



禅のこだま

EKIZEN



NOTIZIARIO DEL SANGHA DI SHINNYOJI Inverno 2016 - n. 29 anno VII

Il Centro Zen Firenze, Tempio Shinnyoji - Shinnyoji Temple - 真如寺

Augura a ciascuno di Voi - Wishes each of You - よいお年をお迎えください

Buon Anno 2017 - A Happy New Year 2017 - 2017 年元旦



Prego coloro che vanno verso le cose profonde di considerare che non è vano attraversare Luce ed Ombra

I say to those who go towards deep things to consider that it is not vain to penetrate Light and Shadow

謹んで参玄の人にもうす、光陰虚しく度ることなかれ。

謹白参玄人光陰莫虚度

TEMPIO ZEN FIRENZE SHINNYOJI

ATTIVITA'

Ringraziamento per le celebrazioni per il 50° anniversario del gemellaggio tra le città di Firenze e Kyoto, che hanno avuto luogo nel 2016.



City of Kyoto

October 15, 2016

Certificate of Commendation

To: Shinnyoji

I wish to express my deep appreciation for your untiring efforts in the festivities celebrating the 50th anniversary of the sister-city agreement between Kyoto and Florence last year. The longstanding agreement between our two cities has enhanced the ties of friendship as well as contributed to the further development of Kyoto as an international cultural tourist destination.

Today on October 15th, the 118th anniversary of Kyoto City's Autonomy, I hereby confer upon you this commendation in recognition of your valuable contributions to the City of Kyoto.

門川 大作

Daisaku Kadokawa
Mayor of Kyoto

Attestato di Encomio a Shinnyoji da parte del
Comune di Kyoto

Città di Kyoto

15 ottobre 2016

Attestato di Encomio conferito a: Shinnyoji

Desidero esprimere il mio profondo apprezzamento per gli instancabili sforzi profusi durante le celebrazioni per il 50° anniversario del gemellaggio tra le città di Firenze e Kyoto, che hanno avuto luogo lo scorso anno. L'accordo che da molti anni lega le nostre due città ha accresciuto i vincoli di amicizia e ha contribuito a trasformare Kyoto in una meta per il turismo culturale internazionale.

Oggi, 15 ottobre, in occasione del 118° anniversario della proclamazione di Kyoto Città Autonoma, conferisco a Shinnyoji questo encomio in riconoscimento per il prezioso contributo dato alla nostra città.

Daisaku Kadokawa
Sindaco di Kyoto



Un bellissimo dono di cuore da Silvio Fortunato sensei:
un porta-lampada in ceramica finemente dipinto a mano



Il nostro amico, il gatto Mio, sull'albero di susino nel giardino di Shinnyoji

La conferenza del Dalai Lama a cui Shinnyo Roshi è stata invitata come rappresentante Sōtō Zen in Italia il 21-22 ottobre 2016

Gentilissima Ven Shinnyo

L'istituto Studi di Buddhismo Tibetano Ghe Pel Ling ha l'onore di ospitare gli insegnamenti di Sua Santità il Dalai Lama, il 21 e 22 ottobre 2016, presso Rho-Milano Fiera.

Gradiremmo invitarLa a questo speciale evento, per conto del Ven. Thamthog Rinpoche, abate del monastero di Namgyal, e del Ven. Tenzin Khenrab Rinpoche. Il programma è il seguente:

Nel corso della prima giornata mattino e pomeriggio saranno dedicati agli insegnamenti: *Commentario alla Lode all'Interdipendenza e a I Tre aspetti principali del sentiero, di Lama Tsong Khapa*. Il secondo giorno, al mattino Sua Santità conferirà l'*Iniziazione di Avalokitesvara*; mentre al pomeriggio si terrà una conferenza pubblica dal titolo *La Fonte dell'Autentica Felicità*.

Per poterLa meglio assisterla durante la Sua visita, Le chiediamo cortesemente di confermare la Sua partecipazione appena possibile. Può rispondere direttamente a: ghepelling.com

Ulteriori informazioni sull'evento sono disponibili sul sito: www.dalailama-milano2016.com

Nella speranza di poterLa accogliere presto a Milano, Le porgiamo i nostri più cordiali saluti.

Ghe Pel Ling
Istituto Studi di Buddhismo Tibetano
Il Presidente
Giovanna Giorgetti

Ghe Pel Ling
Istituto Studi di Buddhismo Tibetano
Via Euclide, 17 - 20128 Milano, Italy

L'invito ufficiale dall'Istituto Studi di Buddhismo Tibetano Ghe Pel Ling



Sua Santità il XIV Dalai Lama



Il Dalai Lama accolto in Italia



Shinnyo Roshi e il Suo allievo Yūshin



Il Rev. Shinnyo Roshi in riflessione

Report

La conferenza del Dalai Lama

Sabato 22 ottobre il nostro Maestro Shinnyo Roshi, su invito del Ven. Thamthog Rinpoche, abate del monastero di Namgyal, e del Ven. Tenzin Khenrab Rinpoche, ha partecipato, accompagnata dal monaco Yūshin, alla conferenza pubblica organizzata dall'Istituto Studi di Buddhismo Tibetano Ghe Pel Ling tenuta da Sua Santità il XIV Dalai Lama Tenzin Gyatso presso il Palazzo dei Congressi di Rho – Milano.

La mattina ha visto Sua Santità impegnata in una grande Cerimonia di Ordinazione che coinvolgeva diverse migliaia di persone nella Presa dei Voti di Avalokiteshvara, a cui sarebbe succeduta nel primo pomeriggio la conferenza pubblica. Quest'ultimo evento, conclusione di due giorni di intensi insegnamenti, si è aperto con l'attribuzione della cittadinanza onoraria a Sua Santità conferita dal primo cittadino di Rho e con la presentazione di Richard Gere, allievo e amico dell'attuale Dalai Lama cui è seguito l'intervento di Sua Santità che ha toccato diversi temi di generale interesse che spaziavano dall'educazione dei figli, all'importanza dell'amore e della compassione nei rapporti con il prossimo passando per i temi ecologici. L'evento è stato chiuso dalla relazione della Dott.ssa Giovanna Giorgetti Presidente del Ghe Pel Ling Istituto Studi di Buddhismo Tibetano, la quale ha confermato lo straordinario successo raccolto da questa iniziativa, che ha visto la presenza assolutamente partecipata, a tratti commossa, di ben 25.000 persone provenienti da 46 Paesi appartenenti a tutti e cinque i continenti. Una parte dei proventi realizzati dall'evento sono stati destinati ai terremotati dell'ultima scossa in Centro Italia.



Sua Santità durante la Conferenza vista dallo schermo.

Sesshin di Ottobre

Dal sabato 28 alla domenica 30 ottobre 2016



Il Sangha di Shinnyoji nel Sesshin di ottobre



Il Sangha dopo la Dedicazione a fine Sesshin



L'accordatore mette tutto in armonia



La statuetta di Kwannon
sull'Altare nello Zendo



Riunione Ordinati per “Linee guida di Shinnyoji”



Il Maestro e il Sangha con i rametti di piante officinali del giardino del Tempio

Lunedì 10 ottobre il Maestro Shinnyo Roshi, dopo la consueta seduta di Zazen, avendo convocato gli Ordinati ha esposto nello Zendo le Linee Guida della prossima formazione che verrà impartita a Shinnyoji. Shinnyo Roshi conferma la tripartizione dei gradi di Ordinazione, divenuta ormai canonica nel nostro Tempio, lasciando ai primi due gradi laici libertà di azione riguardo la gestione dei rapporti tra gli obblighi richiesti dalla vita personale e la Pratica, a patto che essi vengano sempre esplicitati nel rispetto dei Tre Precetti Puri, per coloro che hanno ricevuto la Presa di Rifugio, e dei Sedici Grandi Precetti, per gli Ordinati Bodhisattva.

Importante, ha precisato Roshi, è che gli Ordinati pratichino frequentando il Tempio poiché è grazie all'esperienza diretta e profonda, che nasce dal vivere la Pratica attraverso i Tre Tesori, che essi possono crescere e comprendere, nell'ininterrotto confronto con gli altri.

Punto cruciale resta la disciplina, o meglio, l'autodisciplina. È grande illusione pensare di procedere nella Via del Bodhisattva seguendo i propri impulsi, istinti, “sfogliature” o bisogni, senza sottoporsi ad un processo di formazione e trasformazione che scaturisca dal darsi una disciplina ed a quella attenersi e conformarsi, vincendo resistenze e impedimenti derivanti dal karma personale.

Per quanto riguarda invece la posizione di coloro che desiderano richiedere i Voti monastici, Roshi riconferma la necessità che questo desiderio debba scaturire da un'avvenuta presa di coscienza riguardo la priorità e la centralità che la Pratica, svolta non a proprio beneficio ma per il bene di tutti gli esseri, deve necessariamente possedere all'interno della vita di ogni monaco, di cui l'abito ne è simbolo.



Il monaco in virtù di questa disposizione d'animo si mette al servizio del Buddha, divenendo fedele rappresentante della Scuola attraverso l'espressione della sua condotta di vita. Esso si muoverà con un'etica consona ai Precetti e alla Via del Bodhisattva sul cammino del Risveglio, comportamento che non vivrà come costrizione o obbligo, ma come un naturale e gioioso sbocciare dei frutti della propria Pratica.



