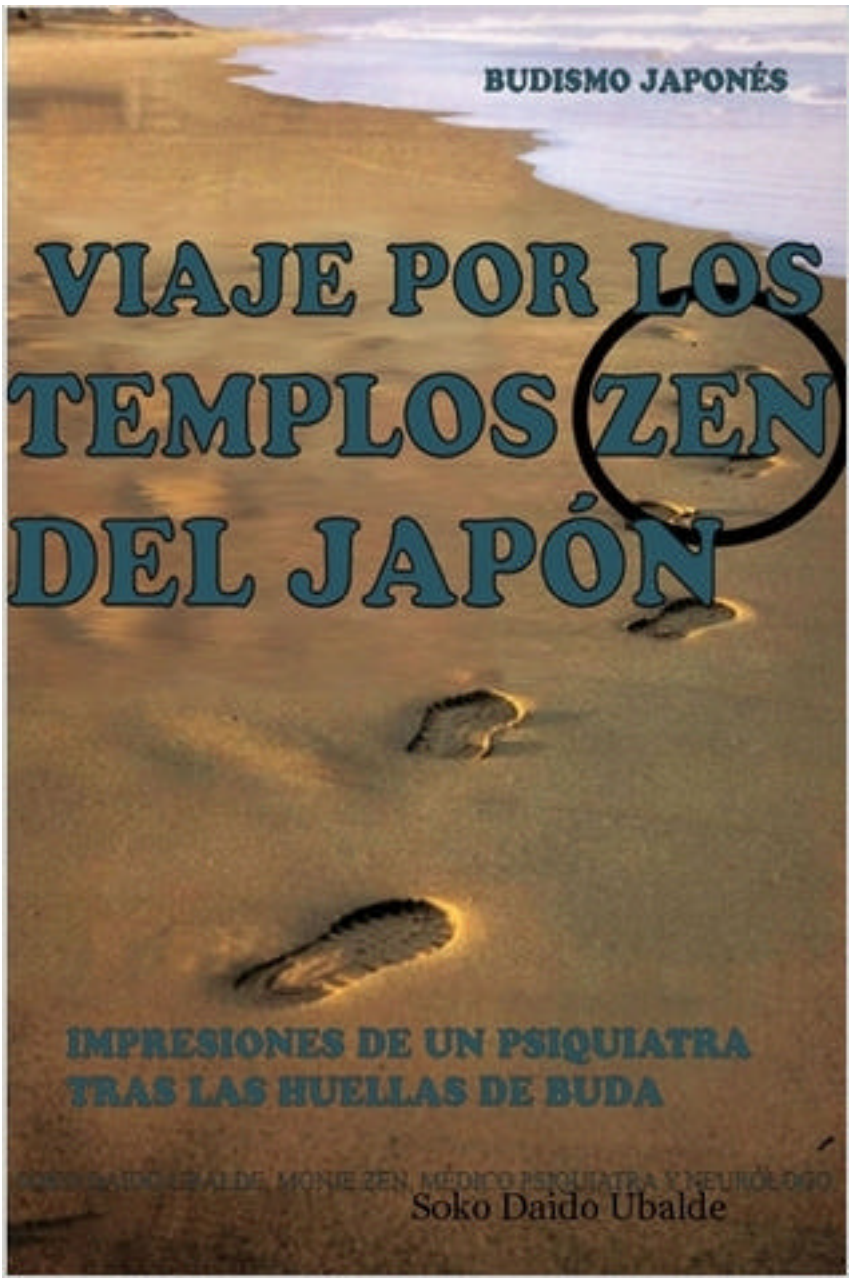

BUDISMO JAPONÉS
VIAJE POR LOS TEMPLOS ZEN DEL JAPÓN
IMPRESIONES DE UN PSIQUIATRA TRAS LAS HUELLAS DE BUDA
Soko Daido Ubalde

VIAJE POR LOS
TEMPLOS ZEN DEL JAPÓN

Impresiones de un psiquiatra

TRAS LAS HUELLAS DE BUDA

COLECCIÓN DAIDOJI
TEMPLO DEL GRAN CAMINO
ACTUALIZANDO LA ENSEÑANZA DE LOS BUDAS.

El manifiesto auge de los valores del Tener sobre los del Ser, como tener fama, dinero, belleza, poder, juventud, fuerza..... en las sociedades opulentas y de consumo actuales, constituyen los medios más simples para conseguir satisfacciones a los deseos llenos de objetivos de provecho, ganancia y placer que se edifican sobre el fundamento del ciego egoísmo.
La ambición, el orgullo, la prepotencia, la arrogancia, la codicia, la cólera, la competitividad, la crueldad, la explotación de las diferencias y el abusivo e ignorante uso de las categorías y las opiniones inmaduras, expresan el egocentrismo, el núcleo del apego, el enganche adictivo a esta estructura elemental, aprendida, tan agresiva y depredadora que llamamos Ego.
El Budismo Zen con su Práctica, diluye directamente esta enfermedad colectiva, originando una solución real de aplicación inmediata, voluntaria y al alcance de todos para cada individuo que rechace el egoísmo descrito como única manera de comportarse y no se detenga en los análisis y críticas idealistas o emocionales que suelen escamotear los cambios que sí son posibles y que necesariamente han de comenzar por experimentarse en uno mismo. El que no comienza por ayudarse a sí mismo, no podrá ayudar a otros sino confundirles.
El Editor

Soko Daido

Tenemos mucho gusto mi Shanga y yo en presentar esta colección Daidoji a la gente de habla hispana. Explica sencillamente nuestra experiencia de casi 20 años de Práctica del Budismo Zen.
Deseamos de corazón que se extienda y que otras mentes abiertas la reediten, ya que sólo se han puesto en circulación 150 ejemplares de cada libro.
Los textos que contiene este libro, no están ordenados sistemáticamente. Cada lector habrá de estudiarlos muchas veces y se ordenarán según su comprensión y oportunidad. La mente tiene variados momentos de apertura. Quizás por ello repitamos tanto y con afirmaciones pedagógicamente rotundas por lo que pido disculpas. Sin embargo, todos los comentarios posibles no substituyen a la meditación Zazen, práctica-realización transformadora de por sí. Todas las transcripciones y correcciones, han sido hechas por los componentes de la Shanga.

Agradezco al Grupo de Monjes Zen*, algunos de ellos responsables de DOJO en sus países de origen, haberme permitido acompañarles en este Viaje de Estudios y Práctica intensiva. De edades situadas entre los veintisiete y treinta y siete años, los míos son casi cincuenta, pertenecen a la Shanga de allegados al fallecido Maestro Deshimaru, habiendo sido sus discípulos entre quince y cuatro años. Italia, Francia, Mónaco, Alemania, Suiza. Vietnam y España, fueron y son, Ios países de estos "exploradores".
Con profundo respeto agradezco al Maestro Shuyu Narita y familia, Jefe del Templo Zen de Todenji, de avanzada edad, su compasión, sabiduría y patronazgo continuo.
Sampai para todos ellos, así como para aquellas personas, monjes, civiles, ciudadanos del Japón y cosas que con su amabilidad, su severidad, su indiferencia o su desprecio, han hecho posible la Experiencia.

* Taiten Fausto Guareschi, Roberto Pinciara, Marosa Agnoli. Ludger y Laurence Tembreul. Francisco Villalva. Michel Tolosanno. Patrick Pajot. Evelyne Holzapfel. Denis Robert. Martine Haeguel. Chris Selig y Thuan Nguyen Tranh.

Hay quien sabe lo-que-no es pero no sabe lo-que-es. Cuando estemos ante un mendigo, lo mismo que ante un Rey,... cuando cualquier acto de vivir cotidiano valga lo mismo que cualquier otro... habremos llegado por fin, “A Ninguna Parte”; allí donde no existe la ansiedad porque no hay elección, alternativa, ni deseo particular: El Lugar de la Paz.
No siendo asunto para pensar, sino para experimentar, dedico este libro

A LOS PERROS

Varias noches, el grifo, goteaba.
Y varias noches lo apreté, sin resultado.
Lo había arreglado hacía poco tiempo.
Era, el Otro.

Avión tras avión, por la sombra del mundo, por desiertos blancos que son continentes... la Islandia, la Groenlandia, Alaska, Kanchatka, nos dejaremos caer en las Islas Niponas acercándonos al primer objetivo que es el Templo de Todenji donde vive el Maestro Shuyu Narita. Imperio del Sol Naciente imaginado en mi juventud, te saludo con admiración, respeto y agradecimiento. ¡Gassho!
Aún hemos de convertirnos en rodadores dejando el aire, para recorrer, unas horas en taxi, la distancia que nos separa de la aldea de IIdagawa, llanura arrocera y montecillos, a cuyo socaire se levantan casitas y Templos manchados de nieve vieja, cansada de invierno, casi usada, que da a luz el agua joven, transparente y cíclica.
El Maestro nos abrazó en el aeropuerto como a hijos perdidos y encontrados. Uno a uno. Su anciana humanidad se vivificaba con nuestra imagen, con nuestro cansancio, como si recuperase una parte de sí, poniéndonos en medio de sus grandes y abiertos brazos.
Dejando la impedimenta en el hotel, mitad riokan u oriental, mitad occidental, volvemos a salir perseguidos por reverencias desacostumbradas, de señales de respeto y cordialidad que ni los agudos momentos de fantástico egocentrismo son capaces de proyectar. Con las espaldas cohibidas, se enfrentó el camino del Templo, boca nocturna llena de misterios que nos albergaría. Como en un rito de apaciguamiento, iríamos a hacer Sampai, a “echar en tierra la cabeza”.
Una alta escalinata guardada por árboles desdibujados de oscuridad, un bosque con aromas de incienso, condujeron a la gran boca de mortecina luz interior. Estancias con lumbre de espera como farolillos de la antigüedad que sitúan más que enseñan. Torpes tropezones en la alargada lengua de losas y una encía desdentada de madera de cedro bruñido interrumpen el camino. Estamos dentro. Descalzándonos, subimos los tres peldaños y pasado el pasillo, brocados dorados, rojos ropajes y budas y candelabros. Son la garganta nueva, las tranquilas fauces, el iluminado final del camino. Y en el suelo de arroz dorado, sentamos las cabezas tres veces.
A un lado, siempre a un lado, La Esposa, la Nuera, la Nieta del Maestro esperan el turno arrodilladas y arrodillándonos, repetimos y repiten el saludo nuevo y viejo, agradecido y hospitalario, torpe y sereno, tranquilo, acostumbrado.
Una enorme campana ha hecho, de la circunstancia, acontecimiento.
Unas palabras han hecho, de las emociones, literatura.
Tondeji, cuyo significado viene de un poema de Dogen a propósito de las relaciones Zen entre China y Japón, nació hace unos trescientos cincuenta años.
Como animalillos trasplantados tratando de recordar el camino de vuelta, maltrechos y doloridos, nos sube un ascensor y nos recorren los pasillos hasta dar con las habitaciones donde lastimosamente no hay nada, están vacías. Cinco en cada una hemos de trabajar. Pero no, descubrimos con encanto que tras las opacas correderas laterales se encuentra lo necesario primorosamente doblado. Rojodoradas colchonetas hacen su pila junto a sábana, manta, edredón y almohada. Arrinconada,

una tele ciega, espera ser alimentada con la moneda. Juego de té con termo sobre la mesita. Hacia la luz de la ventana, clásicas correderas de fino listón y papel de arroz. En el suelo, el tatami dorado de agusa, caricia para los pies y la vista, lenitivo con el tiempo del dolor y del frío. Dejando a la puerta el calzado, nos disponemos a cambiar de ropa para el ofuro o baño caliente en común.
Junto a la pared, en una cesta, hay dos pilas de Kimonos o yukatas de algodón. Uno suave, ligero y azuliblanco que es el primero que se pone.
Otro oscuro, pesado y de tonos marrones, va encima. El cinturón está doblado de manera que asemeja un panecillo, un botón de flor que apena abrir.
La antesala del baño tiene cestas donde dejar cada cual sus cosas así como un peso y aparatos de masaje. Tras la corredera de cristales empañados, se sugiere el baño, estancia enorme con un gran ventanal y espumas de rocas en los ángulos de la piscina azul. Al lado opuesto grifos de hielo y de fuego que mezclados en una jofainilla permitirán el lavado concienzudo antes de ir lentamente a la piscina.
¡Qué placer y refinamiento en la recuperación, qué dulce dolor! Los romanos... los árabes...
E inmediatamente, la Cena.
Enmarcados por cuencos de laca a la izquierda y a la derecha para el arroz y la sopa de miso, hay un jardín de vasijas redondas y cuadradas, profundas y planas, conteniendo salmón, verduras, frutos ácidos, algas marinas y otros alimentos irreconocibles, cortados y presentados magistralmente. Tal arte y perfección inspira un ritmo y una actitud que se manifiesta en los gestos, con ritualidad. Algo sagrado o profundo emerge y no es lo que tradicionalmente llamamos educación. Esa es su fuerza.
Tomando con unción y cierta dificultad las piezas, las combinaciones se suceden haciéndose innumerables los gustos entre tantos platillos. La sopa viva que se mueve como lava ardiente, en círculos y óvalos, haciendo ovillos de nada, te bebe entre sus remolinos hasta la panza del bol misterioso. “Apenas hay líneas rectas en la naturaleza”... Los costados, tienen flores doradas, los interiores, brillos cerámicos de concha marina. Blancos palillos, picotean mínimas cantidades eternizando el placer.
Días después, el rito se invertiría convirtiendo la riqueza en pobreza, lo caliente deseado, en frío necesitado, lo apetitoso y variado, en monótono y desabrido, uniforme, escaso... Una lección con carga de profundidad para el cuerpo, la mente, el espíritu... y cuanto hay. Lección a la ansiedad, la inclinación fácil, el descontrol. Debilitamiento de los deseos en la frustración reglamentada y voluntariamente aceptada. Sabiduría de Maestros Sin Palabras.
Pero esto habrá de ocurrir en los Monasterios.
Acabada lo que llamaré “La Cena Imperial”, es servido el Té. Agradece cada cual cena y compañía con un gassho tradicional, inclinación con las manos juntas hacia el centro de la mesa y hacia la cocina y sus artífices, que lo reciben satisfechos,

correspondiendo, con otro, otro, otro...
El tatami dorado, a mitad de camino entre lo duro y lo blando, acoge nuestros cuerpos arrebujados con las cabezas hacia el centro como es preceptivo.
Pero no es sólo con la comida y el sueño como se recupera la energía o se crea o se "recoge". Cuando en circunstancias extremas no hay qué comer, en el Japón se hace gimnasia con resultado paradójico.
Misterios de la Energía que comprobaremos en las prácticas de los siguientes días.
Desde el fondo de las sombras de las consciencias, surge un ruido que, agrandándose, levanta los párpados, el pensamiento y el cuerpo: simplemente, despertar. Son las siete. Luz eléctrica. Recogida de ropa, aseo y salida. Salida a recorrer el pueblecito de casas individuales, modestas, ajadas, cansadas de nieve, jardincillos marchitos, rocas de paja, árboles con toquilla... reverencias de las gentes, ... frío en la cara.
Todo es aquí pequeño, hasta las colinas. Todo es modesto. Los cementerios poblados de fálicos granitos, granizados de bolitas blancas que son ofrendas de alimento a los que se fueron y son recordados. Cuervos y milanos negros, comensales perpetuos del festín de las ofrendas, mueven el paisaje y multiplican el círculo vital, acompañando, consumiendo, participando con sus vivires, de la muerte, de los ritos.
Imposible el grito o la arrogancia allí...
A la frugal comida le sigue un tiempo libre. Un recuerdo mágico del Templo bulle en mí y recorro sus alrededores. Han pasado casi cuatro siglos desde que nació en el bosque. Un cierto abandono le naturaliza, integrándole en el entorno. El agua, el sol, el viento y el tiempo, igualan las diferencias agrisándolo todo. Pronto, la marchita cubierta vegetal renacerá. Una amplia superficie que adivina el lugar de su antiguo estanque, añade planicie a la silueta de Todenji, Templo de tejado verde y respingado como casco de guerrero, tras la red de ramas tiritantes. Aquí y allá, un guiño, un brillo de luz, el reflejo del sol en una superficie, quizás una gota de agua, un espíritu viajero...
La tarde ha pasado. Se habla poco. Ratos de sueño alternan con recuerdos de los países de origen, palomares lejanos...
Nueva "Cena Imperial" con casi todo nuevo y distinto. Entre diez y once nos acostamos previendo una fuerte jornada para el día vecino.
Percibo en el ambiente algo indefinible. Silencio y medida.
El Maestro nos ha enviado grandes mandarinas amargas.
Me duermo inmediatamente para despertar dos horas después, alternando sueño y vigilancia. Pensamientos, sentimientos, sueños son recorridos lentamente, degustados intensamente. Son los detalles de ese "Otro Mundo". La ropa espera a mis pies: el nuevo y enorme colomo negro, el kimono blanco, el Kesa. Símbolos de China, Japón, La India. Resumen formal de milenios...
A las cuatro nos levantamos y en unos minutos, recogida la ropa y aseados. Nos

encontramos en el Hall del Hotel. Inclinaciones mutuas y silencio. Es de noche. Se inicia el descenso de una colina a otra, entre pinares despoblados. Es una marcha rápida, helada, en fila india. El frío desaparece pronto. El viento nos acompaña con música unitonal. Marcha forzada dinamizante, emocionada, fantasmal, durante un kilómetro eterno. El cielo nos mira, los árboles nos miran, la tierra nos siente. Es el Japón y vamos hacia el Templo Zen de Todenji donde el Maestro anciano y sabio dirigirá un dilatado entrenamiento. Todo es intenso y teatral como un sueño juvenil. Regatos, sombras, camino empedrado, la rama que da en la cara y de la mano del alba el Templo nos acoge en su vientre.

Directamente cada cual ocupa su lugar en el Dojo, el Lugar de la Meditación. Hace gassho hacia el centro y se sienta en la alta y estrecha tarima, el Tan, sobre el negro zafu o cojín redondo. Adoptada la postura de Zazen esperamos un cuarto de hora, inmóviles. La Sala tiene unos veinte metros de largo por cinco de ancho. Casi al final, una escultura de madera sin pintar representa a Mansjuri en zazen sobre el león y a sus pies un cojín grande sobre el que el Maestro hará las tres postraciones, el sampai del comienzo. Suena el gong y giramos mirando al muro, a unos cuarenta centímetros de los ojos. Se recompone la postura y haciendo gassho de nuevo comienza una hora de meditación. Pensamientos inevitables que se dejan correr, dificultan al principio la concentración. El primer Zazen. Todo es auténtico. Estoy en el Japón. Tras de mí el Rosshi medita. El trasplante ocurre sin rechazo. Mis vísceras, mi cuerpo... se entregan como a algo ya vivido. La Energía fluye serenamente. Hay armonía. Perdido por no sé qué acontecimientos, yendo y viniendo entre consciencias e inconsciencias, un eléctrico sobresalto me devuelve al lugar: el kiosaku ha hablado sobre la espalda de alguien. Vuelvo a perderme hundiéndome en las alturas de Hishiryo para asustarme de nuevo brutalmente esta vez: un trueno, mucho más que un trueno, diez truenos juntos, han salido del Taiko, el tambor ritual golpeado por el monje ayudante, Kome. Retumbando por el Templo y por el Cielo, la serie de explosiones deja lugar, alternándose, con el refrescante parloteo de la lluvia-metal de la campana.

El Zazen ha terminado. Salimos en fila india. Los pies de los practicantes tienen marcas rojas y hundidas. Las caras cambiadas. La actitud y el porte indican determinación. Su mirada baja, recogimiento y respeto...

Ordenadamente pasamos a la Sala contigua llamada del Dharma o de Buda y nos colocamos en dos filas a los lados. Al fondo, el altar ocupado por candelabros, ofrendas y estatuas. Delante entre columnas revestidas de brocados rojo y oro, el altarcillo del incienso, el shoko. Entre ambas filas una tarima para el gran cojín rojo sobre el que el Maestro hará sampai. Lleva en la mano un pequeño cetro lacado con la forma de una Serpiente Cobra de tantas civilizaciones que simboliza la Sabiduría, el Silencio y la Dignidad. El Maestro evoluciona cantando los sutras que a veces acompañamos. Su voz es potente, véntrea y matizada. Kome, el Monje ayudante,

está sentado entre instrumentos al lado derecho de la entrada. Golpea el Mocugyo o pez de madera y distintos metales dando ritmo, entradas, terminaciones. En su atril rojo y oro, los Libros Sagrados.
Voces uniformes, olor a incienso, luz tamizante... atmósfera comunitaria y prácticas formales que educan el espíritu, quehaceres milenarios para el que intuye realidades abisales. Paz, creencias... vacío, apariencias... Todo y Nada.
Es la hora del Té ceremonial. Siempre en silencio, pasamos a la Estancia del Samurai. Atravesando corredores de la vivienda del Maestro, bruñidos por millares de caricias de pies enchinelados, llegamos a la Estancia que ha hecho construir especialmente. Claras y nobles maderas sin pintar, tatami dorado, larga mesa negra, cojines azules y blancos, detalles de calidad y escasos que decoran delicadamente, galería de luz separada por correderas de papel de arroz. En el Tokonoma o lugar de honor, pintura sobre seda o kakemono y en el suelo una mesita negra con estatua india e incensario azul claro. Sobre el marco de las puertas, caligrafías autógrafas de Maestros reconocidos... Kodo Sawaki: “Me he esforzado toda la vida en no tener éxito” ... “no he hecho más que vender agua junto a un río”...
El bosque circundante lo sabe y enseña sus ocres desnudos que en otra época se tornarán rojos...
El Monje ayudante sirve y alarga el tiempo rellenando parsimoniosamente, repetidamente, el termo del agua. Un Té amarillo es sorbido con un gesto medido, sereno, colgado de todas las cosas, tocando con la punta de los dedos el placer del misterio, el color la forma pura, la dimensión sin intermediarios. Los ojos, sin mirar nada concreto, ven mejor. Detenerse en algo es excluir el resto. El Todo es visible Sin Forma. La confusión entre lo exterior y lo interior hace desaparecer a ambos... Educación Zen. Percepción Zen. “El Té y el Zen tienen un mismo sabor”.
Y el Maestro Narita, maneja los hilos...
Sin saberlo, las largas mangas de su colomo se mueven para ser plegadas elegantemente. En la postura del Diamante... más allá del dolor y del placer...
Son las siete de la mañana. Iniciamos la vuelta, cansados, contentos, distintos. Milanos y cuervos alborotan a nuestro paso. El Desayuno Imperial es degustado con sacra satisfacción.
No hay clara separación entre estas escenas. Todo es lo mismo. Sólo la hay en las palabras. La luz del corazón une las cosas que están separadas en el recuerdo, en los pensamientos, en la mente. Porque todo es pasado excepto el momento.
La Vía del Zen es la Vía del Corazón.
Con el tiempo justo para cambiar las ropas ceremoniales por el samui de trabajo, volvemos al Templo y en una nueva Sala, homóloga a la del Zazen, recibimos la Enseñanza oral del Maestro, el Teissho.
Mesas bajas ante cojines planos azules o burdeos, caligrafías en los dinteles de puertas de madera y papel de arroz. En la cabecera, el Tokonoma con estatuillas

antiguas, el tradicional quemador de incienso, el cuadro, una silla china rojonegrodorada, estilizada como caballo de madera ante una mesa con libros, tablero y lugar para el traductor que pasa al francés con habilidad y pequeña voz (difícil tarea digna de agradecer), cuanto escucha.
Suena la aguda campanilla sin badajo golpeada por la varilla de metal, mimosamente envuelta en paño rojo su empuñadura y manejada al revés según nuestra costumbre, con el vacío hacia arriba... lentamente. El Maestro se aproxima por el corredor y se hace gassho como muestra de respeto, agradecimiento, circunspección... mirando hacia adentro, sin insolente curiosidad que analiza.
El Maestro inicia un sutra y comienza a hablar. Gesticula y sonríe. Escucho y miro fascinado al Anciano que va creciendo en apasionada comunicación. Parece feliz y lo expresa enérgica y delicadamente. Armónico vehículo cósmico... nuestra apertura le emociona... de tan lejanos países para recibir la Transmisión directa... así más de dos mil años... borrando fronteras de tiempo y espacio...
Qué antigua juventud la suya y qué moderna decrepitud la nuestra.
Todo parece estar más allá de prejuicios y leyendas. Aquí. Ahora. “Más allá de más allá...”

