bandeja de plata», «la garza blanca» y «la luz de la luna»: son cuatro tipos de blancura. Pero si mezclamos estos cuatro colores, nunca podremos obtener el mismo color. El blanco de la nieve, el de la plata, el de la luna, el de la garza: son diferentes. Así pues, este poema expresa la unidad en las diferencias.

En un poema, el maestro Dogen dice: «La nieve cae sobre las hojas rojizas. El largo mes de otoño. ¿Quién puede expresar esta escena con palabras?»

No es sólo la nieve o las hojas rojizas, no es una fotografía o un cuadro. La nieve, «lo blanco», representa la verdad, la esencia, *ku*; las hojas rojizas son *shiki*, los fenómenos. Es como en el *Hannya Shingyo* que recitamos por las mañanas, '*shiki soku ze ku, ku soku ze shiki*': «Las hojas son la diferencia entre tú y yo, y la nieve es la igualdad entre tú y yo».

A través de estos poemas se expresan los *Go I*, «los cinco grados». Una cosa es «todas las cosas», todas las cosas son «una sola cosa», diferentes pero iguales, parecidas pero distintas. La dimensión de *ku* —de lo absoluto—, no es evidente para las personas ordinarias. En general, corremos siempre detrás de los fenómenos a través de las diferencias. Nuestra personalidad se apoya en las diferencias. Por ejemplo, la relación con los padres, los hermanos, las hermanas... No somos iguales, queremos ser diferentes, es la individualidad, es la creación de los fenómenos. Siempre queremos crear pero, ¿desde dónde? Creamos fenómenos a partir de fenómenos, pero cuando la singularidad y la pluralidad se interpenetran se produce un instante de creación.

La bandeja de plata, la nieve, son diferentes, pero se vuelven idénticas, del mismo color. La luz de la luna representa el Despertar. La luz de la luna y la garza blanca no se

convierten en la misma cosa, pero son de un mismo color. Los dos elementos están cercanos aunque, cuando uno escucha este poema por primera vez, cada uno parece estar completamente separado del otro. ¿Qué hace la nieve en una bandeja de plata?, ¿acaso las amas de casa pondrían en la nieve su plata? No, es una imagen aparte, es una imagen no ordinaria. Es necesario profundizarla, preguntarse por ella. ¿Qué ha querido decir Tozan? ¿Por qué ha puesto estos cuatro objetos juntos?, ¿para molestarnos?, ¿para hacernos ir un poco más lejos de nuestra mente ordinaria que quiere atraparlos todo y que niega su propia ignorancia? Plantearos preguntas a vosotros mismos, haced preguntas en el *mondo*, no tengáis vergüenza de vuestra ignorancia incluso si sois muy inteligentes.

Estas cuatro cosas son seudónimos, son nombres temporales, son categorías. Todas las cosas tienen un nombre temporal, como los nombres de los pájaros... No es un nombre verdadero, no es la esencia.

Por ejemplo, Deshimaru era el nombre de familia de *sensei*. También es un seudónimo, al igual que mi nombre, Richaudeau, es un seudónimo. *Deshi* significa «discípulo»; *maru* quiere decir «redondo», «mono», «completo». Entonces, la gente se reía detrás de *sensei*: «Ah, usted no puede convertirse en un maestro, usted es solamente un discípulo, no es un *roshi*». A los japoneses les gustaba bromear con este nombre. Deshimaru quiere decir «gentil discípulo». *Sensei* estaba contento de llevar este nombre, él decía: «Hasta mi muerte, seré siempre un discípulo». Y ese es verdaderamente el espíritu de la Vía. Incluso si uno es maestro, hay que seguir siendo un discípulo eternamente, más allá del ego, más allá de los seudónimos, como el seudónimo de «Maestro».

La identidad y la diferencia, explicar la diferencia a través de la identidad, explicar la igualdad a través de las diferencias. Con un mismo color podemos crear diferencias, matices. Podemos dividirla, pero de la misma manera podemos no confundirla, conservar la unidad. Finalmente, esta frase evoca la gran sabiduría. Debemos encontrar la esencia (*ku*), pero si queremos encontrar el verdadero *ku* debemos encontrar los fenómenos, reconocer los fenómenos, no los seudónimos.

Los *Go I* son los siguientes:

— *Hen chu sho*, «lo oblicuo entra en lo derecho, lo relativo entra en lo absoluto, los fenómenos entran en *ku*». La noción de oblicuo entra en la noción de derecho, la diferencia entra en la igualdad, la esencia.

— *Sho chu hen*, «lo derecho entra en lo oblicuo, *ku* entra en los fenómenos, la igualdad entra en la diferencia». Es el '*ku shoku ze shiki*' del *Hannya Shingyo*. Está también en el *Zazenshin* del maestro Dogen: «La esencia del zen ha sido realizada sin conceptualización y cumplida sin causalidad». Está fuera del funcionamiento de la mente ordinaria. Hay que dar un paso adelante. «Cumplida sin causalidad», es decir, que no hay karma, no hay una causa de su realización: es así.

— *Sho chu rai*, «la esencia, lo absoluto, lo derecho entra en lo derecho». *Rai* contiene una noción de no-ego-verdadero, no intercambio, es completo, lo absoluto es

solamente lo absoluto, no hay nada que añadir, no hay nada que sustraer. Es el sentido común, *ku* es *ku*, la razón.

— *Hen shu raj*, «el fenómeno es solamente el fenómeno». Es también el sentido común. Es el «*cada uno comprende su estado*» del segundo verso del poema.

— *Ken chu toh*, «la armonía verdadera entre los dos, todo del revés, la revolución, más allá». Es la totalidad de los cuatro estados precedentes. En zazen es *hishiryō*. Es ser capaz de incluir todas las contradicciones, ir más allá, abandonar el ego.

Ya os he hablado de todo esto pero es difícil realizarlo en la propia práctica. No es solamente un sistema filosófico, aunque para la mayoría de la gente lo es. Por ejemplo, el zen rinzai lo utiliza como sistema filosófico, pero para los practicantes del zen soto es una práctica, una práctica de cómo funciona la mente.

He hablado de ello, hay que repetir, repetir, repetir, y luego lo realizamos, lo practicamos, lo hacemos inconscientemente, naturalmente, automáticamente. Si nos apegamos a una filosofía no es exacto, nos «coagulamos». Los *Go I* son «el movimiento de la actividad de la existencia», no es una filosofía muerta.

Por ejemplo, el arrullo de las palomas por la mañana durante zazen para mí es algo muy cercano a la práctica de zazen porque, cuando practicaba en la Gendronnière las palomas arrullaban en la mañana como aquí; y en el templo de Stephan..., cuando he practicado allí, también ahí había palomas que arrullaban en la mañana. En mi mente este arrullo de las palomas por la mañana representa el zazen con el día que se levanta. Para mi mente, es absolutamente «zazen con las palomas». Claro, cada paloma es diferente, pero aunque cada paloma sea diferente, el arrullo representa zazen, las largas sesshin de verano, la práctica con la sangha.

\*\*\*\*\*

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata,  
la luz de la luna envuelve a la garza blanca.*

*Están cercanos pero no son idénticos,  
están íntimamente mezclados pero cada uno comprende su estado.*

Así pues, a lo largo de todo el *Hokyo Zanmai*, después de la introducción de los dos primeros versos sobre el Dharma, Tozan va a expresar los *Go I* por medio de diferentes imágenes.

En los comentarios de los libros en francés del maestro Deshimaru hablamos de los cinco *Go I*, pero la expresión no es exacta, porque *Go* significa «cinco». Entonces, decimos los *Go I*, «los cinco estados», «las cinco situaciones». «Cinco» es un ideograma que tiene cinco trazos y es de lo primero que aprenden los niños chinos porque es al mismo tiempo leer y contar, o era así antes de la revolución.

Así pues, «*sho*» «lo derecho», y «*hen*» «lo oblicuo». Hay mucha literatura sobre los *Go I*. El maestro Deshimaru ha utilizado «derecho» y «oblicuo», términos bastante abstractos, geométricos. A veces se utilizan los términos «señor» y «vasallo» con la misma relación. Y a veces los términos «anfitrión» e «invitado». El anfitrión representa nuestra verdadera naturaleza, la naturaleza de Buda, y el invitado es el ego, la personalidad. También se han escrito numerosos poemas siguiendo esta lógica de Tozan que están en el *Pi yu li*, que es la relación entre el Dharma y la persona que practica la Vía, con lo cual esta relación nos puede ayudar en nuestra práctica.

— *Hen chu sho*, el primer estado, es «lo oblicuo que penetra lo derecho». Una persona comienza a practicar zazen; esta persona toma conocimiento de la dimensión de *ku*, de la vacuidad, en general no la conocemos, a su vez conoce a un maestro. Es un proceso que es inmediato, está más allá del tiempo ordinario. Muy a menudo les digo a los debutantes que zazen habla inmediatamente; o bien habla o no habla para nada. En este último caso, si zazen no habla, no hay un contacto, no hay intimidad, es mejor que la persona busque otra vía. A veces hay gente que comienza a practicar zazen, durante un mes viene todos los días y al cabo de un mes se va, ya no la vemos más... O se va y reaparece diez o veinte años después, esto quiere decir que no ha existido en ella este proceso de transformación, de cambio entre lo oblicuo que penetra lo derecho, los fenómenos que penetran *ku*, la persona ordinaria que súbitamente penetra el buda sin atraparlo.

— El segundo es *sho chu hen*, «lo derecho que penetra lo oblicuo, lo absoluto, *ku* que penetra los fenómenos». Hay un abandono en la persona que encarna el Dharma, el maestro o el antiguo discípulo. Es maravilloso, hay un enamoramiento, amamos profundamente. Es personal. Es un proceso continuo. Se sigue...

— A continuación viene *sho chu rai*, es «lo absoluto que es sólo el absoluto». Hemos comprendido todo, tenemos el satori, estamos en lo absoluto, en *ku*. Es idéntico a la imagen de «subir a lo alto de un mástil de cien pies». Estamos tan bien, nos encontramos tan fuertes, que tenemos tendencia a no escuchar a los demás, tenemos tendencia a descuidar el karma. Uno cree haberse convertido en un maestro del universo, solamente lo absoluto. Pero el maestro dice: «Cuando hayáis llegado a la cima de un mástil de cien pies, dad un paso adelante, rompeos la cara».

— El regreso a los fenómenos, la vuelta a la vida cotidiana, es *hen shu rai*, «los fenómenos son los fenómenos». El maestro debe hacer que el discípulo «caiga», que no se quede en «lo alto de su absoluto» porque eso no es la Verdad. Hay equilibrio entre lo absoluto y los fenómenos. Entonces, el discípulo sufre —es todo o nada— es el momento de agarrarse a la práctica, de no tener dudas hacia el maestro. Es el momento de seguir siendo un verdadero discípulo, lo cual es maravilloso. Así pues, el retorno a los fenómenos provoca sufrimiento y sólo tenemos ganas de volver al estado absoluto, a *ku*, donde nada nos molesta, donde estamos solos en nuestro propio universo. Pero la

verdadera práctica es comprender que este sufrimiento no es un sufrimiento aislado, empezamos a tomar parte, a realizar el sufrimiento universal. No es un juego.

— El quinto estado, la quinta situación, es *ken chu toh*, donde los extremos se reencuentran y ya no hay más categorías. Es la culminación colectiva. No estamos por encima de los otros, como encima del mástil, sino que escogemos convertirnos en una verdadera persona.

Al final del *Hokyo Zanmai* (como no lo voy a terminar este verano, puedo contaros...) hay una vieja historia china de un maestro de tiro al arco. Era un maestro excelente que tenía numerosos discípulos, entre ellos un joven discípulo que era muy bueno y al que le hubiera gustado que el viejo maestro muriera para poder tomar su lugar y enseñar. Pero el maestro no se moría y seguía siendo «el Maestro». Un día el discípulo le desafió. El maestro estaba en el campo y el discípulo, que se había escondido, le disparó una flecha. Como era muy bueno estaba seguro de que le iba a alcanzar, pero el maestro también tenía consigo su arco y, protegiéndose a su vez, disparó contra el discípulo, entonces las dos flechas fueron a encontrarse en el aire. Esto se repitió durante siete u ocho flechas. Cada vez que el discípulo disparaba una flecha, el maestro respondía con otra. Las flechas se encontraban en pleno vuelo... En un momento dado, al discípulo sólo le quedaba una flecha y el maestro ya no tenía ninguna. Con mucha sangre fría, el discípulo tiró, pero el maestro tenía también una lanza y la tiró. La lanza y la flecha se encontraron en pleno vuelo. En ese momento todo culminó y maestro y discípulo cayeron uno en brazos del otro. El discípulo se había convertido en una verdadera persona y el maestro no tenía ningún rencor, al contrario, estaba orgulloso de tener un gran discípulo.

\*\*\*\*\*

Podéis comprobar que un pequeño masaje en la espalda puede equilibrar de nuevo el zazen y da energía. La postura de la columna vertebral es fundamental. Cuando os sentáis debéis sentir los isquiones, que son los dos huesos de la cadera que empujan el zafu. A partir de ahí viene la rectitud de la postura.

A continuación, basculamos la pelvis a nivel de la quinta vértebra lumbar; este es también un punto muy importante. La flexibilidad al nivel de la pelvis os permite tener la columna vertebral bien derecha, de manera que la espalda forme un «precipicio». Todos los puntos de la postura están relacionados; la nuca y el mentón están relacionados con la quinta vértebra lumbar; las manos están relacionadas con los hombros. Hay que conseguir ser tan ligero como una pluma encima del zafu, llegar a no sentir ya el peso del cuerpo y conseguir que el centro de gravedad de vuestra postura se coloque en el bajo vientre. El maestro Sekito decía: «Un zafu vacío bajo el cielo vacío». Ya no hay ninguna persona. Solamente inspirad y espirad profundamente. Los pulgares forman una línea recta. Si tenéis problemas con la posición de las manos, podéis hacerlas reposar sobre un paño que las suba un poco. En la postura tradicional las dos piernas

están cruzadas en loto, los pies reposan sobre los muslos. Con las mangas (los monjes tienen vestiduras con grandes mangas) se hace un gurrño encima de los pies para reposar las manos. De esta manera, los pulgares se juntan a nivel del ombligo, el canto de las manos está apoyado contra el bajo vientre —para aquellos que no son monjes ni hacen el loto, les aconsejo poner un pequeño pañuelo o una pequeña toalla debajo de las manos—. Así, los hombros caen naturalmente y no hay tensión ni en los antebrazos ni en la nuca, podemos verdaderamente abrir el pecho, el abdomen, y podemos tener una espiración libre y profunda. Así el zazen es mucho más fácil. Todos los puntos fundamentales de la postura están en relación. Si la cabeza cae hacia delante es señal de demasiada actividad cerebral; si la barbilla se levanta indica demasiada espiritualidad, o imaginación.

Verdaderamente se trata de la «vía del medio», de encontrar a la persona verdadera, digna, que es capaz de pensar sin pensar. Y así estamos simplemente sentados, *shikantaza*. Si la espiración es profunda automáticamente los pensamientos pasan, nuestro personaje condicionado se vuelve menos importante. «Zazenbuda.»

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata,  
la luz de la luna envuelve a la garza blanca.*

*Están cercanas pero no son idénticas,  
están íntimamente ligadas pero cada una conoce su estado.*

Igualdad y diferencia. Cuando hay diferencias, hay oposición. El color de la nieve y el color de la garza son de un solo y mismo color, pero las dos identidades se contraponen, son diferentes. A la luz de la luna, a la luz de *ku* —la vacuidad— no hay diferencia. Es '*shiki soku ze ku, ku soku ze shiki*': los fenómenos no son diferentes de *ku*, *ku* no es diferente de los fenómenos. *Ku* no tiene un carácter propio, no es «ni así ni asá». En general, para expresarlo utilizamos siempre la negación.

Los monjes indios han elaborado una lista de veinte *ku*:

- El primero es «el *ku* interior»: los órganos de los sentidos son *ku*, vacíos;
- el segundo es «el *ku* exterior»: el mundo objetivo es *ku*, no tiene sustancia;
- el tercero es «el *ku* interior y exterior»: el mundo objetivo y el mundo subjetivo es *ku*;
- el cuarto, «el *ku* vacío»: lo no substancial es él mismo no sustancial;
- el quinto es «el gran *ku*»: las «cuatro nobles verdades» son *ku*, las «doce cadenas de interdependencia» son *ku*;
- el sexto es «el pequeño *ku*»: las cuatro etapas de la iluminación son también vacío, sin sustancia;
- el séptimo es «el *ku* transcendental»: es él mismo *ku* en el sentido absoluto;
- el octavo es «el mundo de las formas condicionadas que es sin sustancia y el mundo de las formas incondicionadas que es *ku*»;
- el noveno es «el *ku* sin origen»: la producción y la extinción de la existencia no tienen ni comienzo ni fin;

- el décimo segundo es «el *ku* analítico»: todas las formas de la existencia producidas por las cadenas de orígenes interdependientes son reconocidas como *ku*, como vacío, si se las somete al análisis;
- el décimo tercero es «el *ku* inmutable»: todas las formas de la existencia son inconcebibles tales como son;
- el décimo cuarto es «la naturaleza original de *ku*»: la naturaleza original de la existencia es originalmente pura y sin sustancialidad;
- el décimo quinto es «la esencia de *ku*»: los cinco *skanda* son *ku* y no tienen naturaleza propia, es como en el *Hannya Shingyo*;
- el décimo sexto es «el *ku* común»: la naturaleza común de todas las existencias está despojada de sustancia, de *ku*. Es decir, que no es una concepción mental, una simple teoría, sino que puede ser aprehendida y realizada por la intuición;
- el décimo séptimo es «el *ku* de todos los dharmas»: todas las existencias son originalmente *ku*;
- el décimo octavo es «el *ku* imposible de obtener»: la existencia es originalmente imposible de obtener, su naturaleza no puede ser agarrada, es *ku*;
- el décimo noveno es «el *ku* sin naturaleza», la no naturaleza, la existencia es *ku* y sin sustancia;
- y el último, el vigésimo, es «el *ku* sustancial», la sustancialidad de todas las formas de la existencia es verdaderamente sin sustancia.

Dos amigos de práctica, dos monjes, discutían:

—Pequeño hermano —este es un término cariñoso entre los monjes—, ¿acaso tú puedes agarrar *ku*?

—Sí.

—Ah, pues enséñame.

Y el monje levantó los brazos en el aire y con las manos hizo el gesto de agarrar el espacio.

—Ah... Eso es fácil, eso no cuenta.

—Y tú, gran hermano, ¿qué tienes que contestar?

El monje le agarró la nariz y se la retorció.

—¡Ah, hace daño!, se quejó.

Ya no hay ninguna persona.

