

Ser Buda



Budas ancestrais estimulam Budas ancestrais a despertar a mente Buda. Buda transmite a Buda. Ancestral do Darma, a ancestral do Darma. Apenas quando a mente Buda se manifesta, a transmissão ocorre.

Não nascemos privilegiados nem possuidores da mente Buda. Ela está presente da menor partícula ao maior espaço. Não está dentro da criatura comum nem fora dela, mas muito além do dentro-fora.

Não a podemos receber de alguém. A mente Buda, a visão iluminada, não pode ser presenteada a ninguém.

Miraculosamente, não é imposta nem doada. Depende do esforço correto, do pensamento correto, da fala correta, da memória correta, do ponto de vista correto, da meditação correta, da sabedoria perfeita, fruto do samádi dos samádis.

Estimular conexões neurais capazes de transcender a mente comum é perceber, na imanência, o eu além do eu. Isso é praticar Buda – é ser Buda.

Não há um ser Buda separado da prática Buda. Praticar Buda é ser Buda no sentar, no andar, no deitar. Das ações diárias mais simples aos mais intrincados estudos acadêmicos, Buda se manifesta ou não. Dependerá de sua atitude, da autenticidade, da entrega ao caminho e à verdade.

Para algumas pessoas, é muito agradável estudar, decorar textos clássicos e nomes de pensadores, de místicos, de filósofos consagrados e repetir suas frases célebres. Entretanto, se não houver a experiência pessoal verdadeira, se não houver prática, não haverá realização. Será apenas como uma criança balbuciando palavras cujo sentido ainda não compreende.

Mesmo assim, quem escolhe repetir textos sagrados e inspiradores – mesmo sem praticar e sem realizar – pode ser um bodisatva disfarçado a estimular outros

bodisatvas a alcançar o caminho. Assim, não há nada a ser descartado nem depreciado. As Três Joias – Buda, Darma e Sanga – devem ser respeitadas. Mesmo a repetição aparentemente vazia de compreensão profunda poderá levar – ou não – à compreensão verdadeira, à sabedoria iluminada.

Decorar palavras que apontem para o caminho do despertar é gravar essas palavras no coração (de cor), no seu mais íntimo. Embora pareça que nada está acontecendo, essas palavras estarão trabalhando internamente, de forma que, ao amadurecer espiritualmente, a pessoa será capaz de compreendê-las.

Algumas vezes nós trabalhamos as palavras. Outras vezes as palavras nos trabalham. Há momentos em que as palavras praticam as palavras e o ser pratica ser. Quando, na quinta opção, já não se distinguem, chegamos ao ponto de partida.

Budas protegem Budas. Reconhecem a prática Buda. Não são apenas os que se devotam e se esforçam, mas todos são reconhecidos e recebidos, capazes de penetrar o samádi.

É preciso abandonar a ideia de ganho. Abandonar até mesmo a esperança de se tornar um Buda. Assim, sem expectativas de ganho, sem expectativas de sucesso, de aprovação, de reconhecimento, a prática verdadeira se manifesta.

A pureza é reconhecida pelos puros. Puros são os que praticam a pureza.

A justiça é feita por atos justos.

Buda é reconhecido por Budas. Budas praticam Budas. O estado Buda é construído através de práticas Buda.

Fazer votos, praticar zazen, seguir os preceitos, manter os compromissos com a sanga e toda a família Buda são os ali-cercos da casa Buda.

"Nascer e morrer são os aspectos móveis da casa Buda" – frase muitas vezes escrita nas bênçãos para os mantos de Buda de sete tiras (rakusu).

"Na casa Buda, nascer-morrer são os móveis." E as paredes? Haverá alguma cerca, parede, janela, porta fixa e imutável? Será que toda a casa Buda não está em constante transformação?

Mesmo que nossos olhos não consigam ver, tudo está em movimento: a pedra, este teclado, a tela do computador, o texto. Prótons, elétrons, nêutrons. Na maravilhosa dança cósmica.

Não há nada fixo, nada permanente. Tudo é movimento.

Podemos perceber o movimento, o fluxo da existência. Fluir de acordo é tomar decisões e criar causas e condições conforme princípios éticos. Chamamos essa decisão ética de manter os preceitos Buda.

Manter os preceitos não é apenas agir superficialmente de forma correta para receber o reconhecimento e o aplauso dos Budas e dos seres comuns. Budas percebem a superficialidade dos que fazem o politicamente correto, sem verdadeiramente ter compreendido o grande despertar.

O grande despertar exige a grande morte. Morrer para a separatividade, a dualidade. Morrer para conceitos e ideias de si mesmo e do mundo, a fim de poder penetrar a realidade do assim como é.

A grande verdade, o Darma, a lei da interdependência e da impermanência são a sabedoria perfeita e a entrada em nirvana. A sabedoria perfeita é a mãe de todos e todas as Budas.

Pratique Buda, exercite Buda, seja Buda. Permita que se abram os portais da mente comum para que a mente Buda, sem separação e sem conflitos, seja sempre a referência para suas ações, palavras e pensamentos.

Aprece sua vida, que é a vida da Terra, a vida do cosmos e de todos os seres.

Mãos em prece,

Monja Coen

Acontece no Zendo



1. Jukai dos preceitados treinados pelo Monge Kojun, na Comunidade Zen Budista de Ribeirão Preto (SP), em 26 de julho. Fransérgio de Alcântara (JunShô – Metodicamente Correto), Vinicius Warisaia (ZenKi – Zen Meditação Alegre), Bruna Oliveira Fonseca (KoKyô – Pura Prática), Eli Aparecida Ferreira (AnShin – Tranquila Essência/Coração-Mente), Marco Aurélio Piva (SanShô – Espalhar Santidade).

