

Japão



Quando voltei ao Brasil, depois de residir 12 anos no Japão, me incumbi da difícil missão de transmitir o que mais me impressionou no povo japonês: *kokoro*. *Kokoro* ou *shin* significa coraçãomente-essência. Como educar pessoas a ter sensibilidade suficiente para sair de si mesmas, de suas necessidades pessoais e se colocar a serviço e à disposição do grupo, das outras pessoas, da natureza ilimitada? Outra palavra é *gaman*: aguentar, suportar. Educação para ser capaz de suportar dificuldades e superá-las.

Assim, os eventos de 11 de março no Nordeste japonês surpreenderam o mundo de duas maneiras. A primeira, pela violência do tsunami e dos vários terremotos, bem como pelos perigos de radiação das usinas nucleares de Fukushima. A segunda, pela disciplina, ordem, dignidade, paciência, honra e respeito de todas as vítimas. Filas de pessoas passando baldes, cheios e vazios, de uma piscina para os banheiros. Nos abrigos, a surpresa das repórteres norte-americanas: ninguém queria tirar vantagem sobre ninguém. Todos compartilhavam cobertas, alimentos, dores, saudades, preocupações, massagens. Cada qual se mantinha em sua área. As crianças não faziam algazarra, não corriam nem gritavam, mas se mantinham no espaço que a família havia reservado. Não furavam as filas para assistência médica – quantas pessoas necessitando de remédios perdidos! –, mas esperavam sua vez para usar o telefone, receber atenção médica, água, alimentos, roupas e escalda-pés singelos, com pouquíssima água. Compartilhavam também o resfriado, a falta de água para higiene pessoal e coletiva, a fome, a tristeza, a dor, as perdas de verduras, de leite, a morte.

Nos supermercados lotados e esvaziados de alimentos, não houve saques. Houve a resignação da tragédia e o agradecimento pelo pouco que recebiam. Ensino de Buda, hoje enraizado na cultura e chamado de *kansha nokokoro*: coração de gratidão.

Sumimasen é outra palavra-chave. Desculpe, sinto muito, com licença. Por vezes me parecia que as pessoas pediam desculpas por viver. Desculpe causar preocupação, desculpe incomodar, desculpe precisar falar com você, ou tocar à sua porta. Desculpe pela minha dor, pelas minhas lágrimas, pela minha passagem, pela preocupação que estamos causando ao mundo. *Sumimasen*.

Quando temos humildade e respeito, pensamos nos outros, nos seus sentimentos e necessidades. Quando cuidamos da vida como um todo, somos cuidadas e respeitadas. O inverso não é verdadeiro: se pensar primeiro em mim e só cuidar de mim, perderei. Cada um de nós, cada uma de nós é o todo manifesto.

Acompanhando as transmissões pela TV e pela internet, pude pressentir a atenção e o cuidado com quem estaria assistindo: mostrar a realidade sem ofender, sem estarrecer, sem causar pânico. As vítimas encontradas, vivas ou mortas, eram gentilmente cobertas pelos grupos de resgate e delicadamente transportadas – quer para as tendas do exército, que serviam de hospital, quer para as ambulâncias, helicópteros, barcos, que os levariam a hospitais. Análises da situação por especialistas, informações incessantes a toda a população pelos oficiais do governo e a noção bem estabelecida de que “somos um só povo e um só país”.

Telefonei várias vezes aos templos por onde passei e recebi telefonemas. Diziam-me do exagero das notícias internacionais, da confiança nas soluções que seriam

encontradas, e todos me pediram que não cancelasse nossa viagem em julho próximo.

Aprendemos com essa tragédia o que Buda ensinou há 2 500 anos: a vida é transitória, nada é seguro neste mundo, tudo pode ser destruído em um instante e reconstruído novamente. Reafirmando a Lei da Causalidade, podemos perceber como tudo está interligado e que nós, humanos, não somos e jamais seremos capazes de salvar a Terra. O planeta tem seu próprio movimento e vida. Estamos na superfície, na casquinha mais fina. Os movimentos das placas tectônicas não têm a ver com sentimentos humanos, com divindades, vinganças ou castigos. O que podemos fazer é cuidar da pequena camada produtiva, da água, do solo e do ar que respiramos. E isso já é uma tarefa e tanto.

Aprendemos com o povo japonês que a solidariedade leva à ordem, que a paciência leva à tranquilidade e que o sofrimento compartilhado leva à reconstrução. Esse exemplo de solidariedade, de bravura, de dignidade, de humildade, de respeito aos vivos e aos mortos ficará impresso em todos os que acompanharam os eventos que se seguiram a 11 de março.

Minhas preces, meus respeitos, minha ternura e minha imensa tristeza em testemunhar tanto sofrimento e tanta dor de um povo que aprendi a amar e respeitar.