La gioia di crescere insieme: questa è la gioia della Pratica che si riscontra quando si tocca con mano la realizzazione di coloro che camminano con serietà e impegno, scevro da attaccamenti e da interessi personali.

Al termine della riunione, Shinnyo Roshi ha donato a ciascun Praticante una raccolta di tre essenze del giardino del Tempio, tenute unite da un nastro rosso, simbolo del Lignaggio.





Incontro di Zen al Dōjō Watenchinobanbutsu di Sovicille (Si)



Sabato 26 novembre, nell'ambito dell'abituale ritiro mensile di Meditazione e Pratica, siamo eccezionalmente usciti dal nostro Tempio: un piccolo gruppo di praticanti ed il nostro Maestro, per andare in missione a Sovicille in provincia di Siena.

Questo, a seguito dell'invito rivolto a Roshi da parte di Gabriele Prigioni Sensei, giornalista, scrittore e Maestro (Shihan) riconosciuto dalla Komyo ReikiDo Italia, e di conseguenza dalla Komyo in Giappone, a recarci in visita al Dōjō Watenchinobanbutsu, riconosciuto dalla Komyo ReikiDo, di cui Prigioni Shihan è fondatore e responsabile in questa cittadina.

La piacevolezza della gita in sé, che ci ha visti immersi nel paesaggio autunnale pomeridiano, bellissimo e struggente da osservare, ci ha condotti al Dōjō ove, dopo un discorso introduttivo sullo Zen da parte di Roshi, abbiamo condiviso una sessione di Zazen ed in seguito avuta la possibilità di scambiare con questi praticanti le nostre esperienze di Meditazione e Pratica Zen, ascoltando le loro domande ed i racconti dei loro vissuti ed esperienze.

A fine serata Prigioni Shihan ha donato a Roshi un piccolo tavolinetto di legno da lui stesso costruito, che il nostro Maestro ha ricevuto con grande gioia e riconoscenza. Sarà sopra a quello che, nello Zendo, verranno appoggiate le sue ciotole durante la cena della Veglia di Rōhatsu.

Personalmente, posso dire di aver sperimentato una sensazione di forte e silenziosa compattezza energetica e serenità all'interno del nostro piccolo gruppo, che fa riconoscere in qualche modo la rilevanza della Pratica condotta collettivamente. Ne deriva una sensazione di forza, quiete e chiarezza. Ritengo l'esperienza formativa quanto a corpo e spirito.

La visita a Sovicille è stata quindi una proficua opportunità di scambio e di riflessione.

Gasshō.
Daishin.



**Autunno a Daijōji e a Tōzenji, il Tempio a Tokyo
del Rev. Nakano Ryōkyō Roshi, Gōdō Roshi di Daijōji**

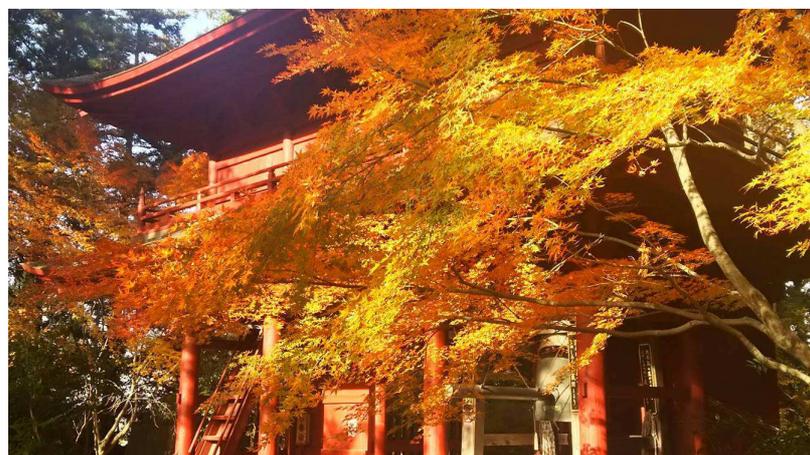


Foto di Gōdō Roshi



La Veglia di Rōhatsu

7 - 8 dicembre 2016



Vi ricordiamo i nostri orari di Pratica

Zazen lunedì sera dalle 20.00 alle 22.00
Zazen martedì mattina dalle 06.30 alle 07.30
Zazen venerdì sera dalle 20.00 alle 21.30

Sesshin o Zazenkai
 ogni ultimo fine settimana del mese

Ritiri annuali di Primavera e Autunno
 prima settimana di marzo e terza settimana di settembre

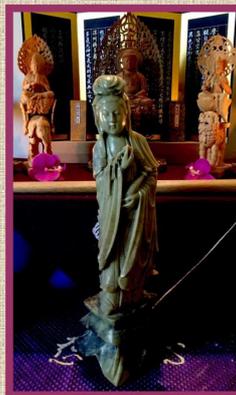
Biblioteca di Shinnyoji
 ogni secondo sabato del mese



Tempio Sōtō Zen Shinnyoji
 Sede Italiana del Monastero Tōkusan Dajūji di Kanazawa in Giappone
 Via Vittorio Emanuele II n.171 - 50134 Firenze
 +39 339 8826023 info@zenfirenze.it www.zenfirenze.it
 Associato all'Unione Buddhista Italiana
 Associato al Sōtō Zen Buddhism Europe Centre

NOTTE DI RŌHATSU

7 - 8 DICEMBRE 2016



Tempio Shinnyoji

Ogni anno a Shinnyoji il Maestro e il Sangha partecipano alla Veglia di Rōhatsu per celebrare l'Illuminazione di Shakyamuni Buddha

LA VEGLIA DI RŌHATSU

L'8 dicembre è il giorno in cui commemoriamo la realizzazione della Via di Shakyamuni Buddha. Dopo molti anni di difficile Pratica ascetica, Shakyamuni stava praticando Zazen sotto un albero di *Ficus Religiosa*. All'alba dell'8 dicembre, Shakyamuni vide la stella del mattino e, realizzando il Risveglio, divenne Shakyamuni Buddha. Non era più una persona comune, ordinaria, ma aveva raggiunto l'Illuminazione con la quale liberare il genere umano.

Nella Scuola Sōtō chiamiamo questo giorno Jōdō-e e in questa data officiamo una Cerimonia in segno di gratitudine verso Shakyamuni Buddha. La parola Rōhatsu è un termine giapponese che alla lettera indica l'ottavo giorno del dodicesimo mese dell'anno. Tradizionalmente i monaci Zen e i praticanti laici, per l'occasione, siedono in Veglia meditando tutta la notte precedente fino all'alba. Nei monasteri l'alba di quel giorno è preceduta da un ritiro intensivo di una settimana denominato O-Sesshin di Rōhatsu.

20.30 - 21.00 Concerto di Apertura dedicato all'Illuminazione del Buddha:

N - 'Shinnyo-ji' eseguito dal soprano Silvia Lombardi e accompagnato al
O pianoforte da Carlo Ippolito
T - Brano eseguito alla chitarra classica da Mattia Ceccarelli
T - 'In': Improvvisazioni al violoncello del M° e Direttore d'Orchestra
 Volfango Dami

E **21.10 - 21.30** Zazen
21.30 - 21.40 Kin-hin
D **21.40 - 22.00** Augurio del Maestro per il Nuovo Anno di Pratica
22.00 - 22.20 Zazen

I **22.30 - 23.00** Testimonianze di Pratica
23.00 - 23.50 Cerimonia di Sanbo-kie e Jukai

R **00.00 - 01.30** Pasto formale
O **01.30 - 02.00** Zazen
H **02.00 - 02.10** Kin-hin
A **02.10 - 02.40** Zazen e Haiku
24.40 - 03.40 Kin-hin sotto le stelle

T **04.00 - 04.30** Scrittura di Sutra e Cerimonia del Fuoco

U **04.40 - 05.10** Zazen e Haiku

5 **05.30 - 06.00** Zazen e lettura sul Satori del Buddha
2 **06.00 - 06.10** Kin-hin
0 **06.10 - 06.40** Zazen
6 **06.40 - 07.00** Fukanzazengi
1 **07.00 - 07.20** Cerimonia dell'incenso e Dedicazione di Rōhatsu
6 **07.20 - 07.40** Colazione
7 **07.40 - 09.00** Riordino generale

E' possibile partecipare parzialmente alla Veglia, anche soltanto al Concerto di Apertura.
 L'adesione è gratuita. Sarà accolta con gratitudine un'offerta per il sostegno del Tempio.

L'orario della serata è sempre impegnativo e va portato avanti con il Cuore.

Notte di Rōhatsu

Anche questo anno nella notte di Rōhatsu del 7 dicembre, giorno in cui celebriamo la realizzazione della Via di Shakyamuni Buddha, il nostro Tempio Shinnyoji a Firenze ha aperto le sue porte ai Praticanti e agli ospiti alle ore 20:00. Numerose anche le presenze che hanno voluto salutare il Maestro e rendere omaggio al Buddha o semplicemente fare una visita, infatti abbiamo contato più di quaranta persone.

La serata è iniziata alle 20:30 con il Concerto di Apertura dedicato all'Illuminazione del Buddha: 'Shinnyo-ji' eseguito dal soprano Silvia Lombardi e accompagnato al pianoforte da Carlo Ippolito, a seguire un brano eseguito alla chitarra classica da Mattia Ceccarelli e infine 'In': Improvvvisazioni al violoncello del M° e Direttore d'Orchestra Volfango Dami.

