

EN EL DARMA

Casa Zen de Costa Rica www.casazzen.org Tel (506) 2244 3532 Volumen 21, Número 1, enero a marzo 2025



“Estas son, monjes, las tres cosas que se manifiestan abiertamente, no en secreto. ¿Qué tres cosas? La luna llena, monjes, se manifiesta abiertamente, no en secreto. La luz del sol, monjes, se manifiesta abiertamente, no en secreto. La enseñanza y la disciplina predicada por el Tathagata, monjes, se manifiesta abiertamente, no en secreto. Estas son, en efecto, las cosas que se manifiestan abiertamente, no en secreto.”

Buda

EN QUIETUD Y SILENCIO

Por Ana Carolina Acevedo



Hace un año y dos meses, por una invitación muy animada que recibí a participar en un taller introductorio y sin mucha expectativa pero con una búsqueda sincera para mi vida, llegué a Casa Zen. Solo sabía que me hablarían sobre el budismo Zen y esta forma de meditación.

Sin duda ha sido más que eso. Si tuviera que resumir este año y dos meses, podría describirlo como un tiempo lleno de invaluable aprendizajes, de la calidad humana de las personas que conforman Casa Zen, de las experiencias en las diferentes actividades que desarrolla, y mucho más. Pero en estas líneas quiero especialmente hacer mención sobre la perspectiva que la práctica del zazen me ha mostrado, como el valor de la quietud y el silencio, y, de repente, por momentos hacerme extraordinariamente consciente de los mismos.

En el silencio he descubierto que todo tiene su propio sonido. El agua, el viento, también la tierra y el cielo, y que con la vida humana también ocurre lo mismo: hay sonidos de dolor, de placer, de vida o muerte pero también hay sonidos de silencio. He aprendido que el silencio se trata de pasar de la compulsión a la consciencia; ahora puedo elegir no estar enredada en la naturaleza compulsiva de la existencia, y para mí ha sido trascendental entenderlo, porque el sonido es de la superficie y el silencio es de lo más profundo.

Y así es la vida: en la superficie una malla de sonidos muy compleja, un laberinto de sonidos, pero en lo profundo hay una dimensión del silencio que implica quedarme completamente quieta, ¡cuán difícil es! Pero a medida que me observo a mí misma y que noto la complejidad de mis compulsiones,

he comprendido que la única manera de resolverlo es quedándome quieta, con más zazen.

En el Programa de Entrenamiento finalizado recientemente descubrí que para todos los que participamos, no importa el tiempo que lleves en ello, siempre requiere esfuerzo, constancia, una gran dosis de humildad

y de querer mejorar, y que, no importa el tiempo que tengas en la práctica, para todos representa la superación de los obstáculos, del dolor o de las molestias físicas. También descubrí y aprendí sobre otra dimensión humana de la Maestra, así como el valor y apoyo incondicional de la Sanga para seguir trabajando y mejorando en el zazen de cada día. ¡Gracias!



LOS MILAGROS DE LA VIDA

Por Maria Julia Westphal

Lo trajeron haciendo un escándalo en una jaula de metal, chillando estridente como solo los loritos verdes saben. Venía protestando porque le arrebataron el cielo, le cortaron las alas. Paquito, que así lo bautizamos, era pequeñito, ruidoso y verde como las montañas cubiertas del bosque donde había nacido.

Cada día de escuela, al sonar el timbre de salida, yo salía corriendo a casa, apenas atravesaba la puerta tiraba el bulto y corría al patio donde me esperaba mi amigo, el de las alas mochas. Tenía que limpiarle la jaula, darle de comer y cambiarle el agua; con esa condición me lo trajeron. Se acostumbró a andar en mi hombro y a mascarme las orejas suavemente, ronroneando como un gato. Fue mucho trabajo enseñarle, pero solo logré que con su voz chillona y penetrante imitara por lo menos la cadencia de las palabras. Cuando estaba muy contento también cantaba a su manera con tonos desabridos que lastimaban los oídos. Pero alegraba la casa. Solo cuando cruzaban el cielo las bandadas de pericos, Paquito se ponía intranquilo y los llamaba. Hubiéramos querido verlo volar con los demás, porque entendíamos que su hogar no era nuestra familia ni la jaula, sino los árboles y el cielo.