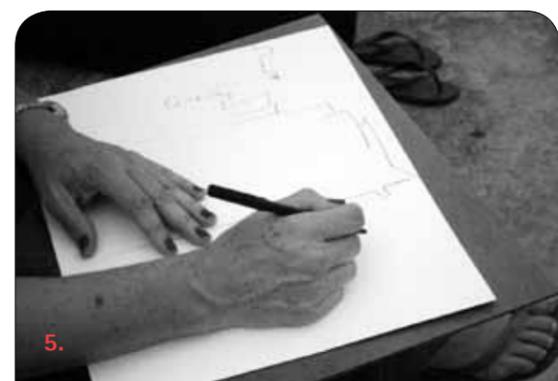
“Havia pessoas suas conhecidas na tragédia?”, me perguntaram. E só posso dizer: todas. Todas eram e são pessoas de meu conhecimento. Com elas aprendi a orar, a ter fé, paciência, persistência. Aprendi a respeitar meus ancestrais e a linhagem de Budas.

Mãos em prece (gassho),
Monja Coen

Texto publicado originalmente na revista *Viagem & Turismo* (seção Concierge, abril de 2011), em versão resumida.

Acontece no Zendo

1. De 15 a 25 de janeiro foram dias de treinamento intensivo no Zendo. Monges, monjas e alunos tiveram a oportunidade de vivenciar a experiência da vida monástica com muitos períodos de zazen, liturgias, samu, palestras e aulas.
2. Nos dias 29 e 30 de janeiro aconteceu em São Carlos, no espaço Jatobá Terra Prana, a tradicional Vivência Zen e Yoga, coordenada por Monja Coen e Lilla Leuzzi.
3. Entre os dias 11 e 15 de fevereiro aconteceu no Zendo o Nehan Sesshin.
4. Dois novos bebês chegaram, para a felicidade de membros da nossa sanga. Laura Alice, filha de Elen Cristina e Marcos Wagner, chegou no dia 6 de março. No dia 17 do mesmo mês foi a vez de lan deixar os pais, Tenkai Marcelo Angotti e Keila, cheios de alegria.
5. Mais um encontro de zazenhos (zazen + desenhos) aconteceu no dia 13 de março, dessa vez na praça Charles Miller, no Pacaembu. Para participar dos próximos (fique atento aos murais), basta uma folha de papel, lápis e nenhuma ideia preconcebida na cabeça (a começar por "Ah, mas eu não sei desenhar"). Venha e solte-se.
6. No dia 19 de março aconteceu o Jukai de Regina Cassimiro. Fugetsu, o seu nome de preceitos, quer dizer vento/lua, lua de outono, beleza natural.



MEDITAÇÕES

Um novo templo para uma sanga? Uma sanga para um novo templo?

Por Monge Dorin Oscar Bressane

Recordo-me com clareza de que o principal item defendido por nossa gestão na primeira Assembleia Geral Ordinária em 2010 foi a construção de um novo templo para nossa comunidade. Sentia a importância dessa proposta em razão das necessidades de ampliação de nosso espaço de prática, preces e palestras. Não apenas por uma questão física, mas também me parecia que a sanga atingia um nível de desenvolvimento e aspirações que melhor se concretizariam em um templo com sede própria. Lembro-me ainda de termos dito que as gestões anteriores haviam sido marcadas pela consolidação da entidade, formalização do espaço físico e estruturação do formato jurídico, e que pretendíamos, portanto, trabalhar para o fortalecimento de nossa sanga.

Uma sanga, um templo. Alguns grupos de trabalho se constituíram para vislumbrar formas de arrecadação de fundos. No decorrer do tempo, notávamos que as propostas surgiam e, ainda mal delineadas, já desvaneciam, dando lugar a outra que em seguida desaparecia como que por encanto, para surgir uma outra e mais outra, sem que obtivéssemos algo consistente. Arrecadar fundos? A quem sensibilizar? Como sensibilizar?

Com frequência conversávamos sobre as características de nossa sanga. Refletimos por diversas vezes sobre nossas particularidades e como, então, procurar um benfeitor ou simpatizante que, sensibilizado com nossos princípios, nos oferecesse valores ou um imóvel para concretizar nosso sonho. Durante esse tempo, pensávamos sobre todas as maneiras que poderíamos desenvolver para conduzir nossos esforços, e ao final de tudo percebemos que nossos esforços devem ser dirigidos a nossa prática: ao zazen e aos sesshins, porque é isso que caracteriza nossa escola e é isso que sabemos oferecer e fazer.

Recentemente, em paralelo a todo esse questionamento aparentemente sem resposta, nos veio uma pergunta: onde

está o espírito comunitário de nossos praticantes? Onde está nossa sanga? O que é nossa sanga? Qual é sua personalidade? Por que não existe a participação dos membros da comunidade nas atividades propostas? Samu das Estações, Zen da Paz, Sesshin... Por que essa desmobilização evidente? Em que verdade acreditamos?

Creio que esse questionamento recente foi o que mais me abalou internamente. A Sensei nos perguntou, durante uma de nossas reuniões: "Qual de vocês sente o Zendo como sua própria casa, ou seja, um lugar que, com orgulho, convidaria um amigo ou parente para conhecer? Qual de vocês venderia o próprio carro, imóvel ou bicicleta para o bem do Zendo? Quantos de vocês frequentam este templo com a intenção de dar em vez de receber?"

