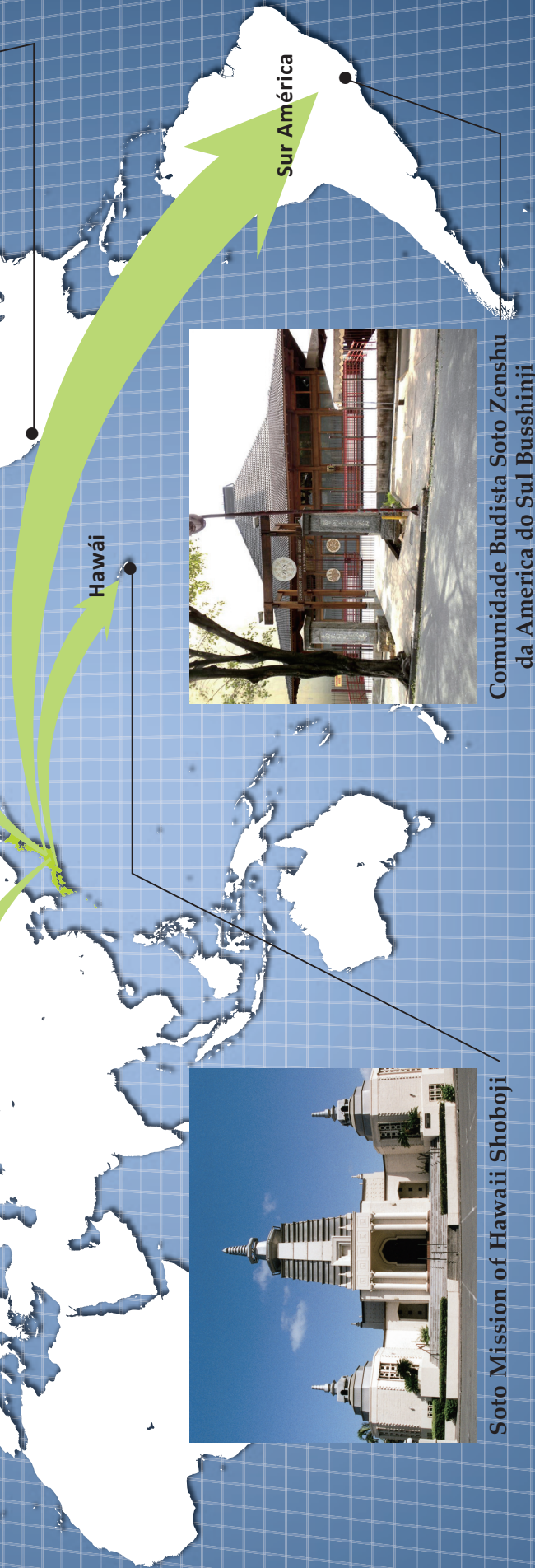




Soto Mission of Hawaii Shoboji



Comunnidade Budista Soto Zenshu da America do Sul Busshinji



El Centro Internacional de Budismo Soto Zen ha sido establecido en los Estados Unidos de América por la Sotoshu como base para las actividades docentes fuera de Japón. También hay Oficinas Regionales en Hawái, Norte América, Sur América y Europa, que trabajan para propagar el budismo Soto Zen.

Por favor, diríjase a la información de contacto en este impreso y siéntase libre de visitarnos o llamar.

Sede Administrativa del Budismo Soto Zen

2-5-2 Shiba, Minato-ku, Tokyo 105-8544 Japan
TEL: (81)-3-3454-5493 / FAX: (81)-3-3454-5449 / kokusaika@sotozen.jp

Oficinas Regionales

Centro Internacional

1691 Laguna Street, San Francisco, CA 94115 U.S.A.
TEL: (1)-415-567-7686 / FAX: (1)-415-567-0200 / info@sotozen.com

Hawái

1708 Nuuanu Avenue, Honolulu, HI 96817 U.S.A.
TEL and FAX: (1)-808-538-6429 / info@sotozenhi.org

Norte América

123 South Hewitt Street, Los Angeles, CA 90012 U.S.A.
TEL: (1)-213-617-0100 / FAX: (1)-213-617-0200 / info@sotozen.us

Sur América

Rua São Joaquim, 285, Bairro da Liberdade, São Paulo-SP, CEP 01508-001 Brasil
TEL: (55)-11-3399-3966 / FAX: (55)-11-3208-0418 / sotozen@uol.com.br

