



禅のこだま

EKIZEN

NOTIZIARIO DEL SANGHA DI SHINNYOJI
SHINNYOJI SANGHA NEWSLETTER

PRIMAVERA SPRING 2018



n. 34 anno year IX

真如寺

www.zenfirenze.it

SOMMARIO CONTENTS

EDITORIALE EDITORIAL

“La cultura del dialogo” 2

“The Culture of Dialogue” 4

ATTIVITÀ A SHINNYOJI ACTIVITIES AT SHINNYOJI

Corso Zen Principianti Beginners' Zen Course 6

Testimonianze di partecipanti al Corso Zen Principianti 8

Testimonies of participants of the Beginners' Zen Course

Celebrazione dell'Anniversario del Nehan-e 9

Celebration of the Nehan-e Anniversary

Ritiro invernale Winter Retreat 10

ATTIVITÀ FUORI SHINNYOJI ACTIVITIES OUTSIDE SHINNYOJI

Sesshin al Tora Kan Dōjō Sesshin at Tora Kan Dōjō 13

Lettera di Benvenuto al Ken Zen Ichinyo Gasshuku di Sensei Taigō 15

Welcome Letter to the Ken Zen Ichinyo Gasshuku from Sensei Taigō

Testimonianze del Ken Zen Ichinyo Gasshuku 16

Testimonies from the Ken Zen Ichinyo Gasshuku

Incontri UBI UBI Meetings 23

Conferenza annuale Sōkanbu Europa Sōkanbu Europe Annual Conference 24

Convegno “Lo Zen nella cultura giapponese” “Zen in Japanese Culture” Convention 25

DIARIO DEL SANGHA SANGHA DIARY

19 gennaio: Viaggio in Antartide 19 January: Trip to Antarctica 27

Shinnyoji nel Notiziario dell'AZI Shinnyoji in AZI's Newsletter 29

ALTRE CONTRIBUTI OTHER CONTRIBUTIONS

Testimonianze dei Praticanti di Shinnyoji Testimonies of Shinnyoji Practitioners 30

POESIA POEM

Aprendamos o rito - Impariamo il rito 34

INCONTRI DI PRATICA MEETINGS OF PRACTICE 35

Prossimamente Coming up 35

Ringraziamenti Special Thanks 35



EDITORIALE EDITORIAL

“LA CULTURA DEL DIALOGO”

Anzitutto un ringraziamento profondo per l'opportunità offertami di essere oggi qui insieme a voi, in un momento di dialogo condivisione confronto di particolare rilievo, perché coinvolge voi ragazzi, giovani studenti che siete e sarete i nuovi cittadini di Scandicci, di Firenze, d'Italia, d'Europa, del Mediterraneo.

Terre in movimento, in espansione multietnica e multireligiosa, che offrono nuove realtà, rispetto alle generazioni come la mia, che hanno vissuto altre condizioni.

Nell'impermanenza, usando un termine buddhista, ossia nel continuo cambiamento della realtà che viviamo, dobbiamo rispondere apportando al nostro punto di vista, alla nostra valutazione di partenza, un correttivo conoscitivo, un adeguamento, che ci allinei e ci renda capaci di offrire risposte “altre” ai nuovi temi che la vita stessa ci chiama ad affrontare.

Fondamentale dunque questo progetto che ha come presupposto la formazione di voi studenti che sarete i nuovi adulti, attraverso una “politica” del dialogo e del confronto, piuttosto che della chiusura, della guerra o dell'ostracismo.

Sono qui in rappresentanza della Tradizione del Buddhismo Zen, in quanto monaco, ma che cos'è lo Zen?

Due parole per raccontare ciò che rappresento. Sicuramente tutti voi avrete sentito parlare di poltrona zen, giardino zen, bagnoschiama zen, abito zen, conto bancario zen.

Questa breve parola, diventata nel linguaggio comune qui da noi in Occidente un aggettivo, un attributo, è di fatto un sostantivo che determina ed individua l'ultima frangia del Buddhismo, la Tradizione più essenziale, ridotta ai minimi termini quanto a ritualità e sovrastruttura, nata nel Giappone del XIII secolo, proveniente dalla Cina e prima ancora dall'India, dove nel VI secolo a.C. trova il suo Fondatore nel principe Siddharta Gautama, detto il Buddha, il Risvegliato.