2. Preceitados da Comunidade Zen Budista de São Paulo, no Templo Tenzui, em 1º de agosto: Gustavo Grazziano (TaiKo – Paz Abrangente), Camila Gancho Portella (MyôKi – Maravilhosa Alegria), Remy Leonzini (DaiGyô – Grande Prática), Mario Sergio Leite (HôKai – Darma Oceano/vasto e profundo), Paula Purin (Kailn – Oceano Selo/marca), Paula Raquel Jorge (MyôShitsu – Claro Discernimento), Lídia Maria Valente de Carvalho (SenShin – Heremita Essência/ Coração-Mente), Marcos Renato Ignácio de Campos (RyoJu – Bondade Árvore/Árvore do Bem).

3. Monja Coen Roshi com o professor Mario Sergio Cortella, em 6 de setembro. Encontro sobre vida virtuosa. Livro a ser lançado pela Papyrus Editora, em 2019.

4. Imigração Japonesa – 110 Anos, Memorial dos Pioneiros Imigrantes de Okinawa e seus descendentes, em 4 de agosto, na Liberdade, em São Paulo.

5. Palestra na Universidade Federal de Ciências da Saúde, em Porto Alegre (RS), em 13 de setembro.

6. Bênção da Sabedoria Perfeita (Gokito), no Zendo Brasil, em 11/11, para a pequena Alice.

7. Participação especial no programa feminino *Super Poderosas*, com destaque para a inclusão, o respeito à diversidade e a equidade entre seres humanos.

8. Ordenação Monástica de André Luiz da Silva (Yakusan), no Via Zen (RS), em 26 de maio.

Para informações e agendamentos de palestras, casamentos (dentro e fora do templo) e bênçãos da Sabedoria Perfeita, entre em contato pelo e-mail: zendobrasil@gmail.com.com



2.



3.



4.



5.



6.

zen

Tangpeng e o Chá

Eram 9h da manhã de 29 de agosto. Estava em Shenzhen, na China. Após uma intensa agenda de visitas aos fornecedores, este seria meu último compromisso de trabalho antes de ir a Hong Kong e preparar a volta ao Brasil no dia seguinte.

Shenzhen é uma cidade como São Paulo: há 13 milhões de habitantes e milhões de automóveis. Brad, meu contato na empresa, veio me buscar no hotel para seguirmos à sede e encontrarmos o Sr. Huang, o presidente. É verão na China, chove muito, então decidimos usar o metrô. Como aqui, 99,999% das pessoas dentro do vagão se concentravam no celular. Eu, o 0,001%, observava a tudo e a todos.

Passados 30 minutos, estávamos na estação de destino. Caminhamos 200 metros e chegamos ao escritório para nossa reunião. Nos acomodamos na sala do Sr. Huang, que tinha aproximadamente 40 m² – em geral, as salas dos donos das empresas na China são grandes. Observei que à direita ficava a enorme mesa do Sr. Huang e à esquerda, uns dois metros à frente da mesa, a sala de Chá.

A sala de Chá é composta de uma mesa ao centro, onde se dispõem todos os utensílios necessários para o preparo do Chá. Ao redor dessa mesa, há quatro poltronas individuais e uma para duas pessoas com uma pequena mesinha de apoio ao centro. Todas são de madeira, decoradas com motivos chineses talhados à mão, belíssimas!

O Sr. Huang liga para Brad e avisa que vai se atrasar uns 30 minutos por causa da chuva intensa – o trânsito estava caótico.

Tradicionalmente, na China, serve-se Chá aos convidados. Brad se dividia entre me dar atenção e preparar o Chá. Era perceptível que, além de não ter muita habilidade, estava incomodado com a situação. Assim surge a personagem principal: Tangpeng, uma moça muito jovem, aparentando ter entre 20 e 22 anos.

Tangpeng logo diz que está muito honrada em poder servir o Chá – era a primeira vez que conhecia alguém do Brasil – e, então, começa o preparo.

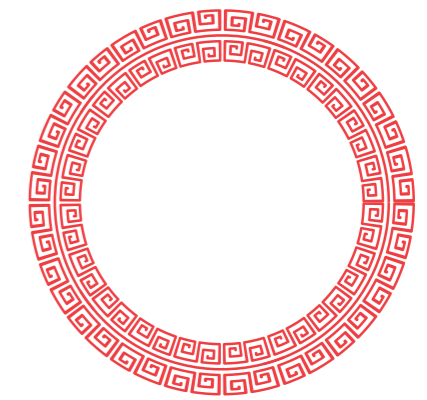
Enquanto a água é aquecida até ferver, ela prepara um pequeno bule de cerâmica que vai receber as folhas do Chá, as xícaras, etc. Quando a água atinge seu ponto de fervura, Tangpeng higieniza o bule, as xícaras e os demais utensílios.

Tudo isso é feito sobre uma pia de madeira talhada à mão que fica sobre a mesa de centro. É comum ter uma imagem do Buda Hotei e de um sapinho com moedas ao redor, que simboliza, na cultura chinesa, fartura e sorte. No centro da peça, há um ralo para esgotar a água.

Após Tangpeng higienizar tudo, a chaleira é novamente completada com água para ser fervida. Enquanto a água é aquecida, ela abre o sachê do Chá e deposita as folhas dentro do pequeno bule de cerâmica. A água na chaleira atinge novamente o ponto de fervura, então ela coloca água no bule para hidratar as folhas do Chá e o tampa.

Agora Tangpeng esgota essa primeira água do Chá, higienizando novamente as xícaras que vão receber a bebida para nos servir. Mais uma vez, ela coloca água fervente no bule e só então nos serve.

