

禅のこだま



Ekizen

Notiziario del Sangha di Shinnyo-ji

Autunno 2010

授戒会

Cerimonia di Jukai



Tempio Zen Shinnyo-ji

Domenica 26 settembre 2010 ore 11.00

Il Maestro Iten Shinnyo conferirà i Voti

nella Cerimonia di Ordinazione a Bodhisattva

alla presenza del

Reverendo Ryushin Azuma Roshi

72° Abate del Monastero di Daijo-ji



Report

Ken Zen ichinyo - Lo Zen e il pugno sono Uno. Zen, come intuizione, e *ken*, il pugno nel karate, come azione, sono Uno. Nello stato di *mushin* in cui la mente duale non si manifesta, l'azione nasce spontaneamente dall'intuizione manifestando l'Uno, l'Assoluto.

Il 21 giugno 2010 - solstizio d'estate - il nostro Maestro Iten Shinnyo ha incontrato i praticanti dell'International Shorin Ryu Karate Kobudo Federation di Firenze, guidati da Alberto Doni Renshi. Dopo il loro abituale allenamento il Maestro Shinnyo ha fatto una breve introduzione sul buddhismo zen e la sua pratica, a cui è seguito un vivace momento di domande e risposte. La serata è proseguita con uno zazen intenso e

partecipato ed è terminato con una tazza di tè. E' stato davvero un incontro profondo, ulteriore tappa dell'antico legame dei due Maestri, che ci auguriamo sia l'inizio di un proficuo scambio e punto di incontro tra le due Scuole. L'invito per Alberto Doni Renshi e i suoi allievi è per settembre al nostro Tempio per un nuovo momento di pratica insieme.



Un'ambasciata coreana aveva offerto allo shogun Tokugawa Imitsu una magnifica tigre della Siberia, particolarmente bella, forte e feroce. Il maestro del Giappone le aveva fatto costruire un recinto nel parco del suo palazzo e l'esotico felino era diventato l'ultima attrazione alla moda. Un

giorno che, circondato dalla sua corte, stava facendo ammirare la tigre ad alcuni ospiti di riguardo, lo shogun si rivolse a Yagyū Munemori, suo maestro d'armi: "Non siete forse solito dire che il fine ultimo delle arti marziali è quello di vincere senza combattere? Sarebbe interessante farne la dimostrazione pratica con questa belva. Se non altro sarebbe una prova obiettiva." Posto davanti a quella sfida, che oltretutto esprimeva un desiderio del suo sovrano, e davanti allo sguardo divertito degli altri samurai, Yagyū, grande maestro della più famosa scuola di spada, non aveva modo di sottrarsi.

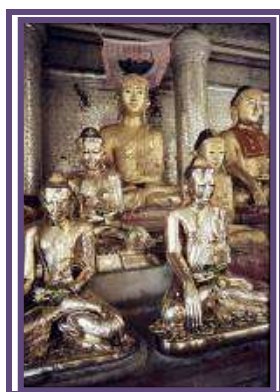
Per prudenza, non essendosi mai misurato con la più grande belva del mondo che, peraltro, non allignava nelle foreste del Giappone, il maestro d'arme mantenne le spade attaccate alla cintura, sperando di dimostrare che non avrebbe avuto bisogno di servirsene. Si limitò a togliersi la giacca di seta per sentirsi più a suo agio in quell'incerta tenzone. Profondamente concentrato e con in mano il solo ventaglio, entrò nel recinto. Subito la tigre ringhiò e, inquieta, si mantenne a distanza, tracciandogli attorno larghi cerchi. Lo sguardo penetrante, il volto impassibile, il passo fermo, il corpo colmo di ki, l'energia vitale, Yagyū Munemori non la perdeva un attimo di vista. Puntandole contro il ventaglio come se tenesse una katana, senza la minima breccia nella guardia, le si avvicinò con la sua stessa maestà e agilità, quasi facendo tutt'uno con la belva.