Dico questo per sottolineare come lo Zen sia una Religione non intesa nei termini in cui sono comprese le tre grandi Religioni monoteiste, qui a questo tavolo rappresentate, e che riguardano sicuramente il 90-95% della popolazione del Mediterraneo, ma una Religione che, nell'accezione del termine occidentale, si configura più come una Filosofia, un modo di vivere, un modo di essere, in quanto non contempla il rapporto uomo-Dio che identifica, secondo l'interpretazione cristiana, il concetto stesso di Religione.

Questo è il motivo per cui diciamo che è possibile praticare Buddhismo Zen a prescindere dalla propria fede religiosa e dai propri orientamenti.

Che cosa ci accomuna a questo tavolo, ciascuno di noi che rappresenta ed esprime un diverso credo, una maniera diversa di intendere e vivificare la propria fede?

Ci sono dei valori universali nell'essere umano, che prevalicano ogni distinzione, in quanto afferenti a coloro che vengono definiti nel linguaggio comune: “uomini di buona volontà”.

Proprio partendo da questi valori universali sappiamo essere possibile un cammino di pace e prosperità che ci veda uniti a tutela e beneficio di tutti gli esseri.

Valori che possono essere condivisi e affermati attraverso un dialogo comune come quello rappresentato e vissuto oggi nella vostra scuola, con i vostri insegnanti, i vostri genitori, i rappresentanti delle diverse fedi religiose qui presenti.

Il comportamento etico, ovvero il modo di agire, di essere, di vivere la propria esistenza osservando le leggi universali del rispetto di tutti gli esseri nelle loro diversità, degli animali, della natura, del nostro pianeta che ci sostiene e ci alimenta.

La tolleranza, parola che non amo molto, perché nel mio sentire implica sotteso quasi un concetto di superiorità, un elargire.

Preferisco coniugarla col termine accoglienza, accoglienza di ciò che non ci appartiene, di ciò che apparentemente sembra così lontano da noi, così diverso, ma che in fondo non lo è, perché ogni essere vivente su questa terra aspira umanamente alla serenità, alla pace, all'armonia, rifuggendo il dolore, la guerra, la sofferenza.

Qui vorrei sfiorare, ma al contempo sottolineare, il tema della paura: dobbiamo educarci tutti noi, non solamente voi ragazzi, giovani leve, ma soprattutto noi adulti e noi anziani, più radicati nelle proprie opinioni, convinimenti e punti di vista, a non avere paura del diverso.

La paura implica il rifiuto, la chiusura, la negazione di ciò che è "altro", il giudizio tranciante, senza la dovuta conoscenza.

Se apriamo il cuore e la mente alla possibilità di un dialogo, di un ascolto profondo, di un contatto, di un incontro, superando la paura di ciò che andremo ad incontrare, sarà veramente il primo passo per poter costruire una società migliore, più responsabile, più umana.

La pace per far crescere e prosperare la dignità della vita umana in ogni sua espressione sociale, etica, politica, religiosa.

La sacralità della vita, dunque il rispetto per questa esistenza che ci è stata donata per mettere a frutto il nostro potenziale per il bene di tutti gli esseri e che, arrivati alla fine del nostro percorso, dovremmo restituire con un valore aggiunto.

La fratellanza, che ci fa riconoscere uomini sotto un medesimo cielo, che camminano su una medesima terra.

Il confronto come momento di ampliamento dei propri orizzonti: se ci incontriamo e ci confrontiamo, possiamo comprendere come una Via percorsa con cuore puro, ci ritrova tutti uniti in cammino su un terreno comune di solidarietà, rispetto, sostegno reciproco, ascolto profondo, dunque in uno spirito di accoglienza che è esattamente il contrario di violenza verbale, mentale o fisica.