[*Sonido de avispones chocando contra la lámpara:*] Los avispones son *ku*, los oídos que los oyen son *ku*. Así no hay problema. Todo es *ku*, pero al mismo tiempo, somos conscientes de vivir esta vida, y la Vida está llena de fenómenos que aparecen y desaparecen. Como no tienen constancia son *ku*, pero el ser humano se apega a ellos. Les llama «amor», «dinero», «felicidad», «infelicidad». El hombre tiene millares de palabras para estos fenómenos sin sustancia: es así. El ser humano da una sustancia, una esencia a los fenómenos, y los llama verdaderos, permanentes.

Pero, ¿adónde van nuestros pensamientos cuando se desvanecen cuando practicamos zazen?, ¿acaso hay un lugar secreto a donde se van y se quedan? No, se desvanecen, pierden su sustancia, pierden su importancia, y sin embargo, cuando uno los vive son completamente reales. Así pues, en la práctica de la Vía, en la práctica de zazen, *ku* y *shiki* no se oponen el uno al otro. El mundo de lo absoluto, el mundo del no pensamiento, el mundo del vacío, no se oponen al mundo de los fenómenos, sino que, al contrario, es fuente de creación. Es imposible quedarse en *ku*, pero la experiencia de *ku* nos acompaña en la creación de nuestra vida, nos ilumina. Crear a partir de *ku* sin quedarse en *ku*, sin dualidad. Las dos vacas entran en el mar y no vuelven a aparecer. Inconscientemente, naturalmente, automáticamente, el cuerpo-mente sigue el poder cósmico fundamental y reencuentra la condición normal de la existencia, sin locura, normalmente, «verdadera persona».

\*\*\*\*\*

La sesshin casi se ha terminado pero aún no ha terminado, así pues no os «vayáis» aún. El pensamiento es muy práctico, nos permite escaparnos, da una impresión de libertad, pero en la práctica del zen la libertad es «aquí y ahora ser una verdadera persona», presente, activa, no sólo activa en el pensamiento, sino en la actividad completa: *zenki*. El maestro Tozan continúa y dice:

*Nuestra conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, debemos ir allá también.*

A la gente le gusta mucho hablar. El término utilizado aquí para «conciencia» es *kokoro*, el maestro Dogen utiliza también este término. Es la acción profunda de la conciencia. La conciencia es la relación entre el ser y la existencia; el lenguaje es la comunicación.

Aquí, en la cultura española, a la gente le gusta mucho hablar, decorar con conceptos. Muy a menudo la comunicación deja de existir, ya que la comunicación debe ir en los dos sentidos. Se convierte más bien en una manera de proyectar el conocimiento propio hacia los demás. En la práctica del zen no tenemos mucha necesidad de hablar. A veces un sonido es suficiente o lo es una palabra que toca directamente la conciencia, como dijo O. ayer con las palabras «demolición-regeneración». Es suficiente con eso, no hacen falta muchos discursos. Lo importante es algo que impacte la conciencia, que haga reencontrar el punto cero, nacer de nuevo.

Mi maestro hablaba a menudo de la importancia del hipotálamo, del cerebro profundo, del cerebro que nos viene del hombre prehistórico. El hombre prehistórico no necesitaba mucho lenguaje, daba un buen golpe de maza en la cabeza de su vecino y el vecino sabía que tenía razón. No hacían falta grandes discursos. El cerebro profundo, este cerebro prehistórico de antes de la historia, y antes de las palabras, expresa la relación directa con los objetos que nos rodean.

Ahora el objeto principal de nuestra sociedad es el teléfono, el mini ordenador. Principalmente, la gente utiliza los pulgares y los ojos. La cuestión es: ¿De qué manera

se va a transformar la humanidad? En los orígenes era la mano y una piedra o un trozo de madera, el prolongamiento del cuerpo en unidad con el desarrollo del cerebro, conciencia de lo que existe alrededor de uno y cómo utilizarlo para el bienestar propio.

Ahora la noción de bienestar es tener un teléfono. Entonces, aunque parezca que se agranda, el universo empequeñece.

«*Nuestra conciencia no es lenguaje...*» El maestro Dogen dice en el *Shobogenzo*: «Si durante diez años permanecéis en un monasterio sin hablar, nadie dirá que sois mudos». Los sonidos son importantes: la madera que llama a zazen, el metal para comer, la campanita que conduce los pasos del maestro, el tambor, la campana. Nuestra conciencia puede escuchar un sonido que no es lenguaje pero que comunica algo. La manera de caminar, cómo caminar en el dojo, cómo ser silencioso con los pies, con el cuerpo: no es lenguaje pero es conciencia: conciencia del tiempo, conciencia del espacio, conciencia de las manos, conciencia de los otros, conciencia del silencio. Hay una enormidad de cosas que aprender sobre el silencio, hay un montón de cosas que el silencio transmite.

«*Si la ocasión se presenta...*» Es el tiempo y la energía al mismo tiempo, la actividad, el *ki* —*chi* en chino—. En algunas sesshin no hace falta hablar. En Japón, en los templos, cuando uno va a lavarse a los *ofuro* —que son los baños de vapor comunes—, es necesario permanecer en silencio, es necesario encontrar el silencio interior como en zazen. También en vuestra vida es posible, no sólo en zazen.

Bodhidharma hablaba de una transmisión fuera de la doctrina, que no se apoya en las palabras o en las letras y que toca directamente la mente humana, observando la Naturaleza, convirtiéndose en Buda. No es que las palabras no tengan importancia; tenemos una boca, una lengua para hablar, forma parte de nuestras características; no hacemos «miau, miau», o «guau, guau». Como especie hemos elaborado un vocabulario de comunicación, pero el mensaje, en lugar de enseñar la cosa real, enseña el ego, el personaje de aquel que habla: «Escuchad cuánto sé. ¿No soy acaso el mejor, el más profundo?». En la práctica del zen la relación con las palabras es diferente, empleamos palabras simples con un significado profundo, directo.

En el noveno caso del *Denkoroku*, en la *Transmisión de la Lámpara* del maestro Keizan, Budhanandi llega delante del maestro Vasumitra.

—He venido a visitarle para discutir el significado, el sentido de la Vía con usted.

Entonces, Vasumitra le contesta:

—Querido amigo, la discusión no es el significado. El significado, el sentido, no es una discusión. Si se intenta discutir sobre el sentido, al final es una discusión sin ningún sentido.

En ese momento Budhanandi comprendió que la doctrina de Vasumitra era superior y realizó el “principio del no nacido”.

No es necesario hablar mucho sobre la Vía. Lo importante es experimentarla directamente y tener la experiencia del silencio en nuestra conciencia.

«*Si el momento propicio aparece, debemos ir allá también.*» El momento propicio es, al fin y al cabo, quedarse desnudo, quitarse las decoraciones de nuestra condición de

existencia y permanecer desnudo. Cuando uno se afeita la cabeza por primera vez tiene la impresión de estar desnudo o desnuda. Hemos quitado una decoración de nuestra condición de existencia. Eso produce un *shock*: «¡Ah!, ¡¿soy yo?!».

La mayor parte de las personas que están aquí van a volver a su vida cotidiana, a la vida ordinaria, no la dejéis tomar el poder.

La conciencia no es lenguaje, es infinita.

\*\*\*\*\*

*La conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, debemos ir allá también.*

El momento oportuno... En el texto chino no está la noción de tiempo, sino la del cambio, de la transformación, de la energía que aparece en un instante. El maestro Dogen dice: «Es como el sonido de la campana antes y después del golpe». El sonido después del golpe es fácil de comprender, pero el sonido antes del golpe...

Aquí Tozan describe el instante activo y total que está más allá de las palabras y de los pensamientos, que no se apoya ni en las palabras ni en los pensamientos. En zazen podéis experimentarlo, podéis experimentar la presencia completa. No significa especialmente no decir nada, esto sería solamente ver un lado. Es más bien la experiencia de *hen chu sho*, el mundo fenoménico aclarado por *ku*, a partir de este instante la creación verdadera se expresa. Entonces, la persona toma otra posición y otra función aparece. Es *zenki*, es «la actividad total donde nada está oculto», el presente completo. No es solamente el momento oportuno, sino realizar la oportunidad de nuestra existencia. O dicho de otra manera, no vivir en vano, reencontrar la verdadera persona.

Así pues, Bodhidharma habla de una transmisión más allá del dogma que no está fundada en las palabras y que toca directamente la mente humana. Tocar la mente, el espíritu: es *sesshin*; ir a la fuente, ver la naturaleza de sí mismo, convertirse en buda: es *zazen*.

Todas las existencias son la naturaleza de Buda, pero si no practicamos no podemos descubrirlo. Os lo ruego, no perdáis el momento presente.



Hoy empieza la segunda sesión del Campo de Verano. Para los permanentes la primera sesión fue la puesta en su lugar de la práctica, la segunda sesión es el establecimiento en la práctica, es decir que, la práctica, zazen y el samu se hacen naturalmente, automáticamente, no hay dualidad, no hay separación. Cuando esto es así, la tercera sesión es «el satori». Y si hiciéramos una cuarta sesión, sería «más allá del satori». Interesante... El Campo de Verano es abandonar la «condición de existencia» durante un mes: no es muy largo.

¿Qué es «la condición de existencia»? Es aquello que nos acompaña, aquello que nos influye desde nuestro nacimiento. Practicar zazen es encontrar de nuevo el espíritu del recién nacido, donde todo es nuevo, todo es puro. A continuación, recibimos una influencia de nuestro mundo familiar, de nuestra educación, del estado de nuestra sociedad, y este espíritu del recién nacido se oculta. Nos dicen lo que está bien, y, lo que está mal; aparecemos en un mundo que existe ya, en el cual estamos instruidos en una cierta dirección, y poco a poco se va creando nuestra condición de existencia.

Practicar zazen es abandonar los «puntos de referencia automáticos». El establecimiento de la práctica es nuestra actividad, la actividad total, no solamente el pensamiento, sino nuestro cuerpo entero participa, nuestra conciencia entera y la tierra entera. Seguir las condiciones de existencia es quedarse en una persona ordinaria, acumulando el «polvo rojo» del mundo social, el «polvo rojo» de las emociones, lo que construye poco a poco nuestra personalidad y nuestro ego.

Mi maestro hablaba de dar un giro de ciento ochenta grados, cambiar de dirección. No es fácil, pero es así. Al principio, sobre todo para las personas que empiezan —y para los demás también—, en lugar de apoyarnos en el pensamiento vamos a apoyarnos en el cuerpo, en el comportamiento, en la actitud corporal, nos concentraremos en las acciones del cuerpo, preguntándonos: «En el momento presente, ¿dónde estoy?, ¿qué hago? Estoy en el retrete, nadie me ve, puedo leer». Cada lugar es un lugar de la Vía. Este es el entrenamiento que podéis y debéis utilizar en vuestra vida cotidiana cuando salgáis de aquí.

No tengáis miedo, zazen es la postura del no miedo.

\*\*\*\*\*

Empujad la tierra con las rodillas y empujad el cielo con la cabeza. Estad exactamente sentados entre la tierra y el cielo.

Al principio zazen es difícil, pero es sobre todo nuestro cuerpo y nuestra mente los que son difíciles. Tenemos bloqueos que en general están producidos por nuestra vida cotidiana: malas posturas, complicaciones, problemas, la insatisfacción... como los Rolling Stones. ¡Sed felices!, practicar zazen es la verdadera felicidad, la felicidad sin objeto, sin meta, solamente ser «esa» persona en su totalidad.

*Bodaishin...* *Bodai* es una palabra india, significa «Despertar», *bodaishin* es «la mente del Despertar». Nace de la mente que piensa, pero *bodaishin* no piensa. *Bodaishin* es la decisión, no la decisión de despertarse, sino la decisión de ayudar a todos los seres a «pasar a la otra orilla» antes que uno mismo. Es una mente que está antes que sí mismo y es la mente de la Transmisión. Cuando el maestro se da cuenta de que un discípulo tiene *bodaishin*, le transmite el Dharma. Los demás no pueden comprender... A veces podemos hacer zazen durante años sin que *bodaishin* se manifieste, es una lástima, pero esto no quiere decir que no se manifestará. *Bodaishin* es una energía, una decisión. Claro que el voto de hacer pasar a los demás antes que sí mismo nos hace reflexionar: «No es posible ayudar a todos los seres; es otra historia del budismo». Lo que es importante es «antes que sí mismo», es decir, fuera, completamente cortado de la vida ordinaria, es cortar con la vida kármica ordinaria. El monje zen no es una persona ordinaria, es una persona idéntica a las demás, pero al mismo tiempo no es una persona ordinaria.

En este Campo de Verano he comenzado los comentarios de un canto, el *Hokyo Zanmai*, del maestro Tozan, El *Samadhi del Espejo Tesoro*. Voy a continuar durante esta sesión.

Cuando era niño, Tozan estudiaba con un instructor. Un día, leía el *Hannya Shingyo*, en el cual, en un momento dado, se dice: «No hay ni ojo, ni nariz, ni boca, ni orejas, ni cuerpo, ni mente».

Entonces, Tozan dijo a su instructor:

—No entiendo. Es un texto de sabiduría, pero yo tengo ojos, nariz, orejas, una boca, un cuerpo y mente. Entonces, ¿qué cuenta este sutra?

—Este niño es muy profundo —pensó el instructor—, tiene que encontrar un maestro de budismo para que pueda enseñarle la Vía. —Estaba muy impresionado.

«Ni ojo, ni nariz, ni oído, ni boca, ni cuerpo» es negar la persona ordinaria que siempre está atada a los problemas materiales, emocionales, intelectuales: es volver la mirada hacia la verdad absoluta. Es el *Samadhi*.

\*\*\*\*\*

El viento no es muy bueno para zazen, un poco de aire está bien.

Cuando nos convertimos en monje, empezamos el estudio de la Vía en la práctica. Este estudio dura toda nuestra vida porque todo cambia, nada es siempre igual. Por ejemplo, hoy hay viento, así que las ventanas no se abren de la misma manera que cuando hace calor. El *shusso* debe pensar siempre en la comodidad de las personas que practican en el dojo y por supuesto en la comodidad del maestro que enseña, ha de ayudarlo, no hacerle las cosas más complicadas. Ayudar es amor, es «hacer pasar a los demás antes que a sí mismo». La práctica del zen no es una práctica fijada, todo es impermanente. Si fijáis la práctica, os volvéis dogmáticos. En el *Genjokoan* el maestro Dogen dice: «Si observáis, si ilumináis un solo lado, el otro lado se queda oscuro, oculto». Esta es la filosofía del zen y de los *Go I*. Reconocer la dualidad, poder ir más allá de la dualidad y, sobre todo, reorganizar el mundo entre lo relativo y lo absoluto.

En la enseñanza del budismo hay dos verdades que se han establecido: la verdad relativa y la verdad absoluta. En la verdad relativa, los ojos, la nariz, las orejas, la boca, etc., existen; la verdad relativa se apoya en la conciencia subjetiva de cada persona. Entonces, está claro que una boca no tendrá exactamente el mismo sentido para dos personas diferentes, o un árbol, o una montaña, o un libro. Cada uno tiene su propia interpretación de las palabras, su propia vivencia de cara a una representación abstracta de un objeto, de una palabra. Esta conciencia subjetiva va a estar siempre limitada por la dualidad que opone a los contrarios. Nos gusta o no nos gusta, existen seres sensibles y seres despiertos, la ilusión y el satori, la vida y la muerte.

Por otro lado, la verdad absoluta es aquella que es válida para todas las existencias, existe más allá de las contradicciones, envuelve la totalidad. Es lo que llamamos el Dharma «sin error, sin duda, absoluto». A veces se ilustra la palabra Dharma con la imagen de miles de briznas de hierba, la verdad absoluta no puede ser aprehendida por el pensamiento dualista. La llamamos «*ku*», «vacuidad». En la vacuidad no hay ni ojo, ni boca, ni nariz, no hay sufrimiento, no hay deseo, no hay orgullo, no hay ego.

\*\*\*\*\*

*La conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, tenemos que ir aquí también.*

Es decir, hay un lugar en nuestra mente que está más allá de las palabras, que no depende de las palabras. Por supuesto, todo el poema del *Hokyo Zanmai* está en relación con zazen, con la conciencia *hishiryō* de zazen. *Hishiryō* significa «más allá del pensamiento», «pensar sin pensar».

El maestro Tozan continúa:

*Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.*

He traducido el *Hokyo Zanmai* al español. Los traductores pueden estudiarlo, y si encuentran algún problema con las palabras, si están turbados por ellas, pueden preguntarme.

*Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.  
En desacuerdo con las palabras,  
llegáis al callejón sin salida de la duda.*

En muchas otras traducciones del texto, «*Turbados por las palabras*» está traducido «*Turbados por el Dharma*», pero el maestro Deshimaru en sus comentarios dice que no es exacto. Es la continuación del poema anterior... De todas maneras, si estamos turbados por el Dharma será que verdaderamente lo estamos por las palabras que hemos escuchado o leído sobre el Dharma: es idéntico. Muy a menudo las palabras nos complican, nos alejan de la verdad absoluta.

Durante la primera sesión os he hablado del maestro Joshu, el Buda Eterno, que empezó a practicar la Vía cuando tenía sesenta años y se convirtió en un gran maestro respetado. Joshu no tenía cientos de discípulos, tenía una decena de discípulos alrededor de él en su pequeño templo, pero su vida ha dejado la huella de la Vía. Cuando era estudiante al lado del maestro Nansen, un día le planteó la siguiente pregunta:

—¿Qué es la verdad?

—La mente de cada día es la verdad —respondió el maestro.

*Hei Jo shin* «la pequeña mente ordinaria». Sobre esta respuesta no hay que equivocarse. No quiere decir continuar con la mente ordinaria que piensa en todas las direcciones, que tiene dificultad para concentrarse, que a veces está obsesionada, o acomplejada, u orgullosa, sino que es la mente normal, sin intención, que existe, que vive aquí y ahora. Dogen dice: «Esta mente normal es estudiar la Vía en relación con el cuerpo y con la mente. Aquí y ahora son normales, están presentes, son la existencia misma». Nuestro cuerpo y nuestra mente no son una idea de la existencia.

Joshu continuó:

—Si no tengo ninguna intención de atrapar la realidad, ¿cómo sabré qué es la realidad?

—La verdad no existe porque tú la reconozcas o no la reconozcas. Reconocerla es de nuevo una especie de ilusión, no reconocerla no es ni bueno ni malo. Cuando realizamos verdaderamente la verdad sin ninguna intención de atraparla, la situación será como el espacio que es claro, sereno y amplio. Entonces, ¿por qué discutir para atrapar si es bueno o si es malo?

Cuando escuchó estas palabras, Joshu alcanzó el Despertar.

