

## Obon, Ohigan, Sejiki-e

### Ofertas a todos os seres em todas as esferas



Nesta época do ano, budistas japoneses se reúnem para celebrar sua ancestralidade.

Os feriados de Obon são os de reunião familiar.

Geralmente, o parente mais velho mantém em sua casa o altar da família. Nesse altar ficam os *ihais* (tabletes memoriais) de todos os parentes já falecidos. Durante a celebração de Obon, muitas famílias preparam uma mesa grande e nela colocam todos os *ihais* do altar. Nessa mesa são feitas oferendas de alimentos doces, salgadinhos, crus e cozidos, frutas, verduras, água, chá. Sempre haverá flores, velas e incenso.

Na abertura do Obon (13 de julho, em algumas áreas; 13 de agosto, em outras), amarram-se folhas secas de pinheiro para fazer o *mukae-bi* (fogo de receber, de esperar). Na porta da casa ou na entrada do túmulo, no cemitério, acende-se esse fogo. Que os ancestrais, os parentes mortos, venham. Sejam bem-vindos a partilhar três dias de festas e celebrações.

Parentes se reúnem no *furo sato* – na cidade natal, no local de origem da família, onde um parente mais velho mantém a tradição e o altar familiar. Muitas pessoas viajam. Os trens, estradas, aeroportos ficam lotados. É a grande festa nacional. A festa da família unida.

Familiares reunidos, ofertas no altar e solicitação para que monges ou monjas venham orar. Preces especiais. Preces de invocar e nutrir. Monges e monjas ficam extenuados. Passam os dias orando de uma casa a outra, sem cessar, desde as 6h da manhã, muitas vezes até tarde da noite. As vozes vão ficando roucas, mas a disposição não diminui.

Há rodas de danças circulares, acompanhadas por *taikos* (tambores enormes)

e música tradicional. As danças seguem coreografias antigas e são feitas em praças públicas para que todas as pessoas participem. Os ancestrais e parentes falecidos foram chamados e estão assistindo. É preciso que se alegrem por meio da alegria de seus parentes vivos. A fartura das mesas também é uma homenagem de gratidão e uma oferta de saciedade.

No dia 15, os templos celebram para todas as famílias da redondeza a grande liturgia de Urabon Dai Sejiki-e. Urabon é um nome antigo, vindo da Índia. Significava estar pendurado de cabeça para baixo e se referia a seres em sofrimento. Contam os sutras sagrados que Xaquiamuni Buda tinha, entre seus discípulos, um com poderes paranormais. Mokuren Sonja, como é conhecido no Japão, perdera sua mãe. Em seus sonhos, ela aparecia sempre sofrendo, com fome e sede. Mokuren Sonja preparava refeições deliciosas e água pura, orava e oferecia ao espírito de sua mãe falecida. Mas, quando ela se aproximava para receber as ofertas, estas se transformavam em coisas repugnantes e ela continuava sofrendo.

Mokuren Sonja foi se consultar com seu mestre, Xaquiamuni Buda. A solução de Buda foi a seguinte: assim que os monásticos e as monásticas encerrassem os três meses de treinamento intensivo da época das chuvas (quando não deveriam caminhar para não matar as plantas e os animaizinhos que surgiam nessa estação), haveria uma grande celebração. Durante essa cerimônia, alimentos deveriam ser ofertados e Buda faria uma prece invocando todos os espíritos dos seis mundos para que ali viessem, para que suas gargantas se abrissem, para que as ofertas se mantivessem puras e todos ficassem satisfeitos.

Assim foi feito, e Mokuren Sonja, com lágrimas nos olhos, veio agradecer ao Mestre Buda. Ele havia percebido que sua mãe agora sorria satisfeita. Essa é a origem desta celebração, que continua sendo feita há mais de 2.500 anos.