Samu. Trabajo Zen. Educación para la Realidad.
“El que no trabaja, no come”. Samadhi, o Zanmai en japonés, de la consciencia del cuerpo. Usar las manos, siempre ha sido un bueno y tradicional camino Zen. “El cuerpo está para ser usado” directamente. Cuando “uno” se pierde en lo que está haciendo, invertido en el hecho, no tiene nombre...
Escobas de bambú, palas de madera, recogedores. Se acepta el trabajo asignado que en este momento es limpiar las inmediaciones del Templo. El acto se interioriza e invade. Gestos simples elementales, económicos, con gasto de energía justo, sin ambición de acabar, sin cicaterías ni cálculos, cuidadosamente, vigilantemente, concentradamente... Vacío de reflexiones, el cuerpo, la mano, la escoba, el suelo... Unidad.
Se agitan las hojas húmedas que en descomposición, encubren secretillos animales, restos de ofrendas, puntas de varillas de incienso, vasijas rotas por el viento, el agua, la tierra y el fuego... los quehaceres y sentimientos de muchas personas, respetos que han pulido piedras. El ciclo se eterniza sin ser igual y siéndolo. La energía se hace forma, el vacío, fenómeno... regeneración ... gasto ... Estado.
Escribir es recordar, interpretar, recrear. “Como contar dinero de bolsillo ajeno” Tiene poco Zen. Ningún Zen ya...
A una voz, se interrumpe el samu, dejándolo disciplinadamente donde está. Algo queda sin terminar. Mas, ¿qué es eso? Límites y conceptualizaciones automatizadas, compulsiones productoras de ansiedad. Sin embargo nada ocurre. Y volviendo al orden de las cosas, los instrumentos se guardan y colocan, sólo eso. Las manos se

lavan en el agua helada, sólo eso. Una cosa de por vez. Una detrás de otra. Ellas van viniendo como palomas, apaciblemente, al sembrado.
En la Estancia del Samurai, Té y regalos.
Dos diminutas pastitas le acompañan. Delicado, agradable, fugaz. Con placer vamos acercándonos al Maestro, siempre en la postura japonesa, seiza, la postura del regalo, del ruego sin servilismo porque procede del agradecimiento y sólo así puede aceptarlo, ponemos cada cual en sus manos los objetos elegidos para él y para su esposa. El Maestro está feliz. Siente la medida del agradecimiento y a su través quizás, se siembra, su transmisión.
El Zen, la Vía del Corazón, nos encadena como a niños que juegan el juego amistoso de las diferencias y las no-diferencias que anulándose en un sí y un no, tejen el Sino.
Siguiendo la tradición, no abre ahora ningún regalo pero los presiona y palpa a través de los envoltorios como hace con sus discípulos.
Terminado el momento, que habrá de repetirse, juguetea con su bastón, shippei, de raíz, signo hoy de dignidad, en el pasado instrumento para caminar. Es un regalo de su Maestro Kodo Sawaki. El afeitado cráneo, brilla de luz y piel tostada. La cara está en sombra y sonríe.
Llueve mansamente... junto al día. Ha transcurrido una Navidad Oriental que se cierra con la práctica del Zazen y la pertinacia de los de la TV nacional ... “un grupo de monjes europeos vienen a practicar el Zen...”.
Y tras la sentada con distracciones, luces y sabor a espectáculo a veces, el interminable canto del Fukanzazengi. La contradictoria gama del interior y el exterior pierden sus fronteras fugazmente, inevitablemente, sin poderse distinguir los frutos, sin buscarlos, sin causas o efectos. Estar... Ser... qué más da.
Viento y lluvia, lluvia y viento. Las cuatro de la madrugada de un nuevo día. Zazen, largas ceremonias, oscuridad y luz, rodean al Venerable, como lo hacen nuestras siluetas de blanco y negro. Tras el impacto inicial comienza a aparecer algo semejante al gusto por lo conocido que la repetición hace profundo. Familiaridad y aventura, monotonía e interés... pequeñas palabras ... el cuerpo musita con su propio lenguaje.
En charla de sobremesa alguien comenta lo que podríamos llamar “la antigua alquimia de la transformación de la materia en oro”, esta vez con la receta Zen, la continuadamente presente presencia de la Voluntad de Ser, decididamente y desde uno mismo, según la cual el gesto más vulgar por corriente adquiere la nobleza de la reeducación para el Camino. Alquimia, colección de fórmulas referidas y crípticas, de evidencias ocultas bajo simbolismos cuyo significado aparente tiene tal coherencia que confunde a la ignorancia a la ambición, al egoísmo y cuya profundidad señala el Camino de la Transformación, del Camino, de la Revolución interior a quien tiene la necesidad de seguirlo.

Cosas humildes y cotidianas, necesarias, simples, pegadas a nuestras manos y a nuestros pies, encierran el secreto que no se quiere oír. Trampas de sabios para dragones ávidos y tontunos. Agua viva para ingenuos. “Ni por la astucia, ni por la fuerza...” ni siquiera por el conocimiento.
Un día pleno en actividades se ha traspasado a mi cuerpo. El cuerpo es el tiempo, el tiempo es el cuerpo. La acumulación de esfuerzos gasta energía y se agotan los sistemas habituales de regeneración, como si canales de acequia se cegasen. Cansancio y dolor son puertas distintas. Apenas recuerdo qué ocurre después. No importa gran cosa. La Energía original conoce el camino; es el camino.
Cansancio y dolor vividos son otra cosa a las palabras con las que les designamos. Sobrepasadas una y otra vez con el miedo que las sostiene, explotan, como globos, sin ruido: “el puente se mueve en lugar del río”...
Personajes antiguos sobresalientes, es el tema del Maestro en el Teissho. Morita dijo: “no tengo familia, posesiones ni cargos; por tanto, no necesito el satori.”
Todo está en la misma bolsa: las palabras-hechos, los hechos-palabras, las palabras hechas con más palabras, es decir, palabras de palabras ... elucubraciones y reflejos con existencia pero sin esencia; no son aunque estén, aunque suenen, aunque choquen con otras, desafortunadamente por las laderas de la conducta como bolas de nieve ofuscadas, provocadas por imprudente caminante. Lastimosamente, desencadenan hechos. Visto así, produce extrañeza: hay vidas rellenas de palabras o que son más bien palabras. Nuestras existencias están ocupadas al parecer por amplias áreas de fantasmas, de operatividad sin cuerpo. Es una extrañeza semejante a la que se siente cuando se oye hablar a un robot y más aún cuando hace algo que hemos visto hacer a un humano. Parece que convertirse en humano, simplemente, puede constituir toda su tarea de desmontaje “técnico”, superestructural.
Dice el Surangama sutra “extraviados por su yo desde un tiempo sin comienzo, todos los seres vivos creen que ellos mismos son cosas y al perder el Espíritu infinito se transforman por lo tanto en cosas”. Materia y espíritu conducen por las palabras al mismo extravío. Es la paranoia histórica.
Algo semejante ocurre con la TV que vuelve a filmar una sesión de Zazen. “Ella”, más que los hombres que dicen manejarla pregunta con preguntas que sólo hace quien quiere respuestas “para el público”.
Son palabras trama-bola-de-nieve, en las que nos dejamos atrapar quizás porque no importando lo que ellas digan, sí pueda comunicarse a su través una intuición en lenguaje arracional de “Eso” que las palabras limitan. La Experiencia Zen precisamente “da nacimiento a una convicción inamovible de que hay algo que va más allá del intelecto” comenta Svanancini. La Armonía, Tele incluida, es Camino.
El termómetro no ha pasado de los cinco grados. Mientras unos marchan al hotel, otros, con el Maestro y su esposa, nos sentamos a tomar calor junto a una estufa en habitación privada. Escena amable y tribal, con puchero de Té colgado del techo por

cadena sobre foso de grises cenizas. Silencio, Silencio.
Hofuro, Cena, Descanso.
Me despierto descansado y dolorido a las cinco y media. Todo el día de hoy es de recuperación excepto el ensayo de la Ceremonia de mañana. Se trata de la Fiesta Aniversario del Nacimiento de Buda. Aquí se integrarán, relacionándose en concentrado resumen, los hallazgos humanos a lo largo de miles de años de la vida del pueblo japonés.
A las seis, ducha y desayuno en samui. Me ofrezco a no participar en la ceremonia encargándome de hacer las fotos con las máquinas de todos, cosa que es aceptada con rapidez. ¡Ah, la Imagen! Ello significa no vestir el enorme colomo negro-China y el kimono blanco-Japón.
Caminamos hacia el Templo con el sol. Entramos en la Estancia del Samurai saludando al Maestro quien inmediatamente advierte mi atuendo. No compartiendo los motivos, me ordena tajantemente volver a vestirme con rapidez. Corro a través del monte por atajos, pierdo el aliento entre las fálicas tumbas, espanto a los cuervos que viven del cuento, de las ofrendas a los muertos, pájaros subvencionados por siglos, sobreprotegidos de la civilización sagrada por siglos y me pregunto si serán cuervos realmente. Sorteando pinos y resbalando neveros jadeantes, retorno al Templo. Batí algún récord desconocido a juzgar por las bromas y felicitaciones. No noté el frío en todo el día.
La gente del pueblo comenzó a llegar e igualmente varios Monjes Uamoto, Jefes de Templo, entre ellos algún Shinto cercano a quienes el Rosshi habrá de devolver el cumplido en otra festividad según me pareció entender, sorprendiéndome tolerancia en tal alto grado. Los asistentes se acercan a los quinientos y entre ellos, no hay jóvenes. Todos compartimos un día de largas ceremonias, comidas y diversiones, siempre en el suelo sobre cojines, en selza, que sin excepción resiente.
Una cierta suntuosidad reverencial exaltada por nuestra presencia extranjera, la TV y la entrega de regalos contribuyeron a dar un cierto toque de exótica importancia mundana. Autoridades a la cabeza con sus esposas en dos filas enfrentadas, nos regalaron una bola de hilos rojoblancodorados, junto a un pequeño corazón o concha de doble valva y semejante material, acompañado del tradicional cascabelito, son símbolos de suerte. Previamente por nuestra parte, se entregó al Maestro un precioso Kesa o manto marrón de veinticinco bandas o rectángulos que asemejan campos de arroz que extendido y exhibido, ostentosa pero familiarmente para ser admirado por todos, provocó sonidos de admiración y no pocas lágrimas. Todo esto era sin duda importante aunque no dispusiera de las claves culturales para conocer y explicar los motivos. Recordaba también a las romerías españolas, elaboraciones populares donde se mezcla lo religioso, lo folklórico, lo emocional, lo pintoresco. Color, movimiento, que con diferencias no esenciales, caracteriza lo convivencial festivo de todos los pueblos.

Terminada la ceremonia, una bien organizada cocina y la colaboración de todos, convirtieron las estancias templarias en soberbio comedor, ya que bastó retirar las puertas correderas que repartían el espacio, con lo cual éste quedó diáfano, a excepción del altar central y naturalmente, las columnas de madera.
En realidad, la ceremonia continuaba bajo otras especies. El rito era ahora, de carácter nutricio. El espacio, polivalente y funcional, facilitaba los aparentes cambios y adaptaciones. La Sala de Meditación, la Sala de Estudio... etc. se reconvertían, ondulando entre esta quietud y aquel silencio, entre esta actividad y aquel movimiento: simplemente vivir en las formas que el tiempo y la Energía fueron creando en las existencias. Los llenos y vacíos de la variedad de un vivir en el que nada es superior a nada ni ha de sustituirlo.
Y la comida repetía la misma lección armoniosa y artística como aprovechando cualquier oportunidad para crear, profundizar o descubrir. La variedad de alimentos, sus colores, sabores, formas, así como las vasijas que los contenían, hablaban de una fiesta quieta. La parálisis de las cosas combinadas con "sensibilidad", con-movía. Y así me parecía ver "discurrir" a la Energía por caminos viejos y nuevos Aquí y Ahora ... como antes ... en un perpetuo presentizar.
El sake, licor de arroz caliente, abrió las puertas que quedasen por abrir, caldeó los corazones y el rumor se hizo voz sin que jamás llegase a grito. El grito se hizo canto, carcajada o chiste, continuando el juego de las formas. Cantamos, sí, sonidos sin palabras...
Cordial, folk, especial... muchas eles, de limpio, lindo, lánguido, loto, latido... musical...
Luego vinieron las fotos, a las que los japoneses son tan aficionados. Una imagen congelada de unos junto a otros. Una parte de cada cual que "se lleva para siempre"...
Y después recoger y limpiar. Círculo cerrado.
Cansados de tantas cosas volvemos al hotel. Hofuro y descanso.
Silencio y soledad equilibradoras. Inconscientemente repaso acontecimientos. Entre ellos uno. El día anterior, había yo demostrado interés por el Tiro con Arco Zen, Kiudo, Vehículo como otros, utilizado por el Profesor Herrigel como seguramente todos saben; pues bien, fui presentado a uno de los Monjes asistentes, el Maestro Shida, pequeñito, inglés parlante, vivaracho y amable, quien entre un apretón de manos y una sonrisa larga, me invitó a una "demostración" en su cercano Templo de Empukuji.
...el altar rebosaba de ofrendas, de frutas y vegetales, del deseo de protección a las cosechas... símbolo de todas las partes del mundo hace miles de años... y me quedé dormido...

Otro día

El agotamiento obliga a extractar si se quiere escribir. Si nada es necesario decir, a callar. Esta es la experiencia sobre el lujo de las palabras.
Cuando las costumbres son perseguidas, cansadas y arrinconadas a través del cuerpo, la energía se economiza, se hace supervivencial y en algún momento fugaz y eterno, se percibe Brillantemente.
El Venerable, utiliza muy bien esta "técnica", como si no supiera lo que está haciendo. Tiene palabras amables para un oído. Entre el Zazen, los Teissho y los Té, no queda posición intentable ni ángulo descansado. En los Té nos dice "ponéos cómodos", como podría decírselo a un náufrago. Paradoja Zen: habla a otro oído, a otra nariz...
Es inimaginable la escasa cantidad de posibilidades de recuperación que tiene el suelo, si se ha de conservar cierta dignidad o disciplina. Constantemente a los límites, el dolor es constante. No cede con nada. Sólo integrado en la concentración, en la no-consciencia. Se hace indispensable no resistirse a él, no luchar, no desear su desaparición. Es la paz y no la victoria, el Camino. Un chino dijo: "la victoria conseguida con la fuerza, ha de ganarse mil veces", Yo soy dolor, dolor soy yo.
Circulan bromas al respecto: piernas de plástico, el zenista pata de palo...
En el Té de hoy, el Maestro ha pedido que escribamos cada cual una frase sobre un cartón blanco de canto dorado. Es costumbre que a veces se ve en Occidente pero en otro sentido. El Maestro suele decir al discípulo que le haga una frase para comprobar el grado de profundidad de su Zen.
Al final, como es frecuente entre Maestro y discípulo le entregué mi Rakushu, un pequeño kesa o manto que se lleva al cuello, entre otras cosas como señal de que el Zen es cosa seria para el practicante. Le rogué que escribiera sobre él a lo que accedió. Tomándolo con respeto, lo dobló y guardó, devolviéndomelo al día siguiente. Había escrito en la seda blanca del envés, una bella caligrafía procedente del Fukanzazengi de Dogen: "Do moto enzu", "El origen de la Vía es universal". El discípulo desentrañará a lo largo de la vida sus variados sentidos. Es un Koan. Impermanentemente cambiará con el discípulo, con su vivir. En la blanca seda, estampó su rojo sello personal y el de Todenji, así como la fecha y su nombre. Lo recogí haciendo un profundo gassho de agradecimiento, arrodillado en seiza como es costumbre y con las manos extendidas. Luego toqué con él mi frente y me lo puse. Todo esto tiene un especial sentido que comenzó, probablemente, cuando yo era niño, en esa edad en la que todo es posible, en cuanto que las barreras y los impedimentos son difusos, y la intuición poderosa. Las lecturas sobre otras maneras de vivir, contribuyeron a ello y hacia los veinte años, hace ya treinta por lo tanto, el Profesor Gómez Bosque en la Universidad de Valladolid habló del Zen. A él también le gustaba la libertad, investigar en distintos campos que siempre eran el mismo. Este hombre y esta época, fueron muy interesantes. Todo ello había que combinarlo con la profesionalización, el miedo al porvenir, la lucha por la vida y

expresiones semejantes, tantas veces repetidas en el hogar y muy especialmente en las familias de la difícil postguerra. Este mundo, daba un toque trágico a la supervivencia que añadido a la ética del deber y la moral encorsetada y rígida, no dejaban lugar apenas para el juego, el humor o la extravagancia. Después, continuaron las investigaciones a través de la Lógica Dialéctica del Antagonismo de S. Lupasco que superaba las fórmulas aristotélicas y marxistas en lo que a explicaciones en torno al movimiento de la Energía se refiere y tras una quincena de años de dedicación muy polarizada en la participación de la vida animal y humana desde aquellos presupuestos antedichos, el Zen vuelve a interesarme porque la experiencia conduce a la desilusión. Es un hecho natural en las personas apasionadas a quienes atrae descubrir y aprender. Sin embargo el enfoque racionalista, desvirtúa lo más importante de la experiencia que es su frescura, o dicho de otra manera, el sentimiento del presente y la falta de objetivo, la espontaneidad, el hecho mismo de vivir y no su significación. No basta, pues estudiar y extrapolar a la práctica. Hace casi veinte años, en "Sociología para la convivencia" intenté un esquema cibernético de la conducta como indicación de condicionamientos y en "Higiene mental", la reeducación atendiendo a los Ritmos Naturales. Este es un comportamiento técnico con el que el actor no llega nunca a ser protagonista. De esta forma llegó el momento de experimentar el Zen y el Zazen aparecía como el aspecto más concreto de la práctica. Fue Dokusho Villalba quien me enseñó los primeros pasos a su vez aprendidos con el Maestro Deshimaru. Para ambos mi agradecimiento.

Todo este circunloquio, trata de expresar la evolución de unos matices que se repiten, poco más o menos, en todas las personas. Algunas de ellas sólo echan en falta una simple sugerencia que la cultura occidental no aporta, que no está en nuestro ambiente como "salida", como fórmula, orientación, filosofía... llámeselo como se lo llame. Su falta conduce a actitudes repetitivas de uno mismo, a conductas estereotipadas con la consiguiente frustración, sentimiento de culpa, sufrimiento, resentimiento, confusión, autodestrucción... o a una gama de mimetismos, defensas, agresiones... de interminable descripción. Hay muchos intentos posibles y uno de ellos, para estas personas, puede ser el Zen en cuanto que Vía o Camino con casi dos mil quinientos años de experiencia continuada. Cualquier otro seriamente seguido puede conducir al mismo resultado ya que "Do moto enzu".

Mañana nos trasladaremos definitivamente al Templo para hacer allí la vida, en un retiro total e intensivo llamado sesshin, centrado en la experiencia Zen desde muchos ángulos. Dirigidos por el Maestro Narita, quien conoce y valora el grado y el punto para este siguiente paso, nos ponemos en sus sabias manos. Percibo un estado especial en intensidad, simplificación y concentración.

"Un solo camino".

A las cuatro de la madrugada, las luces se encienden. Estamos en la Sala del Teissho. El espacio da justamente para que, extendidas las colchonetas, quede un pasillo de unos cincuenta centímetros donde se alinean las cabezas como es tradicional.
Con celeridad nos levantamos, lavamos, recogemos la cama y vestimos las ropas de ceremonia incluidos los tabi, una especie de botines blancos.
Zazen.
Ceremonia.
Monotonía, sueño, cansancio, y muchas otras indescriptibles "cosas". Clima especial en el que lo superfluo parece debilitarse y caer; en el que la Energía recorre los caminos del Aquí y el Ahora, siguiendo quizás un genético mapa escrito en el viento.
Después, un interesante trabajo que el Maestro ha de presentar en la Shumu-sho al Presidente: los expedientes genealógicos. Son documentos en los que aparece la Línea de la Transmisión del Dharma, la sucesión de la Enseñanza, de Maestro a Discípulo desde siglos. Así, directamente hasta los Patriarcas de la Antigüedad, los discípulos de Buda, Dogen, Bodhidarma y Buda, es el Katsumyaku.
Cada documento mide aproximadamente un metro de blanco papel que doblado con exactitud, adquiere el de una carta europea. El sobre, sin pegamento alguno, entrecruza solapas ingeniosamente. Grandes caracteres, pequeños caracteres, trazados con pincel y maestría por el Venerable, en columnas verticales, acreditan, certifican, describen y sitúan. Rojas líneas, ordenan, refieren, separan y unen.
Es una muestra de la Organización oficial tan rechazable por Alan Watts. "La necesidad del orden, limita".
En el Teissho subsiguiente, alguien se pone más enfermo. El Maestro comienza lamentando las incomodidades, la sobrecarga y aconseja cuidar el cuerpo "que no es nuestro". Esto forma parte de su gran corazón, de su capacidad de compasión. Dirige el sufrimiento para la liberación del sufrimiento. Esta es la Sabiduría que va más allá del conocimiento. El justo equilibrio, la Vía del Medio, no excluye nada, por ello cualquier extremo resulta defectuoso, erróneo.
Pregunta por nuestros huesos y sugiere posturas descansadas pero nadie se permite lo que una parte de él desea o necesita. No estamos aquí para eso. Decir invitados y discípulos, es decir que hemos puesto la vida en sus manos, que tenemos fe. La convivencia con su Ancianidad desprendida, cercana y a la vez lejana, personal e impersonal, es tan sugerente que constituye una constante invitación "al olvido de uno mismo".
En la explicación de los Textos tiene la plasticidad expresiva y la energía de un Bernstein y la económica medida de un Blavinsky. Cuerpo, cara, voz, suyas, son como una mañana en el campo, donde ocurren mil cosas a la vez sin sobresalir

ninguna, “todas son de un mismo color”. Y así continúa tratando de hacernos comprender también con las palabras, quizás feromonas humanas, que lo que el pensamiento llama las partes del Cosmos, no son otra cosa que interdependencia interpretada por no ser percibido en su totalidad. “El pensamiento nos ha convertido en cosas”.
Plato típico de la zona es el Satsumi, si no me equivoco. Tallarines y en bol aparte, verduras cocidas finamente picadas y un huevo crudo de codorniz. Cuenco de sopa. Todo se junta y se moja en la sopa sorbiendo con fruición y ostensiblemente. Los palillos se mueven con celeridad. El cocinero, de blanco y con cinta del mismo color en la frente, es agasajado. Sonríe placenteramente.
De nuevo los de la TV, con respeto y confianza, filman... preguntan. El jefe de nuestro grupo, obligado por la necesidad de poner palabras allí donde ya hay hechos, agradece en nombre de todos la cordialidad de este Pueblo que exporta, además de tecnología punta, espiritualidad. “Porque allí de donde venimos, la riqueza no basta para vivir, e intentando buscar solución, las gentes multiplican las dificultades, la falsedad y la locura”. Sabias palabras las de Taiten Guareschi.
El Zen puede ser la experimentación de lo que ya hay en uno mismo ese “buey que buscamos sobre el que vamos montados”, ese suelo que buscamos sobre el que vamos caminando, nuestros ojos que no vemos. Está en todas las cosas, dicen los Maestros, y puede mostrarse siguiendo intensamente uno de los muchos caminos que hay. Todas las personas tienen ya lo necesario para intentarlo y Despertar, aunque sea bien cierto que los obstáculos por parte del Yo pensante, culturalizado, condicionado, son tan formidables que hacen casi imposible Ver, SER, con la Naturaleza Original. ¿Fácil o difícil? Da igual: palabras inútiles para “el experto en desengaños”.
De vez en cuando sentía la necesidad de palmear a los gruesos árboles de fina corteza gris. Esos lomos de caballo frío suavizaban algo en mí.
Zazen y Ceremonias. Mis rodillas y pies empeoran. Temo complicaciones. La acupuntura aligera muy poco. El Maestro me ordena prescindir del Zazen de mediodía. Ha pedido un banquillo de una cuarta para que lo use en las Ceremonias. En un rincón hay docenas. Los japoneses, a pesar de la costumbre, tampoco pueden soportar mucho tiempo el seiza. Los jóvenes, menos aún, según fui comprobando más tarde.
Sandwiches, perro caliente y manzana. Comida americana simple y sana.
Después una Ceremonia larguísima de reordenación de cuatro monjes, uno de ellos una mujer. Es algo oficial para el Soto-Shu. La he seguido por una rendija, envuelto en una manta y sentándome a ratos. Han recibido como antes lo hicieron del Maestro Deshimaru, el incienso y el agua, las certificaciones y el kesa de manos de Shuyu Narita Rosshi. Jerarquías, oficialidades, Maestros... cada cual, en su intimidad interior, debe aclarar este problema, dejarse encontrar por el viento como

la cometa del Maestro; “demasiada cuerda o demasiado poca, darán con ella en el suelo”.
Zazen sin pausa alguna. Oigo la Voz del Kiosaku al golpear las espaldas, Espada cortadora de pensamientos, Escuela del Espíritu, como se le llama. Están rendidos y han de estimular la Energía. Una y otra vez se experimenta lo que uno cree son límites. Las creencias se remueven, apegos al fin como todo lo pensable, haciéndose perecederas, como todo deseo, ilusión o proyecto. Todo pasa... incluso la impermanencia.
“Lo que tiene un comienzo ha de tener un final, lo que nace, ha de morir”. El Zen es el Camino por el que los Realizados salieron de esta Rueda de Causas y Efectos a su vez Causas y Efectos... interminablemente... Budas o Despiertos que recorren la calle y el mercado, el campo y la playa, siendo hombres con los hombres, árboles con los árboles y arena con las arenas, sin importarles el Qué y sí el Cómo. Su saco de la abundancia de Todo, porque Nada les limita, debe ser ligero a juzgar por su sonrisa... “Ni difícil, ni fácil”, sólo intentarlo.
¡Tengo un hambre y un sueño monstruosos!
Me anima la perspectiva del ofuro; aunque algún día su temperatura, era disparatada.
El Trueno continúa sonando. Lo no vivido, no es conocido, no es pensable; pero no todo lo vivido es pensable. En la profundidad, siento, nada. Una nada amplia, ligera, imprevisible, amable, intocable. No deseo ni que se llene ni que se vacíe. No lo alcanza la voluntariedad. Estoy simplemente tranquilo.
“Mi consejo es, tomar la ruta más larga”, dijo a su discípulo.
Pien Tao-Shih

Gassho, el saludo Zen, un trato distante y cercano. Va más allá de la idiosincrasia personal, del conocimiento del otro, del hecho concreto que provoca el gesto. Acto de Respeto hacia lo incognoscible, hacia las cosas, la Naturaleza original que hay en cada existencia, inefabilidad innombrable e inconscienciada, Verdad misma por ser tal cual es, Realidad. Ser iluminado por ésta, es Despertar. Pero mientras ello ocurre, es respetable. Lo que está separado puede unirse de manera que con ella y de ella, ha de salir el propósito del cambio. Es respetable el suspiro por ser real, la intuición de que más allá de la esperanza-desesperanza, el cuerpo va a hacer la Experiencia. Mas cuando el Camino es Realidad, ya no hay camino, el Respeto no tiene sentido sin o que “es sentido”. Como es respetable el esfuerzo y el defecto y también el agradecimiento a cuantas personas o cosas colaboran en nuestro proceso de evolución. No percibo sino a retazos. Nada ni nadie, es Lo-mismo a cada momento que pasa. Un solo segundo real, Es Eternidad y Silencio sin límites. “Cuando hablas de ello, ya no es”.