La tigre scopriva le zanne, artigliava l'aria, faceva le viste di saltare ma, visibilmente soggiogata, finiva per indietreggiare. Il fudoshin, o stato di vigilanza, del maestro Yagyū era totale. Non un pensiero, non un'ombra, non un timore turbavano il suo spirito. Riusciva a captare la minima intenzione della belva, a prevenire le sue reazioni. La incalzò senza sosta dietro gli alberi, nel boschetto di bambù. Spiazzata, la grande cacciatrice della taiga si trasformava in una preda braccata. Alla fine si lasciò intrappolare in un angolo del recinto. Messa alle strette e furibonda, la bestia si rannicchiò su se stessa,

visibilmente pronta a tentare un assalto disperato.

L'attenzione degli spettatori era diventata quasi percepibile e la loro ansia cresceva oltre ogni dire visto che l'esito dell'incontro continuava a restare incerto. Con i suoi trecento chili, quella forza della natura poteva balzar su in un lampo e spaccare la testa dell'uomo con una sola zampata. Tuttavia il kensei, vero genio della spada, si comportava quasi fosse certo della vittoria, quasi si sentisse capace di schivare l'attacco della belva sguainando la katana per tagliare la gola.

A un certo punto il maestro d'arme, ormai a pochi passi dalla tigre pronta a spiccare il balzo, si lanciò in avanti emettendo un formidabile kiai, concentrando tutta la sua energia in quel grido sovrumano e nell'estensione del braccio destro. Il suo ventaglio colpì in mezzo agli occhi il felino che, apparentemente sbalordito, si acquattò nell'erba. Approfittando dell'effetto sorpresa e non desiderando scherzare oltre con il fuoco, il maestro si ritirò prontamente in stato di zanshin senza distogliere lo sguardo dalla belva che, peraltro, si era rialzata scrollando la testa.



Fu uno Yagyū abbastanza contento della propria dimostrazione quello che riattraversò la porta del recinto sotto gli occhi ammirati dei suoi pari. Lo shogun si affrettò a complimentarlo: “Sono felice di avervi come istruttore. Avete un grado di maestria davvero elevato. Siete la prova vivente del vostro famoso ideale del vincere senza combattere. Pochi uomini sarebbero capaci di tener testa a un avversario così feroce e pericoloso senza sguainare la spada. Non è vero reverendo Takuan?”

E lo shogun si rivolse al maestro zen che gli stava accanto e che, pur non avendo mai praticato l'arte della spada, era famoso per le sue magistrali dissertazioni con i samurai circa la migliore attitudine interiore da adattarvi. Il monaco sorrise e, come foglie cadute dall'albero dell'illuminazione, lasciò volare queste sublimi parole: “Vincere senza combattere è certo un lodevole Precetto. Mi torna tuttavia in mente un incomparabile adagio che dice:

Anche se vinci il tuo avversario, egli resterà tuo nemico. Ma se riesci a convincerlo diventerà tuo amico.

Leggermente urtato, lo shogun non poté trattenersi dall'osservare con una punta d'ironia: “In quanto religioso, e quindi digiuno del mestiere delle armi, vi risparmio dal dimostrarci che questa impareggiabile massima funzioni anche con le belve. Per quanto convincenti siano le vostre parole, dubito che una tigre si lasci convincere da una predica.”

E il corteo dei cortigiani rise in coro con il maestro del Giappone.

Ma ecco che uno spettacolo mai visto azzittì d'incanto le risatine della corte: il monaco era entrato nel recinto! Lo shogun fece subito segno al servitore addetto alla custodia della belva, ma quello era rimasto impietrito davanti al cancello. Anche i daimyo avevano paura, terrorizzati dall'idea di dover aiutare quel pazzo di un monaco, gettatosi sconsideratamente in bocca alla tigre. Erano tutti assolutamente convinti che la belva si sarebbe vendicata su quell'uomo indifeso dell'umiliazione subita dalla parte dell'altro. Mentre uno dei grandi samurai, particolarmente avveduto oppure non molto coraggioso, si precipitava in cerca di un arco, i suoi colleghi avevano sfoderato le spade e, davanti al cancello, si consultavano sulla tattica da seguire. Un numero eccessivo di persone nel recinto avrebbe rischiato di spaventare l'animale e di farlo ulteriormente infuriare.

