



Querida amada comunidad:

Nos alegra compartir con todos la película *Una nube nunca muere*, junto con recursos que permiten explorar y responder a las cuestiones que plantea la película.

## **Información sobre la película**

Narrada por el actor Peter Coyote, *Una nube nunca muere* es la primera película biográfica autorizada sobre la vida de nuestro maestro zen Thich Nhat Hanh. Esta película, que reúne vídeos originales y archivos fotográficos, describe el ascenso de un joven y humilde monje vietnamita hasta convertirse en uno de los líderes espirituales más influyentes y queridos del mundo, inspirando a millones de personas a practicar la plena consciencia para encontrar la paz en sí y en el mundo.

Esta película es un encargo de la comunidad de budismo comprometido Plum Village y ha sido elaborada por historiadores monásticos y miembros de la comunidad de Thich Nhat Hanh, junto con Max Pugh y Marc J. Francis, realizadores del documental *Camina conmigo*.

### **Thich Nhat Hanh**

El maestro zen Thich Nhat Hanh, fallecido en enero de 2022, fue un líder espiritual mundial, poeta y activista por la paz, venerado en todo el mundo por sus poderosas enseñanzas y sus conocidos escritos sobre la plena consciencia y la paz. Su enseñanza principal es que la plena consciencia nos permite aprender a vivir felizmente en el momento presente, y es la única manera de desarrollar de verdad la paz en uno mismo y en el mundo. Conocido por sus discípulos como *Thay* («maestro» en vietnamita), fue un monje amable y humilde, el hombre al que el reverendo Dr. Martin Luther King llamó «apóstol de la paz y la no violencia».

### **La guerra de Vietnam**

La guerra de Vietnam (1954-75) fue un prolongado conflicto que enfrentó al gobierno comunista de Vietnam del Norte y a sus aliados en Vietnam del Sur, conocidos como *Viet Cong*, contra el gobierno de Vietnam del Sur y su principal aliado, Estados Unidos. Llamada la «guerra americana» en Vietnam (o, para ser más exactos, «la guerra contra los americanos para salvar la nación»), esta

guerra se produjo como parte de un conflicto regional más amplio (las guerras de Indochina) y como manifestación de la Guerra Fría entre Estados Unidos y la Unión Soviética y sus respectivos aliados (fuente: Enciclopedia Británica).

### **No violencia**

La desobediencia civil no violenta es a la vez una práctica y una estrategia. Rechaza el uso de la violencia física. Las prácticas no violentas han demostrado ser herramientas poderosas en numerosos movimientos por la independencia, reformas gubernamentales y derechos humanos. Implica dejar de cooperar activamente con sistemas represivos y leyes injustas. Entre los ejemplos de campañas no violentas de mayor éxito se encuentran la lucha contra el dominio británico en la India dirigida por Mahatma Gandhi; la lucha por los derechos laborales en Polonia dirigida por Lech Walesa y Solidaridad; y la campaña por los derechos civiles en Estados Unidos dirigida por el Dr. Martin Luther King.

*Para saber más sobre Plum Village y Thich Nhat Hanh, consulta la web <https://plumvillage.org/>. Ahí encontrarás también una relación de sanghas (comunidades) locales de práctica.*

## **Preparativos para el visionado del vídeo**

Para preparar el visionado de la película, atenúa las luces y considera la posibilidad de encender una vela u ofrecer incienso en una zona alejada de la pantalla.

Si lo ves en grupo, pide a todos los presentes que apaguen sus dispositivos electrónicos.

Invita al público a entrar en silencio y disfrutar de una respiración tranquila, dejando de lado todos sus pensamientos.

### **Recomendaciones técnicas**

Utiliza la pantalla más grande y el mejor sistema de sonido disponible. Cuando se proyecte desde YouTube, tendrá varias opciones para los subtítulos en idiomas distintos del inglés.

La URL de YouTube es: <https://www.youtube.com/watch?v=DRObW9noiVk>

## **Propuesta de introducción para grupos que se reúnan en una sangha**

*Nota: Valora la posibilidad de realizar una breve meditación sentada en silencio antes o después de la película. Recuerda, como siempre, mantener la comodidad de la sangha.*

*(Invita la campana tres veces).*

Bienvenidos a esta proyección especial para la sangha de *Una nube nunca muere*, la historia de la vida y las enseñanzas de nuestro querido Thay. Este es un momento hermoso porque estamos juntos como una familia, como continuación de Thay. Estamos aquí los unos para los otros.

