



# Índice

presentación	3
comunidad budista soto zen	5
linaje y vocación	6
dirección espiritual	7
templo zen luz serena	8
actividades zen	9
retiros de introducción	9
retiros de profundización	10
seminarios sobre el shobogenzo	11
jornadas de práctica y estudio	12
retiros de costura de kesa	13
programa de estudios budistas	14
cursos de cocina zen	15
encuentro de instructores zen	16
celebraciones	17
fiesta anual de la sangha	18
voluntariado	19
campaña donaciones 2012-2014	20
campaña donaciones: calendarios 2012	21
campaña donaciones: estupas consagradas	22
benefactor de luz serena	23
sinergia, otras actividades	24
taller de sumie	25
taller de plantas medicinales	26
taller de voz y canto	27
la aventura de la conciencia	28
encuentro sufismo & zen	29
otros talleres	30
centros integrados	31





## presentación

Se cumple este año 2012 el XXIII Aniversario de la fundación del templo Luz Serena y de la Comunidad Budista Soto Zen.

La práctica continuada del Dharma (*gyoji*) ha atravesado incesantemente las cuatro estaciones. Las vicisitudes encontradas, el oleaje a veces brusco de la realidad, no han impedido que el maravilloso Dharma del Buda prosiga impregnando nuestro quehacer diario.

Si los vientos nos son propicios, nos encaminamos hacia la celebración del XXV Aniversario de nuestra Comunidad. Es nuestro anhelo celebrar el cuarto de siglo con la inauguración de una nueva Sala de Meditación (*zendo*), para lo cual necesitamos el empeño y la generosidad de todos los miembros de nuestro sangha y de sus simpatizantes y benefactores.

Mientras tanto, presentamos aquí el calendario de actividades para este año 2012, año marcado por una profunda crisis de civilización en Occidente de la que sin lugar a dudas surgirá un mundo nuevo.

La práctica de zazen, realizada en un actitud de desprendimiento interior, es una preciosa contribución a la paz, a la armonía y a la felicidad de todos los seres vivientes.

Que todos juntos podamos aportar con nuestro ejemplo un camino de vida inspirado en la sabiduría y en la compasión de los Budas y de los Ancestros.

Que todos los seres podamos liberarnos del sufrimiento y de las causas de sufrimiento.



*Aunque un gran círculo de metal se ponga a girar sobre mi cabeza  
la claridad perfecta del samadhi permanece inalterable.  
Aunque el sol se enfríe o la luna se recaliente,  
la verdadera enseñanza permanece indestructible.*

*Shodoka, El Canto del Verdadero Despertar  
del maestro zen Yoka Daishi*

La Comunidad Budista Soto Zen es un colectivo de personas de origen diverso que sigue la enseñanza del Buda, el “Dharma”, transmitido por la tradición budista Zen, en el contexto del mundo contemporáneo.

La enseñanza del Budismo Zen no está basada en las escrituras, sino que es transmitida de ser a ser, de corazón a corazón, de maestro a discípulo, a través de la realización y reconocimiento de la propia naturaleza original, experiencia que tiene lugar gracias a la práctica de la meditación zen.

Hoy en día los occidentales podemos saber qué es el Zen y cada vez son más las personas que integran la práctica de la meditación (zazen) en sus actividades diarias.

Un gran número de profesores, artistas, doctores y gente de toda condición social, ven en la práctica y en el arte de vivir del Zen una bocanada de aire fresco para su vida cotidiana.

En esta época en la que el mundo necesita más que nunca reconectarse con valores humanos y espirituales fundamentales, la Comunidad Budista Soto Zen mantiene firme su compromiso de transmitir y compartir la herencia espiritual de la tradición budista zen, nacida en India hace más de 2500 años y que ha impregnado con su sabiduría y ética muchas culturas orientales.



## linaje y vocación

La enseñanza Zen ha sido fielmente transmitida de maestro a discípulo a través de un linaje continuado. Desde el propio Sakiamuni hasta el momento presente, el Budismo Zen ha sido transmitido de maestro a discípulo, generación tras generación. El árbol de la genealogía espiritual del Budismo Zen tiene su raíz en el Buda histórico y ha crecido a lo largo del tiempo desarrollando diversos linajes.

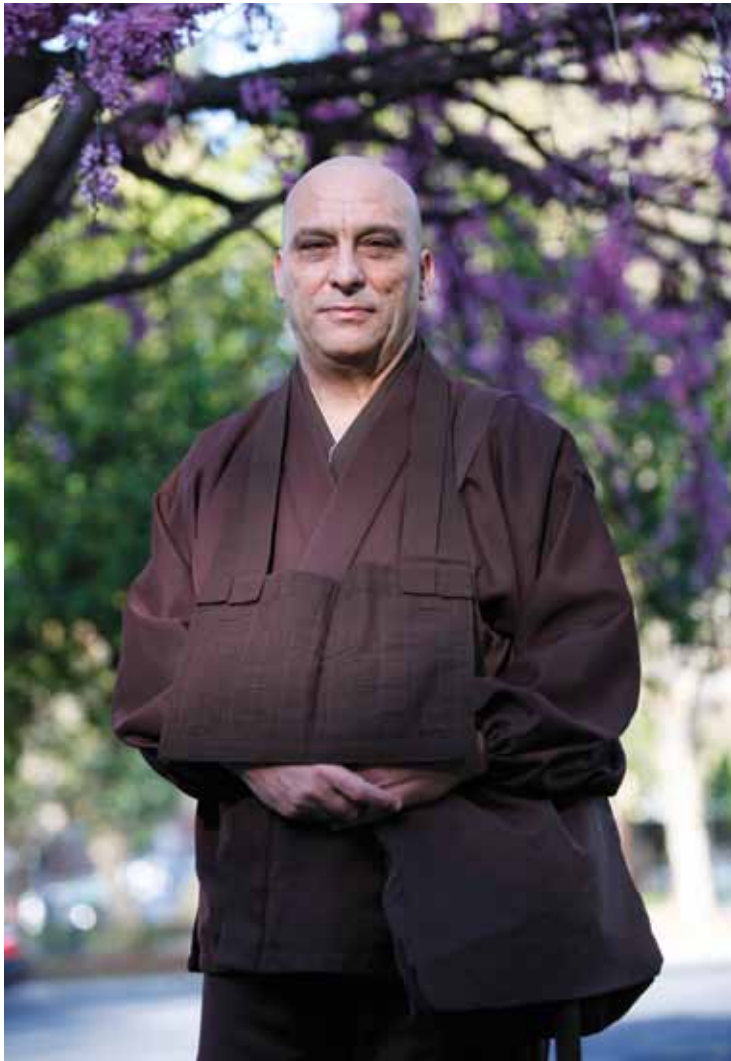
Fue el maestro Eihei Dôgen quien introdujo la escuela Soto Zen en Japón en el siglo XIII. Este linaje es representado en nuestro país por el maestro fundador Dokushô Villalba Roshi.