La habitación del jardín para la ceremonia del Té, tiene el cargadero bajo, es necesario inclinarse para poder entrar. Así les salió a los Sabios Maestros, de forma que hasta el más orgulloso Emperador aprendiera a inclinarse. Bueno para el cuerpo, la psique, el espíritu y quién sabe para cuantas cosas más que no tienen nombre.
Es costoso dejar pasar el ridículo que se siente. Ahí comienza el Respeto a uno mismo.
Hoy debe ser día trece.
El último Zazen del día pasado también fue perturbado por la gente de la TV. Y lo hicieron con respeto. Algunos de los técnicos, en los largos intervalos de filmación, adoptaron la postura y uno de ellos hizo sampai tocando el suelo con la frente. Pero no hubo completo silencio y hasta un apagón se produjo en medio de la Ceremonia final. Nada importa realmente; nada es según nuestros deseos. De esta manera el ambiente se parece más al ambiente social en el que hay que vivir. Los obstáculos reavivan el esfuerzo y son de agradecer... "Mi enemigo es mi Maestro"... el espejo en que me veo, presenta una imagen más nítida de mí mismo. En mí está orientarlo positivamente "Mi enemigo es mi amigo".
Esta mayéutica, esta pedagogía por la que cada término encuentra respuesta válida en su contrario, es una dialéctica de la relatividad y constituye una buena gimnasia de las primeras fases del entrenamiento Zen porque nos ayuda a salir de los conceptos absolutos cerrados y de las dialécticas lineales, tenebrosas. Sin embargo los Maestros manejan varios niveles de profundización, exista o no el Satori como vivencia ya vivida. Satori es la Puerta del Mundo desconocido y hay que continuar siempre profundizando, desaprendiendo.
Las fotos reveladas del día anterior, comenzaron a aparecer en la Sala de Té. Nos entretuvimos con ellas. El Rosshi las miraba divertido, participando en todo con pasión ondulatoria, sin elegir ni provocar rupturas, flexiblemente, estando y no-estando, Impersonal-Personal. Su capacidad para la tolerancia, que es la serena aceptación de las diferencias y quizás el hecho ya de haberlas desaparecido, igual que su resistencia, hace pensar que debe haber una relación entre ambas. Su trabajo es grande; ha de preparar todo, compartirlo, contestar difíciles preguntas... y además se ocupa de quehaceres como escribir con primor, las humildes etiquetas de nuestro bagaje. Lección continua a la que añadiendo su habitual apetito y buen humor, certifican la afirmación sostenida por siglos sobre la salud y longevidad de los Maestros Zen. Él nos demuestra constantemente que teoría y práctica sólo son discriminaciones de las personas no espontáneas, que han de pensar para actuar. Esa prudencia del antes y del después es la inseguridad yoica y el temor al fracaso o su opuesto, el deseo de éxito. Dicen los Maestros que las miserias que nos adornan pueden ser trocadas

en virtudes aunque también trucadas. Un yo enérgico y defectuoso podrá despertar en un Satori enérgico.
El Maestro explica que a través del óvalo de las manos en Zazen, el mudra, puestas a la altura del Hara o Kikaitanden, se establece una corriente de Energía con el Cosmos.
La sesshin en el Templo de Todenji está a punto de terminar para continuar en otros famosos Templos y Monasterios en cortos lapsos de dos o tres días. En total sumarán siete, mágico número, el de los que habitaremos, cada uno con sus peculiaridades de todo orden.
No tratándose de sacar conclusiones, sino de no obstaculizar lo internalizado, actúa actualizando nuestro vivir, integrándose en nuestra historia en un Aquí y Ahora cotidiano y constante.
No son de esperar milagros ni percepciones convulsas autogratificantes. La Vía es el Camino ya, sin ilusiones o con ellas. Es la recreación del ser desde lo individual inhumano o lo real humano cada cual en su existencia. Además, dijo el Maestro, "Zazen es un juego".
Suena el mazo contra la madera, Moppan, en sucesión creciente, señalando el final del Zazen y las voces recitan los Sutras que acalla la campana Keisu. Los practicantes se levantan, estirando aliviados sus rodillas, como si fueran las de un amigo. Los pies, descalzos, sufren un frío indiferente que aumenta al recorrer el suelo de cedro bruñido que canta cansado como croar de rana disecada.
Más Sutras y pensamientos compensadores de descanso ... desayuno, pitillo, calor ...todo "muy humano". Mezclado aunque no revuelto, conjunto sin confusión, es autoobservado y sólo cada cual sabe si huye.
Pregunta: ¿Es difícil la Vía?
Respuesta: ¿Es difícil la Vida?
¿Qué es Buda? Es Zazen. (Y la gente se extraña)... o comer Soba. ¡Locos! En Zazen sale lo mejor, decía Deshimaru.
Keisu-campana, continúa insistente, cadenciosa, seguida de otra aguda pequeña y próxima desprovista de solemnidad, la primera, alta, colgante, pesada, casi inmodificable. La segunda, andante, mimada por el paño rojo y la mano humana... Yin-Yan ... Yan-Yin...
Sutras y Taiko que hacen el ritmo que rompe de vez en cuando Keisu.
Hannya Singyo, el Sutra de la Suprema Sabiduría, Shiki-fenómenos y Ku vacío, saliendo del vientre. El Rosshi tira del cordón colgante blanquinegro que mueve un badajo medio muerto de una campana invisible y quebrada. Golpes secos sobre Mokugyo.
El Sol sale Bruscamente.
En el Té Ceremonial, Sutras y caligrafías.
"Maku moosso"... "No detenerse, no hacer caso de las ilusiones". Sawaki.

Alguna vez en los escasos ratos libres, costumbres individuales destapan la personalidad en opiniones y discusiones que manifiestan nuestra vanidad, agresividad, presunción, ignorancia, autosuficiencia, pedantería... etc. Las mil autoafirmaciones del yo. El silencio habitual, calma las inclinaciones egoístas. “El silencio, lenguaje de siglos venideros” decía uno de aquellos antiguos Padres africanos. El adepto Zen, poco a poco, hablará sólo cuando es indispensable o es preguntado. “El que habla, no sabe; el que sabe, no habla”. Se hace necesaria una férrea disciplina interior para no hablar sólo por tener boca y deseos. Sin embargo también se agotan y un día, un momento, el gesto justo, aparece sin esfuerzo ni intención.
Visitas de Monjes y regalos. Fuse, que significa donativo, no es sola y abstractamente una donación de dinero sino de sí mismo, ser el otro porque en Zen no hay un interior y un exterior. Eso es también el sentido de la armonía. Armonizarse con los otros como disciplina, dentro del aprendizaje de los primeros pasos en la educación Zen, es no distinguirse en los actos de grupo, no utilizar los motivos y razones personales, particulares, porque sabemos que son autoafirmaciones. Hacer las cosas “a mi manera”, es individualismo egoísta, creerse importante, diferenciarse y por tanto discriminar entre yo y no-yo, repitiendo el error dualista y la cadena interminable. Es una trampa continua y típica.
Paseo entre las tumbas observando los detalles, escrituras, formas, materiales, paso del tiempo, escudos familiares, emblemas llamados Mon. Durante este rato, va cediendo una cierta ansiedad y tensión que atribuyo en parte al peso de la Shanga, la comunidad, el apelotonamiento, la falta de silencio a veces, la soledad, el ritmo acelerado y positivista de aprovechar todo lo que se ve y se escucha. Son muchos estímulos a la vez en un ambiente nuevo, apareciendo en gran número y a gran velocidad, lo que obliga a un esfuerzo que por muy inconsciente o justificado que me parezca, es de ganancia de algo. Hace años que no vivo así y esto me solivianta. Mas también pasa y siento comparativamente cómo deben sentirse las personas que acumulan responsabilidades sobre sí por ambición, debiendo ocuparse de todas ellas al mismo tiempo. No hay apego que no sea egoísta y por lo mismo apesadumbra; trátese de dinero, poder, prestigio, ideas, opiniones, estilos, ... todo es lo mismo, retenciones a defender, en las que estar ocupados compulsivamente; condicionantes de deseos y por lo mismo de sufrimiento. Y el altruismo es la mayor de las trampas, el mesianismo que se autojustifica con las palabras más hermosas: amor, desinterés, libertad, sacrificio... Entiéndase el disfraz, es muy sutil. Como decía Deshimaru, es un gran problema: “el estado justo de espíritu es el del muerto en su caja”, es el del Zazen justo. Muy difícil o muy fácil. Shikantaza. Mushotoku. Hishiryo. Zanshin.
El Jefe del grupo hace algunos comentarios, entre serios y divertidos, sobre lo que nos espera en los Monasterios. En ocasiones son tan duros dice, que “ante alguna equivocación te mandan salir afuera y te dan de palos”. Añadía que este, no brutal,

sino disciplinado comportamiento fuera quizás una exageración, con la intención de disipar restos de una posible y falsa confianza en pensar que lo más difícil ya había pasado. Estos cuentos para niños “si los hay”, vienen bien. Como en cualquier otra situación, se trata de aceptar lo que se presente, formando parte de una situación general voluntariamente asumida y reaccionar con autenticidad, sin cálculo previo, espontáneamente y en el instante, sin extremos disonantes ni de autoinmolación, sacrificio, heroicidad, atletismo... autogratificaciones neuróticas, ni tampoco de comodidad. Nada de extremos.

Imitar no conduce a nada, armonizar con los otros, siguiendo y respetando sus costumbres es comunicación profunda. El matiz tiene perfume Zen.

“Donde fueres, haz lo que vieres”, dice nuestro refrán, porque la vida continúa en su variedad de formas y uno mismo es una de ellas en constante interacción. Con sus llenos y sus vacíos, palabras y silencios del Espacio cósmico, como algunas esculturas de mi amigo Oteiza. Bueno es recordar al Maestro que utilizaba la rueda como ejemplo. ¿Se puede elegir entre los radios y el espacio que hay entre ellos? Sólo así la Dama japonesa de la leyenda, pisó, simplemente, la cuerda del caballo salvaje que nadie puede dominar y el corcel quedó “extrañado”.

Por todo el mundo se utilizó y supongo que al menos en el lenguaje continuará haciéndose, a la Naturaleza como ejemplo de virtudes humanas. La Caña, la Palmera, el Junco... y su flexibilidad, frente al poder y la fuerza del viento huracanado. A mayor resistencia, mayor destrucción. Pero la destructividad no es atribuible al viento sino a la relación fuerza-resistencia. Esta similitud poética es suficiente para sugerir la armonía, la permeabilidad, la evolución, la revolución interior, indispensables a cualquier aprendizaje y que implican abandonos, desapegos, pérdidas. La rigidez, es autoafirmación, cristalización, re-sentimiento... Una faceta de la educación Zen tiene que ver con el empleo de mil maneras absurdas, incoherentes o claramente injustas a primera vista y a vista vulgar, para ablandar al aprendiz, para hacerle, pues, flexible, permeable, desapegado de sí mismo. Esta psicomecánica, es voluntariamente aceptada porque algo se intuye de destructor en la autoafirmación. La experiencia enseña a reconocer lo-que-no-es pero no se sabe lo-que-es.

Alguien podría aducir que este aprendiz moldeable, ablandado, está debilitado, suficientemente descondicionado y apto para nuevos y sugestionantes condicionamientos, supuestamente arracionales. Esto es un gran problema experiencial que cada interesado habrá de resolver con la ayuda de su Maestro. Imposible sustituirlo por razonamientos: no hay ciencia que pueda responder a esta pregunta. La mezcla del ansia de vivir, de poder, la inseguridad básica... “Impermanencia o Cambio, Sufrimiento e Impersonalidad”, ... constituye una dialéctica de fuerzas, tentaciones y riesgos de todo vivir. Dependencia y dominancia, ignorancia o lucidez... son pares de opuestos cuya interminable

descripción no explicaría más que la acumulación de los conceptos con lo que el variable yo reviste sus acciones prepotentes. Con Zen y sin Zen están presentes en la proporción del Despertar Activo, funcional, es decir, del reconocimiento. La Vía, dicen los Maestros, es Atención Pura, observación atenta de la propia conducta y todas sus consecuencias mediante las que puertas olvidadas por la historia son reencontradas, a la vez que otras sin esencia, son descubiertas como seudopuertas, dibujos de un decorado, interpretaciones. La trampa, el engaño, la sustitución de unas falseadas por otras, cada vez más sutiles, aparentan variación cuando resultan ser repeticiones de lo mismo, inconscientemente obediente a su condicionado yo, en juego automatizado y teatral de circuitos cerrados que se autoalimentan fantasmalmente.

Necesidad y deseo se confunden, las emociones acompañan a las interpretaciones y éstas a las sensaciones, recreando una y otra vez el mismo personaje, ilusorio y autojustificado, reduciéndose a un diálogo entre palabras y palabras, en el interior de uno mismo, ni siquiera una relación o una comunicación. La farsa de la producción de la autoimagen, es una película financiada por el yo mismo, cuyo precio es nada menos que la realidad de la propia vida: aquello en lo que creo es la proyección de mí mismo programado.

La creencia, la idea, ciega la creación. El colmo es ya la integración del Zen o el Zazen en la cosmovisión yoica. La fuerza o el poder del egocentrismo es tal, que así como la sociedad productivo-consumidora "integra" sacando partido a las minorías, disidencias, discriminaciones o diferencias, el yo, su reflejo individual, saca partido del Zen consiguiendo por su medio lo que no fue capaz de conseguir por los medios comunes o de costumbre: poseer, tener. El exotismo se convierte en valor de cambio, el snobismo en apariencia de cambio y el objetivo doble, consciente o no, el del éxito personal-social. Todo sigue igual. Mimetismo.

En las personas jóvenes, este riesgo es especialmente significativo, puesto que no han tenido tiempo de hacer el aprendizaje social o lo que es lo mismo, no han experimentado su yo, no han sufrido de desilusión. En alguna ocasión Ortega dice algo semejante a esto: "la única filosofía válida, es la del náufrago". El Maestro Zen: "sólo un experto en desengaños, está preparado para comenzar la Vía". Tras los límites de la esperanza, tras los límites de la desesperanza, el yo cansado, comienza a ocupar su verdadero lugar. Los ancianos saben de esto pero también es cierto que algunos jóvenes pueden haber experimentado en alguna ocasión de su vida, su relatividad, la impermanencia, el sufrimiento, de tal manera que, tocados los límites, no encuentran caminos de vuelta. Ellos deben saber, alguien tiene que decírselo una vez más, que el Camino acaba de empezar. De otra manera es posible que la autodestructividad aparezca. Hay muchas formas.

Hay otro aspecto, el utilitarista, que procede de esa capacidad parcial y parcializadora del yo, del pensamiento, que consiste en tomar del Zen uno o varios

aspectos, partiendo, discriminando, atomizando, en provecho de la propia personalidad, en resumen, “utilizándolo". Puede ser el aspecto estético-artístico, el filosófico, el religioso, el pedagógico, el terapéutico... etc., bajo facetas unilaterales y especializadas, es decir, supercondicionadamente técnicas o emocionantes, dependientes siempre del mismo objetivo ganancial y adquisidor de capacidades, la concentración o la relajación, o bien, el descubrimiento de impresiones milagrosas, mágicas, extrasensoriales... Siempre entrampados en la red de tomar la parte por el todo, la apariencia por realidad, el fenómeno por...

El yo, proyecta sus anhelos desde una historia antiquísima, sucesión de costumbres que han tocado incalculable número y variedad de "salidas y sugerencias cuya repetición puede ocupar muchas vidas". Sin embargo, es más antigua todavía la herencia del cuerpo, millones de años de evolución en la Realidad cósmica, donde se encuentra indivisa la Sabiduría Original. Unas personas, intuyen irresistiblemente la llamada, otras se resisten buscando o encontrando en el rechazo, en las posibles pérdidas, motivos de temor. "El miedo nace del pensamiento" y ningún razonamiento ha de invalidarle porque, básicamente, procederá "del otro"; sólo la propia experiencia será respuesta, contando con que todo el mundo tiene en su propio ser cuanto es necesario para Despertar. Ahora queda intentarlo decididamente.

La vida es, una oportunidad de darse una vuelta por la vida, un bucle corto, una cabriola.

Darla con escaso engreimiento, recorrerla como se hace con un vino, puesto que todo lo que tiene comienzo al fin se acaba, ¿Eso es arte?

Poder parar cuando te falla el freno, escrutar lo misterioso, prepararse el ambiente desde adentro, es el arte de vivir, hacerse el muerto.

Tanto en oriente como en occidente, existe una antigua tradición que es la del Retiro espiritual. Unas horas, unos días, una temporada o algo definitivo que tanto puede realizarse fuera de la sociedad, enclaustrándose, como dentro de ella.

En la época actual, parece haber desaparecido aunque también parece renacer minoritariamente, tímidamente. Evoluciona con la edad, las creencias, la experiencia del sufrimiento y las desilusiones pero también con el hecho de que exista o no la posibilidad cultural, institucional quiero decir. Para que lo factible lo sea, tiene que ser culturalmente concebible, tiene que existir como alternativa organizada, pública, porque en caso contrario dependerá del esfuerzo individual convirtiéndose en duro pionerismo. Es el motivo por el que decía que aparentemente esa tradición hace siglos que viene debilitándose. Mas lo contrario es igualmente cierto y necesario.

Hay otra serie de motivos igualmente obstaculizadores relacionados con la sensación de permanencia que da el poder: cuanto más grande es el yo y más arropado está por el Tener, más miedo tiene a perder, más autojustifica la ilusión de

la permanencia. En toda época han sido los más desposeídos los ocupados de retirarse y los más preocupados, los que “teniendo cosas, dinero, ideas, poder, prestigio... etc.” que a todo ello se aferra el yo con igual codicia, habían mucho que dejar. En la época actual, el consumo de situaciones y cosas, está más generalizado, lo que constituye una forma de poder, de ilusión, de apariencia, con lo que el egoísmo crece y crece, generando más y más insatisfacción, amargura, desilusión y sufrimiento. A quienes quedan fuerzas para la búsqueda pueden mirar en otra dirección, la profunda o espiritual, redescubriéndola. Como el Todo está equilibrado, egoísmo y espiritualidad se potencian y actualizan mutuamente en una dialéctica energética simplista con variación de formas. Otra vez como ayer, cuando se han cumplido los quehaceres de las creencias, las obligaciones sociales... etc., la soledad se padece por “desocupación del espacio”, el vacío se percibe y tiende a ocuparse de nuevo con distintos asuntos o con su degenerada repetición. Esta es la alternativa del hombre maduro y el anciano, la decrepitud y la cosificación de “la cosa deteriorada que es” o la búsqueda de la Liberación, la Revolución Interior.
Que se trate de una fórmula más o no, está directamente relacionado con la problemática personal y la personal respuesta, por lo tanto no es generalizable. Trascender las palabras, los opuestos, los dualismos, el yo y el no-yo... etc., es la Nueva Experiencia y la Antigua Experiencia. Nada ha cambiado, pues.
Las civilizaciones han perdido parte de su cultura. Las sociedades masificadas potencializan la búsqueda individual. Es la renovación de las instituciones: el ciclo, el juego de las formas y el vacío, de los fenómenos y la energía vital. Historia y Realidad.

Sábado
Quince pequeños platos de deliciosas características, alegraron la Cena de Despedida en la Estancia del Samurai. Saké caliente, fotos, regalos y risas. Cerveza, cava español y licor portugués. Lo más no se puede explicar, había que estar allí.
Por la mañana una Ceremonia de Adiós, nos reúne silenciosamente y tras el desayuno, el Maestro nos acompaña en el autobús y come con nosotros en la Estación un buen plato de soba; tallarines, sopa y gambas rebozadas. Recorremos las tiendas agrupadas y calientes, pequeñas, variadas, concurridas, muy del gusto japonés. Parece que la mayor parte de ellas estuvieran en las estaciones.
Comienza la peregrinación por los nuevos Templos y Monasterios. El Maestro nos verá otra vez en Tokio.
Tsuruoka y a pocos kilómetros, Zempoji, el Templo de las Comas, de la Paz. En la ladera de una montaña, en varios y elevados niveles, se ven los edificios, las enormes puertas, la pagoda altísima, troceados por centenarios cedros parte de los

cuales, alineados, bordean una larga escalinata. Estanques, campana gigante y entrada con máquina de coca-cola. Un pez de madera de cinco metros, agujereado en su viente por golpes de siglos, preside, muerto, la entrada, mientras nos descalzamos. Después de breve coloquio entre organizadores, se nos asignan dos habitaciones. En el tokonoma, una gran talla de Buda-sonriente-del sacofortuna. Quemador de incienso. En el rincón un Tibor de metro y medio. Un rollo-cuadro. Una caligrafía. En el centro y en el techo, dintel tallado en madera, filigrana de escenas históricas o alusivas; en el suelo, estufa con tetera humeante. En el pasillo, un Juego de Té. Puertas correderas laterales, guardan las ropas, siluetas de montañas, cordilleras, las decoran en su parte baja, según costumbre. Artesonado, de rica caoba y de vez en cuando, se oye un megáfono.
Todo el suelo vacío, tapizado del tatami de arroz, es una playa de arenas doradas.
Un Monje entra y de rodillas, termina de abrir la puerta de papel de arroz. Tras una pausa, entra el Godo con lentos movimientos, acompañado de otro Monje. Es una persona de importancia en el Monasterio. El Té de Bienvenida, es repartido entre luz y oscuridad. El rectángulo de visitantes, levanta la taza con ambas manos y da pequeños sorbos de situación. Sentados sobre los talones e inmóviles, el Té se mezcla con el incienso que arde en el tokonoma. Son las sustancias activas del momento. El Godo sonríe, a veces, como el Buda de madera. Instante de bienvenida.
Poco después, nos llevan a la Sala de Dharma, donde el mismo Godo, oficia solemnemente, espectacularmente, dilatadamente. El Pueblo, asiste silencioso sobre una enorme alfombra roja. A un lado, nuestro grupo hace lo mismo que los seis u ocho monjes que acompañan al oficiante; sampai, canto de sutras, seiza... Magnificencia en los materiales, las maderas, los ropajes y al mismo tiempo, grandes espacios vacíos, altos techos. El Monje oficiante, agita hacia adelante y hacia atrás su cetro de crines blancas con gesto medido, repetido siglo tras siglo y los Monjes acompañantes cercanos a él, hacen malabarismos con los treinta libros de sutras que en tres pilas frente a cada uno, son pasados en acordeón, simulando su lectura, uno tras otro, acompañando con un grito su terminación ¡juyu, jai! ... ¡juyu, jai! ... escalonadamente.
El estruendoso taiko y la campana, subrayan el ejercicio. El batería es admirado por los concurrentes. Inevitable la imagen, mezclada, de liturgias europeas y africanas.
Liturgias sostenidas y que sostienen a los pueblos desde su necesidad de concretar lo inefable, lo arracional e inasible, lo misterioso. Folklore del vacío, clasificación de las nubes. Auténtico e inauténtico. La insistencia de las formas, junto a la niebla del misterio, coexisten sin excluirse mutuamente. Es la misma cosa que unas veces se ve como canto y otras como llanto, como carne y como letra, como música y como ruido.
Husmeando entre la hojarasca, me encuentro como el indio, prendado del color, snob y lugareño. Otras veces creyendo percibir lo imperceptible. Destino humano.

Desatino zigzagueante, ciego y lúcido sin saber. “¿Cómo hacer un solo juicio?”
Una frugal comida en un frugal lugar. ¿Estarán haciendo un teatrillo para europeos? Dudas, nivel de valoraciones, comparaciones. El pensamiento y con él, la ansiedad. Hay opción: se puede pensar esto o lo otro. Aparentemente se puede elegir. Inseguridad. Ingenuidad culpable de la ignorancia del egoísmo. Los sentimientos se alternan de uno a otro extremo, saltando de blanco y saltando de negro, radicales, duales como el patético si-no. Cambio de nivel, advierto la trampa perpetua, integración en el Camino del Medio. Arroz, un trozo de zanahoria y de rábano encurtidos, una sopa de hortalizas y agua caliente, me enseñan su sardónica sonrisa. ¿Comprendes? Las cosas enseñan. ¿Ha percibido, el pescador, el Sentido del Agua? No, si sólo quiere pescar.
No hay expresión en la cara del Monje que come frente a mí. Utiliza sus propios cubiertos de laca negra, envueltos en un cartón laqueado que se dobla nueve veces y extendido de un solo golpe, hace de bandeja. Tras lavarlo todo con agua caliente, chupa con discreción la punta de los palillos, ocultándose tras la ancha manga del colomo. Una espátula con un trocito de tela blanca en la punta, bruñe y seca. Todo es cuidadosamente, silenciosamente colocado, doblado y envuelto en una servilleta cuyas puntas se anudan con exactitud ritual. Comer y recoger, lo ha hecho con el mismo rápido estilo.
Con ajenidad. Comer, habitualmente, es sostener el cuerpo. Una pequeña parte, un pellizco de comida, es apartado y recogido luego para dárselo a los pájaros. Es el delicado presente a la Naturaleza que somos, aunque en apariencia esté afuera. Es otra forma de alimento. “El cuerpo, no es nuestro”. Otra forma de alimento que curiosamente recibe “el nombre” de espiritual. Y ahí queda todo, en el nombre. Nominar, designar, definir,... etc., es todo lo mismo, pertenece a la actividad concretizadora y limitadora de la consciencia, actividad por otro lado muy útil como instrumento pero que tomado en términos serios, hemos de reconocer su limitación, su escasez y especialmente su parcialidad. Aquello que no concebimos en palabras, tendemos a calificarlo de inexistente: simple ignorancia. Tenemos todos una experiencia profunda de la vida que consiste en estar vivos pero apenas podemos balbucir torpes palabras si intentamos explicarlo. El Zen dice por boca del Maestro experimentado “el que habla, no sabe, el que sabe, no habla”. Y el Zazen es coherente: experimentar en la Postura. Sólo eso, naturalmente y con todo lo que somos. Una aventura inimaginable y revolucionaria, asequible a cualquier humano. Dicho con palabras altisonantes “el yo en el cosmos, el cosmos en el yo” suena a ciencia-ficción. Traducciones sobre el tema hechas por personas que no manejan adecuadamente el castellano, distancian más que acercan a los aficionados a la lectura, añadiendo telarañas mágicas y oscurantistas a lo obvio o sencillo. Si a esto añadimos la mezcla de peculiaridades culturales entretejidas por siglos, la selva conceptual desanima al persistente. Son fenómenos como otros. Por fortuna en el

Zen, si algo sobra, son los discursos, textos y dogmas. La consciencia, siempre entre dos fuegos, en la Vía del Medio, el punto de máxima tensión tan magníficamente estudiado por Lupasco y técnicamente utilizado por la fisica atómica. Pero el adepto Zen, "no debe tener miedo a las contradicciones", decía el Maestro. Si hace Zazen; aprenderá a no elegir. El dilema es una crueldad de la consciencia que ella disfraza de heroísmo o cuando menos de determinación y voluntarismo. Es el histórico maniqueísmo dualista previsor y desvitalizado. El futuro soñado. La película que sólo por pensada o imaginada, parece posible.
"Ganar o perder, es fácil: lo dificil es, no luchar".
Tras una Cremonía del Té especialmente discreta, un Monje trae regalos. Se trata de un librito con fotos del Templo y de una caja primorosamente atada con un cordón rojo y blanco que contiene un paño; dorado con el doble emblema de Zempoji. ¿Gentiles, ceremoniosos, formalistas, costumbristas? ¿Profundos más allá de lo personal? ¿Acaso el pez se ha mordido la cola?
Mientras escribo, miro de vez en cuando al Buda de madera que sonríe sardónicamente. ¿Por qué? Es tradicional en el Zen japonés y me parece que no así en el chino o no tanto al menos. ¿Es risa de uno mismo? ¿Expresa lo que se ve a la vuelta del camino? ¿Una simple actitud?
¿Un lenguaje "universal"? ¿Un "qué te parece ahora"?
La tetera ahuma en la estufa. En el pasillo, el Juego del Té.
Pasan dos horas entre Zazen y Ceremonia. Es necesario preparar las camas antes del baño caliente o nyuyoku, como lo llaman aquí. El lugar es pequeño y catacúmbico...

