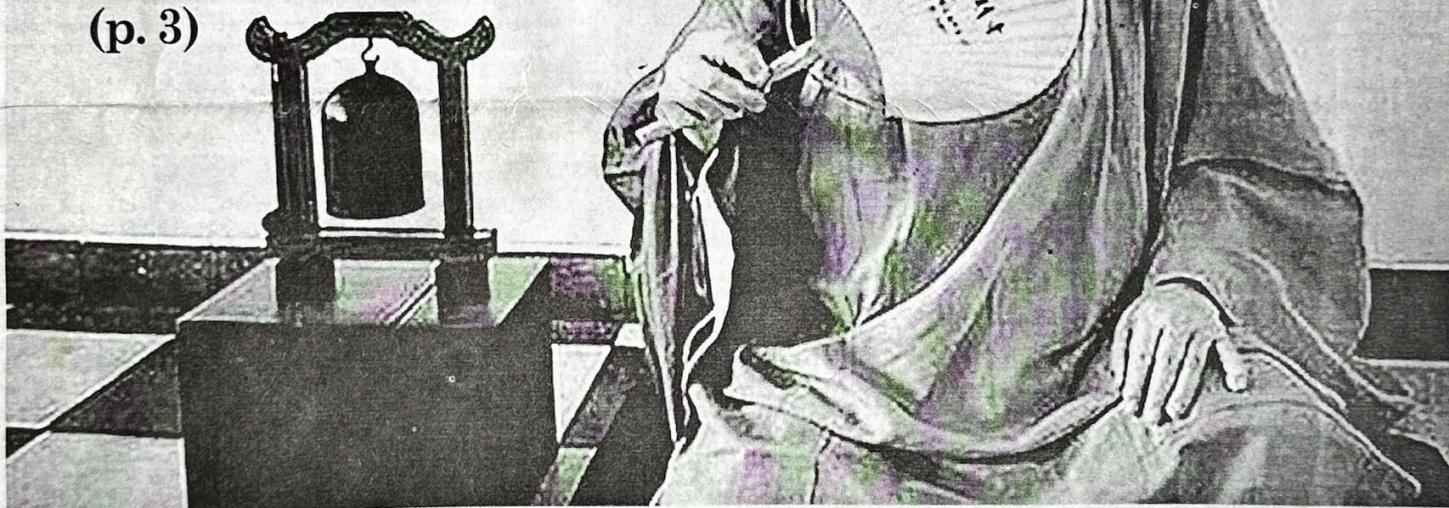


Entrevista a la venerable  
Jisen Oshiro:

## «La meditación es volver a la casa de uno, al origen»

(p. 3)

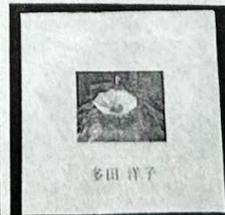


(p. 10)

Una versión  
miniatura de los  
relojes Casio  
enloquece a Japón



(pp. 8 y 9)



«Valió la  
pena la  
espera»:  
Yoko  
Tada  
publicó  
su primer  
libro a  
los 100  
años

Por: Natalia Yoza

Con motivo de los 120 años de la misión budista Soto Zen en América del Sur, conversamos con la venerable Jisen Oshiro, monja de la escuela zen Sotoshu y directora de la comunidad Soto Zen Perú.

Es argentina de origen nikkei y reside en Perú desde el 2005. En Lima, en el año 2006, fundó el templo Zuihoji, ubicado en Miraflores, donde se realizan prácticas de meditación zazen, ceremonias litúrgicas, ensayos de baika (cánticos budistas), entre otras actividades. Ha ordenado a los dos primeros monjes zen peruanos. En esta entrevista, conversamos sobre el budismo zen, la meditación zazen y la veneración a los antepasados, entre otros temas.

Sobre el budismo zen y la meditación zazen: «En el silencio nos encontramos todos»

¿Nos puede explicar qué es el zen?