Essas perguntas tocaram profundamente meu coração. Percebi que as propostas para a construção do templo na realidade se apoiavam sobre aspirações que pouco condiziam com nossa realidade. Por quê? Pois me pergunto também: por que ou para quem esse templo deverá ser construído? Quantos são os membros da sanga que pensam nesse local como sendo seu? Como sendo o local de que sempre estive à procura, com uma líder espiritual sempre desejada e que está sedenta por orientar seus alunos? Será que nos conscientizamos disso? Será que desejamos de fato que esse templo se concretize? Por que deveria desejar um templo se para minhas necessidades este espaço cumpre sua função?

Como ou o que fazer para que pessoas que jamais haviam se visto antes passem a ter o sentimento de comunidade se a convivência com os outros membros da comunidade se faz em três ou quatro rápidos encontros mensais? Como fazer brotar o espírito comunitário em pessoas que dedicam ao templo o tempo que sobra de suas vidas?

Diante dessa reflexão, ficou muito clara a razão por que os grupos de trabalho para a construção do novo templo não seguiam adiante. Percebi que existem indivíduos que frequentam o Zendo, mas a comunidade desejada, a meu ver, não existe. Não existe, creio eu, por falta de relacionamento e oportunidade de participação ativa. Sinto que é fundamental estimular esse canal de comunicação. Penso ser importante a realização de outras assembleias ao longo do ano com o objetivo de promover encontros, troca de ideias, integração.

Um templo apenas se concretizará para nós quando – e apenas quando – nos constituirmos como uma comunidade com anseios próprios, com desejo de construir um espaço para melhor realizarmos nossa prática. Devemos nos conscientizar de que um templo só existirá quando nós desejarmos ardentemente esse lugar.

Precisamos compreender no fundo de nosso coração o que significa termos uma mestra espiritual que orienta nossa vida para encontrar a verdadeira razão de nossa existência. Quando isso se realizar, aí então nos disporemos a trabalhar para termos o melhor local para realizar nossa prática e receber ensinamentos, e seremos capazes de doar o que houver de mais precioso em nosso coração para o bem da comunidade. Nesse momento, o templo surgirá. Lindo, iluminado, radiante, preenchido pelo coração de uma comunidade que aspira e trabalha por seguir os caminhos de Buda.

Isso exige uma mudança interior de ponto focal em nossa vida. Não é simples e imediato, mas é possível e desejável. Quando nos sentamos em zazen, sabemos que é importante a intenção correta para a prática. É necessário que desejemos o silêncio e o não pensar para penetrar profundamente no eu sem ego. É necessária a intenção para que a prática siga na orientação correta. Da mesma forma, devemos orientar nossa visão sobre nossa relação comunitária. Manter o foco correto, a intenção correta, o esforço correto, o desejo correto.

Que os méritos de nossa prática se estendam a todos os seres e que possamos nos tornar o Caminho Iluminado.

Monge Dorin Oscar Bressane é Coordenador Geral da Comunidade Zen Budista Zendo Brasil



Embaixo da Macieira Rosa

Thich Nhat Hanh

Quando tinha nove anos de idade, Sidarta soube do sonho que sua mãe tivera antes de dá-lo à luz. Um magnífico elefante branco com seis presas desceu dos céus cercado por coros de preces espirituais. O elefante se aproximou dela, seu pêlo branco como a neve das montanhas. Ele carregava uma flor de lótus cor de rosa em sua tromba e colocou a flor dentro do corpo da rainha. Então, o elefante também entrou nela sem esforço e, de uma vez por todas, ela se encheu de profundo bem-estar e alegria. Ela teve a sensação de que jamais conheceria qualquer sofrimento novamente, ou preocupação, ou dor, e acordou soerguida por uma sensação de pura bênção. Quando se ergueu da cama, a música etérea do sonho ainda ecoava em seus ouvidos. Ela contou ao seu marido, o rei, sobre o sonho, e ele também ficou maravilhado. Naquela manhã, o rei convocou todos os homens santos da capital para virem e adivinharem o significado do sonho da rainha.

Após escutarem atentamente o conteúdo do sonho, eles responderam:

"Vossa majestade, a rainha, dará à luz um filho que será um grande líder. Ele está destinado a tornar-se ou um poderoso imperador que regerá o mundo nas dez direções, ou um grande Professor que mostrará o Caminho da verdade para todos os seres nos céus e na terra. Nossa terra, majestade, há muito aguardava o aparecimento de tamanho Grande Ser."

O Rei Sudodana ficou radiante. Após consultar a rainha, ordenou que provisões dos armazéns reais fossem distribuídas aos doentes e desafortunados por toda a terra. Assim, os cidadãos do reino Sákia partilharam da alegria do rei e da rainha com as notícias acerca do futuro filho que aguardavam.