Domingo
Levantada a las cinco.
Prejuicios, juicios anteriores a la experiencia, esquemas mentales. Es común, ante situaciones nuevas, tomar partido, tener opinión, imaginarlas, calificar o descalificar, valorar antes de que pase un tiempo. Lastimosas comparaciones, lastimosas no-comparaciones. Estar situado frente algo o junto a alguien, impide oir, lo sé bien y por mí mismo. Las competencias, los arranques de mal humor, las explicaciones de lo obvio, el apasionado mesianismo, tan pedante y que "huele repugnantemente a Zen", el absolutismo subjetivo, que huele a fanatismo, el subjetivismo absoluto, que huele a divinización del yo... ¡Qué defectuosos somos los humanos en nuestra humanidad más inhumana!
Es la luz de la sombra.
Es la sombra de la luz.
Hay que tener cuidado, dicen los Viejos Maestros, con el lenguaje: "no dejarse complicar por el uso convencional de las palabras". Esa es su superficie. El sentido

profundo es otro y no debe ser referido a las concepciones personales. Así, con las palabras, nos podemos alejar de las palabras. No es lo que se dice lo que importa, sino lo que se quiere decir...
Hacia las diez de la mañana, vamos con un Monje a su cercano Templo de Jokeiin. Él, ha sido durante años el Superior o Zenji de Zempoji. Parece un hombre concentrado.
Es pequeñito. Comienza por poco en sus gestos y palabras. Un Té escaso, con pastas, se va agrandando a lo largo de dos días, en amabilidad, abundancia... Es un Maestro y lo demuestra también en el manejo del tiempo y las formas, como buen diplomático. Le gustan los grandes títulos y al tiempo es moderado. Me da la impresión de un lnquisidor de Santo Oficio en civilizado. Representa la máxima autoridad, la Shumu-cho del Soto Zen. Es uno de sus investigadores. En este momento recoge información sobre la Misión en Europa a la que ha recorrido. En resumen, viene a decir que es necesario formarse en el Japón y después dejar en libertad, colaborando. Prudente integración de extremos.
“No conviene tener fe en las inclinaciones personales”, dice la cultura japonesa. “Las cosas son tal y como son, tanto comprendamos como si no comprendemos”, dice el Zen japonés. “Los hombres corren, las instituciones pasan”, “No temer las contradicciones”.
La educación del Monje, es ocupación constante y precipitada, perfeccionista, ajustada a las reglas, a los hechos y cuando el día acaba, sólo queda dormir. Para liberarse, ha de pasar por el sometimiento voluntario, una rigurosa disciplina, para la mayoría, imposible. “La negación es la afirmación”.
En Zempoji hay un tipo de automatización muy perceptible. El ahorro de Energía que produce la impersonalización, queda disponible. El cuerpo aprende a moverse en direcciones selectivas, unificadas, armonizadoras cuyo método está verificado por siglos. No hay fugas. La profundización en los hechos y la Energía disponible o producida es el cambio, el Despertar, la inundación por la no-consciencia, profunda, abisal, natural, que es la Conciencia ¿Original?
Es necesario recordar que cuando se habla de automatización educativa o de impersonalización, me estoy refiriendo a desegotización, con lo que salgo al paso de los que “temen perder” impulso vital o convertirse en fantasmas, sombras, zombies de película de terror.
Anécdota simpática y vulgar ha sido la improvisación de un zoco, un mercadillo ocasional: dos comerciantes en objetos litúrgicos, madre e hijo, han extendido por el suelo múltiples cacharritos y vestimentas. Todos, en derredor, observamos el brillo de los ojos ajenos. Pena y alegría se alternaban como ocurre a los niños en la feria... si lo gasto en chocolate, no tendré para los caballitos...
Zazen
Ya no quedan crujidos a los huesos

los oídos, apenas oyen a los cuervos
un extraño sudor envuelve el llanto
donde el humo sustituye al pensamiento.
Se ha perdido la cuenta de los días
medio hombre se yergue desde el suelo
sin percibir ni importar lo que es remedio:
donde fueres, haz lo que vieres, dice el cuento.
"Las flores azules del romero, niña Isabel
pasados unos días, serán miel". Para qué preocuparse.

El Templo de Jokeiin, se quemó hace poco. Era de los antiguos, con el techo de paja. Los fieles ayudaron a construir éste, un edificio de dos pisos como una casa cualquiera. Esta noche han venido unas treinta personas de aquellas, a pasar unas horas con nosotros. Ceremonia, Té y concierto de biwa, un instrumento chino llegado al Japón hace unos mil trescientos años. Con él, se acompañan cantos muy peculiares. El ejecutante, con vestimenta de hidalgo, moteada en brazos y espalda con el emblema familiar o Mon, explica y luego canta, con el ritmo y el saber de sus setenta años ligeros.

Después, los discursos y las preguntas. Estaban muy a gusto, disfrutaban del hablar, reir y saber. Curiosos y hospitalarios. Corteses y francos. Eran gente del pueblo sinceramente impresionada con este grupo de europeos. Casi pareciera que hubiéramos llegado nadando. Mostraban un gran respeto. Admiraban el esfuerzo no importando demasiado el contenido ni el resultado. Es un pueblo digno y reconocen la dignidad donde se encuentre, tampoco hace falta exagerar en nada porque también son modestos y austeros. Es cierto que se lució el verbo, destapándose el garrafón de las grandes ideas, las generalizaciones, la diplomacia e incluso la demagogia. Un filoorientalismo que resultaba antioccidental ocultando escasamente un filooccidentalismo no exento de perfume antioriental. Una ensalada xenofóbicomesiánica civilizada y sugerente, muy divertida, que tomada tal como se decía, a nadie le convencía. Sabiéndolo, todos los corazones se habían comunicado, que era de lo que se trataba. Las palabras solamente son andamiaje; "ni palabra, ni letra". Todos en el ajo. Bien.

El cuerpo va por delante, es cosa comprobada. Unos y otros notaban en sus piernas la innecesaria duración de las verbalizaciones. Sudor, dolor, ojeras, palidez y sutiles, cuando no francos, movimientos musculares. Como el que escribe era el único sentado en una silla, mi posición antiheroica me permitió aliviar a quien pude "obligándole" a aceptar cojines. En ocasiones resulta difícil distinguir entre mortificación y disciplina, entre Zen y egoísmo de la autoimagen. "Representar" a un continente es un envite de órdago. Sobremanera para el que cree representarlo. Una dosis modesta de desvergüenza puede abrir la puerta de la sinceridad o la compasión.

Lunes

Un largo trayecto en tren, nos conduce hacia Fukui, compartiéndolo con un grupo de alegres y respetuosos jubilados que ríen, charlan y pasan constantemente entre nosotros bastante extrañados. Una y otra vez, se inclinan observándonos con detenimiento y cortesía. Parte de su aventura. Es una marcha hacia el sur que continúa. Trescientos kilómetros por la costa del novelesco Mar del Japón. Regiones diferentes pero paisajes unificados por la nieve, enseñan montecillos que enmarcan valles grandes y pequeños, caseríos y pueblecitos oscuros. Los pinos, levantan el terreno y los bambúes lo ablandan como la espuma al Té.

Cansado de lanzar la vista para atrapar imágenes con más velocidad que el tren, recuerdo la Cajita de la Comida. La abro y el corazón se alegra de su variedad de jardín comestible. Arroz, algas, pececillos, verduras, melocotón y cereza. Blanco, verde, marrón, amarillo y rojo. Diminuto y seriado pero hay un intento de agradar que tiene sabor de agradecimiento. Es la soja del cuidado, salsa de corazón, salsa cordial, tónica y hogareña. Dos botellitas calientes, una de miso y otra de Té, acompañan a la Cajita de la Comida. La impersonalidad del plástico también está presente sin desequilibrar nada. Y dos muchachas, pasan y pasan con el carrito de las golosinas. El Carrito que apenas cabe entre los asientos.

La lectura, el cigarrillo, los paseos del pis, los de las piernas, mirar por la ventana, mirar para adentro, dormir...

En fin, lo que hace todo el mundo en los trayectos largos. Y de vez en cuando un poco de charla y, un poco de recuerdo... un poco de proyecto. El final inmediato está en Kioto: imágenes leídas construyen los jardines y los Templos, los museos y las calles, las vestimentas, las gentes y la historia en una mezcla inverosímil, irreal.

Cuanto más desciendo hacia el sur, más cuidado observo en casas y calles. Por doquier, la casa es pequeña y sencilla. Planta baja con jardincillo y un piso, encierran la vida familiar. Pequeñas dimensiones y estructura flexible. No hay viga de más de quince centímetros de grosor y los compartimentos se hacen con paneles de listones y papel de arroz y con aglomerados o plásticos fácilmente trabajables y de escaso peso. Todo ello contribuye al gasto mínimo, incluido el tiempo de construcción que se reduce a un mes, poco más o menos. La cubierta suele ser también de plástico y más al sur, de cerámica gris, siempre igual. Una casa grandiosa o simplemente notable, es rara de ver. Recuerdo al respecto, un adagio chino que dice así “casa grande, hombre pequeño”.

Como todo el mundo sabe, en el Japón hay cientos de terremotos al año. Cada quince o veinde días, los temblores son muy evidentes; las lámparas, tintinean. Me

emocionó sentir dos de ellos; siempre deseé notar esa fuerza. Cuando pasan dichos días, dicen que la gente se preocupa temiendo que se sumen y provoquen desastres. Un pueblo que desde sus orígenes convive con un poder tan destructivo, influencia sus costumbres, su filosofía, psicología, arquitectura... toda su cultura. No aspirar a nada porque se tiene la experiencia histórica y quizás personal de su fácil pérdida, es una lección de impermanencia inevitable que aprendida y aplicada como ellos lo hacen, armónicamente con la naturaleza, les permite crear, "permanecer".
Los "tres temores" del japonés, son, el terremoto, el relámpago y el padre, pero cuanto mayor es el temor, mayor es el control y el respeto y el desprecio por lo particular. Lo personal tiene un lugar secundario o, al menos, lo tenía.
Me parece que hay una relación evidente entre lo comentado y el cuidado de cada cosa, cada gesto, cada técnica, concentrándose intensamente en cada caso. De la impermanencia al no-tener. De la austeridad a la intensa sinceridad (sincero, sin nada; no sé si esta asociación tiene justificación etimológica). La misma sinceridad que nos asombra en el ave que vuela o en el pez que nada. Occidente da la impresión de estar compuesto por peces sedientos.
Observo que la gente es sencilla, alegre y un poco bulliciosa, cuando descansa. Son tantos en tan poco espacio que han hecho de la necesidad, virtud y de la virtud, placer y forma de vida. Me refiero a los comportamientos de paz o apaciguamiento que en este país aún perviven como por ejemplo hacerse regalos y saludarse. Varias veces al año, es obligado hacer los primeros que, en general, son de escaso valor, pero se aprovechan muchas otras circunstancias, aunque siempre con medida y modestia porque en caso contrario el agradecimiento debido, constituiría un compromiso o una carga de agradecimiento, el On, que jamás llega a pagarse del todo. Así obligan las atenciones, así atan y esclavizan, so pena de desairar, defensa siempre posible aunque de mal tono. Estas complicadas y estabilizadoras formas de comportamiento social las explica tan bien la antropóloga americana Ruth Benedict en su libro "El crisantemo y la espada", que remito al lector a ella con especial agrado.
En cuanto a las inclinaciones ceremoniales, especialmente en el suelo por acontecimientos señalados, constituyen costumbres sociales antiagresivas que me recuerdan rituales observados directamente en la Naturaleza. Dos personas que se encuentran o se buscan, se agachan, arrodillan, posan sus manos en el suelo e inclinan varias veces, lentamente, sus cabezas casi paralelas, yugulares próximas, mirando siempre al suelo, confiando una en otra ... lenguaje del cuerpo, milenario.

El Monasterio de Eiheiji.
Todo el tiempo del trayecto, desde la estación, estuvo lloviendo. Un autobús nos dejó en la entrada del recinto. De lejos, había visto un corte entre montañas. En la ladera y junto al torrente de los neveros y los diosecillos verdes, musgo y peñascal. Entre

los troncos enormes de los cedros seis veces centenarios, difuminados por la niebla, la lluvia y el atardecer, manchas blancas de edificios apenas se distinguían. En el camino principal, la definida, pétrea, gigantesca silueta barroca y china de un farol, indicaba la luz y la forma al peregrino que inconsciente, se dejaba llevar por su asombro y por sus pies, por su cansancio, por el misterio de lo entrevisto y lo oculto. Arriba, arriba y a la izquierda, tras la enorme puerta, el patio de nieve amontonada. Siempre a la izquierda, después de descalzarse, el larguísimo recibidor de parquet, mostrador de oficina, tiendecilla de recuerdos y divanes. Cristal limpio e impersonal de parador, de hotel de seis pisos silenciosos. Madera entrañable. Papel de arroz luego, tatami y celosía y después... la Experiencia, el Buda Sonriente.

El estilo se ha conservado, adaptándose a los grupos de numerosos visitantes. Cada uno de estos pisos, algunos prohibidos, es una unidad autónoma. Consta del Dojo o lugar del Zazen, la Estancia del Descanso, Comedor, Cocina y Baños con lavadora, separados de los retretes. Esta unidad se acompaña del equipo humano: Instructor jefe, Ayudante y dos o tres Monjes más que atienden los servicios mecánicos.

Nuestro instructor, es un gigantón. Observo que en los Monasterios, hay una mayor proporción de monjes altos que en la calle. Es muy evidente y curioso en los momentos en que los servicios son comunes y doscientos o más se reúnen en la Sala del Dharma. En la Estancia que se nos ha asignado, el Gigantón nos reúne, nos vocea e intimida, da órdenes aparatosamente, exige que se le entregue el tabaco que se lleva, “ninguno de nosotros tiene”, pensamos, “no, que te lo fumas”, este es el juego. Un pequeñito Monje, como salido de un cuento de ciencia ficción, como alguien comentó, abraza a todos con gesto sonriente. Estuvo antes en París. Es jovencillo. En un entrecortado francés, saltando por las palabras como si le picasen, haciendo guiños, pregunta por este o aquel. Funcionará como enlace, como guía de costumbres, pues hay muchas diferencias secundarias en las maneras de un Monasterio a otro. En el Comedor, nos inicia en el ritual vigente: manera de tomar los cuencos, servirse, sentarse, pedir más, decir basta y recoger la mesa. Volvemos a la Estancia y se llevan a las mujeres a otra y a tres de nosotros a la Cocina. Enseguida aparece el Gigantón, con el Kiosaku en la mano y un Abanico, pasando revista. Las formas, los fenómenos, son Ku.

Es emocionante comprobar como administran los gestos de provocación, como investigan los límites, la capacidad de control, la impersonalidad de los visitantes forzándoles a traspasarse a sí mismos, a sus concepciones preestablecidas. Con pericia, van agotando las reservas físicas y mentales del grupo. El que quiera, que lo deje. Mientras no sea así, y puede abandonarse “el juego” incluso después de ser Monjes, el Instructor desoye las expresiones que piden silenciosamente clemencia, son lo que da prueba de una gran compasión, de un amor impersonal y desafectado por la potencialidad oculta del Ser. Hasta que el cuerpo hable.

Dos horas de Zazen para empezar, con diez minutos de Kin-Hin en medio.

El Pequeño Monje ha comentado que en un Monasterio cercano, a dos o tres horas de viaje, varios europeos se entrenan hace años. No sabe más. Parece que la explosión se prepara lentamente; ¿Lloverán Monjes Zen? Conocimiento silencioso.
Dejar que los acontecimientos sigan su curso. Todo cuanto es urgente y momentáneo, tiene respuesta urgente y momentánea. Lo que no lo es, tendrá su turno o no lo tendrá. ¿Para qué provocar lo que no existe? Es darlo existencia en nuestra voluntad, en la imaginación, los pensamientos, el Yo. Por eso no es Realidad. Realidad es Eso. La realidad que está fuera aunque dentro del Contexto Eterno, es una construcción, un fenómeno teatral, apariencia, guiñol. Sin embargo, no hay acontecimiento grande ni acontecimiento pequeño. Tan sólo existe el oportuno, el presente, que es el único realizado, para inmediatamente dejar de serlo. Así se realiza el hombre o se desrealiza, en ese no-tiempo oportuno, no creado, no elegido sin pasado ni futuro; sincera y directamente, sin ambición, con libertad y el equipo de las seis puertas.
Preparamos la colchoneta. Mi cercano compañero vietnamita hace bromas con la hora de levantarse y el café: a las diez, con tostadas y mantequilla!

Día diecisiete
¡Pues Zazen a las tres y media! Vestirse, ceremonia y desayuno. Cuenco de arroz y encurtidos salados. El arroz estaba tan suelto que era sopa.
Es el Guenmai tradicional y nutritivo, con sésamo tostado y sal que los elegantes palillos granate, laqueados y timbrados de oro, apenas podían atrapar. Situaciones y obstáculos, deben ser sobrepasados con habilidad, ingenio, esfuerzo, repetición. El Espíritu es como el Guenmai. Para no retrasarme en exceso tuve que beberlo.
El Gigantón nos trata como si tuviéramos dos años más. Ya hemos llegado a los siete. El comportamiento le indica el grado de madurez. Cada ocupación le informa del “estado” de cada cual. Cada gesto, cada espera, cada Zazen, cada comida... andar, estar sentado, echarse ...
Doy un paseo solitario por los caminos que unen los edificios contemplándolos con delectación. Incluso salgo del recinto con permiso del Instructor cosa que me cuesta demostrar a un Guardián al que sólo la determinación convence. Al día siguiente, me pedirá amablemente disculpas por su insistencia. Recorro el pueblecito, sólo sus dos calles, que se alimenta de los visitantes, peregrinos, practicantes y turistas. Tiendecillas de regalos y comidas. Tengo hambre. Sueño con patatas fritas, con pan... Una bola blanca de no sé qué y un café apaciguan a los zorros que parecen caminar por mi cuerpo. De vuelta, reposo en un banco frente al torrente y observo los insectos al tenue sol. Las aguas alborotan espumas. Algo llama a la atención inconsciente y la mirada se centra, perpleja, chocando con otra inmóvil y musgosa.

Desde la otra orilla, un Buda sonriente mira siempre hacia el mismo lugar. “Un solo camino”, entre las piedras. Es una de ellas...
El Pequeño Monje, me acompaña en la comida: arroz, sopa de miso y verduras frescas con una especie de mahonesa. Tres cuencos de mayor a menor. En los Monasterios Zen, la dieta siempre es vegetariana, escasa y bastante mala en cuanto a gusto, según lo que he comprobado hasta ahora. Es como de cuartel. Sin embargo aquí noto una gran diferencia. Hay intención de exquisitez y cierta variación, al menos en uno de los “Platos”. Tradicionalmente la Cocina es uno de los campos más cuidados, o lo era. Como muestra, puedo decir que en el tokonoma familiar, el lugar de honor de las casas particulares, según he leído en algún lugar, además de las lápidas pequeñas y estrechas, conmemorativas, verticales, suele estar El Genio de la Cocina.
Una de las visitas privadas hechas en el Monasterio de Eiheiji, fue precisamente a las cocinas. Trabajaban allí doce personas. Vestían de blanco con pañuelos a la cabeza como en todo trabajo, para evitar la caída del sudor. Todo Monje ha de pasar obligadamente unos dos meses seguidos. Es especialmente duro, según lo contaba un Monje italiano que llevaba allí tres años junto con otro compatriota. Su aspecto no desmentía las palabras. Dormía muy poco. Su esfuerzo debía ser muy grande. Los privilegios escasos. Las escaras de su piel hablaban de ello, también del frío y quizás de otras cosas.
Es tradicional que el Monje encargado de la cocina, el Tenzo, sea una de las personalidades más destacadas, sabias e iluminadas de la Comunidad. Antiguamente se alimentaban de plantas silvestres en gran medida, lo que suponía grandes conocimientos, habida cuenta de su régimen vegetariano.
El pequeño Monje y yo, nos saludamos antes de comenzar, como es costumbre haciendo gassho con los palillos entre los dedos pulgares y las palmas juntas. En silencio se consume la comida de la que ha de acabarse todo. Nada se desperdicia en un Monasterio Zen. Se dice, que con las peladuras se hace una deliciosa sopa. Con media taza de Té se lavan los cuencos y se bebe a continuación. Los palillos, se guardan en su sobre, en cuyo envés y bajo el emblema del Monasterio, están escritos los caracteres del Sutra de las Comidas. Estos, son recitados ceremonialmente antes y después de comer en grupo.
Después del Zazen, el cansancio acumulado se desvía en risas flojas y el cuerpo tiende a desmadejarse, a extenderse acuosamente por los suelos. Es la pérdida de la forma, el debilitamiento de la cohesión particular y la búsqueda inconsciente del contacto con los objetos, la comunicación energizante con la tierra, la descarga de los humores que solemos llamar descanso o recuperación.
Está prohibido utilizar la ropa de cama, sólo es posible apoyarse en ella. Algunos necesitan la ayuda de la acupuntura que equilibra energías frenando o estimulando centros.

Entre otras prohibiciones está la de pisar las junturas de los tatamis, rectángulos, de noventa por ciento ochenta, de paja de arroz, rebordeados tres centímetros de distintas y atractivas telas. En las casas particulares también existen o existían, cumpliéndose con la misma costumbre. Se adiestraba a los niños desde muy pequeños tratando de hacer frente al peligro: los samurais herían introduciendo el sable entre las junturas ya que no existía suelo sólido bajo el tatami. Sin embargo no se cumple estrictamente e igualmente ocurre con la regla de andar con los pies paralelos, cuya forma estimula centros energéticos situados en la base del dedo grueso. Muchos japoneses lo hacen espontáneamente debido a la frecuencia con que sus pies miran hacia adentro y se atribuye a una deformación por la que las piernas están arqueadas, como resultados del uso de grandes y duros almohadones empleados como empapadores durante los primeros meses de su vida, aunque esto esté cambiando.
Y tras el descanso, un anecdótico entretenimiento, un mercadillo. El Gigantón ha mandado traer regalos y cosas para vender: el oryoky, el juego completo de instrumentos para comer, kimonos, ...etc.
Ofuro que quema y descansa. Al entrar por el pasillo, un Monje se ha cruzado con nosotros y hemos debido cometer alguna incorrección porque hacíamos de tres en tres el obligado Sampai ante una imagen.
Algo deliberado y vivo, algo obligado y muerto...
Y ahora, una sorpresa. Se trata de una invitación formal a cenar. Cada párrafo es la expresión escrita de una o muchas oportunidades. En cada cual, puede verse uno a sí mismo, calificando, enjuiciando, valorando... Observarse en el espejo de la consciencia de la consciencia. Así una y otra vez hasta el agotamiento esclarecedor. “Cuando una parte del yo se enfrenta con el resto, se comienza a comprender”. Los Maestros no lo explican: simplemente actúan. No hay manera de convencer a la mayoría de las personas solamente con razonamientos. La pedagogía de la experimentación, es el genuino estilo Zen.
Interminables pasillos y corredores, comunican unos edificios con otros, subiendo y bajando la montaña. Vamos hacia uno de los privados que no se diferencia especialmente de los demás. Entre ellos, patios, jardines, cascadas, piedra y madera bruñida. Perspectivas de “fantasía”.
Tras una corta espera en el ancho pasillo que hace de antesala, vamos siendo nombrados y entrando. Cuando todos lo hemos hecho, llegan los Grandes: dos jóvenes y dos viejos. Los jóvenes hacia los cuarenta o cuarenta y cinco, los viejos, de mayor rango, de sesenta y cinco a setenta. Destacan diferencias físicas que quizás tengan relación con las funciones que desempeñan. Agudeza mental, energía eficaz están acompañadas de rasgos angulosos, pelos negros abundantes en largas cejas. El poso de la cultura y la prudencia, energía controlada, son lampiñas, redondas, curvas, gruesas, brillantes ...

Todos recibimos un papel donde está escrito el lugar que ocupamos cada uno y en su caso, el cargo. Por una cara, en inglés, por la otra, en japonés. Tanto en esta como en otras ocasiones, observo que papeles semejantes están confeccionados con descuido, tachaduras incluidas. Contradictoria apariencia. Muy Zen. Son cosas que salen, que acontecen "involuntariamente".