Es la expresión de la «vía del medio». En nuestra vida siempre queremos atrapar algo. Está el mundo material, el mundo intelectual, el mundo emocional, el mundo sexual, el mundo familiar. Queremos construir una ilusión para nosotros mismos y escuchamos hablar del satori: «¡Ay, cómo me gustaría atrapar el maravilloso pájaro del satori!» Hay que hacer zazen. Pero cuando empezamos a hacer zazen, es como un fuego que quema nuestras piernas. No es para nada un cuento de hadas; duele, duele... Es nuestra carne, es nuestro cuerpo, es nuestra materia, y es un muy buen medio para olvidar la idea, para ir más allá de la idea, más allá de la intención de atrapar. Es la revolución. No solamente al principio, con el tiempo puede ser que nos acostumbremos y que nuestra mente se vuelva ordinaria, haremos entonces zazen pensando, durmiendo. Siempre hay que hacer la revolución, no estancarse: esto es lo difícil. Después querremos la ordenación, querremos convertirnos en monjes. Muy a menudo se trata siempre de atrapar, de querer cambiar la condición de existencia por algo exterior, por palabras, por ideas. Y después no estaremos de acuerdo: «¡Ah!, el cristianismo es mejor —o— el sufismo es mejor». Nansen dice: «La mente de todos los días es la Vía».

Hoy no es como ayer y mañana no será como hoy. La pequeña mente ordinaria es como *sekishin* «la mente del recién nacido», la conciencia del recién nacido que aparece cuando el mundo aparece. El recién nacido aparece en unidad con el mundo, la mente

de cada día aparece en unidad con el mundo de cada día, la llamamos también «la mente de los antiguos budas»: es igual.

Pero no os equivoquéis, la esencia de la vida no está en el exterior de vosotros, no la encontraréis leyendo, estudiando sutras llenos de polvo; la encontraréis en vosotros mismos, aquí y ahora. Y todas vuestras acciones se convertirán en la verdad sin separación con la Vía, sin separación con el Dharma.

\*\*\*\*\*

*La conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, tenemos que ir aquí también.  
Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.  
En desacuerdo con las palabras,  
llegáis al callejón sin salida de la duda.*

Cuando Tozan era un joven monje, estaba obsesionado por una cuestión: la enseñanza del Dharma por los seres no sensibles. ¿Qué quiere decir esto? Está en relación con un sutra que había leído donde un monje hacía una pregunta:

—¿Cuál es la mente de los antiguos budas?

—Los setos, las paredes, las tejas y las pequeñas piedras. —El maestro Nan'yo echu, de Nan-yangle, respondió. [No se espera este tipo de respuesta.]

Entonces, el monje preguntó al maestro:

—¿Son todos no sensibles?

Y el maestro nacional, respondió:

—Lo son. Son no sensibles.

Nuestra conciencia del mundo pasa por los cinco sentidos. En Oriente se habla también de un sexto sentido, «la mente»: vemos, oímos, olemos, gustamos, tocamos, pensamos. Así pues, no sensibles son los seres y los objetos del mundo que no utilizan sus seis sentidos para tener un conocimiento del mundo. En nuestra civilización judeocristiana hemos colocado al hombre en el centro del mundo con un dios superior donde el hombre está hecho a su imagen; es un poco presuntuoso. Si «escuchamos» la manera de pensar de la mayoría de los seres humanos, el hombre está por encima de todo. Con su inteligencia saquea los tesoros de la tierra. Quizá sea la imagen de Dios, pero no lo creo. Todo existe, la tierra no es un decorado para las pasiones del ser humano, todo es materia y conciencia. Por ejemplo, ahora se dice que un feto en el vientre de su madre es sensible a la música, al calor del sol, a la mano de su padre a través de la piel, a la voz de su madre... No es sin conciencia, sino que está en otro sistema de conciencia.

Entonces, Tozan preguntó al maestro Issan:

—¿Puede usted explicarme como los seres no sensibles predicán el Dharma?

—Lo predicán vigorosamente, sin ningún intervalo.  
—¿Y por qué no puedo oírlo?  
—Tú no lo puedes oír, pero no molestes a los que pueden oírlo.  
—Me pregunto quién puede oírlo.  
—Los santos pueden oírlo.  
—Y usted, maestro, ¿puede oírlo?  
—No lo oigo.  
—Entonces, ¿cómo el maestro puede saber que los seres no sensibles predicán el Dharma?

—Es apropiado que yo no los oiga. Si yo los oyera, estaría al mismo nivel que los santos y tú no serías capaz de oírme predicar el Dharma. Yo enseño a los seres sensibles, no enseño a los santos.

—No entiendo para nada esta enseñanza. ¿Qué quiere decir esto? ¿Existe un sutra de base que explique esta enseñanza?

—Francamente, las palabras que no están en acuerdo con los sutras, no son discutidas entre las personas de la Vía. Sin embargo, en el *Sutra Avatamsaka* se dice: «Los mundos enseñan, los seres sensibles enseñan y todas las cosas del pasado, del presente y del futuro enseñan».

—Maestro —dijo Tozan—, os lo ruego, enséñeme.

Issan levantó su *hotsu* (*hotsu* es el bastón de maestro) y le preguntó:

—¿Comprendes?

Tozan no comprendía. Es normal, comprendemos las palabras, buscamos las palabras, nuestra inteligencia quiere entender las palabras.

—No, maestro, por favor, explíquemelo —insistía Tozan.

—No puedo explicártelo con palabras.

—¿Existe alguien que haya buscado la Vía en la misma época que usted que pueda contestarme?

—¡Ah! Tengo un amigo que vive en las cuevas de Li Ying y que se llama Ungan. Si mueves las hierbas y fijas la mirada sobre el viento, seguramente serás bienvenido a su lado.

Entonces, Tozan se puso en marcha para encontrar a Ungan.

*La conciencia no es lenguaje.*

*Si la ocasión se presenta, tenemos que ir aquí también.*

Si os apegáis a las palabras estáis turbados, buscáis, buscáis, buscáis y caéis en un abismo. Pero si no estáis de acuerdo con las palabras, discutís, discutís, discutís. El WhatsApp es muy práctico para que los discípulos polemiquen: «Tengo razón, tengo razón, tengo razón,...»; las palabras salen fácilmente, es mucho más fácil que la práctica, mucho más que el silencio.

Dogen dice: «Si pasáis diez años en un monasterio sin hablar, nadie dirá que sois mudos». Las palabras no se entienden verdaderamente. G. traduce, pero tiene su propia idea sobre las palabras. Ella piensa que los monos (*singes*) pueden oír a los seres no

sensibles y, sin embargo, son las personas santas..., más allá... Pero nosotros, los seres sensibles, no somos santos (*saints*), hacemos zazen porque hay algo en nosotros que quisiera mejorar nuestra condición de existencia. Si nos quedamos encerrados en las palabras, no es esto, no podremos oír la enseñanza del Dharma por los seres no sensibles. ¿Qué quiere decir esto? Que todas las existencias sensibles o no sensibles son el Dharma, sin separación.

Es importante hacer preguntas. Esta historia de juventud de Tozan viene del *Denkoroku* del maestro Keizan. Cuando este libro fue editado en español, G. me decía: «¡Qué bueno es!» Pero si no se profundiza en las palabras, si no hay preguntas, si no hay memoria, no sirve de nada dar las enseñanzas. Hay que encontrar «la cosa real» en todas vuestras acciones.

\*\*\*\*\*

*La conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, podéis ir aquí también.  
Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.  
En desacuerdo con las ellas,  
os encontráis en el callejón sin salida de la duda.*

Cuando era un joven monje, Tozan tenía curiosidad por el sentido de la enseñanza del Dharma por los seres no sensibles. El sermón de los seres no sensibles se sitúa en la Transmisión para encontrar la verdadera naturaleza fuera de las palabras. Muy a menudo la gente asimila la enseñanza de los seres no sensibles al sonido del torrente, al canto de los pájaros, al ruido del viento en el follaje. «¡Qué maravillosa naturaleza de la que formamos parte!» Los pájaros, el río, el follaje, resuenan como palabras en nuestra cabeza y nos evocan conceptos, recuerdos, emociones. Y de esta forma, los seres sensibles se sitúan por encima de los seres no sensibles interpretando con su conciencia personal el sermón sin fin de la naturaleza. En el Dharma, los seres sensibles y los seres no sensibles no están separados, no son dos, sino una misma realidad aquí y ahora.

Tenemos que preguntarnos lo siguiente: ¿De qué manera los seres sensibles enseñan el Dharma y de qué manera los seres no sensibles enseñan el Dharma? En general, buscamos una enseñanza intelectual, buscamos atrapar una comprensión del Dharma aunque esta comprensión esté más allá de las palabras. El maestro nacional decía: «Los seres no sensibles predicán el Dharma vigorosamente sin ningún intervalo». El Dharma se manifiesta en la realidad de cada instante, es la gran verdad del universo tal como es, sin ningún «parásito» que pueda separarlo de nosotros. No podemos quitarle nada al universo y no podemos añadirle nada.

El maestro Keizan dice: «Hay un conocimiento que está aparte del pensamiento pasional y de la discriminación. Hay un cuerpo que no es los cuatro elementos y los cinco *skandas*. Esta es una conciencia afilada, su manifestación en cada momento es enseñar.

Esto le hace levantar las cejas y guiñar los ojos. Esta conciencia hace que camine, que se ponga de pie, que se siente, que se acueste. Esta conciencia hace que a veces esté confuso, que a veces tenga problemas, que muera aquí y nazca allá, que coma cuando tenga hambre y duerma cuando esté cansado. Todo esto sin excepción es predicar el Dharma».

\*\*\*\*\*

Más tarde siguiendo los consejos del maestro Issan, Tozan fue a ver al maestro Ugan. Ir de maestro en maestro para plantearles preguntas se llama *henzan*, se traduce por «explorar profundamente», explorar la Vía. Le expuso la misma cuestión al maestro Ugan:

- ¿Quién puede oír a los seres no sensibles enseñar el Dharma?
- Los no sensibles pueden oírlo —Ugan respondió.
- ¿Puede usted oírlo? —preguntó Tozan.
- Si yo pudiera oírlos, tú no podrías oírme predicar el Dharma.
- ¿Por qué no puedo oírlos?

Ugan levantó su *hotsu* y preguntó:

- ¿Los oyes?
- No, no los oigo.
- Si tú no puedes aún oírme predicar el Dharma, todavía menos podrás oír a los seres no sensibles enseñar el Dharma.
- ¿Sobre qué sutra se basa la enseñanza de los seres no sensibles?
- ¿No sabes que en el *Sutra Amida* se dice: «Las corrientes, los pájaros y los árboles, todos rezan al Buda y rezan el Dharma»?

Escuchando estas palabras, Tozan alcanzó el Despertar.

Más tarde, Tozan escribió este poema: «¡Qué maravilloso es! ¡Qué maravilloso es! La enseñanza por los seres no sensibles es inconcebible. Si intentáis oírlo con las orejas, es demasiado difícil comprenderlo. Si escucháis el sonido con los ojos, entonces sois capaces de conocerlo».

*Ir en contra, tocar, ni uno ni otro vale.  
Es como una bola de fuego.*

¿Qué es «como una bola de fuego»? Es el Dharma. Si nos alejamos, tenemos frío, pero si queremos tocarlo, quema. Finalmente, hay que abandonar nuestros movimientos. No atrapar; si queremos atrapar nos quemamos.

Mi maestro siempre decía: «Tenéis que practicar inconscientemente, naturalmente, automáticamente». A veces esta frase ha sido criticada. ¿Qué quiere decir inconscientemente? Quiere decir más allá de la conciencia personal. ¿Qué quiere decir

naturalmente? No quiere decir ser natural. A veces muchos «nuevos hippies» vienen aquí a practicar y lo mezclan todo. Piensan que al estar este lugar en la naturaleza el zen significa el retorno a una vida natural. Sois vosotros mismos quienes debéis reencontrar vuestra verdadera naturaleza, y descubrir como esta verdadera naturaleza existe en vosotros. «Naturalmente» quiere decir «sin objeto», solamente practicar para «la práctica»: sin complicaciones, sin dogmatismo. «Automáticamente» también quiere decir «sin el objetivo de atrapar algo». No en el sentido de ser como un robot que no piensa, sino que automáticamente la práctica se pone en marcha. El hecho de practicar zazen protege la práctica. A la gente le gustan los adornos, los grados, hablar del zen, pero raramente hablan de su propia experiencia; en general, la gente usa el «tesoro» de los demás en su propio provecho.

Inconscientemente, naturalmente, automáticamente el Dharma es sin separación. Si queréis atraparlo, quemar; si os alejáis de él, su calor os falta.

(Continuaré durante la sesshin.)

\*\*\*\*\*

Mi maestro decía: «Tensión sin tensión». Es decir, que la postura tiene que ser enérgica, abierta, estirada —empujar el cielo con la cabeza—, pero no tiene que ser tensa. No hay que confundir la tensión con el esfuerzo. El esfuerzo es mantener la atención en las normas de la postura y en la actitud de la mente. El esfuerzo es muy apreciado en el zen: es una de las *Paramita*, es también una de las treinta y siete condiciones del camino que lleva al Despertar. En zazen el esfuerzo es una repetición, pero natural. Si estáis demasiado tensos, no podréis respirar bien, se formarán nudos en el cuerpo, tensiones. Zazen no es así; tiene que volverse confortable, ligero. Finalmente, sin ningún peso sobre el zafu, todo está equilibrado.

También algunos tienen tan bella postura que me impresiona, pero las manos no son exactas, éstas caen, los pulgares caen. Mi maestro decía: «Ni *kontin*, ni *sanran*». *Kontin* es el estado de somnolencia; *sanran* es el estado de excitación, de muchos pensamientos. El punto preciso de zazen está exactamente entre los dos. Se trata de observar la actitud del cuerpo y la actitud de la mente, y las podemos controlar a través de los pulgares «ni “montaña”, ni “valle”». Cuando la postura está bien equilibrada, podemos respirar profundamente, el cuerpo tranquiliza la mente, la mente tranquiliza el cuerpo. Estamos solamente sentados.

\*\*\*\*\*

El maestro Tozan nos dice:

*Así es el Dharma.  
Buda y los maestros de la Transmisión lo han transmitido sin palabras,  
pero vosotros podéis obtenerlo al instante.  
Así, os lo ruego, protegedlo.*

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata,  
la luz de la luna envuelve a la garza blanca.  
Son cercanos pero no son idénticos,  
están íntimamente ligados pero cada uno comprende su estado.*

*Nuestra conciencia no es lenguaje.  
Si la ocasión se presenta, tenemos que ir ahí también.  
Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.  
En desacuerdo con las palabras,  
llegáis al callejón sin salida de la duda.*

*Ir en contra, tocar, ni uno, ni otro vale.  
Es como una bola de fuego.*

Es aquí donde estamos respecto al *Hokyo Zanmai*.

Escapar o tocar... Algunos quieren estar muy, muy cerca, pero cuando el maestro toca algo de su ego, se escapan o se convierten en pequeños demonios. Es difícil abandonarse a la vía del medio. Es como si deseamos a una mujer demasiado abiertamente, ésta se escapará.

¿Cómo pensar durante zazen? ¿Cuál es la actitud exacta de la mente? Ni *sanran* ni *kontin*. Ni seguir los pensamientos, ni escaparse en la somnolencia. Es también la vía del medio. En definitiva, los pensamientos no tienen que pasar por la conciencia personal; se elevan inconscientemente, automáticamente; los dejamos salir, pero no les seguimos; son como visitantes, no son yo. El maestro Deshimaru dice: «Tenemos que abandonar toda noción de contradicción. También el dogmatismo. No tenemos que convertirnos en una cáscara vacía». Hay potencia en nosotros, hay energía, pero, en general, usamos esta potencia para el ego, para establecer el ego. En la práctica de la Vía no es el ego quien gana.

El maestro Yakusan tuvo un discípulo que se llamaba Tokujo. Durante veinte años Tokujo recibió la educación del maestro Yakusan practicando zazen con él. Antes de su muerte, Yakusan dio la transmisión del Dharma a Tokujo. Tokujo no se encerró en un templo, se convirtió en el barquero de un río y durante treinta años esperó al verdadero discípulo. ¡Qué paciencia...! Cuando no tenía pasajeros que quisieran atravesar el río pescaba peces en su barca. Para hacer cañas de pescar cortó todos los bambúes del bosque. Iba a replantar algunos cuando, un día, un hombre llamado Kazan llegó hasta el río. Inmediatamente, Tokujo entendió que este hombre era «un gran pez».

Un poema dice a propósito de la historia de Tokujo: «Quería pescar un gran pez, pero ninguno nadaba en este agua demasiado pura».

Cuando Tokujo encontró a Kazan se dio cuenta de que era el verdadero discípulo y le preguntó:

- ¿De dónde vienes? [Es una pregunta tradicional en el zen.]
- Vengo de ninguna parte —Kazan respondió.
- ¿Quién te ha educado?
- Zazen me ha educado. Vengo de zazen.

Tokujo continuó preguntándole a Kazan, quería conocer a este nuevo discípulo. Pero cada vez que Kazan respondía a una pregunta, Tokujo le tiraba al agua.

Las respuestas, incluso si son exactas, no son justas, es decir, que nacen siempre del pensamiento, de la inteligencia. Así pues, las respuestas son correctas pero no son exactas.

Tokujo seguía preguntándole a Kazan y en el momento en que Kazan abrió la boca, éste le gritaba:

- ¡No quiero discutir contigo! —Y le tiraba al agua.

La gente viene a discutir con el maestro, vienen con su conciencia personal, con su buen sentido personal, piensan: «¡Tengo razón!». Pero hay que ir más allá de la razón y de la duda. Tokujo quería romper todos los esquemas de Kazan: «No quiero discutir contigo, y le tiraba al agua». Entonces, Kazan obtuvo un gran satori. Tokujo le sacó del agua y le tomó la mano suavemente:

- Hace treinta años que espero este momento. Hoy un gran pez ha mordido el anzuelo, así que mi pesca se acabó. —Y bruscamente, la barca se dio la vuelta y Tokujo desapareció en el agua.

Las historias de Transmisión siempre son singulares, no son ordinarias. La transmisión del Dharma no es un documento, es directamente de espíritu a espíritu. ¿Por qué querer responder con un lenguaje complicado? Una sola palabra, un solo gesto basta. Hay que responder, pero sin servirse del lenguaje. Incluso si vuestra respuesta corresponde, no es exacta. Kazan fue tirado al agua una vez, y otra, y otra. Al final, realizó su propia Naturaleza y alcanzó el satori.

Zazen, el Dharma, es la «bola de fuego» del *Hokyo Zanmai*. Esto no se explica por el lenguaje: es *I Shin den Shin*, de mente a mente, de Tokujo a Kazan.

*Ir en contra, tocar, ni una cosa ni otra vale.  
Es como una bola de fuego.*

Finalmente, solo podemos volvernos la bola de fuego.

\*\*\*\*\*

Para los permanentes, hemos llegado a la mitad del Campo de Verano. La segunda mitad va a pasar muy rápidamente. Entonces, por favor, preguntaos por qué estáis aquí. No perdáis vuestro tiempo. Haced el «zazen demolición»; demolición-regeneración.

Tozan nos dice:

*Si os expresáis con un lenguaje decorado,  
esto es del dominio de las manchas.*

De nuevo, las palabras...

