

Bendōhō · El modelo para comprometerse con la Vía ·

EIHEI SHINGI

[escrito en] Daibutsuji (1)

Todos los budas y todos los ancestros están dentro de la Vía y se comprometen con ella; sin la Vía no se comprometerían. El dharma existe y ellos aparecen; sin el dharma ellos no aparecen. Por tanto, cuando la asamblea esté sentada, siéntate junto con ellos; a medida que la asamblea [gradualmente] se acueste, acuéstate también. En la actividad y en la quietud al unísono con la comunidad, a lo largo de las muertes y los renacimientos no te separes del monasterio. (2) Destacar no tiene beneficio; ser diferente de los demás no es nuestra conducta. Esto es la piel, la carne, los huesos y la médula de los budas y ancestros, y también lo es el dejar caer el propio cuerpo y mente. (3) Por tanto, [comprometerse con la Vía] es la práctica-iluminación previa al kalpa de la vacuidad, por ello no te preocupes por tu realización. Es el kōan previo a los juicios, así que no esperes por la gran realización. (4)

En el [zazen](#) de la tarde, cuando oigas la campana, ponte tu kesa, entra a la sala de los monjes, instálate en tu sitio y haz zazen. (5) El abad se sienta en la silla del abad frente a [la estatua de] de [Mañjuśrī](#) y hace zazen, el monje principal frente a la esquina exterior de la plataforma de sentarse y hace zazen, y el resto de monjes frente a la pared y hacen zazen. (6) Mientras el abad hace zazen, se coloca un banco tras un biombo detrás de su silla, donde un *jisha* o un *anja* puedan asistir al abad. (7)

Cuando es hora de zazen, el abad entra a la Sala por el lado norte de la entrada principal y va frente a Mañjuśrī, hace una reverencia y ofrece incienso. (8) Después de saludar a Mañjuśrī, el abad hace una circunvalación de la Sala con las manos en *shashu*; vuelve y hace una reverencia a Mañjuśrī; va y hace una reverencia a la silla del abad; se gira en el sentido de las agujas del reloj y vuelve a hacer una reverencia hacia Mañjuśrī; recoge las mangas de su manto bajo los brazos; se sienta en la silla y se saca las zapatillas; y dobla las piernas y se sienta con las piernas cruzadas. (9) El *jisha* y el *anja* se quedan de pie dentro de la entrada del lado sur, no acompañan al abad durante la circunvalación. Después de que el abad se sienta en su silla, el *jisha* y el *anja* hacen una reverencia a Mañjuśrī y se sientan silenciosamente en el banco detrás de la silla. El *jisha* o el *anja* guardan el recipiente del incienso [viruta] del abad.

Si el abad va a dormir en la sala de los monjes, se coloca un *tan* para dormir entre el *shusho* y la silla del abad. (10) Cuando es la hora de levantarse, [el abad] vuelve a su silla y hace [zazen](#). (Durante el zazen de la mañana la norma es que los monjes no usen sus kesas. El kesa del abad se cuelga sobre su silla). (11) Cuando se supone que el zazen de la noche termina, durante la segunda o tercera vigilia, bien sea en la primera, segunda o tercera sesión de zazen según la indicación del abad, se hace sonar el *han*. (12) Cuando el *han* deja de sonar, los monjes hacen *gasshō*, doblan sus kesas, los envuelven en sus paños y los colocan sobre el armario [de sus asientos]. (13) El abad no se saca el kesa sino que se levanta de su silla, va ante [Mañjuśrī](#) y se postra, y sale por el lado norte de la puerta principal. El *jisha* y el *anja* salen ambos primero y se quedan delante de la sala de los monjes, esperando respetuosamente a que el abad salga.

Uno de ellos levanta la persiana [de la entrada] para ayudar a que [el abad] salga. También lo hacen cuando el abad entra a la sala. Si el abad está durmiendo en la sala, uno o dos *anjas* se

quedan en el banco detrás de la silla del abad, y uno o dos *jishas* duermen en el lugar contiguo al *jisha* de Mañjuśrī o al lado de los asientos de los monjes nuevos [en la sala exterior]. (14)

[Después de sacarse los *kesas*] los monjes continúan haciendo *zazen* durante un tiempo. Lenta y conscientemente desenrollan sus edredones [y ropa de cama], colocan sus almohadas y se acuestan cuando los demás lo hacen. (15) No permanezcas sentado cuando los otros monjes no lo están, ni mires a tu alrededor a la asamblea. No dejes tu lugar arbitrariamente y vayas a donde no deberías. Solo adherirse a la comunidad y acostarse es la forma correcta.