Europa

277 Rue du Faubourg Saint Antoine, 75011, Paris, France
TEL: (33)-1-4633-7738 / FAX: (33)-1-4633-6004 / info@sotozen.eu

CONTACTO PARA INFORMACIÓN

Daihonzan Sojiji

Daihonzan Sojiji fue fundado en 1321 cuando Keizan Zenji renombró Shogakusan Sojiji, al ya existente templo Morookaji en la Prefectura de Ishikawa. Durante el período Meiji (finales del siglo XIX) el templo original se perdió en un incendio y Sojiji fue trasladado a Yokohama, su actual ubicación. El complejo del templo es extenso y el gran tamaño de los edificios es impresionante.

Ciudad de Yokohama – Prefectura de Kanagawa



Templos Principales: Daihonzan Eiheiji

Daihonzan Eiheiji fue fundado en 1244 por Dogen Zenji. El templo fue financiado por Hatano Yoshishige y fue nombrado Sansho Daibutsuji, y renombrado posteriormente como Kichijozan Eiheiji. El entrenamiento en Eiheiji tiene en la actualidad 750 años de tradición. Aún hoy día más de doscientos monjes se dedican día y noche a la práctica Zen.

Municipio de Eiheiji – Prefectura de Fukui



Budismo SOTO ZEN



Español
スペイン語

Soto Zen en el Mundo

Las enseñanzas Soto Zen se han propagado alrededor del mundo.

Las enseñanzas del Soto Zen empezaron a difundirse fuera de Japón, en 1903, para ayudar a los inmigrantes japoneses en Hawái y Sur América. En Norte América y Europa las actividades docentes iniciaron un poco más tarde. Este esfuerzo continuo ha generado incontables seguidores y amigos, entre los que se cuentan más de 800 sacerdotes Sotoshu de diversas nacionalidades, activos a través del mundo. También se han construido muchos templos y centros Zen.

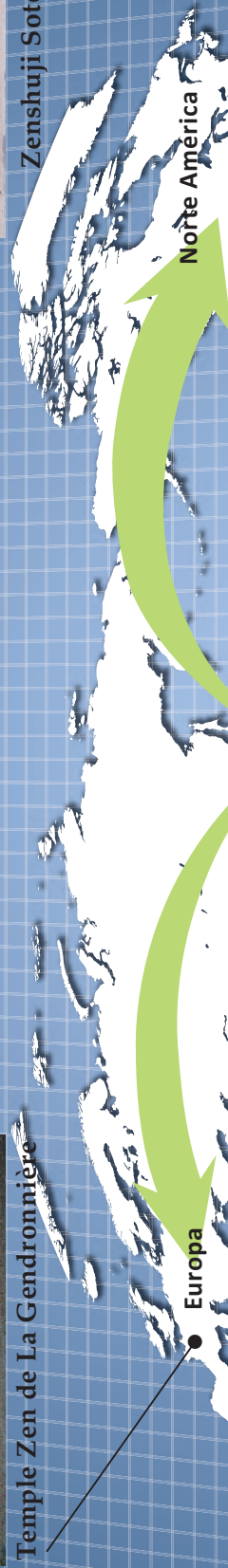
Los templos y centros Zen no solo proporcionan zazen sino también una variedad de actividades culturales japonesas a lo largo del año. Junto con las enseñanzas del Buddha Shakyamuni, Dogen Zenji y Keizan Zenji, estos eventos se extienden más allá de las fronteras de razas y diferencias culturales, haciendo del templo o del centro Zen un lugar para que la comunidad se encuentre y comparta su vida.



Temple Zen de La Gendronnière



Zenshuji Soto Mission



Doctrina (Shushi)

El budismo Soto Zen está basado en el Buddhaharma correctamente transmitido desde el Buddha Shakyamuni a través de los ancestros. La práctica del budismo Soto Zen es *Shikantaza* (Solo sentarse) y *Sokushinzebutsu* (La mente misma es Buddha), practicando zazen para alcanzar la paz mental y física. También enseñó que sentarse es en sí mismo la forma de *Bussnin* (Mente de Buddha). Cuando traemos la práctica de zazen a nuestra vida diaria a través de *Gyojuzaga* (caminar, estar de pie, sentarse y dormir), podemos entender verdaderamente el significado de nuestra vida y vivir en paz con los otros.