A la gente un poco intelectual le gusta mucho la idea del zen, pero la práctica, zazen, le cuesta más. Pensar con la conciencia personal es ilusión. Es la conciencia subjetiva, limitada al «yo». Pensad inconscientemente, naturalmente, automáticamente; cuando los pensamientos se levantan desde el subconsciente, es igualmente ilusión. Pero estos pensamientos pertenecen al dominio de *hishiryō*. Esta conciencia es la «conciencia objetiva». Es decir, que los pensamientos se levantan, pasan y no nos tocan. En zazen, a veces, pensamos por nosotros mismos y las ilusiones se levantan. A veces, no hay ningún pensamiento; estamos solamente sentados. El lenguaje decorado es también *bonno* «ilusión». Nos gusta mucho tener una respuesta intelectual.

Hace unos meses le explicaba a D., a propósito del capítulo sobre Tozan, en el *Denkoroku*, que durante años di muchas vueltas a una frase que no lograba entender. Pensaba mucho sobre ello. Como tenía el libro en inglés, pedí a varias personas que saben inglés que tradujeran esta frase, pero nadie pudo darme una traducción comprensible. Seguí pensando mucho sobre ello, y cuanto más pensaba, más se alejaba. ¿Qué quiere decir esto?, me preguntaba. Un día me di cuenta de que aquello que me parecía enorme finalmente era un punto muy muy pequeño en mí, era tan pequeño que no podía atraparlo ni verlo. Llegó el día en el que lo comprendí, y, a continuación se me olvidó, era tan pequeño, tan pequeño, tan pequeño que desapareció. Y avanzamos...

Después de su muerte, el maestro Deshimaru ha sido a menudo criticado porque su enseñanza no era la de un erudito. No había largas explicaciones, no había recibido la educación tradicional de un monje zen que entra en un templo cuando es muy joven y que se consagra al estudio de los textos, a los sutra, y los repite, los repite, los repite hasta recitarlos de memoria. Pero entre recitar y comprender hay una distancia. El maestro Deshimaru tenía el cuaderno de notas de su propio maestro, y continuaba la tradición y la transmisión de Kodo Sawaki. No había nada que añadir. Zazen es el satori.

Es igual que la historia de Tokujo. Durante toda su vida, sobre su barca, Tokujo había encontrado mucha gente y, entre ella, muchos habían mordido el anzuelo de su caña de bambú. Muchos querían el satori, como en los libros. Pero empujadas por sus ilusiones, estas personas rompieron la caña al intentar desengancharse del anzuelo. Mucha gente es así cuando empieza a hacerse un poco difícil, sólo quieren hacer «su propio zen», lo que han comprendido en los libros, lo que han comprendido intelectualmente, aquello que han comprendido con su conciencia personal, pero que no es la conciencia del zen.

*Hishiryō...*, más allá del pensamiento.

Un día llegó Kazan y Tokujō comenzó a hacerle preguntas. Las respuestas de Kazan, expresadas a través de sus ilusiones parecían exactas, pero no podían ser justas porque nacían de esas «sus» ilusiones. Tiene que venir de las tripas, de lo más profundo de uno mismo. Así son las respuestas zen.

Aquí, cuando recibo a la gente le pregunto cómo va: «va mal», «tengo problemas», «con mi novia va tan bien que ya no hago zazen», me comentan. No es para nada la experiencia y la manifestación de la práctica de zazen. ¿Cómo se manifiesta?, mediante el cuerpo, por sus acciones, por su mente clara y pura. Entonces, en ese momento, el maestro sabe exactamente.

*Si os expresáis con un lenguaje decorado,  
esto pertenece al dominio de las manchas.*

Es igual que cuando estoy sentada en mi mesa para comer y algunos hablan bajito a su vecino: se dicen secretos que los demás no pueden oír. Esto también forma parte del dominio de las manchas. No hay nada que esconder. Si es algo que no es importante para la gente que se sienta en la misma mesa, entonces no es necesario decirlo. No hay necesidad de ocultar el cuerpo, no hay necesidad de ocultar la mente. Todos los fenómenos son la verdad. Todos los fenómenos son vacuidad, *ku*, como en el *Hannya Shingyō*, ‘*shiki soku ze ku, ku soku ze shiki*’, recitamos: «La forma penetra el vacío, el vacío penetra la forma». «El uno es igual al todo, el todo es igual al uno», esto está en el *Shin Jin Mei*; también está: «Buda es un ser ordinario; un ser ordinario es Buda». Hay que ir a la raíz. No preocuparse de las ramas. No hacer crecer nuevas ramas zen, sino penetrar el silencio, encontrad vuestro silencio interior, encontrad vuestra mente sin decoraciones, libre.

\*\*\*\*\*

El maestro Tozan dice:

*Si os expresáis con un lenguaje decorado,  
esto es del dominio de las manchas.*

Decorado, complicado... Para ciertas personas, lo complicado es la verdad, y cuanto más incomprendible resulta, más creen que se acercan a la realidad. Pero en el zen no es para nada así: el zen es volver a la simplicidad. Algunos buscan las decoraciones haciéndose ordenar monje, lo que es completamente estúpido; hay que buscar conocerse a sí mismo; hay que volver la mirada hacia el interior. No estancarse.

En sus comentarios, el maestro Deshimaru habla de las artes marciales, del *bushido*. Habla de los siete principios del espíritu del *bushido*, de la vía del samurái, que también es imperativa, absoluta.

- El primer principio es «la decisión justa», la rectitud justa y verdadera, no solamente en las palabras, sino también en las acciones que confirman las palabras;
  - el segundo punto de la vía del samurái es «la bravura teñida de heroísmo».
- Cuando hay que morir, se muere y cuando vivimos, tenemos que vivir;
- el tercer principio es «el amor universal, la benevolencia hacia la humanidad»;
  - el cuarto es «el comportamiento», es un punto esencial;
  - el quinto es «la sinceridad», no decir una cosa y pensar interiormente otra cosa;
  - el sexto son «los honores», «la gloria». Por ejemplo, en relación con zazen, es estar orgulloso de practicar la Vía, comprender lo que es la victoria espiritual;
  - y el séptimo principio del *bushido* es «la devoción leal».

Esto es muy importante. No se trata de fanatismo, sino que todos estos principios están en relación con la comprensión justa de lo que hacemos. En el *bushido*, igual que en la práctica del zen, la práctica viene del cuerpo y de *hishiryō*, el pensamiento objetivo más allá de la conciencia personal, más allá de las ideas personales, más allá de las categorías personales, más allá de la discriminación personal. Es decir, ser libre, libre como las puertas de un templo *Gedapuku*: la verdadera libertad.

Un discípulo me ha dicho: «He hecho tonterías en Shorin-Ji porque sentía que no tenía tiempo para mí mismo». Esto es también decorar la idea sobre el templo. Si queremos tiempo para nosotros mismos, hay que tener una casa, con su gran tele, con su gran cama; una familia... Esto es tener tiempo libre. Y tenemos tanto tiempo libre que ya no queda tiempo para hacer zazen, y olvidamos zazen: ya no somos libres. Es decorar los pensamientos, no comprender exactamente lo que es la práctica de la Vía. No es algo personal. Aquí, también, al principio, la gente pensaba que el templo zen se trataba de una anarquía *hippy*. Aún estoy sorprendida de que la gente haya podido pensar una cosa así, porque no buscaban comprender exactamente lo que era la Vía. La alegría de practicar, que es totalmente distinta del gozo. La alegría es una dimensión elevada. El maestro Dogen y el maestro Menzan hablan del *Jijuju zanmai* «el samadhi en la alegría».

El maestro Deshimaru explica que los monjes zen y los samurái —hasta su desaparición en la época de la Revolución meiji— se han influido siempre mutuamente. Los grandes samurái eran discípulos de maestros zen y ellos mismos practicaban zazen.

Se puede influir al cerebro mediante el entrenamiento del cuerpo. Por ejemplo, la ceremonia que hacemos después de zazen no es un culto, sino que influye directamente en el comportamiento. Debemos aceptar recibir esta educación. El hábito de este comportamiento nos hará actuar a continuación de manera inconsciente. Es la educación de los gestos en los actos, en los actos más sencillos, incluso quitarse los zapatos antes de zazen puede ser una ceremonia, sin decoración, simple. Simplemente, con la atención que ponéis en lo que hacéis todo puede convertirse en una ceremonia, en la simplicidad. Por ejemplo, zazen en sí mismo es muy simple, muy sobrio, todo está en su sitio para estar sentado. En el zen soto el zazen es la ceremonia más alta, la ceremonia original. La ceremonia no es una decoración, no tiene por objeto ser una ceremonia, es el entrenamiento del cuerpo. Entonces, concentrándonos en la práctica del comportamiento, nuestra conciencia impresiona el cerebro profundo —el cerebro primitivo— y el tálamo.

Desde el punto de vista kármico, hay creación de semilla en el inconsciente. En este momento, la unión entre el cuerpo y la mente tiene lugar gracias a una mediación química, exactamente se trata de una monoamina cerebral. Estudiando esta vía, podemos hablar de memoria no consciente o memoria del cuerpo. «Memoria no consciente» quiere decir que no viene de la conciencia personal: es la memoria del cuerpo. Al final, la conciencia personal no tiene nada que ver, no comparte nada con los otros: es solamente personal. Así pues, cuando hablamos de conciencia del cuerpo, se trata de una conciencia universal. No es lo mismo. La práctica influye en nuestra mente y en nuestra conciencia, y a continuación, la duda desaparece. «¿Tengo que quedarme en Shorin-ji o tengo que volver a Madrid?» «¿Volver a Madrid será una dimensión más alta para mi conciencia personal?», la gente se pregunta. Es el karma que se manifiesta con las semillas kármicas. Cuando desaparece la duda, las decisiones son rápidas, y el poder de creación y de iniciativa justa se desarrolla. Este es un punto muy importante en la práctica del zen. *Ku* se convierte en *shiki* —el no pensamiento, la vacuidad—, produce los fenómenos. Siempre hay un intercambio entre *ku* y *shiki*, entre *sho* «lo recto» y *hen* «lo oblicuo». De nuevo entramos en los *Go I*.

La costumbre dosificada, la actitud por la práctica del estoicismo, la aceptación calma de nuestro destino: vienen del cuerpo y no de la conciencia. Si no surge ninguna duda en la conciencia personal, esta desaparece. A continuación, a partir de la conciencia cósmica, toda práctica será posible en la vida cotidiana. Y esta práctica, se vuelve en sí misma satori. No tenemos que buscar la iluminación o el satori. Zazen es satori. La práctica y el satori no están en oposición.

Así pues, ¡atención!, abandonad el dogmatismo y concentraros en el «cuerpo» de la Vía. Practicad la Vía en todas vuestras acciones, incluso al ir a hacer pis o caca, incluso cuando os acostáis por la noche.

*«Si os expresáis con un lenguaje decorado —ya sea del cuerpo o de la mente— esto es del dominio de las manchas.»*

\*\*\*\*\*

Tozan dice:

*Medianoche es la verdadera luz.  
El amanecer no está claro.*

El pobre viejo parece que ha perdido la cabeza. ¿Qué cuenta?

En el *Sandokai*, del maestro Sekito Kisen, hemos visto ya la misma imagen: «*La luz existe en la oscuridad / no miréis con una visión oscura. / La oscuridad existe en la luz / no miréis con una visión luminosa.*»

Cuando se practica zazen, es importante poder ir más allá de las categorías de la conciencia personal. En la oscuridad de la noche existen las mismas cosas que durante el día, pero no las vemos, todo está oscuro. Aunque todos los objetos del mundo sean diferentes existen en la unidad, en la totalidad de la noche. La noche aquí representa *ku*

«la vacuidad», el *sho* «lo recto». Sin embargo, cuando empieza a hacerse de día las diferencias aparecen. Es *shiki, hen*, «lo oblicuo». En la oscuridad, la no diferenciación se convierte en luz «unidad en la luz». Al contrario, cuando empieza el día y todas las diferencias son visibles, no está tan claro, se complica... Es *shiki* «los fenómenos», o, *hen* «lo oblicuo».

Volviendo a los *Go I*, el sistema del maestro Tozan y su discípulo Sozan. «*Medianoche es la verdadera luz*» es *hen chu sho* «lo oblicuo penetra en lo recto»; '*shiki soku ze ku*' «los fenómenos se vuelven vacuidad». «*El amanecer no está claro*» es *sho chu hen* «lo recto, lo correcto penetra lo oblicuo», '*ku soku ze shiki*' en el Hannya Shingyo. Pero las dos frases juntas, «*medianoche es la verdadera luz —y— el amanecer no está claro*» es *ken chu toh* «ir más allá, la revolución, la revolución interior, no crear categorías, no dualidad».

Me acuerdo muy bien de un Campo de Verano con el maestro Deshimaru, en Val d'Isère. Después del zazen de la noche fui a dar un paseo con mi amigo Pierre. Subámos por un pequeño camino de la montaña y todo estaba oscuro —en esta época yo no tenía linterna— y gritábamos los dos: «¡Medianoche es la verdadera luz, el amanecer no está claro!»

Todo está oscuro, no podemos distinguir lo verdadero de lo falso, ni siquiera podemos saber si tenemos razón en la oscuridad. No hay diferencia, y es la verdadera luz. Es la fe en la mente de no dualidad: *shin jin fu ni* «no separación».

\*\*\*\*\*

*Medianoche es la verdadera luz.  
El amanecer no está claro.*

La pérdida se convierte en ganancia, la ganancia se convierte en pérdida. La felicidad se convierte en desgracia, la desgracia se convierte en felicidad. Si obtenéis una cosa, perdéis otra. Si perdéis «esa» cosa, obtenéis «otra».

Estas son contradicciones, pero las personas que practican la Vía tienen que aprender a estar cómodos con las contradicciones, no ver todo de un solo color. Hay una frase célebre en el *Genjokoan*, del maestro Dogen: «Si ilumináis solamente un lado, el otro se queda oscuro».

Ahora empieza a hacerse de día, así que veis todos los detalles de las cosas que nos rodean. Las miles de briznas de hierba, los miles de dharmas, los miles de fenómenos. Si queremos atrapar uno, si fijamos la mirada en uno, perdemos el resto. No está completo. En la oscuridad no podemos atrapar, porque todos los fenómenos son sin color, sin atracción, simplemente «son».

El kusen, la enseñanza del maestro durante zazen, es muy eficaz si estáis en postura de zazen. En zazen la conciencia se transforma, sigue el sistema cósmico fundamental sin querer atraparlo, solamente cuando entráis en el estado de *hishiryo*, «más allá del pensamiento». Entonces, la comprensión de las palabras del kusen no viene de vuestra conciencia personal, sino de vuestra conciencia cósmica, así que es una comprensión

inconsciente, automática y natural, y no es para nada dogmática. No es vuestro cerebro frontal el que registra, sino el cerebro profundo primitivo. La enseñanza penetra hasta ahí. Incluso si no os acordáis de mi kusen, las palabras se vuelven semillas de karma en la conciencia *alaya*. Dentro de diez, quince años, incluso en la hora de vuestra muerte, este karma podrá elevarse, manifestarse, es el karma de la sabiduría.

*Medianoche es la verdadera luz.  
El amanecer no está claro.*

Una frase que a Kodo Sawaki le gustaba mucho.

Nuestra conciencia personal, nuestras ilusiones, obstaculizan nuestra comprensión del sistema cósmico. No podemos comprender la vida zen desde el intelecto y el sentido ordinario. Un sólo dedo levantado incluye todo el cosmos. Era la forma de enseñar de un antiguo maestro, levantaba el pulgar. Sin separación, sin separación con el cosmos. Nosotros mismos somos el cosmos, aquí y ahora, somos la Vida, la esencia de la vida.

Venís aquí a hacer zazen, y según entiendo, cada uno tiene sus pequeños problemas, pero esta no es la verdadera razón que os empuja a hacer zazen. Queréis buscar la vía verdadera, la Verdad. No tenéis que olvidarlo.

El maestro Deshimaru contaba de vez en cuando esta historia de la antigua China:

Había un gran maestro zen, el maestro Kisei, cuya enseñanza era muy severa y de una gran dureza. Uno llamado Hun —quién más tarde se convertirá en el maestro Fuzan Koen—, con algunos amigos, van a verle. El maestro Kisei no les da permiso para entrar en el *dojo*.

—No podéis entrar en el dojo —les dijo— no es posible. —Así que, durante una semana, hicieron zazen en una pieza cercana al dojo.

Un día, el maestro Kiss llevó un cubo de agua fría y con un cucharón la volcó sobre sus cabezas. Hun y sus amigos estaban realmente descontentos.

—¡Caramba, qué mal carácter tiene este maestro! Aquí no tenemos nada que hacer. —Y decidieron partir; sólo Hun se quedó.

—He venido desde lejos, he andado durante varios cientos de kilómetros, he venido a buscar la Vía —se dijo— ¿Por qué tendría que partir a causa de un cucharón de agua fría? ¿Por qué tendría que ir a ver a otro maestro?

[No es necesario. Cuando se tiene un maestro, no hay que sentarse en dos sillas a la vez. Hay que continuar con el mismo maestro, respetar la ordenación que el maestro ha aceptado daros, no merece la pena tener treinta y seis maestros].

—¿Por qué tendría yo que escaparme? ¿Qué hay mejor en otra parte? Este maestro no es muy diplomático porque tiene libertad respecto a esto —pensaba Hun, que era muy claro en su mente.

Entonces, el maestro Kisei le dijo:

—Eres un tipo curioso tú. ¿Has venido a buscar la Vía? ¡Qué maravilla! En nuestra época no es corriente para nada encontrar gente como tú. Pensé que habías venido aquí como un *hippy*, pero tienes coraje, te quedas.

Hun se quedó en el templo, recibió la ordenación de monje, y se convirtió en cocinero, en *tenzo*.

La mayoría de los monjes estaban cansados porque el maestro Kisei era muy duro, muy severo. Había poco de comer [no como en Shorin-Ji, que comemos muy bien]. Muchos parecían desnutridos. Hun, el *tenzo*, pensaba que durante las *sesshin* era importante dar un buen alimento. Así que, un día que el maestro Kisei estaba ausente, Hun cogió las llaves de la reserva y sacó alimentos que gustaban mucho a los monjes: espaguetis, patatas, chorizo, queso..., y preparó una comida deliciosa. El maestro Kisei llegó en el momento de la comida, y viendo el espectáculo, entró en una cólera terrible. Realmente, este maestro tenía muy mal carácter.

—¿De dónde sacáis toda esta comida? —Inmediatamente hizo venir al *tenzo* a su habitación— ¿Quién te ha dado esto?

—Perdón, maestro, durante vuestra ausencia he cogido la llave de la reserva y sacado provisiones que he preparado para todos los discípulos.

—¡No eres más que un ladrón!, ¡sal de aquí!, ¡que no te vea más! No puedes practicar en este templo.

Pero Hun no quería irse, erraba siempre alrededor del templo, se convirtió en un mendigo, y pedía sin parar a su maestro permiso para volver al templo.