Quanto a Takuan Soho, continuava tranquillamente ad avanzare verso la tigre come un maestro del tè che andasse incontro a un invitato per accoglierlo nel suo piccolo mondo pacifico. La belva, sulle sue, mostrò dapprima le zanne; poi, con grande lentezza e visibile diffidenza, prese lentamente ad avvicinarsi. Senza smettere di avanzare verso il nuovo venuto, fiutò l'aria. Il monaco s'immobilizzò e, con un'espressione beata, lasciò che il felino gli si avvicinasse.



Incuriosito dall'atteggiamento del monaco e desideroso di vedere se avrebbe dato prova di un qualche potere soprannaturale, lo shogun fece segno ai samurai di restare sul posto e di guardare.

L'incontro ebbe luogo senza che la tigre manifestasse il minimo segno di aggressività. Il volto illuminato da un bonario sorriso, il monaco sollevò lentamente le braccia e offrì le mani alle sue fauci. La belva le annusò e prese a leccarle. Quando Takuan le accarezzò la schiena quella, carezzevole come un gatto, si strusciò contro il maestro zen. Sotto gli sguardi commossi dei rudi guerrieri, la tigre accompagnò il monaco fino al cancello, spingendolo a più riprese con affettuosi colpetti del muso.

Takuan Soho venne calorosamente accolto da queste parole dello shogun: "Non chiedevo certo tanto! Comunque, ci avete dato una più che convincente dimostrazione della superiorità della vostra saggezza e dei vostri poteri. Noi samurai abbiamo decisamente molto da imparare dai monaci zen."

"Noialtri, sinceri praticanti della Via buddhista - replicò l'uomo dall'abito nero - non vediamo nel prossimo un potenziale nemico da soverchiare.

Cerchiamo semplicemente di svegliare la Natura di Buddha che sonnecchia in ogni essere vivente. Il nostro unico movente è la compassione. E

Tempio Shinnyo-ji

spesso gli animali vi sono più sensibili degli uomini..."

Tratto da "Racconti dei saggi del Giappone", di Pascal Faulliot, traduzione italiana a cura di Vera Verdiani, L'ippocampo editore, Milano 2009

Cara Maestra, ti invio questo breve racconto che ho particolarmente caro. Se dovessi spiegare il motivo per cui mi ha colpito non riuscirei a comunicarlo, riesce a trasmettermi un insieme di emozioni che molto spesso sento legate alla Via quando penso al percorso che ho intrapreso. Nelle azioni del Reverendo monaco sento forte il richiamo che traspare da ogni tuo insegnamento sull'abbattimento dell'ego, sullo sforzo che ci dici di compiere per abbandonare l'ormai istintivo sentimento di prevaricazione che la società ci ha imposto di attuare l'uno contro l'altro. Al suo posto, si fa spazio invece quel respiro universale che unisce il monaco non solo alla tigre, ma a tutto il cosmo, possibile solo aprendo il cuore alla compassione, come ogni volta cerchi di insegnarci. La tigre allora, da pericolo mortale che ci sta di contro, come ogni aspetto della vita in apparente contrasto con la volontà della propria piccola mente, diviene un'affettuosa parte di noi che ci aiuta a percorrere la strada verso le porte dell'Illuminazione.

Gassho

Federico



Che cos'è Zen?

non lo so.

sediamo, camminiamo, accettiamo la vita con gratitudine.

Enlightenment! Laughter!

Enlightenment walks down the
street,
catch it, catch it, catch it to
your pocket,
if you can!

(traduzione italiana)

Illuminazione! Risate!

L'Illuminazione cammina per la
strada,
prendila, afferrala, mettila in
tasca,
se ci riesci!