Dopo la prima sessione di Zazen, il Maestro ha esposto gli Auguri per il Nuovo Anno di Pratica al Sangha e a tutti i presenti e il Tema di Pratica del nuovo anno: "Allinearsi alla Via del Buddha".

A seguito, la lettura delle Testimonianze dei praticanti di Shinnyoji presenti al Tempio ma anche di praticanti che risiedono all'estero; sono stati letti inoltre messaggi ricevuti da Maestri e personalità che hanno desiderato porgere gli auguri per la Notte di Veglia.

Dopo alcune sessioni di Zazen, ha avuto luogo la Cerimonia di Ordinazione a Sanbo-kie e Jukai, che ha visto coinvolti Rossana che ha preso Rifugio nella Via e Marco che con l'Ordinazione a Bodhisattva ha ricevuto il nome di Dharma "Iten Ken-shin".

Durante il pasto formale, preparato dal nostro Tenzō, servito nello Zendō, i presenti erano una quindicina e tutto si è svolto secondo le regole e il rispetto dovuto al luogo.

I tempi di Zazen sono continuati fino allo storico Kin-hin sotto le stelle, all'esterno, in un percorso che ha abbracciato la zona collinare antistante il Tempio e che si è svolta durante le prime ore della mattina in silenzio religioso.

A ciò è seguita la Cerimonia della scrittura dei Sutra, quest'anno dedicata alla trascrizione del "Takkesa Ge". Ognuno dopo aver scritto il Sutra proposto dal Maestro lo ha chiuso in un busta con in calce un proposito per la vita e la Pratica del prossimo anno. La successiva Cerimonia del Fuoco, ha previsto di bruciare nel braciere allestito nel giardino di Shinnyoji, le buste dell'anno precedente.

Durante le sessione di Zazen che è seguita, sono stati letti Haiku di alcuni classici autori giapponesi e la lettura del primo capitolo "Buddha Shakyamuni" tratto da: "Lo Zen nell'arte dell'illuminazione" di Keizan Jōkin, secondo Abate del Monastero di Daijōji, in cui è descritto il momento del Satori del Buddha.

La Veglia di Rōhatsu si è conclusa, dopo la lettura del Fukanzazengi, cui è seguita la Cerimonia dell'incenso e la Dedicazione di Rōhatsu alle ore 7:50 del mattino dell'8 dicembre, alla presenza attiva di sedici praticanti.

Luigi Shinden

Il Concerto di Apertura



'Shinnyoji' eseguito dal soprano Silvia Lombardi e accompagnato al pianoforte da Carlo Ippolito



Brano eseguito alla chitarra classica da Mattia Ceccarelli



'In': Improvisazioni al violoncello del Maestro e Direttore d'Orchestra Volfango Dami



Il Sangha all'Apertura della Veglia

Augurio e Tema di Pratica anno 2017

Un saluto intenso ed un pensiero di affetto a Daijōji al mio Maestro Rev. Azuma DochoRoshi e ai miei fratelli monaci, a Ismo in Finlandia, anche lui in Sesshin di Rōhatsu, con la sua maestra Karen e il Sangha di Lammi, a Tenshin a New York e a tutti coloro che non sono qui con noi fisicamente, ma comunque presenti nel medesimo spirito e nella stessa Via di ricerca.

In questo anno appena trascorso Shinnyoji ha visto aprire al pubblico le porte della Biblioteca, un sabato al mese nella Sala degli Studi, istituire la settimana di Pratica due volte l'anno, celebrare il primo Matrimonio con rito Buddhista Zen, il 7° Anniversario dell'attuale Sede permanente, consolidarsi la Riunione mensile del Sangha, che contribuisce in modo vitale alle decisioni sull'organizzazione delle attività del Tempio, tentare di incrementare la Pratica settimanale con l'introduzione dello Zazen del giovedì. Tentativo per il momento sospeso, ma che auspico riprenderà con il prossimo mese di gennaio.

Anno in cui si sono aperti nuovi orizzonti verso l'esterno, con il Sangha che si muove e si sposta: Shinnyoji va ad incontrare altre realtà con spirito di apertura e di diffusione, non certo di proselitismo.

Un anno caratterizzato fortemente anche da lunghe assenze mie personali per malattia e da grande subbuglio nel Sangha, con conseguenti uscite dal Tempio da parte di Praticanti e ridefinizione di ruoli e percorsi acquisiti.

Un Sangha che ha passato una sorta di vaglio, di scrematura atta ad individuare il suo stesso cuore, il nucleo vitale, Fondante, le colonne del Tempio, affinché tutti possano accedere, ciascuno con la propria intenzione di Pratica.

Il nostro non è solo un Tempio, ma anche una Scuola di vita, ed è così che dobbiamo intenderla e riconoscerla: un percorso che, nel tempo, per alcuni arriva al punto di naturale conclusione, di approdo, per altri invece rimane il cammino di tutta la vita.

In entrambi i casi abbiamo assolto al nostro compito nel Dharma, ed è in questa ottica più ampia e compassionevole che vi invito a ridefinire il vostro intendimento sulla vita e sullo sviluppo del Sangha di Shinnyoji.

In ogni Tempio c'è un abate e possono esserci uno o più monaci e praticanti fedeli: un nucleo ristretto che insieme custodisce e trasmette il Culto e permette al Sangha e a chiunque arriva di poter accedere ad un luogo di Pratica vivo e aperto. E' a questo nucleo ristretto che è richiesto il compito a cui tenere fede, a prescindere da qualsiasi risultato o spirito di profitto.

Dunque un anno complesso e determinante, che di nuovo vede crescere a Shinnyoji i fiori del Dharma in questa Veglia di Rōhatsu, con l'Ordinazione di Marco a Bodhisattva e la Presa di Rifugio di Rossana.

Allinearsi alla Via del Buddha "Tema di Pratica" dell'Anno 2017

Significa allinearsi non al nostro ego, ma a ciò che il Buddha ha insegnato e ci ha lasciato come traccia.

In altre parole è il contenuto e il significato della frase spesso citata:
"Se capisci pratica, se non capisci pratica lo stesso, prima o poi capirai."

Talvolta, sentire ripetere una medesima frase può sembrare ridondante, noioso, finanche privo di senso. Come diciamo però nello Zen: "Se hai colto veramente il significato intrinseco anche di una sola parola di Dharma, o di un solo versetto di un Sutra, hai intuito e penetrato profondamente il *significato ultimo* dell'intero Corpo del Dharma.

Allinearsi alla Via del Buddha nasce spontaneo, allorché riconosciamo la nostra Natura-Buddha e iniziamo a comprendere profondamente il Dharma e l'essenza dei Precetti,

attraverso una Pratica umile e costante e lo studio e il riscontro nel silenzio dello Zazen. Condurre poi la propria vita alla luce di quei principi, diviene il compito precipuo della nostra Pratica.

Allinearsi non ha grosse varianti, non ha infinite opzioni, è semplicemente l'atto di allinearsi alla Via, che prescinde da interpretazioni e aggiustamenti personali e anche dalle rivendicazioni del proprio karma.

E' andare oltre i nostri conflitti, è fare pulito e ricongiungersi a tutti i Temi di Pratica degli anni precedenti a partire da: il Silenzio; la Disciplina, *Sila*; il Cuore originariamente puro, *Mushin*; la Compassione del Buddha, *Jihi*, che chiudendosi in un cerchio alchemico ci riconduco al Tema di questo anno 2017: "Allinearsi alla Via del Buddha."

Allinearsi significa in concreto che allorquando ci sentiamo partire per la tangente, o siamo già partiti - quando l'insofferenza e l'intolleranza si annidano nel nostro cuore, quando sentiamo che le nostre illusioni e la nostra arroganza stanno colorando il nostro modo di agire - nel momento in cui ne prendiamo coscienza ci fermiamo nell'osservazione del vissuto cui siamo dentro, e immediatamente abbandoniamo quello stato d'animo e quello atteggiamento per rialinearci alla Via del Buddha, s e m p l i c e m e n t e, senza se e senza ma.

A volte risulta più facile, talvolta è sicuramente uno sforzo titanico che si traduce in uno smacco al nostro karma, un passo di grande consapevolezza e umiltà, dettato dalla capacità di rimettersi in gioco ed affidarsi.

Un continuo allinearsi, giorno dopo giorno, azione dopo azione, educando la nostra mente, che come sappiamo può renderci simili a demoni o condurci all'Illuminazione.

E' questo il significato profondo della frase nel Sutra *Yuikyōgyō* "L'Ultimo Discorso del Buddha":

"Ciascuno di voi sia il signore e il padrone della propria mente. Suvvia, tenete sotto controllo la mente e non lasciate che abbandoni il Retto Sentiero." Solo voi infatti siete costantemente in contatto con voi stessi. Nessun altro Maestro, nessun'altra Legge può intervenire.

La consapevolezza costante del vostro operato è a vostro esclusivo appannaggio, che può tradursi in vigilanza costante nel qui e ora, senza un prima e senza un dopo.

E' il corrispettivo della frase nel Sutra degli *Ammonimenti di Kosen Daito*: "Chi potrà farvi qualcosa? Siate diligenti siate dirigenti."

La conseguente scelta karmica, di come supportare e portare avanti questa continua ricerca di chiarezza e di abnegazione, può indurvi a condurre una vita di ricerca in solitario o nell'osservanza e nel rispetto dei Tre Tesori - che ci danno contezza di un'interpretazione della Via e della nostra crescita spirituale non su base individuale, ma su un piano universale, che ci mette al confronto di un Maestro e di Sangha, oltre che del Dharma.