—Discúlpeme, maestro, os lo ruego, déjeme volver —le suplicó.

Kisei todavía no abría su puerta. Entonces, Hun decidió hacer *zazen* en los jardines del templo.

[Es interesante, porque a veces me veo obligada a decirles a algunas personas que se vayan de Shorin-Ji, y la gente se va con su ego bajo el brazo. «Bárbara no tiene razón», se dicen, y piensan que yo tengo muy mal carácter y que ellos son los mejores. Aquí nadie ha hecho ese esfuerzo, a nadie se le ha pasado por la cabeza venir a practicar, quedarse en la puerta del templo, practicar en el *gaitán* o en el exterior del *dojo*. Esto me habría impresionado mucho: encontrar una persona capaz de abandonar su ego cuya decisión es más fuerte que su error. Hun, el que no quería abandonar, quien no quería irse a Formentera o a «la *France*», él decidió hacer *zazen* en el jardín del templo.]

Pero el maestro Kisei fue a su encuentro y le dijo:

—¡No puedes hacer *zazen* aquí! ¡Es el jardín del templo, me lo has cogido prestado! Tienes que pagarlo y es muy caro, tendrás que darme mucho dinero.

Así que Hun se dedicó otra vez a mendigar y entregaba todo su dinero al maestro Kisei. Al final, estaba completamente agotado.

Llegó el día en el que el maestro Kisei le miró larga y profundamente, y le dijo:

—Aquí y ahora estás buscando verdaderamente la Vía. Entra.

Más tarde, el maestro Kisei le dio la Transmisión.

Ahora Hun conocía el secreto del zen, había comprendido las contradicciones de la enseñanza del maestro.

Las personas que buscan la Vía nunca se cansan, nunca se paran, son duras y fuertes. Siguen una sola y única luz y no tienen necesidad de treinta y seis maestros. El cuerpo puede romperse, pero la mente mantiene toda su fuerza porque está acostumbrada a seguir el sistema cósmico: inconscientemente, naturalmente, automáticamente.

Las contradicciones incluyen todas las cosas; hay que abandonarlas; hay que ir más allá; si no podemos abarcarlas nuestra personalidad se encoge: esta es la educación verdadera del zen soto. No es un examen, no es un certificado, sino que es la esencia de la práctica de un monje soto. El maestro comprende muchas cosas, pero quiere «mirar» la mente del discípulo. Si el discípulo tiene fe, la línea de separación, la dualidad, las diferencias y las oposiciones se convierten entonces en unidad, unidad entre el maestro y el discípulo, sin ninguna oposición. El maestro es el maestro, el discípulo es el discípulo, pero el maestro también es el discípulo y el discípulo es igualmente el maestro. Estos son los *Go I*, aunque sólo haya cuatro. El quinto: es «la revolución».

\*\*\*\*\*

*Medianoche es la verdadera luz,  
el amanecer no está claro.*

De nuevo, el maestro Tozan se apoya en el principio de los *Go I*, de lo cual ya hablé durante la primera sesshin en relación con el segundo poema.

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata.  
La luz de la luna envuelve a la garza blanca.*

Los *Go I* son los cinco principios de interrelación entre lo absoluto, *ku* —la vacuidad— y la vida cotidiana, la vida de los fenómenos en la que vivimos. Cuando practicamos la Vía, muy a menudo llegan dificultades, problemas que tienen que ver con esta relación entre lo absoluto y los fenómenos.

—El primer *Go I* es *Hen chu sho*. *Hen* es «la noción de “oblicuo”, de “relativo”» representa todos los fenómenos, el mundo de las diferencias. *Chu* es la noción de «entrar». *Sho* es la noción de «recto», la esencia de la igualdad, *ku*, «absoluto».

Durante la última sesshin os he dado diferentes interpretaciones de los *Go I*. Hablan de la relación entre lo recto y lo oblicuo, entre lo absoluto y lo relativo, entre el anfitrión y el invitado, entre el maestro y el discípulo.

— El segundo es *Sho chu hen*, es «lo absoluto que penetra en lo relativo», *ku* que penetra los fenómenos, la igualdad que entra en las diferencias. En el *Hannya Shingyo* es '*ku soku ze shiki*'.

— El tercero es *Sho chu rai*. *Sho* de nuevo es «la noción de “recto”, de “absoluto”, de “igualdad”». *Chu* es «entrar», *Rai* es «sin ego verdadero, sin intercambio». Es una noción de completo, de plenitud. Así pues, lo absoluto es solamente lo absoluto '*Ku soku ze ku*'.

— El siguiente, el cuarto, es *Hen chu rai*, es «el sentido común, los fenómenos sólo son los fenómenos». La dimensión de lo absoluto no aparece en los fenómenos. '*Shiki soku ze shiki*' en el *Hannya Shingyo*.

— Y el quinto es *Hen chu toh*, «lo absoluto y lo relativo entran en armonía completa, no hay categorías» es la totalidad de los otros cuatro que incluye todas las contradicciones posibles: es *hishiryo*, la «conciencia» de *zazen*.

En este poema «*Medianoche es la verdadera luz*» es *Hen chu sho*, los fenómenos entran en lo absoluto, los fenómenos se vuelven iguales en la oscuridad, sin diferencias. Por otro lado, «*el amanecer no está claro*» es *Sho chu hen*, lo absoluto se vuelve diferencia a la luz del día.

Pero, según el sentido común, la noche, la oscuridad: es «la oscuridad». Así que, es el tercer *I*. Es decir, que *ku* es solamente *ku*, que lo absoluto es solamente lo absoluto, existe en su plenitud, como la noche, es *Sho chu rai*.

«*El amanecer no está claro*» es también *Hen chu rai*, el siguiente *I*. Los fenómenos que descubrimos a la luz del día han perdido su igualdad y se convierten en diferencia. Es la manera común de ver el mundo.

Cuando la persona —vosotros, yo— puede realizar «ir más allá de las contradicciones» es el quinto *I*, la armonía completa, *Hen chu toh*.

En el mundo ordinario, es un sistema filosófico del zen soto, pero en la práctica, no diré que es la comprensión, sino que es la posibilidad de ir más allá de las categorías. No estancarse solamente en un lado. Es la «vía del medio», pero no se trata de una vía del medio pasiva, sino activa. Es también la relación entre las ilusiones y el *satori*.

Muy a menudo os hablo de «*zazenbuda*», *zazen* más allá de las ilusiones, *zazen* que olvida la persona ordinaria, que se deshace de la persona ordinaria. Cuando *Buda* aparece la persona ordinaria es absorbida, ya no hay más categorías: es *Hen chu sho*.

Cuando la persona ordinaria vuelve, es *Sho chu hen*, vuelta a las ilusiones, a la pasión. *Buda* es *Buda*. Aunque tengamos muchas ideas sobre el *Buda*, *Buda* es lo absoluto. No podemos describirlo, no se puede interpretar: es *Sho chu rai*.

Cuando volvemos al mundo de las ilusiones, los fenómenos nos influyen en todas las direcciones e ignoramos totalmente que se trata de ilusiones y vivimos nuestra vida de seres humanos ordinarios: es *Hen chu rai*.

Sin embargo, hay una interacción en este pasaje, entre satori e ilusión. Esta interacción más allá de las categorías es creatividad. No la creatividad en el sentido de ser artista, sino la creatividad de practicar la Vía conociendo las causas, uniendo los opuestos, Buda e ilusión. Esta creatividad se convierte en sabiduría, no en una sabiduría filosófica sino en la sabiduría que conduce la vida más allá de las categorías, más allá de los contrarios, más allá de las oposiciones. Mi maestro decía: «Es volver, seguir la energía cósmica fundamental, reencontrar la unidad con el universo». La unidad que nunca se ha perdido, pero lo ignoramos en el mundo de las ilusiones, porque cuando sólo se vive en el mundo de las ilusiones buscamos más ilusiones todavía. Lo ha comprendido muy bien el sistema económico de nuestra sociedad. No hay absoluto, sólo hay relativo.

\*\*\*\*\*

Zazen es impermanente. Esto puede significar varias cosas, pero lo que realmente quiere decir es que el zazen de ahora no se parece al zazen de ayer, ni se parece al de mañana o al de dentro de una hora. Así pues, no hay razón para angustiarse o tener miedo de zazen. Todo cambia. Vuestro cuerpo cambia también, vuestra mente puede también cambiar si todavía no está demasiado fosilizada, si dejáis que sople el viento de *hishiryō*. En cuanto al cuerpo es necesario un poco de entrenamiento, pero he conocido a mucha gente que empezó a hacer zazen en una sesshin —que exige mucho—, y después ha continuado zazen. Nuestro cuerpo sentado tiene que convertirse en «la postura sentada ideal», tal como se describe durante una introducción o bien en ciertos libros zen. En general, las personas que empiezan a practicar a través de un libro no conocen todas las sutilidades de zazen, y es normal, porque este conocimiento obtenido mediante lo descrito en un libro mata la actividad real, fija la postura. El maestro Yakusan decía: «Practico lo que no puedo enseñar y enseño lo que no puedo practicar». Mucha sabiduría...

Así pues, durante la sesshin, un punto esencial es poder espirar profundamente, y para ello, la posición del cuerpo debe ser muy exacta. Es decir, la pelvis basculada hacia delante al nivel de la quinta vértebra lumbar. La columna vertebral, la nuca y la cabeza bien derechas. El mentón entrado, los hombros que caen y todo el abdomen abierto, es decir, sin tensión al nivel del diafragma. La mente va a observar todos los puntos de la postura. Si sentís una tensión, por ejemplo, en la espalda, en los hombros, en la cadera, podéis liberar esta tensión. Muy a menudo se trata de una tensión muscular. Así pues, podéis moveros ligeramente, «moverse sin moverse», moverse desde el interior. Y observar, observar vuestro equilibrio, observar la posición de los pulgares; forman una línea recta, están unidos y podemos sentir cómo la energía los atraviesa. En cuanto a las piernas, mejor no pensar, dejar pasar... Es normal que al principio la inmovilidad moleste y sea doloroso, pero es verdad también que cuando espiráis profundamente el dolor pierde importancia.

Siempre observad... Observad si dormís; en este caso, hay que abrir bien los ojos y hacer una espiración más corta. Observad si pensáis demasiado; en este caso, hay que

concentrarse sobre los pulgares y hacer una espiración profunda. Observación, concentración... La concentración es la unidad, unidad con vosotros mismos, estar sentados por entero, con todas las partes de nuestro cuerpo «sentadas» en zazen, incluso el culo, los intestinos, el corazón, las orejas, las cejas, la nuca, las vértebras: todo esto, y más todavía, hacen zazen.

Si fijamos la postura nos curvamos, y continuamos zazen durante años encorvados. Así, no hay apertura del abdomen, ni tampoco apertura de mente.

Los árboles son flexibles, se levantan sobre la tierra, y al mismo tiempo, el viento no los molesta, el viento de los fenómenos, no los molesta; siguen al viento y después vuelven a su estado recto. Para el bodhisattva es igual, puede ser llevado por el viento de los fenómenos, pero siempre vuelve a su verdadera casa. El bodhisattva no sigue los fenómenos, los encuentra, pero siempre vuelve a su casa original, los fenómenos no le engañan. Ya esté en el paraíso o en el infierno, el bodhisattva continúa su práctica: es como un claro espejo, no está turbado por los fenómenos que pasan delante de él y los fenómenos no alteran su brillo. Esta es la relación de los *Go I* entre lo absoluto y lo relativo.

Con nuestro cuerpo es igual, incluso si los pequeños dolores y los fenómenos transforman nuestro cuerpo, esta transformación es sólo aparente, superficial. Siempre hay que volver a la postura exacta, como el bodhisattva que reencuentra siempre su verdadera casa.

*Medianoche es la verdadera luz,  
el amanecer no está claro.*

¿Qué es esta luz?

El maestro Ummon, que vivió al principio del siglo X en China, algunos años después que el maestro Tozan, era muy célebre porque dio la transmisión a más de sesenta discípulos. Fue él quien inició una de las cinco escuelas del zen, la escuela Ummon. Su enseñanza era muy viva; retomaba los antiguos diálogos de los maestros zen, a veces transformándolos. Había rechazado que sus discípulos tomaran notas, estaba completamente prohibido. Pero un monje se hizo un quimono de papel, y durante la enseñanza escribía en él. El maestro decía: «Cada uno tiene una luz. Cuando la miráis, no la veis. Todo es oscuro e indistinguible».

Entonces, un monje le preguntó:

—¿Qué es esta luz que cada uno posee?

—La cocina y la puerta principal del templo.

Ayer por la noche, el tenzo se quedó hasta medianoche para terminar la *guenmai*. Y ha comprendido la frase «*Medianoche es la verdadera luz*».

También ha comprendido que el samu en la cocina es esta luz que cada uno posee. Pero Ummon no quería que sus monjes entraran en categorías; no quería que se apegaran a la cocina ni a la puerta del templo, y dijo: «Una cosa no es tan buena como ninguna cosa».

A veces encuentro personas que sufren cuando vienen a Shorin-Ji o cuando vienen a hacer una sesshin del Campo de Verano, cuando siguen el ritmo del templo. Algunos me dicen: «¡Ah, realmente no tengo tiempo para mí!» Pero cuando venís a hacer una sesshin o cuando residís durante un tiempo en el templo, aunque no sois vosotros los que decidís el ritmo del día, el tiempo de la práctica se os consagra totalmente. Para comprenderlo, no tiene que haber más dualidad entre «yo y zazen», «yo y el templo». Si decidimos practicar zazen, si decidimos practicar la Vía, el tiempo que entregamos a esta práctica es tiempo para nosotros, para nuestro entrenamiento, para la profundización en nosotros mismos. Así que, el tiempo de la práctica es totalmente para nosotros, sin separación.

Entonces, Ummon dice:

Volvamos por un momento a la cocina del templo. Cuando las flores que han aparecido en la mañana se cierran o caen, cuando los árboles no tienen más sombra, cuando el sol se pone, cuando la luna se vuelve oscura, y cuando todo el cielo y la tierra están en una inmensidad oscura, cuando miráis esta inmensidad oscura, ¿quién es aquel que no ve? Sumergidos en la mirada, no veis. Sumergidos en el satori, no comprendéis todavía.

\*\*\*\*\*

El día se levanta, las flores se abren con el sol, la sombra de los árboles cambia de dirección, y luego, poco a poco, llega el crepúsculo. Las flores caen, el árbol no tiene sombra, la luz del sol desaparece, la luna se levanta y, en un momento dado, desaparece tras las montañas; queda la inmensidad oscura, el cielo, la tierra.

¿Quién es esta persona que no ve? ¿Quién es esta persona que no oye?

La gente tiene la cabeza llena de suposiciones sobre la muerte, o bien no piensan para nada en ello. En general, aceptamos la vida como algo que nos es dado, pero hacemos pocas suposiciones sobre la verdadera dimensión de una vida. De hecho, todo es oscuro e indistinto. Al hombre le gusta creer en sueños; sueña con una vida después de la vida; sueña con un paraíso. Antes temía al infierno, pero ahora no hay más infierno. El infierno se puede crear fácilmente sobre la tierra, durante la vida. En el zen decimos «no lo sé». En el zen, decir «no lo sé» es sabiduría. En general, al hombre ordinario le cuesta aceptar esto, siempre quiere mostrar su conocimiento, en especial, le gusta mucho mostrar su, digamos, conocimiento del zen «...es así, es asá». No lo sé.

Cuando Bodhidharma puso un pie en China, el emperador Butei fue a su encuentro:

—Oh, gran maestro, he construido numerosos monasterios para los monjes. ¿Cuáles son mis méritos?

—Ningún mérito. —Bodhidharma le respondió.

[Bodhidharma no tenía miedo de que le cortaran la cabeza.]

- ¿Cuál es la santa verdad?
- Un vacío insondable, nada sagrado.
- ¿Quién es el hombre que está delante de mí? —preguntó el emperador.
- No lo sé. —Bodhidharma respondió.

*Bodhi*, que en general se traduce por «Despertar», significa «estar determinado, resuelto, ser un verdadero discípulo». A la mayor parte de la gente le cuesta ser fiel, le gusta mariposear. Cuando podemos ser un verdadero discípulo podemos ser un verdadero maestro.

El dojo es un lugar donde se puede resolver la duda y buscar la verdad. De esta manera, las dudas se transforman en resolución. *Bodai, bodhi* «tomar una decisión», «convertirse», «decidir». *Bodhi* es «la persona que está decidida, determinada, que toma una decisión sobre la búsqueda de la Vía». De esta manera, la persona pasiva y la persona activa desaparecen, y cuando el lazo se afirma, esto se vuelve *Ken chu toh*. Pero aquí no se trata de ir más allá; *Ken chu toh* es «la transmisión directa», el *Shiho* es «el verdadero amor». No tiene nada que ver con la persona que cambia de maestro, que mariposea. El *Shio* está más allá de lo social, del lugar, del tiempo, del cosmos: es la vía eterna, universal.

El maestro Tozan dice:

*Medianoche es la verdadera luz,  
el amanecer no está claro.*

*Esta frase se vuelve la regla de lo material.  
Si la utilizáis, podéis rechazar todo sufrimiento y dificultad.*

Esta frase se vuelve la regla de lo material en todos los dominios: espiritual, social, cotidiano...

El maestro Manzan dice en sus comentarios: «La más alta sabiduría, la raíz de todos los sutras del budismo y la fuente original, se encuentra en *Rokudo kanyo*, las seis vías y las diez mil acciones». ¿Qué son «las diez mil acciones»? Sin parar estamos en acción; sin parar estamos en vida y nuestra vida es acción. Pero no vemos, no oímos.

En el *Hannya Shingyo* encontramos:

Cuando el bodhisattva Avalokitesvara, para realizar su verdadera naturaleza, practica la más alta sabiduría y mira los cinco *skanda*, comprende con una realidad profunda que los elementos de nuestro cuerpo y de nuestra mente son *ku*, existencia sin substancia. De esta manera, rechaza toda dificultad y sufrimiento.

Tozan se pone en unidad con el sutra del *Hannya Shingyo*, su enseñanza de los *Go I* sigue completamente la tradición del *Hannya Shingyo*. Pero está el quinto *I* «el Despertar», «la resolución total», «la revolución», «la degeneración-transformación», «morir, nacer a cada instante».

Kodo Sawaki, el maestro del maestro Deshimaru, decía siempre:

El auténtico satori es sin provecho. La ilusión es provecho. El satori es el satori. La ilusión es la ilusión. El no provecho es el no provecho. Y a veces, cuando nuestra vida se vuelve *mushotoku* conocemos la verdadera felicidad, la alegría simple, sin ilusión.



Hoy comienza la última sesión del Campo de Verano, así que los permanentes han de continuar bien concentrados. He explicado recientemente que la primera sesión es «la “puesta a punto” de la práctica», la segunda es «el establecimiento», y la tercera «el satori, la libertad interior».

