



*Dibujos para ver
Textos para leer
Temas para meditar
En tu propio caminar
Hacia el Tao*

Shentao 1
La carta de los familiares del Tao del Corazón
Agosto 2009

(Pueden trasmitirla a sus amigos ¡No hay copyright!...)



A todas y todos, amigos del Tao ¡ Salud y prosperidad !

Ésta carta tiene como objetivo mantener un contacto cálido entre nosotros a pesar de las distancias. Tan cálido como fue nuestro encuentro.

Espero que todos se sientan “ti, ti, tao, tao (土, 土, 道, 道), lo que, como recordaran, significa “en plena forma”, y que en sus ojos brille la luz de su corazón. Si después del seminario se sintieron algo cansados, “raros” o adoloridos, no se espanten, eso a veces pasa después de un intensivo donde se movieron el cuerpo y las energías, es natural. Al abrir nuevos caminos a veces se necesita remover tierra y mar; vean lo de Puerto Aventuras y sus marinas.

Y hablando de Puerto Aventuras, quiero agradecer una vez más a Luis David, Alejandra, Tere, Adriana y a todas las personas que, en unión con el tao, hicieron que dicho evento se diera tan bien, en tan lindo lugar, sin olvidar a nuestros amables anfitriones Angélica y Román. Agradecer también a cada uno(a) de ustedes por haber permitido el excepcional grado de armonía que reinó entre nosotros. Sin ustedes, nada habría sido posible. Gracias por su presencia, gracias por su confianza.

“El viaje de los 10 000 leguas empieza por el primer paso que das”

En todas las numerologías el “uno” simboliza el principio, el inicio. He aquí pues nuestra primera carta. Otras vendrán y espero saber de ustedes para hacerlas lo más vivas posibles.

Según como vayan saliendo, encontraran en ellas imágenes, versos, pensamientos, para sostener su reflexión y acompañarlos en el camino.

Nuestro primer encuentro



- Puerto Aventuras, Playa del Carmen, cerca de Cancún, en la Riviera Maya, fue el lugar.
- Los 8 y 9 de agosto del 2009, la fecha.
- 20 los participantes.
- Bañarnos en el tao, nuestro propósito...

Por eso meditamos sentados, parados, acostados, adentro, afuera, en reposo o en acción, caminando, nadando, a la sombra o al sol, en la tierra y en el mar, y hasta bajo la luna... Se trataba de meditar y meditamos.

Por lo demás, las fotos hablan por ellas mismas.



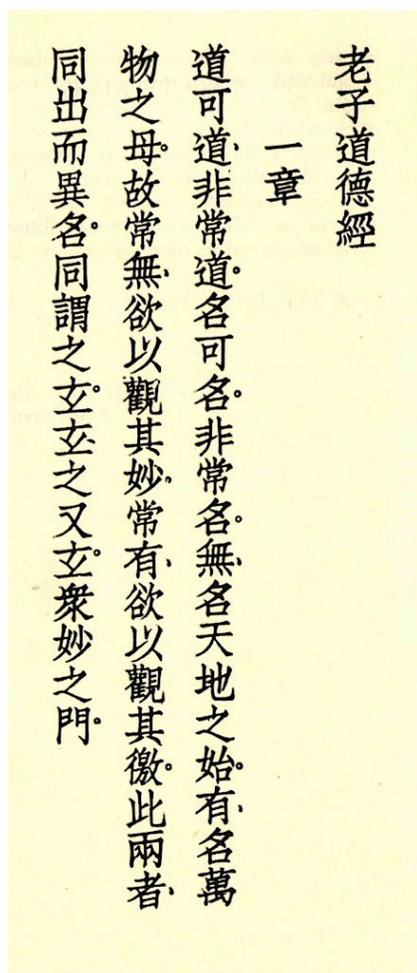
Nuestra meditación en acción

La “meditación en acción” es una práctica propia del Shentao. Se trata de una forma de meditación-contemplación activa, a partir de una imagen o un texto. Para eso no se requiere de ninguna postura en especial pero sí de cierto grado de relajación del cuerpo y la respiración, lo que sirve de preparación a la lectura o a la contemplación. Así que antes de ir más lejos, por favor, acomódense y respiren lento y profundo.

Para la meditación de hoy escogí el primer capítulo del *Lao tse*. Les recomiendo leer con detenimiento la versión que les preparé (muy apegada al texto chino) en una actitud de receptividad y de meditación.