Enquanto saboreamos o Chá, Tangpeng, muito entusiasmada, conta a história do Chá que estamos bebendo. Na sua província de origem – é comum jovens formados migrarem para cidades como Shenzhen para trabalhar –, seus avós trabalharam



na louvara de Chá, assim como seus pais. Este Chá, em especial, a remetia à sua infância e adolescência. Era também o Chá de *Kuan Yin* ou *Guanyin* (Kannon Bodisatva). Tangpeng diz ainda que seus avós, com quase 90 anos, estão preocupados porque ela já tem 30 e ainda não se casou. Na China, uma mulher que chega aos 25 anos solteira é considerada "velha" pelos homens, tornando-se mais difícil se casar, mas ela diz que não está preocupada com isso – sua geração pensa diferente.

Tangpeng, então, me ensina como beber e degustar o Chá. O primeiro contato deve ser com a ponta da língua. Em seguida, sorve-se uma pequena quantidade e, antes de engolir, fazem-se movimentos com a boca e a língua para que a bebida se espalhe de forma homogênea. O ar que sai pelas narinas finaliza a experiência. A boca fica levemente dormente e um sabor adocicado invade o paladar, uma sensação que perdura até o próximo gole. O Sr. Huang chega. Confesso que não sei se ele chegou 20 minutos ou duas horas após avisar Brad. Tangpeng nos deixa e o Sr. Huang assume sua função.

Na China, não se trata de negócios durante um almoço ou jantar. As reuniões são feitas em salas de Chá. Se forem realizadas em salas de reunião, servem-se Chá e frutas. Essa foi a 11ª vez que estive na China. Foram dezenas de reuniões regadas a muito Chá, de vários tipos, de flores inclusive, alguns caríssimos até! Mas esta foi a primeira vez que alguém, preparando o Chá, prendeu minha atenção.

Tangpeng tratava cada objeto, cada gota de água, cada folha de Chá com suavidade, delicadeza e muito respeito! Seus movimentos eram também suaves, contínuos e delicados. Preenchia três xícaras de Chá em quantidades precisas e milimetricamente iguais. Uma vez servido o Chá, o bule era colocado na pia de maneira muito cuidadosa, para que não fizesse um mínimo ruído sequer, e assim era com todos os objetos. Servia-nos em reverência, em respeito ao Chá e a quem o estava recebendo. Quando seu chefe chegou e assumiu sua posição, tudo estava na mais perfeita ordem. Era como se ela não tivesse estado ali, fisicamente falando.

Preparando e servindo o Chá, Tangpeng me convidou a visitar sua província, sua infância e adolescência, seus antepassados e cada folhinha de Chá que ainda está na lavoura esperando para, cuidadosamente, ser colhida.

O Chá é feito de tudo o que não é Chá. É a vida de todo o universo numa xícara!

Tangpeng, Xie Xie Ni (muito obrigado)!

Gasshō,

NanDô Fernando Oliveira é aluno de Coen Roshi Sama desde 2015. Recebeu os preceitos em fevereiro de 2016 (ano Buda 2582). É vendedor e empresário. Viaja constantemente à China e a outros países. Coordena a loja e colabora com as atividades da Comunidade Zen Budista.



Denkôroku - Anais da Transmissão da Luz

Capítulo inicial – Xaquiamuni Buda

Keizan Jôkin

HONSOKU – CASO PRINCIPAL

Quando Xaquiamuni Buda viu a estrela da manhã, se iluminou e disse: "Eu e todos os seres da Grande Terra, ao mesmo tempo, nos tornamos o Caminho" (Em japonês: "Ware to Dai Tchi Ujo Doji ni Jodo su").

KIEN – CIRCUNSTÂNCIAS

Xaquiamuni Buda descendia da linhagem do sol (surya vamsa) na Índia antiga. Em seu 19º ano, abandonou o palácio de Kapilavastu no meio da noite e dirigiu-se ao Monte Dantoku, onde cortou os cabelos, renunciando ao mundo. Em seguida, iniciou seis anos de práticas ascéticas, sentando-se mais tarde no Trono de Diamante. Aranhas teceram teias em suas sobrançelas, passarinhos fizeram um ninho em sua cabeça e ervas cresceram entre suas pernas, enquanto ele permanecia sentado – tranquilo, ereto e imóvel – durante mais seis anos. Aos 30 anos de idade, no oitavo dia do 12º mês, ao surgir a estrela da manhã, ele obteve a iluminação. As palavras acima foram seu primeiro "rugido de leão".

Durante os 49 anos seguintes, nunca mais ficou sozinho: ensinou constantemente o Dharma à assembleia. Possuía apenas manto e tigela, e pregou a seus discípulos mais de 360 vezes. Mais tarde, transmitiu a Makakashô o Olho do Tesouro do Verdadeiro Dharma, que tem sido passado de geração em geração até o presente. Na verdade, essa Transmissão vem ocorrendo através da Índia, China e Japão, sendo a base da prática do Dharma Correto.

Os feitos da vida de Xaquiamuni Buda são um modelo para seus descendentes no Dharma. Embora ele possuísse as 32 grandes marcas e as 80 marcas menores, mantinha a aparência comum de um velho monge, nada diferente de pessoas comuns. Por isso, desde seu aparecimento no mundo, e durante as três eras de seus ensinamentos – a era do Dharma Correto, a era do Dharma de Imitação e a presente era do Dharma Degenerado –, todos os seus seguidores imitam suas ações e sua conduta, usam o que ele usava e fazem o que ele fazia em cada momento, seja ao andar, ficar em pé, sentar-se ou deitar-se. Buda após Buda, Ancestral após Ancestral tem transmitido diretamente a Lei Verdadeira sem interrupção, para que o Dharma Correto nunca se extinga, como indica claramente o caso principal acima. Embora os métodos de expressão de Buda – histórias, palavras e figuras de linguagem – tenham diferido muito nas 360 ocasiões ao longo dos 49 anos, todos são manifestações do mesmo princípio do caso de sua iluminação.