Los recuerdos infantiles son muy poco precisos en cuanto al tiempo. No sé cuánto vivió con nosotros; solo recuerdo con toda claridad el día que se fue. Una amiga de mi hermana soltó a su perro en casa cuando Paquito andaba por ahí y, al ver a aquel gigante lanudo, corrió despavorido sin poder volar. El mejor refugio que encontró fue un desagüe del patio.



En ese preciso instante salió el agua de la lavadora y lo ahogó. La niña que yo era vivió aquello como una gran tragedia, con angustia, enojo, incompreensión y desconsuelo. ¿Qué significaba todo eso? Ya nunca más iba a correr impaciente a ver a mi amigo que me esperaba después de la escuela. Ya no iba a volver a sentir su peso liviano en mi hombro ni las cosquillas en la oreja, tampoco lo iba a tener entre mis manos como una bolita tibia que esponjaba las alas cuando le rascaba la cabeza. En un instante ya todo eso había terminado y el mundo parecía haber perdido sentido.

Tanto llorar, tanto suplicar... Mi papá fue muy tajante: no más pericos en casa. Decía que un animalito querido no se repone porque no es un objeto. Sin duda, una lección de compasión.

Muchos años después, llegó a la familia un beagle llamado Arena que vivió con nosotros quince años. Fue el compañero de juegos de mis hijos pequeños y más tarde adolescentes. Todavía hoy lo recuerdan con inmenso cariño y pueden contar anécdotas sin fin. Casi no hay fotos de familia sin él. Era un perro precioso, inteligente, aventurero. Llenó la casa de alegría. Pero llegó el día, cuando ya los muchachos estaban fuera de casa, en el que enfermó con tanto sufrimiento, que hubo que llevarlo a "dormir". Yo estaba en un seshín de siete días en Costa Rica. Sabía que el miércoles era el día y lo viví con gran dolor. Conté con el consuelo de mi querida Roshi que con sus palabras sabias y su infinita paciencia me explicó que los perros no se quedan, sino que siguen fácilmente su camino. Los humanos, en cambio, después de morir nos quedamos muchos días apegados a las personas y los objetos.

La vida fue generosa conmigo y tuve la suerte de que, unos seis meses después de que Arena muriera, llegara a casa Shiro con unas cuantas semanas de nacido. Era blanco moteado de negro, de piel muy suave, patas largas y fuertes del labrador, la cola espesa del collie y el carácter sensible y dulce del vizsla. En japonés, Shiro significa "blanco". Venía de una familia hamburguesa con una perrita que tuvo una camada de ocho cachorros hermosos. Todos los vendieron, pero a Shiro lo devolvieron y nadie más lo quiso, excepto nosotros. Era tan bonito que lo queríamos tener siempre alzado hasta que creció tanto que ya no se pudo. Se convirtió en un perro grande, ágil, buen corredor y muy fiel. Le gustaba andar suelto cuando al mediodía recorríamos los caminos entre los campos sembrados. Cuando perseguía un venado o una liebre, solo lo hacía por jugar y regresaba a mi lado. Entendía muchas palabras y hasta los nombres de sus juguetes favoritos. Sabía sentarse quieto a la orilla del camino cada vez que pasaba un carro y en las esquinas antes de cruzar. Le encantaba la gente, aunque el cartero nunca llegó a entender que unos





ladridos tan fuertes fueran saludos amistosos, por eso prefería dejar los paquetes delante de la puerta, tocar el timbre y salir casi corriendo.

A Shiro le gustaba subir al cuarto de meditación y echarse en un rincón mientras nos sentábamos. Al final, cuando hacíamos los gashos frente al altar, estiraba las patas delanteras y echaba el trasero para atrás, a veces en la dirección equivocada. Nos copiaba los gestos a su manera.