ISMO



In questo numero abbiamo
inserito una poesia di Giuseppe
Ungaretti tratta dall'omonima
raccolta degli anni 1940-1945 :

Il tempo è muto

*Il tempo è muto fra canneti
immoti....*

*Lungi d'approdi errava una
canoaa....*

*Stremato, inerte il rematore... I cieli
Già decaduti a baratri di fumi.....*

*Proteso invano all'orlo dei ricordi,
Cadere forse fu mercè.....*

Non seppe

*Ch'è la stessa illusione mondo e
mente,*

*Che nel mistero delle proprie onde
Ogni terrena voce fa naufragio.*

Ci sono dei momenti nella vita in
cui il tempo sembra fermarsi e
tutto intorno è come paralizzato.
Sono momenti in cui forse
dovremmo fermarci... così
come sarebbe importante,
talvolta, sedersi davvero e
cominciare a fare luce sui nostri
angoli bui: osservare la nostra
vita, il nostro cammino, mettere
un po' di ordine e sfrondare il
superfluo. Spesso però non è
quello che facciamo:
continuiamo ad andare avanti,
avanti, senza meta, solo per la
paura di guardare e di
affrontarci sino in fondo
rinunciando a tutto quel

marasma di appigli, che
sommati insieme, ci
mantengono in un equilibrio
precaro.

E mentre navighiamo così, a
vista, errando senza
visualizzare una meta, anche se
non ne siamo consapevoli, la
stanchezza comunque ci
accompagna e a un certo punto
ci ritroviamo senza forze, inerti,
senza vedere più la luce del
cielo, ma solo le nebbie della
nostra confusione.

Allora cerchiamo di ricostruire la
strada, il bivio dove ci siamo
perduti, e forse toccare il fondo
a volte è salutare, per toccare
con mano i meccanismi della
nostra mente che ci danno
un'immagine fallace del mondo,
creandoci un'illusione continua.
Finché seguiremo le nostre
onde mentali increspate o
burrasche le nostre grida
naufagheranno. Quando
riusciremo a volare più in alto,
sulle ali della Grande Mente con
il Cuore aperto e colmo di
Compassione, l'arcano della vita
si dispiegherà ai nostri occhi.
Interessante in questa poesia la
visione di Ungaretti, che
declama come il mondo e la
nostra mente siano entrambi
immagini illusorie.

Maestro Iten Shinnyo



AurOra

Un giorno ho conosciuto una
ragazza che mi è rimasta
impressa per il suo sorriso
sincero. L'ho conosciuta al
Tempio di Shinnyo-ji. Era
Aurora. Un nome molto bello.
Aurora come nascita o come
stato nascente.

Aurora poche settimane fa è
morta.

Di fronte alla morte si resta
sbigottiti e senza parole.

Quella morte per me contiene
l'aurora. Una rinascita. Non mi
riferisco alla reincarnazione,
che è un argomento troppo

complesso per me, bensì a
quello che lei ha fatto nascere in
chi l'ha conosciuta. Lei è ancora
con me e con tutti noi. Le sue
labbra sorrideranno ogni volta
che la penseremo e
racconteremo la storia di una
donna che poteva non
sorridere, ma che invece ha
scelto di farlo. Una donna che
amava il sole e lo incontrava
ogni volta che poteva. E
potremo in questo modo far
nascere altre aurore nei cuori di
altre ragazze e ragazzi come lei.

Giancarlo



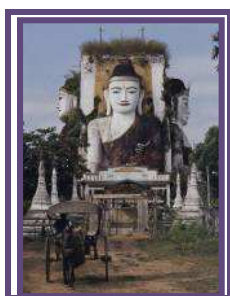
Za-zen

Ora che non cerco più,
ora che non voglio più,
tutto improvvisamente sembra
apparire,
tutto improvvisamente sembra
mio,
amico ed estraneo al tempo
stesso.
Non vedo più la linea
rapida e sottile
che separa il cielo dal mare,
né comprendo il battito leggero
che divide il giorno
dalla notte.
Stabile come la montagna,
in continuo mutamento come il
fiume,
ricevo in me tutte le forme
per lasciarle andare,
come scivolano via
granelli di sabbia dalle mani
aperte.