L'apertura verso l'altro, verso il diverso, che ci educa al rispetto della pluralità di pensiero e di fede nelle varie etnie e che diventa elemento di crescita, di ampliamento delle nostre vedute, piuttosto che di detrimento della nostra visione del mondo.

E' nell'accettazione che il nostro sguardo abbraccia altre realtà, è nell'accettazione, nell'accoglienza, che possiamo poi stupirci di incontrare punti in comune o spunti di riflessione.

Si dice nello Zen che ogni Maestro porta se stesso, quindi non posso portarvi qui se non la mia personale esperienza di vita e di fede.

Raccontarvi la mia storia non è certo presenzialismo o voler indicare una Via da perseguire, bensì testimoniare la possibilità per ciascuno di scrivere e vivere la propria storia, ora, nel momento storico attuale.

Questo a significare che ciascuno può, nel rispetto e nell'accoglienza dell'altro, del diverso, mantenere e fortificare la propria identità ed esprimere la propria espressione più profonda.

Aprirsi ed accogliere l'altro non corrisponde a confondere o a stemperare la propria identità, ma anzi a rafforzarla e a riconfermarla alla luce del confronto con qualcosa di diverso, donandosi una possibilità di accrescimento di conoscenza.

Nel momento in cui ho domandato umilmente al mio Maestro di ricevere i Voti monastici, la mia prima richiesta, le mie prime parole sono state quelle di non voler abiurare alla mia religione cristiana d'origine.

Personalmente la mia scelta di fede attuale si manifesta in un'integrazione fra la fede nella Via indicata dal Buddha e la mia fede cristiana.

Un cammino comune di rispetto e di fratellanza porta come risultato ad un percorso di pace, dove ciascuno può esprimere liberamente il proprio credo, la propria professione, senza incorrere in degenerazioni di violenza o di imposizione nel disconoscere l'identità altrui.

E' quindi un crescere come testimoni della propria identità, portatori di pace, senza spirito di sopraffazione.

Tutto questo, che sembra così ovvio, così facile da applicare, attualmente e come sempre nei secoli della nostra storia umana, è veramente una sfida etica e culturale ed un impegno rivolto ad un continuo esercizio al quale dobbiamo richiamarci, noi "uomini di buona volontà", nel cammino della nostra esistenza, avendo cura di educare le giovani generazioni a questa modalità di approccio alla vita sociale e umana, costruendo un dialogo che si fondi sul rispetto l'uno dell'altro, conservando ciascuno la propria identità, onorandola e custodendola in ogni azione ed espressione della vita quotidiana.

L'augurio, che rivolgo a voi giovani studenti, è di far tesoro di questa esperienza di dialogo, di alimentarla nel vostro crescere e approfondirla nelle vostre esperienze di vita, così da diventare portatori di un messaggio di pace, rispetto, accoglienza e fratellanza.

Rev. Shinnyo Marradi

Shinnyoji, dicembre 2017

“THE CULTURE OF DIALOGUE”

First of all, thank you for the opportunity offered to me to be here along with you, in a moment of dialogue and sharing, it comes with a particular relief, because it involves young people, students who are and will be the new citizen of Scandicci, Florence, Italy, Europe and of the Mediterranean.

Places in movement, in multi-ethnic expansion and with plural religions, that offer a new reality, compared to the generations like mine that lived in different conditions.

In the impermanence, using a Buddhist term, or rather, in the continuous changing of the reality in which we live, we much respond with our point of view, our evaluation, a corrective rationale, an adjustment that aligns us and makes up capable to offer “other” answers to the new themes that life itself asks us to confront.

This project is fundamental which presupposes the growth of you, the students who will be the new adults, through the “politics” of dialogue and confrontation, more or less o closure, war or ostracizing.

I’m here to represent the Tradition of Zen Buddhism, as a monk, but what is Zen?

Just a few words to explain what is represented. Surly all of your have heard of the Zen armchair, Zen garden, Zen shower gel, a Zen outfit, a Zen bank account.