Oferecemos alimentos da terra e do mar. Cozidos e crus. Invocamos todos os espíritos e, por meio da liturgia do Portal do Doce Néctar, oferecemos as preces, as flores, a luz de velas e todos os alimentos a todos os seres, para que fiquem completamente satisfeitos.

Continua na página 4



## Keizan Jokin Daiocho Zenji

Koun Monteiro

Pelas manhãs, no nosso templo, há uma belíssima cerimônia chamada Tchoka. Fazemos reverências, entoamos todos juntos os sutras matinais e oferecemos os méritos dessas preces a Xaquiamuni Buda e a nossos Mestres Ancestrais.

Mestre Keizan é um dos fundadores da nossa escola, a Soto Shu. É chamado de Taisso Josai Daishi, Grande Mestre Ancestral Maior, a quem diariamente prestamos essas homenagens. Keizan Zenji nasceu na província de Echizen, no Japão, em 1268. Assim como Dogen Sama, decidiu ainda criança se dedicar à vida monástica, com tamanho entusiasmo e determinação que chegou a fazer greve de fome para convencer seus familiares a permitirem seu ingresso no mosteiro. Aos 12 anos de idade, foi levado pela mãe a Eiheiji, cujo abade era Koun Ejo Daiocho.

Quando começamos a praticar, essas informações podem parecer muito distantes de nossa realidade. Não compreendemos a princípio por que um velho monge é tão importante para nós e qual sua relação com nossa vida cotidiana. Entretanto, não fossem os incessantes esforços desse velho Buda, tais ensinamentos se perderiam no espaço e no tempo.

A maneira como Mestre Keizan obtém o Caminho é muito interessante: era um monge bravo e severo. Andava com o kyosaku em punho, pronto para repreender a todos que não praticassem com a mesma determinação que ele. Certa

noite, sonhou com Kannon Bodisatva, que, com sua infinita compaixão, o aconselha a acolher as pessoas no nível em que estiverem. A imagem de Kannon misturava-se à figura de sua mãe.

O ponto de realizar o coração e a mente dos Budas Ancestrais é quando seu mestre, Tetsu Gikkai Daiocho, diz que "a mente sempre comum é o caminho". Ao ouvir essa frase, proveniente de um koan, Keizan Sama obtém grande realização. Estima-se que esse fato tenha ocorrido em 1294, no mosteiro de Daijōji, sob a orientação do mestre.

Assim como toda a Terra se ilumina com Xaquiamuni Buda, que todos possamos despertar como Mestre Keizan e que saibamos acolher a realidade como ela é em nossos corações, atuando no mundo com sabedoria e compaixão, cada vez mais acordados e mais vivos.

Mestre Keizan Jokin Daiocho é considerado a mãe da Soto Zen, por seu estilo mais terno e suave que o de Dogen Zenji, considerado o pai da tradição. Há um célebre tratado de zazen utilizado até hoje como estudo e guia de prática do caminho de Buda: o *Zazen Yojinki*, em que ele nos orienta a tranquilamente descansar em nossa natureza original e, pondo de lado todas as preocupações, ir direto ao Oceano do Despertar, ou seja, nossa própria mente. Há ainda dicas preciosas para nos auxiliar na prática: por exemplo, caso o praticante sinta muito sono e inclinação a dormir, deve molhar os punhos e fixar a atenção no ponto onde os cabelos começam a crescer.

Além disso, deverá pedir aos Budas que, com sua infinita compaixão, eliminem esse pesar. Tais perturbações surgem da desarmonia entre a mente e a respiração. Quando a respiração se torna natural,

é possível que cheguemos ao ponto de pensar o não pensar.

Um velho mestre disse: "Quando a confusão cessa, a claridade surge; quando a claridade surge, a sabedoria aparece e a realidade se mostra tal qual é".