Shiro, el de la mirada dulce, echado a los pies de la cama cuando había algún enfermo, cuidando la casa con su ladrido ronco, profundo. Shiro, el aficionado a las zanahorias, el que sabía girar, sentarse, dar la pata, escoger juguetes y jugar escondido. El que buscaba cariño o un pedacito de queso empujando suavemente con su hocico mi pierna. Compañero de largos paseos a mediodía, el perrito amigable que saludaba a todos. Shiro murió el día que un perro agresivo lo mordió. Se nos fue a los nueve años, abandonando un cuerpo sano y una vida llena de amor.

Una vez más, sucedió durante un seshín, el Rohatsu de Vermont de diciembre 2024. Era el último sábado cuando me dieron la noticia. Los perros se van pronto, siguen su camino porque no sufren los apegos de los humanos, me recordó Roshi.

Recibí muchos abrazos cariñosos de los hermanos en el Dharma y lloré en muchos hombros compasivos. Cuando me retiré, ya que viajaba a casa al día siguiente, me quedé dormida recitando el Kanzeón, ahora sola en el cuarto. En medio de la oscuridad de la noche me desperté al sentir en mi pierna al borde de la cama un hociquito húmedo que me empujaba con suavidad. Shiro vino a despedirse brillando con su pelo blanco en la noche. Le hablé bajito para no despertar a quien estuviera durmiendo en el cuarto de al lado. No me asombré de que viniera, como si ya lo supiera. Le pedí que no perdiera el camino, le di las gracias por tanto amor y tanta alegría, por haber llegado a nuestras vidas y por acompañarnos en tantas horas de meditación. No sé qué más le dije, qué consejos le daría, pero se fue como vino,

brillante y moviendo su cola espesa. Yo quedé en paz.

Muchos años antes, cuando mi mamá murió en Costa Rica, yo ya vivía en Alemania. Me llamaron a media noche para darme la noticia fulminante y supe que no iba a poder llegar a tiempo ni siquiera al entierro. Pero aquella noche, en medio de un terrible desconsuelo, hecha un ovillo en mi cama y con una Mala entre los dedos recitando el Kanzeón, me quedé dormida hasta que desperté cuando sentí llegar a mi mamá y sentarse muy cerquita con esa suavidad tan suya. Sentí sus manos acariciar mi cabeza como solo las mamás saben hacerlo y la escuché decir que no estuviera triste, que todo estaba bien.

El que lea estas líneas podría pensar que estaba soñando, pero en el Zen he aprendido que lo que no nos permite ver las maravillas de la vida es, precisamente, soñar. Como dice Joko Beck, una práctica verdadera nos lleva a través de un camino que nos aproxima cada vez

más a la consciencia de lo maravilloso. Con lo maravilloso no se refiere a lo paranormal ni a lo mágico; no se refiere a fantasmas ni apariciones, sino a ser capaces de abrir la mente y ver con asombro y curiosidad el milagro de la vida. Necesitamos comprender que en un sentido profundo la muerte no existe y que solo la práctica constante nos ayuda a trascenderla.

“Si ustedes desean verificar su práctica, la próxima vez que les suceda algo que no puedan soportar, pregúntense: ¿Dónde está el milagro en esto?”¹, propone Joko Beck. A aquella niña que fui, la inesperada muerte de su amigo le sembró una gran duda que años más tarde la llevó al Zen. Un pequeño perico verde, un gran maestro con las alas mochas.

¹ Beck, Charlotte Joko: *La vida tal como es*. Grupo Editorial Norma, Barcelona, 1996. Pág.267



EL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO

Por Margoth Vargas Pacheco

En el mes de marzo recién pasado tuvimos un Programa de Entrenamiento (PE) dirigido por Roshi Sunyana Graef, quien nos visitó con ese propósito. Fue, por cierto, el último para ella en Costa Rica, ya que pronto no la tendremos más aquí como nuestra Maestra. ¡Fueron muchos sentimientos encontrados!

En el año 2019 tuvo lugar nuestro último PE antes de la pandemia que nos impidió llevar a cabo muchos programas. Nos concentramos en los Sesshines y las ceremonias virtuales para no perder el ritmo de la práctica.