Cuando se llega, las condiciones de alojamiento pueden parecer algo difíciles. No es muy confortable, es rústico, pero facilita el reencuentro con la naturaleza, con el agua, el fuego, la tierra, la piedra, los árboles, la vegetación, el ser humano. Durante diez días podréis abandonar vuestra condición de existencia, no depender más de ella, ser nuevos, inocentes, «descubrir», ponerlos en cuestión.

Desde el principio del Campo de Verano estoy comentando el poema del *Hokyo Zanmai* de Tozan, que fue un maestro chino del siglo IX, y que inició junto a su discípulo Sozan la escuela Soto.

*Zanmai* es «el samadhi», es decir, el estado de zazen, el zazen donde el cuerpo y la mente están en unidad. *Hokyo* significa «el espejo-tesoro». *Hokyo Zanmai, El Samadhi del Espejo Tesoro*.

Este tesoro del espejo no es un tesoro que se pueda comparar con los tesoros de nuestro mundo ordinario. En el mundo ordinario el tesoro es el dinero, la cuenta en el banco, tener trabajo, tener bienes materiales, joyas, piedras preciosas, una casa, dos casas, tres casas... Existe una estimación de la fortuna de las personas más ricas de la tierra, pero el tesoro del espejo, o el espejo-tesoro, es inestimable; es el tesoro de nuestra naturaleza de Buda; es el tesoro de nuestra verdadera persona, aquella que no depende de su condición de existencia.

Así pues, durante estos diez días vamos a ir hacia este espejo-tesoro. No se puede contabilizar, no podemos decir «es caro» o «no quiero pagar», esto será gratis: es el tesoro de la práctica.

¿Qué quiere decir «abandonar durante diez días la condición de existencia»? Es dejar pasar... El verdadero zazen se sitúa entre dos estados extremos. Uno es *kontin*, la somnolencia. Creemos que estamos bien sentados, nos concentramos sobre la respiración, y poco a poco, los ojos se cierran, vemos imágenes que aparecen, nos dormimos casi. Esto no es zazen. El otro extremo son los pensamientos, seguir los pensamientos. Los pensamientos son nuestra condición de existencia, la vida tal como ha sido construida artificialmente por nuestros padres, nuestros educadores, nuestros jefes de servicio, por el sistema político, etc., etc. Aparecemos en un mundo construido. Zazen es demoler. Demolición, regeneración, no tengáis miedo a perder. Las ilusiones reaparecen con mucha facilidad, simplemente dejadlas pasar, no os apeguéis a ellas. Concentraos en una espiración profunda. Estirad bien la columna vertebral, basculad la pelvis al nivel de la quinta vértebra lumbar, y a partir de este punto, enderezad la columna vertebral. Mantened la nuca bien derecha en su prolongación, mantened la cabeza bien derecha con el mentón entrado.

\*\*\*\*\*

*No busquéis la Vía en los demás, en un lugar alejado.  
La Vía está bajo nuestros pies.  
Ahora voy solo, pero puedo encontrarle por todas partes.  
Es ahora ciertamente yo, pero ahora yo no soy él.  
Así, cuando encuentro cualquier cosa, puedo obtener la libertad total.*

Este poema escrito por Tozan contiene la esencia del *Hokyo Zanmai*.

Un día, atravesando un río, volvió la vista hacia el agua, vio su reflejo y en ese momento alcanzó el Despertar. Después, expresó su experiencia a través de este poema.

Ya os he hablado de las preguntas que se planteaba Tozan cuando era un joven monje. Había leído en un sutra que los seres no sensibles, no emocionales, enseñaban el Dharma. Para él, la enseñanza del Dharma era algo intelectual, que podía atraparse con la mente, «decorticar» los sutras, los poemas, los koan. Cuando leyó la frase «los seres no sensibles enseñan el Dharma» no comprendía nada. ¿Qué quiere decir esto? ¿Qué es esto? ¿Qué son los seres no sensibles? Es lo que llamamos «todos los objetos del mundo»: la tierra, el cielo, los árboles, las montañas, los muros de piedra, los ríos, el viento, el canto de los pájaros... Todo aquello que aparece fuera de nosotros y que nuestra conciencia conoce a través de nuestros propios sentidos. Nosotros, los seres humanos, somos seres sensibles, tenemos emociones, tenemos gusto, hay cosas que nos gustan, otras que nos disgustan, nos sentimos atraídos por aquello que nos gusta e intentamos rechazar aquello que no nos gusta. Es esto lo que nos condiciona.

De acuerdo, los seres no sensibles enseñan el Dharma, lo dicen los sutras, pero, ¿quién puede oírlos? Ya le había preguntado esto al maestro Isan pero no había comprendido su respuesta, así que Isan le envió con el maestro Ungan, le dijo: «Ahí donde veas la hierba movida por el viento, encontrarás al maestro Ungan».

- Entonces, maestro, ¿quién puede oír a los seres no sensibles enseñar el Dharma?
- Los seres no sensibles pueden oírlo —Ungan le respondió.
- ¿Usted puede oírlos, maestro?
- Si yo los oyera, tú no podrías oírme predicar el Dharma.
- ¿Por qué yo no puedo oírlos?

Y Ungan levantó su bastón de enseñanza, su *hotsu*, y preguntó:

- ¿Los oyes tú?
- No, no los oigo.
- Entonces, si tú no puedes oírme predicar el Dharma, podrás aún menos oír a los seres no sensibles enseñarlo.

Tozan volvió a sus intereses intelectuales.

- ¿Sobre qué sutra se basa la enseñanza de los seres no sensibles?
- ¿No sabes que el *Sutra Amida* dice: «Los ríos, los pájaros y los árboles, todos enseñan el Buda y rezan el Dharma»?

En ese momento, Tozan comprendió. Se encontró en unidad con toda la naturaleza, con los

árboles, los ríos, las montañas, que antes estaban a su alrededor, en el exterior. Ni interior, ni exterior.

Ungan continuó:

—La enseñanza de los seres no sensibles es inconcebible, no se puede comprender con la mente. Si intentamos oírla con las orejas, es demasiado difícil de comprender, pero si escuchamos el sonido con los ojos, seremos capaces de conocerlo.

[Tenemos que plantearnos preguntas sobre todo lo que nos rodea y sobre nosotros mismos también. ¿Quién soy yo realmente? ¿Qué es lo auténtico en mí?]

Luego Tozan atravesó un río y vio su reflejo.

El reflejo no es la verdad, sin embargo, es por el reflejo que nos conocemos. Cuando nos afeitamos la cabeza por primera vez estamos completamente desnudos. Nos miramos en el espejo y estamos desnudos. Hemos perdido nuestra decoración, hemos perdido nuestro condicionamiento. Somos la misma persona y no somos la misma persona. Para algunos, afeitarse la cabeza es otra decoración, pero en la práctica, para un monje, es cortar con el mundo condicionado, cortar con su historia personal para convertirse en un «recién nacido».

*No busquéis la Vía en los demás, en un lugar alejado.  
La Vía existe bajo nuestros pies.  
Ahora voy solo, pero puedo encontrarle por todas partes.  
Él es ahora ciertamente yo, pero yo no soy él.  
Así, cuando encuentro cualquier cosa, puedo obtener la libertad total.*

Sigamos las huellas del maestro Tozan...

\*\*\*\*\*

Así pues, Tozan se preguntaba qué era esta enseñanza del Dharma dada por los seres no sensibles, cómo podía él oírla. Y sus preguntas y sus respuestas se encuentran en el primer verso del *Hokyo Zanmai*, que comienza de la siguiente manera:

*... así es el Dharma.  
El Buda y los patriarcas lo han transmitido en silencio.*

«*Así es el Dharma.*», significa que son los objetos, las cosas, los seres tal como son, las montañas, los ríos, la tierra, el cielo, las estrellas, los planetas..., el universo entero. Y nosotros también, cada uno es el Dharma.

Tozan dice a continuación:

*Podéis obtenerlo en el instante.*

Aquí y ahora podéis ser el Dharma.

La enseñanza del Buda Shakyamuni se llama también «el Dharma», porque su enseñanza está en unidad con el orden de las cosas, el orden natural de las cosas que son tal como son.

*Así pues, os lo ruego, protegedlo.*

Claro que no hay nada que proteger, no es eso exactamente, el Dharma no depende de nuestra protección. Lo que debemos proteger es nuestro estado de la mente en unidad con el Dharma, es decir: sin duda, sin error, sin nada que añadir, sin nada que quitar.

A continuación, Tozan nos dice:

*La nieve se amontona sobre la bandeja de plata.*

*La luz de la luna envuelve a la garza blanca.*

*Son cercanos pero no idénticos.*

*Están íntimamente ligados, pero cada uno comprende su estado.*

Tenemos la costumbre de separarlo todo, de crear distinciones entre los seres y las cosas. Pero bajo la luz de la luna, la bandeja de plata, la nieve, y el cuerpo de la garza blanca están en unidad, sin diferencia. Es el mundo de lo no diferenciado, el mundo de *ku*, de la vacuidad, sin sustancia propia. Hay identidad, y al mismo tiempo, diferencia.

Tozan nos conduce para ir más allá de nuestra mente dual. Nos indica el camino de la unidad con el Dharma permitiéndonos guardar nuestras características.

*Nuestra conciencia no es lenguaje.*

*Si la ocasión se presenta, debemos ir allí también.*

Más allá de las palabras y más allá de los pensamientos; ser conscientes más allá de las palabras, como en *zazen*; no necesitamos palabras; no necesitamos pensamientos.

*Turbados por las palabras, caéis en un precipicio.*

*En desacuerdo con las palabras, llegáis al callejón sin salida de la duda.*

Aquí Tozan aconseja al discípulo zen: «Tened cuidado, tened cuidado. No os apeguéis a las palabras, a las letras, a la erudición».

*Ir en contra, tocar, ni uno ni otro vale.*

De nuevo, el Dharma; no podemos ir en contra porque es «todas las cosas».

*Es como una bola de fuego.*

Si nos alejamos, tenemos frío; si nos acercamos demasiado, nos quemamos.

Tozan continúa:

*Si os expresáis con un lenguaje decorado,  
esto es del dominio de las manchas.*

No tenemos necesidad de decoración alguna, no hay que buscar seducir a través de las palabras; sed naturalmente vosotros, sin complicación, sin miedo.

*Medianoche es la verdadera luz.  
El amanecer no está claro.*

Esta es la frase que he comentado durante la última sesshin. «Medianoche» de nuevo representa lo no diferenciado, *ku*, la vacuidad. No es una negación, más bien es —para resumirlo en pocas palabras— la totalidad de todo aquello que es sin sustancia propia. En la oscuridad de la noche, todos los objetos están presentes, pero no los podemos ver, no podemos diferenciarlos. Durante la sesshin la pregunta fue: «¿Quién es aquel que no ve?».

*El amanecer no está claro.*

Es «el contrario». Cuando empieza a levantarse el día todas las diferencias aparecen, demasiadas diferencias..., esta frase significa que hay que ir más allá de las contradicciones. Es similar a la frase del *Sandokai*: «La luz existe en la oscuridad; no tengáis una visión oscura. La oscuridad existe en la luz; no tengáis una visión luminosa».

A continuación, Tozan dice:

*Esta frase se convierte en la regla de lo material.  
Si la utilizáis, podréis rechazar todo sufrimiento y dificultad.*

Es idéntico a lo que repetimos en el *Hannya Shingyo*, ‘*shiki soku ze ku, ku soku ze shiki*’ «los fenómenos no son diferentes del vacío, el vacío no es diferente de los fenómenos». El vacío penetra los fenómenos, los fenómenos penetran el vacío. Solamente podemos conocer el vacío en nuestra mente. Cuando estamos sin nada, ya no hay más sufrimiento ni dificultades. En *zazen* podéis comprender «estar sin». El vacío y los fenómenos se interpenetran.

Así pues, a partir de ahí, Tozan y su discípulo Sozan elaboraron el sistema de los *Go I*. (Para aquellos que acaban de llegar, hay explicaciones de los *Go I* en el panel de anuncios, por si os interesa.)

Claro está que puede ser concebido como un sistema filosófico del zen, pero sobre todo es una puesta en práctica de la relación entre los fenómenos y la práctica de la Vía.

¿Cómo practicar sin ser continuamente molestados por los fenómenos de nuestra vida?  
¿Cómo ir más allá, más allá de los dos ideales, el ideal espiritual y el ideal material? En su gran compasión Tozan nos transmite el camino.

Esto es un pequeño resumen de lo que se ha transmitido durante las dos primeras sesiones.

(Continuaré mañana.)

\*\*\*\*\*

En el poema siguiente del *Hokyo Zanmai*, el undécimo, hay un pequeño error en la traducción del maestro Deshimaru. Hay que comprender el trabajo que hizo este maestro zen en París en los años setenta. Apenas enseñó durante quince años y nos ha transmitido los textos básicos del zen: el *Hokyo Zanmai*, el *Sandokai*, el *Shin Jin Mei*, el *Hannya Shingyo* (el sutra que cantamos después de zazen), y numerosos capítulos del *Shobogenzo*, del maestro Dogen.

Una vez, durante una sesshin, cuando estaba comentando el *Genjo Koan*, yo le dije:

—Ah, sensei, el *Shobogenzo* es realmente maravilloso, hay que traducirlo todo.

Y él respondió:

—¡Oh, mucho trabajo, mucho trabajo!

Sensei hablaba un mal inglés, que terminamos por llamar «zenglish». Y así, todos sus discípulos cercanos empezaron a hablar un mal inglés. Estaba rodeado de algunos asistentes que tomaban notas de los kusen y que también le ayudaban en la elección de las palabras de la traducción. Él explicaba un concepto, una noción, y la palabra se encontraba. Después, a veces, un escritor o un poeta le daban un estilo literario. Luego había que buscar un editor, lo que no era siempre fácil. Era un gran samu para una parte de la sangha, unas cuantas personas que se ocupaban de la redacción de las notas: Jeanine Monot, Muriel (ella era muy buena para las notas), Anne Marie, Evelyne, Jacques Brosse para la literatura, Marc de Smedt para las ediciones. Era una transcripción, por lo menos, difícil. Yo que estudio y releo muchos de los kusen del maestro Deshimaru veo que hay una traducción inicial y a continuación se profundiza esta traducción. A veces los términos cambian durante el proceso.

Así pues, he aquí la verdadera traducción del poema, el sentido exacto es:

*Incluso si esto no es artificial, no es sin lenguaje.*

Aquí volvemos al «espejo puro» que representa nuestra mente de Buda, el Buda que existe en cada uno. En realidad este Buda, como el espejo, no está construido, no es artificial, no está condicionado. Él está ahí, inmutable, más allá..., sin artificio, más allá de la conciencia personal, más allá del condicionamiento de nuestra existencia.

Un día, en la antigua China, el gran maestro Baso (no hay que confundirlo con el poeta Basho) —su nombre quiere decir «patriarca caballo»—, dijo en su enseñanza: «La mente misma es Buda», en este momento, Daibaiosho, que era su discípulo, se despertó. Quería profundizar su experiencia y para comprenderla, partió hacia el interior de la montaña donde se construyó una pequeña ermita. Pero su ermita no estaba lo suficientemente adentro, todavía había gente que pasaba por allí, así que se internó aún más profundamente en la montaña. Vivía de forma muy simple. Se alimentaba de la fruta de los árboles, de castañas, de nueces, comía raíces..., incluso se hizo un kesa con las hojas de un castaño. Como practicaba zazen solo colocaba sobre su cabeza una «torre» de hierro, así conseguía mantener la cabeza bien derecha y no caía ni en el sueño ni en los pensamientos. Estuvo así, practicando en la montaña, durante años llegando a convertirse en casi un mito.

Los jóvenes monjes no lo conocían, pero habían oído hablar de él —las sangha están siempre en evolución, no son estáticas—. Un día, uno de ellos se internó en la montaña y encontró a Daibaiosho. El joven monje estaba muy impresionado.

—¿Quién es usted? —preguntó. Y Daibaiosho le contó su historia.

—Cuando el maestro Baso nos enseñó que la mente en sí misma es Buda, obtuve el satori. —El joven monje se empezó a reír. [A menudo, los principiantes creen saberlo todo ya.]

—¡Caramba, ya no es así como enseña el maestro Baso! Ahora dice: «Ni mente ni Buda». Tendrás que actualizarte un poco.

Entonces, Daibaiosho le respondió:

—Dile al viejo maestro que no venga a complicarme la mente. Para mí siempre será: «La mente en sí misma es Buda».

Cuando el joven monje volvió al templo, le contó la historia al maestro Baso, que le dijo: «El fruto del ciruelo está maduro». Pasado un tiempo, Daibaiosho volvió al mundo condicionado, enseñó y tuvo numerosos discípulos.

El «espejo» representa al Buda que está en cada uno de nosotros. No depende de las condiciones de existencia, no es artificial, sin embargo, no es «sin lenguaje».

\*\*\*\*\*

El maestro Tozan dice:

*Incluso si esto no es artificial, no es sin lenguaje.*

No está condicionado... Aquí Tozan habla de nuestra pura mente original, más que «nuestra», de la mente pura original que habita en todas las existencias.

Al comienzo del Campo de Verano dije: «Abandonad vuestra condición de existencia y convertíos —ya sea durante un mes, diez días, una sesshin, tres días— en una verdadera persona de la Vía (*Donin*)».

Ayer por la mañana, por ejemplo, íbamos un poco justos con el tiempo previsto para el café, pero C., el jefe de samu, tocó el tambor exactamente a la hora. La mayor parte

de la gente no reaccionó a este sonido y continuó bebiendo su café tranquilamente, y hablando. Este comportamiento, diremos, «natural», es seguir la propia condición de existencia, el propio condicionamiento, esto es: «Ahora tomo mi café hablando, el sonido del samu, del tambor, no me concierne». Los sonidos en un templo zen tocan directamente el cerebro profundo. No tenemos necesidad de pensar, seguimos automáticamente y, de esta manera, transformamos nuestro comportamiento, cortamos nuestro karma inconscientemente, naturalmente, automáticamente, sin voluntad, sin esfuerzo, seguimos... Es la educación zen que puede tocaros directamente, «tocar la médula». La condición de existencia es aquello que influye nuestro comportamiento, aquello que automatiza nuestro comportamiento.

También os hablé de como a través de las acciones del cuerpo, simplemente con vuestra presencia consciente, podéis ayudar a todas las existencias: es un ideal, es la vía del bodhisattva, el ideal del bodhisattva. Desde el principio del poema, el maestro Tozan se opone a la decoración del lenguaje, al intelectualismo. Aquí nos abre una puerta, que éste sea no condicionado y sea el pensamiento original; no significa que no podamos expresarlo, sino que sea simple, natural, sin adornos innecesarios. De nuevo, es la relación entre lo absoluto, *ku*, y los fenómenos de la vida cotidiana, el lenguaje, la decoración de la palabra, hablar solamente por hablar, hablar para expresar el ego. Aquí dice: «La palabra puede expresar el no ego». Zazen es siempre la referencia.