A mãe de Sidarta chamava-se Mahamaya. Uma mulher de grande virtude, cujo amor estendia-se a todos os seres – pessoas, animais e plantas. Era costume, naqueles dias, a mulher retornar à casa de seus pais para dar à luz. Mahamaya era do país chamado Kolia; assim, ela rumou para Ramagama, a capital de Kolia. Ao longo do caminho, parou para descansar nos jardins de Lumbini. A floresta ali estava repleta de flores e pássaros cantando. Pavões exibiam suas esplêndidas caudas na luz da manhã. Admirando uma árvore *ashoka*¹ em completo florescimento, a rainha andou em direção a ela quando, de repente, sentindo-se desequilibrar, agarrou-se a um galho da árvore. Um instante mais tarde, ainda segurando-se ao galho, a Rainha Mahamaya deu à luz um radiante menino.

O príncipe foi banhado em água fresca e embrulhado em linho amarelo pelas auxiliares de Mahamaya. Como não havia mais necessidade de retornar à Ramagama, a rainha e seu príncipe recém-nascido foram levados para casa na caruagem de quatro cavalos. Quando lá chegaram, o príncipe tomou novamente um banho em água morna e foi acomodado junto de sua mãe.

Ao saber das notícias, o Rei Sudodana correu para ver sua esposa e filho. Sua alegria era imensa. Seus olhos cintilavam

e ele deu ao menino o nome de "Sidarta", ou "aquele que realiza o seu propósito". Todos no palácio se regozijaram e, um por um, vieram cumprimentar a rainha. O Rei Sudodana não perdeu tempo em convocar adivinhos para lhe pressagiarem sobre o futuro de Sidarta. Após examinarem as feições do menino, todos concordaram que ele carregava as marcas de um grande líder e não havia dúvida de que regeria um poderoso reino em expansão por todas as quatro direções.

Uma semana mais tarde, um homem santo chamado Asita Kaladevala fez uma visita ao palácio. Suas costas estavam arqueadas pela idade, e ele precisava usar um cajado para descer à montanha onde vivia. Quando os guardas palacianos anunciaram a chegada do Mestre Asita, o Rei Sudodana pessoalmente veio recebê-lo. Ele o levou para ver o bebê príncipe. O homem santo olhou longamente para o menino sem dizer uma só palavra. Então, começou a chorar, e seu corpo tremia apoiado no cajado. Uma torrente de lágrimas escorria dos seus olhos.

O Rei Sudodana ficou alarmado e perguntou: "O que é isso? Você anteviu algum grave infortúnio para a criança?"

Mestre Asita removeu as lágrimas com suas mãos e sacudiu a cabeça. "Vossa majestade, não vejo infortúnio algum. Meu pranto se dirige a mim mesmo, pois posso ver claramente que esta criança possui verdadeira grandeza. Ela penetrará todos os mistérios do universo. Sua majestade, seu filho não será um político. Será um grande Mestre do Caminho. Céu e Terra serão a casa dele, e todos os seres serão seus companheiros. Choro, porque morrerei antes de ter a chance de ouvir sua voz proclamar as verdades que ele irá realizar. Majestade, o senhor e seu país são dotados de grande mérito por terem trazido ao mundo alguém tal como este menino."

Asita virou-se para partir. O rei suplicou que ficasse, mas foi inútil. O velho homem tomou o caminho de volta para sua montanha. A visita de Mestre Asita deixou o rei perturbado. Ele não queria que seu filho se tornasse um monge. Desejava que o filho assumisse seu trono e ampliasse as fronteiras do reino. O rei pensou: "Asita é só um entre centenas ou mesmo milhares de homens santos. Talvez sua profecia esteja errada. Certamente, o outro homem santo, cuja previsão diz que Sidarta será um grande imperador, deve estar correta." – Apegando-se a esta esperança, o rei se consolou.

Oito dias após terá tido a sublime alegria de parir Sidarta, a Rainha Mahamaya veio a falecer, e todo o reino a enlutou. O Rei Sudodana chamou a cunhada Mahapajapati e pediu-lhe para torna-se a nova rainha. Mahapajapati, também conhecida por Gotami, concordou, e cuidou de Sidarta como se ele fosse seu próprio filho. Assim que o menino cresceu e inquiriu sobre a sua verdadeira progenitora, ele compreendeu o quanto Gotami amava sua irmã e o quanto ela, mais do que ninguém neste mundo, poderia amá-lo assim como sua própria mãe. Sob os cuidados de Gotami, Sidarta desenvolveu-se forte e saudável.

1. Espécie de árvore florida comum na Índia, considerada sagrada.

Texto extraído do livro "Velhos Caminhos, Nuvens Brancas Seguindo as Pegadas do Buda" (Capítulo seis, págs. 39, 40) Traduzido e editado por Enio Burgos Editora Bodigaya, 2007

Nascimento de Buda

Monja Coen

Dia 8 de abril foi considerado pelos eruditos japoneses como a data correspondente ao nascimento de Sidarta Gautama, o príncipe que se tornaria Xaquiamuni Buda. Xaquia era o nome de seu clã. Muni significa sábio. Buda é o ser iluminado, a pessoa que desperta para a verdade, compreendendo o verdadeiro significado de vida-morte.

As tradições budistas de origem japonesa levam em consideração três datas importantes, como resultado de pesquisas históricas:

8 de abril – Nascimento de Sidarta

8 de dezembro – Iluminação (Sidarta se torna Buda)

15 de fevereiro – Parinirvana de Buda (morte física de Sidarta)

Essas são também as datas que nós, da tradição Soto Zen Shu, celebramos e convidamos todos a conosco celebrarem.