La Sala es alargada, de altos techos y ninguna decoración. Aunque la invitación ha sido una deferencia, se vé la intención de no darle solemnidad.

Nos sentamos de espaldas a la pared, en dos filas enfrentadas, sobre un cojín plano. Ante cada uno se encuentran dos mesitas individuales de laca roja elevadas por gráciles patas unos cuarenta centímetros, con ligera diferencia entre ambas. Sobre ellas descansan unas doce piezas cerámicas de diversos tamaños, algunas tapadas, y un vasito para el sake. Junto a la mesita izquierda y en suelo, la botella de licor caliente y una taza para el Té que la hace compañía, equilibra y dignifica. Quizás ha sido desviada del conjunto debido a la antigua prohibición de consumir este licor en los Monasterios, como comentaré más adelante. Antes de comenzar la comida, el protocolo vierte las palabras de rigor por ambas partes. Ellos, hablan todos. Nosotros a través de Uno.

Terminados los discursos, comienza otro cuidado, el de las cosas, el de los gestos del comer, la armonía conjunta del ritmo, el orden. Hay libertad para elegir el bocado pero cada vez ha de levantarse la vasija correspondiente. Los contenidos son variados sin llegar a exquisitos. Es una combinación de vegetales nada fácil. Alubias blancas dulces, gelatina verde y otras cosas de nombre, sabor y aspecto desconocido. Entre ellas, una rajita de melón, sabiamente troceado, sin que se notasen los cortes que constituyó una verdadera trampa. La sorpresa final, estaba en la cesta de "mimbre" que le contenía. Vi como el Monje que tenía en frente se la comía. Insólito. Cosas Zen. Y me la comí.

Terminada la recepción y tras repetidas inclinaciones, salimos en columna de a dos precedidos por El Gigantón que con voz de siempre, esa que dice "bárbaros de occidente, ve lo que es una puerta", nos condujo aceleradamente por el largo camino inverso. Prejuicios aparte, la técnica pedagógica del Zen ataca directamente al orgullo personal, explorando así con rápidez tanto el grado de profundización del adepto, como dándole al mismo, la oportunidad de la autoobservación que es exploración de sí. Recuerdo que cuando me tocó entrar en la sala, El Gigantón explicó al Godo que era quien le había presentado una carta sobre San Francisco de Javier, antecesor familiar mío por parte de la madre, inquiriendo sobre documentos antiguos que pudieran hacer referencia a él, quien como todo el mundo sabe, estuvo en el Japón a mediados del siglo XVI. Trató mucho con los Monjes Zen e incluso el Shogun le dio un Templo Zen para que viviera en él*. El Godo, que tenía la carta sobre sus piernas, mirándome, inclinó la cabeza deferentemente, a lo que contesté de igual forma. Posteriormente me mandaría llamar para conversar sobre el tema.

Aún quedaba el último Zazen del día.
¡Como me gustaría fumar un pitillo! Es una de las cosas prohibidas. Estoy solo. Nadie me ve excepto yo mismo. “Comportarse siempre como si el Maestro estuviera mirándote”, dice el goroku. Y unas veces lo fumo y otras no.
Esta mañana, en el Hall del Monasterio, vi un grupo de jóvenes, unos cien, conducidos por un hombre mayor. Vienen a practicar un entrenamiento corto e intensivo, sesshin de un día o dos. ¡Lo paga la empresa!
Seleccionan con diversos criterios especialmente a la gente joven blanda o indisciplinada.
Por el pueblo, vi dos grupos de gente mayor acompañados de un Monje. En este caso, es probable que se tratase de gentes provenientes del campo. Este es el mes del nacimiento de Buda y se sigue la tradición de peregrinar.
Shikantaza: sólo sentarse. Esta es la actividad fundamental del Zen instituido por Dogen Zenji cuando en el siglo XIII volvió de China y tras un tiempo en diversos lugares, entre los que se encuentra el Monasterio de Koshoji, fundó El Templo de la Paz Eterna, Eiheiji. Los siglos, los usos y costumbres en evolución, la integración en el vivir social, es decir, su relación con el poder y la organización, así como muchos otros matices culturales supervivenciales o proclives a la permanencia, empañen probablemente la esencia del Zen. Quizás también sea este uno de los motivos de su emigración hacia otras tierras, realizando una suerte de ciclo vitalizador o revitalizador. Así como se dice que “allí donde aparece un discípulo, surge un Maestro”, sería equivalente afirmar que allí donde aparece una civilización rígida cuya inflexibilidad la desangra, aparece su posibilidad antagónica, el germen enterrado en sí misma, para oportunamente desarrollarse. Buscar en profundidad es ser profundo. No dejarse engañar o disuadir por los fenómenos, las apariencias, las formas. “Percibir la esencia además de las flores”. Shikantaza es La Puerta y tras ella, corredores, patios y jardines esconden los secretos que se desvelan por sí mismos. Recorrer un plano, no es recorrer un recinto. El plano está en el recinto, el recinto no está en el plano. Toda persona de experiencia comprende esto. “Ni palabras, ni letras”, ninguna sustituye a la experiencia. Tampoco las de un Maestro.
“Quizás la tarea del que ama a los hombres consiste en lograr que estos se rían de la verdad, lograr que la verdad ría, porque la única verdad consiste en aprender a liberarnos de la insana pasión por la verdad” dice con gran intuición Umberto Eco en su “Nombre de la Rosa”.
Peregrinar, es una sugerente palabra: suena a pájaros. Me sugiere el abandono de “la impedimenta”, los estorbos, lo conocido, aquello que resta libertad a los movimientos, desapego de los lugares comunes y acostumbrados. En las emigraciones, peregrinaciones, trasplantes... ocurren cambios o al menos variaciones, novedades, flexibilizaciones convenientes para aquellos que buscan. Pero todo cuanto es sinónimo a peregrinar, puede ser aplicado al lenguaje de las

palabras, tanto como de los hechos. De esta manera pueden resultar equilibradores y armonizantes de opuestos dando toda su savia sabia. Una frase muy oriental y de características como las apuntadas dice “no es bueno o conveniente tener demasiada fe en las inclinaciones personales”.
Shikantaza es peregrinar de postura. Emigrar es peregrinar de costumbres, de espacios, experimentando el vacío. “Estudiarse uno mismo es olvidarse de uno mismo”.
Trasplantar el Zen, es liberarlo de literatura, de impedimenta, costumbrismo local, desempolvar la Transmisión creyendo realmente que la Simiente, está, que el Origen de la Vía es Universal: DO MOTO ENZU.
Consciente o no, existe un movimiento esencial del Ser hacia su realización que se percibe en cada individualidad interdependiente. La Naturaleza, empuja; el Cuerpo con sus millones de años de experiencia transmitida, colabora, enseña, peregrina.

Miércoles
A las tres y media, suena el despertador. Zazen corto, ceremonia larga. El Sakura, los árboles en flor, aparecen tímidamente. La primavera es lenta en esta latitud. Más al sur...
A la Ceremonia del Aniversario de la Muerte de Dogen, asiste el pueblo. Los invitados extranjeros, que somos nosotros y toda la Shanga o Comunidad. Dos largas horas de sampais, cantos y músicas de percusión. Hay momentos en los que se crea un clima especial. En un lugar tan enorme, tanta gente, consigue aunarse, armonizar en algo por segundos, al menos. ¿Se trata de la inducción del ritmo hipnótico, la sugestión ambiental, la profundidad “en un sólo camino”? (La quietud, el hambre y el frío? ¿La facilitación sugestiva para aquello que deseamos inconsciente o conscientemente que ocurra y a lo que llamamos con distintas palabras felicidad? Cada cual ha de encontrar su respuesta. Nada es generalizable. O ser encontrado por la respuesta. Libertad para el acontecer.
Ostentosas vestimentas en los Monjes de mayor dignidad, oro, rojo, negro. Gestos rítmicos, elegantes, medidos, equilibrando la rapidez y la lentitud, engarzándose unos en otros. Pintoresquismo en los exabruptos, gritos de los Lectores de los Sutras ¡uyu! ¡jai! Una mezcla de ballet, conjuro, rito, sacrificio y kun-fu. Indefinible, poderoso, mistérico...
A la carrera subimos y a la carrera bajamos, conducidos por un joven instructor con carácter avinagrado “que no se deja enganar por los hombres” es decir por los afectos y simpatías: “Trátales como a Budas que no conoces”.
Es un martirio subir y bajar escaleras con babuchas pequeñas. Se hace necesario calcular el movimiento para que el talón chancleto no golpee el suelo produciendo

sonoras y prohibidas palmadas. Cuando se salen, andar a la pata coja a gran velocidad para no perder la fila y la distancia, resulta ridículo, jocoso, equilibrante, juvenil.
Mejor, en resumidas cuentas, es ir el último. Se ven cosas que nadie ve. Es divertido y edificante. La espalda es esa mitad de uno mismo que no se conoce; no está ni cuidada ni defendida. El último de una fila, es la espalda y por lo tanto juega papeles tradicionalmente opuestos al jefe que es quien da el pecho, la cara, la pauta... en fin, la broma. Y cuando el círculo se cierra, el último está al lado del primero. Cosas del si-no, esa palabra construida con los contrarios simbólicamente perfectos, el Sino. Un pez que se muerde la cola.
Comida terrible: alubias con alubias. Deben tomarse una por una. Así como recorrer los corredores hace discurrir la energía por los rincones y recovecos del cuerpo, tomar alubias de un cuenco una por una, ejercita el gesto, el gusto y la paciencia, freno necesario a la codicia.
Dicen que Dogen instauró, al menos en sus aspectos básicos, la reglas de comer: el oryoki. Complexificados, barroconizados, simplificados y de nuevo barnizados probablemente varias veces por la individual perspicacia de los Abades a lo largo de siglos, los gestos incorporan misterio, secretos, criptosentidos, legibles a niveles diferentes de profundidad. En un primer nivel de funcionalidad, se trata de uniformar la educación del Monje que proviene de medios distintos con distintas costumbres; automatizar los movimientos con el consiguiente ahorro de energía consciente; disciplinar hasta el gesto justo; matizarle con restos de culturas idas, como utilizar solamente los tres primeros dedos de la mano izquierda que es la impura; ocupar la consciencia en la perfección ritual sin dejar lugar a las peculiaridades personales... hacer Zazen en cada cosa...
Aparentemente las prisas no tienen Zen. Nada es como se piensa. Cada cosa tiene o no tiene Zen según el momento o la etapa. Lo aparentemente contradictorio, desespera al occidental porque es rígido, constantemente unilateral en sus concepciones, amante de la seguridad de sus opiniones sobre cada asunto, fijo de ideas. Mas para desapegarse y armonizar, para aprender a desaprender, para profundizar, es indispensable “perder”, perder posiciones inflexibles que son fuerza con forma tan gastada por las repeticiones que sólo es resistencia. Más allá de la lógica está lo arracional.
La cena, maravillosa. Mucho arroz y sopa de curry, muchas setas y una especie de ostra vegetal. Una obra de arte esta ostra.
De postre, entrevista con la Prensa japonesa; el sistema invade a ratos, modifica e incluso domina. De nuevo aparece la necesidad de la flexibilidad. Los Budas departen en el mercado hablando con todo el mundo, sin preferencias sobre el tema. Con esta sutileza explican el Dharma. No selección, no imposición. La crítica repetida no sirve para cambiar. Es resentimiento ineficaz. La caña permanece

mientras el árbol gigantesco cae por sí mismo. Se autoafirma con tal peso y resistencia que es abatido. Judo.
¿Y el suceso del hall? Un joven Monje pasó junto a mí, llevando, empujando, arrastrando por el cuello de la camisa a un visitante de unos sesenta años, hasta sentarlo de un empellón en uno de los divanes. Treinta metros de espectáculo que al parecer no inmutó a nadie. Mi sorpresa quedó atrapada en la enfadada expresión del Monje y la roja y avergonzada del hombrecillo. ¿Qué habría podido hacer o no hacer?
Por los corredores hay carteles en japonés que dice: andar siempre por la izquierda de forma que jamás choquen dos kesas, hacer gassho si cruza un Monje o una persona anciana. ¡Oh!
El humo del cigarrillo juega volutas azules.
Una polilla danza sobre el fondo oscuro de los muebles.

"Purifícate y después, cuanto hagas, será bueno".
Es una sentencia iluminadora. Señala una dirección y un tempo en la evolución de la experiencia profunda e igualmente denuncia las concepciones individuales de la libertad que son cómodas autoafirmaciones, disculpas autocomplacientes y egoístas tomando al Zen o cualquier otro enfoque autojustificativo que respaldando al yo, le da la seguridad de la coherencia mental. El "no hacer" o "el hacer espontáneo" no es, en manera alguna, la pequeña desinhibición, ni siquiera "la real gana" tan ibérica. Entender, como siempre, no es devanar la madeja de los pensamientos, buscar rincones a la fantasía, alumbrar ingenios, sino experimentar la Negación del yo y volver a la Afirmación. La Negación forma parte del estudio del yo, de la distancia de él que en otros tiempos se llamaba Purificación. Son la mortificación y el sacrificio del propio yo, "el llanto del corazón por lo que ha perdido y la risa del espíritu por lo que ha encontrado", del aforismo sufi, otras veces expresado también por Juan de la Cruz, "y llegué tan alto tan alto, que di a la caza alcance". En la medida en que el yo es negado, el desinterés, el desapego del provecho, la indiferencia sobre los hechos, los hace libres. Las experiencias organizadas de catarsis colectiva, tan en moda hoy como situaciones de teatral participación, desinhibidas, seudoprotagonizadas, pueden ser útiles pero nunca confundirse con el proceso experiencial de la Trascendencia del yo. Cada cual, según sus límites, construye una imagen de la Liberación que es coherente, lógicamente, con el campo donde se desarrolla. Peligrosidad de las verdades, destructividad de la relatividad, aislamiento... La cuestión es llegar a los límites para trascenderlos y ...
"Por un hombre sin pasiones entiendo aquel que no permite que el bien o el mal perturben su economía interna, sino que más bien se aviene a lo que ocurre y no aumenta la suma de su mortalidad". Chuang Tse.

Padecer el bien o el mal
No padecer el bien o el mal
Karma
“Cuando la fuente se seca
los peces quedan sobre el suelo”.
El problema sólo es problema para quien es problema e insiste en su solución. “No hay nada que hacer”, “sólo hay que comprender que no hay nada que comprender”, son formulaciones imposibles para quien cree lo contrario. Por muchos movimientos que hagamos nos mantenemos en el mismo lugar. No soy yo el que se mueve realmente. Por ello es por lo que los Maestros hablan de “fluir como el agua y percibir los puntos de menor resistencia”. Tai-chi. Arte de vivir...
Por la noche, en un gigantesco salón, se proyectó una película sobre la vida de los Monjes a lo largo del año. Entramos en fila cuando todos estaban sentados en seiza, en el suelo. Calculé unas quinientas personas civiles entre hombres y mujeres. El silencio fue absoluto todo el tiempo. Se nos había reservado un lugar a la derecha. También se nos advirtió que podíamos adoptar posturas discretamente cómodas un a vez apagada la luz. Algunos las adoptamos.
Uno de nuestros Instructores, el Compacto Ayudante del Gigantón, ha abandonado bruscamente su actitud adusta, despreciativa, agresiva. Disponible y paciente en extremo, ha repetido sin cesar los gestos y movimientos del Oryoki. A última hora, ha reconocido de palabra y con gusto que esperaba que extranjeros como nosotros, fuéramos indisciplinados y extravagantes. En respuesta, hemos agradecido la ayuda que ha significado su severidad.
Jugar el juego del otro o con sus reglas, costumbres y maneras, habla de respeto, deferencia, desapego del propio yo, libertad y por lo tanto apertura a la comunicación profunda; es cultivar la in-diferencia, y en especial, el humor.

Jueves
El “Pequeño Monje”, es un joven hijo de otro Monje. Debe estar, obligatoriamente, durante un año, en el Monasterio de Eiheiji después de haber cursado estudios en la Universidad Budista de Komasawa. A partir de entonces, estará en condiciones de hacerse cargo del Templo de su padre a quien puede haber o no, tenido como Maestro. El cargo es hereditario, mas cuando no se tienen hijos, el Maestro se lo cede al discípulo preferido. La mayor parte de los Monjes que se encuentran aquí, proceden del Templo familiar. Cada vez hay menos gente que quiere ser Monje. El “Pequeño Monje” discute trabajosamente con nuestro Jefe de Grupo, las características del Fuse o donación económica preceptiva de cada visita. Se trata de un delicado asunto, a juzgar por las dudas que repetidamente tiene y los diversos

ángulos de apreciación que emplea. Excederse por más o por menos, obliga al recipiendario a equilibrarlo con regalos debiendo suponer, en ocasiones, un esfuerzo innecesario cuando no perjuicio. Con cuidados gestos rituales, el dinero es introducido en un papel doblado y depositado en un lugar al efecto: el Tokonoma o Lugar de Honor, ante el pebetero donde se quema el incienso o ante una imagen. Se hace al comenzar los saludos o sampai en el que visitante y visitado se postran frente a frente tocando tres veces el suelo con sus cabezas.
El "Pequeño Monje" ha obsequiado a cada uno de nosotros la guarda de un sable japonés, Tsuba, pavonada y misteriosa. Es un regalo de calidad samurai que he agradecido especialmente. Hoy está en mi sable y la antigua guarda ha sido pasado a un amigo siguiendo la tradición.
Suenan el metal y la madera. Zazen termina y comienzan los sutras.
Cuando se encuentran Monjes de alto rango o se visitan, no hacen gassho a modo de saludo, sino que se frotan las manos, entrecruzando repetidamente dedos con dedos, costumbre que aún perdura entre ancianos de la sociedad civil. Si un superior llama a un inferior, este ha de contestar alto, claro y rápido ¡sí!, en su idioma un restallante ¡hai! que tiene mucho éxito entre los aficionados a las imitaciones superficiales, las japonerías de Watts. Sería lastimoso que la introducción del Zen en Occidente ocurriera de forma parecida a como lo han hecho las Artes Marciales, es decir, como deporte o competición, en lugar de como Camino de Liberación. Ciertamente, puede ser englobado, fagocitado, incorporado, por la estructura mental-cultural del receptor para ser convertido, no por mucho tiempo seguramente, en atletismo o intelectualismo seudozen con sus muchas patas consumibles vistas una por una; convertido en cosa.
Acompañados por la lluvia, como cuando llegamos, abandonamos el Monasterio fundado por Eihei Dogen Zenji, Eiheiji. Es el más significativo del Japón en cuanto a prestigio, severidad, pureza de formas, modernidad sutilmente superviviente y por lo tanto especialmente recomendable para una estancia corta o larga a solicitar (Eiheiji-Machi, Yoshida County. Fukui Prefecture. Japan).
Primero el autobús y después el tren, nos conducirán a la famosa ciudad de Kyoto donde descansaremos un día. La antigua Ciudad Imperial anima en mí, recuerdos de lecturas caballerescas, de históricos acontecimientos, Templos impresionantes, callejuelas tortuosas, artesanos perfectos, jardines donde pasean las bellas damas del kimono, sabios, artistas, samurais...
Una vez más, la realidad es muy diferente.
Encaramados en una torre-pirulí-restaurante, con girar, como hace la lechuza con su cuello, podemos recorrer el horizonte y ver un bosque de casas incoloras, unos montecillos achatados y alguna mancha verde dispersa que no sugieren nada de lo imaginado. Luego, ciertamente, existen rincones y multitud de Templos pero para descubrirlos, hace falta tiempo y el talante turístico conveniente. Ya que el objetivo

no es tal, los taxis nos llevan al Monasterio más hermoso, proporcionado e íntimo que nunca vi: Koshoji. Cuando Dogen volvió de China, se estableció para escribir y enseñar en esta zona. Era el año 1227. Poco después fundó este Templo habitándole durante diez años. Cuando se hizo pequeño, construyó el de Eiheiji.
En Koshoji, maduró cuanto trajo del Imperio de la Sabiduría, la Cultura y el Saber vivir, que fue, según sus propias palabras, "Nada a excepción de las manos vacías y haberse dado cuenta de que sus ojos eran horizontales y su nariz vertical". Este fue el fundador del Soto Zen.
Koshoji es un precipitado, una concentración magistral del cuerpo y el espíritu del Zen. En él me ha parecido percibir equilibrio, austeridad, modestia, humor, complicidad, naturalidad, proporción, buen gusto, ritmo... y mil matices más que para otros no suponen más que decadencia. Según explicaba el Abad, el recinto, ha ocupado a unos treinta Monjes aunque actualmente tiene doce. La dejadez justa, da, la medida humana, los edificios, los jardines de piedra y las tapias, eso que produce el tiempo en los panes de oro de nuestras esculturas medievales. "Un poco de suciedad no perjudica", precisamente aliña. El exceso de cualquier extremo, es afectado aunque esté justificado como en el caso de otros Monasterios que albergan tal cantidad de pupilos que se impone otro estilo. Pero Koshoji está hecho para vivir. Al Maestro Narita le gusta muy especialmente. Es el lugar perfecto para un europeo con sensibilidad para lo primario que disponga al menos de un mes completo.
Mientras llegan los taxis con todos los del grupo, esperamos en la Triple Puerta. Es diferente a cualquier otra por sus esquinas redondeadas y su blanco color. Observo detalles pequeños: el grijillo rastrillado, los Mon o emblemas familiares de Dogen que están en Eiheiji y Zempoji, la flor y las tres comas, la disposición de las tejas que rematan la tapia china limitadora de todo el recinto... y espiando discretamente, un gran jardín interior de piedras, árboles... una enorme campana techada... Llueve. En los vértices de aleros respingones, monstruos hieráticos, grises, cerámicos, amenazadores como muñecos de títeres. Los días siguientes, tengo oportunidad de recorrerlo todo y observarlo a mi gusto, lentamente. En el suelo, rinconcillos inefables con estatuilla de piedra sobre piedra, musgos sigilosos entre cavernas diminutas, cantos rodados que han sedimentado durante siglos por la mano-agua, la mente-agua y el río del no-tiempo para perderse entre el bostezo de dos grandes rocas. Árboles retorcidos y ancianos de inutilidad para ejercitar el respeto de los invidentes... Tierra, madera, agua, piedra, espacio, hombres, agua, piedra, madera...
Hacia el año mil seiscientos veinte, el Monasterio fue rehecho con las ruinas de un castillo cercano conservando vivas parte de sus piezas arañadas por el fuego. Ruinas, fuego.
Se nos recibe como si no se nos esperase. En breve, aparecen los ancianos Monjes. Con amabilidad incontrolada un helado inglésparlante, nos conduce al Pabellón que, enteramente, será nuestra residencia. Tres habitaciones, para mujeres, hombres y

ropa, levantadas, como siempre, unos setenta centímetros del suelo. En la de los hombres, el Tokonoma con la estatuilla y el incienso pero en este Monasterio es un nicho en la pared a la altura del pecho. Escaleras de madera cubiertas por el sencillo tejado del corredor, dan acceso a las puertas correderas y junto a ellas, muchas babuchas verdes de plástico. Lavabos y excusados al final del corredor construidos sobre una gran zanja como hace siglos. Los lavamanos son de reciente instalación. Cercanos están los auténticos, una pileta de piedra con un tejadillo de dos metros. Una caña donde posar las ropas y para frenar el viento, la lluvia y la indiscreción, una esterilla de bambú, arrollable con una cuerda. ¡Dos metros de ternura artesana!
El Abad nos recibe sin ceremonia y con una sonrisa casi continua acompañado de su Ayudante y dos Monjes más de parecido estilo. Los jóvenes, en total unos doce, muestran su respeto y disciplina manteniendo la mirada baja, no expresando ni alegría, ni sorpresa, aunque fugaces ojeadas demuestran su curiosidad. El resto, liberados ya "de lo oscuro y de lo claro", saborean el aquí y el ahora.
El Abad, nos enseña las dependencias del Monasterio como quien enseña su casa, sin prisa y con gusto. Viste con cierta gala, lo que es una muestra no sólo de dignidad, sino de deferencia hacia nuestro Maestro. No se trata precisamente de amistad por cordial que sea su trato, por afectivos que sean sus movimientos. Es un sentimiento que procede de la compasión hacia seres ignorantes que llevan en sí la semilla y necesitan ayuda. Algo tan aparentemente confuso como el amor impersonal que no necesita de la posesión.
Una vez más, los Fenómenos y el Vacío: shiki y ku.