Con más razón, tener un PE ha sido una gran alegría y a la vez un gran reto, en especial para los organizadores de cada área del Centro Zen: cocina, casa y jardín. Desde varias semanas atrás los encargados de cada una trabajaron arduamente para preparar los cuatro días del PE.

Nelly estuvo a cargo de la cocina, Álvaro de la casa y Rose Marie del jardín; todos deseosos de alcanzar metas y contribuir desde su área al entrenamiento que un PE supone para un practicante Zen.

No importa si se llevan 3 meses, 3 años, 10 o 20 años en la práctica Zen; siempre es un reto personal y una oportunidad para aprender, compartir y también enseñar a todos los demás participantes. Estar con los hermanos y hermanas del Sanga en un PE donde la dinámica es muy diferente a un Sesshin es una rara y grandiosa oportunidad. Podemos hablar y compartir experiencias de vida, enterarnos de cómo llegamos a la práctica del zen, conocer a las familias, los trabajos, los proyectos personales y darnos cuenta de que no somos diferentes. Como se dice en la práctica de Metta, ¡todos queremos ser felices!

Además, en este PE tuvimos la ocasión de



Almuerzo bufé en el PE



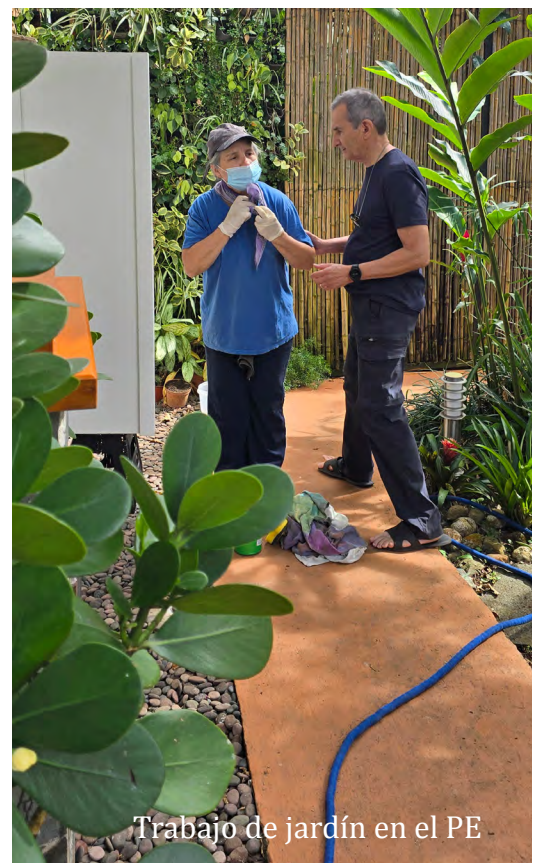
Altar para la ceremonia de Nathu Ram

escuchar a nuestro querido hermano en el Darma Guillermo (Memo) Monge contarnos la historia de su “Entrada en el Camino”. Fue una lección inspiradora y motivadora que nos mostró cuán similares somos. La vida nos ofreció la oportunidad de llegar a la Casa Zen y emprender un recorrido por el sendero que nos ha permitido una guía espiritual seria, comprometida, compasiva y llena de sabiduría. Somos muy afortunados, aunque a veces lo olvidemos; por eso estas historias revitalizan nuestra práctica y refrescan su sentido.

Tuvimos también una Ceremonia Funeraria. Unos días atrás falleció Ram, un miembro indio muy querido que llevaba más de 40 años viviendo en Costa Rica. Aprovechando la venida de Roshi, ella decidió realizar la Ceremonia durante el PE, ¡qué buen karma! Una ceremonia llena de la energía de los participantes y aún más especial al ser presidida por nuestro Sacerdote Bodhi Murillo. Su primera ceremonia fue dedicada a este amigo tan especial para él.

Finalmente, para mi persona fue una experiencia maravillosa ya que años atrás como Jefa de Cocina me correspondía dirigir esa área y trabajar exclusivamente allí. Este año, el PE me permitió trabajar en las tres áreas distintas con una visión muy diferente, lo cual me hizo aprender de otros ámbitos que conforman el entrenamiento en un Centro Zen. Fue muy satisfactorio poder seguir las instrucciones que cada encargada(o) con gran amor y dedicación preparó para los participantes. Me siento inmensamente agradecida con todos y cada uno de los jefes, compañeros de trabajo, con Roshi y Bodhi por sus esfuerzos constantes e incansables para mantener la práctica viva.