Mientras ves el vídeo, observa las palabras o frases que más te llamen la atención. ¿Qué mensajes resuenan en ti? ¿Qué hechos te sorprenden?

La duración de la película es de aproximadamente media hora. Después de la proyección y de un breve descanso, nos reuniremos de nuevo para (disfrutar de un té y) compartir el Dharma sobre nuestra experiencia de la película.

## **Propuesta de introducción para grupos menos familiarizados con las enseñanzas de Thich Nhat Hanh.**

Bienvenidos a esta proyección especial de *Una nube nunca muere*, la historia de la vida y las enseñanzas del maestro zen Thich Nhat Hanh.

Nuestro maestro, Thich Nhat Hanh, al que también llamamos "Thay", nos enseñó a disfrutar del sonido de la campana para recordar que debemos volver al momento presente. Utilizamos la campana para ayudarnos a relajar el cuerpo y tomar consciencia de nuestra respiración. En nuestra práctica, cuando oímos la campana dejamos de hacer lo que estemos haciendo y respiramos conscientemente tres veces para liberar las tensiones del cuerpo y la mente y regresar a un estado fresco y claro de nuestro ser. Sentémonos en una posición cómoda y disfrutemos de tres sonidos de la campana antes de empezar la película.

*(Invita la campana tres veces).*

Si ya conoces a Thich Nhat Hanh o acabas de descubrirlo, es posible que el vídeo te provoque ciertas emociones y pensamientos. Anota estas sensaciones, a medida que vayan surgiendo para compartirlas más tarde. Anota también las palabras o frases de Thich Nhat Hanh o del narrador (el actor Peter Coyote) que te llamen la atención.

La película dura aproximadamente media hora. Te invitamos a quedarte después de la proyección para (disfrutar de un té, y) participar en un intercambio de

grupo sobre la película y tu propia experiencia sobre las enseñanzas del budismo y nuestro querido maestro.

## **Después de ver el vídeo**

*(Invita la campana)*

*Siéntate en silencio durante uno o dos minutos, si es posible.*

*En los grupos públicos, invita a todos a estirar las piernas. Vuelve a encender las luces.*

*En el caso de las sanghas, actúa como lo harías normalmente al facilitar el compartir el Dharma.*

## **Preguntas para una reflexión personal y de grupo**

*Para las sanghas:*

**¿Qué significan las palabras " continuación de Thay" para nuestra sangha? ¿Y para cada uno de nosotros?**

*Para todos:*

**¿Qué sensaciones han surgido en ti mientras veías la película?**

*Posibles respuestas:* Cuestiones de mi propia vida; tristeza por la muerte de Thay; inspiración para comprometerme más o profundizar en mi práctica; tranquilidad.

**¿Por qué crees que la película se titula *Una nube nunca muere* ?**

*Ideas:* Dialoga sobre la enseñanza de Thay de «no nacer/no morir». Una nube se transforma en lluvia, en un río, en una taza de té. ¿En qué se parece Thay a una nube?

**¿Qué te ha parecido interesante de la película? ¿Por qué?**

*Posibles respuestas:* Las fotos de archivo; Thay como joven monje; la educación de Thay y su papel como líder; la narración, la música; escuchar la voz de Thay cuando era más joven.

**¿Qué palabras, frases o imágenes te han quedado grabadas después de ver la película?**

*Las respuestas pueden variar.*

**¿Cómo sería el budismo comprometido de Thay si fuera un joven monje hoy en día?**

*Ideas:* Protección de la Madre Tierra, plena consciencia en las escuelas, construcción de la paz, construcción de comunidades

## **¿Cómo crees que continuará el legado de Thay? ¿Has visto o escuchado algo en la película que te haya inspirado a aprender más sobre la plena consciencia y el interser?**

*(Nota: El público también puede tener preguntas para el moderador, que pueden responderse de la mejor manera posible. Siempre se puede decir «no sé»).*