Dijo Lao-Tzu:
La arcilla se trabaja en forma de vasijas
Es el vacío interior lo que las vuelve útiles
Se abren puertas y ventanas en las paredes de una habitación
Son los agujeros los que nos permiten utilizarla
Por lo tanto, de la no-existencia proviene la utilidad
Y de la existencia, la posesión.
El Abad, explica la factura del suelo de los corredores exteriores. Está hecho de tal manera que si alguien anduviera por él, en el silencio nocturno o diurno, "se oirá cantar a los ruiseñores". Este chirrido de alarma era empleado por doquier en la Edad Media. Es el perro de madera que ni envejece ni come arroz.
El techo, construido con materiales del castillo, muestra aún manchas oscuras, la silueta de una mano, restos de sangre y de lucha de tiempos idos.
En un pequeño edificio, subiendo la ladera del monte, las puertas ligeramente abiertas, dan paso a la oscuridad. El Abad y las velas nos descubren lentamente un

armarito lleno de tablas negras. En estas xilografías, nació para la imprenta el "Shobogenzo" de Dogen. Cuajadas de hábiles signos, encierran el misterio y la sabiduría de siglos...
Nichos laterales, profundos y oscuros, contienen estatuas sedentes del samurai, de su esposa, gentes que favorecieron al Monasterio donando sus tierras o medios diversos. Lápidas pequeñas, verticales, por docenas de Monjes habitantes..., estatuillas simbólicas de Patriarcas con historia o con leyenda y en el centro, una imagen policromada de Dogen, a la que si se le rota la cabeza, aparece un hueco donde reposan parte de sus huesos. Sostengo una vela. Dejamos atrás la penumbra y la quietud aunque nos hemos contagiado de ellas sin desgastarlas...
Por escaleras de piedra, volvemos a los edificios centrales y en un corredor luminoso admiramos una caligrafía autógrafa de Dogen. Para sostenerla, el Abad, mete su abanico entre la nuca y el cuello del kimono.
Al lado opuesto de este corredor, las grandes puertas correderas están abiertas a un jardín interior típicamente Zen. Es un paisaje vivo y abigarrado de árboles, rocas, pagoda, puentecillo, agua y carpas donde se hacen las inevitables fotos, la imagen del instante, tan permanente como impermanente que la engañosa técnica convierte en seducción, en magia.
El Sodo, es la Sala de Meditación, la Sala de los Monjes. Vamos hacia allá. Las cortinas están cerradas. El Abad llama y el guardián responde desde dentro franqueando el paso. Maderas sobadas, desgastadas por el uso, han adquirido algo y han perdido algo, las líneas rectas, los ángulos, son ondas, suaves curvas. Aquello no es una cosa vieja sino un animal dormido.
Tras el Zazen y la Ceremonia, se nos comunica una invitación a cenar con el Abad y el Ayudante. El resto de la Shanga o Comunidad, servirá la mesa o se mantendrá al fondo del comedor, respetuosa y divertida. En el comedor, todo es rusticidad, austeridad, armonía entre el hombre y el medio; las cosas viven en el Monasterio, animadas por sí mismas y explicando sus lenguajes de contacto modificador, integrador. Las mesas son bancos corridos, bajos, estrechos y negros. Los asientos, cojines de tres centímetros, zafutones. Las paredes, armadas con vigas negras y vanos blancos y los techos de madera ahumada, como los de nuestras cocinas de leña. Un nicho alto en la pared, contiene una estatuilla de Buda, una vela y un incensario. El blanco y el negro, símbolos de las limitaciones, son omnipresentes.
Nos sentamos sintiéndonos todos a la vez; oyendo con los ojos, viendo con la nariz, desyoificando el gesto en el ritmo comunitario y armónico. Continúa una breve ceremonia de apaciguamiento, quietud monótona, concentración o centración en el aquí y ahora. Dos cuencos están servidos como lotos brotados de la madera. El más bajo contiene alubias rojas dulces, el otro, un sol naranja redondo de nabo y a su costado un trozo de una especie de membrillo de sabor no comparable, una seta, tres guisantes enteros paisaje sobre fondo negro. Dos cuencos profundos están delante, el

de la izquierda para el arroz, el de la derecha para la sopa de miso con un trozo de budin semisólido hecho de harina de soja, el tradicional y alimenticio Tofu. Con delicados movimientos, un anciano Monje recorre las mesas postrado frente a los comensales y va depositando en la sopa, una ramita verde de loto y una especie de irónica mueca, entre amable y burlón, que son agradecidos con el gassho acostumbrado e infinitamente repetido. Por las mesas y de mano en mano pasa un plato con finas tiras de crujiente nabo y marrón salsifí, un tipo de rábano de maravilloso sabor. Con el nabo redondo y el té caliente, se lavarán los cuencos al final.

Hasta aquí los inteligentes, elegantes, digestónicos prolegómenos que alargan el placer del saber y el saber del placer. La Cena Ritual ha comenzado pero no ha comenzado. Mi mano se ha detenido y la vista se me escapa hacia el mar cercano y las dunas de arena. Gaviotas mueven el paisaje y dos mastines formalizan el calor con sus jadeos. En el bosque de rocas y laureles un jilguero canta en rojo y amarillo. Un largo suspiro me lleva y trae del recuerdo. Aún suena el potente y seco golpe del taiko que con ritmo de corazón y de párpados, concentra el presente rubricando la intimidad de las secreciones, los jugos, los pálpitos de la soledad y del encuentro. Magnificencia orgánica, lenguaje universal y artístico el de la incorporación del Universo al Uno y del Uno al Universo sin Dos.

Parece que los Monjes se estén esforzando: complacernos es disfrutar y disfrutar, complacernos pero seguramente, no existe nada de esto sino que simplemente están en lo que se celebra, el presente sin más. Las mesas están colocadas en forma de rectángulo, libre por la parte opuesta a la del honor en sus esquinas. En esa parte, un banco más hace de mostrador donde reposan vasijas de madera de grandes asas, habituales en Templos y Monasterios, con sus respectivos compañeros utensilios, el cazo y la cuchara, para la sopa y el arroz. Siempre con exactos movimientos resultado de una refinada y metódica educación, varios Monjes se inclinan, andan de lado para no trazar diagonales y enfilan los bordes entrando a la vez por las esquinas. Arrodillándose a ambos lados, entre cada dos comensales, que haciendo gassho, ofrecen los cuencos, tomándolos con los dedos índice y pulgar de cada mano, siendo recogidos por el servidor por el fondo con tres dedos de la mano libre. Con la vista baja, concentrados en cada gesto y con un gasto mínimo de energía, lo devuelven, colocándolo el comensal durante unos momentos contra la cadera izquierda, sujeto por ambas manos. La dificultad se supera con sencillez y la vulgaridad con exactitud. Alquimia Zen: vivir siendo. “Trascendencia de lo intrascendente”.

Lacados en granate y sellados en oro, los palillos descansan en el borde, paralelos a él, sobre una de las dos servilletas repartidas. La otra sobre las rodillas separadas el ancho de tres puños.

Lo primero que ha de llevarse a la boca es una pelota de arroz. Con el objeto de que

no se peguen los pastosos granos, la punta de los palillos es discretamente humedecida entre los labios, poniendo, para ello, por delante, la ancha manga del colomo. Cada vez que se desea tomar un bocado, habrá de dejarse en su sitio el cuenco que se tenía en las manos. Es regla obligada comportarse así, de igual forma que lo es, levantar el cuenco elegido a la altura del cuello, jamás agachando la cabeza. Si se tratase de beber, cosa rara, los palillos quedarán sobre el cuenco de arroz, en cuarenta y cinco grados, con las puntas hacia la derecha y próximas al comensal, que tomando el bol entre los dedos índice y pulgar de ambas manos, dejando el resto en abanico por debajo, levantará los codos casi hasta la horizontal.
Cuando algunos comensales han terminado el arroz, el taiko deja de sonar. Todos dejamos de comer y los servidores recorren la mesa como en veces anteriores. El que está servido o no desea repetir, hará un levísimo gesto con los dedos índice y corazón hacia arriba plegando el resto.
Cuando se retiran los servidores, se reanuda la comida, acompañados de un nuevo ritmo que esta vez viene del metal; bang... bang.... bang... Es un sonido firme, paciente y femenino.
Acabados los alimentos, es servido el Té. Lo escribo siempre con mayúscula porque en Japón, el Té, no es cualquier cosa: “El Té tiene el sabor del Zen” o “Según su carácter, las personas tienen poco Té o les sobra Té”, son dos ejemplos de expresión solamente, sobre la importancia que tiene en esta cultura, sin contar con el enorme beneficio higiénico añadido por el hecho de hervir el agua que le acompaña. Mil marchas y mil maneras de prepararlo, incluida la ceremonial, y de usarlo, muestran hasta qué extremo está mezclado con la vida japonesa, en una infusión ya sagrada.
Con el Té servido, se lavarán los cuencos y uno de los servidores, recogerá una parte en grande vasija de madera, bebiéndose el comensal la otra parte, señal, por cierto, de buen gusto. Seguidamente, otro servidor Monje anciano, retirará las dos vasijas más planas, secadas con la servilleta gris. Las otras encajan una en otra, gestión que ha de hacerse lentamente y sobre todo sin ruido, colocándolas, luego, sobre la servilleta blanca, cuyos picos más cercano y más lejano, deberán doblarse hacia el centro. Encima de los cuencos irán los palillos con su sobre. Después, la servilleta gris doblada en tres; los Monjes lo hacen prodigiosamente, en el aire. Encima de todo, se coloca la mano izquierda con la palma hacia arriba, de forma que caigan sobre ella los dos picos laterales cruzados pudiendo así quedar hecho el airoso nudo de alas de pájaro u orejas de conejo. Se hace gassho alzando el Oryoki, este es el nombre del envoltorio, con dos dedos, dejando los demás debajo, en un gesto como de ofrenda. Los sutras también están presentes, justamente antes de este momento y de la cena, cantando el agradecimiento a los antecesores y recordando que se come para vivir y no al contrario. Terminada la cena, lentamente, en fila, salimos con las manos en shashu, como es habitual.
La jornada termina. Gruesas gotas de lluvia saltan sobre las piedras. Los cristales

bailan y los flexibles bambúes se mecen con el viento. Un ruido lejano, como de rodar de montañas...
En el Pabellón, Té verde se vierte sobre las tazas que han sido dispuestas en círculo sobre el tatami y en círculo se sientan los Monjes de Europa. Silenciosos. Circunspectos. Agradecidos al anciano que las trajo con su termo y su bandeja. “El Zen y el Té, tiene el mismo perfume”. “Ofrecer el Té a un visitante y beber juntos, escanciar el agua, escoger los leños que alimentan el fuego y hacerlo debidamente, son acciones que estudian la Vía”, dijo Sokei.
El ulular de una lechuza suena tres veces, espaciadamente...
Baño, Zazen, Cama.
En Koshoji, todo es pequeño y el Offuro, también. En el baño caliente, sólo caben cuatro personas a la vez. Primero irán las mujeres. Desconozco si por motivos eróticos o de deferencia formal occidental. Alguien ha visto un agujero en la pared por donde los Monjes enfrían el ojo y calientan el manojo.
Zazen y larga Ceremonia. Tres series del taiko y del metal, se alternan. Después otras tres de la madera. Finalmente, la gigantesca campana del exterior, a la que se golpea con una viga colgada de cuerdas, entabla un diálogo con la interior hasta confundir la diferencia. Interior, exterior... conceptos, ciento ocho veces (simbólico número de los deseos).
De vuelta a la Estancia, se escucha una modesta campanilla. El sonido hace una onda, se acerca, revienta y decrece hasta desaparecer. Es la hora del descanso. Sobre la colchoneta desdoblada, la sábana, la manta y el cobertor. El cuerpo sobre el corazón, se agrieta. Una almohadita rellena de paja, de una cuarta, no favorece pensamientos. La luz se apaga y el silencio se oscurece. Contra las paredes de papel de arroz, sombras de árboles desnudos: decoración viva, misteriosa y fantasmal. Los pájaros de los sueños, saltan de silueta en silueta. ¿Interior... exterior?

Viernes
A las cuatro comienza el movimiento: recoger la cama con rapidez, lavarse en la pileta exterior, ponerse la ropa de ceremonia... El tambor llama al Zazen. Durante la meditación que no es reflexión, sino contemplación del acontecer de las cosas por sí mismas, la Gran Campana Exterior, lanza espaciados y dulces truenos expresando el silencio vital de los Diez mil Seres, el Pálpito del Universo.
Un batir sobre el Mokugyo, el Pez de Madera, símbolo de la energía de la juventud, señala el cambio y la Ceremonia comienza... un perro ladra a lo lejos y el torrente canta como lo hacen las ropas del kolomo.
Amanece. Pájaros insectívoros comienzan sus nerviosa cosecha triscando los picos

como si comieran barquillos. Un ruiseñor del Japón, se posa en la rama saliente del Bonsai que es disciplinado desde siglos entre rocas y musgos. Paz en el silencio, paz en el ruido de lo necesario, natural, real. La tapia china, enmarca los espacios y contrasta las formas con su blanco, su gris y su linealidad. Rizados tejados cerámicos, dan peso y anécdota a la agilidad. Lleno y vacío. Huele a incienso. El oloroso Shoko, despertador de llanuras, se quema y desaparece.
Caliente está el Gomasio, caliente y acuoso. Difícil de llevar a la boca con la fina y lacada punta de los palillos. Los sutras, lo convierten en frío y la prisa en imposible. El arroz con sésamo tostado y sal, una vez más son para sobrevivir. Comida medicinal. El resto, unas pocas verduras frías.
En la Estancia, se nos advierte de la invitación por parte del Uemoto o Jefe del Templo, a un Té de Despedida. Entramos en una Sala desconocida, grande, reservada, oficial. Tiene patios laterales con sus correspondientes corredores. Un patio está soleado y otro en sombra donde gotea una fuente de caña sobre un cuenco de piedra .... perpetuando círculos significativos y ceremoniales.
El Té, se acompaña de dos banderillas dulces: tres bolitas verdes pinchadas en un palillo. En el Tokonoma, dos caligrafías originales de Dogen que son sacadas por el Uemoto a la luz del corredor, mientras se introduce el rojo abanico entre el cuello del kimono y la nuca.
El lateral abierto, enseña un paisaje vivo típicamente Zen: piedras, cascadas, lago con carpas, árboles del tamaño apropiado.
Durante el Té, di al Uemoto y su ayudante la carta que doy en todos los Templos y Monasterios que visito. Se trata de un antiguo visitante suyo, Francisco de Javier. En ella explico proceder de la familia de su madre y ruego se me facilite, si lo hubiere, algún documento o noticia original. Todo el mundo en Japón conoce a este valeroso vasconavarro pero no muchos de su intenso contacto con los Monjes Zen. El Shogun le dio un Templo Zen para vivir cuya escritura de donación aún existe*. Mutuamente se investigaron, aprendiendo entre sí, lo que probablemente produjo cambios en Francisco tan difícilmente comprensibles para la mente occidental de su tiempo que produjeron conflictos y exclusiones quizás tan significativas que abortaron la posibilidad de que el Zen llegase a Occidente. Pero este tema merece un estudio aparte.
Siguiendo con el tema anterior, en alguna ocasión fui tratado con honores y distinción, según me parece, como si no hubieran pasado casi quinientos años. La veta noble aparecía respetuosamente y noblemente. Una de las personalidades del Monasterio de Eiheiji, tras larga conversación me invitó a solicitar cualquier cosa. Agradecí el honor y delegué el ofrecimiento. Por ser yo el aprendiz, correspondía al Maestro la elección de lo que más me convenía. El traductor dijo: la entrevista, ha terminado. Hice gassho y salí. Evidentemente la respuesta del Maestro a lo que más me convenía fue ¡Nada! Sunyata.

En un lenguaje común estas preguntas y respuestas pueden resultar banales, ceremoniales o de compromiso pero en la educación Zen las palabras son la ocasión o el instrumento para arrinconar el Maestro al discípulo. El primero trata de llevar al segundo en toda ocasión a un terreno de profundidad enfrentándole consigo mismo o con el Problema. Por lo tanto lo importante es el diálogo de intuiciones tratando de captar "no lo que se dice, sino lo que se quiere decir".

Sábado

Poco después de las siete, unos taxis nos situaron cerca de la Tumba del Maestro Kodo Sawaki, muerto hace unos treinta años y especialmente presente en las enseñanzas de su más antiguo discípulo, el Maestro Shuyu Narita y también en las del Maestro Deshimaru. Nos acompañó alguien de un pequeño Templo cercano. Andando por la estrecha carretera sin aceras, nos condujo a un solar construido en parte. Un rectángulo de unos diez por veinte metros, cercados, con algunos pinos y unas rocas, acompañaban sus cenizas, eran sus restos en el lugar donde expiró. Este lugar parece haber correspondido al de su habitación pues aquí había un Templo. El resto del terreno fue vendido.

Todo era tan sencillo como dicen que fue su vida en la que apenas quiso nada, excepto pasar desapercibido, "no tener éxito". Con manifiesto respeto cada cual quemó una varilla de incienso y dos ramos de flores dijeron un nuevo adiós.

El tren nos espera para un largo recorrido hasta Tokio y después Tsurumi y Yokohama y el Gran Monasterio Daoihonzan-Sojiji. Este y el Monasterio de la Montaña, Eiheiji, son considerados el padre y la madre del Soto-Zen. La cabeza o como aquí se dice, el vientre, lo constituye la Universidad Budista de Komasawa. Tras interminable viaje en que se atravesó horizontalmente la isla de Honsu por el sur, hubo que andar con el equipaje a cuestas largo tiempo y atravesando la impresionante Puerta de Somon, ser recibidos en el solemne edificio Koshakudai.

El Monasterio está constituido por más de cincuenta edificios colosales de nueva construcción debido al incendio que los destruyó a finales del siglo pasado. Entre ellos, grandes extensiones de bien cuidados jardines y arboledas, permiten a los japoneses disfrutar del espacio natural aunque esta vez altamente urbanizado y eventualmente o con ocasión de festividades, asistir a las ceremonias o hacer Zazen en la Sala de Meditación durante veinte minutos cada hora, a lo largo de todo el día, al menos en esta época del año. Según he comprobado, cada cual lo hace a su aire y en ropa de calle. Un Monje vigilante, recorre lentamente la Sala donde caben unas ochenta personas, dando golpes de kiosaku a quien lo solicita. Cuando se trata de grupos generalmente de jóvenes que pernoctan en el Monasterio, el Vigilante, llamado Junko, llega incluso a enderezar su espalda pero nunca con detalle. Gente de distintas razas y religiones, edades y sexos, coinciden en la postura y en el lugar.

El Pabellón que se nos asigna es en el que estuvo el Maestro Dishimaru muerto.

La convivencia o al menos la cercanía con la gente, tiene el inconveniente del ruido.

Algún Monje residente se quejaba de este obstáculo para la concentración. Sin embargo, cuando ésta es profunda, no existen los ruidos. Un antiguo cuento Zen, relata la misma situación, sólo que aquella vez se trataba de un grupo de perros abandonados que se refugiaban en unas ruinas cercanas. El refrán castellano en este y otros casos ilustra luminosamente; “no hay bien que por mal no venga” siendo igualmente cierto su lectura inversa “no hay mal que por bien no venga”. Ambos juntos, apuntan a un “no saber” liberador de la angustia de las elecciones. Un perfume Zen parece desprenderse de ellos.
El ambiente no es tan estricto como en Eiheiji, ni tan purista. Sin embargo viví momentos de gran estilo e inspiración como el de una de las ceremonias comunes. Unos doscientos Monjes asistentes cantaban los sutras alcanzando el grado de armonía de quienes cantan “la misma cosa, con el mismo espíritu”. Era una sóla y densa voz.
Entre las tres y media de la madrugada y las nueve o diez de la noche, siempre hay algo que hacer. Cada media hora aproximadamente, cambian las actividades, a excepción de las cuatro sesiones de Zazen diarias, de una hora de duración o más, si se acompañan de sutras y el samu o trabajo. Es una sucesión en la que se exije rapidez, puntualidad, silencio, concentración... “para que las cosas nos enseñen”...
Grandes distancias a recorrer, unas veces por corredores exteriores techados y otras por oscuros subterráneos que comunican los edificios, se confunden y mezclan con las corrientes de aire y las inclinaciones. Las diferencias entre costumbres, de escasa importancia de unos Monasterios a otros que al principio son evidentes, se amalgaman en una totalidad de semejante color. Armonizar las diferencias, no deja lugar a la opinión particular, el juicio, la discriminación,... etc que son los matices de “la Ignorancia” persistente, del egocentrismo. La indiferencia, la flexibilidad... son las sales del Zen.
Al caminar con precipitación, las babuchas se escapan como torpedos. Los tableros de los corredores, no siempre están bien calzados y hace falta habilidad y tiempo para reconocer los que cojean. Además no sabemos andar como lo hacen ellos que recuerdan a algunas bailarinas rusas que pareciera que van sobre ruedas. Andar, respirar, dormir, cantar, comer o lavarse, son temas de educación, de experimentación, de estudio,... son La Vía. En la despedida, un Monje Notable hará una crítica cordial: calificaría nuestros ruidos como de “música occidental”.
El baño caliente común, offuro, se hace aquí sin jabón, frotándose.
En cada Zazen, un Monje anciano habla, lentamente, siempre de lo mismo: las enseñanzas de los Maestros, especialmente de las de Dogen. Dicen que la repetición es fundamental. El Monje comienza por recorrer el Dojo haciendo gassho en todas las esquinas. Después, se sitúa frente a su lugar y dejando las zapatillas en el suelo, se sube al Tan, la tarima sagrada, a unos sesenta centímetros del suelo. Si es de gran dignidad, dispone de una especie de sillón de madera, ancho, alto y sencillo, como

un pequeño trono de diseño chino que en la Sala de Dharma está decorado con los colores tradicionales, rojo, negro y oro.
El Monje que habla en el Kusen, insiste en el Sikantaza, sólo sentarse, sin meta ni objetivo. Y el kiosaku despierta las energías del que se duerme, distrae, se mueve, se relaja del Camino. Dice: “el Buda que habla y el que escucha, no son distintos”...
Un perro persigue a un gato en el jardincillo acotado de nuestro Pabellón. El gato se sube al árbol y el perro estira el cuello, ladra y se va...
Al día siguiente, se repiten las cosas pero ni ellas ni nosotros somos los mismos. Zazen a las cuatro, ceremonias... y a las ocho, visita a unos cuantos edificios. Cada uno tiene su nombre, funciones, formas y contenidos diferentes pero todos sirven al mismo asunto, todos son de una arquitectura ágil.
Algunos Pabellones más pequeños, son privados y supongo que albergarán en ocasiones, a personalidades políticas o religiosas Al menos en otro tiempo fue así. Están apartados del gran público y tienen sus jardines típicos con lagos, rocas, faroles, árboles... primorosamentes atendidos. El interior guarda hermosas pinturas de paisajes, animales o dragones. De vez en cuando, bosteza una enorme campana con rugido de león somnoliento. Repentinamente, identifico otro sonido como el de un cartucho de dinamita que estallase lejos. Siempre me engaño. Se trata de un enorme Taiko, tambor de un metro de diámetro, que se golpea con una maza sujeta con las dos manos. Es el Zazen de la Comunidad o de una parte de ella. Espié.
En el Templo Central o del Dharma, tras el altar de Buda, está la Cripta. Una sala tras otra sala y otro Buda dorado de cabellos azules y labios rojos mantiene la rigidez india. Tras él otra rigidez humana, la de la momia del Maestro Kioshi, creo, muerto en la postura de Zazen hace siglos y aún la conserva en una urna de cristal donde es venerado por todos. A su alrededor y en escaleras, muchas cajitas envueltas en pañuelos o papel con inscripciones, conteniendo las cenizas de Monjes o devotos. Al menos una parte de sus cenizas, ya que es costumbre dividirlas.
En otro gran edificio, en una zona lateral, siete Monjes jóvenes, aprenden los movimientos para entregar a sus mayores durante las ceremonias, los Libros de los Sutras. Los libros son grandes, pesados, de un codo de largos. Una y otra vez el instructor grita y ellos andan, los levantan a la altura del pecho, se ponen de puntillas, se arrodillan... A algunos les faltan ya fuerzas y los libros se les resbalan. En conjunto sobre el suelo arena del tatami de arroz e igusa y colgaduras de brocado oriflama y gruesas columnas de cedro, la escena es un ballet en el que mariposas negras de mangas largas y anchos ropajes, vuelan arrastrados por Rojos Sutras...
Después de la caminada, mi cansancio me obliga a sentarme. Tengo náuseas, hambre, sueño, dolor de cabeza y de huesos. Escribiré con sombra en los ojos lo que ahora escribo.
A mi alrededor, el mokugyo-tambor-pez, canta con su canto seco aliñado de campanas; los pájaros se quejan dentro de mí y el viento ondula las hojas y las telas

de los pensamientos...
Sentado en el suelo del corredor de nuestro Pabellón de anchos tablones de cedro bruñido observo inintencionadamente el jardín. Un gran barreño de metal, se levanta sobre unas piedras. En su interior, agua y ocres de naufragio, hojas ahogadas hace tiempo. Una de ellas me mira con ojos inquisidores. Es una gigantesca rana indiferente. Pareciera que no puede salir de la trampa de bordes resbaladizos y con cuidado la saco y se lo pregunto. Luego la pongo en el bendito suelo donde están todas las cosas. Traga saliva ostentosamente y guiñando un ojo, como se hace en todas partes, se guarece en la sombra húmeda de las piedras. ¿Qué será mejor, morir en lo conocido o en lo desconocido? ¡Qué estupido dilema! Las ranas, no eligen.
El cansancio amigo, disminuye la posibilidad de continuar con "el libro de los razonamientos". Pensar es vanidad, apego, costumbre, automatismo y condicionamiento. ¡Cuánto sufrimiento estéril! ¿Estéril?
Arroz soso, sopa y un puñadito de verduras.
Sutras que dignifican la comida y la enfrían. Atrás queda cualquier desesperanza. Después de lavar con agua caliente los cuencos y beberla, mi apetito es mayor.
En un rincón, envuelto en el kimono basto y blanco, tiendo la colchoneta y lo que queda de mí, durmiendo al instante, dejando al corazón la vigilancia. No hay ninguna otra cosa que hacer.
Quizás, dos cantos me despiertan. Son incesantes y repetitivos. Uno, el de los estorninos que en el alero del Gran Templo de enfrente, pelean por el lugar de anidamiento. Otro, el de un joven Monje que ensaya el grito del vientre, el sonido de la Profunda Energía. Este y otros suelen hacerlo al alba y al atardecer. Gracias.
Percibo extrañamente el tiempo. No sólo han dejado de importar las horas y los días. Es parecido a un apacible despiste, un agradable vacío. Si alguien llama, decidle que no estoy.
Wasitake Rosshi entrega regalos. Entre ellos un dibujo de Daruma, ogro barbón y ojosatori, caligrafiado. Ambos son autógrafos del Maestro Oyama, Hombre de prestigio. Erudito y enfermo. Otro día nos saludará y despedirá uno por uno, al mismo tiempo. Es un hecho.

