

# PROLADES

## PROGRAMA LATINOAMERICANO DE ESTUDIOS SOCIORRELIGIOSOS

Apartado 1524-2050, San Pedro, Costa Rica

Teléfono: 283-8300; Fax: 234-7682

E-correo: [prolades@racsa.co.cr](mailto:prolades@racsa.co.cr)

Internet: [www.prolades.com](http://www.prolades.com)

---

### *SERIE DE PERFILES SOCIORRELIGIOSOS NACIONALES SOBRE NUEVOS MOVIMIENTOS RELIGIOSOS (NMRs): COSTA RICA*

---

#### **I. INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL GRUPO:**

- 1. NOMBRE (oficial):** Casa Zen
- 2. FUNDADOR:** Roshi Philip Kapleau.
- 3. FECHA DE NACIMIENTO/MUERTE DEL FUNDADOR:** Nació en 1912 y continua vivo hasta la fecha.
- 4. LUGAR DE NACIMIENTO/MURTE DEL FUNDADOR:** Nació en Estados Unidos y aun vive ahí.
- 5. AÑO Y LUGAR DE FUNDACION INTERNACIONAL/NACIONAL:**

Nace en Estados Unidos, pero estudia trece años en Japón, es ahí cuando sus maestros le dan permiso para fundar un centro y enseñar Budismo Zen. En 1966, llega a New York y funda el Rochester Zen Center. Mientras que en Costa Rica, se fundó en 1974, a raíz de unas conferencias introductorias impartidas por Roshi Philip Kapleau en la Embajada de Japón en San José.

#### **6. ¿CÓMO - POR QUÉ?**

El maestro Roshi Philip Kapleau, es un maestro de Sensei Graef, paso trece años de entrenamiento zen en Japón con tres maestros Zen. En 1965 fue ordenado por el maestro de Zen Yasutani ( Heredero Darma de Harada Roshi) y recibió autorización

de éste para enseñar. Poco después de la publicación en 1966 de su primera obra, titulada. "Los tres pilares del Zen", llega a Roshester, New York, para fundar el Rochester Zen Center.

**7. NEXOS HISTORICOS CON OTROS GRUPOS:** Con diferentes grupos de yoga o grupos budistas, como por ejemplo el Budismo tibetano.

**8. TEXTOS SAGRADOS O BASICOS:**

Los Sutras, conocidas también como las enseñanzas de Buda. Pero este grupo en particular se dedica más a la práctica de la meditación que a la teoría.

**9. CREENCIAS - BASE DOCTRINAL:**

La base o núcleo central de las enseñanzas de Buda se encuentran en "**Las cuatro nobles verdades**".

La primera noble verdad, es la realidad del sufrimiento. Desde el punto de vista budista, la imposibilidad o renuencia a ver las cosas de la vida tal como son, a vernos a nosotros mismos tal como somos, y a comportarnos en armonía con estas realidades, es la causa principal del sufrimiento que nos inflingimos a nosotros mismos y, por lo tanto, el principal obstáculo para nuestra felicidad. Este estado de negación, o de falta de comprensión de las realidades de la existencia, en sánscrito se llama "avidya", que significa literalmente "no ver, o no conocer", también se conoce como ignorancia. Una de las contribuciones de Buda fue la comprensión de que la ignorancia es la causa fundamental de los sufrimientos que nos imponemos a nosotros mismos y a los demás.

El precio que se paga por la avidya, o ignorancia es el sufrimiento y el dolor. La habitual negación u represión de las realidades de la existencia tiene como resultado el padecimiento de emociones negativas tales como ansiedad, tensión, ira, depresión, culpa, etc. A su vez, estas emociones negativas motivan acciones negativas.

La segunda noble verdad, enseña las causas del sufrimiento. Para decir en sánscrito "la causa del sufrimiento" se emplea la palabra "tanha" que literalmente significa "Sed". Tanha alude a los anhelos egoistas, los deseos y apegos. La palabra clave es egoista. La esencia de tanha es el egoísmo. Desde el punto de vista budista tanha es la culpable detrás de la tragedia humana y el mal. Los deseos egoístas son la

fuerza del sufrimiento que los humanos se imponen a sí mismos y a otros. El tanha tiene tres aspectos, llamados también como "Los Tres Venenos", estos son: el deseo, la aversión y la ignorancia. De los tres, el deseo y la aversión son un par antitético. Los anhelos egoístas son bipolares. En un aspecto queremos tener algo, acercarlo, poseerlo, controlarlo, usarlo, disfrutarlo.