Ritornando al testo del sopra citato Sutra, nel Suo ultimo Insegnamento il Buddha esorta: *"Abbiate rispetto l'uno dell'altro, seguite i miei insegnamenti e mettete da parte eventuali dispute; non respingetevi e non separatevi come fanno acqua e olio, ma siate un tutt'uno come latte e acqua. Applicatevi insieme allo studio, imparate l'uno dall'altro, praticate i miei insegnamenti riuniti in comunità."*

Allinearsi alla Via del Buddha equivale ad allinearsi ai Sedici Precetti che si ricevono nell'Ordinazione oppure, in un impegno più laico, allinearsi ai Tre Precetti Puri: *Astenersi da tutto ciò che è male; Operare tutto ciò che è bene; Recare beneficio a tutti gli esseri*. Non è cosa di poco conto. Detto questo, ritornando a quanto appena espresso rispetto alla comunità, possono esserci due differenti modalità di allinearsi alla Via del Buddha.

La prima, più individuale, corrisponde ad applicare l'etica dei Precetti nella propria vita quotidiana nell'ambito inter-personale.

L'altra, che si apre ad una formazione più profonda nella nostra Tradizione e si ispira allo spirito di Servizio al Buddha, si esplica nel praticare la Via in seno ad un Sangha e sotto la guida di un Maestro. Questa seconda, che come ripete Dōgen Zenji implica l'incontrare in

questa vita il proprio Maestro e l'ascoltare Discorsi di Dharma, è qualcosa afferente alle nostre vite passate, non certo a quella attuale.

Non dimentichiamo mai, comunque, che la nostra Via Zen non è un cammino autoreferenziale, anche se la scelta di come condurre il percorso è assolutamente discrezionale. Il focus della nostra Pratica è la figura del Bodhisattva, Grande Essere, colui che sempre antepone il prossimo a se stesso.

Dunque, oltre ogni giudizio, la Pratica deve sempre essere rivolta al bene e alla salvezza di tutti gli esseri e al Risveglio del Satori, ovvero una Pratica indirizzata verso l'Illuminazione.

Ciascuno è padrone di se stesso e della propria vita e decide che cosa è meglio per sé. Non vogliamo con questo non onorare la nostra specificità, la nostra tonalità di colore nel Diamante del Buddha, ma, in quanto praticanti Zen, non possiamo neppure lasciarci fuorviare dal nostro karma e dai nostro "bonno", affezioni e illusioni.

Concludo sottolineando come, durante questo trascorso anno di Pratica talvolta tormentato e faticoso, si è andato sempre più delineando con chiarezza che praticando uno accanto e a sostegno dell'altro, insieme stiamo definendo le Linee Guida, la connotazione specifica di uno Zen italiano nel secondo decennio del XXI secolo.

Questo è a Shinnyoji, ed è a questo che ci allineiamo, senza mai venir meno alle indicazioni della Via del Buddha e di Dōgen Zenji, Fondatore della nostra Scuola.

Best wishes and Practice Theme for 2017

A warm greeting and an affectionate thought to Daijōji and my Master Rev. Azuma DochoRoshi to my fellow monks, to Ismo in Finland whom, together with his Master Karen and the Sangha of Lammi is engaged in the Rōhatsu Sesshin, to Tenshin in New York, and all those who are not physically here with us but are nevertheless present in spirit and share our Path.

In the past year, Shinnyoji lived through a number of significant events. We had the opening of the Library once a week, the establishment of two week-long practice sessions, the first celebration of a wedding in the Buddhist Zen rite, the 7th anniversary of the Temple's permanent seat, the monthly Sangha meeting that are of great value for the Temple's organisation and the attempt to increase the weekly Practice by introducing the Thursday session. The latter is momentarily suspended but I hope that we will be able to resume it in January.

A year during which new opportunities opened with the Sangha reaching out beyond the confines of the Temple. Shinnyoji approaches other realities with a spirit of openness and sharing, certainly not with an aim to proselytise.

A year characterised by long periods during which I was absent due to illness, and of great turmoil within the Sangha with a number of practitioners leaving the Temple and the resulting reshuffle in the organisation. Our Sangha undertook a sort of selection process that helped to identify the very core, the foundations of the Temple, thus allowing everyone to partake with his own Practice intentions.

Ours is not just a Temple, it is a life experience and as such we should consider and recognise it: a path that over time for some leads to a natural conclusion whilst, for others, represents an ongoing journey. In both cases, we have fulfilled our duty in Dharma and it's in this broader a compassionate perspective that I urge you to define your intentions regarding the life and evolution of Shinnyoji's Sangha.

In every Temple there's an Abbot and there can be one or more monks or practitioners: a core group that preserves and transmits the Practice and allows the Sangha, or anyone else that knocks on the door, to gain access to a place of worship that is both open and alive.

It's this core group that must uphold the commitment, irrespective of results obtained or want of gain.

A complex and decisive year that will see the flowers of Dharma bloom during tonight's vigil with Marco receiving Bodhisattva Ordination and Rossana taking Refuge.

Aligning to Buddha's Path Practice Theme for 2017

It means aligning to what the Buddha taught and left as guidelines for us, not to our own ego. In other words, it's the meaning of the much quoted phrase: "if you understand, practice, if you do not understand practice nevertheless - sooner or later you'll comprehend."

Sometimes hearing the same words may sound redundant or boring, even meaningless. But as we like to say in Zen: "if you have grasped the intrinsic meaning of just a single Dharma word or of a single verse in a Sutra, you have penetrated the fundamental meaning of the whole Dharma."

Aligning to the Path is spontaneous when we recognise our Buddha-nature and we begin to comprehend Dharma and the essence of the Vows by means of a humble, constant practice, and study in the silence of Zazen. Conducting one's life along those principles becomes the main duty of our Practice. Aligning does not allow much variation, nor does it contemplate infinite options. It's merely aligning to the Path and leaves out interpretations, personal tweaking or the claims of one's karma.

It's going beyond our conflicts, clearing out and joining up with all the previous Practice Themes: Silence, Discipline (Sila), the Pure Heart (Mushin), Buddha's compassion (Jihi), thus closing up an alchemic circle that takes us to the Theme for 2017 - "Aligning to the Buddha's Path".

Concretely speaking, aligning means that when we feel we are drifting off, when intolerance and impatience lie within our heart, when we sense that our delusions and ignorance are colouring the way we behave - in the very moment we gain that awareness, we stop and observe our condition and immediately abandon that mind-set to align ourselves with Buddha's Path without "ifs" and "buts".

Sometimes it will be easy, sometimes it's a huge effort that defies our karma. A step of great mindfulness and humbleness driven by our ability to put ourselves on the line.

It's a constant process of alignment, day after day, deed after deed, educating our mind which, as we know, can either turn us into demons or lead us to Enlightenment.

This is the profound meaning of a phrase taken from the Yuikyōgyō Sutra "Buddha's last discourse":

"Each one of you must be his mind's lord and master. Keep your mind under control and do not let it leave the Right Path." You are the only ones in constant touch with yourselves. No Master nor any other Law can intervene. The constant awareness of your behaviour is your sole prerogative and can be transformed in continuous monitoring, here and now.

It's equivalent to the phrase in Kosen Daitō's admonishments Sutra: "who can do anything about it? Be diligent, take charge".

The karmic choice of how to continue on the quest for clarity and self-denial can lead you either to live a life of solitary search, or in observance of the Three Treasures which provide us with an understanding of the Path not on an individual basis, but on a more universal level, placing us in a confrontation with a Master and a Sangha, not just with the Dharma.

Going back to the abovementioned Sutra, in his last teaching Buddha urges us to: *"Be respectful of each other, follow my teachings and set aside your disputes. Do not reject anyone and do not separate yourselves from other like water and oil do, but be one and all like milk and water. Study together, learn from each other, and practice my teachings while gathered in a community."*

Aligning ourselves to Buddha's Path is equivalent to aligning to the Sixteen Vows that we receive upon ordination or, in a more lay commitment, aligning to the *Three Pure Precepts: Refrain from all that is evil; Practice all that is good; bring benefit to all beings*. It is no easy task. That said, going back to what I just said about the community, there are two possible ways of aligning to Buddha's Path.

The first, more individual, way implies bringing the ethics of the Vows into our daily life at an inter-personal level.

The other, that opens itself to a deeper training within our Tradition and takes inspiration from the spirit of service to others taught by the Buddha, consists in practicing the Path in a Sangha under the guidance of a Master. This second way, which as Dōgen says implies finding our own Master and listening to Dharma teachings, is something that has to do with our past lives, not the current one.

Let us not forget that our Zen Path is not a self-centred journey, even though the choice of the route is left totally to our discretion. The focus point of our Practice is the figure of the Bodhisattva, the Great Being, he that always places others before self.

Thus our Practice must always be directed to the benefit and salvation of all beings and to the Awakening in Satori. In other words: a Practice that is aimed at reaching Enlightenment. Each one of us is his own master, and will decide what is best for himself. In saying this we do not want to ignore our specificity, our peculiar shade of colour in Buddha's diamond, but as Zen practitioners we cannot let us be fooled by our karma and our delusions (*bonno*).

In conclusion I would like to highlight how during this difficult and tormented year, we have seen more and more clearly that by practicing together and mutually supporting each other, we are laying out the guidelines, the specific connotation of an Italian Zen in the second decade of the 21st century.