Tempio Shinnyo-ji

l'apparizione di Bodhisattva sotto ogni sembianza. Ma sono falsi. Nessuno di loro è Buddha. Buddha è la tua stessa mente. Non rivolgere nella direzione sbagliata la tua venerazione. Buddha è in sanscrito ciò che chiami Risvegliato, Miracolosamente Consapevole. Rispondere, percepire, inarcare le sopracciglia, sbattere le palpebre, muovere mani e piedi, tutto questo è miracolosamente la tua Natura del Risveglio. Questa Natura è la Mente. E la Mente è il Buddha. E il Buddha è la Via. E la Via è lo Zen (36). La parola Zen resta un enigma sia per i mortali che per i saggi. Vedere la propria Natura è Zen. Se non vedi la tua Natura, non è Zen.

Anche se potessi spiegare migliaia di Sutra e Shastra (37), se non vedi la tua Natura il tuo sarebbe l'insegnamento di un mortale, non di Buddha. La vera Via è suprema, non può essere espressa a parole. A che servono le Scritture? Colui che vede la sua propria Natura trova la Via, anche se non è capace di leggere una parola. Colui che vede la sua propria Natura è un Buddha. E poiché il corpo del Buddha è puro e incontaminato e ogni sua parola è espressione della sua Mente, che è fondamentalmente vuota, un Buddha non può essere trovato nelle parole o in qualsiasi parte del Canone in Dodici Sezioni.



Note:

(31) *Quattro elementi. I quattro elementi costitutivi di tutta la materia, incluso il corpo materiale: terra, acqua, fuoco e aria.*

(32) *Kashyapa. Anche detto Mahakashyapa, o il Grande Kashyapa. Era il principale discepolo del Buddha ed è ritenuto il Primo Patriarca Zen in India. Quando il Buddha sollevò un fiore, Kashyapa sorrise di rimando, la Trasmissione dello Zen da mente a mente ebbe inizio.*

(33) *Bodhisattva. L'ideale Mahayana. Il Bodhisattva vincola la propria liberazione a quella di tutti gli esseri, mentre l'Arhat, l'ideale Hinayana, è concentrato su se stesso e ricerca la propria salvezza. Invece di ritirare la mente nel nulla come fa l'Arhat, il Bodhisattva la espande all'infinito, perché realizza che tutti gli esseri hanno la stessa Natura.*

(34) *Spiriti, demoni o esseri divini. Gli spiriti sono esseri incorporei. I demoni includono vari dèi del cielo (deva), del mare (naga), e della terra (yaksha). Gli esseri divini includono Indra, signore dei trentatré cieli e Brahma, signore della creazione.*

(35) *Buddha, Dharma e Bodhisattva. Questi tre elementi costituiscono il Rifugio buddhista, o Triplice Tesoro. Un Dharma è l'Insegnamento di un Buddha. Coloro che seguono tale Insegnamento costituiscono l'ordine dei monaci o, nella Tradizione Mahayana, i Bodhisattva.*

(36) *Zen. Termine usato inizialmente per traslitterale dyana, in sanscrito "meditazione". A Bodhidharma è*

attribuito il merito di aver liberato lo Zen dal cuscino di meditazione, impiegando il termine in relazione alla mente quotidiana, diretta, la mente che siede senza sedere e che agisce senza agire.

(37) *Shastra. Un catalogo del Canone buddhista cinese, o Tripitaka, redatto agli inizi del sesto secolo, annovera 2213 opere distinte, circa 1600 delle quali erano Sutra. Da allora al Tripitaka sono stati aggiunti molti Sutra, ma ancora più numerosi sono quelli smarriti. L'attuale Canone include 1662 opere.*



Jukai

Quando ho chiesto i Voti al Maestro ho scritto un breve lettera, nata da una gestazione fulminea.

Una notte, improvvisamente, ho avuto chiara e inconfondibile la mia richiesta. Così ho preso carta e penna e l'ho scritta.