TEISHÔ – PALESTRA DO DARMA

O assim chamado "Eu" não é Xaquiamuni Buda. Xaquiamuni Buda também surge desse "eu". Não apenas Xaquiamuni Buda surge, mas a Grande Terra e todos os seres daí emergem. Quando se ergue uma grande rede, todos os seus buracos também são levantados; da mesma forma, quando Xaquiamuni Buda torna-se iluminado, a Grande Terra e todos os seres também se tornam

iluminados. Não apenas a Grande Terra e todos os seres, mas também todos os Budas do passado, do futuro e do presente.

Assim, não pensem que foi apenas Xaquiamuni Buda a ser iluminado. De fato, não devem vê-lo como separado da Grande Terra e de todos os seres. Embora montanhas, correntezas e miríades de formas floresçam em grande abundância, nenhuma é excluída da clara visão do Olho de Gautama. Todos vocês aqui também estão alojados em seu olho. Não apenas estão instalados no Olho de Buda, mas na verdade este está contido dentro de vocês. A pupila do olho de Gautama torna-se a carne e os ossos – o corpo inteiro – de cada pessoa, como um precipício de 80 mil pés de profundidade. Por isso, não imaginem que desde o passado até o presente houve uma pupila brilhante separada das pessoas. Vocês são a pupila do Olho de Gautama. O próprio Buda é a totalidade de cada um de vocês.

E, se assim é, como podemos explicar o cerne da iluminação? Pergunto a esta assembleia de monges: será que Gautama torna-se iluminado com todos vocês, ou vocês se tornam iluminados com Gautama? Se vocês disserem que se tornam iluminados com Gautama ou que ele se torna iluminado com vocês, esta não é a iluminação de Gautama. Não podemos ver isso como o cerne da iluminação.

Se quiser intimamente compreender a iluminação, você deve se livrar imediatamente de "você" e de "Gautama" e compreender, num átimo, essa questão do "eu". "Eu" é a Grande Terra e todos os seres como no "e". "E" não é o "eu" do velho amigo Gautama. Investiguem e reflitam cuidadosamente, clarificando esse "eu" e esse "e". Mesmo que vocês esclareçam o significado de "eu", se não clarificarem este "e", perderão o olho de discernimento.

Sendo assim, os verdadeiros "eu" e "e" não são idênticos nem são diferentes. Em verdade, sua pele, carne, ossos e medula são totalmente o "e". O(a) "Senhor(a) da casa" é o "eu". Este não tem nada a ver com pele, carne, ossos ou medula. Sem nenhuma relação com os quatro elementos ou os cinco agregados. Em última análise, se vocês querem conhecer a "Pessoa imortal em seu eremitério", ela não está separada deste presente saco de pele, está? Portanto, não pensem nisso como a Grande Terra e todos os seres.

Embora as estações do ano mudem e as montanhas, rios e a terra tomem diferentes formas, vocês devem entender que essas mudanças são apenas o velho amigo Gautama erguendo as sobrançelas e piscando os olhos. Tudo é aquele corpo manifesto aberta e independentemente nas miríades de formas. Ele as descarta e não as descarta.

O antigo mestre Hogan perguntou: "Por que discutir se descarta ou não descarta as miríades de formas?". E Jizo respondeu: "O que você quer dizer com 'miríades de formas?'".

Portanto, pratiquem completa e incessantemente, desenvolvam a maestria e clarifiquem a iluminação de Gautama, assim como a sua própria. Vocês o poderão perceber se inspecionarem este caso principal em todos os detalhes. Sem emprestar palavras dos Budas do passado ou do presente, deixem que a resposta flua de seus corações. No próximo dia designado para as explicações, quero que me mostrem sua compreensão com uma palavra decisiva.

JUKO – VERSO

Este monge das montanhas gostaria de dizer algumas humildes palavras sobre esse caso. Vocês gostariam de ouvi-las?

Um ramo esplêndido brota da velha ameixeira.

Com o tempo, dos espinhos obstruentes,

Surgem flores por toda parte. ☸

Mestre Zen Keizan Jokin

Mestre Zen Keizan (1258-1325) – também chamado Jokin, nome que recebeu ao se tornar monge – foi o Quarto Ancestral da linhagem Soto Zen no Japão, a partir da implantação da escola no país por Mestre Eihei Dogen. O fato de Mestre Keizan ter-se tornado sucessor da linhagem zen-budista de Dogen Zenji foi fundamental para o florescimento do zen-budismo em solo japonês. Graças a essa sucessão, o Zen de Mestre Dogen sobreviveu como uma tradição religiosa capaz de se sustentar ao longo do tempo. Atualmente, é a maior escola budista japonesa em número de adeptos.

Mestre Keizan entrou para o Mosteiro de Eihei-ji aos 8 anos, sob orientação de Tetsu Gikai Zenji (1219-1309) – discípulo de Koun Ejo Zenji (1198-1280), abade do Mosteiro de Eihei-ji. Aos 13 anos, Keizan Zenji foi ordenado monge noviço por Ejo Zenji. Depois da morte de seu mestre de ordenação, tornou-se discípulo de Tetsu Gikai Zenji, sucedendo-o como abade do mosteiro de Daijo-ji em 1300. O Mosteiro de Daijo-ji, em Kaga, foi fundado por Tetsu Gikai Zenji depois que ele renunciou à abadia de Eihei-ji.