La Comunidad Budista Soto Zen y el Templo Luz Serena fueron fundados en 1989 gracias a la inspiración espiritual del Venerable Maestro Soden Shuyu Narita roshi. Desde entonces, los miembros de la Comunidad estamos aunando esfuerzos para poder establecer en Luz Serena un centro de práctica y de irradiación del Budismo Zen en España y Europa.

Nuestro principal objetivo es el de difundir y favorecer la práctica y el estudio de la tradición budista soto zen desde una perspectiva no sectaria.

Desde nuestra vocación budista, estamos abiertos a la interrelación y al diálogo con todas las tradiciones espirituales, disciplinas, ciencias y corrientes de pensamiento del planeta que trabajan por la elevación de la conciencia moral y espiritual de los seres humanos.





## dirección espiritual

Dokushō Villalba roshi recibió la ordenación de monje zen en 1978 del venerable maestro Taisen Deshimaru roshi y en 1987 la Transmisión del Dharma de su segundo maestro, el venerable Shuyu Narita roshi. Es el fundador y presidente de la Comunidad Budista Soto Zen española y fundador y director espiritual del Templo Luz Serena.

Autor de más de treinta obras sobre budismo zen y espiritualidad oriental en general, entre trabajos propios y traducciones de textos clásicos, viaja por España, Europa y América Latina impartiendo seminarios, conferencias y retiros de meditación budista zen.

Reside habitualmente en el templo zen Luz Serena, junto con una comunidad de residentes estables, entregado a la práctica y a la enseñanza del budismo zen.

Su estilo de enseñanza, sencillo y coloquial, ha impresionado profundamente a miles de personas que acuden al templo, a sus seminarios y conferencias, buscando paz interior e inspiración espiritual.



## templo zen luz serena

El Templo Zen Luz Serena es la sede espiritual y administrativa de la Comunidad. Situado en una propiedad de 33 Ha. de bosques de pinos en una zona de colinas sinuosas entre la provincia de Valencia y Albacete, a 5 Km. del Río Cabriel. Es uno de los parajes naturales más conservados de la Comunidad Valenciana, reúne excelentes condiciones para la práctica de la meditación, el descanso y la reflexión. Fue fundado en 1989 por el maestro Dokushô Villalba Roshi.

A lo largo del año tienen lugar en él diversas actividades afines a la tradición Zen, tales como Programas de Estudios Budistas, Retiros de Meditación, diversos talleres de crecimiento personal, encuentros interreligiosos, etc. Actualmente reside en él una comunidad de monjes en formación y de residentes laicos que viven diariamente el espíritu de la práctica zen.

La Comunidad Budista Soto Zen está comprometida con el respeto al medio natural y con el despertar de la conciencia ecológica. Por ello, ha convertido parte de la propiedad en una Micro- Reserva Floral que ha sido reconocida por la Generalitat Valenciana. Dentro del proyecto europeo «Life», está emprendiendo una serie de medidas y de inversiones que permitirán la apertura al público de esta reserva dentro de unos años. Por otra parte, la CBSZ tiene el empeño de impulsar la creación de una Ecozona en los terrenos que ocupa el templo, en armonía con la protección de la zona de amortiguamiento del Parque Natural las Hoces de Cabriel, donde se ubica el templo.

Retiros de Introducción 2012 dirigidos por Dokushô Villalba  
4-8 abril • 3-9 agosto • 11-14 octubre • 28-31 diciembre

retiros de introducción



Los retiros de introducción están diseñados para los que nunca han participado en un retiro zen. En ellas se dan explicaciones detalladas sobre la práctica de la meditación (zazen), la comida en cuencos, las recitaciones de los sutras y todos los demás aspectos de la práctica del Zen. También se dedica un tiempo a ejercicios de flexibilidad y estiramientos que permitan adoptar la postura de zazen con mayor facilidad.

Hay posibilidad de mantener entrevistas privadas con el maestro y con los instructores.

Todos los retiros de introducción serán dirigidos por Dokushô Villalba Roshi en el templo zen Luz Serena.

## retiros de profundización

Los retiros de profundización (o de segundo nivel) van dirigidas a aquellos que, después de haber participado en una o varias sesshin de introducción, se encuentran preparados para continuar profundizando en la vía del zen, viviéndola plenamente en cada momento de la jornada.

Los periodos de zazen son más largos y frecuentes, la atmósfera es de mayor recogimiento y silencio.

La enseñanza de los maestros, bien en forma de teishô (enseñanza formal) o kusen (enseñanza oral durante zazen), adquiere especial relevancia en este nivel.

Todos los retiros de profundización serán dirigidos por Dokushô Villalba Roshi en el templo zen Luz Serena.