This is Shinnyoji and to this we align ourselves, never failing the teachings of the Path nor those of Dōgen Zenji, the founder of our School.



Praticanti al Rōhatsu

TESTIMONIANZE DI RŌHATSU

Un altro anno è trascorso, praticare Zen, come ci ricorda spesso il Maestro, dà sì gioia e benessere ma talvolta anche impegno e fatica, fa andare avanti e tornare indietro, riempie e nello stesso tempo svuota. L'augurio che faccio a tutti noi è di crescere nella capacità di vivere questo dualismo apparentemente contraddittorio fino a sentirne l'armoniosa Realtà che unifica tutto. Buon Anno: Gasshō
Michele Gerbasi

E' stato un anno di tante nuove prove ed improvvise nella vita, alcune sono state gioiose, altre dolorose. Ma sono rimasta forte nella mia pratica, sento la calma dello Zen e la fiducia nella nostra Via. Con ogni anno di Pratica sento la chiamata di praticare sempre più vicina. Grazie Maestro per avermi seguita un'altro anno, grazie al Sangha per i vostri sforzi. Vi voglio bene.
Gasshō
Un abbraccio forte
Gasshō
Tenshin

INTERDIPENDENZE Testimonianza di Pratica per la Notte di Rōhatsu 2016

Ho viste apparire porte maestose od umili: di palazzi, case, capanne, tende, bivacchi, avvertendo forte il richiamo di luoghi di ritiro e di culto.

Oltre, ho incontrate figure, volti, occhi, vesti, atteggiamenti, storie personali, spesso avvertendo l' onere di uno sforzo di vita, umile o blasonata che fosse, testimone della storia di popoli, tradizioni e lignaggi diversi, ma ravvisabili tutti, col tramite del cuore, come pietre di un sentiero lastricato costituente una Via unitaria di raccolta e di ricerca.

Storia anche di Divinità: pacifiche od irate, vuote o dense di forme, silenziose od urlanti, equanimi e remote o colluse con i viventi e con i loro maneggi. Alcune, ancora oggi lottano, contrapposte tra loro nella mente e nelle azioni degli umani. Altre Divinità, invece, dimenticate, non più pregate o venerate, orfane di offerte o propositi umani, sono scivolte dal profumo d'incenso degli altari alle sale dei musei, sepolcri del divino.

Al di là delle porte materializzate e varcate tra musei e cattedrali cittadine, o tra eremi su tracce di sentiero fra burroni e picchi remoti, ho riconosciuti come familiari gesti, immagini, suoni ed odori stranieri che, con un linguaggio senza tempo, hanno riconnesso l'ambiente circostante a volte agile, altre selvaggio ed inospitale con la eco sottile di una di pace ovunque e sempre disponibile.

Porte generate spesso con sforzo fisico come ostacolo e sudore come offerta, ed attraversate per riconnettersi a se stessi, antichi e presenti al contempo, Passaggi che hanno generata una persistente nostalgia ed ambizione a quella pace riconosciuta..... Riconoscimento, connessioni ed interdipendenza.

Oggi, scimmia urbana nella selva di ostacoli generati da scelte ed azioni mie e di chi mi circonda, arranco spesso verso la porta di questo piccolo Tempio nel quale adesso siedo. Qui, agendo a mia volta i gesti ed i riti di una antica tradizione, offro all'universo circostante ed al mio essere, via via più piccolo, lo sforzo per materializzare e varcare la porta che conduce a raggiungere ogni volta questa singolare pace e serenità.

Auguro che quest'offerta, sempre rinnovata, possa germinare altre Porte, qui od altrove, dinanzi a chi le va cercando, contribuendo così ad incubare piccoli confluenti miracolosi

universi di quiete, senza inizio né fine. Interconnessi. Interdipendenti l' uno dall' altro, nello spazio e nel tempo.

Di là da queste porte, non mi sono mai sentito compiuto. Il Sutra dice che non c'è meta né miglioramento: l' Illuminazione è vista come processo, mai perfezionato, mai definito, sempre in fluire, sostenuto col tramite di porte generate, al di là delle quali non ci si siede ma si continua ad agire con una orologeria di interdipendenza gli uni dagli altri. In attitudine di osservazione paziente del nesso tra noi stessi e l' universo. Dentro ogni Tempio, in ogni Pratica, chiesta ed ottenuta, il motore che pulsa mi pare quindi composto ed animato dai Tre Tesori. I primi due Gioielli, il Dharma ed il Buddha, sono qui ed ovunque, ma sono altresì incorporei e remoti: un punto di fuga a cui tendere, nel gioco di prospettive del sé; ed in virtù di questo, potrebbero apparire meno interferenti con i piccoli passi di noi dilettanti incespicanti nella Pratica. Il terzo Gioiello con cui, oltre la Porta del Tempio scopriamo di essere interdipendenti, il Sangha, è invece assai più materico e tangibile. È un Gioiello più contraddittorio, reattivante, vituperabile. Il Sangha è terragno, volgare, accidentato, imperfetto; è contaminato come la Vita. È specchio della vita. Serve a farci inciampare. È quel che è, ed è soltanto ciò che può essere.

È sempre stato osservato e scritto, fin dai tempi più remoti, che la Via la si realizza con gli strumenti a disposizione. Semplicemente. Cristo predica: "Beati i poveri di spirito". Francesco loda le forze della Natura ed i fratelli Animali fino al Lupo, fino ad allora sempre cattivo. Nell' Islam, Rumi compone l' opera "C'è quel che c'è". Nel buddismo Zen, Dōgen dice che "Lo Zen e l' Illuminazione sono nient' altro che la vita quotidiana", e Keizan ribadisce che "Per andare verso il profondo è opportuno l'attraversamento di Luce ed Ombra". Soprattutto, il Buddha predicando usa il Silenzio, e, sorridente, siede mostrando un Fiore.

Quindi, il Sangha, con le sue plurime individualità, con l' interazione dei personali karma, delle indoli innate, dalle inclinazioni, ritrosie e caratteri personali, tramite gli ostacoli, attrazioni o repulsioni da tutto ciò generate, è lo strumento principe per il processo evolutivo dei singoli e della collettività. Spesso vituperato per le dinamiche che evoca, è invece un vero strumento sacrale imprescindibile.

Al centro del Sangha, della Pratica e del Tempio, sopra ed in alto, splendendo mirabilmente, brilla il Gioiello nel Gioiello. Il Maestro.

Allievo del Buddha disperso fra i propri allievi, cresce per tramite loro. Per essi è Educatore ed è specchio delle loro singole nature. Loro polo attrattivo, materializzatore e distillatore. Pura Interdipendenza personificata. È uno specchio ambito, al quale ci rivolgiamo, pieni di aspettative, tutti noi praticanti: ognuno sublimandolo, idealizzandolo ed al contempo temendolo o rinnegandolo attraverso un gioco in bilico tra ricerca, riconoscimento, amore, aspettativa, attrito, ed a volte paura o repulsione. Anche il Maestro è però nient' altro di ciò che è. È unicamente, attraverso il proprio immane lavoro di consapevolezza e la propria continua scelta di dedizione alla trasformazione, di sé prima che degli altri, soltanto ciò che può essere. Risiede perfetto e crocifisso nella propria incarnazione. Figura Sottile ed elevata, ma gravata quanto lo siamo noi dalle proprie condizioni di incarnazione, dal proprio karma, dal proprio carattere, dal proprio aspetto fisico, finanche, mi si permetta, dal proprio sesso di nascita. Nel nostro tempio abbiamo un Maestro Donna. Non è certo un fatto ordinario nel mondo del Buddismo Zen. Altro da queste cose non può essere o divenire.

Dal punto di vista di allievo, osservo che le dinamiche possibili con la figura del Maestro sono infinite. Benedette. Anche se come allievi alle volte ce ne sentiamo percossi, feriti od afflitti. Confusi od invasi da dubbio.

Vorremmo forse controbattere, connotare, ribadire, osservare o correggere, difenderci. Forse anche evadere. Rinnegare lo specchio che abbiamo chiesto e nel quale abbiamo ottenuto di osservare la nostra figura. Si può forse negare di avere un berretto rosso che abbiamo, per il solo fatto che l' argento dello specchio in cui ci riflettiamo si sia un po' ossidato anticandosi, oppure se il vetro si sia incrinato? Quasi mai viene permesso ad un Maestro di essere chi è.

C'è sempre qualcosa da obiettare, qualche riserva dentro di noi. Ognuno illuso da se stesso e disilluso dalla realtà. Soprattutto il rischio, per ognuno di noi, è di non distinguere il Maestro del mondo terreno, quello incarnato con la sua propria forma ed energia, dal Maestro nel Dharma. Il Maestro è Canale. E' Veicolo. E' la Traccia. Segna e scava le Orme. Il Maestro è però anche corpo, è storia di sé e dei suoi Antenati. E' le due cose assieme, ed è ognuna di esse separatamente. Ed è pura e dovuta Compassione, è rispetto del suo sforzo continuo, è il nostro primo compito, rispettare e lasciare intatta questa magica dicotomia; ognuno di noi filtrando e bevendo dallo specchio che il Maestro inverte, ciò che ci compete e ci riguarda: cioè i vari piani della nostra immagine riflessa filtrata attraverso sua natura dharmica, lasciando poi, tutto il resto, inviolato in quanto non è materia o cosa nostra o tantomeno oggetto di lavoro o di giudizio per chicchessia. Lo specchio, la sua forma, superficie e consistenza materiche ed energetiche potranno confonderci, reattivarci, affaticarci, distorcerci anche lievemente, ma non devono esser scambiati con noi stessi; con l' oggetto, cioè, della nostra speculazione. Pernicioso confondere questi piani tra loro. Si intende che quanto detto è frutto di riflessioni personali derivanti dalle continue cadute e risollevarsi alle quali vado soggetto nella pratica, nel corso delle quali ho potuto osservare riflessi e dispiegati nello specchio offertomi dal Maestro Shinnyo le mie tendenze, azioni e reazioni, vivendone ogni volta le ricadute emozionali e gli spunti di consapevolezza derivabili. Ringrazio per questa opportunità il Maestro Shinnyo. Ringrazio inoltre tutto il Sangha del Tempio in quanto anch'esso specchio dei miei passi.