## **Budismo comprometido**

La película no solo pretende informar a los espectadores; se espera que también inspire a la gente a pasar a la acción, de acuerdo con las enseñanzas de Thay sobre el budismo comprometido. Después de ver *Una nube nunca muere* los espectadores pueden preguntarse: ¿qué puedo hacer para ser la continuación de Thay y ser un instrumento de paz? A continuación se presentan varias sugerencias, recopiladas con la ayuda de nuestros maestros del Dharma laico, para que las tengas en cuenta:

- Comentar un libro: Utilizando uno de los libros que aparecen en la lista de Recursos Seleccionados, forma un grupo en línea o en persona de debate sobre libros para explorar más profundamente el decimocuarto entrenamiento de la plena consciencia de la Orden del Interser y las actividades no violentas de Thay durante la guerra de Vietnam.
- Caminar por la paz: Organiza una meditación caminando en silencio y al aire libre por la paz en tu comunidad. Antes de la caminata, invita la campana y considera la posibilidad de leer uno de los poemas de Thay (como *Llamadme por mis verdaderos nombres*) o un pasaje de uno de los libros de Thay. Después, considera la posibilidad de formar un círculo, dedicando el mérito de la caminata a todas las víctimas de la guerra y la violencia (incluidos los perpetradores), e invita a los participantes a compartir desde el corazón cualquier cosa que hayan notado a lo largo de la caminata dentro de ellos mismos o a su alrededor.
- Escribir cartas de amor: Thay y la hermana Chan Khong escribían a menudo «cartas de amor» a líderes políticos, dirigiéndose a ellos como hermanos y hermanas, y pidiéndoles que eligieran el camino de la paz al considerar la legislación y dirigir su país o estado. Si formas parte de una sangha, plantea la posibilidad de juntarse para escribir cartas a líderes políticos, teniendo siempre presente que la bondad amorosa abre más corazones (y puertas) que la ira y la crítica.
- Comprométete a actuar correctamente: La comunidad de Plum Village ofrece los 5 y 14 entrenamientos de la plena consciencia para apoyar una vida ética y pacífica. Recitar regularmente estos preceptos, solo o como parte de una sangha, puede proporcionarte alimento y apoyo mientras

determinas la mejor manera de hablar y vivir en un mundo que lucha contra la violencia y la desesperación.

- Unir fuerzas con otros buenos amigos: Los estudiantes de Thay tienen mucho que ofrecer a las comunidades que trabajan por la paz, el medio ambiente y la justicia racial. A cambio, tenemos mucho que aprender de otros grupos que trabajan en estos temas. ¡Busca oportunidades para trabajar juntos en plena consciencia como amigos en el camino!

Somos practicantes de la tradición mahayana de Thay. Hemos elegido el camino del bodhisattva, dedicándonos a aliviar el sufrimiento y a aumentar la comprensión y el bienestar. En este momento se está gestando una tormenta perfecta de crisis sociales que se entrecruzan: la guerra, los ataques a la democracia, una pandemia continua, una economía global sumamente injusta, un racismo sistémico profundamente dañino, la erosión de la confianza en los gobiernos, la persistencia de traumas mundiales no curados que atormentan la vida, y la devastación ecológica que amenaza gran parte de la vida tal como la conocemos.

En su libro *Zen y el arte de cambiar el mundo*, Thich Nhat Hanh escribe: «Propongo otra dimensión: la dimensión de la acción. La dimensión de la acción es el ámbito de los bodhisattvas, la energía que nos ayuda a traer la dimensión última a la histórica para poder vivir una vida de acción de forma relajada y alegre, libres del miedo, libres del estrés, libres de la desesperación».

Por tanto, podríamos afirmar que los bodhisattvas nos hemos estado entrenando para afrontar este reto. Nuestra práctica tiene mucho que ofrecer a un mundo que sufre. Muchos practicantes de Plum Village están ya haciendo cosas maravillosas en el ámbito de la práctica socialmente comprometida, y muchas más personas desean hacerlas. La pregunta es: ¿cómo podemos organizarnos para trabajar mejor al ofrecer nuestra práctica a un mundo que sufre? ¿Qué podríamos hacer, crear, publicar u ofrecer de forma más consistente? ¿A qué estamos llamados cada uno de nosotros?

