

## La choza de techo de paja (Sekito)



**ZEN**

SESSHIN D'ÉTÉ

**20 au 28 juillet 2019**  
Ryukai sangha

Chalet de l'Entraide  
Le Pâquier - Gruyère  
Informations et inscriptions  
Tel: 079.280.27.16  
[dojo@zen-deshimaru.ch](mailto:dojo@zen-deshimaru.ch)  
[www.zen-deshimaru.ch](http://www.zen-deshimaru.ch)

**VINCENT KEISEN**  
Moine Zen

Sekito vivió desde el año 700 hasta el año 790, así que vivió mucho, mucho tiempo. Era la época de la dinastía Tang en China, cuya capital era Xi'an. La dinastía Tang terminó en 907, es decir, mucho después de la muerte de Sekito. Este periodo ejerció una gran influencia sobre el budismo en China, junto con la influencia del Tao y las enseñanzas de Confucio. Sólo en 845 bajo el emperador Wu Zong, hubo una monumental purga. El emperador decidió que había demasiados monjes en el imperio que, de hecho, no hacían nada y debían ser alimentados por la población campesina. Llegó a decir que era la peor catástrofe del imperio. Así que envió a 260.000 monjes de vuelta al mundo secular y cerró 4.600 monasterios. A partir de entonces, por supuesto, el budismo perdió su influencia y su estatus dominante en China. Pero en la época de Sekito aún no era así.

Sekito es el único sucesor de Seigen. El sexto patriarca Eno, Hui Neng, tuvo dos sucesores principales, Seigen, que es el antepasado de todo el linaje Soto, y Nangaku, del linaje Lin-chi o Rinzai. El nombre chino de Sekito era Shitou Kisen, que significa "el monje de la roca". La razón era que se había instalado en una roca a 800 metros del templo de Nangaku, discípulo de Eno. Así que, por supuesto, Nangaku envió a uno de sus monjes y le dijo: "Ve a ver al tipo que se ha instalado en su roca y dile: ¡Eh, tú! Monje engreído, ¿cómo te atreves a sentarte ahí? Sekito estaba en zazen sobre su roca y le dijo: " Escucha tu, puedes gritar y quejarte todo lo que quieras, no conseguiras cruzar esta montaña. Así que el monje volvió donde Nangaku y le contó eso, y Nangaku dijo: "Bueno, parece que tenemos un monje fuerte en la zona". De hecho, Sekito vivió mucho tiempo solo. Cuando aún estaba con Seigen, le hizo muchas preguntas. Hacemos mundo pero hay poca gente que hace preguntas mientras Sekito hablaba mucho con Seigen. Una vez Seigen le dijo: "No me resisto a responderte algo, pero debes tener la oportunidad de experimentar por ti mismo tu verdadero ser. En cierto modo, le dijo a Sekito: "Deja de ser un oyente que cree que va a aprender zen de la voz de otra persona. Tienes que hacer tus propias experiencias.

Sekito fue uno de los más grandes maestros Chan de China. Escribió el Sandokai. También escribió el poema " El canto de la cabaña de paja". Es muy poético y es una enseñanza sencilla. Quería que la viéramos juntos durante este periodo de campo de verano.

Empieza así:

---

*He construido una choza con techo de paja  
donde no hay nada de valor.  
Después de comer, me relajo y me echo una siesta.  
Cuando la cabaña estuvo terminada, aparecieron los brotes.  
Ahora la maleza lo cubre todo.*

En una sesshin que dirigió en Suecia en 1988, Etienne comentó este poema, al que añadiré algunas consideraciones. Una choza con techo de paja en la que no hay nada de valor. Sekito come allí, duerme allí, parece que no hace otra cosa, tranquilo y la maleza cubre la choza. Etienne dice: "Una choza, una simple choza, es una simple casita, la casa más barata. En Colombia también se ven a veces en el campo casas que están hechas de ramas y tierra. Así que esta es la casa más sencilla, a imagen de la postura de zazen".

Etienne dice: "La gente común vive en el mundo -nosotros también vivimos en el mundo y también somos gente común- y el monje vive con sus votos de bodhisattva y zazen -y como monjes también vivimos con nuestros votos de bodhisattva y zazen. Y éste es el significado de vivir en una sencilla choza de paja.

Sekito dice que no hay nada de valor en su choza, no hay nada de valor para el mundo, para el aspecto mundano. Obviamente, no tenía teléfono móvil, ni ordenador, ni electricidad, ni baño, y creo que sólo debía de tener un indumento, un kolomo o un samu-e. Probablemente había puesto paja en el suelo. No sabemos qué comía. Se trata de la vida más sencilla. No necesitaba una religión con muchos adornos, para la mayoría de la gente no había realmente nada de valor. Así que Sekito que fue uno de los más grandes maestros de China vivió en esta choza por mucho tiempo. Al final acepto dirigir un templo, pero realmente no era su obsesión. Y dejó que la maleza cubriera la cabaña, la hierba es parte de la naturaleza. Además, si la cabaña estaba cubierta de maleza, impedía que entrara la lluvia.

Por supuesto, el significado de esto también es simbólico. Nadie estaba allí con una cámara para fotografiar a Sekito en su cabaña. También hay que mirarlo de otra forma, de lo contrario se tiene la sensación de que Sekito estaba allí sentado sin hacer nada, mientras que un bodhisattva hace el voto de ayudar al mundo, aunque su deseo sea quedarse tranquilo en una choza de paja. ¿Quién no ha soñado alguna vez con una ermita donde estar por fin en paz? Con la naturaleza, quizá el agua de manantial,

---

las estaciones, los pájaros, el cielo. El bodhisattva vive con sus votos de bodhisattva, aunque le gustaría permanecer tranquilo. Allí en medio, su vida se asemeja entonces a este refugio vulnerable y transitorio cubierto de maleza.

Hoy, o dentro de algunos años, según la edad que se tenga, todos verán que todo lo que han construido, todo lo que creían que construían que era importante y duradero, a duras penas es más estable y duradero que la choza de paja de Sekito.

La maleza cubre la cabaña y al final ya no es posible distinguir la cabaña de la maleza. Éstas son las ilusiones. El mundo del samsara en el que, aunque no te gusten las malas hierbas, crecen, y aunque te gusten mucho las hermosas flores, al final acaban marchitándose. Sólo vemos las malas hierbas y la cabaña, las dos se mezclan, las ilusiones, las tribulaciones del samsara, es decir, los fenómenos cotidianos renacen siempre. No puedes pasarte la vida sentado en la montaña, pero al mismo tiempo también te sientas en la montaña. Así que la cabaña, la maleza, las ilusiones, el samsara, el satori no están separados. Sekito permanece tranquilo y en calma incluso cuando la maleza cubre su cabaña, es decir, cuando las ilusiones cubren su mente. Todo esto sigue siendo sencillo

Dice: no hay nada de valor en la cabaña. Entendemos que para Sekito hay cosas de gran valor, pero no son ni las paredes ni el techo de su casa, ni su lecho hecho de ramas, él está habitado por valores que intentará expresar poéticamente en este poema. Sekito, que es un anciano, dirá que su fe de bodhisattva, su fe absoluta, es decir, su confianza absoluta, iluminan su choza y el mundo.

Entonces, ¿nada de valor? ¿Qué valoramos en nuestras vidas? Etienne dijo: "El zen es la vida. ¿Cuál es el valor de nuestra vida? Un Ferrari GTO, un modelo de coleccionista muy raro y caro, ¿cuál consideramos que es el valor supremo? Es imposible expresarlo realmente, pero los bodhisattvas, todos los practicantes del Buda-dharma que recorren el Camino del Bodhisattva, conocen íntimamente el valor de su vida. Ya no necesitan agotarse en su búsqueda. Está allí donde no hay nada de valor mundano, donde no hay nada a lo que aferrarse, como una simple cabaña; es como el mushotoku, como zazen, una postura sencilla, una vida dentro del orden de cosas en el que crece la mala hierba, donde la pequeña cabaña es frágil. Así que se necesita determinación, confianza y una gran valentía para continuar el heroico camino del bodhisattva en un mundo cada vez más vulnerable

Muy pocas personas pueden llegar a rozar una vida despierta en la cual verán el valor más elevado. Todo lo demás acabará desapareciendo y tiene poco valor comparado con vivir según los votos del bodhisattva.

---

## Zazen 2

En la choza de paja, en paz, se puede comprender intuitivamente que no hay nada de valor. Pero asimismo, ¿cómo comprender, cómo expresar que la choza de paja, en su gran precariedad, tiene un gran valor? ¿Cómo expresar el valor de zazen, que no tiene ningún valor? ¿Cómo expresar nuestra dimensión más elevada? Es la vida, cuando seguimos el movimiento de la vida. Es nuestra propia mente, no la mente que podemos observar. No puedes atrapar la mente observando la mente, es como la vida misma, nuestra postura corporal misma, nuestra respiración misma.