Si sono così fugati subito i dubbi delle settimane e dei mesi precedenti, legati al fatto che avevo perso gran parte degli insegnamenti finora trasmessi.

Questo non aveva più influenza sulla mia determinazione: la richiesta era stata fatta e spettava al Maestro decidere in merito.

E fu accettata.

Poi iniziò la mia frequentazione agli insegnamenti, una volta al mese.

La determinazione si trasformò in aspettativa.

Sul calendario era fissata una data che avrebbe cambiato il mio status di praticante.

Grande fu la delusione quando questa data venne tolta. Mi

sembrò che venisse a mancarmi il terreno sotto i piedi, il terreno della pratica intendo. Mi sono sentito come abbandonato, io, così lontano e con la materiale impossibilità di frequentare con assiduità il Tempio. I Voti apparivano allora come una sorta di “legittimazione”, di “ufficializzazione” della mia appartenenza al Sangha e al Maestro. Venendo a mancare, venivo ricacciato in una sorta di limbo, un purgatorio, in attesa dell'accoglienza ufficiale finalmente Shinnyo, il giorno dopo l'annuncio del rinvio, mi telefonò e mi disse “non sei solo”. Ascoltò le mie lagnanze, il mio ondeggiare e mi ripeté: “ricordati, non sei solo”. Non lo capì subito. Ma evitai di spendere lunghe riflessioni o raggiungere particolari accomodamenti con le mie aspettative. Lasciai vibrare in me quelle parole, quell'invito a non sentirmi in solitudine, abbandonato a me stesso. Così, senza seguito, come il seme piantato dal contadino, quella sensazione venne a maturare spontaneamente, sino a svilupparsi da sé e mostrarsi a me nel successivo incontro di insegnamenti. La data era stata spostata, molto in là, permettendoci di assistere ad ulteriori momenti di insegnamento e preparazione. La mente era così pronta per un altro trucco: la distanza. “Riuscirò a frequentare tutti gli insegnamenti fino ad aprile?” Venire a Firenze una volta al mese non è così semplice come sembra. Ci sono sempre molteplici variabili che possono influire sul viaggio: lavoro,

famiglia, salute, imprevisti, gli stessi cambiamenti di date richiesti dagli altri praticanti, a loro volta influenzati dalle stesse variabili...

Questo dubbio ha preso piede nel tempo e io ho deciso semplicemente di osservarlo, senza darci peso e tanto meno senza cercare di darmi coraggio per aumentare la mia determinazione.

Non volevo un altro scopo!

Pochi giorni or sono il Maestro ci chiese di scrivere qualcosa sulla nostra esperienza, sugli insegnamenti, su Jukai.

Così dovetti raccogliere un po' le idee e vedere cosa mi frullava nella testa.

Ebbene, grande fu la mia sorpresa nello scavare in profondità ed accorgermi che, in fondo, anche il timore di non poter esserci a tutti gli insegnamenti era svanito.

Jukai non era più un problema. Non era più uno scopo. Non è un traguardo. Né una necessità. E' quasi fosse diventato una cosa naturale, un naturale compimento.

Il solito seme: quando è il momento giusto cresce, matura, sbucca dalla terra, diventa pianta.

Il piacere di frequentare il Sangha e vedere il Maestro ha preso il sopravvento su tutto, anche su Jukai.

Non c'è alcun problema a perdere uno o tutti gli insegnamenti, perfino a saltare Jukai.

L'importante è venire al Tempio quando è possibile, vedere i compagni, sentire il Maestro.

Con o senza Jukai questo deve continuare ad essere: altrimenti, una volta presi i Voti mi

allontanerei nella frequenza al Tempio?

Un controsenso palese.

E' una grande sensazione di libertà quella che provo, forse avvantaggiato dalla distanza e dalla fatica materiale a garantire una continuità alla mia pratica nel Sangha. E' una bella fortuna la mia: abito più lontano, ci metto più tempo, la stanchezza incide di più.

E' una condizione privilegiata.

PierPaolo



Tutto scorre

Difficile trovare il tempo per uno Zazen, nelle belle giornate di vacanze estive.