Principios budistas (Kyogi)

Todos somos hijos de Buddha y hemos venido a este mundo dotados de la mente de Buddha. No obstante, como no lo comprendemos vivimos de manera egoísta y causamos sufrimiento a nosotros y a los demás. La mente de Buddha es el acto de atención en el cual no solo apreciamos nuestra vida sino también la vida de los otros. Si seguimos las enseñanzas de Buddha, Dogen Zenji y Keizan Zenji, podemos dejar que nuestra mente se calme. Experimentamos armonía en la vida y nos regocijamos sirviendo a nuestra sociedad. También experimentaremos la profunda fe que nos permitirá enfrentar cualquier dificultad. Al enfocarnos en nuestras acciones diarias descubriremos felicidad y una vida digna, que es la enseñanza de nuestra escuela Soto Zen.

Buddha Shakyamuni y los dos Fundadores

Buddha Shakyamuni

El Buddha Shakyamuni nació como príncipe de la tribu de los Shakya en un pueblo llamado Lumbini, localizado en el actual Nepal. Como príncipe fue bendecido con una vida de riquezas. Sin embargo, estaba profundamente afligido por los problemas de la vida y abandonó su hogar a los veintinueve años, para convertirse en monje. Después de seis años de práctica ascética realizó la Vía, a la edad de 35, en Bodhgaya. Luego de su realización y hasta su muerte en Kushinagara, el Buddha continuó sus viajes para predicar el Buddhaharma mientras educaba a sus discípulos.

Taiso Keizan Zenji

Después de la muerte de Dogen Zenji, Keizan Zenji estableció los cimientos sobre los cuales crecería el budismo Soto Zen. Keizan Zenji entró en Eiheiji a la edad de ocho años y fue en peregrinación a los diecinueve. Posteriormente estableció Sojiji en la Prefectura de Ishikawa y se dedicó a nutrir a muchos discípulos.



Koso Dogen Zenji

En el período Kamakura (principios del siglo XIII), Dogen Zenji fue a la China de la dinastía Song, a la edad de veinticuatro años, para aprender budismo. Después de entrenarse en una práctica estricta recibió las enseñanzas del Buddha, que habían sido heredadas por los ancestros de Tiantong Ruqing (Tendo Nyōjo). Luego de su regreso a Japón, Dogen Zenji construyó Eiheiji en la prefectura de Fukui.



Zazen

Zazen en el budismo Soto Zen

El fundamento de las enseñanzas del budismo Soto Zen es zazen. Se originó con el Buddha Shakyamuni quien se dedicó a la práctica de zazen y alcanzó la iluminación.

“Zen” se refiere a ver y discernir la verdad de cómo son las cosas y armonizar la mente para que corresponda adecuadamente con esta comprensión. También, es mantener la armonía del cuerpo, la respiración y la mente sentándose en una posición estable con una mente enfocada.

El zazen del budismo Soto Zen es “*shikantaza*”, que consiste en sentarse con determinación. Zazen no es un medio para alcanzar la iluminación. La forma o postura misma de zazen es la forma o postura de buddha: Es la forma de la iluminación.

En nuestra vida diaria tendemos a ser influenciados por nuestros deseos egoístas, así como por la apariencia de las cosas. En zazen, sin embargo, lo importante es estar libres de todo tipo de engaños y deseos.

Dogen Zenji también enseñó que la práctica de zazen no es solamente sentarse, sino descubrir que todas nuestras actividades cotidianas tienen el mismo valor que zazen. Podría parecer que la práctica fuera algo especial, aislado de alguna manera de la vida regular. Sin embargo, nuestra práctica es llevar a cabo todas nuestras actividades diarias igual que zazen y seguir haciéndolas con la misma actitud.



