

#3

ENSEÑANZAS

Pedro Tainho

Seagorúin



Libros de la Casa Nova

**ESCRITOS**

**ONFINAMIENTO**



Pedro  
**Taiho**  
Secorún

**16** | **20**  
enero | **21**

*“La actividad y la calma son dos  
aspectos de una misma condición.”*

Hakuin



## Los asuntos de este mundo

*“Debéis saber –dice Hakuin–, que para un monje que se aplica a la disciplina de la meditación con el espíritu adecuado, no existe nada como los asuntos de este mundo”. Es una reflexión de Hakuin sobre la vida tranquila y sobre la actividad. De cómo la práctica se manifiesta y realiza en los dos aspectos de nuestra existencia.*

Pronto se va a cumplir un año de la aparición de la covid, una aparición que ha trastocado y ha movido cantidad de cosas. Nuestro entorno habitual, social y nuestro entorno de práctica en el dojo han sufrido cambios y también nuestro marco mental se ha visto convulsionado. En este movimiento repentino, la necesidad de enraizarse en lo más profundo de uno mismo aparece con meridiana claridad.

Los asuntos de este mundo son sin duda el marco de nuestra práctica, pero, cuando los asuntos de este mundo se convierten en una vorágine, debemos prestar especial atención a no soltar la mano del timón de nuestra vida. En nuestro caso, hacer de cada situación el ámbito de nuestra práctica y no perder nuestros hábitos buenos, es decir, volver a zazen.

*“No creáis, sin embargo –dice Hakuin–, que, por dedicarnos a los asuntos de este mundo, la disciplina de la vida calmada es mala y dejéis de llevarla por buscar deliberadamente vivir una vida activa.*

*“Cuando se tiene la comprensión de estas dos condiciones de la existencia, la actividad y la calma, debemos tener más cuidado en estimarlas, tanto la una como la otra, y comprender que no son más que dos aspectos de una misma condición.*

*“Por eso se dice que un monje que practica realmente la meditación no sabe que él camina cuando camina o que está sentado cuando está sentado.*

*“Cuando se llega a comprender la verdadera naturaleza del yo, podemos utilizar el poder vital que tenemos a nuestra disposición, en cualquier sitio y en cualquier lugar.”*

Es así como nuestra vida deviene un continuo aprendizaje y una continua práctica. Los entornos siempre cambian, todo está en continua transformación, no hay nada que se detenga ni un momento fijo.

Es en este entorno donde debemos aplicarnos a la disciplina de la meditación, con un espíritu adecuado. Ese espíritu adecuado, *mushi*, es un espíritu vacío, el yo sin forma que lo contiene todo. “Es el ser que se vuelve transparente”, como decía Étienne.

Es en esta transparencia del ser donde todo puede ser acogido y podemos utilizar este poder vital que tenemos a nuestra disposición, en cualquier lugar y en cualquier circunstancia. El monje, persona que practica la Vía, encuentra la forma de hacerlo real, entre los asuntos de este mundo y no abandona jamás la disciplina de la vida en calma.

Zazen abraza todos los aspectos de nuestra vida. Se abre a cada momento de nuestra vida.

## 2

*“De todas las enseñanzas de Buda –dice un texto antiguo–, la única cosa verdaderamente importante es agarrar, volverse íntimo con nuestro verdadero ser. Muchos caminos conducen a ello, pero la principal entrada no tiene puerta.”*

La entrada en este camino no tiene puerta, el yo del que entra no tiene forma. Cuando a nuestro alrededor todas las formas y estructuras se mueven, el practicante del zen se sienta sobre un zafu vacío. Cuando el ruido ensordece, el practicante del zen vuelve al silencio original.

Es desde esta desnudez original, desde este yo sin forma, desde este ser completamente transparente, que el practicante del zen puede tomar cualquier forma, atravesar cualquier circunstancia. Es por esto que se dice que un monje que practica realmente la meditación no sabe que él camina cuando camina o que está sentado cuando está sentado.

En la infinitud del espíritu vacío, cada cosa, cada forma, está vacía y, al mismo tiempo, cada cosa, cada forma, es lo que es. Caminar o sentarse: no hay diferencia cuando es el yo sin forma quien camina o quien se sienta.

Cuando practicamos zazen, abandonamos en un instante cuerpo y mente, el yo sin forma, el verdadero yo, se manifiesta.



**13** | **20**  
febrero | **21**

*“Volver al punto cero  
y, desde allí, crear.”*

Taisen Deshimaru



## El viento precioso

*“Es necesario volver al punto cero, Ku, y desde allí crear: así nacerá una nueva religión, un nuevo mundo, una nueva civilización.”* Son palabras del maestro Deshimaru que repetía frecuentemente, especialmente durante los últimos tiempos antes de morir. *“Debemos utilizar la energía de zazen –decía–, para influir en los otros.”*

Y así vinculaba nuestra práctica del recogimiento con la práctica de la acción. La práctica del recogimiento de zazen es la base para toda acción justa, exacta. La práctica de zazen equilibra nuestro cuerpo y nuestra mente, nos permite ir hasta el punto cero, desde donde todo es posible. Armonizar, equilibrar nuestro cuerpo y nuestro espíritu. Es la condición para que nuestros pensamientos, palabras y actos se manifiesten en la exactitud, en la justeza.