Hay varias iniciativas de práctica comprometida que han surgido en la comunidad de Plum Village para apoyarnos en nuestro camino:

- [ARISE](#): Despertar desde la raza, la interseccionalidad y la equidad social.
- [Earth Holder Community y sus Beloved Community Circles](#): Círculos de *abrazadores de la Tierra* y de amada comunidad. Acción consciente para la justicia racial y climática.
- La iniciativa E.M.B.R.A.C.E., que se centra en la práctica de la plena consciencia y la resiliencia relacionadas con el trauma.
- [Wake-Up](#): Red de acogida para los practicantes más jóvenes, de 18 a 35 años.

- [Chrysanthamum Sangha](#): Un lugar de encuentro para practicantes LGBTQIA+.
- [Wake Up Schools](#): Un programa de formación para aplicar la plena consciencia en entornos escolares.

## Enlaces para obtener más información

Sitio web de Plum Village: [plumvillage.org](http://plumvillage.org)

Plum Village, cerca de Burdeos, en el suroeste de Francia, es el mayor centro internacional de práctica de la plena consciencia en la tradición de Plum Village, y la primera comunidad monástica fundada por el maestro zen Thich Nhat Hanh en Occidente. Plum Village es el lugar donde Thay ha hecho realidad su sueño de construir una *comunidad amada*, creando un entorno saludable y nutritivo en el que la gente pueda aprender el arte de vivir en armonía con los demás y con la Tierra.

Plum Village Online - [Canal de YouTube de Plum Village](#) y [Canal de TnhSpain](#)

En estos canales de YouTube se pueden encontrar charlas del Dharma, meditaciones guiadas, canciones y cantos de Thich Nhat Hanh y de los monásticos de Plum Village grabados en centros de práctica de plena consciencia como el centro de práctica de Plum Village (Francia), el monasterio de Deer Park (California) y el monasterio de Blue Cliff (Nueva York).

[Directorio internacional de sanghas](#):

[plumvillage.org/about/international-Sangha-directory](http://plumvillage.org/about/international-Sangha-directory)

Una sangha es una comunidad local de practicantes de la plena consciencia que se reúnen para meditar, para compartir sus alegrías y dificultades y para apoyarse mutuamente en el camino de la práctica. Reunirse regularmente con otros para sentarse y compartir es una forma preciosa de cultivar nuestra comprensión y compasión y de restablecer una profunda conexión con los demás. Animamos a todo el mundo a unirse a una sangha cercana o a participar en actividades con una comunidad de práctica de plena consciencia para poder beneficiarse de la energía colectiva de plena consciencia, de paz y de alegría.

[Fundación Thich Nhat Hanh](http://tnhf.org): [tnhf.org](http://tnhf.org)

La Fundación Thich Nhat Hanh es una organización benéfica estadounidense sin ánimo de lucro y exenta de impuestos fundada por el maestro zen Thich Nhat Hanh. Los donativos a esta fundación sirven para difundir las enseñanzas y la práctica consciente de Thich Nhat Hanh, para apoyar a nuestros centros de práctica consciente y las iniciativas que se llevan a cabo en todo el mundo para

fomentar la paz y la transformación de las personas, los animales, las plantas y nuestro planeta.

[Parallax Press](http://parallax.org): [parallax.org](http://parallax.org)

Parallax Press es una editorial sin ánimo de lucro fundada por el maestro zen Thich Nhat Hanh que publica libros y material multimedia sobre el arte de la vida consciente y el budismo comprometido. Parallax Press se compromete a ofrecer enseñanzas que ayuden a transformar el sufrimiento y la injusticia.

[Libros de Thich Nhat Hanh en inglés](http://www.parallax.org/brand/thich-nhat-hanh): [www.parallax.org/brand/thich-nhat-hanh](http://www.parallax.org/brand/thich-nhat-hanh)

[Libros de Thich Nhat Hanh en español](#):

[https://tnhspain.com/images/recursos/2021\\_02\\_11\\_Libros\\_resumen.pdf](https://tnhspain.com/images/recursos/2021_02_11_Libros_resumen.pdf)

Thay es autor de más de cien libros y es uno de los maestros budistas más conocidos hoy en día. Entre sus libros más vendidos se encuentran *Ser paz*, *La paz está en cada paso* y *El milagro del mindfulness*.