*“Nada bajo el zafu,  
nadie sobre el zafu,  
ni siquiera zafu,  
ni siquiera zazen:  
zazen”.*

Dokushô Villalba

Retiros de profundización 2012 dirigidos por Dokushô Villalba  
11-18 agosto • 20-27 agosto • 1-8 diciembre



Impartidos por  
Dokushô Villalba

---

9-11 marzo, en Zaragoza  
**Ikka Myoju,**  
*Una Perla Brillante*

20-22 abril, en el Norte  
(Bilbao-Santander)  
**Ikka Myoju,**

*Una Perla Brillante 22-*  
24 junio, en Galicia  
**Makahannya haramitsu,**  
*El Sutra de la Gran Sabiduría*

28-30 septiembre,  
en Luz Serena  
**Bodisatta shishobo,**  
*Las Cuatro Conductas  
del Bodisatva*

26-28 octubre, en Alicante  
**Raihai tokuzui,**  
*Obtener lo esencial a través  
de la entrega devocional*

16-18 noviembre, en Tenerife  
**Kaiin Zanmai,**  
*El Samadhi del Sello Oceánico*



Impartido por Jiso Forzani\*

---

**Dôtoku,**  
*Poder expresar la Verdad*  
15-17 junio  
en el templo zen Luz Serena

\*Giuseppe Jiso Forzani, monje budista italiano, actualmente director del Centro Europeo del Budismo Soto Zen, que representa a la institución Soto Zen japonesa en Europa.

*Genzo-e* son seminarios específicos de estudio del *Shôbôgenzô* –“*La Preciosa Visión del Dharma Verdadero*”–, la obra mayor del maestro zen Eihei Dôgen (1200-1254), que fue quien introdujo la tradición budista soto zen en Japón en el siglo XIII.

Compuesto por 95 capítulos, recoge las enseñanzas impartidas por el maestro Dôgen a sus discípulos a lo largo de treinta años. El *Shôbôgenzô* está considerado como la obra maestra de la filosofía budista zen japonesa, fiel heredera de la tradición Chan de China.

El maestro Dokushô Villalba lleva muchos años traduciendo esta obra, fundamental para comprender las enseñanzas de Dôgen y de la tradición Zen, e impartiendo seminarios genzo-e por los centros zen integrados en la CBSZ.

“El maestro Dôgen escribió el *Shôbôgenzô* para expresar su experiencia de la realidad adquirida a través de la práctica de zazen. Sus palabras se basan en esta experiencia. En el mundo moderno es normal pensar que cualquier filosofía es un mero ejercicio intelectual. No tenemos mucha experiencia de filosofías que requieran la práctica corporal, como es el caso de la visión de Dôgen”.

Gudô Nishijima  
“*Understanding the Shôbôgenzô*”

## jornadas de práctica y estudio

El maestro zen Denkô Mesa sensei visitará los centros zen integrados en la CBSZ durante el año 2012 para impartir unas Jornadas de Práctica y Estudio sobre la Vía del Zen tal y como se está transmitiendo en nuestra comunidad.

En estas Jornadas Denkô sensei explicará los elementos más significativos del Programa de Práctica y Estudio que seguimos desde hace años, en especial, la figura del bodisatva, la importancia de practicar-estudiar bajo la supervisión de un maestro zen, la importancia de los Tres Tesoros, etc.

Se compartirá la práctica de zazen el viernes, el sábado y el domingo y habrá posibilidad de mantener entrevistas privadas con el maestro (*dokusan*).

Las Jornadas concluirán con un Consejo de la Sangha el domingo.

Esta es una forma de introducirse en la práctica del Zen tal y como se viene enseñando en nuestras comunidades.

*Buddham saranam gacchami.  
Dhammam saranam gacchami.  
Sangham saranam gacchami.*

Para ser guiado me refugio en el Buda.  
Para ser guiado me refugio en el Dharma.  
Para ser guiado me refugio en la Sangha.

Jornadas de Práctica y Estudio 2012

3-5 febrero en el Norte • 17-19 febrero en Zaragoza •  
2-4 marzo en Alicante • 16-18 marzo en Galicia



*Denkô Mesa sensei recibió la Transmisión del Dharma del venerable maestro Dokushô Villalba roshi. Actualmente es el presidente de la Comunidad Budista Soto Zen Canaria, vicepresidente de la Comunidad Budista Soto Zen Luz Serena y presidente de la Fundación Canaria "Puerta Abierta".*

Retiros de Costura de Kesa 2012  
2-4 marzo • 1-3 junio



*Mar López es discípula del maestro Dokushô Villalba, instructora de meditación zen y profesora de estudios budistas, responsable del Centro Zen de Zaragoza y presidenta de la Asociación Zen de Zaragoza.*

retiros de costura de kesa



Este año seguimos ofreciendo la posibilidad de participar en los retiros de costura de *kesa*.

El *kesa* es el hábito del Buda, el manto que recubre el cuerpo de los practicantes durante la meditación zazen.

En la tradición zen es el símbolo del proceso de transformación interior que tiene lugar gracias a la práctica del Dharma.

Estos retiros de costura de *kesa* serán dirigidos por la instructora Mar López, en el templo zen Luz Serena.

## programa de estudios budistas

Este programa pretende acercar al mundo occidental las enseñanzas, la historia y las distintas tradiciones del Budhadharma, con la intención de ofrecer una enseñanza tan actual y sanadora como lo ha sido durante 2.500 años, que aporte luz y sentido a la práctica y a la vida de aquellos que la estudien y que permita una comprensión correcta y clara de los principios fundamentales de la Vía del Buda y de cómo, dónde y cuándo surgió y maduró el Budismo y en particular la tradición Zen desde la Antigüedad hasta nuestros días.

Realizar nuestra auténtica naturaleza original diamantina es el principal sentido de nuestra vida. Este programa proporciona herramientas emocionales, intelectuales y espirituales muy valiosas para tan noble tarea.