En su aspecto opuesto tanha es aversión. Queremos librarnos de algo, apartarlo, perderlo de vista y quitarnoslo de la mente. Se teme perder a los seres queridos que estos se enfermen y mueran. Se aborrece la pobreza, etc. Tanha es la suma, tanto de los anhelos, ambiciones y apegos como de las aversiones, odios y evasiones.

La ignorancia es el no ver, o la negativa a ver la verdad acerca de nosotros mismos, nuestras vidas y nuestra situación, y en cambio proyectar los deseos y temores sobre las percepciones de otras personas y el mundo.

La tercera noble verdad, enseña que nuestro sufrimiento puede ser aliviado a transcendido. Lo que se requiere es que nos soltemos de los anhelos y odios egoístas. Esta comprensión intuitiva está en el corazón de la sabiduría esotérica.

Enseña que la verdadera felicidad no es producto de la satisfacción del deseo sino de una transformación interior, una transfiguración de la conciencia. Esto no significa que se deba renunciar a todos los deseos. Significa que la felicidad es fruto de la percepción y aceptación de la naturaleza de la muerte. La verdadera felicidad viene de comprender y aceptar con tranquilidad la existencia. Esto exige que nos calmemos y disciplinemos nuestros pensamientos, palabras y actos. Fácil de decir y difícil de hacer, pero es necesario decirlo y comprenderlo para poder hacerlo.

La cuarta noble verdad, es una guía práctica para vivir. Describe los pensamientos, palabras y acciones (lo que los budistas llaman senda), que reducen al mínimo el sufrimiento y llevan al máximo la felicidad. La senda es un sistema de ética.

Desde el punto de vista, la ética no es una lista fija de cosas buenas y cosas malas, arbitrariamente transmitida por una alterna autoridad que hace cumplir sus leyes con el castigo del dolor y la recompensa de una dicha celestial. La ética es una inteligente y práctica directriz para evitar el sufrimiento y alcanzar la felicidad aquí y ahora en la Tierra.

Además, la cuarta noble verdad consiste en la "Octuple senda" o "Marga" en sánscrito, que a su vez se dividen en tres ramas: sabiduría, virtud y disciplina mental. La sabiduría es el criterio, la virtud y la disciplina mental son la senda.

**1. Grupo de la sabiduría:** Correcto entendimiento.

Correcto pensar.

**2. Grupo de la virtud:** Correcto lenguaje.

Correcta conducta.

Correcto sustento.

**3. Grupo de la disciplina:** Correcto esfuerzo.

Correcta concentración.

Correcta meditación.

Las cuatro nobles verdades también pueden dividirse en dos grupos. Las primeras dos verdades tratan de las negativas de la mente. Los cristianos las llaman "pecados", los budistas las llaman "Kleshas" (impurezas, deshonras u ofuscaciones). La primera noble verdad trata de los diversos tipos de sufrimiento a los que podemos ser vulnerables. La segunda noble verdad trata de las causas del sufrimiento. Juntas, estos dos son la enfermedad y la causa de la enfermedad. La tercera noble verdad describe el bienestar espiritual: paz interior, claridad y bondad. La cuarta noble verdad enseña los métodos para lograr el bienestar espiritual: La óctuple senda.

En el budismo Zen se encuentra una guía ética, que es importante retomar.

Como primer punto se encuentran "**Los Tres Refugios**", los cuales representan los fundamentos y orientaciones de nuestras vidas según Buda.

1. **Me refugio en Buda:** Se reconoce en todos los seres la naturaleza de Buda.
2. **Me refugio en Dharma:** Se reconoce a la sabiduría y a la compasión en la manera de vivir del budista.
3. **Me refugio en Sanga:** Se reconoce el rol importante que juega la vida en comunidad en la práctica.

El segundo punto a retomar son "**Las Tres Resoluciones Generales**". Representan la aspiración de cada seguidor al camino de Buda.