This little word has become common in everyday language here in the West. It is an adjective, and attribute, a noun that determines and identifies the core of Buddhism, the most essential Tradition, reduced in om minimal terms as a ritual, a superstructure, beginning in Japan in the 13th century, after arriving from China and India before then, where in the 6th century A.D. its first Founder, Siddharta Gautama, also known as The Buddha, The Awakened One emerges.

I’m saying this to emphasize how Zen is a Religion, not intended in the same terms as the three monotheistic Religions, which surly encompasses 90-95% of the Mediterranean population. I’m talking about Religion, with acceptance of the western term, is more based on a Philosophy, a lifestyle, a way of being, in that it doesn’t involve religion as a human to God relationship, as in Christianity. This is the reason why we say that it is possible to practice Zen Buddhism coming from your own religious faith and orientations.

What brings us all together, each one of us represents and expresses a different belief, a different way of interpreting and living their own faith?

There are universal values in human beings that overcome every difference, as they are called in common language “people of goodwill”.

Coming from these universal values we know that it is possible to walk in peace and prosperity which offers us a belong and benefit of all beings.

Values that can be shared and confirmed through common dialogue as represented and lived through your school, your teachers, your parents and the representatives of the diverse faiths present here today.

The ethnic behavior, or way of reacting, of being, of living your own existence by observing the universal laws of respect of all beings in their diversity, of animals, nature, of our planet that supports and nurtures us.

Tolerance, a word that I don’t really love, because it me it subtly implies superiority and grandiosity.

I prefer to connect it with welcoming terms, that welcomes what doesn’t belong to us, of what seems fare away from us and is so different but in reality, it isn’t because every living being on this earth aspires for serenity, peace, harmony, to avoid pain, war and suffering.

Here I would like to mention, but at the same time emphasize, the theme of fear: we must educate ourselves, not only you young people, but above all, us adults elderly, we are deeply rooted in our opinions, convictions and points of view to not have fear of diversity.

Fear implies refusal, closure, denial of what is “other”, an unsustained judgement, without the needed knowledge.

If we open our hearts and minds to the possibility of dialogue, to a deep listening, to an encounter, going beyond fear of what we will meet, it will truly be the first step toward building a better society that will be more human, more responsible.

Peace that can grow and prosper human dignity and express itself socially, ethically, politically and religiously.

The value of life, and therefore respect for this existence that has been given to us to use our potential for good of all beings that have arrived along our path, we must reply with even more value. Unity that recognizes humankind under one sky, that we walk upon the same soil.

Confrontation is like a moment to widen your horizons: if we encounter and confront each other, we can understand how taking a Path with a pure heart brings us together, walking on a common ground of solidarity, respect, reciprocal support, deep listening, and therefore, in a welcoming spirit that is exactly the different of verbal, mental and physical violence.

Opening up toward one another, toward diversity, that teaches us to respect plurality of thought and faith in various ethnicities that become an element of growth, widening our views and change our vision of the world.

It is in the acceptance that our thoughts embrace other realities, it is in acceptance, in being open, that we can then be amazed to meet points in common or food for thought.

It is said in Zen that every Master brings a part of his or herself, so I can not bring you here if not my personal experience of life and faith.

Telling my story is certainly not superiority or wanting to indicate a way to pursue, but to witness the possibility each of you to write and live your own history, now, in the current historical moment.

This means that everyone can, in respect and acceptance of the other, of diversity, maintain and strengthen their identity and express their deepest expression.

Opening and welcoming the other does not correspond to confusing or tempering one's own identity, but rather reinforcing it and reconfirming it in the light of confrontation with something different, giving itself a chance to increase knowledge.

The moment I humbly asked my Teacher to receive the monastic vows, my first request, my first words were those of not wanting to abjure my original Christian religion.

Personally, my current choice of faith manifests itself as an integration between faith in the Way indicated by the Buddha and my Christian faith.

A common path of respect and unity leads to a path of peace, where everyone can freely express their beliefs, their profession, without incurring degenerations of violence or imposition in disavowing the identity of others.

It is therefore a growth as witnesses of one's own identity, bearers of peace, without a spirit of oppression.