En palabras del Maestro Dôgen Zenji, en el Shinjin Gakudô (“El Estudio de la Vía con el cuerpo y con la mente”):

*“La Vía del Buda no puede ser alcanzada sin práctica y sin estudio. Si no practicáis ni estudiáis la Vía del Buda caeréis en las vías que defienden puntos de vista falsos, dualistas e ilusorios”.*

### PEB ON LINE

---

PEB I  
Seminario 1: Mar López y Samuel Soriano.  
Seminario 2: Kepa Fernández y Samuel Soriano.  
Seminario 3: Miguel Ángel y Mar López.  
Seminario 4: Miguel Ángel y Kepa Fernández.

PEB II  
Seminario 1: Denkô Mesa Sensei  
Seminario 2: Denkô Mesa Sensei  
Seminario 3: Denkô Mesa Sensei  
Seminario 4: Denkô Mesa Sensei

PEB III  
Seminario 1: Dokushô Villalba Rôshi  
Seminario 2: Dokushô Villalba Rôshi  
Seminario 3: Dokushô Villalba Rôshi  
Seminario 4: Dokushô Villalba Rôshi

coordinado por Saúl Estévez  
Información y matriculación:  
[www.estudiosbudistas.cbsz.es](http://www.estudiosbudistas.cbsz.es)  
[saul@cbsz.es](mailto:saul@cbsz.es)



*Saúl Estévez es discípulo del maestro Dokushô Villalba. Responsable del Centro Zen de Tui, instructor asistente de meditación y profesor del Programa de Estudios Budistas de la CBSZ.*

### PEB II PRESENCIAL EN GALICIA

---

Fundamentos del Budismo  
Mahâyâna con Saúl Estévez

PEB 2.1 La Escuela Madhyâmika  
10-12 febrero

PEB 2.2 La escuela  
Yogaçâra 20-22 abril

PEB 2.3 La escuela Vajrayana  
21-23 septiembre

PEB 2.4 El Mahâyâna en China  
y Japón 16-18 noviembre

El lugar de realización es A Ramallosa, Nigrán (Pontevedra).  
Matrícula abierta a partir del 13 de enero.

13-15 abril: Curso Cocina Zen para todos los públicos  
9-11 noviembre: Sesshin Cocina Zen  
para Instructores, asistentes y practicantes zen



*Miguel Ángel Rodríguez es discípulo del maestro Dokushô Villalba desde 1994. Responsable del Centro Zen de Zaragoza; instructor de meditación zen y profesor de estudios budistas por la CBSZ. Ha ejercido durante años como tenzo (jefe de cocina) durante los retiros en el templo zen Luz Serena.*

## cursos de cocina zen

El taller será teórico-práctico, alternando las enseñanzas con la función de cocinar.

Está pensado para aquellos practicantes que quieran acercarse al espíritu y la forma de cocinar los alimentos en la tradición zen, según las enseñanzas del Tenzo kyokun del maestro Eihei Dôgen.

Cada participante debe traer su propio cuchillo de cocina.

### PROGRAMA:

1. Sobre el espíritu y la función del tenzo y la cocina de un templo.
2. Funciones del tenzo, organización de la cocina, trabajo de los ayudantes, criterios para la elaboración de menús, utensilios en la cocina, forma de limpiar los alimentos, corte y empleo de los cuchillos, formas de preparación de alimentos.
3. Elaboración de los menús de un retiro, de un seminario y de una actividad y preparación de la lista de la compra.
4. Gestión de la despensa, saneamiento de alimentos y conservación.

### PRÁCTICAS:

1. Preparación de la comida y de la cena del sábado.
2. Elaboración de genmai, chukemono y gomasio.
3. Preparación de la comida del domingo.

Llegada: el viernes correspondiente, a las 18 h.

Partida: el domingo correspondiente, a las 18 h.

Importe: 200 € por cada curso, alojamiento y pensión completa incluidos.

## encuentro de instructores zen (*taiko*)



**Sábado 12 mayo:** Supervisión Instructores.

**Domingo 13 mayo:** Consejo Responsables Centros (sólo mañana)

Como cada año, los Instructores y Asistentes de meditación Zen nos reuniremos en el templo zen Luz Serena para reflexionar sobre nuestro sacerdocio laico, revisar y perfeccionar los múltiples aspectos de la práctica y recibir el impulso espiritual del maestro fundador Dokushô Villalba Roshi.

Este año, además, en la mañana del domingo, los responsables de centros de práctica nos dedicaremos a intercambiar experiencias sobre nuestro quehacer y constituiremos el Consejo de Responsables de Centros.

Una excelente oportunidad para volvernos a encontrar y poner luz a nuestra misión de cuidar la sangha y dar a conocer el Dharma del Buda.

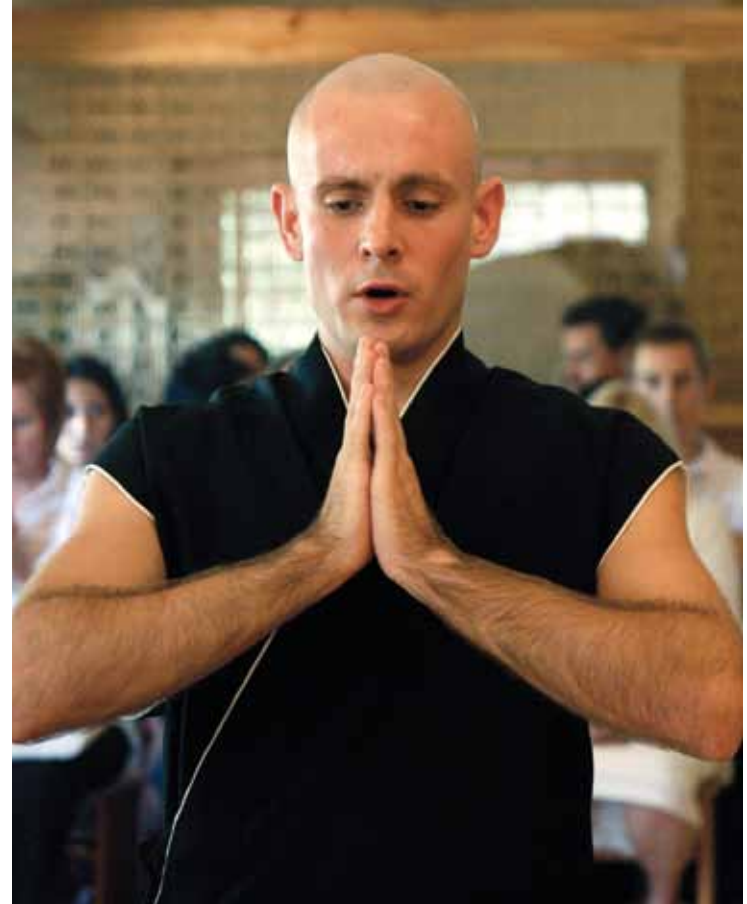
Este encuentro está reservado sólo para Instructores y Asistentes de Meditación Zen de la CBSZ.