Por conta de várias causas e condições, em um concílio outras tradições budistas decidiram criar o Vesak, o festival no qual comemoram simultaneamente, na lua cheia de Maio, o nascimento, iluminação e parinirvana de Buda.

Na Praça da Liberdade, em São Paulo, é comemorado na semana do dia 8 de abril o Hanamatsuri — Festival das Flores — em homenagem ao nascimento de Buda. Segundo os textos sagrados, no nascimento do menino Buda, no jardim de Lumbini todas as flores desabrocharam e do céu caiu uma suave chuva adocicada. Por isso, os altares são cobertos de flores e é hábito banhar o buda bebê com chá doce. Esta é, em São Paulo, uma festa municipal.

O reconhecimento estadual ao Vesak, em São Paulo, é no terceiro domingo de Maio, coincidindo com o Dia das Mães.

Buda é o primeiro dos Três Tesouros, as três preciosidades sagradas.

Um de seus aspectos é Xaquiamuni Buda, o Buda histórico, que viveu na Índia há 2577 anos, segundo pesquisadores japoneses. Outro aspecto é o Buda Cósmico, a Natureza Buda, Iluminada, presente em cada partícula do multiverso.

O corpo do Dharma, dos ensinamentos, é o segundo tesouro e ao mesmo tempo mais uma manifestação de Buda. O grupo de praticantes e seguidores, a Sanga, é a terceira jóia e ao mesmo tempo outro aspecto de Buda.

Buda não existe separado do Dharma (Lei verdadeira) nem da Sanga (comunidade de monges e monjas, leigos e leigas praticantes e seguidores dos ensinamentos do Buda-Dharma).

Nos ensinamentos de Xaquiamuni Buda há várias denominações e manifestações búdicas. Buda Xaquiamuni comenta sobre os Budas do passado — como Buda Amida ou Amitaba, o Buda da Luz Infinita; Vairocana Buda ou Dainichi Nyorai — Grande Sol; e o Buda da Medicina — Yajushi Nyorai. Os ensinamentos falam também sobre futuros Budas, tão numerosos quanto grãos de areia no Ganges, e fazem predições sobre inúmeros futuros Budas, mencionando também Maitreia Buda, símbolo do Buda do futuro.

No Templo Sede de Eihei-ji, na província de Fukui, a sala de Buda contém três imagens idênticas: Buda do presente, Buda do futuro e Buda do passado. Ou seja, sempre há, sempre houve e sempre haverá Budas, seres iluminados, plenos de sabedoria e



compaixão, que vêm ao mundo apenas para libertarem os seres do sofrimento da ignorância e os conduzirem ao Nirvana — estado de paz, tranquilidade e sabedoria profundas.

Voce já encontrou Buda?

Voce reconhece Buda em ações, palavras e pensamentos? Buda nasce de Prajna Paramita, da Sabedoria Completa e Perfeita.

Viva a sabedoria perfeita e completa em cada instante de sua vida e se surpreenderá ao encontrar Buda face a face.

Pratique como Buda e deseje encontrar Buda com todo o seu ser. Faça zazen, siga os Preceitos sendo uma pessoa ética e desenvolva a sabedoria suprema.

Homenagem a todos e todas as Budas do passado, futuro e do presente.

Mãos em prece



Daisodo, sala dos monges em Sojiji



Imagem de Mestre Keizan no altar do ZendoBrasil



Monges saindo para a prática do takuhatsu



Sala de zazen em Eiheiji



Imagem de Mestre Eihei Dogen no altar do do ZendoBrasil



Fachada do prédio para visitantes

Sojiji

O primeiro mosteiro japonês a aceitar mulheres monásticas comemora em 2011 o centenário de sua reinauguração

O mosteiro de Sojiji possui 13 mil templos afiliados em todo o Japão e por quase seis séculos tem tido papel fundamental na difusão dos ensinamentos zen-budistas. A história deste templo, fundado por Mestre Keizan Jokin em 1296 na península de Ishikawa, ao norte do país, é repleta de reviravoltas. Em 13 de abril de 1898, um incêndio que começou na sala principal do mosteiro se espalhou por todo o complexo e consumiu em chamas praticamente todas as instalações (apenas duas construções não foram atingidas). A notícia se espalhou rapidamente e não demorou muito para que houvesse uma manifestação em massa para se reconstruir novamente Sojiji.

Em maio de 1905, o então abade Ishikawa Sodo (1841-1920) tomou a difícil decisão de reerguer Sojiji em um lugar diferente. A ideia do abade foi levar o templo para perto de Tóquio com o intuito de que mais pessoas pudessem visitá-lo e se beneficiar com os ensinamentos de Buda. Dois anos depois, o governo do país deu permissão para que um novo mosteiro fosse construído na província de Kanagawa, na cidade de Tsurumi, que está a uma hora de Tóquio. A obra levou três anos para ficar pronta, até que, em 1911, 591 anos após a fundação por Mestre Keizan, Sojiji celebrou sua segunda inauguração.