All this, which seems so obvious, so easy to apply, currently and as always, in the centuries of our human history, is truly an ethical and cultural challenge and a commitment to a continuous exercise to which we must recall, we "men of good will". In the journey of our existence, taking care to educate the young generations in this approach to social and human life, building a dialogue that is based on respect for each other, preserving each one's own identity, honoring and preserving it in every action and expression of everyday life.

The hope, which I address to you young students, is to treasure this experience of dialogue, to nourish it in your growth and deepen it in your life experiences, so as to become bearers of a message of peace, respect, welcome and unity.

Rev. Shinnyo Marradi

Shinnyoji, December 2017



ATTIVITÀ A SHINNYOJI ACTIVITIES AT SHINNYOJI

CORSO ZEN PRINCIPIANTI BEGINNERS' ZEN COURSE

NEL MESE DI gennaio 2018 il Tempio Sōtō Zen Shinnyoji ha avviato il Corso Zen Principianti condotto dal Maestro Shinnyo Marradi e articolato in sei incontri con cadenza mensile, che da gennaio arriveranno fino a giugno.

Per la seconda volta (la prima risale all'anno 2010) un corso di introduzione e avvicinamento guidato alla pratica Zen viene proposto ad un pubblico anche di neofiti del Buddismo, con una risposta straordinariamente positiva e 28 partecipanti sin dal primo incontro.

Persone molto giovani e meno giovani, uomini e donne, alcuni già dentro la pratica Zen, altri che si sono avvicinati per la curiosità o per il personale desiderio di intraprendere un percorso spirituale e meditativo secondo la Tradizione del Buddismo Sōtō Zen.

Tutti in ogni caso portati da un entusiasmo e da una spinta genuina e intensa.

Ciascuna sessione ha la durata di circa due ore e si apre con un'introduzione sui fondamenti e i principi del Buddismo Zen, condotta dal Maestro Shinnyo, cui segue la parte esperienziale.

I temi trattati nei primi tre incontri (12 gennaio - 9 febbraio - 9 marzo) hanno riguardato la definizione di Zen e Buddismo, l'introduzione alla conoscenza della tradizione Sōtō, inoltre cos'è lo Zazen (postura, respiro, atteggiamento mentale), perché praticare e in cosa consiste la pratica del "Risveglio" nella nostra Tradizione.

Alla fine dell'intervento seguono domande, sempre più frequenti via via che gli incontri si avvicinano, e una breve pausa scandita dal tè che segna il passaggio dei partecipanti allo Zendō, la Sala di meditazione, per la lezione di Forma e lo Zazen.

Elena

Calendario degli incontri 2018:

12 Gennaio - 9 Febbraio - 9 Marzo

24 Aprile - 11 Maggio - 29 Giugno



Tempio Sōtō Zen Shinnyoji
Sede Italiana del Monastero Tōkōzan Daijōji di Kanazawa Jp
Via Vittorio Emanuele II n.171 - 50134 Firenze
+39 339 8826023 - info@zenfirenze.it

Corso Zen Principianti

Sei incontri a cadenza mensile
il venerdì dalle ore 20:00 alle ore 21:30

Il Corso Zen Principianti è articolato in 6 incontri condotti dal Maestro Shinnyo Marradi presso il Tempio Shinnyoji di Firenze. Le lezioni hanno l'intento di introdurre il neofita in un percorso di avvicinamento alla Pratica Zen e sono dedicate a tutti coloro che sono interessati ad iniziare un percorso meditativo secondo la Tradizione del Buddismo Sōtō Zen.

Ogni sessione avrà la durata di circa un'ora e mezza e comprenderà una parte teorica e una parte esperienziale concludendosi con eventuali domande da parte dei partecipanti.

Ogni incontro prevede infatti una prima parte didattica di introduzione storico-filosofica sui fondamenti e sulle tematiche del Buddismo Zen, cui seguirà una seduta di meditazione: Zazen.

Il Corso è aperto a tutti e per favorire coloro che abitano fuori Firenze è offerta l'opportunità di partecipare alla Pratica del giorno successivo, alloggiando nella Foresteria del Tempio.

