

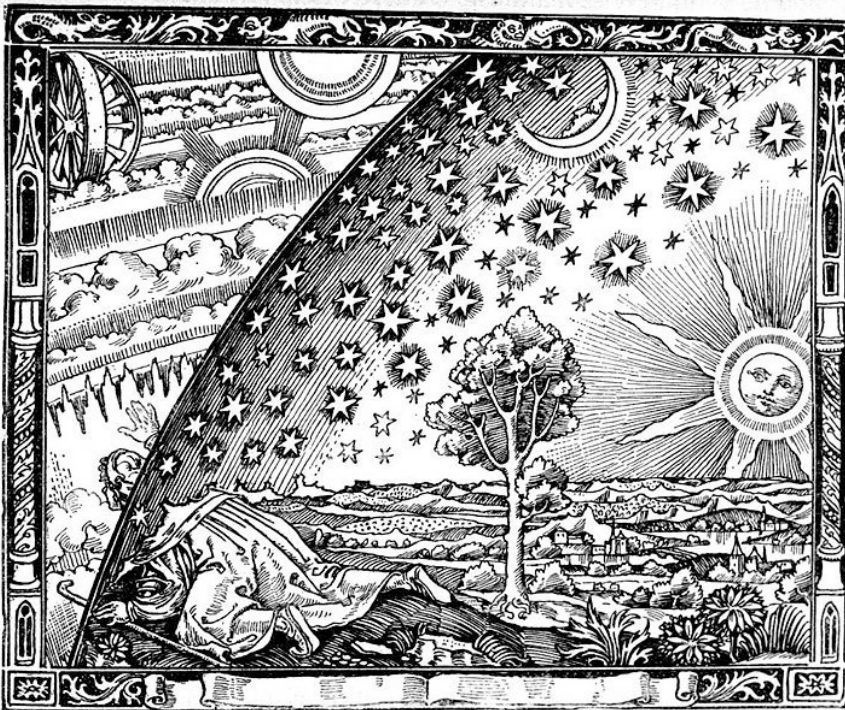


*Dibujos para ver
Textos para leer
Temas para meditar
En tu propio caminar
Hacia el Tao.*

Shentao 2

*La carta de los familiares del Tao del Corazón
Septiembre 2009*

(Pueden trasmitirla a sus amigos ¡No hay copyright!... El Tao no tiene fronteras.)



Así es el taoísta, siempre curioso de descubrir lo que hay más allá de lo visible.
¡Los pies en la tierra y la cabeza en el cielo!...

道

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

Hoy, antes que nada quiero agradecer a todos los shentaoístas que me han mandado noticias tuyas y en especial a Teresa Buitrón por este hermoso pensamiento totalmente shentaoísta ¿no les parece?: "La vida es el retorno a uno mismo haciendo escala en los demás"

Dos...



Dos, es la pareja cielo-tierra, lo claro y lo oscuro, el Yin y el Yang, Li y Kan, el fuego del corazón y el agua de los riñones, etc. Es el símbolo de un equilibrio dinámico. Dos es la manifestación de la diferenciación, el uno más uno que deja entreabierto un “entre dos”, un espacio abierto para la creación y la procreación..



Gracias a Eric R. del grupo de París por esta simpática foto.

Tao sin fronteras

Gracias a la magia de la Web, hoy se da un encuentro virtual entre dos D:



Damián, del grupo de Playa del Carmen, y Damien, del grupo de París...

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.

La meditación de hoy es también una contemplación al estilo Shentao. Esta vez, escogí una foto, una caligrafía y un texto, los tres en relación por supuesto, que nos ofrecen la posibilidad de desarrollar nuestra meditación-contemplación en tres tiempos.

Se trata del capítulo 11 del *Lao tse*.

Para prepararme, me pongo en una actitud de receptividad y meditación y por eso empiezo a **respirar lenta y profundamente en el tantien** (zona del ombligo), relajando progresivamente mi cuerpo de pies a cabeza o de cabeza a pies como me resulte más cómodo.

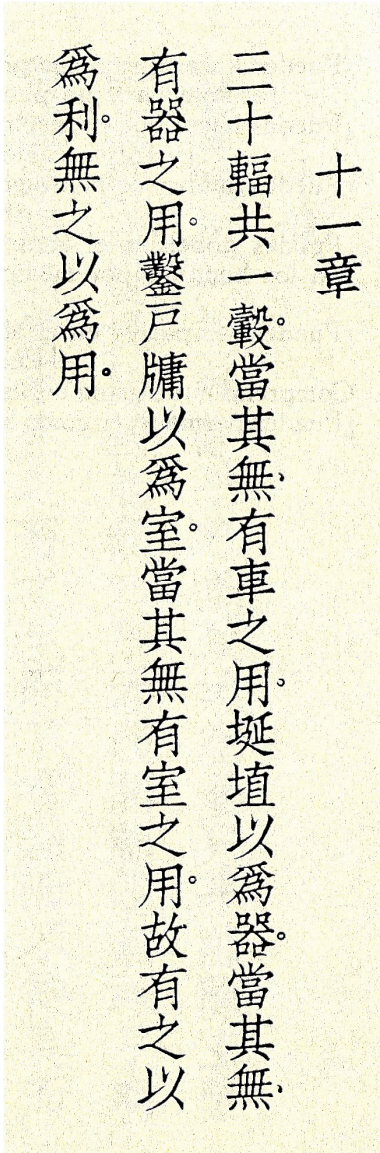
Aquieto mi mente, y acordándome que: **“sólo escuchando con el corazón puede uno acercarse al tao”**, abro mi corazón.