Día veintitrés
Cincuenta chicas muy jóvenes, visitan el Monasterio para una corta estancia. Son informadas de lo elemental. Coincidimos con ellas para cenar. Hacen ascos a la comida, se comportan indisciplinadamente y al final se quejan con exageración de las piernas. Algunas, no pueden andar. La costumbre japonesa de estar sentados sobre los talones, se ha perdido. Otras muchas también están siendo sustituidas.
El Monje coreano corresponde a mi regalo con tres. Proviene de un país culto de

fuerte influencia china. Puede ser que ejercite la antigua costumbre hacia los pueblos bárbaros quienes eran correspondidos con tres veces más presentes que los que tributaban. Esto forma parte del espíritu práctico de los chinos. A la larga, debe mantener la tranquilidad. “Al rico, dale dinero”, dice el goroku Zen; y al parlante, ¿palabras?
Alguna vez, en el parque, se ve gente con aspecto miserable. ¿Serán gente sin trabajo, sin fortuna o la tendrán? En las estaciones, también aunque escasamente. En una ocasión hablé con tres de ellos. Estaban borrachos. Buscaban trabajo en otro lugar. A pesar de su evidente modestia en letras eran gente respetuosa. Otra vez, en el metro, alguien parecido, agredía con la voz y con el gesto a uno de nosotros, a dos. Uno fue viento con el viento.
Las palomas hacen UUUUUUUUUUUUUUU uuuuuuuuuu uuuuhhhhhhhhhh, UUUUUUUUUUUU uuuuuuuuuhhhhhh...
El Maestro Oyama, está esperando en la entrada. Uno a uno, nos estrecha la mano. ¡Adiós, Bienvenidos! Choque al sentido común. Juegos sutiles (Nenro).
El Viejo Oyama, no tiene voz y su mano, truena. Bello porte, noble cabeza el encuentro-despedida-hallazgo, su regalo, es un Koan. Siempre le conocí. Bajo el brazo, llevo el Daruma que salió de su mano y su pincel donde la caligrafía dice “seguir un solo camino”.
Sojiji queda atrás, como el Viejo Maestro... todo pasa.
“Garza blanca, cuenco de plata”. Horizontal.
Las palomas hacen GGGrrrruuuuh, Grruuhh ...

Tokio
Sentir otro temblor de tierra, me hace sonreir.
La reunión en el Hotel, nos agrupa de nuevo en torno del Maestro Narita y de su esposa Azuma. Viejos sentimientos, nuevos regalos. Detalles depositados como vino añejo, descanso en el bosque, despertar de la siesta, tener un hijo, salir de una enfermedad... Gassho para ellos, sabios cultivadores de aguas tan profundas como simples.
Se habla de encuentros con la máxima Personalidad de la Shumucho o brazo Administrativo de la SotoShu, la Organización Zen del Japón. También, de la Ceremonia Aniversario de la Muerte del Maestro Deshimaru. Hay algunas personas nuevas con las que se conversa animadamente. Varias veces he visto al Maestro Narita en estas situaciones y tengo la impresión de que, además de hablar poco de asuntos que no sean prácticos e inmediatos, dice con sus gestos siempre lo mismo... “el Zen es un chorro de agua viva que crece y crece... prueba tú mismo”. El resto de las palabras está muerto. Algunas son prácticas, útiles, instrumentos para salir de las palabras o de la historia. Pero hablar o hablar de ello, no es vivirlo. Asunto esencial este de las palabras y los pensamientos o incluso los hechos, vivos o muertos.

Referencia nuclear a dos niveles, el superficial vulgar-común-secundario-condicionado y el profundo-especial-primario-incondicionado.
Hay mil historias de la misma Historia, como se ve también en la visita al antiquísimo Tesoro de Sri-Lanka, Ceilán, donde se admira el maravilloso Buda de Gandara. Aunque los objetos sean impresionantes, es conveniente despersonalizar, desmitificar, deshistorificar.
Cuando llegué al Hotel, tenía una llamada del Padre Lassalle, H.M. Enomiya Lassalle. Le había escrito antes a propósito de Francisco de Javier y mis investigaciones, del Zen y de sus libros. Nos vimos en la Universidad de Sophia que los Jesuitas tienen en Tokio: La conversación, mezclando idiomas, tuvo especial relación con el tema de los prejuicios. Como resumen, valga la frase "mucha gente no se ha enterado aún de que lo más importante es lo común a todos". Expresaba su amplio conocimiento sobre la evolución ascendente del Zen en el mundo y su decadencia momentánea en Japón. Por mi parte, tengo fe en que todos los peces saben nadar.
Hablamos sobre su ascendencia coincidiendo con mis suposiciones. En efecto, sus antecesores llegaron a Alemania procedentes de España pudiendo suponer un origen vasco-francés: La Salle, La Sala, El Palacio.
Alto, enjuto, cordial y comprensivo, sus ochenta años, alrededor, mantienen una energía envidiable. Asequible y ausente me parece tener grandes puntos de contacto con Francisco de Javier: sus tremendos trabajos, su fe y tenacidad, las incomprensiones sufridas por superiores e iguales, su trasplante y conocimiento de hombres, lenguas y costumbres lejanas que tanto ensanchan la mente a la gente con corazón que se siente atraída por las experiencias directas y sobre ellas basan sus cambios... etc. Es posible que su proceso de maduración y el descubrimiento del Zen, fuera, en ambos, semejante, así como su proposición de uso desprejuiciado e incluso la reacción anatematizadora provocada en la insegura, rígida, desvitalizada organización Jerárquica, incapaz de filtrar oportunamente valiosos descubrimientos "espirituales". Pero a qué preocuparse, "las cosas son como son, tanto si se comprenden como si no se comprenden", la rigidez segrega, aleja, excluye y frustra a quien busca la Unidad, a todo cuanto no sea idéntico a sí mismo. Donde el modelo no se repite con exactitud, se reconoce una especie de amenaza que aumenta la inseguridad y la inquietud que agigantándose y fantasmagorizando, provoca el juicio. Es posible que hace casi quinientos años, otro P. Lassalle, el P. Francisco de Javier, comprendiera como ha comprendido aquel. Es posible que el Zen hubiera llegado a occidente y quizás llegó. Lo indudable es que el filtro funcionó y no era el momento.
El temor, la afición a la palabra
son la mano que sostiene el espejo.
La quietud del Zazen es la luz del camino

el silencio del Zazen es la luz de la luz.
“El que enseña, aprende y el que aprende, enseña”.
El agua, las flores, los gorriones
son los mismos en todas partes.
Pensamientos, angustias, deseos
¡Kwatz!
En el Parque del Museo Nacional, donde la Historia colecciona apariencias de historia, como en todos los pueblos, para justificar diferencias, los cerezos florecían.
Flores empomponadas del sakura saliente
rosa fuente que quema y que descansa
prendido quedé entre los manojos
hecho color, polen de miel y terciopelo.
Ejemplo seguí de tres ancianas
prendidas antes que yo de la hermosura.

Otro día
Viajes y más viajes, como gansos negros, tras el sol de las Montañas de Komoro. Hace frío.
Teisoji, es un antiguo y pequeño Templo de tejados de paja. Su Rector fue amigo del Maestro Deshimaru. Cuidó y aún cuida del de su amigo que se fue a las Misiones de Occidente.
¡Campai! Campai al anochecer, con cerveza, frutos secos y silencios. Es la charla de los viejos tiempos con la familia Deshimaru. Una vez más, en una Estancia similar a otras en un lateral del Templo. Correderas de papel de arroz, dorado tatami, caligrafías en los dinteles... Ia piel por dentro de las habitaciones comunales. Las colchonetas se estiran, últimas medidas higiénicas, oscuridad y silencio compartidos. Una vez más, sombras arbóreas: las ramas gesticulan, el tronco permanece firme y las raíces... Naturaleza está cerca.
Zazen temprano
En los encuentros, los camellos entran por los ojos de las agujas. En la prédica “con un mismo espíritu”, el Maestro está y no está. No está y está.
Saliendo del montecillo donde se levanta el Templo, una Casa de Baños nos recibe sin sorpresas. El offuro bien caliente y mañanero, resulta brillante, tónico y sedante a la vez. Suelo de losas y ventanales al río, donde las carpas se bañan en el aire, intermitentemente, cuando aquí y cuando allá. Posible jugar a verlas, púdicas, rápidas. Imposible preveerlas. Se ven y no se ven, al tiempo que el agua palmotea los vientres de las barcas.
Fiesta de brillos, barcas, peces y piel caliente; fiesta saludable.
Tras este rapto, la vuelta al Templo se hace lentamente. Me aplano con las losas, me

retuerzo en las retorcidas raíces de los árboles, me petrifico y asusto con los leones rijosos que guardan el camino...
Entre altos troncos, mimetizado de sol y de sombras, el Templo, quieto de siglos, silencioso como el trueno, convive con la tierra, siendo tierra misma, paja y madera, y con la época, en barragania utilitaria: una caña de bambú, pintada de gris acrílico, hace de tendedero y de tentadero para críticas inútiles.
La paz está presente, casi cansada de tanta alianza con los naturales y la pagoda, espadaña de los pinos, dormita engastada en la ladera, coto de espíritus, escalón celeste...
Y el mismo agua discurre entre las piedras neveras, lamiendo, viajando, chocando, rodeando, saltando, destruyendo, modificando vivificando. ¿De qué puede extrañarse el agua, Maestra perfecta, Madre nuestra?
Junto a la tapia, cerca de la entrada, una enorme roca dice en su cara: "prohibido introducir por esta puerta, ajo o saké". Y el traductor en ingenua pillería, repetida como rueda de canto rodado sobre siglos, se apresura a añadir: ¡pero por aquella otra, no!
A través de la llanura arrocera, donde el viento resbala inquietando al polvo, peces de colores, ayer de algodón, hoy de nylon, ondean enormes, al aguaviento, glorificando niñeces, según divina costumbre.
Media hora decían, ¡ya, ya! que duraría el paseo de polvo y paja, pero pasito a pasito, cuando hablando, cuando callando, lo que no se veía ya se ve: un grupo humilde de casas que encierra un Templo, Zekyoji, que un día fue del Hombre de la Cara Tallada, el de la Hermosa Postura, Diplodocus, Profeta viajero y Monje del Zen: Taisen Deshimaru.
Allí mismo están parte de sus cenizas y también en otros lugares, como expresando sus muchas facetas y las de gentes que le hacen suyo, tras la muerte. Aquí, falo pétreo y armónico entre otros, con la espalda cubierta por las viñas y al mismo pie de un árbol, yace con olor de Zen llano. Unas varillas de incienso son quemadas por las puntas, repartiéndolas su viuda para que veinte personas las devuelvan a la tumba, el Lugar del Humo. Un Hannya Syngyo se canta con el viento... Allí reposa incansablemente... con todos nosotros.
Esa fue una Ceremonia a la que siguió, inmediatamente otra menos campestre, mayor número de personas, el de Asociaciones, el de amigos de negro, el de niños, el de conocidos del pueblo, el de admiradores, el de mujeres... Primero, la Voz Grabada del Hombre Muerto, entona sutras con gravedad, entonación flamenca y quebrada. Su fantasmal ausencia, no disminuye mirando al magnetofón-gris-negro-con-cordón-a-la-pared, ni la cara de sus discípulos, su gesto: "haz cada cosa, como si el Maestro estuviera a tu lado". La de los familiares, quienes dejan caer lágrimas que son recogidas por los niños-nietos, juguetones y asombrados que con memoria de pajaritos, observan al oficiante envidiando su rojo ropaje, su cetro de largas-

blancas-crines, espantamoscas volandero, su gorro puntiagudo y tibetano.
Pero observando a los padres, a la abuela, se les encoge el corazón y sin saber cómo, lágrimas e hipos, salen de su cuerpo entre miradas y silencios, inconsolables. Así son educados y aprenden a llorar, mirando; a llorar la Impermanencia.
... después, todos han de pasar a ofrecer el shoko, el denso incienso andando de lado, señalándose la frente...
Algunos, al pasar frente a la Viuda, se arrodillan a su altura y posando las manos, musitan y cabecean en un rito cuadrupédico y ancestral en el que la confianza se manifiesta. Se ofrece la paz porque mutuamente se ofrece un cuello yugular desprotegido y, sin mirarse a los ojos, que ofende. ¿Cuanto tardará en desaparecer esta horizontal costumbre con, quizás, un millón de años de pervivencia?
Por la ladera, detrás del Templo, un torcido camino de bosque, lleva el cementerio. Allí continúa la ceremonia, puesto que también una tumba guarda cenizas del Maestro. Flores... inciens..., inclinación por parejas... ante el granito que recuerda. Alguien fuma, alguien recoge plantas en la arboleda, alguien comenta de béisbol con el vecino...
Y se vuelve al viejo Templo de Teishoji, de techado de paja, maderas desnudas, charco de carpas, casa de todos.
Continuando la antigua costumbre de tantos pueblos, la boca, en su doble función, hablar y comer, es la protagonista. Se recuerda al Maestro en sus dotes sobresalientes, humanas, religiosas, magistrales, sus últimos deseos, su prestigio en veinte partes del mundo, sus miles de discípulos. Siete u ocho personas sinceras, prestigiosas, seleccionan entre sus pensamientos, los mejores. Una hora o dos de inmovilidad en seiza. Algunos descabezan un sueño, viaje discreto y reparador por el no-tiempo...
La comida ritual es abundante, seleccionada y regada con saké caliente, el que desata la lengua y calienta el cuerpo. Regalos y comentarios. Algunos se levantan y recorren las mesas atrevidos, danzarines, hospitalarios, ruidosos, sociables...
Y nos vamos mirando atrás, al Templo de los vivires de la gente, muerto de sus muertes, sabio, testigo, cosa... cueva de dragones, manto de peregrinos, refugio de abejas que no distinguen de lugares sagrados...
Teishoji, la flor de los cuatro diamantes. Mi último Templo japonés.
¡Qué dolor de cabeza! ¡Cuánta agitación en la quietud del Zen!

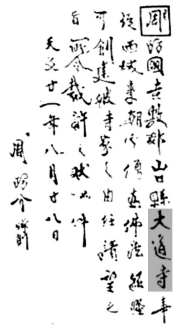
Francisco (1506-1552), mi ascendiente familiar fue el hijo menor de Don Juan de Jaso y Atondo, primer ministro de la Corte navarra y de Doña María de Hualde, Azpilicueta y Xavier, señora de estos Palacios y Castillo, donde nació quien recibiría un día Daidoji, el Templo del Gran Camino, de manos del Daimyo(rey local) y los Monjes Zen (El Darma y el Karma tienen sus bromas).

Quise poner el mismo nombre a mi Templo en homenaje a todos los que intervinieron en aquel suceso considerándolo así como una tradición que les ligaba a nosotros por apellido y ocupación y por casi cuatrocientos cincuenta años de historia.

Conociendo el asunto, el maestro Moriyama me concedió el nombre de Daido en la Sesshin de preordenación en su Templo en las montañas, Zuigakuin. El de Soko viene, como es tradición, de Soden Shuyu Narita, mi maestro, el día de la ordenación como Monje Zen en su Templo de Todenji en 1989. Japón.

(Texto añadido en la segunda edición del libro)

Texto original del Acta de Donación del templo Daidóoji a Francisco de Xabier por Yoshinaga, el Daimyo o rey local



“Asunto del Daidóoji, en la Provincia de Suwo, distrito de Yóshiki, ciudad de Yamaguchi:

Se autoriza a los bonzos venidos de Occidente con el fin de predicar la ley de Buda, para que puedan reconstruir los dichos templo y casa. Y en fe de ello, se les ha extendido la presente acta de autorización conforme a su petición y deseo.

Era de Tembún, año 21, mes 8°, día 28 (17 de septiembre de 1552).

Suwo no Suke (hay un sello).”

Advierte el Padre Villión que este documento, firmado por Ouchi Yoshinaga, es el remitido al Padre Cosme Torres un año después de la partida del Santo; la primera acta otorgada por Ouchi Yoshitaka sin duda pereció en las turbulencias e incendios de 1551, en las que el mismo Yoshikata fue asesinado, y su sucesor Yoshinaga hubo de renovarla al sucesor de Xabier con este documento.

Años más tarde por el hallazgo de un mapa de esa misma época, pudo conocerse el emplazamiento que ocupaba el templo Daidóoji.

it

PÁGINA WEB **WWW.ZENBRIA.COM** PARA COPIAR **GRATIS** LOS LIBROS DEL BUDISMO ZEN JAPONÉS DE ESTA COLECCIÓN, FOTOS Y CONTACTOS. TEMPLO DEL GRAN CAMINO, DAIDOJI DE CANTABRIA.

APÉNDICE de Daidoji

LOS FUNDAMENTOS DE LA ENSEÑANZA DE LOS BUDAS. EL DHARMA.

UNA MANERA DE VIVIR SIGUIENDO LAS ENSEÑANZAS DE LOS BUDAS.

LOS DOCE ESLABONES DE LA CADENA DE LA CAUSALIDAD QUE CONFORMAN LA MENTE SUPERFICIAL O DEL ORIGEN DEPENDIENTE DEL DESEO, EL APEGO Y EL SUFRIMIENTO, ES DECIR LA ESTRUCTURA DEL EGO. SON EL KARMA.

1.- AL PRINCIPIO UNA CONSCIENCIA EN BLANCO QUE LLAMAMOS INOCENCIA IGNORANTE.
2.- ESTA INOCENCIA ES LA PREDISPOSICIÓN A RECIBIR FORMACIONES MENTALES.
3.- LAS FORMACIONES MENTALES CONDICIONAN LA CONS-CIENCIA.
4.- LA CONSCIENCIA CONDICIONADA DIRIGE A LA MENTE Y AL CUERPO.
5.- ESTOS CONDICIONAN A LOS 6 SENTIDOS (GUSTO, TACTO, OLFATO, OÍDO, VISTA Y PENSAMIENTO).
6.- LOS SENTIDOS CONDICIONADOS CONDICIONAN EL CON-ACTO.
7.- EL CONTACTO CONDICIONADO, CONDICIONA LA SENSACIÓN.
8.- LA SENSACIÓN CONDICIONADA, CONDICIONA EL DESEO.
9.- EL DESEO CONDICIONA EL APEGO, LAS ATADURAS, LA DICTADURA DEL EGO, LA ESCLAVITUD DE LA CONSCIENCIA Y LA NATURALEZA DEL MEDIO AMBIENTE.
10.-LAS ATADURAS CONDICIONAN AMBICIONAR OBJETIVOS Y METAS.
11.- EL PROCESO DE CONSEGUIR LAS AMBICIONES Y METAS CONDICIONA LA REPETICIÓN.
12.- LA REPETICIÓN CONDICIONA LA DECADENCIA, LA PENA, LA DESTRUCCIÓN, LA MUERTE, LA LAMENTACIÓN, EL DOLOR Y LA DESESPERACIÓN QUE SON SUFRIMIENTO CUYA CAUSA ES LA IGNORANCIA, LO QUE NOS REMITE AL Nº 1 DE LA CADENA DONDE SE CIERRA EL CÍRCULO UNA Y OTRA VEZ.

LOS CINCO SKANDA. LAS ADQUISICIONES AGREGADAS QUE ESTRUCTURAN LA EXISTENCIA EGOÍSTA.

FORMA, CUERPO, SENSACIÓN.
INFORMACIÓN, PERCEPCIÓN.
INCLINACIONES SUBJETIVAS MECÁNICAS.
CONSCIENCIA, PENSAMIENTO.
ACCIÓN Y REACCIÓN CONDICIONADAS.

LAS CUATRO NOBLES VERDADES VERIFICABLES:

EL BUDA DIJO:
DISCÍPULOS, OS ENSEÑO EL SUFRIMIENTO.
EL SUFRIMIENTO ES EL NACIMIENTO, LA VEJEZ, LA ENFERMEDAD Y LA MUERTE, LA UNIÓN CON LO QUE NO SE DESEA Y LA SEPARACIÓN DE LO QUE SE DESEA.

DISCÍPULOS OS ENSEÑO EL ORIGEN DEL SUFRIMIENTO.

EL ORIGEN DEL SUFRIMIENTO ES LA SED DE EXISTENCIA, EL PLACER, LA CODICIA, LOS DESEOS E ILUSIONES, LA FALTA DE DOMINIO, EN FIN, LA IGNORANCIA.

DISCÍPULOS OS ENSEÑO LA CESACIÓN DEL SUFRIMIENTO.
LA CESACIÓN DEL SUFRIMIENTO ES EL DESAPEGO HACIA EL DESEO PORQUE CUANDO DESAPARECE LA CAUSA QUE ES EL APEGO AL DESEO, DESAPARECE EL EFECTO QUE ES EL SUFRIMIENTO.

DISCÍPULOS OS ENSEÑO EL ÓCTUPLE SENDERO, CAMINO QUE CONDUCE A LA CESACIÓN DEL APEGO Y DEL DUALISMO YO-LO OTRO.

KU-JU-METSU-DO. EL ÓCTUPLE SENDERO DE LO CORRECTO.
SON LAS PRÁCTICAS SIMULTÁNEAS QUE BUDA SIGUIÓ Y ENSEÑÓ:
1- LA CONFIANZA O LA FE EN UNO MISMO COMO NATURALEZA MANIFESTADA Y POR ELLO, UN BUDA POTENCIAL.
2- LA VOLUNTAD AJUSTADA AL CAMINO O SENDERO O VÍA, DEDICADA A ÉL.
3- LA PALABRA AJUSTADA AL CAMINO Y EVITANDO SU USO INSUSTANCIAL.
4- LA ACCIÓN AJUSTADA AL CAMINO, SIGUIENDO LAS INSTRUCCIONES DEL MAESTRO, **HASTA LA AUTONOMÍA O MADUREZ**.
5- LA ATENCIÓN AJUSTADA AL CAMINO, PUESTA EN LO QUE SE HACE O ALERTA A LO QUE SUCEDE.
6- LA MEDITACIÓN AJUSTADA AL CAMINO, EL ZAZEN SILENCIOSO DE SÓLO SENTARSE.
7- LOS MEDIOS DE EXISTENCIA AJUSTADOS AL CAMINO GUIADOS POR LA COMPASIÓN.
8- EL ESFUERZO AJUSTADO AL CAMINO, FIRME Y CONSTANTE SIN SACRIFICIOS PERTURBADORES.
ESTA ES LA VÍA DEL DESPERTAR.

ROKU-DO. LOS SEIS PARAMITAS O PERFECCIONES.
GENEROSIDAD: DAR OBJETOS, ENSEÑANZA, GUIAR.
DISCIPLINA O ÉTICA: EVITAR EL MAL (LAS PASIONES) Y HACER EL BIEN (NO EGOÍSMO).
PACIENCIA: COMPRENDER LA INGRATITUD, NO VIOLENCIA, DESAPEGO.
CORAJE O ENERGÍA: ESFUERZO, PERSEVERANCIA.
MEDITACIÓN: ZAZEN SENTADO, ANDANDO, TRABAJANDO, COCINANDO...
CONOCIMIENTO: ESCUCHAR LAS ENSEÑANZAS, REFLEXIONES, ESFORZARSE.
KAY. LOS PRECEPTOS.
NO MATAR, NO ROBAR, NO EXTREMARSE EN EL SEXO, NO MENTIR, NO ABUSAR DE COMIDAS, BEBIDAS O DROGAS, NO MURMURAR CRITICAR Y JUZGAR, NO ADMIRAR AL PROPIO YO, NO SER AVARO, NO ENCOLERIZARSE, NO MANTENER OPINIONES DOGMÁTICAS.

LOS OCHO VIENTOS MUNDANALES, INFLUENCIAS QUE ATAN AL SAMSARA O

RUEDA DEL KARMA:
GANANCIA Y PÉRDIDA
ELOGIO Y CRÍTICA
TRISTEZA Y ALEGRÍA
RIDÍCULO Y REPUTACIÓN.
PRACTICAR LA ACCIÓN JUSTA DURANTE ESTOS ESTADOS

GO-GYO. LOS TRES PILARES DEL ZEN.
FE QUE ES LA INTUICIÓN DE QUE NUESTRA NATURALEZA ES LA MISMA QUE LA DE BUDA.
DUDA QUE ES LA CAPACIDAD DE CUESTIONAMIENTO QUE SIEMPRE SE RESUELVE EN LA **PRÁCTICA** DE LAS INSTRUCCIONES SOBRE EL CAMINO Y LA COMPROBACIÓN POR UNO MISMO.

KEKAI. LA TOMA DE REFUGIO EN LOS TRES TESOROS DEL ZEN.
BUDA: EL LÚCIDO, EL MAESTRO, EL GUÍA, EL QUE VA DELANTE.
DHARMA: LAS ENSEÑANZAS DE BUDA SOBRE EL MUNDO, LA NATURALEZA DE TODAS LAS COSAS, LAS INSTRUCCIONES SOBRE LA PRÁCTICA DEL CAMINO Y LA EXPERIENCIA DE LA UNIDAD DEL COSMOS MISMO.
SANGA: LA HERMANDAD EN LA QUE SE TOMA REFUGIO Y SE MADURA.

LAS CLAVES DE LA PERCEPCIÓN LIBERADA, REAL Y LÚCIDA POR LA PRÁCTICA DEL ZEN.
SÓLO EL PRESENTE ES REAL COMO CONSCIENCIA PRESENTE DEL PRESENTE. SÓLO EL AQUÍ Y AHORA. SÓLO EL PRESENTE ES REAL. NI EL PASADO NI EL FUTURO TIENEN ENTIDAD PRESENTE.
TODO ES IMPERMANENTE, EL CAMBIO ES CONTINUO, NADA PERMANECE IGUAL A SÍ MISMO, NI FORMAS NI FUNCIONES DE UN SEGUNDO A OTRO. POR QUÉ APEGARSE?
LA INTERDEPENDENCIA DE TODAS LAS COSAS SIRVIÉNDOSE ENTRE SÍ, ES LA VIDA EN EL COSMOS.
LA UNIDAD DE TANTA VARIEDAD NO ESTABLECE FRONTERAS, POR LO QUE ES ILIMITADA, MÁS ALLÁ DE LA CAUSALIDAD.
TODO ES UNO, TODO ES TODO, TODO ES NADA, NADA ES TODO, UNO ES NADA. TAL UNIDAD ES INASEQUIBLE, INCOMPRENSIBLE, INEXPLICABLE POR LO QUE INTEGRÁNDOSE LA IDENTIDAD DE LA FORMA Y LA NADA, AQUELLA UNIDAD ES CAPTADA COMO EL GRAN VACÍO DEL UNIVERSO. NO HAY MANERA DE SALIRSE DE LO UNO.
SIMULTÁNEAMENTE TODO ES IMPERMANENTE EN EL CAMBIO Y TODO PERMANECE EN LA NADA COMO NADA, LA AUTÉNTICA NATURALEZA DE TODO, O VACÍO DE EGO.