*“Se llama taiko a los practicantes veteranos que han participado en, al menos, cinco períodos de práctica estival intensiva (Ango) en un monasterio Zen. Esto quiere decir que se trata de instructores formados que han practicado intensamente la Vía y que muestran un elevado grado de virtud y comprensión de la misma.*

*Debido a esto, se requiere que los principiantes muestren hacia los veteranos el debido respeto durante el transcurso de la vida diaria en el monasterio. Según palabras del mismo Dôgen Zenji, los 62 preceptos acerca del comportamiento hacia los taiko representan el cuerpo y la mente de los Budas y Ancestros y materializan la perfección del Gran Vehículo”.*



- Domingo 29 enero: Ceremonia Certificación Instructores Asistentes
- Domingo 29 abril: Ceremonia en Memoria de Taisen Mokudo Daiosho
- 4-6 mayo: Fiesta de la Sangha
- Domingo 6 mayo: Consejo de la Sangha
- Viernes 3 agosto: Ceremonia Apertura Ango de Verano 2012
- Sábado 18 agosto: Ordenación de Bodisatva
- Lunes 27 agosto: Ceremonia de Toma de Hábitos Monásticos y de Ordenación Monástica.
- Viernes 31 agosto: Renovación vínculo espiritual maestro-discípulo.  
Ceremonia Clausura Ango de Verano 2012
- Domingo 25 noviembre: Ceremonia en Memoria de Soden Shuyu Daiosho
- Lunes 3 diciembre: Ceremonia Apertura Ango de Invierno 2012
- Sábado 8 diciembre: Ceremonia por la Iluminación del Buda Sakiamuni.
- Lunes 31 diciembre: Celebración del Fin de Año
- Martes 1 enero 2013: Celebración del Año Nuevo  
Ceremonia Clausura Ango de Invierno 2012.



## fiesta anual de la sangha



Del 4 al 6 de mayo

Llegada: viernes 4 mayo, a las 18 h.

partida: domingo 6 de mayo, tras la comida

Donación: 120 € (alojamiento, pensión completa y concierto).



LUIS PANIAGUA

en concierto

*Bajo el manto de las estrellas*

Sábado 5 mayo a las 22 h.

en el templo Zen Luz Serena  
Abierto a todos los públicos.

Importe:

15 € antes del 1 mayo

20 € antes del concierto

*Reserva tu plaza*

*llamando a secretaría.*

Este año, por primera vez, y coincidiendo con la luna llena del Vesak –el día del Buda– convocamos una Fiesta Anual de la Sangha.

Un fin de semana de convivencia, meditación, comidas festivas, paseos por la naturaleza, juegos y música.

Festharemos el día del Buda con nuestros hijos, familiares, amigos y conocidos.

Los más pequeños y los no tan pequeños podrán hacer mandalas gigantes con arenas

coloreadas, tal vez algún guiñol, coloreado de imágenes budistas y otras sorpresas...

Un fin de semana abierto a todos aquellos que quieran conocer el templo y entrar en contacto con la comunidad en un ambiente relajado y amoroso.

El domingo 6 de mayo, a las 12 h. haremos la ceremonia por el Nacimiento del Buda con una ofrenda floral de los niños y niñas que participen en la fiesta.

Voluntariado 2012  
26-29 abril • 24-29 julio • 21-25 noviembre

voluntariado



Los días de Voluntariado se están convirtiendo en una buena forma de entrar en contacto con el templo Zen Luz Serena y con la práctica del budismo zen. Hace ya unos tres años que comenzamos a organizarlos y cada vez son más las personas interesadas en conocer el templo y la práctica durante estos días de convivencia, meditación y trabajo consciente.

Damos así la oportunidad de permanecer unos días en Luz Serena a aquellos que no pueden venir a otras actividades. Durante los voluntariados nos dedicamos a embellecer y acondicionar el templo, al mismo tiempo que pasamos unos agradables días juntos en un ambiente distendido; enfocados en la práctica del samu (trabajo consciente), de la meditación, envueltos en el silencio o en el canto de los pájaros.

Por las tardes tendremos un tiempo para ver alguna película o documental sobre el zen.

El maestro Dokushô Villalba impartirá enseñanzas zen durante varios días en forma de teishô.

Esta es la ocasión perfecta para quienes deseen iniciarse en la meditación zen y conocer de primera mano la vida diaria en el templo.

No es necesaria experiencia previa en la meditación zen.

El templo ofrece la estancia a cambio de seis horas diarias de trabajo.

## campaña donaciones 2012-2014

construcción de la sala de meditación del templo zen luz serena

¡está en nuestras manos!  
deja tu huella...



En este año 2012 comenzamos la Campaña de Donaciones para construir la nueva sala de meditación del templo Luz Serena.

Las dos primeras acciones están siendo la distribución de Calendarios 2012 y de las Estupas Consagradas.

Continuaremos con estas y otras acciones hasta la primavera del 2014.

Para entonces esperamos que la nueva Sala de Meditación esté construida, de forma que pueda ser inaugurada el 1 de Junio de ese año, dentro de las celebraciones por el XXV Aniversario de la Fundación del templo, y podamos usarla para el Ango de Verano de ese año.

