

# EN EL DARMA

Casa Zen de Costa Rica, Sto. Domingo, Heredia. Tel (506) 244 3532 y Telfax (506) 244 71 70  
Correo electrónico [casazen@ice.co.cr](mailto:casazen@ice.co.cr) Página internet [www.casazen.org](http://www.casazen.org)

## China: raíces profundas *Por Margoth Vargas*

Como siempre, es difícil asimilar una experiencia de peregrinación. Nos toma semanas y a veces meses interiorizar tantas experiencias y sitios sagrados en donde compartimos, caminamos, hicimos ofrendas, observamos, apreciamos y vivimos juntos los tres Sangas durante dos semanas. Aparte de visitar sitios turísticos como la Gran Muralla, la Plaza Tiannamenn, La Ciudad Prohibida y los famosos Guerreros de Terracota, que fueron una experiencia incomparable, el fondo del viaje fue la visita al Monasterio Bailin y la oportunidad por tres días de compartir la vida monástica y escuchar los Teishos del Abad del Monasterio, el maestro Minghai, cuyas palabras fueron de gran aliento para todos en su práctica. Igualmente la oportunidad, como siempre, de escuchar a Sensei, lo cual en mi caso no fue posible, pero los comentarios me mostraron cuán valiosa fue también esta experiencia.

Hicimos también visita al Templo del Caballo Blanco, que se considera oficialmente como el sitio donde por primera vez llegaron las escrituras del Buda, cargadas justamente en un caballo blanco y de allí su nombre. Vimos muchas pagodas con antiquísimas historias de nuestros ancestros, igual que los templos, monasterios, pueblitos llenos de tradiciones y gente amable y cariñosa que nos recibían como si fuéramos emisarios directos del Buda, como nuestra experiencia al visitar un lugar donde el pueblo entero nos recibió con los brazos abiertos y nos dieron de comer y beber lo mejor que tenían. Allí estuvieron los restos de Bodhidharma y vimos el cofre ahora vacío, porque fueron trasladados a un sitio más seguro. Desde allí el viaje continuó hacia el templo donde actualmente están los restos del Primer Patriarca de nuestra secta Zen, y vimos la Pagoda, cantamos e hicimos ofrendas. Fue sumamente conmovedor para todos los participantes y Sensei preparó un eco especial con un mensaje de gran profundidad que nos caló a todos hasta los huesos. La visita posterior fue al sitio donde Bodhidharma diseminó las enseñanzas y donde se originó la práctica del Shaolin. Ahora hay muchas escuelas y colegios en donde niños, niñas y jóvenes asisten a educarse y aprender las técnicas de estas artes marciales. En este mismo lugar se encuentra la Cueva de Bodhidharma y sitios sagrados todos con profundo valor espiritual en donde el Primer Patriarca del Zen dejó sus huellas. Sin duda difícil de describir, pero imposible de olvidar.

Cada peregrinaje tiene una enseñanza muy particular, profunda y que nos muestra de manera ejemplar y en vivo, de donde venimos, de donde vienen estas raíces tan profundas de los practicantes del Budismo en general y del Zen en particular. No nos deja duda del trabajo arduo y compasivo hecho por nuestros ancestros. No nos deja duda de que somos "polvo infinitesimal", pero también renueva nuestra fe y pone en claro nuestra responsabilidad como practicantes, el trabajo pendiente y nos impulsa a seguir adelante, a dar siempre más. Este peregrinaje, como los otros, nos actualiza, nos deja claro que "los Budas y Bodisatvas en el pasado fueron como nosotros y nosotros en el futuro seremos Budas y Bodisatvas".

# Huellas Frescas

[Del Peregrinaje a China](#)

por [Gerardo S.](#)

Un peregrinaje es una experiencia en varios aspectos: ver los lugares en donde se ha practicado el Budismo por muchos siglos, compartir con miembros de otros Sangas y conocer otras culturas. Esto tiene un efecto muy profundo en nuestra práctica. A los que hemos tenido el buen karma de hacer un peregrinaje solo nos queda transmitir esa energía a todos los demás hermanos en el Darma. Tengo algunas fotos impresas que estaré compartiendo en la pizarra en la entrada de la casa Zen. G. Selva.

[Tres dias en el Monasterio de Bailin](#)  
[Roberto C.](#)

por

Sin duda alguna la peregrinación a China fue una bella experiencia de principio a fin. Pero los momentos más ricos fueron los que pasamos, durante tres días, en el Monasterio de Bailin. Tanto que, durante uno de los periodos de meditación, se me ocurrió pensar que habíamos regresado a la casa de la abuela. Muchas gracias por tan hermosa experiencia. Gasho, Roberto.