Etienne dice:

*"Sientes dentro de ti esta calma, la libertad de la mente, de la mente profunda."*

Esta mente es sin objeto, libre de cualquier valor material. Esta mente es de gran valor para la humanidad. No está apegada a nada, no busca ningún beneficio, no se detiene en las cosas. Comprendan cuán importante es para la humanidad la mente pacífica de zazen, que propagaremos a nuestro alrededor, en un mundo dominado por el lucro, la extracción sin fin de recursos naturales. Sin cambiar la forma de pensar no podemos comprender que una torre alta en Nueva York no tiene en realidad más valor que una choza de paja. Tenemos que aplicar, practicar todo esto nosotros mismos. La enseñanza de Buda no es para los demás, en primer lugar está dirigida a nosotros mismos. Entonces, naturalmente, cuando hayamos alcanzado la plenitud, brotará de nosotros mismos este espíritu de entrega, de libertad para todos. Pero si corres tras él, si buscas ese espíritu, como si quisieras aferrarte a una boya, si corres tras esa paz sólo para ti, entonces se vuelve sólo artificial.

Además, comprenden que las malas hierbas, las ilusiones no tienen valor. Si coges un cuadro que nadie conoce y preguntas cuánto cuesta, el cuadro es desconocido, no tiene valor de mercado. Si comprendes que tienes muchas cosas pero que nada te pertenece, entonces la vida se vuelve más fácil. Se vuelve más libre, la mente se vuelve más ligera, nuestra forma de ver las cosas se vuelve más transparente y entonces podemos hacer todo lo posible por practicar los votos del bodhisattva.

El siguiente verso que veremos más adelante es:

*El hombre en la choza vive allí pacíficamente*

*Sin ataduras interiores ni exteriores*

*No quiere vivir donde vive la gente común,*

*no le interesa lo que le interesa a la gente común.*

---

### Zazen 3

Entonces Sekito dice: "Una choza de paja. El hombre de la choza vive allí pacíficamente sin ataduras ni en su interior ni en el exterior. El lugar donde a la gente común le agrada vivir a él no le agrada vivir en él. Lo que le interesa a la gente común, a él no le interesa. El Zen es practicar con uno mismo, dirigirse a uno mismo. Por supuesto que puede hablarse a los demás, pero hay que hacerlo como si te hablaras a ti mismo. En este sentido, no se trata de decir "tú" o "vosotros", sino "nosotros", con. También se trata de afrontar las propias responsabilidades. Siempre tenemos responsabilidades, no podemos tener libertades sin afrontar nuestra responsabilidad. Por tanto, debemos atenernos a la verdad, a la realidad. El hombre no tiene ataduras, ni en su interior ni en su exterior. La gente cree que puede aprender zen de los demás como si fuera a la escuela, como si hiciera un curso de mindfulness muy caro o tomara clases de zen. Básicamente tenemos que entender que el espejo del Zen es nuestra vida. Así que siempre se trata de experimentarlo nosotros mismos. No tiene sentido compararnos con los demás: en el fondo no puedes cuestionar a nadie de todos modos.

Desapegados interiormente. Sabemos muy bien que mientras permanezcamos apegados, aunque sea un poco a nosotros mismos, en pensamiento, en acción, por nuestra propia seguridad, para asegurarnos de todo, para protegernos, para intentar vivir la ilusión en la que nada se mueve y que todo está bien, mientras funcionemos así, es la dimensión mundana. No hay lugar para el bodhisattva. Evidentemente todo cambia, depende del día, el tiempo pasa como una flecha. El tiempo transcurrido no es más que una fracción de segundo. La mayoría de ustedes son jóvenes, más adelante en la vida llega un momento en que no se trata sólo de pensar en la impermanencia, la impermanencia se experimenta, llega la vejez, eso es todo. Y entonces, por supuesto, si estamos apegados al paso de los días, es el samsara, es el mundo del sufrimiento. Que la vejez llega es la ley, que el tiempo pasa como una flecha, no podemos hacer nada al respecto, aunque queramos aferrarnos a las cosas todo cambia, nosotros mismos cambiamos. Los niños crecen, ni nos damos cuenta, y de repente son un tormento con su adolescencia. Eran pequeños y ahora son grandes. Bueno, no del todo.



---

No es posible protegerse de la vida, es una ilusión. Por ejemplo, vuelvo de Sharm el Sheikh, todo va bien, soy feliz, estoy solo, salgo, giro la llave del coche: nada. Es algo muy pequeño. En ese momento no estaba sereno en absoluto, se los aseguro. Siempre hay - en inglés se dice "scavengers" - , es decir, siempre hay interrupciones, como un pájaro, una fragata que se zambulle y roba el pescado. Entonces vuelven los pensamientos. En medio de todo esto, la mente, el hombre de la choza, vive en paz.

Vivir sin ataduras no es hacerse la ilusión de vivir en una isla desierta comiendo medio coco al día. El maestro Wanshi dice: "Es mezclarse naturalmente con la multitud del mercado". Mezclarse con todo el mundo, enfrentarse a las circunstancias y saber íntimamente que no hay nada que pueda ser permanente, ni siquiera nuestra vida. La aceptación, la comprensión de la impermanencia, es quizá lo más difícil, es donde nos acercamos a la gran sabiduría.

Sekito también dice que no le gusta vivir en lugares donde le gusta vivir a la gente común. No debes pensar que la gente común -cuando hablamos de gente común- son simplemente 'muggles', sin poderes mágicos e idiotas. La gente común es todo el mundo, los monjes también son gente común". Etienne dice: "Desde el punto de vista ordinario, el monje realiza las mismas acciones que un trabajador corriente, pero su estado mental es diferente. La mente ilumina los fenómenos, crea el verdadero valor. En la gente común es lo contrario, siempre piden a los fenómenos que iluminen la vida. En el mundo ordinario la gente pide por sus smartphones, por dinero, por sus propiedades, por sus distracciones. Todo esto carece de existencia. Piden a este mundo absurdo y superficial que ilumine su vida, que la haga interesante. Así que se convierte en una distracción tras otra en la que la gente piensa que es lo que va a venir de fuera para ellos lo que va a iluminar su vida.

Para los monjes, los practicantes de zazen es diferente, es la mente de Buda, la mente de los votos del bodhisattva, la mente del cuerpo y de la práctica religiosa, es el fondo de su mente el que ilumina los fenómenos. Por lo tanto, no están apegados a los fenómenos externos. Pero en apariencia los monjes también son personas comunes y corrientes, y cuando se observa a la gente no se ve ninguna diferencia. Por ejemplo, los gakis y los monjes toman el mismo tranvía en Ginebra, pero de alguna manera el monje ilumina el tranvía.

También existen los gakis de la meditación. Quieren obtener bienestar y libertad para sí mismos y quieren protegerse a través de la meditación o esperan convertirse

---

en otra persona. No ven que zazen es la práctica completa de los Budas. Es bueno amar la verdadera enseñanza, la enseñanza del dar, de la libertad. Es más complicada la cuestión de la libertad porque si alguien dice: quiero libertad, es como un prisionero que da vueltas en su celda. Simplemente ser libre, tener una mente flexible y libre, especialmente en el Zen eliminar todo dogmatismo. Por eso es una choza de paja y no un edificio de cemento.

La choza de paja es como el cuento de los tres cerditos. Un día de viento, las pajas empiezan a volar. Todo lo que tenemos desaparecerá algún día, puede que incluso la choza de paja se la lleve una tormenta. Entonces se podrá reconstruir una choza de paja. Pero después el hombre de la choza vuelve a vivir tranquilo. No hay que ver que al Sekito en su choza de paja sólo le interesaba estar tranquilo en su choza, también veía venir a mucha gente, que se beneficiaba de su sabiduría, estaba abierto al mundo. Y su choza no tenía puerta.

Así que todo esto es un poema sobre la mente, la mente de la choza de paja, la mente del monje pacífico, la mente de los fenómenos que van y vienen sin existencia propia. La mente que ilumina los fenómenos y, por lo tanto, crea un gran valor al iluminarlo todo mediante la práctica de Buda. No se trata de replegarse sobre uno mismo, sino al contrario, de abrirse. Así que en zazen abran los hombros, no se autoengañen, dejen pasar y alégrese de haber podido descubrir una verdadera práctica religiosa del cuerpo y de la mente. Este es el gran valor. Si miramos en nuestro interior veremos que lo demás es evidentemente absurdo.

---

## Zazen 4

Dice: "Aunque esta choza, esta casa sea pequeña, contiene el universo entero. En un metro cuadrado, un anciano ilumina las formas y su esencia". Y así, aunque nuestra sangha sea pequeña, contiene el universo entero del Zen. Un metro cuadrado es la superficie necesaria para sentarse en zazen, la dimensión de los zafutones que tenemos. Y así cada hombre, mujer también por supuesto, desde su zafutón, desde su zafu, con su práctica de Buda ilumina las formas y su esencia, en cada momento. En zazen nuestra mente se vuelve muy vasta y podemos simplemente darnos cuenta de que el universo y nosotros mismos tenemos la misma raíz. Todos venimos de la misma semilla, todos venimos de la vacuidad. Encontrar esta raíz primaria. Aunque realmente no podemos retroceder a nuestro origen, no podemos retroceder al origen del encuentro del espermatozoide y el óvulo, ni al origen del mundo, en zazen ahora podemos sentir que nuestro origen está aquí y ahora en cada momento.

En el Zen todo es forma, nada existe por sí mismo. Iluminamos todas las existencias, porque ninguna de ellas está separada. Si extiendes un alambre de acero alrededor de toda la tierra y todo el mundo sostiene el alambre, si tiras de él de un extremo todo el mundo lo sentirá. Deshimaru dijo: tu práctica influye, ilumina, todo el sistema cósmico. Puedes verlo de dos maneras, porque, por supuesto, cuando oyes la frase "iluminamos todo el sistema cósmico", de forma mundana piensas que no vas a tener mucha influencia en las estrellas lejanas. Pero hay que verlo de otra manera: ¿cómo iluminamos a la humanidad, a la totalidad de las cosas?