1/ Primero contemplo la imagen:



¿Cuántos rayos hay en esta rueda? ¿Hacia donde convergen?

2/ Observo detenidamente la caligrafía:



Aun sin saber chino, puedo observar ciertas características del texto como la secuencia de los caracteres (ideogramas) y su repetición. Buscar lo que hay más allá de lo que a primera vista se da a ver, es una actitud típicamente taoísta.

3/ Leo la traducción.

La leo con detenimiento en una actitud de receptividad y de meditación, manteniendo **una respiración profunda centrada en el tantien, aquietando mi mente, abriendo mi corazón y dejando que, más allá de mi intelecto, las palabras suenen en mi corazón.**

Aquí van a encontrar de nuevo dos palabras ya conocidas: *wu* y *you*. Todo este capítulo esta construido sobre la dialéctica “ser” “no-ser”, “haber” “no-haber”, “lleno” “vacío”.

Hice esta traducción casi palabra por palabra para que puedan referirse al texto original, y para que la comparación les resulte más fácil les pongo la caligrafía en forma horizontal.

十一章

三十輻共一轂。當其無，有車之用。
埏埴以爲器。當其無，有器之用。鑿
戶牖以爲室。當其無，有室之用。故
有之以爲利。無之以爲用。

Onceavo capítulo

- 1-Treinta rayos convergen hacia un cubo ° Es su vacío¹, el que hace que el carro sea útil °
- 2-Moldeando la arcilla se hace una vasija ° Es su vacío, el que hace que la vasija sea útil °
- 3-Se abren puertas y ventanas al hacer una casa ° Es su vacío, el que hace que la casa sea útil °
- 7-Así el “ser” es el que hace que exista °
- 8- El “no-ser” es el que hace que sea útil² °

(¹) *dang qi wu*: “es su vacío”.

wu = no ser, no tener sustancia, no tener existencia, no haber, lo que corresponde a la ausencia; aquí vacío, hueco, lo que no tiene materia.

La última línea de la caligrafía dice:

you zhi yi wei li ° *wu zhi yi wei yong* °

Lo que, a veces, se traduce como: “El ser es lo práctico, el no-ser es lo útil”; “Lo que existe” es de provecho, “lo que no existe” de utilidad. En otras palabras de lo inmaterial depende la eficacia de lo material. *you* tiene aquí el sentido de “lo concreto”, contrapuesto contrapuesto al vacío.

4/ Reflexiono sobre el símbolo.

De la periferia circular de la rueda hacia el centro convergen treinta rayos. Este centro es el cubo de la rueda que por ser vacío puede articularse sobre el eje. Sin este vacío central no habría ni rueda ni carruaje.

Treinta convergen hacia uno solo entro vacío. La diversidad se recoge en la unidad.

¿En mi cuerpo, cual puede ser este centro vacío? ¿y en mi mente?

Muy bien. Si les gustó esta práctica, habrá otras.

Acerca de la imagen del día



Es un modelo reducido en bronce de un carruaje de guerra tirado por cuatro caballos, presentado en el museo de Xian donde están los famosos guerreros de terracota de la tumba del emperador Qin Shi Huangdi. A causa de los cristales de la vitrina aparecen algunas figuras fantasmales en la caja del carro.

En esta vista de frente podemos apreciar que la caja cuadrada del carro está protegida del sol por una sombrilla redonda (¿se acuerdan del significado simbólico?).



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

Y 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://taoduceur.free.fr/>

Génération TAO
CENTRE D'ARTS
CORPORELS

PORTES OUVERTES
12 et 13 sept. 2009
à partir de 14h.
Inclus au verre

Eveillez l'âme du corps
www.generation-tao.com/centre
144 Bd de la Villette 75019 Paris - email : centre@generation-tao.com

TAI CHI - QI GONG - KUNG FU WUSHU - WUTAO - YOGA
STRETCHING - CHI NEI TSANG - DANSE DE L'EVENTAIL
CAPOEIRA pour femmes- WING CHUN - ART DU COMBAT
DANSE INDONESIENNE - SABRE - AÏKI - KUNG FU enfants

Y también el sitio de nuestros amigos de la revista Génération TAO: www.generation-tao.com

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

Tampoco dejen de meditar, contemplar o respirar de manera consciente, aun sea tan sólo unos cuantos minutos al día. ¡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 muy pronto espero! Gérard