[The Mindfulness Bell](http://mindfulnessbell.org): [mindfulnessbell.org](http://mindfulnessbell.org)

Una revista sobre el arte de la vida consciente. *The Mindfulness Bell* es un recurso de inspiración y enseñanza para quienes practican la plena consciencia en la vida diaria. Cada número presenta una nueva enseñanza de nuestro profesor, el maestro zen vietnamita Thich Nhat Hanh.

[La App de Plum Village](https://plumvillage.app/): <https://plumvillage.app/>

Ofrece meditaciones guiadas, relajaciones profundas, enseñanzas y otros recursos para la práctica de la plena consciencia del maestro zen Thich Nhat Hanh y su comunidad monástica. Tiene muchos recursos en español.

[El podcast "The Way Out Is In"](#):

<https://plumvillage.org/podcasts/the-way-out-is-in/>

Coproducido por la aplicación Plum Village y *Global Optimism* con el apoyo de la Fundación Thich Nhat Hanh, este podcast ofrece conversaciones enriquecedoras sobre Thich Nhat Hanh, la tradición Plum Village, la meditación y cómo afrontar los retos de la vida desde una base de prácticas de plena consciencia. El podcast está copresentado por el hermano Phap Huu, asistente personal de Thich Nhat Hanh durante 17 años y abad del Upper Hamlet en Plum Village, y Jo Confino, que trabaja uniendo la transformación personal y el cambio de sistemas. En inglés.

## Recursos sobre la vida y la comunidad monástica de Thich Nhat Hanh

[La historia de la vida de Thich Nhat Hanh](#) (sitio web de Plum Village)

[Fragantes hojas de palmera: Bloc de notas 1962-66](#) (fecha de publicación: 4 de mayo de 2022)

[Mi casa es el mundo](#): Historias y enseñanzas esenciales de la vida de un monje

[Learning True Love](#): La hermana Chan Khong nos habla de cómo aprendió y practicó el cambio social en Vietnam. Sin traducción al español.

[My Master's Robe](#): Recuerdos de Thay como un monje novicio. Sin traducción al español.

Película [Camina conmigo](#) en línea: Vimeo On Demand. Subtítulos en español.

Una visita íntima al interior del monasterio Plum Village de Thich Nhat Hanh. Filmada durante tres años, esta reveladora película es una meditación sobre una comunidad decidida a desarrollar un profundo sentido de la presencia, no solo para ellos mismos, sino para todos sus seres queridos.

## Centros de práctica de la plena consciencia

Los once centros de práctica y monasterios que se enumeran a continuación fueron fundados por el maestro zen Thich Nhat Hanh y todos practican en la tradición de Plum Village bajo su dirección. Nuestros centros están abiertos durante todo el año, para estancias cortas o largas, para aprender el arte de la vida consciente.

### Estados Unidos

[Blue Cliff Monastery](#), Nueva York: [bluecliffmonastery.org](http://bluecliffmonastery.org)

[Deer Park Monastery](#), California: [deerparkmonastery.org](http://deerparkmonastery.org)

[Magnolia Grove Monastery](#), Mississippi: [magnoliagrovesmonastery.org](http://magnoliagrovesmonastery.org)

### Europa

[Plum Village Monastery, France](#) | [plumvillage.org](http://plumvillage.org)

[Maison de l'Inspir, France](#) | [maisondelinspir.org](http://maisondelinspir.org)

[Healing Spring Monastery, France](#) | [healingspringmonastery.org](http://healingspringmonastery.org)

[European Institute of Applied Buddhism, Germany](#) | [eiab.eu](http://eiab.eu)

### Asia/Australia

[Asian Institute of Applied Buddhism, Hong Kong](#) | [pvfhk.org](http://pvfhk.org)

[Thai Plum Village International Practice Center, Thailand](#) | [thaiplumvillage.org](http://thaiplumvillage.org)

[Nhap Luu Stream Entering Monastery, Australia](#) | [nhapluu.org](http://nhapluu.org)

[Mountain Spring Monastery, Australia](#) | [www.mountainspringmonastery.org](http://www.mountainspringmonastery.org)