La primera manera es que si lanzamos una piedra a un lago, o incluso al mar pero es más fácil verlo con un lago, producirá pequeñas olas. Son pequeñas, pero no dejan de ser olas, y esas olas, por pequeñas que sean, acabarán llegando a la orilla, por muy lejos que estén.

La segunda forma es ver la interdependencia de todas las cosas. Quizá conozcan que en la física cuántica existe una interdependencia inmediata entre ciertos fenómenos. Por ejemplo, si tiramos de un alambre de acero un metro, al cabo de diez mil kilómetros, aunque esté muy, muy lejos, el alambre de acero se moverá un metro. Así que estamos conectados con todas las cosas. Toda esta interdependencia es una realidad. Cuando hablamos del sistema cósmico la gente empieza a pensar que

---

estamos hablando de misticismo, pero no, el universo y nosotros mismos tenemos la misma raíz. Y así, automáticamente, todo lo que hacemos influye, cambia, el universo.

El hombre en su choza de paja donde no hay nada de valor ilumina todas las cosas con su espíritu, es decir, en lugar de que todo el mundo se pelee, venda cosas e intente explotar al resto de la humanidad, en medio de todo eso hay un hombre en su choza de paja que no hace daño y está alegre en su choza.

Entonces él ilumina todos los fenómenos, todas las cosas y su esencia. La esencia de las cosas no se puede captar. Todo esto es como un faro que ilumina las nubes. Aquí es donde tenemos que tener fe, es decir, la confianza de que nuestra práctica ilumina. Al dedicarla a todos los seres, como los Budas, los iluminamos. Nadie va a entender esto conscientemente. Es como si tienes un cuadro que es todo gris, y vienes con un pincel y pintura amarilla y en la esquina superior izquierda haces un pequeño círculo como un sol, ya no es el mismo cuadro.

¿Qué hacen los Budas cuando se han convertido en Budas? No se dicen a sí mismos que ya está bien, que ya he agotado la cuestión, ellos continúan su práctica como Budas para hacer madurar a los seres. Sekito ya no debía ser muy joven puesto que dice que el anciano ilumina las formas y su esencia. No es que fuera necesariamente un anciano, pero su experiencia, su conexión con el mundo de ahora y el mundo muy antiguo, hacía que pareciera que había nacido hace mucho, mucho tiempo.

Así que volvemos a esta casa tan pequeña, a esta choza, también podemos volver al zafutón de un metro cuadrado en el que estamos sentados, ahora este metro cuadrado contiene todo nuestro universo. Así que les pregunto: ¿les falta algo? Así que todo está ahí y como todo está ahí es también este todo el que iluminamos, incluidos nosotros mismos. No hace falta ir a Alfa Centauri. Iluminamos nuestro mundo. Si alguien no ilumina su mundo, si no ilumina el mundo de su mente, en su vida sólo le queda la sombra. Así que en este metro cuadrado, con nuestra postura, nuestra respiración y todas esas cosas que no podemos comprender pero que podemos sentir en nuestro cuerpo y nuestra mente, en este momento estamos iluminando nuestra vida. En cada momento podemos iluminar nuestra vida.

Dogen dice: "conocerse a sí mismo" es iluminar la propia vida, olvidarse de sí mismo es entregar el don de esta luz a todos. En ese momento estamos certificados por la totalidad, porque la totalidad recibirá esta luz, por pequeña que sea. En el caso

---

de esta iluminación no hay pequeño ni grande, todo forma parte de dai. Dai significa grande, grande sin comparación, la gran mente, daishin. Y con ello iluminamos nuestro mundo y no hay brecha entre el mundo y nuestro mundo.

Comprenden que no es la choza en sí lo que tiene valor ni lo que hay dentro, los zafuton, los zafu, nos gustan pero no son ellos los que tienen valor, es el ser humano sentado en ellos con su mente de Buda el que da valor a esta práctica y se llena de una tranquila alegría.

## Zazen 5

En este punto del poema, Sekito nos atraviesa con la siguiente frase. Es como clavar un clavo con un golpe de martillo que une todas las piezas. Dice: "El Bodhisattva del Gran Vehículo tiene fe absoluta". Fe viene de fides, confianza. El Bodhisattva del Gran Vehículo tiene fe absoluta. No es una pequeña confianza, una fe pequeña, ni una gran fe. No es comparable con nada, no vamos a comparar la fe de alguien con la de otro. Pensar: sí, pero yo tengo más fe que tú, abre las puertas del infierno. Él dice: tiene fe absoluta. No hay discusión sobre eso, la fe, la confianza, la determinación es absoluta. Puedes decir: sí, pero ¿por qué es así? Es así. Podemos decir de todos modos que el bodhisattva del mahayana tiene una confianza absoluta en su práctica de zazen, tiene una fe absoluta en su determinación, tiene una fe absoluta en la enseñanza inaudible, en su silencio interior, la fe en la vida, en el Dharma, el Buda y la sangha.

A partir de esta fe absoluta, es evidente que entonces ilumina su universo y el mundo entero.

Etienne dice: "El bodhisattva practica basándose en su propia determinación, en su propia convicción, como una flecha que lanza y apunta en una sola dirección. De este modo se vuelve verdaderamente libre y sin inquietudes. Esta es la gran Vía del Mahayana: el bodhisattva del Gran Vehículo tiene fe absoluta. Y la fe absoluta dice Etienne es cuando zazen es mejor que cualquier otra cosa.

Sin esta fe absoluta, todo lo que podemos decir son sólo palabras. El universo y yo tenemos la misma raíz. La flecha se dirige hacia el blanco. En zazen todo el mundo puede comprender lo que significa absoluto.

---

## Zazen 6

Unas palabras sobre el kesa. Como va a haber una entrega de kesa, ésta es una oportunidad para hablar sobre el kesa.

En primer lugar, ¿cuál es el origen del kesa? Proviene de los discípulos de Buda. Un día acudieron al Buda y le dijeron: "Cuando hacemos nuestra ronda de limosnas o hablamos con la gente, nadie nos reconoce, nadie ve que somos discípulos del Buda. Necesitamos algo que nos distinga, una túnica, por ejemplo. La prenda que diseñó Buda es el kesa. El kesa es la túnica de la sangha de Buda. Y aún hoy el kesa identifica la túnica de la sangha del Buda.

¿Cómo se confeccionó esta túnica de los monjes de Buda? En aquella época los monjes no tenían nada, tenían que encontrar telas. Y como no tenían nada, tuvieron que encontrar telas que nadie quería y, por tanto, telas que todos rechazaban. Hablamos a menudo de los sudarios, de los paños que envolvían a los muertos o de los paños que se tiraban en la calle, telas que no tenían ningún valor. Entonces el Buda dice: tomemos estas telas sin valor, estos trozos de tela. Los coseremos juntos y con eso crearemos la túnica del monje. Se dice que el Buda viendo los campos de arroz, los cuadrados, los rectángulos, dice que la naturaleza que contemplamos nos indica cómo unir las piezas.

Como estas telas no solían estar en muy buen estado, había que lavarlas, teñirlas de color tierra y coserlas. Y como las iban a llevar todos los días, había que hacer costuras sólidas. Como decía el maestro André Messner: "La tela pasa, las costuras se mantienen". Las puntadas del kesa también recuerdan a los granos de arroz. Para ellos era vital, comían arroz, que era el sustento de su vida, lo que les permitía mantenerse vivos. Así que hicieron puntadas para coser el kesa, se dice que tenían este aspecto. Esta prenda de la sangha de Buda ha permanecido así y se ha convertido en la marca de la sangha de Buda.

En aquella época, el kesa máspreciado era el que vestía el propio Buda, y se dice que este kesa se transmitió de generación en generación. Se dice que: el kesa original se transmitió hasta Eno. Luego, los kesas pasaron a ser de cada uno. Al comienzo, este kesa fue transmitido, así que el kesa es la transmisión y la transmisión es el kesa. La otra cosa que decimos cuando entregamos el kesa, no lo decimos pero

---

lo sabemos, es que si alguien viste el kesa, siempre encontrará algo que vestir. Hasta el día de hoy, los kesas se siguen transmitiendo.

Hablábamos de fe absoluta. Así que incluimos en nuestra fe absoluta la verdad de la transmisión del kesa y la influencia que tendrá en nosotros y en los demás. Cuando llevamos el kesa, por ejemplo, la mente del ladrón desaparece. La mente del egoísmo se desvanece. En zazen, la envoltura del kesa es como la cubierta invisible de nuestro cuerpo. El kesa nació en la India con Buda y se transmitió a China, Japón y Europa. En Eihei-ji, hay quizás los restos o algunos trozos, no lo sé porque no podemos verlos, del kesa de Dogen.

Siempre tratamos el kesa con respeto, porque es respeto por la sangha de Buda, respeto por todo lo que se ha transmitido. También es el hábito que nos ponemos para zazen. Es a la vez algo que nos pertenece, sabiendo al mismo tiempo que de hecho pertenece a toda la sangha de Buda. Por ejemplo, para el rakusu y el kesa, debemos saber siempre dónde están. El rakusu es el kesa de viaje que un monje lleva siempre consigo, por lo que es importante que sepa dónde está en todo momento, de lo contrario lo perderá.