¿Cómo pensar durante zazen...? Un discípulo le preguntó al maestro Yakusan:

- ¿Cómo tenemos que pensar en zazen?
- Tenemos que pensar a través del no pensamiento.
- ¿Cómo podemos pensar con el no pensamiento?
- Hishiryō*, más allá del pensamiento —Yakusan respondió.

En zazen dejamos pasar los pensamientos. La conciencia ordinaria, y las impresiones cotidianas, se agotan poco a poco. Pero no se trata de una censura; el flujo de pensamientos brota de nosotros sin que nos apeguemos, sin que reaccionemos, sin encadenamiento, ya sea intelectual o emocional. Es como el reflejo de la luna en el agua: la Luna no está mojada por el agua, el agua no está turbada por la Luna. El espejo, el claro espejo, no está «manchado» por aquello que se refleja en él. El reflejo no tiene sustancia; pasa, se transforma. Nuestros pensamientos no tienen sustancia pero, sin embargo, pueden expresarse. Esta expresión del pensamiento, del no pensamiento, no es solamente subjetiva —es decir, nacida de la conciencia individual—, también puede ser objetiva, y puede ser ambas, subjetiva y objetiva. Debemos llegar al punto de equilibrio entre los dos puntos de vista, subjetivo y objetivo. Ir más allá. *Hishiryō* significa acabar con el lenguaje, con las concepciones. Claro que, cuando hablamos, cuando escribimos, estamos obligados a crear sin cesar categorías, y la conciencia personal reemplaza *hishiryō*, pero si tomáis el hábito de zazen, el hábito de la conciencia *hishiryō*, esta separación con la «expresión» de la vida cotidiana tiende a desaparecer.

Todas las frases del poema del *Hokyo Zanmai* son muy profundas —algunas palabras, algunos ideogramas— para conducirnos a una práctica que va más allá de las categorías.

\*\*\*\*\*

El maestro Tozan nos dice:

*Incluso si no es sin consciencia, no es sin lenguaje.*

Aquí habla de nuestra mente original, de nuestra naturaleza universal. Esta mente original no es artificial, no está «construida», no está condicionada por el nacimiento, no depende de una causa: ella «es». Sin embargo, no es «sin lenguaje».

Estoy contenta porque la traductora ayer tuvo una buena pregunta. Es importante que la gente tenga preguntas profundas. Ella me dijo: «Entonces, si no es “sin lenguaje”, ¿es la conciencia personal?» Es el «genio de la gran compasión» del patriarca Tozan, que a continuación va a ser intelectualizado por el sistema de los *Go I*. Haciendo referencia al *Hannya Shingyo* es 'ku soku ze shiki' «la vacuidad», «el sin substancia» que influencia la práctica, la Vida, la palabra, el ser. No es solamente un lado, *ku*; estamos vivos, tenemos ilusiones, problemas, sufrimiento.

En el verso anterior, Tozan nos dice:

*Esto es la regla de lo material para eliminar todo sufrimiento.*

Nuestra práctica de zazen, nuestra práctica de la Vía, se expresa en los fenómenos de nuestra vida, no a través de grandes discursos, sino a través del conocimiento de sí mismo.

Según el relato de la vida de Tozan, después de recibir la transmisión del Dharma de su maestro Ungan, justo antes de abandonarle, Tozan le preguntó:

—Maestro, si en varios años alguien me pide que os describa, ¿qué deberé responder?

—Di sólo que era “esa persona”, una persona de la realidad tal como es, una persona “así” —respondió Ungan.

Durante un momento Tozan se perdió en sus pensamientos y Ungan le dijo:

—Monje, has realizado el gran asunto. Tienes que tener mucho cuidado.

Y Tozan se puso en ruta.

En relación con «el hombre que es así», Dogen lo traduce por «*inmo*», pero justamente en este relato de la vida de Tozan, que fue escrito en chino antiguo (esto es una nota de mi *study pocket*) para describir a «un hombre así» se emplea la expresión «un hombre de *Han*» (*Han* es la China). Esta frase era utilizada por los condenados, quienes durante el juicio, cuando confesaban su culpa, decían: «Yo soy esta persona. Yo soy esta persona responsable de sus actos».

Cuando Tozan pone en boca de Ungan la frase «una persona así», está queriendo decir que es un hombre responsable de sus actos, una conciencia personal responsable de sus actos, que sabe lo que hace a cada momento. Así pues, «no es sin lenguaje» es la conciencia personal. Pero no se trata de esa conciencia personal que se dedica a juzgar,

a amar, a odiar, a hacer categorías, a discriminar, sino de la conciencia personal de una persona responsable de sus actos, que sabe en cada momento lo que hace; aunque finalmente no sabemos, «saber» no es la palabra, diría más bien que es la persona consciente de lo que hace, de aquello que está haciendo. Esto es también el objetivo del samu.

Así pues, Tozan se puso en camino, y en un momento dado, mientras atravesaba un puente sobre un río, volvió la cabeza, vio su reflejo en el agua y se despertó. Entonces escribió el poema que os leí al comienzo de la sesión para expresar a través del lenguaje su experiencia:

*No busquéis la Vía en los demás, en un lugar alejado.  
La Vía existe bajo nuestros pies.  
Ahora voy solo, pero puedo encontrarle por todas partes.  
Es ahora ciertamente yo, pero ahora yo no soy él.  
Además, cuando encuentro cualquier cosa, puedo obtener la libertad total.*

No habla de la Vía. Está claro que la Vía está bajo sus pies, está con él «...puedo encontrarle...», es decir, puedo reencontrar mi verdadero ego, mi verdad profunda, esta mente que no cambia, el rostro que yo tenía antes de mi nacimiento. «Ahora voy solo, pero puedo encontrarle en todas partes.» Soy una persona de la realidad.

Este poema estuvo en el origen del *Hokyo Zanmai* que estoy comentando, especialmente del verso al que hemos llegado.

*Como mirándose en un espejo, la forma y el reflejo se miran.  
Tú no eres el reflejo, pero el reflejo es tú.*

(Continuaré durante la sesshin.)

\*\*\*\*\*

Concentraos exactamente sobre la postura. Es el último zazen antes de la sesshin. Cada zazen es importante; cada zazen es diferente; cada zazen es único. Los debutantes a los que les duelen las piernas tienen que saber que todos hemos sido principiantes, y que cada uno ha tenido, no realmente la misma dificultad, sino sus propias dificultades. Desde mi experiencia sé que a la gente que no le duelen las piernas durante zazen le cuesta mucho más concentrarse. Por tanto, se puede aprender con el dolor: aprender a concentrarse, aprender a respirar profundamente, aprender a dejar pasar, aprender a estar sereno.

Tozan nos dice:

*Es como mirarte al espejo. La forma y el reflejo se miran.  
Tú no eres el reflejo, pero el reflejo es tú.*

Este es el célebre pasaje del *Hokyo Zanmai*. Es la explicación de la conciencia *hishiryō* en *zazen*. Está en profunda relación con los *Go I*. Está claro si lo pensamos un poco, en realidad nosotros no somos el reflejo en el espejo. Si lo pensamos estamos de acuerdo, pero cuando nos miramos en él automáticamente «soy yo». En realidad, el reflejo y la forma están en oposición.

En el cristianismo se habla de un dios oculto, *deus absconditus*. En la Biblia, en el salmo cuarenta y cinco del *Libro de Isaías* se encuentra: «El fondo del torrente es el punto de vista desde el cual podemos ver a Dios». Filósofos como Pascal y Nietzsche han sido influidos por este «dios escondido», como se refleja en sus estudios sobre el ego.

La filosofía india trasciende el ego. Lo trascendental es la conciencia que precede a las experiencias, que es impersonal, más allá del ego condicionado, ella es el fundamento necesario en todas las experiencias. Así pues, aunque la forma y el reflejo parecen en oposición, el espejo representa esta conciencia anterior a la experiencia, *ku*, o *sho*, lo derecho, lo recto, lo absoluto, de los *Go I*. El espejo no está «turbado» por el reflejo. Numerosas imágenes, numerosas formas pueden reflejarse en el espejo sin que esto lo transforme, lo cambie. Por otro lado, nuestra personalidad, nuestro ego, cambian, se transforman según las impresiones que reciben.

Ayer E. me regaló una estatua que trajo de su viaje a la India. Es la representación de Avalokitesvara, el bodhisattva de la compasión. Es el '*Kan ji zai*' del *Hannya Shingyo*, es Kannon para los japoneses, Kanzeon para los chinos. La verdadera compasión es la sabiduría de *ku*. No se trata de la sabiduría del reflejo, de la apariencia, de lo bueno y de lo malo, de las concepciones que crea nuestra conciencia personal. La compasión es la energía creativa que nace de *ku* y que se dirige hacia todos los fenómenos, hacia todas las existencias. La compasión está más allá del pensamiento. Nuestras acciones pueden realizarse sin conceptualización, al igual que *zazen*. Automáticamente nuestras acciones ayudarán a los demás. El reflejo: es yo.

\*\*\*\*\*

No dormir... Si tenéis tendencia a dormiros, abrid los ojos, mantenedlos abiertos. Cuando vaya mejor podréis bajar la mirada de nuevo. El primer día de *sesshin* la fatiga acumulada se manifiesta, así que tenéis que estar atentos. No persigáis las ilusiones, no busquéis el *satori*, estad presentes completamente. Dos días y medio pasan muy rápido, así que no perdáis vuestro tiempo y no tengáis miedo: *zazen* es la postura del no miedo.

*Hokyo Zanmai*, el *Samadhi del Espejo Tesoro*. La mente se vuelve como un espejo que puede recibirlo todo, que puede reflejar el mundo entero sin adherirse a él. «Es como contemplarse en un espejo, la forma y el reflejo se miran», vosotros no sois el reflejo, pero el reflejo es «vosotros». «Tú no eres el reflejo, pero el reflejo es "tú".» La forma es la esencia del reflejo, la verdad del reflejo, el reflejo es «los fenómenos de la forma». Pero cuando observamos los dos en el espejo, ni uno ni el otro tienen sustancia. Nuestra condición de existencia aquí y ahora es solamente manifestación de nuestra propia mente. En la práctica del zen se utiliza a veces el término «*kanno*», que significa

recepción y respuesta; *kan* es «la capacidad del hombre para recibir el poder liberador de Buda», todos tenemos esta capacidad; *on* es «la actividad del poder liberador de Buda».

Muy a menudo, cuando empezamos a hacer zazen es porque tenemos problemas; hay algo que no encaja en nuestra vida. Entonces, queremos liberarnos: queremos liberarnos de la condición de existencia, queremos poder dominar nuestra vida, más allá de las emociones, más allá de los problemas cotidianos. Es como el primer *Go I, Hen chu sho* «los fenómenos van hacia lo absoluto, lo oblicuo va hacia lo recto». Si no estamos atentos, de nuevo nos sumergimos en los pensamientos, en los problemas.

Solamente inspirad y espirad, seguid la espiración profunda... Si nos sumergimos demasiado en nuestros problemas, perdemos la dimensión de *ku*, de la no sustancia, y nos alejamos del poder liberador de zazen. Volvemos a nuestra problemática condición de existencia.

Otra solución es sumergirse en la verdad de *ku*, de la no sustancia; en el Buda, no en una de sus estatuas o en la idea de Buda. Se trata de ir más allá del pensamiento e ir más allá del no pensamiento: no seguir..., no apegarse..., no estancarse.

La noción de actividad siempre está ahí, en este caso, la persona se vuelve receptiva a la actividad de *hishiryō* y puede comenzar a practicar la Vía, la vía del Despertar. Los fenómenos se dirigen hacia *ku*, hacia la vacuidad, hacia el absoluto; más allá del lenguaje; más allá de la palabra: es *Hen chu sho*.

Y a continuación, *ku*, lo absoluto, el no nómeno, la no sustancia se vuelve hacia los fenómenos, a la vida problemática. Una transformación se ha producido entre los dos estados y se convierte en la práctica de la Vía, se convierte en el poder creador y liberador de la práctica de la Vía, es la demolición-regeneración de la que habla el maestro Dogen.

En la *Prajna Paramita* se dice: «Si un dharma, un fenómeno, las causas y las condiciones que vienen de nuestra condición de existencia, se levanta, este dharma en su naturaleza es actualmente vacío. No existe basado en las causas y las condiciones; existe por sí mismo»..., exactamente como imágenes que se reflejan en un espejo. Las imágenes de las caras que se reflejan en el espejo no están hechas por el espejo, no están hechas por la cara, no están hechas por la persona que sostiene el espejo, no son creadas por el ego y tampoco son no productoras de causas. Ni existen ni no existen, son como sombras. La forma es vuestra realidad aquí y ahora, zazen es vuestra realidad aquí y ahora. «Zazenbuda.»

Como cuando digo: «¡Sois el Universo!» Si empezáis a pensar en ello, ya sea intelectual o emocionalmente, se produce una separación, ya no sois más el universo. Todas las existencias, cualesquiera que sean, que aparecen y desaparecen aquí y ahora, no pueden ser separadas de él. Somos su forma, no su reflejo.

\*\*\*\*\*

Así pues, los *Go I*, «los cinco grados», también llamados «los cinco grados de la Iluminación», son ilimitados. El número cinco —ya sea en chino o en japonés—, tiene el

sentido de «grupo», «reunión de todas las cosas». A veces adopta el sentido de «más» o de «*satori*». Por ejemplo, los cinco dedos de la mano: una mano que no tiene cinco dedos no es una mano. Tenemos un ejemplo en Madrid con C. cuyas manos se quemaron, no tiene dedos, y de vez en cuando pierde su lado humano, sin dedos.

Kodo Sawaki decía: «No hay otro ego debajo del verdadero ego». No hay un gran ego y un pequeño ego. Y un antiguo sabio ha dicho: «El verdadero sabio no tiene ego. El universo entero es su ego». Es difícil de comprender. Hay que tener la experiencia, más allá del pensamiento, más allá de la sola conciencia personal. Nuestra conciencia existe, pero finalmente existe sin noúmeno, sin substancia propia. Es impermanente, es impersonal. Así, la ley de los *Go I*, tal como la enseñaba el maestro Tozan a su discípulo Sozan, permite no ser prisionero del dualismo. Sabéis cómo somos, siempre estamos dudando: si escogemos solamente la Vía tememos de perder el mundo de los fenómenos, y si profundizamos solamente en el mundo de los fenómenos perdemos la Vía. ¿Cómo escoger? ¿Cómo hacer la paz consigo mismo?

Así pues, el sistema elaborado por el maestro Tozan no es ni positivo ni negativo. Abraza las contradicciones y va más allá: es el grado último, *Ken chu toh*, donde el mundo de los fenómenos y el mundo de *ku* se armonizan. Entonces, la libertad aparece, la transformación puede realizarse.

Os he explicado que normalmente en un dojo de zazen tradicional (*zendo*) no hay una estatua de Buda, sino una representación del bodhisattva Manjushri. La estatua de Buda está en el *buda-hall*, el lugar donde se recitan los sutras. Manjushri es el bodhisattva de la sabiduría; fue un gran discípulo de Buda; sobre la cabeza lleva la corona de la sabiduría, en ella están representados los cinco budas.

- En el centro está Dainichi Buda —Vairokana en sánscrito—, el buda solar, el buda cósmico, el símbolo de la sabiduría trascendental e inmanente.
- Al este está Ashuku Buda —Akshobhya Buda en sánscrito—, que simboliza la paz, la inmovilidad, la no cólera; representa una sabiduría de potencia y de fuerza.
- Al oeste está Amida Butsu —Amitabha Buda en sánscrito—. Hay escuelas budistas que recitan el nombre del Buda Amida, era un culto popular con Nichiren que siempre fue del gusto de numerosos chinos budistas. Amitabha Buda es el símbolo de la vida universal, de la sabiduría infinita, sin límite.
- Al sur está Hotsu Buda, que simboliza los tesoros espirituales y materiales.
- Al norte está Fuku Buda, el buda de los fenómenos, Shiki Buda.

Estos cinco budas que están representados en la corona de Manjushri son el símbolo del cosmos entero. Cada uno es diferente por su forma, por su actitud. Son las representaciones simbólicas de un buda en un dojo. El bodhisattva Manjushri poseía estas cinco sabidurías.

«Cinco» puede simbolizar la totalidad. Por ejemplo, en las estupas budistas encontramos los cinco elementos: la tierra, el agua, el fuego, el viento, el espacio. Simbolizan todas las cosas del mundo y también zazen y nuestro cuerpo. Y cada uno está representado por una forma y un color: la tierra es cuadrada y amarilla, el agua es

circular y blanca, el fuego es triangular y rojo, el viento tiene la forma de un cruasán y es de color negro, el espacio tiene la forma de un mani (piedra preciosa redonda con un ligero punto en un extremo) y su color es azul. A partir de estos cinco elementos nacen las cinco sabidurías.

Se habla también de «las cinco condiciones de existencia» y «los cinco perfumes del mérito». En el budismo, el número cinco es infinito. Esto significa que no hay que limitar nuestra conciencia del mundo. No limitéis zazen. No limitéis los fenómenos de vuestra vida. No limitéis vuestro ego. El sabio no tiene ego, todo se convierte en su ego.

\*\*\*\*\*

Todo esto para deciros que los *Go I* no es un sistema estrecho y no es solamente una teoría filosófica de Tozan: es algo vivo. Los fenómenos de nuestra vida cambian de instante en instante, raramente podemos atraparlos. A veces zazen se vuelve difícil, tenemos la impresión de aburrirnos, de perder el tiempo. Otras veces lo que es difícil es la Vida: no tenemos dinero, no tenemos amor, estamos solos... Siguiendo los *Go I*, los fenómenos de la vida nos conducen hacia la libertad interior sin apegos. La libertad interior nos hace comprender que los fenómenos de nuestra vida no tienen una sustancia que pueda hacernos llorar. Todo pasa, se transforma. Los fenómenos se desvanecen y la verdadera naturaleza aparece, el maestro, el anfitrión. Este maestro interior es quien nos acompañará en la ebullición de los fenómenos de nuestra vida. Estamos solos y no estamos solos. Entonces, todos los colores del mundo aparecen, toda la música del mundo puede ser oída.

\*\*\*\*\*

Así pues, hemos llegado a la tercera sesshin. Para los permanentes hay una fatiga, llevan aquí desde el principio. Estar cansado no es malo para zazen porque nos permite ir más allá; más allá de la intención; más allá de la voluntad; más allá de las costumbres automáticas de zazen, del zazen para uno mismo, para la propia salud y forma física.