Mestre Keizan praticou sob vários orientadores. Era conhecido por seguir o Zen severo e rígido de Jakuen – Chi-yüan (1207-1299), chinês que seguira Mestre Dogen até o Japão e tornara-se sucessor da linhagem através de Ejo Zenji. Mestre Keizan também praticou a linhagem Rinzai Shoichi, em Quioto, cuja tradição incorporava o budismo esotérico da escola Tendai. Ele chegou a assistir a uma aula em Wakayama com Mestre Muhon Kakushin (1207-1298), que havia praticado com Mestre Dogen no mosteiro de Kosho-ji, em Fukakusa, Quioto, e dele recebeu o Código Mahayana dos Preceitos de Bodhisatva (bodhisatva-sila). Esse mestre é famoso por ter ido à China receber a transmissão na tradição Rinzai e por ter sincretizado essa tradição com o budismo esotérico Shingon do Monte Koya.

Mestre Keizan também estendeu seus estudos aos budismos exotérico e esotérico da escola Tendai, do Monte Hiei, e aos 29 anos recebeu o Código Mahayana dos Preceitos de Bodhisatva de Mestre Gien, na época o quarto abade de Eihei-ji. Mestre Gikai também transmitiu a Mestre Keizan os segredos de uma linhagem Rinzai que ele havia recebido de outra escola Zen, a Nihon Dharuma-shu, fundada no final do século XIII por Dainichi-bo Nonin, originalmente um monge Tendai. De fato, a amplitude do treinamento e da qualificação de Mestre Keizan abrangeu todo o espectro das tradições budistas existentes na época. Entretanto, ele decidiu seguir somente a linhagem de Mestre Dogen, abandonando todas as outras tradições.



A trajetória de Mestre Keizan como mestre Zen foi brilhante e bem-sucedida. Como abade de Daijo-ji até 1311, dedicou-se à tarefa deixada por Mestre Gikai de instituir as regras monásticas e treinar os praticantes. Escreveu o Denkôroku – Anais da Transmissão da Luz, sobre a Transmissão do Dharma, desde Xaquiamuni Buda até Koun Ejo Zenji, comprovando a legitimidade histórica da linhagem. Também escreveu o Zazen Yojinki – A que Estar Atento em Zazen, e outros textos sobre regras monásticas e litúrgicas. A visão ampla de Mestre Keizan pode também ser observada em sua contínua fundação de templos Zen. Ele designava seus melhores discípulos e mesmo discípulos de outros mestres para temporariamente ocuparem o cargo de abade nesses templos. Essa rotatividade trazia benefícios aos templos e interligação da sanga monástica.

Ainda em Daijo-ji, Mestre Keizan fundou Joju-ji, em Kaga. Depois disso, mudou-se para a província de Noto, em 1313, e após apenas quatro anos, em 1317, fundou Yoko-ji. Keizan Zenji fundou Koko-ji e Hosho-ji alguns anos mais tarde e, finalmente, Soji-ji, em 1321, na mesma província. (O atual mosteiro de Soji-ji foi transferido para Tsurumi, Yokohama, por volta do início do século XX.)

No ano anterior, em 1320, Keizan Zenji havia recebido um enviado do imperador Godaigo (1288-1339) com dez perguntas sobre o Dharma de Buda. As respostas de Mestre Keizan foram bem recebidas pelo imperador, que deu a Soji-ji o título imperial de Templo-Sede da Escola Soto do Japão. A Escola Soto passou então a ter dois templos-sede – o de Eihei-ji e o de Soji-ji –, que continuam até os dias hoje.

Nos últimos anos de sua vida, Mestre Keizan retornou a Yoko-ji. Em 1324, terminou de escrever o Noshu-Tokokusan-Yokozenji-Gyoji-Shidai (A Programação de Eventos no Templo Zen Tokokusan Yoko-ji, na Província de Noto), que ficou mais conhecido como Keizan-Osho-Shingi, ou mais simplesmente como Keizan Shingi (Regras Monásticas de Keizan). ☸



O brâmane que contempla a parede

*"Diga-me: onde está Bodidarma exatamente agora?"
"Você tropeçou nele sem nem sequer percebê-lo."*

Quem é Bodidarma? Podemos responder que foi um monge do século VI, o mais novo dos três filhos do rei de Koshi, no sul da Índia. Discípulo do Grande Mestre Prajnatará, clarificou a mente Buda, tornando-se o 28º ancestral do Darma. Seguindo orientações de seu mestre, após 67 anos da morte de Prajnatará, navegou por três anos da Índia para a China. Encontrou-se com o imperador Wu, de Liang, grande incentivador do budismo em terras chinesas. Quando Bodidarma chegou à China, o país já dispunha de 2.000 templos e 36.000 monges budistas. Sem concessões, porém, em um só ato, Bodidarma procurou transmitir a essência dos ensinamentos no conhecido diálogo, semelhante ao abaixo reproduzido:

Imperador: – Construí templos e ordenei monges. Quais méritos acumulei com esses atos?

Bodidarma: – Nenhum mérito.

Imperador: – Se não há mérito, qual o mais alto significado das verdades sagradas?

Bodidarma: – Vazio. Nada sagrado.

Imperador: – Quem é este que está à minha frente?