En los tiempos modernos, la forma tradicional de coser el kesa fue retomada por Kodo Sawaki. En el linaje de Kodo Sawaki, al que pertenecemos, los kesas se cosen a mano, como se hacía en los tiempos de Buda. Esto requiere mucha paciencia y atención, y un día el kesa está finalizado. También representa toda la devoción de la persona que lo cose y forma parte de sí misma. En el Zen, la enseñanza de Kodo Sawaki y Deshimaru está muy centrada en dos cosas: zazen y el kesa, y por eso van juntos. No tenemos kesas especiales para las ceremonias, todos los kesas son un poco diferentes en tamaño, un poco diferentes en color, un poco diferentes en negro, cosidos con puntadas que no son exactamente iguales. Es importante que un monje, en su fe absoluta, se apropie de su kesa y haga suya toda la transmisión del Zen y del Budismo. En esto tiene fe absoluta.

También se dice que antiguamente en los monasterios no había calefacción. Llevaban la cabeza rapada, tenían frío en la cabeza, así que a veces se ponían el kesa en la cabeza para mantener el calor. También es el punto más alto de nuestro cuerpo y por eso cuando un monje tiene su kesa, su cuenco, puede vestirse, puede comer, siempre tendrá que vestirse, siempre tendrá que comer aunque tenga que



---

mendigar comida. En la visión original del monje, el shukke, que no reside en ningún lugar, no necesita nada más.

En el kesa hay una mancha roja hecha por la persona que entrega el kesa. Es una mancha. No es un pequeño adorno, es una mancha. Porque un monje siempre mantiene presente el hecho de que no busca la perfección. Conserva el resabio de las pasiones como todo el mundo, y por eso el kesa, por muy hermoso que sea, no puede ser perfecto; por eso le ponemos una mancha roja. Siempre hay que mantener el kesa con respeto; no se puede dejar en cualquier sitio; hay que cuidarlo bien porque con los años la tela se puede desgastar, y puede que haya que coserle piezas encima, como los alea, las decisiones que has tenido que tomar a lo largo de tu vida, y al final el kesa permanece como propiedad de la sangha. En otras palabras, después de la muerte, cuando un monje es incinerado, el kesa no se quema con él. Permanece, se entrega a alguien, es mejor que se entregue a alguien a que se quede en un armario o en un cofre.

Por ejemplo, en el linaje llamado Deshimaru-Zeislner, que para mí se resume en el espíritu de Etienne, en el amor que aún siento por él. En el templo Hobo-ji, hay un kesa que fue uno de los kesas de Etienne. Etienne tenía muchos kesas. Incluso tenía kesas que vi por primera vez hace un tiempo. Alguien también le había hecho un kesa rojo, pero no lo llevaba. El kesa de Etienne es más o menos del mismo color que el kesa de Shogetsu. En este linaje, en este espíritu de Etienne, hay un kesa de Etienne. Hay otro, también único, el kesa que me regaló Etienne, al que presto mucha atención. Es viejo, gastado, un poco pequeño porque no sabía coser muy bien. La mitad del kesa tiene unas puntadas preciosas, cosidas por Barbara Kosen, y la otra mitad tiene unas puntadas un poco erráticas cosidas por mí. En aquella época tenía una actitud un poco diferente. Cuando alguien me dijo: "Estas puntadas no están bien, hay que deshacerlas", no me sentí bien en primer lugar, pero luego dije: "Nunca desharé ni una sola puntada de este kesa".

Así que podemos ver el zazen, el zen, la transmisión, la sangha de Buda, todo eso también se encuentra en el kesa.

---

## Zazen 7

*Perecedero o no, el maestro original siempre está presente  
Y no reside ni en el norte ni en el sur, ni en el este ni en el oeste.  
Reposando en la quietud, no puede ser superado.  
Una ventana que brilla bajo los verdes abetos  
No puede compararse con un palacio de jade o una torre de oro.*

" *Perecedero o no, el maestro original estará presente. No lo pongan en duda, venga de donde venga.*" Cuando Etienne escribió esta frase, ¿pensaba en sí mismo - aquí estamos seis años después de la muerte de Deshimaru- o en los que estarían presentes más tarde, veintinueve años después de la muerte de Etienne? Que el maestro esté vivo o muerto no cambia nada. Para mí siempre está presente a través del tiempo. Sekito dice que nada puede superar a un ser humano que descansa en el silencio, en la paz, sin ser prisionero de su mente.

El maestro original siempre estará presente también significa que esta práctica dura toda la vida. Si la práctica de zazen dura sólo unos pocos años, se limita a unos pocos años. Si dura toda la vida, entonces es sin fin. Es eterna y tampoco tiene objetivo. Esta práctica debería durar toda nuestra vida, pero en realidad nuestra propia vida y nuestra práctica de zazen, para utilizar un término de la física cuántica, están totalmente imbricadas, totalmente mezcladas. Si se limita a algunos años, será en una dimensión personal. Aquí es donde tenemos que comprender que ésta es la práctica de los Budas vivientes. Un Buda viviente continúa su actividad de Buda, no se detiene durante toda su vida, por la paz, por los demás, por nada, él comprende la Ley.

Esto sucede durante nuestra vida, porque nadie vive eternamente. Etienne dice: "*Incluso las pirámides de Egipto se transformarán en arena y se convertirán en polvo*". Las creaciones humanas tienen fecha de caducidad, pero el maestro original siempre está presente. Así que, por supuesto, uno tiene derecho a preguntarse: ¿qué entiende Sekito por el maestro original? La pregunta interesante no es una cuestión académica, al escuchar la frase "perecedero o no, el maestro original estará presente", se siente una forma sutil de acompañamiento en esta frase. En zazen sientes que esta frase está de alguna manera enraizada en la eternidad, que todo esto no desaparecerá a tu muerte, sino que hay una gran corriente cósmica. Pero también ¿qué es para ti el

---

maestro original? ¿Qué significa para ti? Esa es la cuestión. Lo que significa para ti, no lo vas a encontrar en un libro, ni en un kusen, ni en la respuesta de otra persona. También significa: ¿en qué se basa tu propia práctica?

Se puede decir que el maestro original, el amigo de bien que los acompaña, les sonrío, está con ustedes cuando se encuentran frente a la Ley. ¿Sekito se refiere a Buda? En el sentido de que todo el mundo es Buda. Así que el maestro original puede ser un maestro real, un maestro real al que quieren y que les quiere, con el que quieren encontrarse lo más a menudo posible, como su mejor amigo de bien, su hermano en la Vía. Sí, puede serlo. También puede tratarse de una ética de vida más allá de sí mismo, de encontrar lo que es eterno en sus vidas, lo que es eterno en el momento. Lo que les hace ver que pueden transformar todas sus acciones, que se convierten en una ceremonia, como la eclosión de la mariposa de la crisálida. ¿Qué es lo grandioso? Entonces el maestro original, la verdad, no viene de un lugar especial, del norte, del sur, del este, del oeste.

Les leeré los comentarios de Etienne porque son divertidos: "Ustedes piensan, no creo que haya muchos de ustedes que piensen esto, pero yo quiero ir a un templo japonés, quiero ir a la India para conocer a un gran maestro." Etienne dice: "Eso no es necesario. No necesitan un gran maestro, un pequeño maestro es suficiente para ustedes". Y para mí también. Sólo regresen a zazen, siempre a zazen. Pero si se contamina tu mente, es una contaminación eterna.

Sea quien sea su maestro original, en el que hay una gran parte de ustedes mismos, sea quien sea, un bodhisattva tiene una confianza absoluta en su maestro original, como el fondo de su mente, el fondo de las eras, el principio del renacimiento, el principio del mundo, la apertura para vivir como un bodhisattva. El maestro original, esta fuente siempre viva, aunque no puedan nombrarla, el bodhisattva la siente viva en su corazón y en su mente, aunque no pueda captarla con su intelecto, siempre está ahí. No es posible separarse de este maestro original. De modo que saben dónde se encuentran, pueden iluminar la lucha existencial y el espacio, pueden sostener el Camino de Buda, sostenerlo para toda la humanidad. Sobre todo, nunca abandonen a la humanidad.

## Zazen 8

Así que Sekito dice:

*Es lo más alto, nada puede superarlo.*

*Una ventana brillante bajo los verdes pinos*

*no puede compararse con un palacio de jade o una torre de oro.*

Así que este retiro es también una ventana brillante en medio de los Prealpes, en medio de un paisaje de llanuras y montañas, una casa en esta colina que alquilamos, que no poseemos. Es nuestro hogar por el momento y por eso todo es sencillo, las comidas son sencillas y buenas, el descanso es sencillo, zazen es sencillo y nuestra sangha también es sencilla. Esto no se puede igualar.

Así que un palacio de jade, una torre de oro, realmente a nadie le interesa. Pero ganar la lotería, soñar con adquirir, el encanto de las ilusiones, buscar el satori, la mente ordinaria siempre desearía ganar. Por ejemplo, Eno, el sexto patriarca, todo lo que la gente ordinaria valora, lo perdió. Tuvo que abandonar el templo por la noche porque existía el peligro de que los demás le asesinaran a él y al abad del templo, el quinto patriarca. Tuvo que huir, lo perdió todo. Así que zazen no es ganar nada. Etienne dijo: "En el fondo de nuestra mente, precioso o no precioso, noble o vulgar no existe. *Deja tu capa de rey y abandona tus harapos de mendigo*".

