



# Curso de Budismo Zen

*Dirigido para todo público interesado en conocer los principios de la enseñanza budista zen.*

## PRESENTACIÓN

SHO DEN, el Dojo Zen de Santiago de Chile, presenta un curso de Budismo Zen para todos aquellos interesados en tener una aproximación a la práctica de la meditación y sus fundamentos principales.

¿Qué es el zen?, el zen - Dhyana en sánscrito - remonta a la experiencia de Buda Shakyamuni, quien realizó el despertar en la postura de zazen en el siglo VI AC. Esta experiencia se transmitió sin interrupción de maestro a discípulo, formando así el linaje zen.

¿Qué es el zazen?, Es la meditación sentada en la postura tradicional, practicada por el ser humano desde la prehistoria.

El curso es dirigido por el Maestro Soko, quién se encuentra actualmente impartiendo la práctica y la enseñanza del Budismo Zen en nuestro país.

Las clases se impartirán en 4 módulos temáticos, abordándose puntos esenciales de la práctica y de la tradición budista zen.

## Temario

### Módulo I

- 1.- *El zen en su contexto histórico: la continuidad de la práctica desde Buda hasta hoy en día*
- 2.- *Zazen: la meditación sentada, postura fundamental de la meditación zen*
- 3.- *Taller de meditación*

### Módulo II

- 1.- *Kin hin, la meditación zen en movimiento*
- 2.- *Beneficios de zazen*
- 3.- *Samu*
- 4.- *Sonidos*
- 5.- *Ceremonias*
- 6.- *Sutras*

### Módulo III

- 1.-*Otras posturas: Gassho, el saludo y Sampai, la prosternación*
- 2.-*Doctrina del buda*
- 3.-*Preceptos*
- 4.-*Práctica del zen en la vida cotidiana: el dojo zen*
- 3.-*Desarrollo de un intensivo zen*
- 5.-*Reglas del dojo por el Maestro Deshimaru*

### Módulo IV

- 1.- *Linaje de la transmisión*
- 2.- *Textos fundamentales del zen*
- 3.- *Ceremonia de ordenación y votos*
- 4.- *El Ketsumyaku y los tres tesoros*
- 5.- *El Kesa y la indumentaria tradicional zen*
- 6.- *Vocabulario zen*



## Información general

Las clases se realizarán en nuestro lugar de práctica: Dojo Zen de Santiago de Chile – Sho Den, ubicado en Martín Alonso Pinzón #5882, las Condes.

El curso se realizará los días:

**-viernes 03 de mayo**

**-viernes 10 de mayo**

**- miércoles 15 de mayo**

**- viernes 24 de mayo,**

a las **19:00.**

El curso tendrá un costo total de **\$60.000**, lo que incluye:

- Material escrito
- Contenido audiovisual
- Cupón de 2 prácticas de Zazen
- Diploma de participación para quienes finalicen el curso
- Coffe Break

## Inscripción

Para inscribirte debes llenar el siguiente formulario:

<https://goo.gl/forms/xwEuEUMhGZDd8oBa2>

Para hacer efectiva la inscripción y reservar el cupo, transferir el valor total (\$60.000) a la cuenta:

Nombre: Andrea Vásquez Rosati

Banco de Chile

Tipo de cuenta: Cuenta Vista

Cuenta N°: 07-237-00105-01

Rut: 13.672.967-5

Enviar e-mail de confirmación a: [ajavieravr@gmail.com](mailto:ajavieravr@gmail.com)

**Recuerda que los cupos son limitados. Inscripciones abiertas hasta el día viernes 26 de abril del 2019, o hasta que se completen los cupos del curso.**

## Sobre el Maestro Soko

El Maestro Soko encontró el zen en 1986 y desde entonces ha continuado ininterrumpidamente la práctica. Conocido como el *Tenso* histórico - responsable de la comida del templo - de la Kosen Sangha, en 1991 el Maestro Kosen lo ordena monje zen en el Templo de La Gendronnière.

En 1999 cofunda el Dojo Zen de Barcelona, en el barrio de Gràcia.

En 2009 recibe la transmisión de manos de su maestro, en el Templo Yujo Nyusanji. Ha formado numerosos discípulos en la práctica del zen.

Dirige Intensivos en México, América Latina y Europa. Esta es la 4º vez que viene a Chile a impartir cursos, charlas e intensivos y practicar el zen en la vida cotidiana de *Sho Den*, dojo zen de Santiago.



Sho Den, Dojo Zen de Santiago, 2019