La realización de este proyecto está en nuestras manos.

Por favor, colabora en cuantas acciones se emprendan para este fin.

Necesitamos también tu donación personal, por mínima que sea. Grano a grano, ladrillo a ladrillo, entre todos podemos hacer realidad el nuevo zendo del templo.

Una cuenta corriente ha sido abierta para canalizar y conservar en ella los recursos que la sangha, los simpatizantes y benefactores vayamos generando para este proyecto.

Los datos de esta cuenta son:

Titular: Comunidad Budista Soto Zen

Banco: Triodos Bank

Nº C/C: 1491 0001 29 1034687713

A pesar de la crisis económica, ahora más que nunca, sobre todo ahora que los valores materialistas se están desmoronando, necesitamos enraizarnos firmemente en el Espíritu que insufla nuestra verdadera existencia.

Junto al nuevo zendo será construido un muro en el que todos los donantes podrán dejar impresa su huella y su nombre. De esta forma, la generosidad de cada uno y cada una quedará ligada al presente y al futuro del templo.





¡está en nuestras manos!  
deja tu huella...

## distribución de calendarios 2012 construcción de la sala de meditación del templo zen luz serena

Éste es el primero de los tres calendarios anuales que verán la luz en 2012, 2013 y 2014 respectivamente, con la intención de estar más presentes entre nuestros practicantes, simpatizantes y la sociedad en general.

Queremos mostrar facetas de nuestra enseñanza y al mismo tiempo esperando encontrar en ellos la colaboración económica para llevar a cabo el nuevo ZENDO o sala de meditación que deseamos inaugurar con motivo de esta celebración del XXV Aniversario.

Las fotografías son de Dokushô Villalba y los textos que acompañan cada mes han sido extraídos del capítulo *Ikka Myoju, Una perla brillante*, de *Shobogenzo* del maestro Dôgen.

Hemos editado 2500 calendarios para distribuir entre practicantes, simpatizantes, familiares, amigos y conocidos.

Unos quinientos van empaquetados en un estuche muy cuidado, así como está cuidado todo el diseño, que ha sido donado por la empresa Tábula-Quinta Impresión.

La donación por el calendario sin estuche es de 10 €.

La donación por el calendario con estuche es de 13 €.

Si quieres adquirir uno o más para repartir y regalar a tus amigos y familiares, por favor, ponte en contacto con la secretaria del templo.



## distribución estupas consagradas

construcción de la sala de meditación del templo zen luz serena

¡está en nuestras manos!  
deja tu huella...



La segunda acción dentro de la Campaña Donaciones 2012-2014 es la distribución de Estupas Consagradas. Estas Estupas son relicarios que contienen tierra roja del Gran Círculo del templo Luz Serena. Están fabricadas en metacrilato transparente y han sido importadas de Tailandia.

Fueron consagradas por el maestro Dokushô Villalba durante una solemne ceremonia que tuvo lugar en el templo el 4 de diciembre del 2011.

De esta forma, los miembros de la sangha, practicantes zen y todos aquellos que así lo deseen pueden disponer una de estas Estupas Consagradas en el altar familiar de su hogar, impregnándolo con la irradiación espiritual del templo Luz Serena y manteniendo el vínculo con la práctica diaria del templo.

Ponemos a disposición tres tamaños de Estupas Consagradas:

26,5 cms. por una donación de 150 €

20 cms. por una donación de 100 €

11,2 cms. por una donación de 50 €

Esta es otra forma de colaborar en la Campaña Donaciones 2012-2014.



El templo zen Luz Serena se mantiene exclusivamente con las donaciones de los practicantes y con las aportaciones de los benefactores.

Ya seas practicante zen o no, puedes colaborar con el mantenimiento del templo mediante una cuota mínima de 15 € mensuales y máxima según tu disponibilidad y generosidad.

Gracias a estas aportaciones voluntarias, el templo continúa mejorando sus instalaciones para dar un mejor servicio a todos los que aquí acuden buscando una Vía de emancipación espiritual y existencial.

También se utilizan estas aportaciones para el sostén de los monjes y residentes en el templo, cuya dedicación es fundamental para consolidar la práctica del Dharma.

Como dice la estrofa del Don:

*Está el don material  
y está el don del Dharma.  
Ahora que ambos coinciden  
lo maravilloso aparece ante nuestros ojos.*

Necesitamos tu colaboración para mantener uno de los más importantes centros budistas de nuestro país.



sinergias, otras actividades



Del 10 al 12 de febrero

Llegada: viernes 10, a las 18 h.

Partida: domingo 12, tras la comida.

Precio: 150 €, taller, pensión completa y alojamiento

Los orígenes de la pintura Zen vienen desde China en tiempos de la dinastía Song del Sur (1127-1279), cuando monjes pintores como Mu Qi (hacia 1220-1290) o Liang Kai (s.XIII) practicaban la pintura a la tinta para reflejar la esencia de Buda en cada partícula del universo. Esta tradición pasa luego a Japón donde encontramos las obras maestras de Sesshu (1420-1506), probablemente el más famoso de los pintores Zen durante el período Muromachi (1333-1573). También podríamos citar a Hakuin (1685-1768) y a Sengai (1751-1837), quienes llevaron la pintura Zen a un grado total de libertad.

Antes de comenzar a pintar en nuestras clases hacemos un breve momento de zazen (meditación en silencio) para aquietar el espíritu, ya que uno de los principios de la pintura Zen es *seijaku* o serenidad interior. También hacemos algunas posturas de yoga para armonizar la mente con el cuerpo.