Em 1300, Mestre Keizan Jokin Daiocho iniciou a compilação de casos do *Denkoroku*, traduzido como *Anais da Transmissão da Luz*: um registro das várias circunstâncias que levaram os mestres de nossa linhagem a realizar a Sabedoria Completa do estado Buda. Nós, pessoas deste tempo, leigos ou monásticos, estamos todos conectados a esses Ancestrais do Darma.

Transmitir a luz. O prefácio do *Denkoroku* é o caso de Xaquiamuni Buda, que, ao se iluminar, diz: "Eu, a grande Terra e todos os seres simultaneamente nos tornamos o Caminho". Keizan Zenji nos instrui a cuidadosamente investigar o significado e a identidade deste "eu" e de "a grande Terra".

Em 1322, ao herdar as instalações de um antigo templo, Mestre Keizan Sama inaugurou Sojiji, um dos mosteiros-sede da nossa tradição. Em 1898, um incêndio fez com que Sojiji fosse transferido para Tsurumi, em Yokohama.

Mestre Keizan Jokin Daiocho Zenji foi o grande difusor da nossa escola, reestruturou muitos cerimoniais e estimulou intensamente a prática monástica feminina, tendo uma monja discípula como herdeira de seus ensinamentos. Foi também o primeiro monge japonês a escrever uma autobiografia, em que salienta a inspiração e o suporte recebidos de sua mãe e de sua avó.

Finalizando, Keizan Sama nos recomenda: "Permaneça sempre compassivo, compassiva e dedique o poder ilimitado do zazen a todos os seres". ☸

## Eihei Dogen Daiocho Zenji

Daiko Krauss

"Estudar o eu é esquecer-se do eu."

Em português, é possível escrever um "eu" com e maiúsculo e outro com e minúsculo, como se fosse possível separá-los. É como dizer que, quando um lado está claro, outro está escuro. O pequeno eu com suas arestas e questões em momento algum se opõe ao grande Eu, absoluto e completo. Ambos funcionam juntos, e a total liberdade jamais se esconde.

A verdade à nossa frente é sempre uma só. A vida em si mesma, a própria realidade cotidiana. Entretanto, é possível classificá-la em termos como absoluto e relativo, totalidade e parcialidade, eu e outros, Budas e seres comuns. É como estar em um barco pensando que a margem do rio é que se move. Quando luz e escuridão são abandonadas, o que nos resta a considerar?

Mestre Eihei Dogen Daiocho nasceu em Quioto, em 1200. Com 8 anos de idade, ao ver o incenso se queimar na ocasião da morte de sua mãe, deu-se conta da transitoriedade da vida e abandonou o lar, entregando-se ao Caminho de Buda. Praticou por muitos anos, inquirindo inúmeros monges sobre a verdadeira natureza de cada um e de sua própria mente: se desde o princípio estamos vazios de alguma identidade própria, se tudo o que existe é a natureza Buda manifesta, qual a razão de haver prática, iluminação, seres comuns e Budas?

Do ponto de vista do eu original, recitar sutras, queimar incenso e fazer reverências é, sem dúvida, desnecessário. É como a lua na água. O reflexo não se molha nem a água se perturba. A natureza da iluminação não altera a pessoa, nem a

pessoa altera o conteúdo da iluminação. Entretanto, se considerarmos os inúmeros enganos em um único pensamento, se não houver prática, não há realização. Por isso há o ditado budista de que a dúvida baseada na ignorância é uma perda por toda a eternidade.

Na noite de seu grande despertar, é dito na sala de zazen que praticar o Zen é abandonar corpo e mente. A autenticação de seu mestre, o Buda Antigo Tendô, confirma seu estado: "Você abandonou o abandonar". Isso é expresso nas ações diárias de comer, levantar, assistir a filmes e preparar chá. Depende de cada pessoa e não pode ser transmitido por meio de escrituras. Apenas a vida baseada na paz da mente é capaz de encontrar paz mental. Se temos a boa sorte de ter nascido humanos, em uma época em que o Darma de Buda da verdadeira felicidade é facilmente acessível, qual a razão de esforços inúteis e emoções confusas? Exatamente aqui e agora não há luta. Abandonar corpo e mente é o abandonar do abandonar. Desde que sabemos quem somos e experimentamos ilimitada expansão em zazen, é dito que levantar as mangas e ir em frente é a lua. O olho de Gautama, um computador veloz, uma tigela de laca, nada mais é que a clareza da lua. Mente-lua só e completa.