La Práctica de Comer

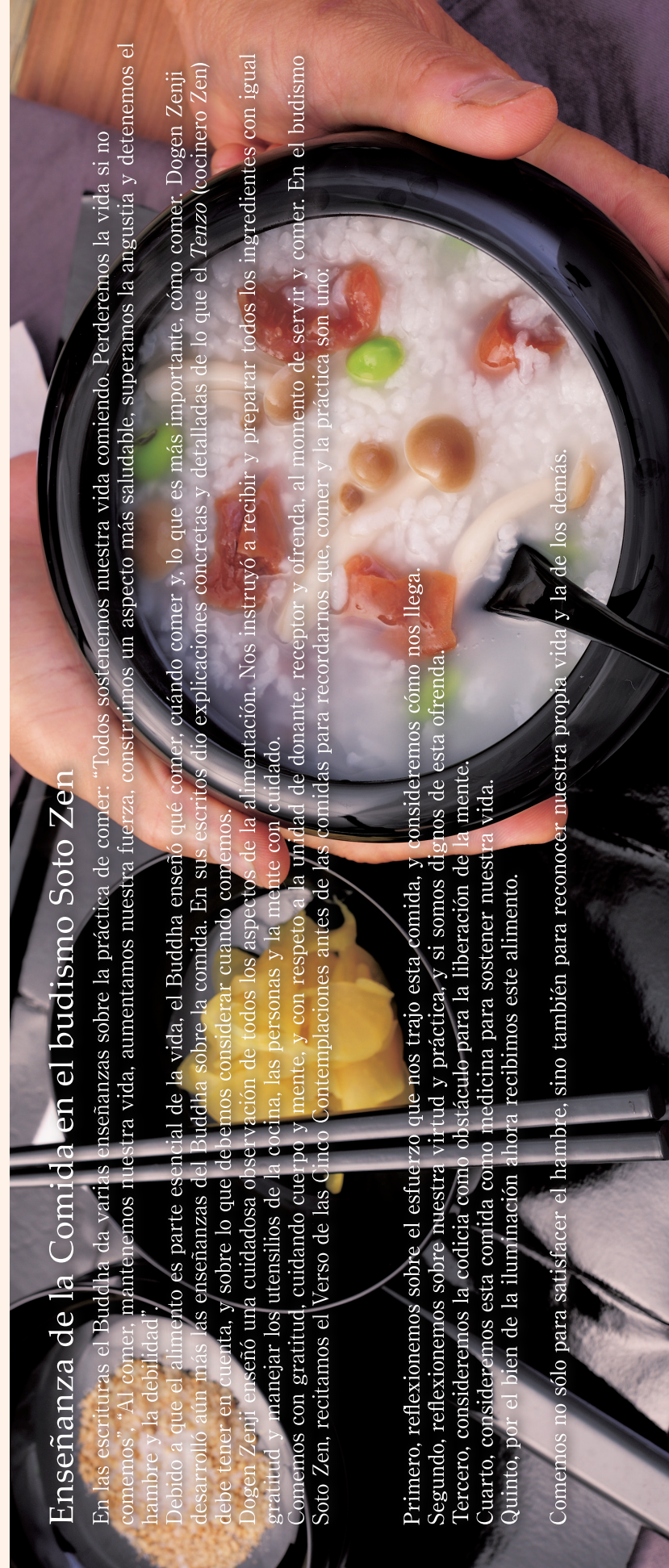
Enseñanza de la Comida en el budismo Soto Zen

En las escrituras el Buddha da varias enseñanzas sobre la práctica de comer: “Todos sostenemos nuestra vida comiendo. Perderemos la vida si no comemos”. “Al comer, mantenemos nuestra vida, aumentamos nuestra fuerza, construimos un aspecto más saludable, superamos la angustia y detenemos el hambre y la debilidad”.

Debido a que el alimento es parte esencial de la vida, el Buddha enseñó qué comer, cuándo comer y lo que es más importante, cómo comer. Dogen Zenji desarrolló aún más las enseñanzas del Buddha sobre la comida. En sus escritos dio explicaciones concretas y detalladas de lo que el *Tenzo* (cocinero Zen) debe tener en cuenta, y sobre lo que debemos considerar cuando comemos.

Dogen Zenji enseñó una cuidadosa observación de todos los aspectos de la alimentación. Nos instruyó a recibir y preparar todos los ingredientes con igual gratitud y manejar los utensilios de la cocina, las personas y la mente con cuidado.

Comemos con gratitud, cuidando cuerpo y mente, y con respeto a la unidad de donante, receptor y ofrenda, al momento de servir y comer. En el budismo Soto Zen, recitamos el Verso de las Cinco Contemplaciones antes de las comidas para recordarnos que, comer y la práctica son uno:



Primero, reflexionemos sobre el esfuerzo que nos trajo esta comida, y consideremos cómo nos llega.

Segundo, reflexionemos sobre nuestra virtud y práctica, y si somos dignos de esta ofrenda.

Tercero, consideremos la codicia como obstáculo para la liberación de la mente.

Cuarto, consideremos esta comida como medicina para sostener nuestra vida.

Quinto, por el bien de la iluminación ahora recibimos este alimento.

Comemos no sólo para satisfacer el hambre, sino también para reconocer nuestra propia vida y la de los demás.