Lo mismo se puede encontrar en la enseñanza del Tenzo Kyokun de Dogen: "No hagas distinción entre una simple sopa y un plato selecto. La sopa en sesshin es más para el invierno. No hagas ninguna diferencia entre unas simples verduras y arroz y un manjar. En sesshin, una comida sencilla es un manjar para nosotros. No se puede superar, como la verdad del momento. Ahora una comida simple, buena para el cuerpo, fácil para la mente, no falta nada. Todo el universo está también en esta comida sencilla. Se necesitan las verduras y la tierra, el agua y el sol, el trabajo de la cosecha, el trabajo de la preparación, las vitaminas, las calorías para asegurar que nos mantengamos vivos, todo esto es felicidad. Y esto no se puede sobrepasar, no hace falta jade ni una torre de oro.



---

## Zazen 9

Termino la primera parte del poema de la choza de paja de Sekito. Dice así:

*Sentado con la cabeza cubierta, todos los fenómenos se calman  
El monje de la montaña ya no entiende nada de nada.  
Vive donde está y no hace ningún esfuerzo por liberarse  
Quien quisiera disponer asientos para encantar, y seducir discípulos.*

La cabeza cubierta era para mantener la cabeza caliente. Así que se ponían el kesa en la cabeza para no congelarse. Sekito dice: el monje de la montaña ya no entiende nada. Esto no significa que se haya vuelto totalmente estúpido. Ya no entiende nada del funcionamiento del mundo común.

Estaba mirando la fecha de nacimiento del padre de nuestro amigo por el que vamos a celebrar la ceremonia tras su muerte. Nació en 1921 en Alemania, con el infierno por delante. Hoy, Yemen, Siria, África, también están en el infierno, y al mismo tiempo están las grandes y costosas tiendas que llenan el nuevo aeropuerto de Estambul. Por todas partes el mundo común se vuelve incomprendible. Así que este monje de montaña ya no entiende nada de este mundo, ya no entiende nada de los apegos, se ha liberado de ellos, ni de los seis mundos de interminables peregrinaciones. ¿Por qué vivir con su mente en el mundo animal, o vivir en el mundo de los asuras, los guerreros, los semidioses, como los titanes de la mitología griega? ¿Por qué y cómo dejar que la propia mente se pierda en el infierno?

Los seis mundos del samsara, de la transmigración sin fin, son el mundo del infierno, el de los seres hambrientos, el de los animales, el de los humanos, el de los guerreros y el de los dioses. El bodhisattva vive allí para salvar a sus hermanos y hermanas humanos, sin apegarse a nada, a ningún espejismo de estos mundos comunes.

En su choza de paja donde no hay nada de valor, con su mente plenamente liberada es libre, no tiene que hacer más esfuerzos para liberarse de nada. Siempre son los presos los que piensan en la libertad, las personas libres no piensan en la libertad, es natural que la vivan, no van y discuten sobre

---

la libertad. No sé. ¿Se puede mantener una mente libre en todas las circunstancias? Para saberlo, hay que experimentarlo uno mismo. Especialmente cuando vemos el mundo actual y los horribles tiempos turbulentos de la historia, ¿cómo podemos mantener la mente libre?

Así que este monje de la montaña me recuerda un poco a la carta del tarot el Loco. Mate viene del árabe, significa muerte, como en el ajedrez, no se puede mover. No tiene número, no tiene lugar en el mundo, está fuera del mundo común como suspendido. La gente lo ve como un loco, por dentro es completamente libre. Puede reír cuando quiera, ser ligero.

¿Qué preferimos? ¿Queremos pasar nuestro tiempo tratando de liberarnos en nuestra mente o queremos cortar a cada instante y simplemente ser libres? Este es el satori inmediato. Cesar en el instante de seguir nuestras ideas comunes y volver a nuestros votos de bodhisattva. En zazen, por supuesto, todos estos fenómenos se desvanecen, las ideas negativas y recurrentes desaparecen. Se desvanecen con la condición de que no escarbes en ellas. Si durante zazen comienzan a escarbar las ideas, lo primero que hay que hacer es dejar de escarbar. Después tendrán que afrontarlas, tendrán que decidir, tendrán que actuar, pero si mantienen la mente despejada, les resultará más fácil. El monje de la montaña ya no se esfuerza por liberarse, camina tranquilamente por la tierra, todos los seres le acogen, entrega todo su tiempo.

En el mundo actual vemos mucho en Europa, en Estados Unidos, que empieza a haber una supremacía de la mente superficial, ya no hay una mente profunda. La gente ya no lee, ya no alimenta su imaginación profunda, es el mundo de lo inmediato, es el mundo del karma. Hay que ir hacia el mundo de toda la naturaleza, es fácil de entender. Está la frase de Sekito que en aquel tiempo estaba solo en su choza de paja, seguramente había otros patriarcas u otras personas que iban en busca de discípulos, atrayéndolos con una pequeña lombriz de tierra. Luego mordían el anzuelo y saltaban a la cesta. Así que a Sekito eso le da igual. "Quién quisiera disponer asientos para encantar, y seducir discípulos". Es verdad que comparado con la libertad, con intentar que todos se abran a su libertad, que todos se abran al más allá de la sabiduría, de la alegría interior, liberar a todos los practicantes, a todos, decirles adelante,

---

eres libre, entonces disponer de sillas o sillones para sentar a sus discípulos parece ridículo.

Entonces, sean como una locomotora. En un tren nada se mueve si no hay locomotora. No miren atrás para ver si los vagones están enganchados. Etienne nunca miró a ver si había gente en los vagones, no le importaban los vagones, le importaba su libertad, lo que tenía que hacer. Y él mismo nunca dijo que tenía discípulos. También murió joven. Cuando murió, llevaba haciendo zazen ¿cuánto? ¿Quince años, veinte años? La vida de cada uno es absoluta. Un maestro Zen no está ahí para seducir discípulos. Es sólo alguien que camina junto a ellos, que intenta acompañarlos lo mejor que puede, que también se las arregla consigo mismo y que también les deja arreglárselas.

Tener que arreglárselas en un dojo, en una sangha, es la oportunidad de encontrarse frente a esta enseñanza de uno mismo, es la oportunidad de crecer, la oportunidad de tener que poner al que escucha en el armario y lanzarse sin miedo a la libertad. A veces la libertad da miedo, ¿qué voy a hacer? ¿Adónde voy a ir? Si todos los caminos están abiertos, si todas las puertas están abiertas, en la encrucijada, ¿qué voy a hacer?

Todos vamos a experimentar un poco este periodo. Cada uno deberá ser responsable de la Vía, de la Ley. Tenemos que empezar a decirnos a nosotros mismos que no podemos pedírselo a otro, que no podemos esperar a que otro decida por nosotros, tenemos que coger al bebé en nuestras manos, alimentarlo, ayudarlo a crecer, para que él también pueda ser libre.

Llevaba cuatro o cinco años haciendo zazen cuando murió mi maestro. Comprendí que en el zen estaba solo. También comprendí que él siempre estaría conmigo. Comprendí que debía continuar la memoria de mi escuela, no puedo expresarlo, pero es todo un estado de espíritu. El resto vino por la experiencia, leyendo mucho para que la práctica del Zen penetrara en mis huesos, mis músculos, mi sangre. Pero no esperen a que alguien les sirva el Zen en un plato. Es preciso llegar hasta el final uno mismo con valentía y alegría. Esto también es teatro, el teatro de la vida. No piensen: ¡sí, pero! En vez de eso, piensen: voy. Voy por el camino de los bodhisattvas, tengo fe total y piensen que si hay un solo bodhisattva en este camino, son ustedes. Así que



continúen y continúen, y continúen, y continúen, dijo Etienne el satori de los budas vivos.

---

## Zazen 10

Así que Sekito construyó una choza de paja en la que no hay nada de valor para lo mundano. Y juntos creamos este campo de verano en una casa que alquilamos en la que montamos este dojo en el que no hay mucho valor para lo mundano. Que podrían hacer con un mokugyo, un kyosaku, campanas como objetos tal vez, la estatura de Buda es una pequeña estatua, no tenemos un gran Buda dorado, algunas fotos. Todo esto adquiere significado, valor, a través de nuestra práctica de la Vía, nuestra práctica de zazen ahora. Los Budas continúan su práctica de zazen. Es nuestra práctica hoy, ahora, la que hace que, debido a la transmisión a través de los tiempos, el Buda, los Patriarcas, a través de la India, China, Japón, no se queden como nombres en los libros sino que los actualicemos de forma viva, ya que zazen es la postura de los Budas y Patriarcas, con el kesa de la sangha, de los Budas y Patriarcas.

Incluso el campo de verano terminará, es impermanencia, pero cada momento es en sí mismo la totalidad del campo de verano. Las compras para comer hasta el final ya se han hecho, todo es normal. En la cabaña de paja no hay que añadir nada. Este es precisamente el espíritu, en la cabaña de paja no hay nada que añadir. Si alguna vez se necesita algo para la cocina, cuyas comidas son muy buenas, muy sencillas, con mucho cuidado en los sabores, todo es perfecto, no hay nada que añadir pero si alguna vez se diera el caso, hay que pedírmelo primero. Con toda nuestra actitud mental, la misma actitud mental que sampai enfocamos todo lo que hacemos, también comer. También tenemos que enfocar con esta mente, no sólo el comer sino también el beber, lo cual disfrutamos.