Dessa maneira, quando uma pessoa busca o Darma, separa-se do Darma. Quando o eu vai à frente da vida, estamos deludidos. Que a vida venha e autentique o eu é budismo. Por isso é dito: encontrar uma atividade é praticar uma atividade. Nada muito especial.

O jovem Dogen Zenji, ao encontrar um velho monge cozinheiro, pergunta por que o sábio não transferia sua árdua função a alguém mais jovem, ao que o Tenzo responde: "Os outros não são eu". Se sua vida é absoluta, ninguém mais pode vivê-la por você. Devemos considerar isso cuidadosamente. A vida é um período em si mesma.

A morte, um período em si mesma. Não devemos pensar que a vida é antes e a morte depois. Em vez disso, devemos praticar com gratidão e urgência e tratar cada objeto, pessoa, alimento ou circunstância com tanto carinho como se fossem nossos próprios olhos.

Dogen Zenji Sama é chamado de Koso Joyo Daishi, ou Grande Mestre Ancestral Superior, por ter fundado a nossa Soto Zen Shu e se dedicado inteiramente à prática do Caminho. Sua principal obra é o *Shobogenzo – O Olho Tesouro do Verdadeiro Darma*, além do *Shinji Shobogenzo*, compilação de 301 koans, o *Tenzo Kyokun*, sobre a prática na cozinha e regulações para a vida monástica.

As causas de sua morte são obtusas e divergentes. Sabe-se que, aos 53 anos, seu último poema dizia sobre a vida eterna de Buda no mundo. Dogen Zenji Sama fundou e estabeleceu o mosteiro de Eiheiji, Templo da Paz Eterna, em Fukui, no Japão, ativo até hoje como o mosteiro-sede da nossa Tradição Soto Zen (fundada por ele), cujo ensinamento central se baseia na prática do zazen. Nas recomendações para a postura Buda, Dogen Zenji nos lembra: "Não se espantem com o verdadeiro dragão". E assim viveu sua vida, livre e determinado, incessantemente praticando o Caminho Ancestral para o bem de toda a vida. Como um pássaro que, não importe quanto voe, não chega a um limite no céu, Mestre Dogen, com infinita compaixão, nos instrui: quando o Darma não nos preenche, achamos que já temos o suficiente. Quando o Darma completamente preenche nosso coração, sentimos que há algo faltando, que ainda há coisas a serem feitas. Nossa eterna gratidão. ☸

Mãos em prece.

(Nota: este texto foi escrito utilizando trechos de inúmeros trabalhos de Dogen Zenji Sama, como *Shobogenzo Genjo Koan*, *Tsuki*, *Bussho*, *Fukanzazengi* e *Tenzo Kyokun*.)



O puro corpo do Darma  
Não aparece nem desaparece  
O poder do voto da Grande Compaixão  
Manifesta-se através do ir e vir do  
nascimento-morte  
Humildemente rogamos por sua  
verdadeira compaixão e cuidadosa atenção

Neste dia, humildemente chegamos ao momento de celebrar o memorial anual do Honrado Ancestral Joyo Eihei Dogen Daiocho, Koso Joyo Daishi, e do Grande Ancestral Josai, Keizan Jokin Daiocho, Taisso Josai Daishi.

Atravessando dez mil léguas de ondas revoltas e retornando de mãos vazias, Dogen Zenji plantou distantes as extraordinárias sementes do Monte Tendô, em requintadas margens rochosas.