1. **Resuelvo abolir el mal:** Significa frenar todo lo que me causa daño no sólo a mí, sino a los demás, inclusive a las plantas y animales, ya sea por medio del habla, pensamiento y acción.
2. **Resuelvo hacer el bien:** Significa actuar con ecuanimidad y compasión ante el despertar de la naturaleza. Es parte del esfuerzo de vivir éticamente, abrazando las prácticas de la confesión, arrepentimiento, expiación y reconciliación.
3. **Resuelvo liberar toda mi conciencia:** Liberar toda mi conciencia significa manifestar en la naturaleza de Buda el beneficio que se encuentra en todas las cosas. Al expresar el despertar individual de la naturaleza, se da la oportunidad de descubrir su propia y verdadera "Mente".

Como tercer punto se encuentran "**Las Diez Prohibiciones Cardinales**".

1. **No matar sino respetar toda forma de vida.** Este precepto expresa el intento de vivir la compasión sin dañar a los demás.
2. **No tomar lo que no es dado, sino respetar las cosas de los demás.** Aquí se expresa el compromiso de vivir con un corazón generoso, realizando lo que simplemente somos, sin carecer de nada. Una persona que ambiciona una conducta dañina, también es un ladrón al igual que aquella persona que roba bienes.
3. **No hacer mal uso de la sexualidad sino ser responsable y cuidadoso.** Es reconocer que la sexualidad es parte del aspecto diario de la vida. Reconociendo y haciendo honor a la sexualidad como parte en la creación de un ambiente donde se pueda cultivar un ambiente de conciencia, atención y compasión en las relaciones con los demás.
4. **No mentir sino decir la verdad.** El precepto de "No Mentir" es particularmente importante para la comunidad que práctica Sanga.
5. **No hacer que otros ingieran sustancias que confundan la mente ni hacerlo yo mismo, sino mantener la mente clara.** La práctica del budismo requiere poseer una mente atenta y por lo tanto conciente de lo que sucede a su alrededor. Cuando se pierde ésta claridad es fácil quebrantar los otros preceptos.
6. **No hablar de las faltas ajenas, sino ser comprensivo y compasivo.** Dicho precepto nace del esfuerzo conjunto por construir el entendimiento y la

armonía social. La consecuencia de la calumnia, es causar dolor a los demás e inclusive puede crear divisiones en una comunidad.

7. **No alabarme a mi mismo ni menospreciar a otros, sino superar mis propias limitaciones.** El regocijarse sanamente de los actos y cualidades propias, es en la práctica un momento en que se honra al Budismo, mientras que el alabarse a sí mismo o beneficiarse del esfuerzo personal a expensas de los otros, puede causar malos entendidos, además de crear una naturaleza interdependiente.
8. **No negar ayuda espiritual ni material a nadie sino darla libremente cuando se necesite.** Se debe practicar la caridad no sólo material sino también espiritual. No hay que aferrarse a las posesiones materiales las cuales pueden ser la fuente del sufrimiento.
9. **No dar lugar al enojo, sino ejercer autoridad.** Se debe practicar la honestidad, humildad y el amor. Cualquiera que sea el problema la meditación puede ayudar a encontrar la solución.
10. **No injuriar los tres Tesoros, (Buda, Darma, Sarga) sino respetarlos.** Estos Tres Tesoros son inseparables uno del otro. Se debe reconocer las transgresiones, sembrar la semilla de la reconciliación, y renovar el compromiso con los preceptos de Buda.

## **10. PRINCIPALES CENTROS EDUCATIVOS:**

En Costa Rica, el único centro educativo es Casa Zen ubicado en Santo Domingo de Heredia y en Estados Unidos es el Rochester Zen Center en New York y el Vermont Zen Center.

**11. PRINCIPALES MEDIOS DE COMUNICACION:** Internet, correo y la maestra los visita tres veces al año.

## **12. TAMAÑO A NIVEL INTERNACIONAL:**

En el Rochester Zen Center en New York el tamaño es de aproximadamente 1.000 miembros, en el Vermont Zen Center es de 100 miembros y en el Toronto Zen Center es de 150 miembros.

**13. CLASIFICACION RELIGIOSA (HOLLAND):** D1.10508

**14. CODIGO DE MELTON:** #2019, V Edición, 1996.

## 15. FUNDADORES DEL GRUPO EN COSTA RICA:

Carlos Murillo Rodríguez y Alvaro Murillo Rodríguez fundaron Casa Zen en la década de los setentas en una casa en San José, específicamente en Cuesta de Núñez.