Più facile quando sono inserita nella routine lavorativa, quando sembra di non avere neanche il tempo per pensare.

Ho abbandonato da tempo la convinzione che sono sempre io seduta sullo stesso cuscino, e che le cose dovrebbero essere in un qualche modo, dedotto secondo una mia logica o un mio altro criterio.

Il qui e ora fluisce armonico in ogni istante, non è questione di io o di mio.

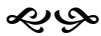
A volte accetto ciò che il momento porta e fluisco con esso, allora la pratica scorre quieta e silenziosa come le acque di un placido fiume.

A volte mi aggrappo ad una qualche personale preferenza e mi oppongo al naturale fluire di tutte le cose, allora la pratica è

un'assordante cascata di pensieri che si susseguono inquieti.

Non sono mai andata oltre il preferire il primo stato al secondo. Tuttavia comincio ad intuire che senza l'uno non sperimenterei l'altro. E dunque non mi sembrano più due stati distinti, ma uno solo, che pulsa armonico e al quale mi accordo e risuono, esaltandone a tratti uno dei due aspetti.

Eva



Ho incominciato a praticare lo Zen a Roma nel 2007 e da allora mi sono costruita una bella biblioteca celeste di Ubaldini Edizioni con i testi più importanti dei vari Maestri e delle varie tradizioni. Ad Agosto di quest'anno, solo pochi giorni fa, ho deciso di partecipare alla sesshin di 5 giorni del Tempio Shinnyo-ji. Tutto ciò che avevo appreso dai libri e che cercavo in qualche modo di mettere in pratica è diventato di colpo trasparente. Con l'immensa compassione del Maestro Shinnyo e l'aiuto di un Sangha meraviglioso, ho potuto sperimentare che cosa significhi veramente praticare nella vita quotidiana. Sento tanta gratitudine. Al terzo giorno del ritiro in totale convinzione e con una grande gioia nel cuore ho chiesto il permesso al Maestro di ricevere i precetti che mi è stato amorevolmente consentito. Il 26 settembre 2010, giorno

dell'ordinazione, sarà il giorno del mio ingresso nella vita come Bodhisattva, l'onore e la gioia più grande che si possa ricevere. Ho girato il mondo, ma mai avrei creduto di poter incontrare un simile tesoro.

Regina



Rito: tra impedimento e libertà

Il rito aiuta a sviluppare la presenza mentale di consapevolezza se lo vediamo come un mezzo, un ponte per entrare in maggiore profondità all'interno di noi stessi. Il rito è però anche un fine se lo viviamo totalmente, con corpo e mente nel qui e ora. Può diventare un blocco alla nostra evoluzione se diventa unicamente uno schema in cui nascondersi e proteggerci dalle nostre paure. Non deve diventare un'abitudine inconsapevole ed automatica. Il rituale va messo in azione quotidianamente e consapevolmente. Essere presenti in un'abitudine vuol dire renderla viva e pulsante. E' la nostra vita nel momento in cui siamo totalmente attenti che si esprime attraverso il rito.

Un grazie di cuore ad Ekizen che mi dà la possibilità di esprimere alcuni pensieri di vita.

Nella speranza di proseguire sempre la pratica di Zazen e di essere ispirato quotidianamente dall'esempio del Maestro Shinnyo e dal Sangha vi porgo un umile gassho.

Riccardo



E' disponibile, sul nostro sito, la quarta dispensa (nella sezione "Lo speciale di EkiZen") della tesi di laurea di Jacopo

Stefani: 'Parole più veloci del pensiero - Un esperimento di confronto dialogico tra Wittgenstein, Nagarjuna e lo Zen'.

Vi aspettiamo al prossimo numero di EkiZen
Gassho



Tempio Shinnyo-ji

Sede italiana

del Monastero di Daijo-ji di

Kanazawa in Giappone

Via Vittorio Emanuele II n. 171 -

50134 Firenze

telefono: 339 8826023

email: centro@zenfirenze.it

www.zenfirenze.it