Aquí aparecen conceptos fundamentales del pensamiento taoísta, tales como: chang, constante; wu, no haber, no ser, inexistencia, sin; you, haber, ser, existencia, con.

Así que, por favor, prepárense a su lectura con una respiración profunda centrada en el tantien, aquieten su mente, abran su corazón y dejen que, más allá de su intelecto, estas palabras suenen en su corazón. Sólo escuchando con el corazón podemos acercarnos al tao.



Como se acordarán, el chino clásico se lee de arriba hacia abajo y de la derecha hacia la izquierda.

Así podemos leer en la primera columna: *lao zi dao de jing*.

En la segunda: primer capítulo.

En la tercera: *dao ke dao fei chang dao° ming ke ming° fei chang ming° wu ming dian di zhi shi° you ming wan*

Para facilitar la lectura de lo que sigue, ahora lo escribiré según el uso nuestro:

1. *dao ke dao fei chang dao*
2. *ming ke ming fei chang ming*
3. *wu ming dian di zhi shi*
4. *you ming wan wu zhi mu*

Lo que traducido prácticamente palabra por palabra nos daría:

1. El tao al que se le puede decir tao no es el constante¹ tao
2. El nombre que se puede decir no es el constante nombre
3. Sin nombre², de cielo y tierra³ es el origen
4. Con nombre⁴, de los diez mil seres⁵ es la madre
5. Desde la constante vacuidad del ser⁶ se puede vislumbrar su sutileza
6. Desde la constante plenitud del ser⁷ se puede vislumbrar su limite
7. En realidad ambas tienen el mismo origen, aunque distinto nombre
8. Ambas, igualmente son misterio
9. Del misterio son lo más misterioso
10. De todas las sutilezas, la puerta.

¹-*chang* = constante, permanente, eterno, de siempre.

²-*wu ming*.

³-*dian di*: la pareja cielo-tierra, el universo.

⁴-*you ming*.

⁵-*wan wu*: los 10 000 seres = todos los seres, toda la creación.

⁶-*chang wu*: constante no-ser.

⁷-*chang you*: constante ser.

Otra lectura de las líneas 5 y 6, debida a una diferencia de puntuación en el texto chino, daría :

5. En la constante ausencia de deseo¹ se contempla su misterio
6. En la constante presencia de deseo se contempla su limite

¹- de parte del que contempla; lo que parece sugerir cierto estado de quietud de la mente y del corazón (lo que Tchuang tse llama “la abstinencia del corazón”), relacionado con la práctica de la meditación y la actitud del místico (= el que contempla los misterios).

Bien, dejo esto a su consideración y a su meditación. Cualquier comentario será el bienvenido: gerard.quasch@gmail.com

Es un primer ensayo para el uso de nuestra pequeña comunidad Shentao. Otros vendrán, si el tiempo y el Tao lo permiten... Así, avanzaremos “paso a paso, hormiga a hormiga, lectura a lectura”.

Por mientras puedo recomendarles una traducción del *Tao te king* al español, con el original chino enfrente en una agradable caligrafía horizontal, que acabo de descubrir en la librería Nalanda. www.nalanda.com.mx

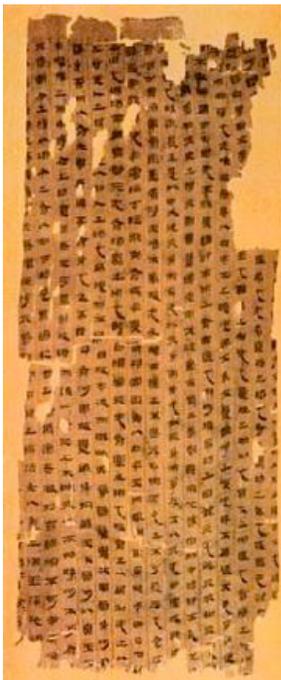
Lao-tse, *Tao te ching*, traducción de José Ramón Álvarez, SAGA Ediciones, México DF, 2004.

Unas palabras acerca del Tao te king (daodejing)



Según la leyenda (de la cual existen diversas versiones), antes de dejar China, Lao tse entregó al guardián de la puerta del Oeste un libro algo singular, sin título. Así sería como, en el siglo VI antes de nuestra era (?), hubiera aparecido el Tao te king.