[El primer seshin de trabajadores](#)

Este sesshin fue un éxito. Durante cinco días 22 participantes estuvieron en el seshín y además fueron a sus trabajos, y los resultados en ambos aspectos sorprendieron a todos los participantes, sobrepasando las expectativas de la mayoría. Se espera que el próximo año se repita la experiencia.

[Sobre la Ceremonia de los Muertos](#)

El 11 de noviembre llegaron 20 asistentes a esta importante ceremonia que además estuvo, como siempre, conmovedora por su naturaleza. Este día, además la energía se encauzó de manera muy positiva al finalizar la ceremonia, ya que un grupo de compañeros se pusieron de acuerdo para ver la película argentina "Un Buda", que todos apreciaron y disfrutaron mucho. Gracias a todos los participantes en la ceremonia por su generosidad y aportes. Las donaciones se dieron de la siguiente manera:

Una parte se donó a la familia del anciano a quien habíamos donado anteriormente un mes en el hogar de ancianos con terapia. Lamentablemente, el señor murió, y debido a su pobreza, la familia no contaba con dinero para el entierro, de modo que se les ayudó también en esto. Los vecinos de esta familia también les ayudaron con dinero debido a que conocen la pobreza extrema que padecen. Otra parte del dinero fue entregada a una madre cuyo hijo tiene una enfermedad poco común llamada Síndrome de la Taurette, y necesitaba una cita con una especialista (de las pocas que hay en el país) para que luego ella lo remitiera al Hospital de Niños. La cita valía más de lo que se le dio pero aún así fue una ayuda muy oportuna.

De la comida donada en la ceremonia se dio una parte a la madre del niño con Síndrome de Taurette, otra parte la distribuyó Dora y el resto se lo llevará un grupo de estudiantes del CEUNA que todos los años visitan a los indígenas de Boruca en montañas y siempre les llevan ropa y comida.

### Taller el sábado 25 de noviembre

Este sábado participaron 17 personas en el último taller del 2006. Incluso antes de iniciar el taller ya había personas preguntando por la venta de petates y cojines para meditar. La venta de libros, con Antonio como encargado, también está mejorando cada día. Ocho personas llenaron la hoja de interés luego de finalizar el taller. En enero les informaremos de otros resultados del taller así como de nuevas fechas para talleres en el 2007.

### Día de zazen el 26 de noviembre

Fueron 27 los anotados a participar este día y llenar así el zendo a su capacidad máxima. ¡Excelente! Al finalizar el día, además, se reunieron los comités de cada área para discutir sus logros del 2006 y metas para el 2007. Así, el año por venir se inicia desde ahora.

## Haciendo Camino

### Sobre el envío de boletines

Continuamos solicitando a la gente que se comunique con el Comité de Publicaciones si tiene problemas con la recepción de los boletines. Si usted sabe de alguien a quien se le dificulta recibirlo por favor ayúdele comunicándose con nosotros. Cualquier otra sugerencia o comentario también son bienvenidos.

### De la biblioteca

Nuestro bibliotecario Antonio Rodríguez comunica que la biblioteca tiene 305 títulos y de muchos de ellos cuenta con varios ejemplares. Además, comunica que aproximadamente 105 de los títulos son en español. Para información sobre el uso de este servicio hay instrucciones pegadas en el vidrio de la biblioteca, o también puede enviar un correo a Antonio a [argcr200@yahoo.es](mailto:argcr200@yahoo.es)

### Meditación y trabajo independiente

Algunos miembros a menudo llegan a la Casa Zen a meditar fuera de horario formal y dedican una tarde o un día completo a realizar trabajos en la casa. Para otros han sido un ejemplo inspirador a seguir y les agradecemos por el apoyo que dan al Sanga.

### Dos días de zazen en diciembre

El sábado 2 inician dos días de zazen intensivo que terminarán el domingo 3 de diciembre. Está a punto de cumplirse el tiempo límite para anotarse, así que si tiene interés, llame cuanto antes o envíe un correo electrónico para coordinar.

### Asamblea de Sanga el 16 de diciembre

Esta reunión es sumamente importante, ya que se hace una recapitulación de actividades y logros del año, y se acompañan de informes y estadísticas. Pero, sobre todo, esta es la última reunión del año que se hace para compartir. Igualmente se presentará el calendario del año venidero con el primer trimestre detallado.

### Último día de zazen 21 de diciembre 2006

Nuestro último día de zazen formal del año será el 21 de diciembre. De ahí en adelante los miembros pueden llegar cuando deseen a hacer zazen informal sin horario formal y sin necesidad de utilizar la bata.

