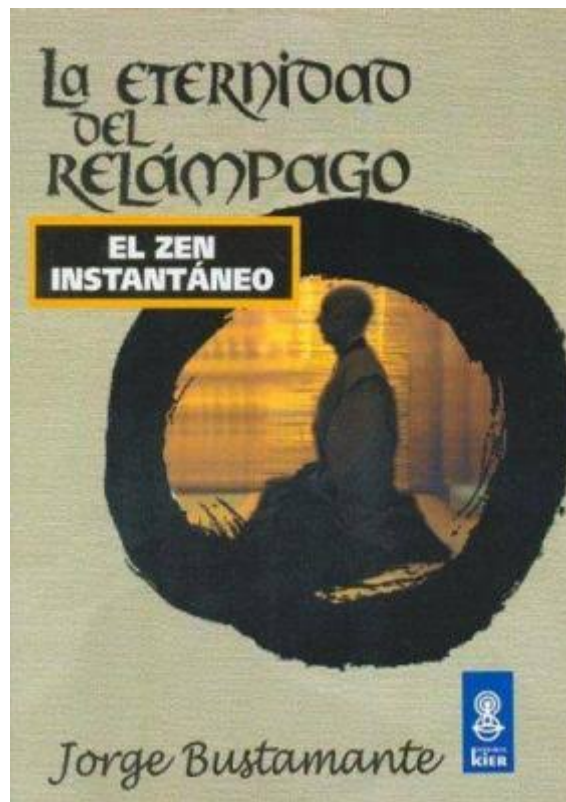


La eternidad del relámpago. El zen instantáneo



Jorge Bustamante

*«La mente en sí misma es Buda.
Práctica difícil. Explicación fácil.
No mente. No Buda.
Explicación difícil. Práctica fácil.»
(Eihei Dogen)*

El contenido del presente libro se elaboró a partir de los materiales grabados magnetofónicamente de las enseñanzas orales impartidas por el monje zen **Jorge Ryûnan Bustamante** durante diferentes retiros intensivos de meditación (*sesshin*) en Chile entre los años 1997 y 2001.

La Eternidad del Relámpago. El Zen Instantáneo trata del momento presente y no de cualquier otro, el instante mismo en el que se desarrolla la práctica del zen, el *zazen* eterno, sin principio ni fin. Eso significa *despertar* y vivir la vida libre y plenamente, sin agregarle ni quitarle nada. Ese despertar no depende del tiempo, sino del aquí y ahora.

Por **Kepa Egiluz**