Gasshō Daishin.

Caro Maestro Shinnyo,

Come va? Io sono a Lammi, a partire Rōhatsu sesshin. Mi resi conto che non sarò in grado di inviare una lettera di fisico come desidero. Quindi, per favore prendere queste auguri elettronici.

Ho pensato di voi molte volte nel corso di quest'anno. Scusato per il mio comunicazione difficile. Quest'anno ha portato molti alti e bassi, forse avrò l'opportunità di dirvi tutto più tardi.

(Scrivo ora con mio telefono).

Spero che tu e la tua famiglia stia bene. Un pensiero caldo per tutta la Sangha di Shinnyo-Ji. <3
Un abbraccio caldo da nord nevoso, saluti anche da Karen e da tutti noi.

Gasshō,
Ismo

Caro Maestro,



prima di tutto sono a ringraziarLa, dopo tanti anni, e in modo estremamente profondo con tutta la mia modesta indole, dell'immenso Cammino che ha voluto Mostrarmi, lo Zen. Grazie a Lei cerco di percorrere questa Via confortato dalla Sua presenza, guidato e compreso, sostenuto, lasciato fiorire e appassire nei cunicoli dove spesso mi inoltrò nel solo mio mondo di contraddizioni. Vado avanti malgrado tutto, grazie alla Sua bontà che mi ha sempre permesso di esprimere, con mio profondo rispetto spero, i miei travagli non sempre semplici e che spesso grazie al Suo amore mi hanno permesso di non dilaniarmi, di non perdermi, perché, e ancora malgrado tutto, riesco ad ascoltare, il mio cuore si apre. L'altro giorno Shinnyo Roshi,

presentando il libro di Haiku, e La ringrazio ancora dal mio cuore, quello che Lei ha donato sono state Parole Diamanti, una lettura, unica, profonda che ha descritto e, oso dirlo con modestia, riconosciuto il lavoro di scrittura alimentata dal Percorso Zen. Lei ha inoltre donato un insegnamento sulla Via e ha parlato di poesia e Haiku in modo splendente, non so dirlo con parole perfette, ma so che il mio cuore era aperto con la mia mente, e che le persone intorno, nel silenzio, emozionata, ricevevano oltre le parole, Quello- Indicibile- che solo un Grande Maestro può offrire. Tutti sono rimasti profondamente toccati.

Roshi, ho avuto la fortuna di incontrare da anni un Grande Maestro, Lei Shinnyo Roshi, e forse sto sprecando il mio tempo, dovrei come spesso si dice 'fare di più'...E spero di offrire la mia presenza in maniera più costante.

Mi scuso per i miei 'risvolti' incomprensibili contraddittori, forse dettati da una paura-miopia, una errata visione verso la Via; mi auguro però di non aver mai mancato di rispetto a Lei e a tutto il Sangha, nè ai Voti, che sento di custodire e di invereare (suo bellissimo verbo Roshi) nella mia quotidianità, dove sono 'tornato' come prima e non come prima.

Mi fa felice, e mi emoziona, mi fa piangere quando penso ciò che tutti questi anni sono stati: dolori familiari, amori, malattie, elucubrazioni, assenze, ma Shinnyo Roshi c'è sempre stata, Albero i cui frutti mi hanno nutrito, albero sotto cui mi sono riparato, albero che tra le foglie mi ha sempre indicato dove era il cielo, il blu, l'immenso. A me era la scelta.

Una serata, con il mio Maestro accanto che, leggeva haiku tratti dal libro e ne parlava, è stato un immenso dono, un dono della Vita, di una preziosità immensa, una commozione come un dolore lancinante ma di gioia.

Roshi, Maestro come pochi lo sono, e noi Sangha lo sappiamo, Maestro con un Cuore che è oceano e cielo, terra e acqua, fuoco.

Lei dimora nello Zen, nello Zen che è Zen e nel 'Suo' Zen, Zen 'italiano di Shinnyoji', almeno a me irraggiungibile. Mi permetta, malgrado i miei, come dicevo risvolti un po' assurdi, di seguirLa. Il mondo ha 'bisogno' della Sua presenza, delle Sue parole, dello Zen che in Lei fiorisce e distilla Preziosa Bellezza e Profonda Forza, oltre il dolore, oltre un surrogato di vita. Ci indica che Là è Libertà!

In questa notte di luce, grazie di Tutto Roshi, quel Tutto per cui le vite cambiano e vanno verso o intravedono, appunto, la Libertà.

Grazie Roshi.
Grazie Sangha.
I Ten Shinnyo
Gasshō
Shinden

In this year I've known many beginnings and endings and through them all I found my peace in the middle where the moment is.

In quest'anno ho conosciuto tanti inizi e tante fini e attraverso tutti questi ho trovato la mia pace nel mezzo di quei momenti.

Richard



Quest'ultimo anno di Pratica a Shinnyoji è stato caratterizzato da un grande movimento all'interno del Sangha. In molti sono arrivati, passati e qualcuno si è allontanato. Forse si è allontanato momentaneamente o forse non rientrerà mai più al Tempio. Solo il tempo darà la risposta e comunque sia, anche solo passare una volta per sbaglio dal Tempio, significa gettare un seme in noi stessi, un seme che prima o poi germoglierà e darà vita. Di questo ne sono certa. Ogni tanto mi appare strano e di difficile comprensione come sia possibile che il Sangha sia uno dei Tre Tesori. Come sia possibile che il Sangha, composto da noi, semplici persone in cammino, sia associato al Buddha e al Dharma. Nel tentare di comprendere, trovo tutte le speranze e le certezze di questo cammino che stiamo cercando di percorrere. Se è vero che "tutto è uno", è vero anche che "uno è tutto", se in un granello di sabbia c'è l'universo intero, significa che anche in noi c'è il Tutto. Va riscoperto, liberato, sostenuto, ma c'è. Ed è in ognuno di noi, nel Sangha ristretto del nostro Tempio e nel Sangha universale. Come ci dice spesso il nostro carissimo Maestro c'è tutto, non manca nulla e tutto è perfetto così com'è. Tentare di dar vita a questo pensiero è un impegno grande e faticoso, ma anche una meravigliosa opportunità. Con questo pensiero associamo la condivisione del percorso che stiamo facendo e delle fatiche che ognuno di noi affronta. Il seme che ognuno di noi ha l'opportunità di cogliere non è di esclusiva nostra proprietà, ma accompagna e fortifica la crescita di tutti. E dunque: grazie! Grazie a chi passa, a chi si allontana e grazie a chi resta.

Keishin

L'anno appena trascorso mi ha visto impegnato in faccende e problematiche molto distanti dalla vita del Tempio: la laurea sopraggiunta, la ricerca di una qualche occupazione, la valutazione di strade da intraprendere, senza contare le immancabili e difficili dinamiche familiari, insomma una vita che si ridefinisce e che deve ritrovare la giusta armonia tra i suoi componenti. È in questo quadro generale che si è sviluppata dunque la mia Pratica, il più delle volte solitaria e lontana dal Tempio, ed è proprio in questa condizione che ho potuto sperimentare l'importanza della vita comunitaria di cui molte volte ci parla il nostro Maestro. Lo Zazen è certamente esperienza basilare per un Praticante, giorno dopo giorno ci sostiene infatti sulla Via e nella vita quotidiana, ma adesso credo che sia la vita comunitaria, condotta accanto al proprio Maestro ed ai propri compagni di Pratica, che sola può fare la differenza. Per un Praticante Zen, che si sforza di contemplare l'armonia dell'Universo, non c'è infatti insegnamento migliore che vivere in armonia con la compagnia di persone che condividono con lui uno stesso obiettivo, guidati da un esempio pratico e vivente incarnato dal Maestro. Come si fa a praticare la Compassione sedendosi in solitudine?

È veramente un Prezioso Tesoro praticare con un Maestro e con degli amorevoli compagni di viaggio. Gasshō
Yūshin

"Vorrei ringraziare il Maestro e il Sangha per il calore e la gentilezza con cui mi accolgono ogni volta che vengo al Tempio di Shinnyoji.

Il cuore parla al cuore.

È bello tornare a casa in un giorno di festa! Gasshō"

Benshin

Partecipo col cuore alla vostra notte di zazen.

Gasshō

Emanuela Dosan Losi



Quest'anno sono stato un po' in giro, non solo in Italia ma altrove anche, e non ho mai lasciato la Pratica. Quando ero qui a Firenze cercavo di fare quello che potevo per sostenere Shinnyoji.