La mayoría de los alumnos y alumnas comienzan sin ningún conocimiento previo de pintura. El método de enseñanza se inicia con el aprendizaje del bambú, el crisantemo, el ciruelo florido y la orquídea silvestre que conforman los llamados “cuatro caballeros honorables”, para luego extendernos a otras variedades de árboles, flores, frutos y paisajes de montaña y agua. También trabajamos el reino animal en la pintura Zen para pasar a la figura humana y la arquitectura en el paisaje, dando libertad al alumno para usar una pincelada más delineada o *gongbi* o más suelta y enérgica *xieyi*.

taller de sumie  
pintura sino-japonesa



*El taller será impartido por Rubén Fuentes González (Matanzas, Cuba, 27 de junio de 1980).*

*Artista plástico y profesor de arte graduado del Instituto Superior de Arte de La Habana, Cuba, en el año 2006. Actualmente alterna su trabajo como artista entre Cuba y España, y realiza en Valencia un Doctorado en la Universidad Politécnica de Valencia. Recientemente Rubén Fuentes ha sido nombrado miembro de la Unión Nacional de Escritores y Artistas de Cuba (UNEAC).*

## taller sobre plantas medicinales y plantas silvestres comestibles del bosque mediterráneo

Será éste un taller teórico-práctico-experiencial en el que nos adentraremos en el mundo de las plantas medicinales y comestibles del entorno del templo zen Luz Serena.

- Observaremos sus características principales, las virtudes, propiedades curativas, los usos y preparaciones terapéuticas y alimentarias.
- Nos introduciremos en el conocimiento de su potencial curativo para los males del alma, y dedicaremos una parte a las preparaciones.
- Veremos la mitología, historia tradiciones populares de cada caso.

Abierto a todo los que quieran familiarizarse con las plantas medicinales y comestibles del bosque mediterráneo.

El taller será impartido por Juan González, etnobotánico, y presidente de la Asociación Sábila, para la protección el estudio, y desarrollo de las plantas medicinales.



*Juan González inició su camino en el conocimiento de las plantas “curativas”, hace una treintena de años, con estudios superiores de psicología y pedagogía. Se especializó en etnobotánica medicinal y espiritual.*

Del 30 de marzo al 1 de abril

Llegada: viernes 30 marzo, a las 18 h.

Partida: domingo 1 abril, a las 18 h.

Importe: 200 €, taller, alojamiento y pensión completa.



*Durante este tiempo ha participado en viajes y expediciones científicas por la Amazonia Brasileña, Centro y Sudamérica. Teniendo como guías, unas veces de forma puntual, y otras continuada, a maestros de diferentes tradiciones,*

*Camino Rojo, Tradición Shuar, Tradición Peruana... y autores del conocimiento y de los usos medicinales de las plantas.*

*En la actualidad dirige encuentros, cursos, talleres y seminarios sobre plantas medicinales.*

Del 23 al 25 de marzo

Llegada: viernes 23, a las 18 h. / partida: domingo 25, a las 18 h.

Importe: 200 €, taller, alojamiento y pensión completa.

Luis Paniagua. Madrid, España. Músico, compositor, productor. Creador del proyecto "Mediterráneo" de "Nuevas Músicas Ancestrales". Ganador del Premio Nacional al Mejor Álbum de Nuevas Músicas, otorgado por la Academia de las Artes y las Ciencias de la Música de España por "Nanas de Sol" en el año 2002, y en el 2003 nominado por "Bienvenida". Tiene editados 14 CD's como compositor e intérprete. Está dedicado a la música profesionalmente desde el año 1972. Ha realizado numerosos conciertos en países de Europa, América y Asia.  
[www.luispaniagua.com](http://www.luispaniagua.com)



## taller de voz y canto con Luis Paniagua

### Objetivos:

Servirse de la voz, el sonido, el silencio, la respiración y la meditación, para vivir más plenamente con uno mismo y con los demás.

Trabajar basándonos en la búsqueda e investigación de una estética perdida, una música universal que resuena en nuestro interior, donde podemos invitar al intelecto a descansar del pensamiento discursivo y a reposar en la experiencia del sonido no articulado de la música que precede todos los alfabetos.

Habilitar un espacio para activar las emociones, los sentimientos, la escucha interior y el silencio.

Posiblemente, vivir una experiencia sutil y expansiva de nuestro Ser, más allá de la terrenalidad física, y hacerla presente acompañándonos en la vida diaria.

### Contenidos:

**Voz:** La voz como elemento de expresión a través de la música - vibración.

**Sonido:** Todo lo que se mueve suena, todo lo que suena se mueve. El volumen sonoro. Expiraciones con sonido de un tono y las cinco vocales. Variaciones de vocales enlazadas, de tonos e improvisaciones. Armónicos.

**Silencio:** consciencia del silencio anterior y posterior al sonido.

**Respiración:** Inspiraciones y expiraciones profundas conscientes.

**Meditación Activa:** Meditación haciendo música. Meditación escuchando en vivo la lyra mitológica griega y la voz. Meditación en la atención y auto observación de las visiones, emociones y sentimientos que afloran. Y meditación en silencio.

# la aventura de la conciencia

con Dokushô Villalba, Sitara Blasco y Juanjo Segura



**Dokushô Villalba**  
*Maestro de meditación zen, fundador de la Comunidad Budista Soto Zen española y del Templo Zen Luz Serena (España). Traductor, escritor y conferenciante.*

**Sitara Blasco**  
*Psicóloga. Master en Psicoterapia Gestalt y en Psicología Clínica Integrativa. Formadora de Respiración Holotrópica de Grof Transpersonal Training. Formada en Programa SAT, chamanismo y teatro. Facilita talleres periódicos de Respiración Holotrópica. Trabaja como Psicóloga en Alicante.*

**Juanjo Segura**  
*Terapeuta. Master en Psicología Clínica Integrativa. Formador de Respiración Holotrópica y organizador en España de la formación de Grof Transpersonal Training. Formado en Programa SAT y chamanismo. Practicante de Zen. Facilita talleres periódicos de Respiración Holotrópica en España. Ejerce en Alicante.*

Del 10 al 15 de julio

Llegada: martes, 10 a las 18 h. / partida: domingo, 15, a las 17 h.  
información e inscripción: Juanjo Segura  
+34 607 302 727 • [info@holotropica.org](mailto:info@holotropica.org)



La Aventura de la Conciencia ofrece la integración de la práctica ancestral y espiritual del zen con lo más avanzado de la psicología occidental y la moderna investigación de la conciencia, a través de charlas y experiencia directa. Trabajamos de forma intensa con meditación y respiración, utilizamos música, trabajo corporal, dibujo de mandalas e intercalamos momentos de silencio y compartir.