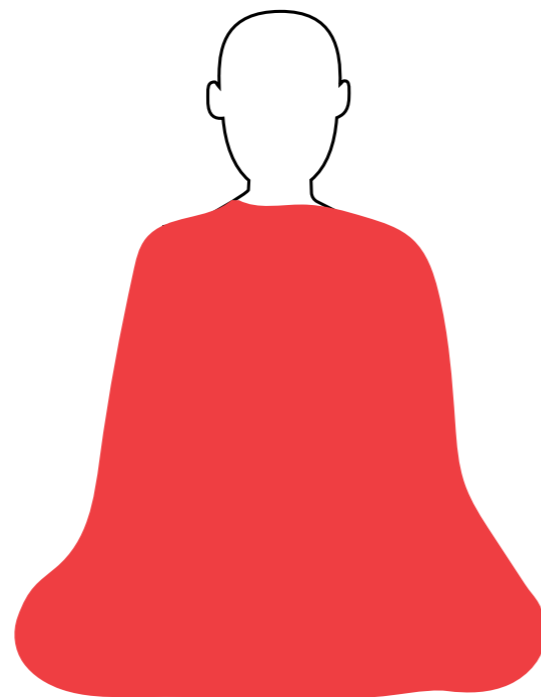
Bodidarma: – Não sei.

As condições para a difusão dos ensinamentos, no entanto, não estavam amadurecidas. Dirigindo-se ao norte, sentou-se por nove anos de face para a parede. O puro sentar dos Budas do passado, presente e futuro fez fortificar os frutos da transmissão do selo da mente. Pele, carne, ossos e medula foram herdados pelos discípulos Dôfuku, Dôiku, Sôji e Eka, este último garantidor da linhagem que hoje chega até nós por nossa mestra Coen Roshi.

Segundo os textos de nossa tradição, o esboço de resposta acima descrito pode estar correto. Mas é preciso que questionemos: quem é Bodidarma? *O que é Bodidarma?* Quem é capaz de responder?

Não saber. Para além dessas palavras, para além dos significados, a verdade que experimentamos é a mesma. Como poderíamos ser o que quer que seja? Como podemos delimitar o que não tem fronteiras? No entanto, escrevo e você lê. Bodidarma diz: "Você pergunta, é a sua mente. Eu respondo, é a minha mente. Se eu não tivesse mente, como eu poderia responder? Se você não tivesse mente, como poderia perguntar? Aquilo que pergunta é a sua mente. Durante kalpas sem começo nem fim, qualquer coisa que você faça, onde quer que você esteja, essa é a sua mente verdadeira, esse é o seu verdadeiro Buda".

Relativo e absoluto se integram. Há tantos Bodidarmas quantos grãos de areia no Rio Ganges ou grãos de poeira na Avenida Paulista. É o monge indiano que aporta na China no século VI. Mas também é aquele que, séculos antes, deixou seu reino, esposa e filho em busca da verdade. É este pedaço de papel com tinta ou esta tela luminosa. É você e sou eu. Ainda assim, há abismos de diferença. O que nos falta? É possível falarmos de falta quando tudo se interconecta?



A compaixão absoluta do ensinamento de Bodidarma se manifesta diretamente, sem meias palavras. Quando ainda muito jovem, ao ser indagado por seu futuro mestre Prajnatará acerca do que é sem forma, Bodidarma respondeu: "o não surgir é sem forma". Como nos ensina Mestre Keizan Jokin a respeito desse caso, "nada" não seria uma resposta ao questionamento sobre o sem forma. Já "não surgir" aponta para a clareza da mente. Antes da separação entre o céu e a terra, como distinguir entre sagrado e comum? "Não surgir" – a afirmação feita a Prajnatará por Bodidarma – não seria a mesma resposta dada ao imperador Wu décadas depois? Como poderia haver outra resposta? Vazio, nada sagrado. Para além dos conceitos, para além dos limites.

No entanto, para clarificar o não surgir, é preciso sentar-se diante de uma parede e vislumbrar a demolição de todas as paredes internas e externas. Trata-se de uma prática, não um fim a que se chega de uma vez por todas. Seremos capazes de arrancar nossos cílios para atravessar despertos o oceano do nascimento, da doença, velhice e morte?

Bodidarma não se encerra em palavras. Abrir a boca para falar ou manusear um teclado para escrever é um erro terrível. Ainda assim, falamos, escrevemos e lemos. Bodidarma é um dedo vigoroso que aponta para nossa verdadeira natureza. Quem é você? Se você não tem mente, como pode estar lendo este texto agora? Quem lê e quem escreve?

Vazio, nada sagrado. "Se você pode penetrar uma única frase, no mesmo momento você penetrará mil frases, dez mil frases." Que o "brâmane que contempla a parede" possa nos inspirar em direção à prática correta.

Dokan Saint Clair é monge noviço, discípulo de Coen Roshi. Professor da Universidade Federal Fluminense, doutor em comunicação, reside no Rio de Janeiro, onde coordena um pequeno grupo de zazen no bairro de Ipanema. Contato: mongedokan@gmail.com.



O treinamento

Na primeira sexta-feira de fevereiro, subi para Dokusan. Nossa Mestra, Coen Roshi, me perguntou: "Por que Bodidarma veio do oeste?". Conheço a pergunta. Sei o que é um koan. E tenho a certeza de que, como em outras ocasiões, devo viver a resposta. Estranho que ela não tenha anunciado o koan de uma forma mais explícita, algo como: "Você já fez o koan de Bodidarma vindo do oeste?". Roshi repete a pergunta e eu respondo: "Não sei". "Como não sabe?" "Não faço a menor ideia. Foi para transmitir o Darma?" "Você não estudou isso?" "Não. Sempre achei que não devia ler de antemão sobre os koans que poderia ter de praticar. Nunca quis colar as respostas." "O cipreste no jardim!" "Como?" "O cipreste no jardim! Essa é a resposta! Vá estudar. É preciso estudar os casos como este. Você precisa estudar. Não é só zazen, não é só liturgia. Estude!"