## 16. TAMAÑO DEL GRUPO EN EL PAIS Y LUGARES DE REUNION:

Los miembros regulares del grupo oscilan alrededor de 50 a 60 personas y el único lugar de reunión es en Casa Zen en Heredia.

## 17. COMENTARIOS:

El budismo posee un enfoque científico normal para resolver problemas, el cual entraña varios pasos fundamentales:

1. Definir el problema. Desde el punto de vista budista, el problema es el sufrimiento.
2. Familiarizarse con el problema, observarlo y reunir datos sobre él.
3. Interpretar los datos sacando conclusiones razonables y lógicas acerca del problema.
4. Poner a prueba dichas conclusiones o hipótesis.
5. Formular un plan de acción basado en el conocimiento adquirido por medio de la observación y el razonamiento que, si se cumple con destreza, es sumamente probable que se resuelva satisfactoriamente el problema.

Dentro de las filosofías de éste grupo existen muchas terminologías que por lo general se originan en el sánscrito, por lo que es importante explicar su significado. Dichas palabras son:

**Avidya:** Palabra sánscrita que significa "no ver, ni conocer".

**Buda:** Es una palabra sánscrita que posee dos significados. El primero sería el de "Verdad o realidad Suprema". El segundo significado es el de "Alguien que ha despertado a la verdadera naturaleza de la existencia",

**Dharma:** Palabra sánscrita que posee tres significados. El primero es "Las enseñanzas del Buda Shakyamuni. Segundo, la "Ley o Verdad Universal". Tercero, si esta palabra está escrita en minúscula usualmente se refiere a "Los fenómenos o las cosas de la existencia"

**Dhyana:** Palabra sánscrita que significa "Meditación".

**Kleshas:** Significa: impurezas, deshonras u ofuscaciones.

**Marga:** Palabra sánscrita que significa "Octuple senda".

**Roshi:** Significa "Venerable Maestro Espiritual". Así se le llama a un maestro de zen maduro.

**Sanga:** Palabra sánscrita que significa "La Comunidad de los que practican las enseñanzas de Buda".

**Sensei:** Significa "Maestro".

**Tanha:** Palabra sánscrita que significa "Sed".

**Zazen:** Tiene como punto de partida la meditación y significa, sentarse en concentración en un sólo punto.

**Zen:** Significa meditación.

## II. CONTROVERSIAS Y NOTICIAS RECIENTES:

En Costa Rica no se han conocido por los medios de comunicación ninguna controversia.

Una noticia reciente, es que en el Toronto Zen Center se inició el día 26 de julio una meditación de seis días de duración, que abarca mañana, tarde y noche. Varios miembros de Casa Zen en Costa Rica participan en ésta meditación.

## IV. BIBLIOGRAFIA SELECTIVA:

- Melton, J. Gordon y Martin Baumann, editores. *Religions of the World: A Comprehensive Encyclopedia of Beliefs and Practices*. Volume II: D-J. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO, Inc., 2002.
- Ver página en Internet: [www.casazen.org](http://www.casazen.org)

## V. DIRECCION: INTERNACIONAL Y NACIONAL

- Rochester Zen Center, 7 Arnold Park, Rochester, New York 14607-2082.
- Vermont Zen Center, P.O. Box 880, Shelburne, VT 05482.



- Casa Zen de Costa Rica: Santo Domingo de Heredia, de la Basílica de Santo Domingo, 200 metros Norte, un kilómetro al Este y 100 metros al Sur.

**VI. FUENTE(S) DE INFORMACION (ENTREVISTAS):**

Carlos Murillo Rodríguez. Teléfono y Fax: 244-3532. E- mail: [casazen@racsa.co.cr](mailto:casazen@racsa.co.cr). Apartado Postal 260-3100, Heredia.

**VII. AUTORA DEL PERFIL:** Laura Maroto Granados.

**VIII. FECHA DEL PERFIL:** 26 de julio del 2003.

---

---

## Primer Reporte de Observación-Participante

---

### I. DATOS GENERALES:

1. **Nombre oficial del grupo visitado:** Casa Zen
2. **Dirección:** De la Basílica de Santo Domingo, 200 metros Norte, un kilómetro al Este y 100 metros al Sur.
3. **Distrito, cantón, provincia:** Santo Domingo de Heredia.
4. **Teléfono, fax, E-correo:** Teléfono/ Fax: 244-3532. E-mail: [casazen@racsa.co.cr](mailto:casazen@racsa.co.cr)
5. **Nombre del líder principal:** Carlos Murillo Rodríguez.
6. **Horario de cultos/reuniones principales:** sábados de 3 p.m. a 5:30 p.m.