En amenas charlas, y con una visión integradora, se explora la evolución de la conciencia y el proceso psicológico que la acompaña en sus diferentes etapas. Y también se imparten enriquecedoras enseñanzas zen.

Este taller posibilita vivencias de profundos insights, procesos de expansión de conciencia, apertura, autoconocimiento, liberación de problemas psicósomáticos, relajación, confianza, y bienestar que facilitan cambios importantes y beneficiosos.

No es necesaria experiencia previa en meditación ni en respiración.

Del 21 al 23 de septiembre

Llegada: viernes 21, a las 18 h. / partida: domingo 23, a las 18 h.

Donación: 100 €, todo incluido

encuentro sufismo & zen  
con Abdul Karim y Dokushô Villalba

El sufismo es la dimensión esotérica o mística del Islam. Su propósito es alcanzar el conocimiento directo de lo Real, al Haqq, que dentro de la cosmovisión sufi es uno de los atributos de Lo divino. De ahí la expresión extática del gran maestro sufi Sheij Mansur al-Hallaj: Ana I-Haqq, "Soy lo Real".

El Zen es el corazón del Budismo, un camino de liberación espiritual que tuvo su origen en el Buda Sakiamuni, hace más de dos mil quinientos años.

Despertarse y vivir en acuerdo con la verdadera naturaleza de la realidad es lo que todos los maestros zen del pasado y del presente enseñan.



Este Encuentro se concibe como un espacio para compartir vivencias, experiencias, sentires y conocimientos.

Todos los participantes seguiremos las prácticas sufis y las prácticas zen, en un espíritu de apertura a la sabiduría transmitidas por ambas tradiciones.

Nos reuniremos seguidores de la tradición sufi y seguidores de la tradición zen, así como otras personas que querrán compartir el encuentro desde y en el corazón.

Hermanados en el camino hacia el despertar y en el encuentro con lo Inefable, no habrá más objetivo que la alegría y el gozo de compartir el asombro.

## otros talleres

- 15-19 marzo: Figuras Parentales  
24-27 mayo: Formación en Psicoterapia Gestalt  
3-8 julio: Eneagrama  
19-22 julio: Formación en Psicoterapia Gestalt  
18-21 octubre: Formación en Psicoterapia Gestalt

Organizados por

*Instituto de Psicoterapia Emocional y Técnicas de Grupo*

Teléfono 965 228 152 • Fax 965 228 507

ipetg@ipetg.com • www.ipetg.com

---

19-22 abril: El Deseo y la Sexualidad, con Susi Andreu

7-10 junio: Sexualidad Femenina, con Susi Andreu

Organizados por *Susi Andreu*

Teléfono 965 228 152

---

29 junio-1 julio: Taller de Yoga, con Anna Constanza

Organizado por *Anna Constanza*

Teléfono 607 612 472

---

13-18 noviembre: Taller de Autorrealización,  
con Kunio Nomura sensei.

Organizado por *Juan Calvo Loygorri*

Teléfono 639 210 808



### TEMPLO LUZ SERENA

46356 Casas del Río – Valencia (España)  
Dirección Espiritual: Ven. Dokushô Villalba roshi  
Teléfono: 962 301 055  
Móvil: 609 415 605  
www.cbsz.es  
nfo@cbsz.es

### ASOCIACIÓN ZEN DE ALICANTE

C/ General Marvá, 14 1º - 03004 Alicante  
Responsable: Samuel Soriano  
Teléfono: 616 305 406  
www.alicante.cbsz.es  
info@alicante.cbsz.es

### ASOCIACIÓN ZEN DE BILBAO "GOGOARGI"

C/ Alameda Mazarredo 17, 1º D – 48001 Bilbao  
Responsable: Kepa Fernández  
Teléfono: 695 731 521  
www.bilbao.cbsz.es  
info@bilbao.cbsz.es

### GRUPO ZEN DE OURENSE

Rua Alexandre Bóveda nº 15 baixo  
32002 Ourense  
Responsable: Dorinda Udías  
Teléfono: 654 756 933  
www.ourense.cbsz.es  
info@ourense.cbsz.es

ASOCIACIÓN ZEN DE SANTANDER  
C/ Joaquín Bustamante, nº10 (terrace - debajo Gimnasio Seúl)  
39011 Santander

Responsable: Jose M<sup>a</sup> Gómez  
Teléfono: 650 846 571 (Chema)  
www.santander.cbsz.es  
info@santander.cbsz.es

### GRUPO ZEN DE TUI

C/ R. A Guarda, 4 interior  
36700 Tui (Pontevedra)  
Responsable: Saúl Estevez  
Teléfono: 633 874 276  
www.tui.cbsz.es  
info@tui.cbsz.es

### ASOCIACIÓN ZEN DE VALENCIA

C/ Obispo Muñoz, 66 bajo  
46100 Burjassot (Valencia)  
Responsable: José Manuel Maceiras  
Teléfono: 647 189 080  
www.valencia.cbsz.es  
info@valencia.cbsz.es

### ASOCIACIÓN ZEN DE ZARAGOZA

C/ Cuarte, nº 83-bajo  
50007 Zaragoza  
Responsables: Mar López y Miguel A. Rodríguez  
Teléfono: 667 998 381  
www.zaragoza.cbsz.es  
info@zaragoza.cbsz.es



1989-2014  
**XXV Aniversario**  
Templo Zen Luz Serena



Templo Zen Luz Serena  
Comunidad Budista  
Soto Zen

46356 Casas del Río  
Requena (Valencia)  
Teléfono 962 301 055  
Móvil 609 415 605  
info@cbsz.es  
www.cbsz.es