Esse foi o início do treinamento. O final foi no último sábado de junho, dia 30. Um treinamento intensivo como esse, chamado de Ango, pode ter propósitos diferentes. No meu caso, foi a preparação para o Combate do Darma, uma etapa de treinamento exclusiva de monges e monjas, mas que nossa Mestra, Coen Roshi, generosa e estrategicamente estendeu a leigos e leigas. Em um mosteiro, uma noviça é escolhida para a posição de Shussô, líder da sanga, durante três meses. Ao fim desse período, ela é sabatinada por suas colegas, além de ser observada quanto a sua atitude ao fazer o que precisa ser feito durante a cerimônia de Hossen Shiki, o Combate do Darma. Após a cerimônia, ela deixa de ser noviça e passa a ser uma monja em treinamento, a caminho para se tornar, um dia, professora.

Teriam sido três meses de treinamento. Pedi que fossem cinco por motivos de agenda; minha vida profissional funciona por semestres. Ao longo desse tempo, Coen Roshi me orientou dia e noite com gentileza, paciência e uma firmeza que jamais se mistura com aspereza, agressividade ou falta de tato. A cada passo do caminho, cada uma das minhas certezas sobre o que eu estava fazendo foi desfeita, refeita e desfeita novamente. A vivência sempre como resposta para cada pergunta, as palavras para apontar enganos, os sorrisos para indicar a direção correta.

Criei uma rotina de prática em que estive no templo três vezes por semana, das 7h às 22h. Aos domingos, além do Zazen para Iniciantes, permaneci no templo até a noite. Para pagar as minhas contas, encaixei meu trabalho nas terças e quintas, com cerca de 10 horas de aulas nesses dias. Nossa! O que será que me trará um esforço desses, uma dedicação dessas? Com três semanas de atividades no templo, passei a sentir grande força de vontade, disposição e energia para os afazeres. Zazen da manhã, Tchoka, limpar incensários, o banheiro, estudar, ajudar na secretaria, etc. Em casa, passei a ser mais ativo. No trabalho, mais disposto. Ao comentar com Coen Roshi sobre isso, ela sorri e me aponta: "Eu faço, eu posso, eu consigo, eu, eu, eu...". Palavras apontam enganos, sorrisos indicam o caminho.

As manhãs iniciavam com zazen, e as noites também. Esse zazen diário – algo que não fiz com regularidade por anos – aprofunda a experiência e me trouxe uma vontade genuína, fresca, de me aprofundar mais, experimentar mais, desenvolver

mais. Em Dokusan, perguntei sobre postura, respiração, exercícios e técnicas para avançar, aprofundar, seguir em frente. Roshi ouve com paciência, sorri e diz: "Ganância, é?". Para em seguida orientar sobre respiração, postura, permanência. Palavras apontam o caminho, sorrisos indicam enganos.

A posição de Shussô é de liderança. O Shussô é aquele ou aquela que dá o exemplo, que está preparado e constantemente se preparando para isso. Munido de disposição e de uma prática regular, não foi difícil encontrar em mim esse personagem. Sobretudo ao estar com a sanga no zazen noturno das segundas e sextas e no grupo de estudos de quarta. Comento com a Mestra com um certo desconforto, mas ela sorri com a solução. Para essa sensação, o treinamento prevê a limpeza dos banheiros diariamente. Então a limpeza dos banheiros pode ser a resposta para o ego e para a ganância? Para esse personagem? Sim! Mas só até que a limpeza diária dos banheiros ocupe o lugar da liderança personificada. Nesse momento, a Mestra orienta pacientemente: "Deixe os banheiros. Não se preocupe com isso diariamente. Vá fazer algo mais útil, mais necessário".

Há muito que fazer no Templo. É bem fácil ser útil e necessário. Basta estar ali para perceber. Somos poucos e nem todos estamos disponíveis para fazer o que é preciso. Os banheiros podem esperar se outras prioridades se apresentam. O estudo pode esperar também. É preciso estudar, mas há muito que fazer. No Japão, a ordem é estudar à noite, depois de terminar o trabalho diário, na hora de dormir. Nossa Mestra ordena no mínimo duas horas por dia de estudo e estabelece o horário: "Das 10h às 12h, não faça nada além de estudar o Darma. É muito fácil se perder nos afazeres do dia a dia aqui no templo. Estude Bodidarma, copie os textos, faça resumos, estude!".

Sim, o treinamento pode ser visto como preparação para o Combate do Darma, mas, com a orientação de uma professora como a nossa, ele pode ser vivido diariamente como uma descoberta de constante transformação. Assim que uma resposta se cristaliza, que uma certeza se estabelece, um tapete imaginário é gentilmente puxado, uma visão adquirida é reposicionada, uma nova experiência se abre. Viver isso diariamente pode ser parte de um treinamento específico como o que eu tive e também parte da vida sem treinamento algum.

Genzo André Spinola e Castro é aluno de Coen Roshi Sama desde 2003 e recebeu os preceitos em 2007. É voluntário da Comunidade Zen Budista, orientando o Zazen para Principiantes aos domingos. É professor de fotografia, fotógrafo amador, trabalha na escola Rever, e nas Oficinas Criativas do Sesc Pompeia.



Programação Semanal

Segunda-feira

20h - Zazen (meditação) e Teicho (palestra formal do Dharma)

Terça-feira

20h - Curso de Introdução ao Zen-Budismo*

Quarta-feira

20h - Curso de Zen-Budismo*

Quinta-feira

20h - Palestra do Dharma com Monja Zentchu Sensei. Palestras especiais da Monja Coen Roshi em locais e datas a serem anunciados

Sexta-feira

20h - Zazen e Dokusan (entrevista para discípulas/os)

Sábado

18h - Zazen para Iniciantes (aula prática de meditação zen-budista)**

Domingo

11h - Zazen para Iniciantes (aula prática de meditação zen-budista)**
12h30 - Encerramento

* Cursos de 4 meses, apenas para alunos matriculados previamente. Não há aulas avulsas.