Essendo Tenzo da aprile, mi sono impegnato a mantenere il Maestro e il Sangha in buona salute con i pasti durante i periodi di Pratica per esempio ai Sesshin, la settimana di Pratica a settembre quando è venuta Tenshin dall'America e Daniel da Liguria, e altre avvenimenti nel mezzo.

Mi sono anche occupato di catalogare i libri della biblioteca - non l'ho ancora finito ma sarà sempre un lavoro in corso, con l'arrivo dei libri nuovi. Una bella cosa per tutti i praticanti e non praticanti i quali

possano venire ad usare la biblioteca e leggere tutti i bei libri che ci sono. Grazie al Maestro e grazie al Sangha.

Gasshō
Carlo

Zazen can be practiced everywhere, in any country.
Only a zafu and a wall are needed.
A wall is a wall, everywhere. It has no nationality.
The Dharma cannot be found everywhere.
A Sangha cannot be found everywhere.
It has been very nice to meet a Master and a Sangha in Firenze, at Shinnyo-ji.
My dedicace is for you.



Zazen può essere praticato ovunque, in qualsiasi paese.
Solo sono necessari un zafu e un parete.
Una parete è una parete, ovunque. Non ha la nazionalità
Il Dharma non può essere trovato ovunque.
Un Sangha non può essere trovato ovunque.
E 'stato molto bello incontrare un Maestro e un Sangha a Firenze, a Shinnyo-ji.
La mia Dedicace è per voi.

Dōnen

Shinnyoji: un Tempio Soto Zen oggi. Praticanti implicati nel ritmo frenetico del mondo. Lavoro duro e difficile per il Maestro. Shinnyo Roshi, il Tempio, il Sangha sono come un faro (o un dito); ma ogni faro è anche uno scoglio; trovarlo e sbatterci contro è uno.

Davanti al Maestro si infrangono le sovrastrutture costruite nel pensiero verbale. Tra queste soprattutto l'onda lunga dell'ego. Oltre c'è l'essere svegli alla vita, istante per istante, nel qui e ora. C'è il vivere compiutamente, il "camminare liberamente nell'universo".

Ringrazio Shinnyo Roshi per avermi accolto nel nostro lignaggio. Ringrazio il Sangha nel suo insieme e in ciascuno dei suoi componenti per avermi aiutato e sostenuto in questo cammino e in definitiva per esserci.

Gasshō
Marco

My time at Shinnyoji has brought stability and depth to my daily life. In attempting to keep my vows, my understanding of myself has deepened and my compassion and patients for others has grown after watching my own successes and failures. The more I practice the more intimate and profound my daily tasks and acquaintances become. I look forward to continuing my practice with all of the inspiring people here.

Il mio tempo a Shinnyoji ha portato stabilità e profondità alla mia vita quotidiana. Provando di mantenere i miei voti, la mia comprensione di mi stesso se approfondisce e la mia compassione e pazienza per gli altre crescono anche perché conosco meglio i miei successi e fallimenti. Più pratico, più intimi e profondi diventano i miei relazione e azioni. Sono felice a continua la mia pratica con voi che ispirate tanto.

Shingyō

Le mie ispirazione dopo le sedute di Zazen a Shinnyoji: "Luce, forza, energia..Il chiarore del tramonto mi ha sempre colpito...Anche l'immensità del cielo stellato con la luna crescente come quella di stasera...Molto particolare, molto suggestiva...la luce dell'universo!

Da bambina ero affascinata da un libro grande, nero, ci stavo sopra per delle ore, lo leggevo e lo rileggevo...era l'Atlante del Universo, studiavo le pianete e li conoscevo in ordine, tutti da memoria...Sognavo di conoscere il cielo, e di diventare astronoma da grande.

Gli anni sono passati...ho realizzato il mio sogno senza nemmeno rendermi conto, con il cuore aperto, vivendo pienamente, e muovendomi secondo quello che sentivo che era giusto, volevo capire le differenze, andare oltre, andare all'aldilà. La trascendenza mi spingeva verso qualcosa che non sapevo...pero la forza era li in ogni sfida, in ogni momento. Non sapevo che cosa era, pero era molto presente...forte e potente! L'universo...era l'universo! Durante le prime sedute a Shinnyoji l'ho visto, immenso dentro di me, in ogni momenti, in ogni paese, in ogni mondo dove sono stata, dove sono, dove vado...Era l'universo quello che cercavo! L'ho visto bene a Shinnyoji...illuminato,forte e potente dentro di me!" "Tutto è un continuo riscoprire, un continuo divenire..in ricerca della bellezza e dei nuovi equilibri...La ricchezza di ogni momento, dei cambiamenti di ruoli e scambi che cambiano di continuo...è l'amore che ci legga...che cimenta e ci dà solidità! La pace dell'amaca colorata sotto l'albero...con il rumore delle onde del mare...come il balletto della vita!"

Rossana Holanda

Taigo Sensei Spongia manda gli auguri per il nostro Rōhatsu. Lui si siederà con due allievi a Roma nel loro dōjo Tora Kan Zen Dojo
Taigo Sensei Spongia

Gabriele Prigioni partecipa insieme a noi nella notte di Rōhatsu con il dono che ha fatto al Tempio della traduzione integrale dall'inglese del Bendōwa dallo Shōbōgenzo di Dōgen Zenji.

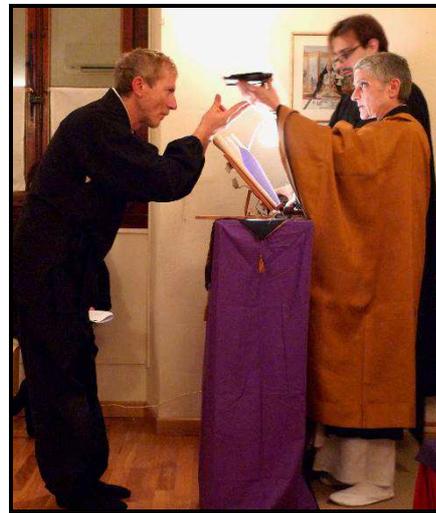
Cerimonia di Sanbōkie e Jukai-e



Inizia la Cerimonia delle Ordinazioni



Marco Ken-Shin riceve il Rakusu



Consegna Kechimyaku Marco Ken-Shin



Consegna Rakusu Rossana

Haiku

Veglia di Rōhatsu 2016

1) Crisantemi d'inverno.
Nel piccolo villaggio isolato
splende il sole.

*Kangiku ya
hi no teru mura no
kata hotori.*

Yosa Buson (1716 - 1783)

2) Chiara la luna sulla collina,
profumo di foglie
cadute.

*Yama no tsuki
Saete ochiba no
Nioi kana.*

Akutagawa Ryunosuke (1892 - 1927)

3) Cade la neve
suono del silenzio.
Dal cielo giunge il flauto del nibbio.

*Shin shin to
Yuki furu sora ni
Tobi no fue.*

Kawabata Bōsha (1897 - 1941)

4) La distesa di neve
ha coperto i campi e i monti.
Nessuna differenza tra le cose.

*No mo yama mo
Yuki ni torarete
Nani mo nashi.*

Naito Jōsō (1662 - 1704)

5) Luna gelida.
Sul Tempio senza portone
il cielo si apre immenso.

*Kan-getsu ya
mon naki tera no
ten takashi.*

Yosa Buson (1716 - 1784)

6) L'ultimo mese dell'anno.
Tacciono
le campane del grande Tempio.

*Ō-tera no
shizumari-kaeru
shiwasu kana.*

Masaoka Shiki (1867 - 1902)

7) Una grande pace
qui, proprio come a Rozan
pioggia d'autunno.

*Ochitsukeba
koko mo Rozan no
shigure kana.*

Ryōkan (1758-1831)

8) Piccoli stormi
d'aironi solcano il cielo -
crepuscolo d'autunno.

*Ikutsure ka
sagi no tobi yuku
aki no kure.*

Ryōkan (1758-1831)

9) Per fare fuoco
il vento mi porta in dono
foglie d'autunno.

*Takuhodo wa
kaze ga motekuru
ochiba kana.*

Ryōkan (1758-1831)

10) La siepe spoglia
gli uccelli vi si posano,
mattina di neve.

*Shibagaki ni
kotori atsumaru
yuki no asa.*

Ryōkan (1758-1831)

11) Bruciando rami secchi,
di sera posso udire
la pioggia d'autunno.

*Shiba taite
shigure kiku yo to
nari ni keru.*

Ryōkan (1758-1831)

12) Il vecchio stagno -
una rana salta
tonfo nell'acqua.

*Furuike ya
kawazu tobikomu
mizu no oto.*

Matsuo Bashō (1644 - 1694)



Ōryōki nello Zendō



Kin-Hin sotto le stelle



Trascrizione del Sutra



Cerimonia del Fuoco



Rōhatsu all'alba



TESTIMONIANZE DI PRATICA

Gentile Roshi.

In queste settimane ho letto e riletto il Bendōwa per comprendere l'essenza di essere Bodhisattva – una persona che tende verso il Buddha.

Nel mio Zazen, senza chiedere, senza immaginare, ho lasciato che la Pratica prendesse forma. Com'è difficile essere Bodhisattva; essere monaco nel mondo, interiormente solo ma in compagnia della forma della vita terrena con tutte le sue complicazioni.

Com'è difficile trovare lo Zen nel mio prossimo, nei fenomeni che mi circondano, nella forma stessa che caratterizza, inconsapevolmente, ogni gesto e ogni parola.