Así que el poema de la cabaña de paja es un poema sobre la actitud de la mente, la mente viva. Se puede captar su delicadeza, una choza de paja está hecha de cada hebra de paja. Como un campo de verano, una sangha está hecha de cada uno. Es gracias a cada paja que la choza se mantiene en pie y así tenemos algo sobre nuestras cabezas. Así que Sekito construyó una choza de paja en la que no hay nada de valor para lo mundano. Y juntos creamos este campo de verano en una casa que alquilamos en la que montamos este dojo en el que no hay mucho valor para lo mundano. Que podrían hacer con un

---

mokugyo, un kyosaku, campanas como objetos tal vez, la estatura de Buda es una pequeña estatua, no tenemos un gran Buda dorado, algunas fotos. Todo esto adquiere significado, valor, a través de nuestra práctica de la Vía, nuestra práctica de zazen ahora. Los Budas continúan su práctica de zazen. Es nuestra práctica hoy, ahora, la que hace que, debido a la transmisión a través de los tiempos, el Buda, los Patriarcas, a través de la India, China, Japón, no se queden como nombres en los libros sino que los actualicemos de forma viva, ya que zazen es la postura de los Budas y Patriarcas, con el kesa de la sangha, de los Budas y Patriarcas.

Incluso el campo de verano terminará, es impermanencia, pero cada momento es en sí mismo la totalidad del campo de verano. Las compras para comer hasta el final ya se han hecho, todo es normal. En la cabaña de paja no hay que añadir nada. Este es precisamente el espíritu, en la cabaña de paja no hay nada que añadir. Si alguna vez se necesita algo para la cocina, cuyas comidas son muy buenas, muy sencillas, con mucho cuidado en los sabores, todo es perfecto, no hay nada que añadir pero si alguna vez se diera el caso, hay que pedírmelo primero. Con toda nuestra actitud mental, la misma actitud mental que sampai enfocamos todo lo que hacemos, también comer. También tenemos que enfocar con esta mente, no sólo el comer sino también el beber, lo cual disfrutamos.

Así que el poema de la cabaña de paja es un poema sobre la actitud de la mente, la mente viva. Se puede captar su delicadeza, una choza de paja está hecha de cada hebra de paja. Como un campo de verano, una sangha está hecha de cada uno. Es gracias a cada paja que la choza se mantiene en pie y así tenemos algo sobre nuestras cabezas.

## Zazen 11

Sekito continúa:

*Gira tu luz hacia dentro y da media vuelta.*

*La fuente es infinita, inconcebible, no puedes enfrentarte a ella ni escapar de ella.*

No puedes enfrentarte a ella ni escapar de ella. Hay un texto de Wanshi que arroja luz sobre esta frase. Entonces Wanshi, que es un maestro muy poético, en la página web del dojo he traducido algunas obras de Wanshi que son magníficas, dice:

*"La principal tarea de un monje que lleva el kesa es practicar la esencia discerniendo en cada momento de los acontecimientos la fuente brillante que irradia sin discriminación alguna, de un solo color y sin manchas"*. También podemos decir que en cada acción, en cada cosa que sucede, podemos discernir la dimensión del Buda. Aquella en la que no separamos nada, no está contaminada por nuestras proyecciones y en la que no discriminamos. Y esto en cada momento. Discernir lo que da sentido, lo que da vida, en cada momento de nuestra vida, es precisamente esta luz que poseemos en nuestro interior, esta fe, esta confianza, esta delicadeza de observación, de pensamiento y esta determinación a sabiendas de que eso es todo.

Wanshi continúa:

*"Hay que girar hacia el interior para poder captar la fuente. A esto se le llama continuar el deber de la familia - que es la familia de Buda. No sigas las modas cambiantes, trasciende la dualidad de luz y sombra"*.

Quizá habrán oído que en el análisis junguiano existe el concepto de la sombra: los deseos insatisfechos, lo que queríamos, pero no conseguimos, lo que no nos atrevemos a decir, lo que permanece oculto, pero también tenemos la luz, que consiste en que todo lo que hacemos puede ser observado y transmitido a la luz. Nadie tiene sólo luz, todos tenemos también una sombra. Es inherente a estar vivo y en contacto con la existencia. Trascender, ir más allá de querer sólo luz, ir más allá de perderse escarbando en la propia sombra. El karma de todo el mundo tiene mucha sombra, pero si están aquí es porque también tienen mucha luz. Así que acepten su sombra, úsenla, vayan más allá de ella, no se queden atascados en el lado oscuro de ustedes mismos. No presuman pensando que sólo poseen luz.

---

Todo esto se puede ver si nos giramos hacia el interior. Iluminamos las zonas que nos van bien con la luz, y también iluminamos las zonas de sombra y vemos que, como se dice: la sombra de los pinos depende de la luminosidad de la luna. Como ven, son cosas que parecen de psicología, pero para avanzar como bodhisattva, por supuesto, hay que conocer su sombra, hay que conocer sus miedos, sus obsesiones, sus canales mentales en los que cae, también hay que conocer su indecisión, como si estuviera suspendido, y también hay que mirar su luz. El hecho de poder difundir esta luz a nuestro alrededor, de poder dar mucho, de poder renunciar sin perder nada importante. Si encendemos otra vela con una vela, la luz de nuestra vela no disminuye. Toda esta luz, podemos decir toda esta confianza en el Buda, que se ingiere y se digiere, en ese momento se puede a su vez girar hacia sí mismo y como dice Wanshi: *"Surge la oportunidad de darse la vuelta, entrar en el mundo y cumplir sus condiciones. Cada mota de polvo es enteramente propia, ningún dharma es de nadie más. Sigán la corriente y remen con naturalidad, sin obstáculos"*. Es decir, esforzarse.

Que cada uno declare su verdadera naturaleza, un ser humano conectado con todo, pero también conectado con todos los átomos del universo que proceden de mucho antes de que nacióramos y de los que estamos hechos, una forma de vacío. Volviendo al origen. El origen es lo que queda cuando has eliminado todo lo inútil de tu mente, la fuente. Por eso Sekito dice que es infinito, inconcebible. No puedes enfrentarlo ni escapar de él. Por ejemplo, un judío no puede enfrentarse a Yaweh, pero tampoco puede escapar de Yaweh. En el budismo esotérico no puedes enfrentarte a Vairocana, no puedes escapar de él. No puedes enfrentarte a la Vía ni escapar de ella.

En cuanto a la fuente, me hace pensar: alguien dijo quiero encontrar la fuente del agua. La fuente del río viene de alguna parte. Allí tendré agua pura, la beberé. Así que remontó el río, se dio cuenta de que el agua salía de la tierra. Se dijo a sí mismo: bueno, el agua que sale de la tierra es buena porque ha vuelto a la tierra a través de la lluvia y el deshielo de la nieve y los glaciares. Es de suponer que esta agua procede de las nubes de lluvia, y sí, pero las nubes de lluvia proceden de la evaporación del agua de los océanos. Y este río va a desembocar en el océano. Entonces, ¿dónde está la fuente? Así que es inconcebible, infinito, lo que significa que no es finito, no podemos medirlo, no podemos atraparlo.

---

El budismo es principalmente una práctica de nuestra vida. Entonces, ¿cuál es la fuente de nuestra vida? Si sostuviéramos la fuente de nuestra vida, sabríamos exactamente dónde estamos, siendo íntimos. Si vemos esto, nos damos cuenta de esto, esta es la fuente del universo. Nuestra vida, no podemos tenerla frente a nosotros, está en todas partes. No podemos tenerla en nuestras manos o en un pensamiento. Pero al mismo tiempo estamos vivos, así que no podemos escapar de ella. Todo esto es un ciclo del que formamos parte, como el anillo de la Vía. ¿Cuál es la fuente de nuestra práctica? Al final, la fuente de nuestra práctica está en nuestra propia práctica.

Por supuesto que la fuente soy yo, dice el huevo, ah no dice la gallina soy yo quien te ha puesto. Y entonces el huevo le dice: ¿pero de dónde vienes? Y sin embargo tenemos la fuente, es la fe, la confianza, la determinación, la apertura, las tres prácticas puras, los votos del bodhisattva, los preceptos. Si observamos algo que se acerque a la verdad en el budismo, que es una cuestión de nuestra experiencia vital, no está en los textos que tenemos que interpretar, aunque nos dé una especie de aroma. Por ejemplo, hueles a salsa, pero en realidad no puedes encontrar dónde está la olla con el asado.

Así que hay que confiar en uno mismo, no en el ego, sino confiar en uno mismo como Buda. En ese momento, como dice Wanshi, *todo el polvo es enteramente tuyo y puedes discernir en cada momento en los acontecimientos esta fuente brillante*. De lo contrario los acontecimientos, la vida es simplemente plana.

---

## Zazen 12

En el Zen la propia experiencia, la comprensión por uno mismo es como todo aquello que hacemos: comer, dormir, ir al baño, todas estas cosas las realizamos nosotros mismos. Al mismo tiempo, he aquí justo la siguiente frase de Sekito, sólo esta frase: "Conoce a los viejos maestros y entra en intimidad con sus enseñanzas".