Dos descubrimientos, hechos en el Sur de China en 1973 y 1993, han revelado dos versiones más antiguas que la conocíamos hasta entonces (siglo III de nuestra era). La primera data del siglo -II y la segunda del siglo -III. Las dos nos muestran que en aquel entonces el mensaje de Lao tse ya circulaba por el Sur de China bajo formas algo distintas.



Versión del siglo -II sobre seda, hallada en una tumba de Mawangdui.



Versión del siglo -III sobre bambú, hallada en una tumba de Guodan.

En la terraza del cielo

Érase una vez que un pequeño grupo de familiares del Tao (*taochia*) quería reunirse de noche para meditar bajo la luz de la luna.

Después de una frugal pero sabrosa cena, decidieron subirse a la terraza del cielo.

Cuando llegaron, el astro nocturno resplandecía y les permitió instalarse a gusto.

El taoche que guiaba la celebración no había abierto la boca cuando el cielo cerró bruscamente sus cortinas. Detrás de sus espesos velos el astro apenas se divisaba.

El taoche no terminaba las primicias del ritual que, de pronto, se rasgaron las nubes y la luna se dejó ver en su blancura inmaculada.

Entonces, el que guiaba leyó esos versos de Li feng:

*Fresco como el hielo
su corazón taoísta.
Ninguna vana contienda
hacia la meta.
El tao surge
de sí mismo.
Quieta su mente...
Disco de luna clara,
reluciente, inmaculada.*

El corazón sosegado, todos los ojos estaban fijados en el conejo que machaca la droga en el mortero de la luna, cuando, repentinamente, cambió la escena.

Un dragón de regio porte y larga cola, surgido de quien sabe donde, hacía la luna avanzaba.

Avanzaba y avanzaba, altanero, majestuoso...

Su hocico por fin dio con el astro.

Ahora en los ojos estupefactos se reflejaban tanto el oscuro dragón como la lúcida perla.

Entonces, sin prisa ninguna, el señor dragón se tragó la perla y los adeptos su saliva.

Así fue como cada quien, con perla radiante o licor de jade, esa noche absorbió el yin de la luna.

Nota: Esta sorprendente conjunción tuvo realmente lugar en el cielo de Puerto Aventuras en la noche del 8 de agosto de 2009 cuando estábamos meditando en la terraza de la casa. Unos dirán que se trató sólo de una nube. ¿Para que contradecirlos? Nosotros bien sabemos que todo es posible en la magia taoísta.

Si alguien que la presencié quisiera dibujarla o pintarla, me encantaría ver su obra.

Y pronto, nuestro próximo encuentro

Será de nuevo un seminario de iniciación al taoísmo y a la meditación taoísta, y anótenlo ya, tendrá lugar el sábado 19 y domingo 20 de septiembre. Cupo limitado.

Para los que quieran repetir, habrá unas condiciones muy especiales.

Repetir es bueno para afianzar las bases y ningún seminario es absolutamente igual a otro, ya que mucho de su dinámica depende del grupo mismo.

Informes y reservaciones con SANAR (984) 803 20 39

sanar.sc@gmail.com

En algún lugar...

de Francia... ¡floreció Shentao!



Dibujado por nuestra amiga Hélène Decaris, del grupo de París, en la arena de una playa cerca de la abadía del Mont Saint Michel.

Al parecer, al tao le gusta el mar... ¡Gracias Hélène!

Por favor, no dejen de ver...

En <http://www.facebook.com/> : **El Tao del Corazon** donde encontrarán fotos y mensajes con sabor a Tao. En el sitio de Luis David Suárez también.

Y para los que leen el francés el sitio del grupo parisino: <http://taoducoeur.free.fr/>

También pueden echar un ojo a <http://www.lecerclepsychosomatique.fr> donde se habla de "psicosomática en acción" y algo más...

Hoy en día, alimentado por sus meditaciones, SHENTAO florece en México, en Francia y en la Web internacional. ¿Dónde florecerá mañana?

Tampoco dejen de meditar, contemplar o respirar de manera consciente: por ahí pasa el camino al Tao. Y si pueden practicar algo de Tai chi o Tchi kung, esas hermosas formas de meditación en acción: ¡mejor que mejor!

¡Gran paz para todos y diez mil felicidades en su camino! es lo que les deseo desde lo más profundo de mi corazón

¡Hasta pronto! Gérard