Recebendo a tigela de mendicante na quarta geração, Keizan Zenji se alimentou inteiramente e transferiu a árvore espiritual de Eihei à Floresta da Ampulheta, no mosteiro de Yokoji.

Verdadeiramente sabemos: *O Olho Tesouro do Verdadeiro Darma*, transmitido a nós, tem promovido o caminho sutil e suave dos Ancestrais em seus mais de 90 capítulos. *Os Anais da Transmissão da Luz*, magnífico registro de 52 gerações, proclama e espalha a mente aberta do estilo Zen.

Trechos da cerimônia  
Memorial dos dois Ancestrais  
que será celebrada no dia 29  
de setembro de 2579 pela  
Monja Shingetsu Coen

Após essa celebração final, após as danças e os banquetes que se seguem, os familiares novamente acendem um pequenino fogo de galinhos de pinheiro para que os espíritos possam ir embora – *okuri-bi*. Os familiares que vieram de longe também se despedem e voltam a suas casas.

A liturgia para Obon (também chamado de Urabon) é chamada de Sejiki-e. Literalmente traduzindo, significa Cerimônia de Oferta de Alimentos. Houve uma época em que era chamada de Segaki – Oferta para Espíritos Famintos. Nem todos os espíritos, porém, tornam-se famintos. Por isso, o nome foi mudado e também a intenção.

Mas não é apenas aos mortos que oferecemos. Cada um, cada uma de nós precisa ser alimentado, alimentada corretamente para estar saciado, saciada. A celebração inclui a nossa travessia. Atravessarmos da ignorância para a sabedoria. Os sutras, as práticas, os ensinamentos são as pontes, as balsas, os barcos que nos levam de uma margem a outra.

Higan (Haramita ou Paramita) significa atravessar, chegar à outra margem, completar. Nos equinócios, celebramos o Ohigan-e. A liturgia do atravessar, do completar. Tanto para as pessoas que já morreram como para as que vivem agora. Todos e todas podem e devem sair da margem da delusão e chegar à margem de Prajna Paramita (Sabedoria Perfeita). Assim, a mesma liturgia de Obon é a do Ohigan-e, a ser celebrada no dia 22 de setembro.

A nossa comunidade convida a todos e todas para que participem do Treinamento Intensivo, de 5 a 14 de julho. Faremos, ao final, a prece e as ofertas de alimentos, incenso, flores, luz de velas e ensinamentos de libertação.

Lembrando que nós, budistas, honramos os Três Tesouros: Buda, Darma e Sanga. Esta época do ano é auspiciosa para nos reabrigar em Buda, no Darma e na Sanga.

Todos e todas são muito bem-vindos.

Atravessar o oceano de velhice, doença e morte, na tranquilidade de Nirvana.

Indo, indo, tendo chegado e, ainda assim, indo, indo.  
Homenagem à Iluminação.

*Gyate, gyate, hara gyate, hara so gyate bodhi sowa ka.*  
Gasshô,

Monja Coen ☸

## AGENDA DA COMUNIDADE

### Julho

**05 a 14** Treinamento intensivo. Local: Zendo Brasil.

**13 a 30** Vivendo o Zen Budismo. Viagem ao Japão em companhia de Monja Coen e prof. Marcos Rojo.

**20** Zen da Paz, das 8h às 17h. Local: Zendo Brasil

### Agosto

**14 a 18** Zen e Yoga com Monja Coen e prof. Marcos Rojo. Local: Espaço Clara Luz, Fortaleza. Informações: (85) 3224-9832 e [www.claraluz.pro.br](http://www.claraluz.pro.br)