Al cierre del PE, Roshi nos pidió que dijéramos algunas palabras sobre el significado para cada uno de nosotros sosteniendo el incensario. Los comentarios fueron conmovedores, motivadores y hasta divertidos. Cuando llegó el turno de



Roshi, comentó que nunca hacía comentarios en estas ocasiones, pero, siendo este su último PE en Costa Rica, los haría. Me llegó tan profundo que no pude contener las lágrimas. Me cuesta recordar con exactitud lo que dijo, pero no el significado: se sentía feliz, satisfecha y orgullosa de ver el trabajo del Sangha, tanto de los jefes como de los estudiantes y participantes nuevos y no tan nuevos (seniors), de su dedicación, entrega y seriedad para con la práctica. Reitero que cuando se vaya podrá estar segura de que el Sangha y la Casa Zen quedan en buenas manos con Bodhi. Instó a sus estudiantes a que nos aseguráramos de que en el Calendario del 2026 se programara un PE y dijo finalmente que la o el Maestro “empuja” a sus estudiantes, pero también los estudiantes “empujan” al Maestro.



Trabajo de casa
en el PE



Tai Chi en el jardín durante el PE



Trabajo de cocina en el PE



Papiros iluminados en la noche



Ensayo de cantos en el PE



Trabajo de cocina en el PE



Trabajo de cocina en el PE

DESCUBRIENDO

NUESTRA MAGNÍFICA BIBLIOTECA

Por Guillermo Monge Guevara

En enero de este año, Bodhi me pidió coordinar el nuevo equipo de administración de la Biblioteca de Casa Zen. El equipo anterior, que hizo por mucho tiempo un extraordinario trabajo, había suspendido su actividad por distintas razones. El nuevo equipo lo conformamos –de momento-- Silvio Bolaños, mi querido y admirado hermano en el Dharma, y este servidor. Esperamos que pronto se incorporen otros/as compañeros/as. Contamos además con la asesoría de Rose Marie, quien fue parte del anterior equipo de biblioteca.

Hacer un inventario de los libros guardados en los estantes fue la primera tarea que asumimos. El anterior se realizó hace un tiempo considerable y es preciso actualizar el registro de los libros que tenemos. Aparte de ese propósito, esta tarea nos está permitiendo conocer, uno por uno, el conjunto de libros con los que contamos. En el momento de escribir este artículo, hemos cubierto cerca del 60% del total de unidades. Tuvimos que suspender actividades por varias semanas: antes, durante y después del Programa de Entrenamiento. Pero ya estamos retomando la tarea.

Mientras avanzamos en el inventario, Silvio y quien escribe no hemos parado de maravillarnos al ir descubriendo el excepcional tesoro bibliográfico que guarda nuestra Casa Zen. Somos muy afortunados de contar con una muy buena biblioteca especializada en budismo y en especial, en budismo zen. Algo muy importante es que cerca del 60% de los cerca de 750 libros con que contamos está en español. Pocos lugares en América Latina tienen algo comparable.

Esta biblioteca puede ser de utilidad para personas del mundo académico especializadas en religión comparada o en estudios del

budismo. Pero estamos claros de que esa no es su principal utilidad. En un centro zen como el nuestro, dedicado a impulsar la práctica espiritual de sus integrantes y del sanga en general, la biblioteca tiene sentido en el tanto contribuye a ese propósito. Al respecto, recordemos que, según nos ha comentado en múltiples ocasiones Roshi Sunyana Graef, el Roshi Kapleau solía decir que para un practicante de zen un buen libro es aquel que lo lleva al cojín.

Y en nuestra biblioteca, la inspiración para sentarse a hacer zazen está disponible a manos llenas, y de múltiples formas.