** Chegar 30 minutos antes.

Comunidade Zen Budista Zendo Brasil

Rua Des. Paulo Passaláqua, 134
Pacaembu, São Paulo/SP
CEP: 01248-010 | Tel.: (11) 3865-5285
e-mail: zendobrasil@gmail.com
www.monjacoen.com.br
www.zendobrasil.org.br
Facebook: Zendo Brasil

Este jornal é uma publicação trimestral, de distribuição gratuita, realizado com trabalho voluntário pela Comunidade Zen Budista Zendo Brasil.

Supervisão e edição: Monja Coen
Coedição e arte: Fugetsu Regina Cassimiro (www.reginacassimiro.com)
Revisão: Shobun Andreia Caetano

Programa *Momento Zen*, com Monja Coen, na Rádio Mundial
Segundas-feiras,
das 19h30 às 19h55
FM 95.7 | AM 660
www.radiomundial.com.br



Acesso gratuito à série *SER - Sabedoria e Renovação*, com Monja Coen, no Canal MOVA: YouTube:
youtube.com/movafilmes.
Facebook: facebook.com/canalmova



AGENDA DA COMUNIDADE

Nossa agenda está sujeita a alterações. Confira as atualizações no site, na nossa página no Facebook ou por telefone

Outubro

- 1º a 11 Monja Coen Roshi em Portugal
- 13 Zazenkai com Monja Zentchu Sensei
- 15 Lançamento do livro *A Monja e o Professor*, às 19h, na Livraria Cultura do Conjunto Nacional (SP)
- 18 Música e Meditação no Escuro, às 20h, na Unibes Cultural (SP). Monja Coen Roshi e Trovadores Urbanos

Novembro

- 1º a 4 Sesshin no Zendo Brasil
- 4 Palestra de Monja Coen Roshi no Desperta Rio (RJ)
- 8 Feira do Livro de Porto Alegre (Editora Planeta)
- 9 Palestra de Monja Coen Roshi no teatro Externato Santo Antonio, em São Caetano do Sul, às 20h30. Ingressos a venda nas lojas Pixelé Calçados.
- 15 a 18 Sesshin no Nazaré Uniluz (inscrições em nazareuniluz.org.br)
- 17 Zazenkai com Monja Zentchu Sensei
- 22 a 25 Festival Yoga Bahia, em Salvador (www.yogabahia.com.br)
- 25 Palestra de Monja Coen Roshi no Hotel Estrela Maris, às 10h, em Salvador (BA)
- 27 Palestra de Monja Coen Roshi no 2º Encontro sobre Ética nos Negócios no teatro do WTC, em São Paulo, às 10h30
- 29 Dharma Combate de Dokan Saint Clair, com a presença de Saikawa Sokan, às 20h, no Zendo Brasil

Dezembro

- 1º a 8 Rohatsu Sesshin no Zendo Brasil *
- 11 e 12 Monja Coen Roshi em Belém (PA)
- 15 Zazenkai com Monja Zentchu Sensei
- 29 Abertura do Treinamento Intensivo (até 10 de janeiro)
- 31 Cerimônias de Fim de Ano e de Abertura do Ano-Novo

PROGRAME-SE

- Janeiro** 1º a 5 Cerimônias de Ano-Novo*
- 17** Palestra especial Bênção de Ano-Novo
- Fevereiro** 15 a 17 Sesshin no Zendo Brasil
- Março** 1º a 5 Sesshin no Zendo Brasil
- 2 a 9** Sesshin no Vila Zen (www.viazen.org.br)

* Prepare-se para o Rohatsu Sesshin e as Cerimônias de Ano-Novo:

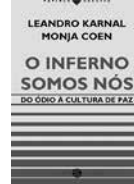
- vagas limitadas, necessário inscrição prévia
- para o sesshin serão aceitos apenas membros/sócios da Comunidade
- Mais informações no nosso site**
www.zendobrasil.org.br e
Facebook: Zendo Brasil



NOVO
A MONJA E O PROFESSOR - REFLEXÕES SOBRE ÉTICA, PRECEITOS E VALORES
Clóvis Rossi de Barros Filho e Monja Coen num diálogo inspirador. R\$ 30



NOVO
ZAZEN - A PRÁTICA ESSENCIAL DO ZEN
Edição atualizada do guia de zazen, elaborado pelo Zendo Brasil. R\$ 15



O INFERNO SOMOS NÓS
Leandro Karnal e Monja Coen nos mostram como o conhecimento, de si e do outro, é capaz de produzir uma nova atitude. R\$ 30



ZEN PARA DISTRAÍDOS
Livro de Monja Coen, organizado por Nilo Cruz, traz conceitos do budismo para a vida diária. R\$ 32



O SOFRIMENTO É OPCIONAL
Monja Coen nos conta como o zen-budismo pode ajudar a lidar com a depressão. R\$ 45



O MONGE E O TOURO
Com ilustrações de Fernando Zenshō. R\$ 24,90



A SABEDORIA DA TRANSFORMAÇÃO
Em textos leves e bem-humorados, Monja Coen nos convida a rever conceitos. R\$ 30



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 compartilha ensinamentos zen-budistas. R\$ 25



OITO ASPECTOS NO BUDISMO
Destinado a pessoas que desejam aprofundar-se nos ensinamentos de Buda. R\$ 10