«*Shukke*» es la palabra que a veces designa al monje zen, significa «abandonar la casa». Algunos, cuando reciben la ordenación de monje, piensan: «Ah, es un buen momento para abandonar mi familia, mi mujer, mis hijos». Pero no significa esto. Es abandonar las condiciones de existencia que se han generado en el ambiente familiar. En China a veces era muy duro para los monjes, no el abandonar su familia, sino que su familia les abandonara. Por ejemplo, el maestro Tozan era perseguido por su madre que no aceptaba perderle por el zen. Es una historia bastante dramática que no os he contado. Claro que los tiempos han cambiado, pero esto se debe al estado de la mente. No quiere decir «rechazar a la familia», sino observarse a sí mismo, observar la verdadera libertad. Practicar la Vía es una de las libertades del ser humano, una libertad en la que la noción de «libertad» no tiene cabida. La libertad tiene lugar cuando no hay

más libertad, cuando ya no hay más noción o idea de libertad. Abandono la familia, voy a un templo, pero empiezo a tener aventuras por aquí y por allá. No se trata de eso. Se trata de conocerse a sí mismo, de descubrirse verdaderamente.

Ayer por la noche volví a recordar algo que ocurrió en mi familia cuando yo era adolescente, pensé: «Gracias por haberme dado esto». Lo negativo es el automatismo del karma, pero también es nuestra condición de existencia lo que nos ha conducido hasta la Vía. Si miramos un sólo lado, el otro se queda oscuro, oculto. Si sólo miramos del lado de *ku*, la vacuidad, la no substancia, todo el lado de las ilusiones queda oculto, no se trata de esto: es lo que nos enseña el maestro Tozan con los *Go I*. Tenemos que ser capaces de «jugar» en la práctica de la Vía sin ocultar ningún lado. Cuando esto ocurre es la alegría: *Jijuju Zanmai*, el *Samadhi en la Alegría*.

¿Por qué querríamos vivir sin problemas mientras la humanidad entera se hunde en los problemas? Tenemos la solución, el punto de equilibrio, el punto de *Jijuju Zanmai*, el *Samadhi en la Alegría*.

Yoka Daishi dice: «No busquéis el satori, no corráis detrás de las ilusiones». Estad «sed» en paz.

Por ejemplo, cuando vamos a practicar al borde del río, con el sonido del río, el canto de los pájaros, la fuerza de las piedras, rodeados de los árboles y las montañas, no tenemos necesidad de pensar en el ambiente; éste deja su huella en nuestro cuerpo y en nuestra mente, una huella sin palabra, sin emoción; la recibimos sin intención, sin querer atrapar algo. Una maravillosa coincidencia se da entre la naturaleza y nuestra Naturaleza; unidad, amor sin posesión: es así.

\*\*\*\*\*

Un día un monje preguntó al maestro Tozan:

—Maestro, ¿cómo no sufrir, cómo no ser molestado ni por el calor ni por el frío?

Y Tozan le respondió:

—Tiene usted que ir ahí donde no existe ni el calor ni el frío.

Conté este intercambio hace algunos años en el dojo de Madrid...

Un discípulo, un hombre al que le gustaba mucho la vida: comer, beber, las mujeres, el dinero, el poder..., cuando oyó «usted tiene que ir al lugar donde no existe ni el frío ni el calor», pensó que Tozan se refería a la muerte y enloqueció. Pero, ¿qué es esta respuesta? Tozan no habla de morir, sino de llegar a vivir más allá de nuestras sensaciones directas, de no sentir las únicamente con nuestra conciencia personal.

En Madrid es igual —creo que en toda España—, desde que empieza a hacer calor oigo a mis vecinos decir «¡Oh, qué calor!», desde que empieza a hacer frío, les oigo decir «¡Oh, qué frío!». A veces nos gusta el calor, a veces no nos gusta el calor, a veces nos gusta el frío, a veces no nos gusta. Hace dos años hizo un invierno muy frío y en Shorin-Ji los residentes practicaban zazen con tres estufas detrás de su espalda. Era un poco exagerado.

Tenemos que aceptar las cosas tal y como son. Nuestra conciencia tiene que abrirse a todas las posibilidades, todo es impermanente, impersonal.

Mi maestro, el maestro Deshimaru, tenía la costumbre de hacer unos zazen muy largos y si alguien se movía antes del final, decía: «No moverse. Los últimos momentos del zazen son los más importantes». Justamente lo eran por aquel «no moverse». Para el Campo de Verano es igual: «No os mováis», ya la mente está llena de ilusiones sobre el después: «¿Qué voy a hacer?» «¿Cómo va a ir mi trabajo?» Ya casi nos hemos ido... ¡No os mováis!, conservad la mente inmóvil, los últimos zazen son importantes.

Así pues, para describir, para expresar los *Go I*, el maestro Tozan en sus poemas utilizará cinco metáforas (el cinco se repite una y otra vez):

— La primera es la del espejo: «*Contemplándote en el espejo, la forma y el reflejo se miran. / Tú no eres el reflejo, pero el reflejo es tú.*»

— La segunda metáfora es la del bebé: «*Como son los bebés en el mundo, tienen las cinco características: no van más que vienen, no surgen, no se quedan, no hablan. Babawawa.* [Babawawa es el lenguaje de los bebés en japonés, ¡Babawawa!] / *Finalmente no pueden obtener su objeto porque su lenguaje no es exacto.*»

— La tercera metáfora es a través del *I Ching*. Es un poco hermético: «*Las seis líneas del hexagrama de Shu ri inclinan el juego mutuo.* [El hexagrama *Shu ri* representa el fuego y está formado por dobles líneas (*yin*) líneas cortadas encerradas por dos líneas continuas (*yang*).] / *Sin embargo, la causa del establecimiento de tres se transforma en cinco.*»

— La cuarta metáfora es «*Como los cinco gustos de la planta chiso.*»

— La quinta es «*Tal como el cetro de diamantes, el vajsra.* [El *vajsra* se utiliza en el budismo tibetano y en ciertas formas de budismo esotérico japonés.]»

A propósito de la metáfora del espejo, el maestro Deshimaru en sus comentarios se apoya siempre en zazen. Dice:

La forma es el cosmos, el espejo redondo es la conciencia *hishiryō* de zazen, la conciencia que acepta todo, todo lo que existe sin hacer discriminaciones, sin juicios personales de bien, de mal, de justo, de falso. El reflejo es la sabiduría. Si pudiéramos observar el mundo sin juicio personal, sin discriminación, la sabiduría profunda aparecería. Ella nos permite aceptar todas las existencias tal como son y a través de este medio ayudar a todos los seres. *Hishiryō*.

Desde hace varios años hay una carcoma en mi silla de enseñanza. Le gusta mucho manifestarse cuando hacemos zazen, especialmente en sesshin, se le abre el apetito. Es su manera de practicar con nosotros «¡Estoy aquí, estoy aquí!» parece decir. ¿Qué podemos hacer? Solamente aceptarlo.

\*\*\*\*\*

Tozan nos dice:

*Como son los bebés en el mundo tienen las cinco características:  
no van más que vienen, no surgen, no se quedan, no hablan. Babawawa.  
Finalmente, no pueden obtener su objeto porque su lenguaje no es exacto.*

Cuando el maestro Dogen habla de la mente del Despertar, *bodaishin*, en el *Shobogenzo*, dice: «Es igual que la mente de los antiguos budas. Es idéntico a *sekishin*».

La traducción literal de *sekishin* es «la mente roja», pero su sentido es «la mente del recién nacido».

A veces os digo: «Tenéis que volver a la mente del recién nacido». Claro, no es tan sencillo..., pues el saber, el conocimiento, y la experiencia, se han acumulado, a veces para bien, a veces para mal. En general el ser humano ha perdido esta mente del recién nacido, finalmente no sabemos. Aunque realmente no la ha perdido, más bien ha sido recubierta por la necesidad de los fenómenos de la vida.

«Babawawa» es el lenguaje del bebé, pero al mismo tiempo quiere decir «condicionado e incondicionado», quiere decir «permanente e impermanente». Los chinos son muy sutiles respecto a su poesía. Aquí Tozan habla de un bebé muy pequeño... A veces los padres oyen al bebé llorar pero no saben por qué llora, automáticamente la madre le da el pecho, le dan de comer, piensan «mi pobre querido tiene hambre», pero quizá no es esta la razón.

Finalmente, dice Tozan:

*No pueden obtener su objeto porque su lenguaje no es exacto.*

Así pues, durante toda nuestra evolución como seres humanos, tenemos necesidad de poder comunicar, tenemos necesidad de estudiar el lenguaje. Así que nos ponemos a hablar, a estudiar, y un día nos damos cuenta —o no— de que nuestro lenguaje sigue sin ser exacto, de que las palabras que utilizamos no siempre son comprendidas y, muy a menudo, son interpretadas con un sentido diferente del que le hemos dado. De nuevo nos encontramos como «babawawa».

En un poema anterior Tozan dice:

*Incluso si no es artificial, no es sin lenguaje.*

Es el segundo *Go I, Sho chu hen* «lo absoluto se vuelve hacia los fenómenos». La conciencia sin palabras tiene que expresarse con palabras. Es la vuelta al mundo de los seres sensibles.

Por ejemplo, ¿cómo expresar a nuestros amigos la experiencia de un mes de Campo de Verano?, podemos hablar de ciertos fenómenos, pero realmente no podemos describir nuestra experiencia, es simplemente íntima para nosotros mismos. La palabra

no es suficiente, no existe sólo la palabra para expresarse, también podemos hacerlo con el cuerpo, a través de su actitud, por ejemplo: si estamos enfadados, todo nuestro cuerpo respira la cólera, si estamos tranquilos, en paz, concentrados, todo nuestro cuerpo respira la tranquilidad y la paz. Es otra manera de comunicarse. Si aun así queremos polemizar, esto no ayudará a las otras existencias a encontrar la paz: nuestra palabra y nuestro silencio son muy importantes.

El bebé en el mundo no sabe si sus padres son ricos o pobres, si son cultos o si son idiotas. Todo esto no tiene ninguna importancia. Simplemente él es «Babawawa».

\*\*\*\*\*

En un dojo tenéis que desarrollar, establecer *bodaishin*. ¿Qué quiere decir esto? *Bodaishin* es la mente del Despertar. Esto se apoya en los votos del bodhisattva: «Antes que yo, hacer pasar a todos los seres en el camino de la liberación». Así que *bodaishin* no es una mente ordinaria, no es una mente común. Si en un dojo el estado de la mente es demasiado ordinario entre la gente que practica, zazen se convierte en una gimnasia, una meditación un poco dura para el cuerpo, pero que puede «cargar las pilas». Las personas que practican se quedan en personas totalmente ordinarias, obsesionadas por el mundo de los deseos; el samu se queda como un trabajo que no está pagado; el kesa se convierte en una decoración, un grado. Se puede practicar con un espíritu ordinario, pero esto no es la vía del Despertar. La gente que viene, que se presenta en el dojo, no es bien guiada de esta manera. Los responsables del dojo, los monjes que tienen responsabilidades, han de mostrar un espíritu extraordinario, no común. Es importante. Así, las personas presentes pueden emanciparse completamente y practicar verdaderamente la vía del Despertar.

Por lo tanto, no tenéis que equivocaros, tampoco tenéis que volveros muy dogmáticos. Todos somos ignorantes, no es necesario ocultar la ignorancia a través de dogmas o reglas. Sólo hay que practicar zazen y ofrecer una buena interdependencia.

La sangha no es un grupo de amigos, la sangha es un grupo de «buscadores de la verdad».

No creéis más ilusiones, «*maku mozo*». Esto era lo que a menudo escribía *Sensei* cuando ofrecía un *kyosaku*: «*Maku mozo*, no creéis ilusiones». Un buen golpe de *kyosaku* corta las ilusiones, corta el karma. Tenéis que avanzar todos juntos '*Gya tei, gya tei*. *Gya tei, gya tei*' es un mantra, una palabra de poder «vamos, vamos todos juntos...» pero no al bar de la esquina, vamos todos juntos hacia la otra orilla, la orilla de la emancipación.

Es importante que os convirtáis en guías espirituales sin dogmatismos.

\*\*\*\*\*

*Como los bebés en el mundo, tienen las cinco características:  
no van más que vienen, no surgen, no se quedan, no hablan. Babawawa.  
Finalmente, no pueden obtener su objeto porque su lenguaje no es justo.*

En el *Mahaparanirvana Sutra*, el Buda habla de las cinco prácticas. Una de ellas es la práctica del bebé.

Buen hijo, —dice el Buda dirigiéndose a Mahakashyapa— ¿qué es la práctica del bebé? Buen hijo, un bebé no se levanta, no se pone de pie, no va ni viene y no habla. Y el Tathagata es exactamente así. [*Tathagata* significa "aquel que es así". Es uno de los nombres de Buda. Es aquel que está en armonía con el cosmos, con el mundo, sin oposición.]

[...] "No se levanta" significa que el Tathagata no levanta nunca los signos de los fenómenos. "No se pone de pie" significa que el Tathagata no se apega a los fenómenos. "No venir" significa que las acciones del cuerpo del Tathagata están libres del movimiento y de la agitación. "No ir" significa que el Tathagata ya ha llegado al gran Paranirvana. "No hablar" significa que aunque el Tathagata predique el Dharma para todos los seres sensibles, en realidad no dice nada. ¿Por qué? Porque aquel que tiene algo que decir es un dharma condicionado. El Honrado del mundo —este es otro nombre del Buda—, aquel que es así, no está condicionado y por esta razón no dice nada. Además, "no hablar" es cuando el bebé dice cosas cuyas palabras no son comprendidas. Son las palabras secretas de Buda; aunque hable de cosas, la gente no comprende. Entonces, se dice que no habla. Además, como el bebé no conoce todavía la palabra justa, da más de un nombre para una misma cosa. Esto no quiere decir que el bebé no conozca la cosa. De la misma manera, el Tathagata no utiliza la misma palabra para los diferentes tipos de persona. Emplea los medios hábiles y habla en relación con la persona. Entonces, palabras diferentes llevan a cada persona a la comprensión de la misma cosa. Los bebés emplean largas sílabas. De la misma manera, el Buda emplea largas sílabas: "baaaaa", "waaaaa". "Ba" significa condicionado, "wa" significa incondicionado. "Ba" significa impermanencia, "wa" significa permanencia. Cuando los seres humanos oyen al Buda decir "permanencia", lo toman por la enseñanza de la permanencia y cortan con la impermanencia. A esto se le llama la práctica del bebé.

[...]Además, un bebé no distingue la felicidad de la desgracia, el día o la noche, el padre o la madre. De la misma manera, para la liberación de todos los seres sensibles, el bodhisattva no siente las diferencias entre desgracia y felicidad, noche y día. Hacia todos los seres sensibles tienen un espíritu de ecuanimidad y por esta razón no hay distinción entre padre y madre, amigo o extranjero. El bodhisattva va hacia todas las personas.

[...]Además, cuando un bebé llora, el padre o la madre le da a chupar una hoja del árbol dorado, diciéndole "no llores, no llores, mira, te doy oro". Cuando el bebé ve la hoja dorada, cree que es verdadero oro y entonces deja de llorar, pero en verdad estas hojas no son oro. De la misma manera, cuando un bebé ve una vaca, un caballo de madera, un muñeco de un niño o una niña en madera, cree que estas cosas son vaca, caballo, un niño o una niña y dejan de llorar. Porque piensan que un muñeco es como un niño o una niña, lo llamamos bebé.

[...]De la misma manera, si hay seres sensibles que desean profundamente hacer el mal, el Tathagata les habla de la perfecta felicidad del trigésimo tercer cielo o el yo es puro y

hermoso, disfrutamos de la felicidad de los cinco deseos que habita en un maravilloso palacio donde todas las cosas que encuentran los cinco sentidos son agradables. Cuando estos seres sensibles oyen hablar de tal felicidad, desean esta felicidad y hacen disminuir sus malas acciones y ponen atención en practicar el bien para renacer en el trigésimo tercer cielo. Sin embargo, es una especie de engaño, como los juguetes de madera que representan un animal o una persona para calmar al bebé, porque el trigésimo tercer cielo depende todavía del nacimiento y de la muerte, es impermanente —es decir, que no nos quedamos ahí eternamente—, es sin verdadera felicidad, impersonal, sin pureza. Pero para guiar a los seres sensibles, el Buda les habla como si fuera permanente, feliz. Son los mismos medios que se utilizan para un bebé.

[...]Buen hijo, exactamente de la misma manera que cree un bebé que aquello que no es oro, es oro, el Tathagata habla de aquello que no es puro como si fuera puro, porque como el Tathagata ha alcanzado la última significación, esto no es falso. De la misma manera que un bebé piensa que aquello que no es un caballo es un caballo, hay seres sensibles que piensan que aquello que no es la Vía, es la Vía. Pero aunque esto sea así, el Buda hace aparecer una pequeña producción de la condición para que la verdadera Vía sea. Y poco a poco, a través de sus palabras, el verdadero Camino aparece.

[...]Finalmente, no hay nadie a quien salvar, no hay seres sensibles. Cuando un ser sensible se libera de las características de un ser sensible, alcanza el gran Paranirvana. Y cuando el ser sensible alcanza el gran Paranirvana, deja de llorar. A esto se le llama la práctica del bebé.

«No hay nadie a quien salvar, no hay seres sensibles» es el lado de *ku*. *Ku* es solamente *ku*. *Sho chu rai*, el tercer *Go I*, «lo absoluto es solamente lo absoluto». Pero los bebés nacen, los niños lloran, los adultos buscan su cara en la oscuridad. «¿Quién soy?» Si se les dice «tú no tienes substancia» no lo pueden creer, porque amamos, sufrimos, gritamos, reímos... Es *Hen shu rai* «los fenómenos son sólo los fenómenos».

*Hen chu sho* «los fenómenos penetran lo absoluto». *Sho chu hen* «lo absoluto penetra los fenómenos». *Sho chu rai* «lo absoluto sólo es lo absoluto». *Hen shu rai* «el fenómeno es sólo el fenómeno». *Ken shu toh* «más allá de las separaciones». Abarcando los cuatro principios: es la armonía de la práctica de la Vía en el mundo de los fenómenos, es decir, la sabiduría creativa, la sabiduría que puede ir más allá de la conciencia personal y que crea la verdadera compasión. Incluso con un bebé, el Buda puede crear la sabiduría.

\*\*\*\*\*

Incluso si os vais manteneos en contacto con el templo.

Quiero dar las gracias a los permanentes que han participado en este Campo de Verano. Hemos sido menos que de costumbre, así que hubo más samu para cada uno. Pero es una buena cosa, porque un templo zen no es un lugar de vacaciones sino de práctica de la Vía, ya sea en zazen o en las acciones cotidianas. Más samu, menos tiempo para uno mismo, menos tiempo para el ego, menos tiempo para las ilusiones. Y es así como se practica.

Ahora la mayoría va a volver a la vida laboral, la vida social, pero no reencontréis una mente ordinaria. Conservad el espíritu de la Vía en vuestra vida cotidiana. Entrad en la habitación del maestro Tozan y acordaos de su enseñanza.

*La Vía existe bajo los pies.  
Ahora voy solo pero puedo encontrarle a cada instante.  
No soy él, pero ciertamente él soy yo.*

(Continuará...)



## NOTAS

NOTAS

## NOTAS

NOTAS

Ango 2014  
Shorin-Ji Templo Zen  
Villanueva de la Vera  
Cáceres