**17** Zen da Paz, das 8h às 17h. Local: Zendo Brasil

**18** Cerimônia de Obon. Local: Zendo Brasil.

**22 a 30** Viagem ao Peru com Monja Coen. Informações Raidho Turismo: 11 3383-1200

**30 a 01** Retiro na Sociedade Vipassana de Meditação. Brasília

### Setembro

**21** Cerimônia de Ohigan-e. Local: Zendo Brasil.

## Jukai-e – Cerimônia de recebimento de preceitos

**15/6** | Adriano Monteiro Malta- Hozen (Dharma Zen)

## Livros



**MONJA COEN – A MULHER NOS JARDINS DE BUDA**  
Romance biográfico escrito pela psicóloga Neusa C. Steiner.  
R\$ 66,00



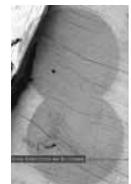
**ZAZEN – A PRÁTICA ESSENCIAL DO ZEN**  
Um guia passo a passo para o zazen.  
R\$ 35



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



**SEMPRE ZEN**  
Em seu segundo livro, Monja Coen volta a nos contagiar com sua postura de vida e ensinamentos zen-budistas. R\$ 25



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



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



**PALAVRAS DO DARMA**  
108 reflexões extraídas das palestras de Monja Coen na Comunidade Zen Budista Zendo Brasil. R\$ 10

Trecho: "101 - Todos nós aprendemos a criticar, desde cedo. Criticamos irmãos, pais, professores, chefes, amigos, vizinhos, colegas e companheiros. Criticamos o governo, a polícia, a justiça, o sistema educacional, a saúde pública. Criticamos como se fôssemos perfeitos e corretos, como se conhecêssemos todas as condições que determinam o comportamento e os compromissos de outras pessoas. Muitos só abrem os ouvidos aos elogios. E quão perigosos os elogios podem ser. Críticas corretas precisam trazer em si a compaixão, o cuidado e uma alternativa de solução harmoniosa."

## Programação fixa

### Segunda a sexta-feira

6h30 Zazen

7h Tchoka

### Segunda-feira

20h Curso de Preceitos Budistas (para membros inscritos)

### Terça-feira

20h Palestra do Darma (aberta a todos)

### Quarta-feira

20h Zazen e Dokusan para alunos do Curso de Preceitos\*

### Quinta-feira

20h Zazen para principiantes\*\*

### Sexta-feira

20h Zazen

20h40 Kinhin

20h50 Zazen e Teisho (palestra formal do Darma)

### Sábado

7h30 Zazen

8h Tchoka

9h às 12h30 Samu\*

18h30 Zazen\*

19h Kinhin

19h10 Zazen e Dokusan

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

### Domingo

11h30 Zazen para principiantes\*\*

13h Encerramento

20h Curso de Budismo Básico (favor confirmar as datas, pois as aulas não serão todos os domingos)

21h Encerramento

\* Atividades sujeitas ao calendário de jogos no Pacaembu. Favor confirmar antes por telefone ou no site da comunidade

\*\* Chegar 15 minutos antes

Este jornal é uma publicação trimestral, de distribuição gratuita, da **Comunidade Zen Budista Zendo Brasil**. Ele é o resultado do trabalho voluntário realizado pelos membros da comunidade. **Supervisão e edição:** Monja Coen **Projeto gráfico e diagramação:** Fugetsu Regina Cassimiro **Ilustração:** Zenshō Fernando Figueiredo **Revisão:** Shobun Andrea Caitano

## Comunidade Zen Budista Zendo Brasil

Rua Des. Paulo Passaláqua, 134  
Pacaembu, São Paulo/SP  
CEP: 01248-010  
Tel.: (11) 3865-5285  
[zendobrasil@gmail.com](mailto:zendobrasil@gmail.com)  
[monjacoen.com.br](http://monjacoen.com.br)  
[zendobrasil.org.br](http://zendobrasil.org.br)

Participe você também do *Jornal Zendo Brasil*. Mande fotos, sugira pautas, envie sua dúvida sobre o Zen, escreva um artigo: [zendobrasil@gmail.com](mailto:zendobrasil@gmail.com)