Desde então, os diversos abades que assumiram a direção do mosteiro trataram de ampliá-lo. Em 1965, foi erguido o grande hall dos fundadores, lugar onde acontecem ensinamentos e cerimônias. Em 1990, uma outra construção foi inaugurada, o Sanshokaku, dessa vez para acomodar praticantes leigos originários de diversos lugares do país. Durante o ano inteiro o templo sedia eventos abertos a toda a comunidade. Em 3 de



fevereiro, acontece o início do festival da primavera, o Setsubun Tsuin-shiki. Na ocasião, mestres e praticantes mais velhos, que tiveram a sorte de ter uma vida longa, arremessam grãos de soja para o público como um sinal de boa sorte.

O Brasil tem conexão direta com Sojiji por causa dos mais diversos mestres que lá praticaram. Stahl Enjo, que foi ordenado pela Monja Coen no Templo Busshinji, fez lá seu treinamento monástico. O Superior Geral da Ordem Soto Zen para a América do Sul, Reverendo Doshō Saikawa Sookan Roshi, praticou durante anos no mosteiro-sede de Sojiji, tendo altos cargos na hierarquia. O mestre de transmissão da Monja Coen, Reverendo Zengetsu Suigan Daisho, foi vice-abade do mosteiro. A linhagem de Maezumi Roshi, mestre de ordenação da Monja Coen, também é de Sojiji, onde o reverendo Baian Hakujun Daisho (Kuroda Roshi, pai de Maezumi Roshi) foi Kannin (alto oficial) durante muitos anos.

Daihonzan Sojiji foi o mosteiro-sede que primeiro acatou mulheres monásticas como verdadeiras lideranças, e até hoje há uma cerimônia especial oficiada sempre por monjas da ordem Soto Shu. Jiyu Kenneth Roshi, fundadora do mosteiro de Shasta Abbey, na Califórnia, foi a única monja a se formar em Sojiji, onde recebeu a transmissão do Dharma em 1963. No dia 16 de abril deste ano, haverá a cerimônia de aposentadoria do atual Abade Omichi Kosen Zenji e, um dia depois, acontecerá a cerimônia de Assentar na Montanha para o novo Abade Egawa Shinzan Zenji. Ainda ao longo de 2011, o mosteiro comemora 100 anos de sua reinauguração em Tsurumi, e haverá diversas celebrações. A viagem em julho deste ano, que terá a Monja Coen e o professor de ioga Marcos Rojo como guias, é uma forma de oferecermos nossa homenagem e gratidão pela transmissão dos ensinamentos de Buda por tantos séculos e para tantos países.

O fundador de Sojiji, Mestre Keizan, deixou como maior legado o Denkoroku (Anais da Transmissão da Luz), em que registra os episódios de transmissão e iluminação desde o Buda histórico, Xaquiamuni, até Mestre Eihei Dogen (século XIII). Todos os anos, em abril, é celebrado o Denko-e Sesshin, retiro cuja base são vários períodos de zazen e ensinamentos sobre o Denkoroku.

Tocando o Mokugyo



Eiheiji

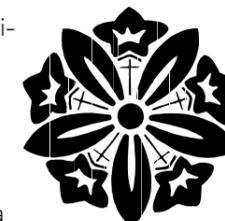
Mestre Eihei Dogen foi o idealizador do principal templo da Soto Shu

O mosteiro de Eiheiji, a sudoeste do Japão, foi erguido nas profundezas das montanhas de Fukui e é a sede principal da tradição Soto Shu – há hoje cerca de 15 mil templos vinculados a Eiheiji espalhados por todo o país. O nome Eiheiji quer dizer "templo da paz eterna" e sua inauguração aconteceu em 1244. As várias edificações que compõem o complexo têm a forma de um corpo humano.

Mestre Eihei Dogen, o fundador de Eiheiji, nasceu em 1200. Aos 24 anos ele foi do Japão até a China e se devotou à verdadeira prática do zen sob a orientação severa de Nyojo Zenji, no Monte Tendo. Após ter abandonado corpo e mente e realizado o caminho de Buda, retornou ao Japão em 1228. Residiu por três anos no templo Kenninji, em Kyoto, e depois fundou seu primeiro templo, o Kosho-Horinji, na cidade de Uji. Em 1244, com a ajuda do senhor feudal Yoshihige Hatano, um de seus mais devotos seguidores, Dogen Zenji construiu seu tão sonhado templo.

Em uma área de 330 mil metros quadrados, destacam-se seis edificações. Uma delas é o Sodo, a sala onde os monásticos praticam zazen. O recinto tem plataformas alinhadas e elevadas chamadas de Tan, sobre as quais são dispostos os tatames. Cada praticante tem seu próprio tatame com cerca de um metro de largura por dois metros de comprimento. Ali eles fazem zazen, comem e dormem. No centro, fica a estátua de Monju Bosatsu, o bodisatva da sabedoria. Falar e ler são atividades proibidas. O Butsuden, a Sala de Buda, tem chão de pedras e telhado duplo emulando a estrutura do templo Tendoji onde Dogen Zenji praticou na China. O altar principal contém as estátuas dos Budas nos Três Períodos de Tempo (Sanzon Butsu). À direita, Amida Butsu, o Buda do passado. Ao centro, Xaquiamuni Butsu, Buda do presente. À esquerda, Miroku Butsu ou Maitreia Buda, o Buda do futuro. Sobre o altar há uma caligrafia dourada em madeira escura – os caracteres significam que devemos nos dedicar a todos os seres.