Cuando enseñaba, con él todos practicaban gyoji, la práctica interminable que dura toda la vida y continúa por parte de todos los antiguos maestros y Budas. Etienne dice: "Es impregnar completamente el cuerpo y la mente con la fragancia de la práctica de zazen". No dice medio zazen, no medio, medio algo, ese es el significado de sólo zazen. De la misma manera que una excursión a la montaña, no se hace una excursión a la montaña a medias, no se mira la naturaleza a medias, no se vive a medias. No hay espacio entre la postura de zazen y uno mismo.

Así que la enseñanza de los antiguos maestros es gyoji, zazen. También estaban vivos, también hacían muchas cosas, se ocupaban del jardín del monasterio, se ocupaban de los problemas del templo, se ocupaban de los monjes jóvenes y lo hicieron durante toda su vida. Intimar con los viejos maestros no tiene nada que ver con ser un auditor y leer sus enseñanzas como si se leyera lo último de Blake y Mortimer. En cierto modo, es convertirse uno mismo en los viejos maestros. Es algo que no se puede explicar, está en el cuerpo y en la mente. Es algo vivo. Así que cada uno sostiene su determinación con la íntima conciencia de que lleva dentro de sí la determinación de todos los viejos maestros. Cada uno se beneficia de las enseñanzas, lo ve inmediatamente porque lleva dentro de sí todas las enseñanzas de los antiguos maestros, gyoji, zazen y estos grandes movimientos le hacen saber que nunca abandonará. La enseñanza de su propia vida, su gyoji, está íntimamente mezclada con la de todos sus pares. Es también una manera de intimar con uno mismo.

También hay un sentido de humildad en las enseñanzas de todos estos viejos maestros. Y al mismo tiempo, nosotros, que practicamos ahora, también tenemos una mente nueva. No vamos a hacer exactamente lo mismo, no vamos a pensar exactamente lo mismo, a veces incluso las cosas nos harán reír y otras nos marcarán profundamente. No se trata de ser los guardianes de un templo vacío o muerto, sino de mantenerlos vivos en nosotros mismos. Por ejemplo, cuando hablamos de Fuyo Dokai, él mandó a la porra al emperador. Todo el mundo puede sentirlo en su vida.

---

Dijo: *"Si no tengo suficiente arroz, pondré agua, ustedes tendrán agua de arroz. No tengo arroz. Entonces tendrán té y si no tengo té entonces tendrán agua. Si no tengo agua no tendrán nada y si no les gusta váyanse a otro sitio."*

Otros maestros muy viejos conservaban sus sillas medio rotas, no querían arreglar las goteras del tejado, cuidaban de sus jóvenes discípulos como abuelos. Algunos crearon enormes misiones y otros se quedaron en sus rincones practicando zazen tranquilamente. Pero nosotros, en medio de todos ellos, tenemos que permanecer con la mente fresca. No se conviertan en viejos monjes, ni en monjes antiguos, diciendo ¡ah! Soy un monje antiguo, eso es patético. Soy un monje nuevo, abro mi mente, me intereso por la práctica, por el gyoji de cada día y con todo eso desempolvo también a los viejos maestros.

A la vez interiorizando las enseñanzas de los viejos maestros, pero no solo, también conociéndolos. Obviamente no sus huesos o sus grimorios, sino su vida, la enseñanza de su vida, de todo lo que estaba vivo en ellos. Siempre es cuestión de abrir las manos, de abrir la mente, de lo contrario acaban como el guardia suizo en el Vaticano. Está allí con su alabarda, vigilando al Papa. Lin-chi, Rinzai, gritó a sus monjes: "¡Atrápenlo vivo! Conoce a los antiguos maestros vivos, entra en intimidad con sus enseñanzas vivas, ahora, en tu vida ahora."



---

## Zazen 13

Continúa el poema de Sekito sobre la choza con techo de paja:

*Ata la hierba para construir una choza y nunca la abandones*

*Deja pasar los siglos y descansa completamente*

*Abre las manos y camina inocente*

Etienne dice: "No hace falta cortar la hierba, basta con atarla, anudarla". También se dice que estamos habitados por nuestro karma y que este karma es dinámico, es decir, cada una de nuestras acciones también es libre y modifica este karma. A veces hablamos de cortar el karma, pero no es posible cortar el karma por completo. No podemos cortar todo ese mundo que está dentro de nosotros. Así que Sekito dice: ata las malas hierbas. Utiliza las malas hierbas, utiliza tu karma, utilízalo para el bien de todos. Entiende ese karma y ve cómo sacar energía de acción de ese karma para crear buen karma. Alguien que tiene un karma de responsabilidad, que lo utilice para el trabajo para el bien de todos. Alguien que tiene un karma para el que las relaciones son muy importantes, que lo utilice también. Cualquiera que sea el karma, debemos tratar de cortar la parte mala aceptando que todavía hay indicios de ella y sobre todo utilizarlo dinámicamente para la acción.

En el Mahayana nuestro karma es un karma universal. Cargamos con el karma de toda la tierra, del universo y de todos los seres. Así que cambiarlo un poco también por todos los seres. No es una cuestión de tiempo, ya sea en el momento o en kalpas, debemos continuar. También dice: abre las manos. Es decir, no se aferren a algo. Si abrimos las manos la arena fluye, el agua fluye, pero sobre todo acepten todo lo que viene, tómenlo en sus manos. Es como el cuenco vacío. En un cuenco vacío se puede poner de todo. Si por el contrario tenemos la mente como un cuenco lleno, no podemos añadir ni una gota de agua.

Les leeré algunos comentarios de Etienne. Ya saben que Etienne nació en 1946 en Budapest, Hungría, judío. Deshimaru llegó a París en 1967. No sé exactamente cuándo Etienne se unió a Deshimaru. Tenía entre 21 y 25 años. Cuando Deshimaru murió, Etienne tenía 36 años. En realidad, Etienne practicó relativamente pocos años con Deshimaru, como todos sus discípulos, 14-15 años como máximo. Ustedes saben que cuando se conoce a alguien, no se trata necesariamente de la acumulación de

---

años o de cantidades de kusen, a veces pueden ser sólo algunas frases insignificantes para los demás, pero de repente se tiene la sensación de existir a través de este compañero de Vía. Y luego más o menos, seamos modestos, con el paso de los años tu vida cambia. Luego muere. ¿Qué queda? Algunas frases, encuentros y lo inasible.

En sus comentarios Etienne dice las siguientes frases:

*"Zazen no es tan fácil. Sólo la postura - para Etienne era muy simple, la postura, la postura, sólo la postura. Pero se trata de lo más elevado, lo más noble, sin ninguna mezcla, totalmente puro. Esto es el Shobogenzo Nehan Myoshin, el tesoro de la Verdadera Ley, el maravilloso tesoro del nirvana. No es fácil. Es como un viejo koan Zen: un maestro le dice a su discípulo: "¿Ves ese mástil de bambú? Sube hasta arriba y luego, por favor, da otro paso". El discípulo dice no, no puedo, me caeré, me romperé el cuello. ¿Por qué me pide esto? Así que esta es la práctica interminable de dar siempre un paso más en un mástil de bambú de cien metros, aunque se tenga miedo, se esté asustado o desanimado. Es como atar la hierba.*

Pensé: cuando Etienne murió no se trataba de dar un paso más, sino de que ya no quedaba mástil.

Todo el mundo en un dojo, en un momento u otro, tiene que dar un paso más. Pero no es un paso más en medio del mástil para llegar a los dos tercios del mástil. Es un paso más allá del mástil. Así que, por favor", dice Etienne, "nunca abandones esta cabaña. Nunca abandones este metro cuadrado de tu zafutón, nunca abandones tu lugar de práctica.

---

## Zazen 14

El final del poema de Sekito. Dice:

*Abre tus manos y camina inocente*

*Los millares de palabras, la infinidad de concepciones existen sólo para liberarte del apego*

*Si quieres conocer al hombre inmortal en la cabaña, por favor no escapes de este saco de piel.*

Abran las manos y al mismo tiempo abran la mente, inocentes como niños, niños que juegan. Es una frase sencilla. Etienne dice: "Tienes que crear en la vida la verdadera frescura, nueva, siempre nueva, la choza con el techo de paja. Así que todas las palabras, todas las concepciones, al final toda la enseñanza existe sólo para liberarse del apego". Así es en el budismo, no hay revelación.

La primera enseñanza de Buda fueron las cuatro nobles verdades. Por lo tanto, son las cuatro nobles verdades que les ayudan, si las comprenden, las practican, a liberarse de sus apegos. Es bastante sorprendente que digamos verdad, no es una verdad estática. No es como un mandamiento, todo lo que Buda dijo fue para ayudar a los seres, no para clavarles una verdad de la que nadie pudiera escapar. Al final explicamos las palabras con otras palabras, pero entendemos estas palabras con nuestra mente. Al mismo tiempo debemos liberarnos de las palabras, comprender más allá de las palabras, más allá de las frases. Es como el aroma del incienso cuyo humo ha desaparecido. Si se ven todas estas palabras, todas estas enseñanzas desde la mente, al final no tienen esencia. Si se comprenden todas las palabras desde la propia práctica en la que se combina la comprensión del cuerpo, frente a cada palabra el cuerpo reacciona, en ese momento se puede ir más allá de las palabras.

Siempre es lo mismo. En la física de partículas hay una cosa que no tenemos ni idea de lo que es. Así que le dimos un nombre: quarks. Nadie sabe qué son los quarks, es sólo un nombre en un modelo. Pero más allá de eso, sin quarks, sin el campo de Higgs, que tampoco sabemos lo que es, no habría materia. Así

que la materia que creemos saber lo que es, se ha convertido en algo sólido, como estar atado a las palabras.