Si nos centramos únicamente en los libros sobre zen, en la biblioteca vamos a encontrar los mejores libros introductorios al zen, bibliografías y recopilaciones de enseñanzas de maestros zen clásicos y contemporáneos, libros sobre cuentos, anécdotas, relatos, mitos y leyendas dentro de la tradición zen, y también, libros sobre aspectos clave de la práctica del zen.

Tenemos un conjunto de libros con enseñanzas comunes a todas las corrientes budistas. Entre ellos: biografías del Buda, historias del budismo, biografías y enseñanzas de maestros budistas clásicos anteriores al surgimiento del zen, y cosmología budista. Contamos además con una cantidad considerable de libros con sutras.

La dotación de libros surgidos de otras corrientes budistas también es rica y extensa. Tenemos por ejemplo varias biografías de maestros budistas de las tradiciones theravada, mahayana y vajrayana. Hay además una importante colección de libros escritos por el Dalai Lama. Y libros sobre temas muy variados de distintos autores budistas. Cito

a continuación algunas de las categorías específicas en que están clasificados los libros ubicables en “otras corrientes budistas”:
“Budismo, dolor, sufrimiento, neurosis, ansiedad”, “Psicología, emociones, terapia y budismo”, “Budismo, ciencia y espiritualidad”, “El cuerpo desde la perspectiva del budismo”, y “Mujeres y budismo: ayer y hoy”.

El inventario en proceso nos está permitiendo revisar y mejorar los criterios de clasificación de los libros de la biblioteca. La estructura de clasificación actual consta de 10 categorías principales y 58 categorías específicas.

El inventario es sólo una de las áreas de trabajo del comité. El plan de trabajo que hemos entregado a Bodhi recientemente está estructurado alrededor de los siguientes objetivos específicos:

Hacer más eficientes los procedimientos de registro y clasificación de los libros.

Introducir una estructura de clasificación temática de los libros, adicional al esquema de clasificación vigente.

Realizar una caracterización periódica de la demanda de libros.

Realizar inventarios periódicos de la dotación de libros de la biblioteca.

Delimitar la naturaleza y el propósito de la biblioteca, de manera más clara y explícita.

Definir prioridades para la incorporación futura de nuevos libros.

Racionalizar el espacio disponible en los estantes.

Realizar divulgación periódica al Sanga sobre los libros de la biblioteca.

Como se puede notar, no falta trabajo por hacer en este comité. Silvio y este servidor tenemos grandes expectativas con respecto a la mejora del servicio que presta la biblioteca. Es además una actividad propicia para la práctica, porque por su naturaleza, hay que estar muy atento y ser cuidadoso y meticuloso. Esperamos que pronto, más compañeros y compañeras se puedan sumar a estos esfuerzos.



ALGUNAS ACTIVIDADES RECIENTES

Este primer trimestre del año 2025 comenzó con muchas actividades, entre las que sobresalen dos visitas de nuestra maestra Roshi Graef. La primera visita fue en el mes de enero, y fue cuando realizamos un seshín de tres días con la participación de 26 personas. Durante esta misma visita Roshi condujo la importante ceremonia de Jukai, que contó con la asistencia aproximada de 30 personas. Durante los diez días que duró su estadía, además de las actividades antes mencionadas, Roshi impartió dokusan y compartió con los miembros durante las sentadas formales y en otros encuentros informales en Casa Zen.

La segunda visita de Roshi fue en el mes de marzo, cuando tuvimos la oportunidad de realizar un Programa de Entrenamiento de cuatro días bajo su conducción, y con la participación de dieciocho personas. Teníamos siete años desde que hicimos el último programa de entrenamiento. Esta actividad es tanto particular como especial, ya que asemeja la convivencia de los monjes en un monasterio o templo mientras viven sus actividades diarias fuera de un seshín. El zazen diario, los distintos trabajos que se dan de manera rotativa, los cantos también de maneras diferentes, la charla de la maestra, las charlas de miembros antiguos, todo esto crea una atmósfera en la que la práctica individual y el Sanga como un todo se unen y se fortalecen. También en esta visita se

hizo un paseo informal al Jardín Lankester, donde los participantes disfrutaron de manera informal con nuestra querida maestra.