As cerimônias da manhã e demais celebrações importantes acontecem na Sala do Dharma (Hatto) que foi reconstruída em 1843. No altar principal está a imagem de Shokanzeon Bosatus



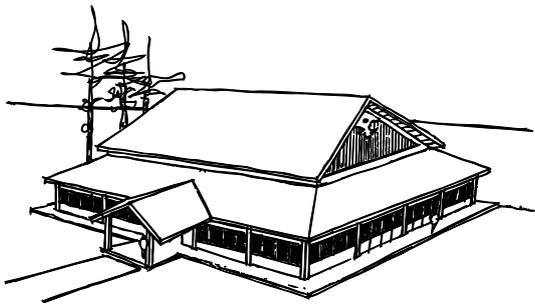
(Kannon Bodisatva da Compaixão). Em frente do altar ficam as imagens dos leões brancos (shishi) chamados a-un no shishi ("a" significa abrir a boca, proferir ensinamentos, e "un" quer dizer fechar a boca – ensinamentos devem acontecer através de atitudes).

Atualmente vivem cerca de 200 monges em Eiheiji, que praticam incessantemente (o mosteiro é considerado um dos mais rígidos do Japão). No mosteiro existe também um hall onde praticantes leigos e o público em geral pode fazer zazen e também experienciar práticas ascéticas semelhantes às dos monges.

Os dois retiros principais que acontecem em Eiheiji são o Hoon Sesshin, que celebra o parinirvana de Buda (15 de fevereiro), e o Rohatsu Sesshin, que celebra a iluminação de Buda (de 1 a 8 de dezembro). O monge Koshin Shozan Osho (Murayama Sensei), que veio com a Monja Coen para o Brasil, foi nomeado Shusso (chefe dos monásticos em treinamento) durante seus anos de prática em Daihonzan Eiheiji. Junto com Sojiji, o mosteiro é responsável por atividades educacionais por todo o Japão e pela Universidade de Komazawa, em Tóquio.

Em Eiheiji, o número de visitantes chega à marca de 2 mil pessoas a cada dia. Monges noviços são escalados a levar os visitantes por suas várias salas e locais de prática. Entretanto, ninguém é admitido na sala de zazen (local sagrado dos monges noviços em treinamento). Visitantes são proibidos de tirar fotografias (a não ser em áreas determinadas). As visitas devem ser feitas em silêncio, andando sem bater os pés no chão, sem fazer ruído, para não perturbar a prática. Visitantes são proibidos de falar ou fotografar monges em treinamento. Podem apenas fazer perguntas ao monge que guia o grupo em momentos oportunos.

O principal legado do fundador de Eiheiji, Mestre Eihei Dogen Zenji, foi o Shobogenzo (Olho Tesouro do Verdadeiro Dharma), um trabalho reconhecido internacionalmente pela profundidade filosófica, espiritual e poética. Para que pudesse encorajar o maior número possível de pessoas a praticar zazen, Dogen Zenji escreveu o Fukan-zazengi (Recomendação Universal de Zazen), no qual cuidadosamente explica o significado de zazen e como praticá-lo. Mestre Dogen também escreveu Bendowa (Tratado Sobre o Discernimento do Caminho), em formato de perguntas e respostas, no qual ensina que a prática de zazen é o verdadeiro Caminho de Buda.



UM TEMPLO PARA O **ZENDO** BRASIL

Colabore para a construção de nossa sede própria: local destinado aos retiros, treinamento e prática de ensinamentos Zen Budistas

Comunidade Zen Budista ZendoBrasil
tel.: (11) 3865-5285
email: zendobrasil@gmail.com

AGENDA DA COMUNIDADE

Abril

- 8** Gotan-e. Cerimônia do nascimento de Buda. Local: Zendo, às 7h
- 9** Hanamatsuri. Procissão no bairro da Liberdade, São Paulo (mais informações no site monjacoen.com.br)
- 17** Caminhada Zen no Parque da Água Branca. Local: Parque da Água Branca (encontro no Recanto das Figueiras), 10h; às 15h, Assembleia Geral Ordinária. Local: Zendo
- 21 a 24** Sesshin. Local: Zendo

Maio

- 8** Prece pelas mães. Local: Zendo, 13h30
- 15** 17º Memorial para Koun Taizan Hakuyu Daiocho (Maezumi Roshi), Templo Kirigaya, Tóquio
- 19** II Simpósio de Educação Ambiental e Transdisciplinar (mais informações no site monjacoen.com.br)
- 21** Zen da Paz. Local: Zendo
- 22** Caminhada Zen no Parque da Água Branca. Local: Parque da Água Branca (encontro no Recanto das Figueiras), 10h