ESCUELA ZEN DAIDOJI: FASES, LAS SEIS DISCIPLINAS, SUTRA DE DAIDOJI

FASES

ESQUEMA DE TRABAJO PARA LA REANUDACIÓN DEL INTERRUMPIDO PROCESO DEL DESPERTAR DE LA CONSCIENCIA CUANDO SE PERMANECE EN LA:
FASE INMADURA

CONSCIENCIA PERSONAL EGOCÉNTRICA
Es de carácter emocional (deseos, ilusiones, apegos, metas, adicciones). Un estado de identificación con el Ego socializado y condicionado: Yo soy mi Ego. Yo y lo mío. Un estado de ignorancia vulgar y enajenación. Incluye las siguientes variedades de la consciencia:
La superficial automática.
La subconsciente y subliminar.
La del inconsciente o reprimida.
La memoria y los sueños.
La del sueño elaborador.
Por la vía de la reflexión intelectual o el razonamiento crítico, la cultura Budista Hinayana, desarrolla una, todavía insuficiente, CONSCIENCIA DE LA CONSCIENCIA PERSONAL, que es un estado más evolucionado del Ego, en el que se intuyen otras consciencias más profundas y el proceso de Cambios y Prácticas que los posibilitan correspondientes a las Enseñanzas de los Budas.

FASE INTERMEDIA

RECONOCIMIENTO DE LA IGNORANCIA Y CAMBIO
Reconocimiento expreso de la propia ignorancia con frases equivalentes a: No sé nada, no entiendo nada, no sé vivir, no sé relacionarme, me repito, no sé cuidar de mí mismo, no sé quién soy en realidad, no conozco mis limitaciones, soy incapaz de abandonar las costumbres perjudiciales, dependencias, compensaciones, ilusiones, sufrimientos, frustraciones, ambiciones, conflictos, orgullo... Estoy apegado a mi Ego y sin embargo me quejo constantemente, busco la felicidad por medios artificiales, me gustaría cambiar pero no sé cómo hacerlo. Tomar la decisión del cambio como lo más importante y urgente y demostrarlo intentando cada día y cada momento practicar los Seis Paramitas, El Óctuple Sendero, Tomando Refugio en Buda (el Maestro que va delante), Dharma (las Enseñanzas, las Instrucciones) y Sanga (la armonía impersonal con los compañeros) después de una temporada de asistir al Dojo o Templo.
FASE DE MADURACIÓN

PRÁCTICA Y EXPERIENCIA DE LA CONSCIENCIA IMPARCIAL, NEUTRAL, IMPERSONAL, ORDINARIA, ILUMINACIÓN MAHA-YANA, REALIZACIÓN DE LA PROPIA NATURALEZA DE LA MENTE, BUDEIDAD,... que se manifiesta en la nueva percepción

de:
LA UNIDAD DEL COSMOS.
LA INTERDEPENDENCIA DE TODOS LOS SERES.
LA IMPERMANENCIA Y LOS CAMBIOS.
LA ILIMITACIÓN DE LOS FENÓMENOS REALES.
LA LIMITACIÓN DE LA IGNORANCIA. DODÉCUPLE CADENA CAUSAL.
EL VACÍO DEL UNIVERSO.
LA TALIDAD DE LAS COSAS O LAS COSAS TAL Y COMO SON (NADA SOBRENATURAL)
.....
Tal ensanchamiento de la percepción se acompaña del conocimiento y la transformación del Ego junto a la Comprensión y la Compasión hacia Todos los Seres con quienes compartir esta inclusión en el Cosmos participando de su sabiduría. EL BODHISATTVA.
(Los esquemas son siempre provisionales)

LAS SEIS DISCIPLINAS DE DAIDOJI

“Muere para tu Ego, renace, y cuanto hagas estará bien. La puerta del tesoro se abrirá para ti y podrás usarlo como quieras”.

En el autocultivo la preparación del terreno es continua ¡dura una hora, un día y dura toda la vida para acoger y realizar la Mente de Buda, la Propia Naturaleza! Toda acción es importante y toda no acción es igualmente importante porque en la Verdadera Mente no hay diferencias. Todos los momentos son apropiados para la Práctica del Camino, todas las edades y circunstancias exigen atención, concentración, dedicación...
Las cuatro primeras Disciplinas son recomendaciones meritorias o de acogimiento porque adiestran la mente en el conocimiento superficial preparándola para las siguientes Disciplinas que son las del Despertar. El método de entrenamiento lo es todo. Fácil o difícil sólo es espejismo y prejuicio, un juicio anterior a experimentarlo. “Es cuestión de repetición y preferencias”.

Cada uno puede ir añadiendo los nuevos enganches que descubra.

1.- DISCIPLINA DE LA NEGACIÓN

Disciplinar la mente en la atención a los condicionamientos negativos como:
Hacer “una cosa de por vez”.
Romper el día convencional con las cuñas de las diversas Prácticas: Gassho, Shampai, Zazen, Ceremonia del Té... todas las posibles.
No quejarse.
No tener conversaciones de circunstancias, inconducentes.
No usar la televisión, radio... en exceso.
No ser dogmático.
No actuar con prisa.

No dejarse llevar por el enfado o la ira.
No tratar de imponer las propias ideas.
No empeñarse en tener razón.
No entrometerse en los asuntos ajenos.
No tocar o acercarse en exceso cuando se habla con alguien.
No picar mientras se hace la comida.
No hacer juicios sobre la propia Práctica ni la ajena.
Practicar el silencio interior y desoír al Ego.
No seguir pasivamente los deseos.
No hablar por hablar.
No obedecer al pensamiento porque sea el tuyo.
No interrumpir a otro cuando hable.
No ir de cosa en cosa pensando en la siguiente.
No hacer dos o tres cosas a la vez.
No creer ni intentar la realización de los sueños.
No consentir formar parte de los sueños de otro.
No enredarse en juicios sobre otros.
No descargar sobre otros los olvidos y negligencias propias.
Aprender la flexibilidad para los cambios en la mente.
.....
.....

2.- DISCIPLINA DE LA AFIRMACIÓN

Disciplinar la mente en los condicionamientos positivos como:
Esperar a que “sucedan las cosas”.
Sentarse con buena postura.
Andar bien erguido.
Conducir con las dos manos al volante.
Entrar en la cocina, al servicio, habitación propia, como en el Dojo.
Conscienciar las manías y apegos. Hacer notas.
Practicar las Instrucciones.
Tener consciencia constante de la actitud corporal.
Evitar conflictos innecesarios.
Mantener los horarios constantes: sueño, comidas...
Escribir con letra clara y líneas rectas.
Ahorrar energía cocinando, andando, conduciendo..., con el esfuerzo justo y preciso.
Apagar la luz al salir de las habitaciones.
Cerrar las puertas, el agua, la luz,... mirando y sin golpear.
Comer sin prisa y en silencio al menos una vez al día.
Respetar el espacio del otro.
Respetar el entorno con la limpieza y el orden.
No hablar alto.
Reposar después de las comidas.
Lavarte los dientes, el cuerpo a diario y los orificios tras usarlos.

Ducharte por orden de zonas.
Cortar y cepillar uñas de manos y pies.
Limpiar el lavabo y cuanto usas.
Dejar las cosas donde se cogieron.
Ordenar tus cosas.
Deshacerse de lo superfluo.
Ser puntual.
Dejar el calzado con el par junto.
Estornudar o toser con la manga por delante.
Aprender a escuchar.

3.- DISCIPLINA DE LA AUTOSUFICIENCIA INDEPENDIENTE

Reciclar residuos.
Contemplar-ver los cambios de todo.
Atención al gesto justo, la postura justa, la respiración justa.
Comprar alimentos sanos o producirlos tú mismo.
Aprender a realizar chapuzas caseras (electricidad, fontanería...).
Cuidar de tus animales y plantas, son maestros.
Esforzarse en utilizar las palabras más adecuadas en cada momento, con el tono y volumen adecuado.
Ir caminando si no hay gran distancia.
Prepararse las herramientas y mantenerlas limpias.
Manejar, usar ambas manos.
Cocinar comidas saludables y variadas.
Tomar notas para evitar olvidos.
Cuidar de la salud (prevención) física y mental.
Usar fibras naturales en el vestido.
Evitar celebraciones convencionales (cumpleaños, santos, entierros, aniversarios, bautizos...).
Deshacer, ventilar y hacer tu cama.
Lavar tu ropa.
Hacer la compra.
Limpiar tu calzado.
Limpiar tu casa.
Aprender la austeridad (dos de tres).
.....

4.-DISCIPLINA DEL AUTOCONTROL

El que busca su sí mismo, se esfuerza mucho sin sacrificarse.
Desterrando las fuertes costumbres de la falsa autoestima:
Evitando conscientemente darse permiso para hacerlo todo...
Evitando conscientemente darse permiso para “pasar” de lo que no guste...
Evitando conscientemente las autojustificaciones y disculpas infantiles como “así soy yo”...

Agradeciendo las incomodidades y obstáculos.
Aprendiendo los propios limites, aceptarlos y hacerse cargo, cargar con uno mismo como Ego, Karma...
No cayendo en autoculpas-lástimas-falsa compasión- quejas de uno mismo o de otros.
Evitando conscientemente utilizar lenguaje vulgar (soez) por costumbre.
Desterrando el sentimentalismo y las emociones románticas.
Evitando las añoranzas, las nostalgias y fantasías.
Evitando el uso del pronombre “yo”.
Evitando conscientemente los líos mentales que nos alejan de las Prácticas.
Evitando las provocaciones, no revolverse, protegerse, que la acción no sea reacción.
Evitando amistades y conversaciones superfluas, cotilleos, intimidades...
Preparando las cosas de las Seshin el día anterior.
.....
A estas alturas se habrá desarrollado un alto nivel de vigilancia -Zanshin- que funcionará sin intención con los ejercicios practicados muchas veces al día.

5.-REGLAS DEL COMPORTAMIENTO SOCIAL EN LA SANGA

Hacer Gassho y Sampai a los Budas, ante el Maestro, Instructores y Sanga.
Hacer Gassho, con las manos juntas o con una, inclinándose para saludar o dar las gracias (nunca verbalmente). Hacer Sanzen.
Dejar pasar delante a los más antiguos, Bodhisattvas, Monjes, Taiko, Osho...
Hablar sólo lo indispensable o contestar escuetamente si ellos te preguntan.
Pedir trabajo al encargado en lugar de estar ocioso.
Detenerse en lo que se está haciendo si ellos te llaman o suena la campana.
No ofrecer “buenas” ideas, nada de iniciativa privada.
No personalizar contando anécdotas de la propia existencia.
Evitar comenzar las frases utilizando el pronombre personal Yo.
No hacer ruidos con la nariz, garganta, intestinos...
No rascarse, bostezar, suspirar, escupir, limpiarse en la manga, morderse las uñas...
No meter el dedo en la nariz, oídos, boca.
Ir al Dojo duchados, cambiados de ropa y afeitados.
Firmar y sellar tus comunicaciones.
No hacer movimientos bruscos o innecesarios.
Mantener posturas controladas incluso para relajarse.
Evitar la mente convencional, personal del pasado y el futuro.
Evitar los ismos: intelectual-ismo, sensacion-alismo, sentimental-ismo.
Evitar el uso de joyas, perfumes, maquillajes y vestimentas llamativas.
Mantener en buen estado las ropas del Zen, Kimonos, Samui, Hakama y Kesas.
Practicar el fuse, la donación de tiempo, palabra, esfuerzo, objetos de apego, regalos, dinero, caligrafías, dibujos, trabajos manuales, comidas, a los más necesitados de ayuda, en días de fiesta o señalados como la Toma de Refugio, la Ordenación de Bodhisattva, Monje...
No hacer criticas sobre la Práctica propia o de otro.

Cortarse el pelo regularmente.
No competir, presumir o detenerse en la autocomplacencia, ni destacar.
No sobresalir...
No buscar privilegios.
Así más allá de la no discriminación.
Aprender a pasar desapercibidos.
.....

6.- DISCIPLINA DEL OLVIDO DE UNO MISMO. NI AFIRMACIÓN NI NEGACIÓN

La disponibilidad, la flexibilidad, la dedicación, la persistencia, la vigilancia, la capacidad de control que se va ejercitando sobre lo inconducente, es ya una forma de desapego y liberación. Esta creciente fortaleza, autocurativa y maduradora, es realizada por uno mismo, habiendo comenzado ya la caída en la cuenta del alto grado de ignorancia, dependencia, esclavitud tanto como del sufrimiento causado por ellas fruto del condicionamiento y el autoengaño. El Principiante puede profundizar en este Camino del Despertar a la Realidad -Bodaishin- en un esfuerzo muy importante de coherencia nunca adoptado hasta el momento. Para ello tiene que reconocer necesitar la ayuda de otros que van delante, de mayor experiencia, que un día se encontraron como él mismo. Si cree que es el asunto más importante de su vida, pedirá Tomar Refugio en Buda, Dharma, Sanga comprometiéndose con seriedad al esfuerzo y a la comprobación de la certeza o equivocación de esa intuición a pesar de los obstáculos. Así aprenderá el funcionamiento del mundo.
El olvido de uno mismo comienza con la Práctica del Zazen y las Enseñanzas de Buda, sus cuatro Nobles Verdades, los Seis Paramitas y el Octuple Sendero así como la fidelidad voluntaria a la Sanga. Además del Zazen regular, asistir a las Seshin y hacer Sanzen mensual.

EL SUTRA DE DAIDOJI

Con la ayuda de la naturaleza búdica que habita en nuestra profundidad.
Con la ayuda de la gran fuerza de la voluntad de ser.
Con la ayuda de nuestros sufrimientos.
Con la ayuda de la necesidad del cambio, del despertar a lo real.
Con la ayuda del agradecimiento por la sabiduría del camino recorrido por Bodhisattvas, Budas y Patriarcas. Escuchando con el oído, meditando con el corazón, practicando con el cuerpo.
Observemos con recta atención los humildes símbolos transmitidos por ellos y nuestro Rosshi Shuyu Narita, que encierran los secretos incondicionados de la Vía del Corazón y que con su orden, continuidad, inmovilidad e impersonalidad, nos muestran los pasos. La apertura del abanico del Templo de Todenji. La firmeza y la apariencia dualista de las piedras de los Templos de Sojiji y de Koshoji. La variedad de los cedros del Templo de

Zuigakuin. La prudencia de los tres monos. La imperturbabilidad del espejo. La energía de la espada de madera. La flexibilidad de las fibras del tejido. El vacío de los recipientes. La adaptabilidad del incienso. La impermanencia de las flores. La fe práctica del Bodhisattva y su compasión.
La talidad del Buda cuya sonrisa contiene todas las contradicciones.
El silencio de todas las cosas.
Acojamos los pasos del Maestro y en su homenaje hagamos Sampai tres veces.

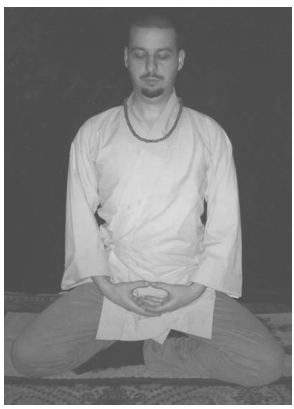
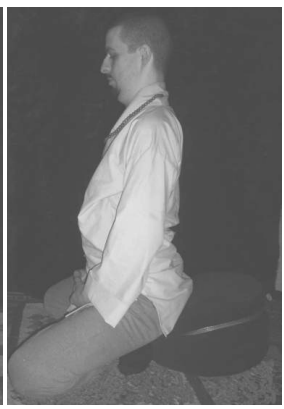
FUKANZAZENGI. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL ZAZEN.
de Dogen Zenji.

La Vía es fundamentalmente perfecta. Lo penetra todo. ¿Cómo podría depender de la practica-realización?. El vehículo del Dharma es libre y está desprovisto de obstáculos. ¿Para qué es necesario el esfuerzo concentrado del hombre?. En verdad, el Gran Cuerpo está más allá del polvo del mundo. ¿Quién podría creer que existe el medio de desempolvarlo?. Nunca es distinto de nada, siempre está allí donde se está. De qué sirve ir de acá o allá para practicar.
Sin embargo, si se crea una separación, por estrecha que sea, la Vía permanece tan alejada como el cielo de la tierra. Si se manifiesta la menor preferencia o antipatía, el espíritu se pierde en la confusión. Imaginad a una persona que se jacta de comprender y que se hace ilusiones sobre su propio despertar, al ver a medias la sabiduría que penetra en todas las cosas, que unifica la Vía y clarifica el alma, y hace nacer en ella el deseo de escalar el mismo cielo. Esta persona apenas ha emprendido la exploración inicial de las zonas fronterizas y es aún insuficiente en la Vía vital de la emancipación absoluta, ¿Tengo que hablar del Buddha que poseía el conocimiento innato?. Aún se siente la influencia de los seis años que vivió sentado en loto en una inmovilidad total. Y Bodhidharma... La Transmisión del Sello ha conservado hasta nuestros días el recuerdo de los nueve años que pasó en meditación delante de un muro. Puesto que los sabios del pasado eran así ¿Cómo pueden los hombres de hoy en día dejar de practicar la Vía?.
Debéis por lo tanto abandonar el conocimiento basado en la compresión intelectual. Dejad de correr detrás de las palabras y de seguirlas al pie de la letra. Dirigid vuestra luz hacia vuestro interior e iluminad vuestra propia naturaleza. El cuerpo y el espíritu desaparecerán por ellos mismos y vuestro rostro original aparecerá. Si queréis experimentar la Talidad debéis practicar la Talidad sin tardar.
Para zazen conviene una sala silenciosa. Comed y bebed sobriamente. Abandonad todo compromiso y alejad toda preocupación. No penséis: esto está bien, esto está mal. No toméis partido ni por ni contra. Detened todo movimiento del yo consciente. No juzguéis los pensamientos ni las perspectivas. No queráis llegar a ser Buddha. Zazen no tiene absolutamente nada que ver con la posición sedente ni con la posición acostada. En el lugar en el que os sentéis habitualmente debéis extender una estera espesa y disponer encima un cojín. Sentaos en loto o en medio loto. En la postura loto poned primero vuestro pie izquierdo sobre el muslo derecho y el pie derecho sobre el muslo izquierdo.

En la postura de medio loto contentaros con presionar el pie izquierdo contra el muslo derecho.
Aflojad las ropas y el cinturón. Ordenadlos convenientemente. Poned entonces la mano izquierda sobre la mano derecha, ambas mirando hacia el cielo, apoyadlas sobre el pie izquierdo. Las puntas de los dedos pulgares se tocan. Sentaos bien derechos con la actitud corporal correcta. No os inclinéis ni hacia la derecha ni hacia la izquierda, ni hacia delante ni hacia atrás. Aseguraos de que las orejas están en la misma línea vertical que los hombros y que la nariz se encuentra en la misma línea vertical que el ombligo. Situad la lengua contra el paladar. La boca está cerrada, los dientes en contacto. Los ojos deben permanecer siempre abiertos. Respirad suavemente por la nariz. Cuando hayáis tomado la postura correcta respirad profundamente una vez, inspirad y expirad. Inclinad vuestro cuerpo hacia la derecha y hacia la izquierda e inmovilizaos en una posición estable. Pensad sin pensar. ¿Cómo se piensa sin pensar?. Más allá del pensamiento y del no-pensamiento. Hishiryo. Este es en sí el arte esencial del zazen. El zazen del que hablo no es una técnica de meditación. Es la Puerta de la Paz y de la Felicidad, la Práctica-Realización de un Despertar Perfecto. Zazen es la manifestación de la Realidad Última. Las trampas y las redes del intelecto no pueden atraparlo. Una vez que hayáis conocido su esencia seréis parecidos al tigre cuando entra en la montaña o al dragón cuando se sumerge en el océano. Ya que es preciso saber que cuando se hace zazen el verdadero Dharma se manifiesta y que desde el comienzo la relajación física y mental y la distracción deben ser descartadas. Cuando os levantéis moveros suavemente y sin prisas, tranquilamente, deliberada-mente. No os levantéis precipitadamente ni bruscamente. Cuando se lanza una mirada al pasado se observa que transcender la iluminación y la ilusión, que morir sentado o de pie, ha dependido siempre del vigor del zazen. Por otra parte, la iluminación provocada por un dedo, por una bandera, por una aguja, por un mazo... La Realización gracias a un espantamoscas, a un puñetazo, a un bastonazo o a un grito... Todo esto no puede ser comprendido por el pensamiento dualista. En verdad, tampoco puede ser conocido mejor por la práctica de poderes sobrenaturales. Esto está más allá de lo que el hombre ve y oye ¿No se trata acaso de un principio anterior a los conocimientos y a las percepciones?. Dicho esto poco importa que se sea inteligente o no. No hay diferencia entre el tonto y el avispado. Practicar la Vía es concentrarse con un solo espíritu. La Práctica Realización es pura por naturaleza. Avanzar es una cuestión de asiduidad.
En general, todos los seres de los tres mundos respetan el sello del Buddha. La particularidad de nuestro linaje es la devoción del zazen, simplemente sentarse inmóvil en un compromiso total. A pesar de que se dice que hay tantas clases de almas como de seres humanos, todos practican la Vía de la misma manera: practicando zazen. ¿Por qué abandonar el hogar que tenéis reservado en la casa Paterna para errar por las tierras polvorientas de otros reinos? Un solo paso en falso y os apartáis de la Vía claramente trazada delante de vosotros.
Habéis tenido la suerte de nacer en tanto que forma humana. No perdáis el tiempo. Aportad vuestra contribución fundamental a la obra del Buddha. ¿Quién preferiría un placer vano y fugaz como la chispa surgida del sílex?. Forma y substancia son como el rocío sobre la hierba. El destino es parecido a un relámpago, rápidamente se desvanecen.
Os lo ruego, honorables discípulos del Zen. Desde hace tiempo estáis acostumbrados a

tantear el elefante en la obscuridad, ¡No temáis ahora al verdadero dragón!. Consagrad vuestras energías a la Vía que indica lo Absoluto sin rodeos. Respetad al hombre realizado que se sitúa más allá de las acciones de los hombres. Armonizaos con la Iluminación de los Buddha. Suceded a la dinastía legítima de los Patriarcas. Conducíos siempre así y seréis como ellos fueron. La cámara que conduce al Tesoro se abrirá por ella misma y podréis utilizarlo como mejor os plazca.

Eihein Dogen

TÚ TENDRÁS QUE SER EL CAMINO. SÓLO ESO.
Homenaje a todos los Seres y Cosas.
SOKO DAIDO.
MONJE ZEN.
Instructor Mayor de Daidoji.

OTRAS OBRAS DE SOKO DAIDO

SOCIOLOGÍA PARA LA CONVIVENCIA. En colaboración
Personalidad y participación social.
Ed. ZYX. Madrid, 1966

DEL CAOS AL COSMOS.
Psicoterapia por la pintura libre.
Geigy. Barcelona, 1970

UNA PSICOLOGÍA PRÁCTICA DE LA FAMILIA
Fundación de las Escuelas de Padres. Santander, 1972

ECOLOGÍA PARA NIÑOS.
SIETE CUENTOS CON HOJAS DIDÁCTICAS.
Trabajos y proyectos escolares.
Ed. Fontanella. Barcelona, 1972

ATLAS DE INFORMACIÓN SEXUAL.
Ed. Fontanella, 1973 y Círculo de Lectores

LA PSICOLOGÍA ENTRE LA FÍSICA Y LA ECOLOGÍA.
Resumen de la Filosofía de S. Lupasco.
Epílogo de Jorge de Oteiza. Santander, 1973

EL AMOR ENTRE LOS ANIMALES (Ediciones en español y en catalán).
Ed. Nova Terra, Barcelona, 1974

LA HIGIENE MENTAL, UTOPÍA O PROBLEMA POLÍTICO.
No publicado

TEATRILLO ECOLÓGICO PARA NIÑOS.
Premio Singapur. Premio Nacional de Jóvenes Cámaras, 1975
No publicado

UN PSIQUIATRA EN CIEN JUICIOS, 1976.
No publicado

LA EXPRESIÓN GESTUAL EN ESCOLARES Y ADULTOS.
En colaboración con dos actores, 1978
No publicado

y artículos científicos en revistas nacionales y extranjeras especializadas.

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valladolid. Especializado en Psiquiatría y Neurología por la Universidad de Barcelona. Médico Escolar y Deportivo. Diplomado por la Universidad Internacional Menéndez y Pelayo. Exprofesor de Psicología y Psiquiatría en la Escuela Universitaria de Asistencia Social de la Academia Politécnica de Santander. Amplía estudios de idiomas en París y Londres.

Exmiembro de las Sociedades de Psiquiatría y Neuropsiquiatría de la Mediterránea de Psiquiatría y de la Liga de Higiene Mental. Exmiembro de Honor del Centre International de Recherche sur les Logiques de L'antagonismo energetique de Paris, Francia. De la Sociedad Española de Historia Natural, la de Ornitología, de la Worid Wildlife Fund (ADENA) y de la Sociedad Española para la Ordenación del Medio Ambiente.

Fundación y organización psicopedagógica de los modernos colegios, Jardín del Dobra, Tagore, África, San Juan de la Canal y de Educación Especial para Niños Difíciles “LUPASCO” y de la primera Escuela de Padres y Educadores de España. Fundador y Conservador del Zoológico de Fauna Ibérica de Santillana del Mar. Miembro Honorífico del Seminario de Prehistoria y Arqueología S. de Sautuola de Santander. Premio Nacional de Arquitectura formando parte del Equipo Técnico de Arquitectura A. Orbe Cano, “Plaza de Colón”, Madrid. Promotor de Agro-Zen, práctica del cultivo natural de frutales y hortalizas adscrito al C.R.A.E., Consejo Regulador de Agricultura Ecológica, con diez módulos de huertas, Cantabria 2001.