Además de estas dos visitas de Roshi, se realizaron dos días de zazen, los últimos domingos de febrero y de marzo, con la participación de 25 y 26 personas respectivamente. También el 15 de febrero se realizó la ceremonia de Parinirvana, momento en que se conmemoró la muerte del Buda Shakyamuni.

El sábado 8 de marzo, en el marco del Programa de Entrenamiento se realizó también una ceremonia fúnebre para Nathu Ram Verma, miembro y amigo que había fallecido algunos días atrás. Con la presencia de Roshi y Bodhi, y la asistencia de familiares y amigos, se apoyó de todo corazón esta transición que vive Ram. Los dos hijos de Ram, ya personas adultas y residentes en Australia, compartieron junto con Anabelle -su querida esposa-, y el Sanga sobre los buenos tiempos que compartimos todos con Ram durante su fructífera vida.

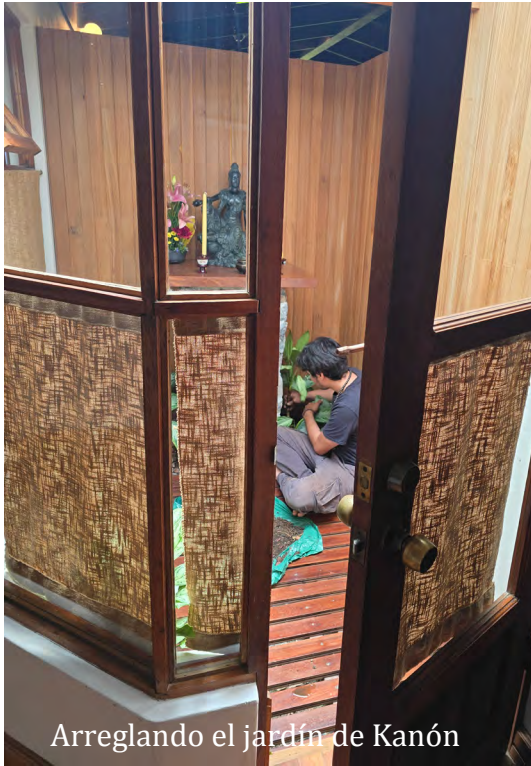
Durante el mes de febrero también se realizó un taller introductorio con la participación de 25 personas, algunas de las cuales han continuado asistiendo a las sentadas formales de Casa Zen. ¡Bienvenidos sean!



Trabajo en el jardín durante el día de zazen de febrero



En el Jardín Lankester



Arreglando el jardín de Kanón



Preparando sopa para un día de zazen



Meriendas durante el trabajo



Taller en febrero



Día de zazen en febrero



Equipo del taller de febrero



Almorzando en silencio entre trabajos



Visita de los Scouts a Casa Zen



Orquídea en el Jardín Lankester



Día de zazen en marzo



Seshín presencial de tres días dirigido por Roshi Graef en enero



Trabajo de jardín durante el PE



Paseo al Jardín Lankester

CALENDARIO 2025

Do.	Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.
		1	2	3	4	5 Taller Introdutorio 8 am a 12 m
6	7	8	9	10	11 Cierre de Casa Zen	12
13	14	15	16	17	18	19
20 Finaliza cierre	21 Apertura de Casa Zen	22	23	24	25	26
27 Día de zazen	28	29	30 Ultimo día para inscripción del sesshin de mayo			

ABRIL 2025





MAYO 2025

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10 ½ día de trabajo Roshi en CR 7:37 pm
11	12	13 Inicia sesshin de 5 días	14	15	16	17
18 Fin Sesshin 5 días	19	20 Salida de Roshi de Costa Rica 12:44 pm	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31 Ceremonia de Vesak

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 Roshi Sunyana Graef, quien también dirige el Centro Zen de Vermont en Estados Unidos.



Colaboraron en esta edición:

Ana Carolina Acevedo
Paramaconi Acevedo
Bergheimatfilm (Pixabay)
Guillermo Monge Guevara
Bodhi Murillo Rodríguez
Katia Rodríguez Muñoz
Margoth Vargas Pacheco
Maria Julia Westphal