Junho

- 16 e 17** Baika no Templo Busshinji (www.sotozen.org.br)
- 18** Zen da Paz. Local: Zendo
- 19** Caminhada Zen no Parque da Água Branca. Local: Parque da Água Branca (encontro no Recanto das Figueiras), 10h
- 23 a 26** Retiro em Ubatuba com Marcos Rojo (informações no site monjacoen.com.br)
- 27** Encerramento das inscrições para o treinamento intensivo que acontecerá no Zendo, de 1 a 10 de julho

Cerimônia de novos membros

19 de fevereiro | Arthur Henrique Cursino Santos, Elessandra P. G. Silva, Erika Takamura, Lucia Toledo Silva P. Rodrigues, Luciano Delmo de Alencar Filho, Marcus Cesar Ricci Teshainer, Michelle Mantovani, Monica Toledo Silva, Raphael Piedade de Próspero e Regina Parra.

Doações

A Comunidade Zen Budista Zendo Brasil é uma instituição religiosa sem fins lucrativos. Para ajudar na manutenção do espaço de prática, é requerida uma contribuição mínima de R\$ 10,00 para cada atividade fixa. Aqueles que se tornam membros praticantes se comprometem a uma doação mensal. Ajude-nos a construir nossa sede própria. Mais informações, com Mônica na Secretaria. CNPJ: 04.804.384/0001-56 Banco Itaú, agência: 1664 Conta poupança: 21762-5/500

Livros



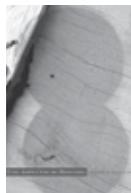
MONJA COEN - A MULHER NOS JARDINS DE BUDA
Romance Biográfico escrito pela psicóloga Neusa C. Steiner. R\$ 53,90



VIVA ZEN
Monja Coen mostra que viver Zen não é só ficar bem, mas é um modo de recontar a própria história. R\$ 25,00



SEMPRE ZEN
Em seu segundo livro, Monja Coen volta a nos contagiar com sua postura de vida e ensinamentos Zen Budistas. R\$ 25,00



OITO ASPECTOS NO BUDISMO
Destinado à pessoas que desejam aprofundar-se nos ensinamentos de Buda. R\$ 15,00



PARA UMA PESSOA BONITA
Ensaio escrito por Shundo Aoyama Roshi, professora da Monja Coen no Japão. R\$ 35,00

Trecho: "Quando nos acontece alguma coisa triste, perdemos a calma, buscamos fugir, o entusiasmo nos abandona e perdemos a coragem. Por outro lado, quando nos encontramos em situações propícias, nos gabamos cheios de arrogância, pensando que somos superiores. A boa sorte pode nos embriagar. Mas mestre Dogen dizia que precisamos sempre observar as quatro estações como uma cena completa, pensando que tanto a felicidade quanto a infelicidade compõem uma única paisagem. Devemos apreciar ambas, sem perder a calma. A natureza, como a viagem da vida, prossegue sem levar em conta nossas pequenas preocupações pessoais, nossos problemas mediocres e mundanos".

Programação Fixa

Segunda-feira

20h Curso de Preceitos I, II e III
(para membros inscritos)

Terça-feira

20h Palestra do Dharma
(aberta a todos)

Quinta-feira

20h Zazen para principiantes*

Sexta-feira

20h Zazen*

20h40 Kinhin

20h50 Zazen e Teisho
(palestra formal do Dharma)

Sábado

18h30 Zazen*

19h Kinhin

19h10 Zazen e Dokusan

19h40 Cerimônia (Leitura do Sutra do Coração da Grande Sabedoria Completa)

A programação de sábado é alterada nos dias de retiros e jogos no estádio do Pacaembu.

Domingo

Apenas no terceiro domingo do mês:

10h Caminhada Zen pela Paz no Parque da Água Branca (encontro no Recanto das Figueiras)

Todos os domingos:

11h30 Zazen para principiantes*

13h Encerramento

20h Curso Budismo Básico

21h Encerramento

* Chegar 15 minutos antes

Este jornal é uma publicação trimestral, de distribuição gratuita, da **Comunidade Zen Budista ZendoBrasil**. Ele é o resultado do trabalho voluntário realizado pelos membros da comunidade.

Supervisão: Monja Coen

Edição: Fabricio Brasilense

Arte: Fugetsu Regina Cassimiro

Ilustrações: Engetsu Carol Lefèvre

Revisão: Chiho Otavio Lilla e Andrea Caitano

Agradecemos à Gera Gráfica Editora Ltda. pela impressão gratuita deste jornal (11 5011-9722).

Tiragem: 1.000 exemplares

Comunidade Zen Budista ZendoBrasil

Rua Des. Paulo Passaláqua, 134 Pacaembu, São Paulo-SP
Cep: 01248-010
tel.: (11) 3865-5285
zendobrasil@gmail.com
monjacoen.com.br
zendobrasil.org.br

Participe você também do Jornal ZendoBrasil. Mande fotos, dê sua opinião, sugira pautas, mande sua dúvida sobre o Zen, escreva um artigo.

Nosso e-mail: jornalzendo@gmail.com