Non è obbligatorio seguire il Corso dall'inizio alla fine ed è possibile unirsi alle classi in qualsiasi appuntamento, anche se è consigliabile partecipare ad ogni incontro.

Il Corso Zen Principianti è gratuito, in quanto compreso nella Quota di Partecipazione Socio del Centro Zen Firenze (per ulteriore informazione consultare il nostro sito al menù 'Come ci sosteniamo').

È necessaria la prenotazione via mail:
info@zenfirenze.it o per telefono:
339.8826023.

12 Gennaio - 9 Febbraio - 9 Marzo
24 Aprile - 11 Maggio - 29 Giugno

2018

www.zenfirenze.it



IN THE MONTH of January 2018 the Sōtō Zen Temple Shinnyoji started the Zen Beginners Course lead by Teacher Shinnyo Marradi and divided into six meetings on a monthly basis, from January will arrive until June.

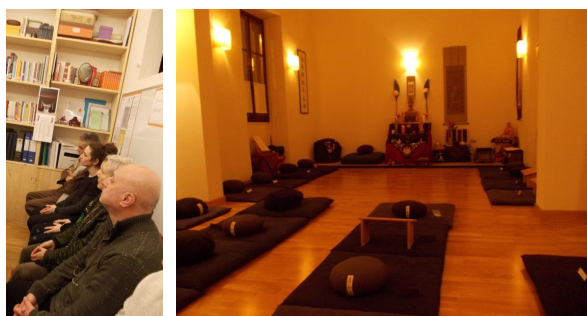
For the second time (the first dates back to 2010), a guided introduction and approach to Zen practice is offered to an audience of people who were interested in learning more about Buddhism. We had an extraordinarily positive response with 28 participants from the first meeting.

People of all ages, men and women, some already in Zen practice, others who have come close to the curiosity or personal desire to undertake a spiritual and meditative journey according to the Tradition of Buddhism Sōtō Zen.

In all cases, it was manifested with an enthusiasm and a genuine and intense drive.

Each session lasts about two hours and

Il primo incontro the first encounter:



*(in alto) il Rev. Shinnyo Rōshi dà l'insegnamento (in basso) lo Zendō pronto per accogliere i principianti.
(at the top) Rev. Shinnyo Rōshi gives the teaching (underneath) the Zendō ready to welcome the beginners.*

opens with an introduction on the foundations and principles of Zen Buddhism, conducted by Teacher Shinnyo, followed by the experiential session.

The topics covered in the first three meetings (12 January - 9 February - 9 March) concerned the definition of Zen and Buddhism, the introduction to the knowledge of the Sōtō tradition, and what is Zazen (posture, breath, mental attitude), why practice and what constitutes the practice of "Awakening" in our Tradition.

At the end of the intervention follow more and more frequent questions as the meetings alternate, and a short pause with tea that lead the passage of the participants to the Zendō, the Meditation Room, for the of Form lesson and Zazen.

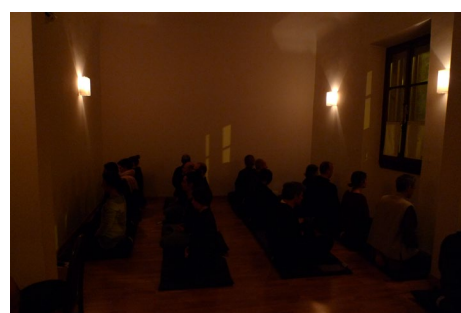
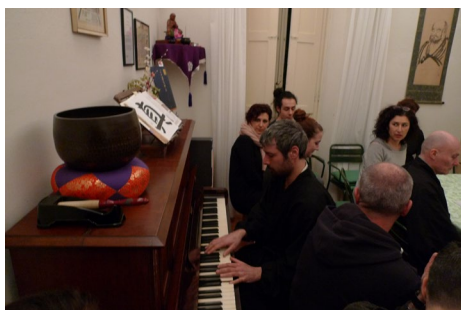
Elena

Schedule of meetings 2018:

12 January - 9 February - 9 March

24 April - 11 May - 29 June 2018

Il secondo incontro the second encounter:



(in alto) un praticante, Carlo, suona il pianoforte come benvenuto ed introduzione al Rev. Shinnyo Rōshi che dà l'insegnamento del secondo incontro (in basso) i principianti ricevono lezioni nello Zendō

(above) a practitioner, Carlo, plays the piano as a welcome and introduction to Rev. Shinnyo Rōshi who gives the teaching of the second encounter (underneath) the beginners receive a lesson in the Zendō

Il terzo incontro the third encounter:



(in alto) tutti nella Sala degli Studi ascoltando una breve suonata al pianoforte prima dell'insegnamento del terzo incontro (sotto) il Rev. Shinnyo Rōshi dà istruzioni sulla Forma dello Zazen
(above) everyone in the Study Room listening to a short piano performance before the teaching of the third encounter (below) Rev. Shinnyo Rōshi gives instructions on the Form of Zazen



TESTIMONIANZE DI PARTECIPANTI AL CORSO ZEN PRINCIPIANTI TESTIMONIES OF PARTICIPANTS OF THE BEGINNERS' ZEN COURSE

Alessandra Liberati

" La mia decisione di partecipare al corso principianti, nasce dal voler razionalizzare ogni cosa. Quindi il primo pensiero è stato " Vado, studio, così sarà tutto più facile da capire". Mi sono ritrovata invece, ad avere una sorta di gioiosa dipendenza nei riguardi di Shinnyoji. Ascoltare il Maestro Rōshi è qualcosa che si mescola tra la sensazione di tranquillità e pace, allo stimolo a tuffarsi in qualcosa che ha a che

vedere con l'essenza più profonda dell'universo.

Inoltre ogni volta che il Maestro ci indica come sederci in Zazen, sembra per me di scoprire qualcosa di nuovo.

Mai avrei pensato che sedere in Zazen si presentasse ogni volta con un particolare sfuggito alla volta precedente.

Porti via qualcosa dal Tempio. Qualcosa che ti accompagna per molto tempo. Qualcosa che ti scalda nel profondo e che ti incute coraggio.

Grazie Maestro. Alessandra "

" My decision to participate in the beginners course comes from wanting to rationalize everything. So the first thought was "I'll go and study, so it will be easier to understand". Instead, I found myself having a sort of joyful dependence on Shinnyoji. Listening to our Teacher Shinnyo Rōshi is something that mixes the feelings of tranquility and peace along with the urge to dive into something that has to do with the deepest essence of the universe.

Every time the Teacher shows us how to sit in zazen, it's like discovering something new.

I would never have thought that the presence of sitting in zazen would arrive along with the passing of the previous moment.

Acknowledge something from the Temple. Something that stays with you for a long time. Something that warms you deep and inspires your courage.

Thank you Teacher. Alessandra "

Erica Ghisolfi

“ Per anni sono stata alla ricerca della religione giusta per me, quella che ti aiuta ad affrontare la vita con i suoi turbinii e che ti aiuta a rispondere alle domande che talvolta la vita di propone.

Ho trovato il buddhismo ed infine ho trovato lo Zen.

Vedere finalmente la mia ricerca giungere ad un termine mi ha dato una profonda sensazione di pace e l'entusiasmo che avevo dedicato ad essa ho scelto di incanalarla in questo nuovo percorso.

È stato molto ironico scoprire, dopo poco, che lo Zen non solo non ha la benché minima intenzione di rispondere alle mie grandi domande sulla vita, ma mi vuol anche dimostrare che la vita non è assolutamente fatta di turbinii, ma "semplicemente" di se stessa. Che piacevole rivelazione vedere che in fondo la risposta per me giusta era quella più semplice ed insieme la più complessa e soprattutto era sempre stata attorno a me!

Un viaggio che inizia con una bella risata non può essere altro che un buon viaggio. ”

“ For years I had been searching for the right religion for me, the one that helps people to live all the ups and downs of life in the best way and that helps answer all the big questions around it.

I found Buddhism and finally I found Zen.