### Sobre el jardín

El nuevo diseño del jardín de la Casa Zen está a cargo del comité de trabajos, con Alvaro Murillo y Alexandra Kissling a la cabeza. Ellos trajeron a un profesional de arquitectura del paisaje que está colaborando para tener en el futuro un bello lugar de meditación en medio de la naturaleza así como una hermosa línea de kinhín rodeada de flores para los altares. Mucho agradecimiento de parte de todos.

### Visitante de Estados Unidos en Casa Zen

Paul Valverde, costarricense residente en Nueva York y amigo de Max, estará de visita en Costa Rica y residirá en la Casa Zen por unas semanas, aprovechando para meditar todo lo que pueda en nuestras instalaciones. Le deseamos una excelente estadía en la casa y en el país.

### Internet inalámbrica

Los residentes informan que la conexión inalámbrica ya está funcionando bien en todas las áreas de la Casa Zen. El trabajo y dinero invertidos en esta modalidad valieron la pena ya que cualquier persona con laptop se puede conectar a Internet desde cualquier punto de la casa. ¡Gracias, Max!

### Ceremonia de fin de año

La ceremonia del 31 de diciembre se inicia desde las 8 p.m. aproximadamente, y termina pasada la medianoche. Es un pequeño compendio de partes de distintas ceremonias unidas de manera armoniosa. Los asistentes no tienen que estar presentes durante toda la ceremonia, si no que se pueden unir durante el lapso que puedan. Las personas que han estado presentes en esta ceremonia en otros años, siempre terminan muy satisfechas y conmovidas por su belleza. La casa se llena de altares en varios aposentos y se realiza un recorrido con cantos para limpiar el karma y renovar la energía. Los interesados deben confirmar su asistencia y tiempo de participación aproximado ya que estos días son feriados y la ceremonia no se puede hacer si no hay participantes en todas sus etapas. Si a usted le

interesa llegar, por favor comuníquese por teléfono o correo electrónico, ya sea con la Casa Zen o con algún miembro del Comité de Ceremonias para quedar en la lista de asistentes.

## Del Sanga

- El 31 octubre Víctor Murillo fue internado para ser operado de una hernia. Se le llevó una tarjeta y un libro sobre el Buda de parte del Sanga para apoyarlo en estos momentos difíciles. Aún se encuentra en recuperación así que continuamos enviándole nuestros mejores deseos y esperamos verle pronto de nuevo en la Casa Zen.
- Durante el seshín de personas que trabajan, murió la sobrinita de Alejandra Aguilar, Sara Aguilar. Los participantes estuvimos afectados y todavía el día de la Ceremonia de los Muertos se continuó recordando a esta bebita para que encuentre su camino.
- Mayela Céspedes es la nueva Directora Administrativa de la Municipalidad de Santo Domingo. Los mejores deseos por un nuevo camino lleno de éxito.
- Rose Marie está ya de regreso de su viaje y viene feliz con la noticia de que ahora es más abuela que antes, gracias a su bella nietecita Camila, quien nació en Distrito Federal este pasado noviembre.
- Dorita tendrá su cirugía el 11 de diciembre y está muy receptiva a todos los cantos que quieran dedicarle, así como metta o cualquier otro tipo de energía positiva que le ayude. Los mejores deseos para con su bienestar.
- Luis Daniel y Nelly son esta vez los afortunados que se dirigen a Vermont para participar en el sesshin de Rohatsu. Nuestros mejores deseos para que tengan un excelente seshín.
- Nuestros nuevos miembros son Carlos Vargas, Marbella Martin y Paul Chinchilla. Reciban una calurosa bienvenida de parte del Sanga.
- Las reuniones de comités, Junta Directiva, residentes y miembros se multiplican al finalizar el año, ya que se reportan logros y se elaboran planes para el año próximo. Además, todo esto se deja ver en la Asamblea del Sanga que se realiza a fin de año.

DICIEMBRE 2006						
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

					1	2 Día Zazén 7p.m.
3 Día Zazén	4 Junta Directiva	5	6	7	8	9 Ceremonia de Iluminación
10	11	12	13	14	15	16 Asamblea del Sanga
17	18	19	20	21 Último día de zazén	22 Receso	23 Receso
24 Receso	25 Receso	26 Receso	27 Receso	28 Receso	29 Receso	30 Preparativos Ceremonia
31 Ceremonia de Fin de Año						

Reapertura del zazén formal el martes 2 de enero 2007

Reinicio de labores administrativas el lunes 8 de enero 2007



### Casa Zen de Costa Rica

La Casa Zen de Costa Rica es una asociación sin fines de lucro para la práctica del Budismo Zen. Fue fundada en 1974 por el Roshi Philip Kapleau y es dirigida actualmente por Sensei Sunyana Graef, quien también dirige el Centro Zen de Vermont en Estados Unidos.



Guardianes a la entrada de un templo en China.