Ese es el problema con los llamados sravakas, los auditores, sin atención van en una dirección en la que escuchan palabras, que son entonces como peces muertos. Creen que están escuchando la verdad cuando lo interesante es que se liberen a sí mismos. Sí mismos. Toda la enseñanza Zen es lo que se llama una enseñanza salvífica, para salvar a la gente de sus apegos, de sus deseos agobiantes. Las mil palabras, todas las concepciones no van a enseñarles la práctica, pero a partir de su propia práctica entonces pueden comprender las mil palabras y utilizarlas para liberarse. Desde la propia práctica se puede comprender el ego y utilizarlo para la liberación, pero desde el ego no se puede comprender la práctica.

Se cuenta la historia del monje que estaba colgado de una rama de un árbol por los dientes. Bajo el árbol había un tigre hambriento. Llegó un hombre y le preguntó: ¿qué es la verdad? Si responde, abrirá la boca y el tigre se lo comerá. Si no contesta, no es un error. Así que hay que entender que aunque se abra la boca no caemos. Incluso si se mantiene la boca cerrada, dice Etienne, se puede expresar la verdad. Si continúan su práctica, entonces todas las palabras se convierten en libertad. No se apeguen a las palabras, ni al ego, ni a su karma, sino que utilícenlo todo para liberarse. El Zen no les dice exactamente de qué deben liberarse, pero todo el mundo puede entender lo que significa ser libre.

---

## Zazen 15

Un poco de historia, el sexto patriarca, Eno, fue realmente el fundador del Chan, por así decirlo. Eno tuvo seis sucesores en el Dharma, algunos de los cuales fueron famosos por acontecimientos, como Yoka Genkaku, de quien se dijo que fue visitante durante una noche y se marchó. También estuvo aquel que obtuvo el título de Maestro Nacional Nan'yo Echo, pero de estos seis sucesores sólo dos tuvieron sucesores. Por un lado estaba Seigen, quien tuvo un sucesor Sekito. Sekito tuvo sucesores cuyos linajes se extendieron y otros cesaron. Principalmente Sekito es la fuente del Soto Zen, que en chino se llama Caodong. Pero también los linajes Yunmen y Fayan. El linaje Caodong se convirtió con Dogen en el Soto Zen en Japón. Los linajes Yunmen y Fayan finalmente se fusionaron con los demás. El otro sucesor de Eno, Nangaku, tuvo como sucesor al famoso maestro Baso. Así que Seigen, Sekito, Nangaku y Baso vivieron los cuatro simultáneamente durante décadas. Y Baso dio origen a dos líneas, la línea Lin-chi llamada Rinzai, y otra llamada Iggyo. Por eso este periodo se llama el florecimiento de las cinco escuelas.

En aquella época, el soto y el lin-chi no estaban realmente separados, sino que iban el uno hacia el otro. Sólo los linajes Soto y Rinzai han sobrevivido hasta los tiempos modernos. En el Soto Zen, Sekito es muy importante y en el Zen Rinzai, Baso es muy importante. Si se leen las conversaciones de Baso, se puede ver un poco la diferencia entre Sekito y Baso. Sekito sobre su roca, en su choza de paja, tranquilo y Baso muy poderoso. Era enorme, parece, ocupaba mucho espacio. Sekito probablemente no tanto. Estos son dos patriarcas muy importantes en la historia del Zen.

Sekito vivía en su choza de paja y la última frase de su poema:

*Si quieres conocer al hombre inmortal que vive en la choza,  
no te escapes de esta bolsa de piel.*

Por supuesto que Sekito no era inmortal. Lo que es mortal pasa y el hombre inmortal: ¿qué es lo que no muere en nuestra vida? ¿Qué es lo que es

---

inmortal? El maestro Deshimaru dijo: ante la muerte, ¿qué se vuelve importante en nuestra vida?

Continúo con los comentarios de Etienne: "Este es el significado del sabio inmortal, lo que va más allá. Es encontrarse con esa inmortalidad. Comprenden que está más allá. Lo que está más allá de nosotros mismos. Encontrar esa inmortalidad es el deseo de toda la humanidad, de todos los seres humanos. El ego quiere volverse inmortal, mantener una juventud inmortal, continuar con un cuerpo de campeón olímpico, una sexualidad que no disminuye, una mente tan aguda como siempre. Al final no importa mucho. Al final regresas a lo esencial, no sólo al final, con la vida te vas a lo esencial, a eso se refiere con el encuentro con el hombre inmortal en la choza. Esta es también la práctica sin fin, mucho más importante que cualquier palabra.

Para encontrarse con lo universal en ustedes mismos, para encontrarse con aquello en ustedes que no muere en su vida, la cosa más allá, la fuente, un poco de sabiduría, paz mental, e incluso, por todo aquello no escapen de este saco de piel. En el budismo indio les gustaba decir saco de piel, entrañas apestosas, practicar la meditación en los cementerios. Ya se diga saco de piel o cuerpo puro, se sigue estando en el cuerpo. Es decir, la realidad no está desconectada, no existe sólo en la mente. No estamos desconectados, no escapemos, no huyamos hacia lo místico. Conocer al hombre inmortal es aquí y ahora, el vivir. Y como zazen es aquí y ahora, es lo vivo.

Por supuesto todo esto es si quieren conocer al hombre inmortal en la cabaña, eso es si quieren. Para comprender también me parece esa parte de la que provenimos, que es la totalidad de las cosas antes de que nazcamos, y que finalmente dio lugar a un espermatozoide y a un óvulo. Ellos mismos provienen de los átomos. Y luego volvemos a este mundo indeterminado. Después de la muerte es el mismo mundo que antes de nacer. Pero nuestro ego no está en esos mundos, nuestro ego es mortal. Más allá, en la gran continuidad de la vida, las cosas, las personas aparecen y vuelven a diluirse. Es en este sentido que se llama el hombre inmortal, en la cabaña, no en el cielo, ni en el infierno, ni en el purgatorio. El hombre inmortal está en la cabaña, está aquí, ahora, aquí en este dojo. Y para encontrarse con él hay que permanecer en el saco de la piel.

---

Pueden ver las diferentes dimensiones, todo es relativo en la vida. Pero también se puede ver antes del nacimiento, después de la muerte, los átomos, las moléculas, el movimiento de las mareas, el sol sigue ahí que hará crecer las flores que se alimentarán de nuestras cenizas. Todo esto continuará, quizás un día los mismos átomos se encuentren en un espermatozoide en otro lugar. Este es el gran ciclo dinámico del Dharma.

También quería compartir con ustedes algo más íntimo para mí, pero lo comprenderán, creo, ya que en el futuro estaré menos aquí. Quería hablar de esto porque forma parte de los comentarios de Etienne, no piensen que quiero ponerme en evidencia hablando de mí, es más bien una cuestión de profundo afecto.

A veces hablamos de linajes, decimos el linaje como si se tratara de una institución, de un organigrama. A menudo los linajes son más linajes del corazón, del amor, de los compañeros, de los compañeros de la Vía. A veces no son exactamente como los define alguien o se definen en alguna parte. A veces ni siquiera existen objetivamente. Sucedió así, en un encuentro, como cuando conoces a alguien. Y así, ya sea un linaje objetivo, un linaje subjetivo, un linaje místico, pueden ser conexiones muy profundas que quizás continúen.

Así que en sus comentarios Etienne dice: "El hombre inmortal es la imagen misma del hombre sabio". Este es el kanji Sen. Taisen Deshimaru lo tiene en su nombre. Así que Sen es el hombre sabio, también dice el hombre inmortal y en el sentido del taoísmo también significa el ermitaño. Así que Taisen Deshimaru, Taisen significa gran sabio. Y Etienne dice: "En mi nombre también Senku, es el mismo Sen. Senku significa el sabio del vacío, la sabiduría del vacío. Y cuando leí eso mientras preparaba lo que quería decirles, pensé que tal vez el Sen en el nombre Keisen es el mismo Sen que en Taisen y Senku, acompañado de Kei, que significa respeto. Para mí Keisen significa tanto respeto por el sabio, el hombre inmortal, el ermitaño, como respeto por Taisen y respeto por Senku, Etienne.

Todo lo que he dicho en este dojo durante los últimos veinticinco años o más ha salido de la fuente de ese espíritu íntimo que tuve con Etienne. He añadido un par de cosas porque tuvimos vidas diferentes, pero la esencia, creo, proviene de Mokusho, la iluminación silenciosa, y Senku, la sabiduría del vacío.

Tal vez por eso me llamo Keisen. Y por eso me gustaría, anhelo que este espíritu continúe. También espero que todo el mundo encuentre, como dijo Sekito, al hombre inmortal en la cabaña y allí, más allá, más allá de su propio saco de piel, pero aún dentro. En el Zen siempre hay que abrazar las contradicciones.

Así termina el poema de Sekito, que se puede encontrar por todas partes en Internet. Refleja realmente el Zen Soto, el Zen del zazen, de la iluminación silenciosa, de mucha luz interior. Comprendan también que toda esta enseñanza en la que trabajo, me la dirijo a mí mismo y como no estamos separados la comparto con ustedes.

Más allá de todo, lo más importante es continuar el zazen vivo una y otra vez durante toda tu vida.