Com'è difficile essere Zen in ogni istante, lontano dal cuscino, da un abito e dalla tangibile solennità di un altare.

Com'è difficile ritrovare e seguire un sentiero in mezzo alla foresta dell'illusione.

Un intuito, un barlume di comprensione che non posso fissare e fare mio. L'angoscia di sentirsi in qualche modo vicino senza mai avvicinarsi a nulla.

Io posso essere solo se non cerco. Posso vedere solo se non guardo. Posso realizzare solo se non cerco di comprendere.

Forse sono già ciò che non bisogna cercare di diventare - jiyū zanmai

Eishin

La conferma di un'esperienza senza tempo

Un giorno d'ordinaria Pratica "a diritto"

Martedì 15 novembre, ore 17, arrivo al Tempio.

Mi soffermo ad osservare l'ambiente...entro nello Zendō, Sanpai, offro delle mele, l'incenso e già con questi gesti e movimenti sono in Meditazione...

I suoni della Daikei, né troppo timidi né troppo forti, preambolo di una navigazione felice nel mare karmico, come sempre, tempestoso. Le prime decine di minuti non sono una novità, esce fuori di tutto: nello scaricare le tensioni a terra, è proprio il caso di dire, si passa dall'amarezza alla malinconia, dalla reazione allo stop della riflessione. Manca la collera, vanno via le nubi, esce il sole. Ad un certo punto, si apre una porta, già nota e non potendo recitarla ad alta voce, lo faccio mentalmente, certo, non è la stessa cosa, manca l'ascolto della propria interiorità, del suono di ciò che si dice, che non è mai esattamente identico...Fumonbonge e Juryō. Volto lo sguardo, sono per l'appunto, al 40'...gesto che non faccio mai in questo tipo di Pratica da oltranza, ma so che alle 19 il lavoro mi aspetta. Uno dopo l'altro, a rotazione continua, li faccio scorrere dentro di me, con convinzione e devozione di scelta. "Timone a dritta e alla Via così" passa un'altra mezz'ora sempre in Seiza. Ed ecco la seconda porta, anche questa già nota, un ampio sorriso si disegna nel mio volto, felice di toccare...ben ritrovato "nucleo" celato dalla fitta nebbia del quotidiano. Questa volta cambio posizione, passo alla Birmana, lascio che si metabolizzi il tutto. Rimango così un'altra venti minuti...ora sì che mi sento Dōshin, attaccato o staccato che sia. Bel nome perdinci! Era proprio quello che mi ci voleva. Nel frattempo sono le 19, in un avvolgente suono di campana, mi aspetta il lavoro, peccato, sul più bello sarei rimasto così un altro po'.

Gasshō.

Michele Dō-Shin.





Il Sangha di Shinnyoji venerdì 16 dicembre



Custodiamo la terra insieme. La cooperazione interreligiosa a protezione della vita nel pianeta.

L'incontro si è tenuto il 13 dicembre nei locali del Circolo culturale dell'Antella, Firenze, e ha visto la partecipazione di alcuni rappresentanti di diverse fedi religiose.

Dopo i saluti del vicesindaco del Comune di Bagno a Ripoli e dell'Assessore alla cultura e istruzione Annalisa Massari, la parola è passata a Luigi De Salvia, Segretario generale di *Religions for Peace*. Egli ha voluto sottolineare che il Calendario che detta Associazione pubblica e diffonde è al suo settimo anno di pubblicazione. Il Calendario *Religions for peace*, pubblicato anche in inglese, riassume le festività delle 15 religioni presenti in Italia, ma ha anche un tema diverso ogni anno. Nel 2017 sarà appunto la nostra terra. Con citazioni tratte da libri sacri di varie religioni. Viene affisso in scuole, ospedali, e molti altri luoghi, per far conoscere le varie religioni che alla fine, come ha affermato De Salvia hanno un obiettivo comune: ovvero di non "banalizzare" la vita delle persone e dunque del pianeta in cui viviamo. Direzione diversa da una modernità che ha pregi, ma che crea molte situazioni drammatiche al pianeta. Oggi si è

persa di vista l'umanità per privilegiare un aspetto scientifico e tecnologico totalizzante, anche se vanno certo apprezzare le evoluzioni di tali settori, che però non vanno coltivate come nuovi idoli o come un unico modus vivendi, che di fatto cancella e nega l'umanità, la bellezza, la natura.

Essendo l'Imam indisposto è stato letto un messaggio di saluto, che ha inviato al suo posto un rappresentante religioso musulmano, turco, proveniente da Istanbul. Egli ha affermato che la crisi ambientale è terribile, cosa importante per i musulmani. L'Islam 'tende la mano per una

cooperazione" per aiutare il pianeta. "Amore per tutti, odio per nessuno" come afferma un motto della comunità islamica. Dunque ciò è rivolto anche verso l'intero pianeta.

La parola è passata al Maestro Zen I Ten Shinnyo, del Tempio Shinnyoji di Firenze. Essa ha ribadito che ogni Via è buona e che ciascuno comprende e riconosce una particolare lingua-Via che risuona nel suo cuore.

Afferma che come guide spirituali tutti i presenti hanno un grande compito, ovvero quello di non alimentare la divisione e separazione, perché siamo tutti manifestazioni diverse del medesimo "Uno". Siamo tutti legati. Una maglia di una medesima rete. Ogni nostra azione riverbera nel "mondo faticoso".

Occorre dunque secondo il Maestro Zen un'assunzione di responsabilità, senza separare e giudicare per poter operare per il beneficio di tutti gli esseri e della Terra. Le religioni dovrebbero fare questo. Occorre aprire il cuore e la comprensione perché siamo tutti viaggiatori in questo mondo, dobbiamo sostenere la Terra che spesso viene maltrattata, iniziando anche dal nostro piccolo quotidiano. Attuando ciò possiamo cambiare molto.

Marco Bresci della Comunità Bahà'i, è impegnato nell'ambiente, anche professionalmente. Spesso la visione materialistica della vita ha ridotto l'importanza delle religioni. Le religioni sono necessarie come il pane, come afferma. Siamo troppo dipendenti da posizioni economiche assurde che stanno portando la terra a grossi problemi. Per i Bahà'i, occorre moderazione e comprensione per arrivare ad una pace che prenderà comunque forma dopo un cammino lungo.

Mauro Sbordoni, del direttivo della rivista Testimonianze, non è testimone di una particolare fede religiosa. La rivista è laica in essa convivono varie esperienze religiose e appunto laiche. Le fedi, le religioni sono degne di rispetto, esse hanno il grande pregio di trascendere la più immediata visione ristretta e personale del mondo. Oggi spesso le politiche ecologiche sono in discussione, anche a causa di prese posizioni politiche chiare e dannose.

Don Giulio, Parroco di Santa Maria dell'Antella, esprime il concetto che la terra dipende da qualcun altro, da Dio. Occorre dunque essere responsabili di questo mondo che ci è stato



donato. Occorre regolare, governare, il creato nel migliore dei modi, rispettandolo. Esiste un'errata interpretazione della Bibbia, in essa vi è la parola *dominare, la natura*. Semmai, oggi dobbiamo parlare di custodire, preservare, con la consapevolezza che non è nostro, che ci è stato appunto dato. Ricorda che San Francesco diceva che la natura è anche contemplazione, ciò che manca al uomo di oggi, e che

certo non esclude la scienza.

Al termine dell'incontro ha ripreso la parola Silvio Daneo, Direttore Esecutivo della Sezione italiana di *Religions for Peace*, ribadendo il ruolo educativo di loro Calendario e delle varie manifestazioni che l'Associazione promuove da molti anni in Italia.

L'incontro si è concluso, dopo alcuni interventi da parte del pubblico, con i saluti e i ringraziamenti agli intervenuti da parte degli organizzatori e delle Istituzioni.

INDICE

Attività

Attestato di encomio da Kyoto	2
Conferenza del Dalai Lama	4
Sesshin di Ottobre	6
Riunione Ordinati presentazione Linee Guide di Shinnyoji	7
Le foto dell' Autunno in Giappone	11

Rōhatsu

La Veglia di Rōhatsu	12
Augurio del Nuovo Anno di Pratica	15
Testimonianze di Rōhatsu	20
Cerimonia di Sanbo-kie e Jukai	27
Haiku	28
Testimonianze di Pratica	30

Conferenza

Custodiamo la terra insieme	31
-----------------------------	----

RITIRI DI PRATICA



Sesshin: 27-28-29 ottobre

Sesshin: 25-26-27 novembre

Notte di Rōhatsu 07-08 dicembre

Durante ogni Ritiro il nostro Maestro Shinnyo Roshi tiene un Teishō

Fotografie di: Linda Cocchi, Fabio Daishin Portera, Luigi Shinden Oldani, Rev. Nakano Ryōkyō GōdōRoshi

Redazione a cura di Lisa Tenshin Saunders, Carlo Ippolito

CALENDARIO DEGLI INCONTRI DI PRATICA

Zazen – ogni lunedì sera dalle 20.00 alle 22.00

Zazen – ogni martedì mattina dalle 07.00 alle 07.50

Zazen – ogni venerdì sera dalle 20.00 alle 21.30

Sesshin o **Zazenkai** – una volta al mese

Ritiro intensivo di una settimana – ogni anno in marzo e settembre

Apertura della Biblioteca – ogni secondo sabato del mese dalle 10.00 alle 14.00