### II. OBSERVACIONES Y REFLEXIONES

1. **¿Cómo una persona extraña al grupo como fue recibido y tratado usted por los líderes y miembros del grupo visitado?**

Tanto su director como sus miembros nos trataron a una amiga y a mí muy bien.

2. **¿Cuál fue el ambiente de la reunión durante su visita?**

Al meditar en absoluto silencio, el ambiente era por lo tanto muy tranquilo.

3. **Describa las actividades del grupo observadas por usted:**

Nosotros debimos realizar un pequeño taller antes de la meditación para aprender las diferentes posturas, y el ritual a seguir. La meditación se divide en el caso específico del Sábado de dos segmentos de 25 minutos en los cuales se debe mantener una postura fija y no realizar ningún movimiento, esta postura es realiza

viendo hacia la pared con la mirada fija en un Angulo de 45 grados; al terminar el primer segmento se camina alrededor de la habitación durante cinco minutos y luego se hace el segundo segmento de 25 minutos al final se realizan tres postraciones en las cuales con mi frente toco el suelo y levanto mis manos con las palmas hacia arriba simbolizando que sostengo a Buda o mi propia naturaleza. Finalmente se realiza un trabajo por lo general domestico. Tanto el proceso de la meditación como el trabajo se deben realizar en completo silencio.

**4. Describa el edificio, casa, sala, auditorio, donde se llevó a cabo la reunión:**

La Casa Zen como su nombre lo indica es una casa con sala, comedor, cocina, tienen una pequeña habitación en donde se realiza la meditación individual, cuartos para hombres y mujeres con su respectivo baño para cambiarse y ponerse el hábito, el cuarto de meditación grupal es amplio y posee unas colchonetas color café.

**5. ¿Se observó algún fenómeno sobrenatural? No**

**6. ¿Ud. sintió miedo? No**

**7. ¿Cómo era el contenido del mensaje principal de lo(s) líder(s) al grupo?**

El eje central de la meditación es la concentración, educar la mente para que este en el presente y no divague.

**8. ¿Que tipo de obligaciones le exigieron lo(s) líder(s) a los asistentes?**

No moverse para no crear distracción.

**9. Número total de los asistentes en la reunión**

Nueve personas, cinco hombres y cuatro mujeres.

**10. Describa en términos generales las personas que asistieron a la reunión.**

Personas de clase media a alta, se notaba que se conocían bien, todos por lo que note eran de Costa Rica.

**11. Número de líderes o dirigentes presentes en la reunión:**

Sólo estaba el director del grupo.

**12. ¿Cómo son los líderes del grupo?**

El director es un señor de más de 40 años, delgado, cabello oscuro, amable, respetuoso con nosotras.

**13. ¿Se demostró el líder máximo del grupo alguna característica especial, extraña, carismática? No.**

**14. ¿Cree usted que este grupo representa alguna amenaza para la sociedad costarricense? No, es un grupo tranquilo.**

**15. ¿Hubo algún comentario en forma negativa hacia otro grupo religioso? No**

**16. ¿Si los líderes ofrecieron alguna oración durante la reunión, a quien fue dirigida?**

A la superación como ser humano a nuestra naturaleza.

**17. ¿Hubo alguna meditación y que enfoque tuvo esta?**

El enfoque de la meditación es la de la concentración y dominio de la mente.

**18. ¿Escuchó algún tipo de doctrina rara o extraña durante la reunión? No.**

**19. ¿Tiene Ud. interés personal en participar en otra reunión de ese grupo? Si.**

**20. ¿Cuál es el atractivo de este grupo que posiblemente motiva a la gente a participar en las actividades de este grupo o de querer ser miembro activo?**

Poder llegar a controlar mi mente, el sufrimiento, a vivir el presente plenamente.

**III. OTRAS OBSERVACIONES O COMENTARIOS**

**IV. FECHA Y HORARIO DE SU VISITA:** sábado a la 1 p.m.

**V. AUTORA:** Laura Maroto Granados.

---