(El Sutra de las Tres mil Conductas dice que hay cinco tipos de comportamientos para acostarse. El primero es que la cabeza esté en dirección al Buda. El segundo es no mirar al Buda mientras se está acostado. El tercero es no estirar las piernas juntas [en lugar de mantenerlas dobladas]. El cuarto es no acostarse ni boca arriba ni boca abajo. El quinto es no levantar las rodillas). (16) En definitiva, duerme tumbado sobre tu lado derecho y no sobre el izquierdo. Cuando te acuestes la cabeza debe estar hacia el Buda. Ahora [en la sala de los monjes] nuestras cabezas están hacia el *jōen*, por lo que nuestras cabezas están hacia Mañjuśrī. No duermas tumbado boca abajo. No levantas ambas rodillas y te acuestes boca arriba. No duermas boca arriba con las piernas cruzadas. No estires las piernas juntas. Duerme sin sacarte el hábito. (17) No te desnudes desvergonzadamente a la manera de los de las vías ajenas. No duermas con el cinturón desabrochado. Acostado por la noche, recuerda la luminosidad.

Traducido al castellano por René Rodríguez de [«Dōgen's Pure Standards for the Zen Community. A translation of Eihei Shingi. Leighton & Okumura»](#).

Febrero 2021

Este material es un regalo del Dharma, puede ser reproducido para uso personal y puede ser distribuido solo de forma gratuita, para el despertar de todos los seres

– Notas –

(1) «Modelo para comprometerse con la Vía» es «bendōhō», que también se puede leer como «Dharma para practicar la Vía». Esto fue escrito en Daibutsuji, «Templo del Gran Buda», fundado por [Dōgen](#) en 1244 en las montañas de la Provincia Echizen (hoy en día llamada Fukui) cerca del Mar de Japón, lejos de Kioto. El nombre fue cambiado por Dōgen en 1246 a Eiheiji «Templo de la Paz Eterna», llamado así por la era Eihei de la historia china (58-75 e.c.), que fue cuando se introdujo el primer sutra budista en China.

En varios lugares de este ensayo, Dōgen describe como se debería hacer cierto procedimiento. Lo que se ha traducido como método, procedimiento, manera o costumbre de hacer algo, se podría leer también como el «dharma» para hacerlo.

(2) «No separarse del monasterio» se refiere a un dicho del gran [Zhaozhou](#). Dōgen lo cita en el ensayo «Gyōji» («Práctica continua») del [Shōbōgenzō](#). «Si no te separas del monasterio durante toda tu vida, incluso si no hablas durante cinco o diez años, nadie puede llamarte mudo». A partir de entonces, ni siquiera los budas pueden hacerte cambiar de opinión». Si bien Zhaozhou dice: «toda tu vida» o «una vida», Dōgen dice que no hay separarse a lo largo de «la muerte y la vida [el nacimiento]», es decir, durante muchas vidas.

En los escritos de Dōgen hay variación, y también entre los centros de formación Sōtō contemporáneos, sobre la práctica nocturna de sentarse después de la hora señalada para acostarse. El aspecto principal es armonizar la propia práctica con la de toda la asamblea. La práctica no se debe efectuar de forma competitiva o de forma que moleste a los demás.

(3) «Piel, carne, huesos y médula» son los términos utilizados por [Bodhidharma](#) para caracterizar a sus difentes discípulos. «Dejar caer cuerpo y mente» (*datsuraku shinjin*) es un término importante para Dōgen; se refiere a un despertar pleno.

(4) «Práctica-iluminación» aquí es *shushō*. *Shō* se puede traducir también como certificación o autenticación. El «kalpa de la vacuidad» es la era anterior a la creación del universo. «Actualización» aquí es *genjō*, que también significa manifestación o los fenómenos del presente. «Kōan» (casos públicos) se usa como un término para las historias y diálogos de los antiguos maestros que a veces se usan como objetos de meditación. Aquí simplemente quiere decir la verdad esencial. «[Genjōkōan](#)» es el nombre de uno de los principales ensayos de Dōgen. «Juicios» es *chinchō*, que también significa presagios o señales. «Gran realización» es *daigo* o *dai satori*, que ha sido interpretado a veces como una experiencia especial resultante de la práctica—una opinión que Dōgen está refutando aquí.

(N. del T. Puedes leer también el Discurso en la Sala del Dharma del Eihei Kōroku número 60 «[Este Genjōkōan](#)»).

(5) Dōgen llama aquí *undō* [sala de nubes] a la sala de los monjes; a menudo también se le llama *sōdō*.

Aunque la gramática española requiere decir «hacer zazen», estrictamente hablando podríamos decir zazen te hace a ti o zazen hace zazen.

(6) La palabra para abad es *jūji*, literalmente «[uno que] reside y mantiene [el templo]». La silla del abad, el *isu*, tradicionalmente es una silla de madera con brazos, separada de la plataforma de sentarse de los monjes. Su asiento es lo suficientemente grande como para sentarse con las piernas cruzadas, y está de frente a Manjushri. Manjushri (literalmente, *shosō* o «monje sagrado» en el Bendōhō) es el [bodhisattva](#) de la sabiduría, cuya estatua está tradicionalmente en el altar central de la sala de los monjes. El monje principal, el *shuso*, está de frente al centro de la sala de los monjes, hacia el *jōen*, la esquina de las plataformas de los monjes en las que se colocan cuencos para comer durante las comidas.