«Zen» viene de la palabra «chan» que es meditación en chino. Y cada escuela budista tiene una manera de desarrollarse. Algunos usan un sutra. Otros usan mantras. Pero todas las escuelas tenemos la base en la meditación.

¿Qué es la meditación zazen?

La meditación zazen es entrar en el silencio. El problema de nuestra época, de todas las épocas, es que uno no puede escuchar. No puede escuchar pensamientos de otros, el pensamiento de uno mismo tampoco. Y, en la meditación, como es el trabajo en el silencio, entonces es entrar en un profundo silencio. Se dice que es volver a la casa de uno, al origen.

Volver la mirada al interior...

Exacto. Por eso, uno se sienta mirando a la pared. No es que mires la pared si está bien pintada. La mirada siempre suele estar hacia afuera. Y girar 180 grados es volver la mirada hacia uno. Ver la realidad, no nublarlos con ilusiones, con ideas preconcebidas. Para eso es el silencio, para que no te atrapen las vueltas del lenguaje.

Hay otros tipos de meditación que son guiadas y con música...

Ahí realmente siguen estando afuera.

## Entrevista a la venerable Jisen Oshiro:

# «La meditación es volver a la casa de uno, al origen»

¿El budismo zen está al alcance de todos? Es decir, ¿las prácticas de meditación zazen son abiertas al público en general, incluyendo personas de distintas religiones? Claro. Cuando yo estaba en Japón, al monasterio de Shogoji, venían jesuitas y benedictinos de Alemania para aprender sobre el zen. Si se hace en silencio [el zazen], hay una posibilidad de entendimiento. Si uno está hablando de Dios y otro está hablando de Buda y el otro está hablando de Alá, no se ponen de acuerdo. En el silencio nos encontramos todos.

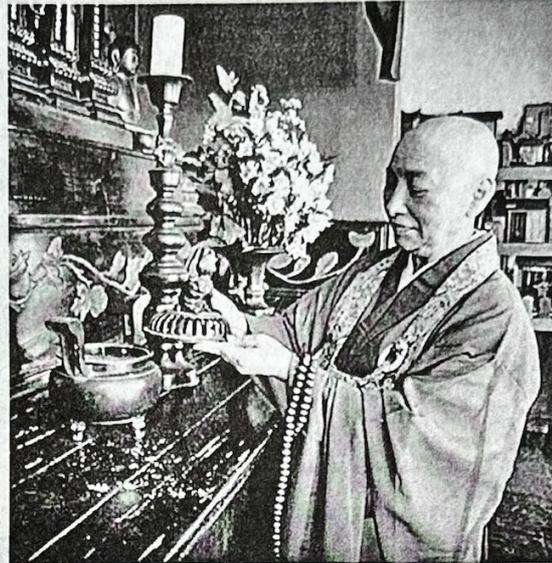
El monje budista Gelong Thubten dice que la meditación no es un lujo, sino una necesidad de hoy en día, dada la vida acelerada actual. ¿Opina igual?

No. Cada uno tiene diferentes necesidades, diferentes historias. Hacer tabla rasa y decir «Ah, esto es lo que ustedes necesitan» es una gran mentira. Hay muchos caminos. Cada uno tiene el suyo. Cada quien elige de acuerdo a sus necesidades. Por eso, hay tantas escuelas budistas. Puedes elegir. Si no quieres hacer meditación, harás otra forma. Exploras tu propio camino.

Usted suele decir que el zen es una práctica de 24 horas. ¿Cómo practicar el zen en la vida diaria?

Las 24 horas no puedes estar sentado frente a la pared (risas). Pero si tener esa misma actitud, como si estuvieras haciendo zazen. O sea, estar con la cabeza en el presente, que no te escapes en tus pensamientos y en tus ilusiones.