Dogen dice: “Hasta que vuestro cuerpo y vuestro espíritu no estén en paz, no podréis ser verdaderamente felices.” De esa felicidad interna, *Jijuyu zanmai*, nacen los pensamientos, las palabras, los actos justos. Es decir, nuestra relación con el mundo. Y es desde ahí desde donde podemos crear, nacer a una nueva realidad.

Cuando nuestros pensamientos, nuestras palabras, nuestros actos entran en la confusión, es necesario volver al punto cero, volver a *Ku*, volver a zazen. Desde ahí, es desde donde podremos crear una realidad nueva, un mundo nuevo, una civilización nueva.

Un monje preguntó un día al maestro Unmon:

–¿Qué pasa cuando las hojas caen y el árbol se desnuda?

El maestro Unmon respondió:

–*Tai ryo kui fu*, el cuerpo manifiesta el viento precioso.

El viento precioso es como el viento de invierno, frío y puro, sopla entre los árboles y se lleva todas las hojas, las ideas, opiniones, emociones, ataduras, problemas psicológicos, deseos, todo.

¿Qué pasa cuando todo esto cae, cuando todas las hojas se desprenden de las ramas? Poco importa lo que pasa, si el viento fresco sopla dulcemente en nuestro espíritu.

Zazen es el cuerpo en sí mismo, que manifiesta el viento precioso. Nuestra práctica de zazen es volver al punto cero del que habla Deshimaru, es una práctica de apertura total, ante la que no podemos pensar, ni imaginar lo que aparecerá.

La vida nos sorprende en cada instante. Zazen es abrirse inocentemente a esta sorpresa. Los seres humanos hacemos planes, intentamos prevenir lo que vendrá, pero en la vida siempre hay esa brecha imperceptible por donde se cuele lo que no estaba previsto, pensado, imaginado. Ante ello, debemos situarnos en el punto cero. Es desde allí donde todo pensamiento, palabra o acto puede surgir de una manera fresca y creativa, justa.

*“Las hojas caen y el árbol se desnuda, entonces el cuerpo manifiesta el viento precioso.”*

## 2

“Detened la práctica intelectual de buscar las palabras –dice Dogen en el *Fukazazengi*–, dejad de interpretar los significados. Es esencial que conozcas cómo dar el paso atrás, ese paso que gira la luz hacia ti para iluminarte. Con el cuerpo y el espíritu naturalmente abandonados, el aspecto original aparece. Si quieres obtener la cosa tal como es, aplícate a la cosa tal como es.”

Esta “cosa tal como es” es la esencia de nuestra existencia, no la podemos abarcar con el pensamiento, con la imaginación. No la podemos preveer, pero podemos abrirnos a ella desde el despojamiento fundamental de zazen. Y, abiertos completamente de cuerpo y espíritu, habiendo tocado lo que Deshimaru llama el punto cero, podemos actuar según nos plazca a partir de la libertad, de la sabiduría y de la creatividad.

*“El cuerpo manifiesta el viento precioso, cuando las hojas caen y el árbol se desnuda.”*

Así es como nacemos a una nueva vida y contribuimos a su desarrollo, con una conciencia ecuánime, luminosa y pacífica. Entonces el dharma se expresa a través de nuestro cuerpo, de nuestro espíritu, de nuestros actos, de nuestras palabras, natural, inconsciente y automáticamente. La raíz se afianza en el suelo y las ramas se esparcen en el cielo.

*“Cuando las hojas caen y el árbol se desnuda, el cuerpo manifiesta siempre, siempre, el viento precioso.”*

Volver a los puntos importantes de nuestra práctica es volver a nuestra realidad más simple, más evidente, más natural. Es nuestra vida que alcanza el punto que debe alcanzar y a esto entonces se le llama el dharma, se llama budismo, se le llama zazen. Sola-

mente es esto, nuestra vida que alcanza el punto que en definitiva debe alcanzar.

“En este momento –dice Kodo Sawaki–, descubriréis un pensamiento que envuelve el cielo y la tierra, una sabiduría que no se equivoca jamás, a través de los tiempos, a través de los tres mundos.”

Zazen es la postura del verdadero ser, el lugar donde el ser habita en sí mismo, donde el ser nace a la vida en cada momento, junto al universo entero, en unidad con el cosmos. Podemos llamarle, volver al punto cero. Es la tierra que fertiliza cualquier acción.





Si quieres colaborar en el mantenimiento de esta revista digital puedes hacer tu donación:

[donar](#)

© Pedro Secorún Portolà, 2021

© De esta edición: Centre Zen de Barcelona, Llibres de la Lluna Nova, 2021

Bacardí, 10, bajos (Sants) - 08028 Barcelona

[www.zenbarcelona.org](http://www.zenbarcelona.org)

**Pedro Taiho Secorún** fundó en 1979 el Centre Zen de Barcelona que actualmente dirige, y donde practica y enseña el zen Soto en la línea del maestro Taisen Deshimaru. Ordenado monje zen en 1983 por Etienne Mokusho Zeisler, de quien fue discípulo hasta su muerte. Más tarde, en 2010, recibió de Dosho Saikawa Roshi la transmisión del dharma (shiho).



**Llibres de la Lluna Nova**