(7) Un *jisha* es el asistente del abad, normalmente un monje maduro idóneo para cumplir las necesidades administrativas y ceremoniales. Un *anja* se desempeña como asistente personal de los monjes que ocupan posiciones importantes.

El «Bendōhō» incluye muchos términos técnicos japoneses utilizados normalmente en los monasterios Zen.

(8) La entrada principal está normalmente en el lado este de la Sala de los monjes, por lo que Manjushri mira hacia el este; el lado norte de la entrada principal, donde está la silla del abad, está a su derecha según se entra. Esta orientación direccional se puede cambiar según las necesidades topográficas de determinados templos. Sin embargo, designaremos como norma el lado «norte» como a la derecha de Manjushri (estando frente a Manjushri). «Hace una reverencia» aquí es *monjin*, o el saludo con una reverencia de pie en *gasshō*, es decir, con las palmas juntas y los dedos extendidos. En lo sucesivo, «hacer una reverencia» quiere decir una reverencia de pie en *gasshō* salvo que se indique lo contrario.

(9) «Circunvalación» es *jundō*. Durante este *jundō* al comienzo de *zazen*, el abad revisa a la asamblea, fijándose en la atención y la postura. En el Zen Sōtō moderno, *shashu* quiere decir las manos dobladas a la altura del pecho con los antebrazos paralelos al suelo. La mano derecha cubre la mano izquierda, que está cerrada en un puño con el pulgar dentro. A veces en el «Bendōhō», esta posición de la mano se llama *issshu*, y «*shashu*» se refiere a mantener las manos planas contra el pecho (no en un puño) con los pulgares entrelazados. Parece que aquí Dōgen pretende la posición de las manos del *shashu* moderno.

(10) Un *tan* es la larga plataforma en la que los monjes se sientan, comen y duermen. *Zazen* se hace de cara a la pared, mientras que las comidas se toman de cara al centro de la sala. El *tan* también es lo suficientemente profundo para que los monjes duerman en sus lugares, a diferencia de la silla del abad, que solo es lo suficientemente grande para sentarse.

(11) El fragmento «Durante el *zazen* de la mañana... sobre su silla» no se encuentra en el texto de la edición popular *Rufubon* del *Eihei Shingi*, que fue publicada en 1794 por *Gentō Sokuchū*, el quincuagésimo abad de *Eiheiji*, aunque sí aparece en las notas a pie de página. Sin embargo, este fragmento sí aparece en el texto de la edición *Shohon* del *Eihei Shingi* publicada por *Kōshō Chidō*, el trigésimo abad de *Eiheiji*, en 1667. Lo mismo ocurre con muchos otros fragmentos del *Eihei Shingi* a continuación. Hemos colocado estos fragmentos entre paréntesis.

(12) Un *han* es un bloque de madera colgante que se golpea con una maza de madera para señalar los eventos del monasterio. Tradicionalmente los monasterios Sōtō (incluyendo algunos hasta la actualidad) dividen el tiempo entre el ocaso y el amanecer en cinco vigilias o *ko*. Cada una de ellas se divide a su vez en cinco periodos más cortos llamados *ten*. El segundo y tercer *ko*, o vigilia, serían aproximadamente entre las 10 de la noche y las 2 de la madrugada, variando estacionalmente según la duración de la noche. Las indicaciones del abad sobre el horario diario podrían hacerse para todo un período de práctica.

(13) Al pie de cada *tan* hay un armario de madera, *kanki*, con dos estantes grandes para guardar la ropa de cama y algunos objetos personales.

(14) El *jisha* de *Mañjuśrī* (llamado *shosō jisha*) se encarga del altar y hace ofrendas de comida a *Mañjuśrī*. El *jisha* de *Mañjuśrī*, los monjes nuevos o visitantes, los monjes que se ocupan de los invitados y los administradores del templo tienen sus lugares en la sala exterior [*gaitan* o *gaidō*], que está justo al otro lado de la entrada con persiana a la sala principal o interior [*naitan* o *naidō*]. Tanto la sala interior como la exterior están organizadas con los lugares asignados en función del puesto y la antigüedad de los monjes. Por lo general, los monjes que tienen funciones más importantes tienen sus lugares más cercanos al altar, es decir, al centro de cada sala.

(15) «Edredón» es *hi*, una prenda gruesa utilizada como cubierta al acostarse.

(16) El número tres mil en el título del Sutra de las Tres mil Conductas procede de las aproximadamente doscientas cincuenta normas de un *bhikshu* multiplicadas por las cuatro posturas de caminar, sentarse, estar de pie y acostarse, que hacen mil; y a continuación multiplicadas por tres (pasado, presente y futuro). Este sutra fue traducido al chino por *An Shigao*, que llegó a China desde Asia Central en el año 148.

(17) «Hábito» aquí es *sankun*, un hábito de estilo chino que se llevaba debajo del *kesa* y que tenía dos piezas separadas, superior e inferior. En el siglo XII, los monjes chinos y japoneses adoptaron hábitos de una sola pieza, *jikitotsu*, para llevar debajo del *kesa*.