**E**l budismo zen se formó a partir de las enseñanzas de Buda, la filosofía de Confucio y el taoísmo chino, que adoptaron en Japón una mirada contemplativa. En el zen, se centra la atención en la práctica, en el aquí y ahora. La escuela zen Sotoshu es una escuela budista japonesa que tiene como patriarcas a Keizan Zenji y Dogen Zenji. La meditación za-



La venerable Jisen Oshiro en el altar del templo Jionji, el templo zen más antiguo de Sudamérica, ubicado en Cañete  
Fotografía: Comunidad Soto Zen Perú

La veneración a los antepasados: «Las raíces son lo que no se ve, pero nos sostienen»

Ahora que está próximo el obon, ¿nos puede explicar la importancia de rendir tributo a los antepasados?

Nosotros venimos de algún lado. Las raíces son lo que no se ve, pero es lo que nos sostiene. Uno ve un árbol, si creció bien, si es frondoso, si es raquítico, pero no ve la raíz, que es lo que lo sostiene. En nuestra sociedad todo es «lo que yo hago». Es más, los mayores son una molestia. En esta sociedad no hay una veneración a los mayores. En la tra-

zen es la base de las enseñanzas de Sotoshu. En 1903, nuestro país recibió la primera misión Soto Zen de Sudamérica, con el arribo del reverendo Taian Ueno, monje japonés de la escuela zen Sotoshu. En 1907 Ueno fundó el primer templo zen de Sudamérica, el templo Jionji, ubicado en Cañete. Este año se conmemoran los 120 años de la misión budista Soto Zen en Sudamérica. Del 15 al 27 de agosto, se reali-

zará un programa con diversas actividades, que incluye una exposición conmemorativa y documental, conferencias, talleres, retiro de meditación, ceremonias, romerías a los cementerios japoneses del Sur y una visita al templo Jionji, entre otros eventos. Se espera la visita de 30 monjes zen Sotoshu de Japón, Sudamérica, Estados Unidos y Europa.

También se cree que los antepasados nos visitan una vez al año...

Sí, por supuesto. Es más o menos como el Día de Muertos en México. Se considera que en obon son 3 días en que los ante-

## Datos

Para más información sobre la Comunidad Soto Zen Perú, puede escribir a [sotozenperu@gmail.com](mailto:sotozenperu@gmail.com)

Puede consultar aquí el programa de las actividades por los 120 años de la misión budista Soto Zen en Sudamérica: <https://www.encuentrozenlatinoamericano.org/>

pasados vuelven y están con nosotros. Yo siempre digo «El alimento espiritual siempre se ha ofrecido». En la Iglesia católica se ofrece el pan y el vino. Lo nuestro es más simple. Ponemos en el altar familiar las frutas que les gustaban, cocinamos la comida que les gustaba, le ponemos el ochá (té). Acá en Perú le ponen el pisco.

El sufrimiento y la compasión en el budismo: «La compasión es estar con el otro, verlo como realmente es»

En el budismo se habla mucho del sufrimiento, que más bien nos ayuda a crecer. ¿Qué puede decirnos sobre el sufrimiento?

El sufrimiento está innato desde que nacemos. Lo que pasa es que, en nuestra cosmovisión, el sufrimiento es terrible. Nadie lo ve como una oportunidad justamente. Las crisis sirven para crecer. Cuando nació mi hijo mayor, después del parto, dije «Nunca más» (risas). Pero he tenido cuatro hijos.

¿Qué nos puede decir de la compasión?

La compasión es estar con el otro. A veces esa persona que tiene tanta dificultad tiene otros valores. Si tú quieres solamente buenos discípulos, que sepan todo, perderías un montón de cosas. Entonces, es ver la realidad en la realidad. Ver lo que el otro realmente es. Por eso, las madres, la religión, tratan de que el hijo no sufra, pero la mayor compasión es permitir que sufra y crezca. No esperar a que sea grande para que se frustre. A veces, tienes que dejar que tu hijo se equivoque, sino no aprende. Si le das todo masticado, eso no sirve. Las pequeñas frustraciones de todos los días te van ayudando a crecer.

¿Nos puede brindar un consejo de cómo vivir bien, en paz?

Cada uno tiene su camino. Me acuerdo que los maestros decían «case by case». No se puede generalizar. No hay recetas para todo.