When I discovered that my research was over and that I had found the "right one" for me I felt a deep sense of peace and I decided to channel the energy of the research into the beginning of this new journey.

It has been very ironic to discover that Zen neither has the intention to answer my big questions nor tries to teach me how to live; on the contrary, it proves to me that life doesn't even have ups and downs, rather it is "just" what it is.

What an extraordinary revelation it was to find out that after all this time spent in tiring research the answer at the end was the simplest and at the same time the most difficult one and above all it was right here around me!

A journey that begins with a good laugh can't be anything other than a good one! ”



CELEBRAZIONE DELL'ANNIVERSARIO DEL NEHAN-E CELEBRATION OF THE NEHAN-E ANNIVERSARY



COME OGNI ANNO a Shinnyoji il 13 febbraio abbiamo celebrato il Nehan-e, l'anniversario dell'ingresso nel Nirvana di Shakyamuni Buddha.

LIKE EVERY YEAR at Shinnyoji we celebrated on 13 February Nehan-e, the anniversary of the entrance into Nirvana by Shakyamuni Buddha.

*(sinistra) l'altare a Shinnyoji con la statua del Buddha (destra) il Rev. Shinnyo Marradi con i praticanti
(left) the altar at Shinnyoji with the statue of Buddha (right) Rev. Shinnyo Marradi with practitioners*



RITIRO INVERNALE WINTER RETREAT



*Il giardino di Shinnyoji con il Tempietto e Myōshin-an, la Casina del Tè, sotto la neve
Shinnyoji garden with the little Temple and Myōshin-an, the Little Tea House, covered in snow*

DAL PRIMO AL 4 marzo al Tempio di Shinnyoji abbiamo avuto il Ritiro invernale. Ormai quella che sembrava una scommessa è diventata realtà: ritrovarsi al Tempio, prendere ferie dal lavoro, dalla famiglia, dalla vita abituale e vivere al Tempio... anche se per pochi giorni. Non eravamo molti, ma neppure pochi: il nostro caro Tenzo Carlo che ci ha sostenuti



con i suoi ottimi pasti, Elena sempre attiva e preziosa, Riccardo da poco riaffacciato al Tempio grazie al Corso Principianti, Daishin pilastro del Tempio, Shinkai e Keishin. Per quattro giorni siamo potuti stare vicini al nostro Maestro. Poter starle vicino è un continuo insegnamento, un'occasione preziosa! Il Ritiro è iniziato la mattina del giovedì, quando Firenze era coperta di neve. Secondo Riccardo non poteva essere altro che segno di buon auspicio per il Ritiro che andava ad iniziare...



e così è stato. Il giorno seguente sono arrivati gli ospiti: il nostro

ON MARCH 1ST-4th we held a Winter Retreat at the Shinnyoji Temple. Finally, what we had dreamed up became a reality: meet at the Temple, take some time off work, from the family, from everyday life and live at the Temple... even if just for a few days. There weren't many of us there, but not just a few either: our dear Tenzo Carlo fed us some delicious meals, Elena was active and appreciated, Riccardo found the Temple thanks to the Beginners' Course, Daishin who is a pillar of the Temple, along with Shinkai and Keishin. We were able to stay alongside our Teacher for four days. Being next to her is like a continuous teaching, a special occasion! The Retreat began on Thursday morning, when Florence was covered in snow. According to Riccardo, it was a fortunate sign for the Retreat... and it really was. The following day other guests arrived: our dear friend Professor Aldo Tollini from Venice, Rev. Shōhaku Yoshimatsu from Paris, Jushinke, the Office Secretary for the European Sōtō Zen Sōkanbu, and Rev. Ōno Tetsushi from Japan who was in charge of monk training and Jisha, the Secretary for the 72nd Abbot and Teacher of the Teachings Rev. Azuma Ryūshin from Daijōji. The guests were very important and we had to



affezionato amico Prof. Aldo Tollini da Venezia, da Parigi il Rev. Shōhaku Yoshimatsu, Junshike, Segretario dell'Ufficio Sōtō Zen Sokanbu Europa e dal Giappone il Rev. Ōno Tetsushi, Responsabile della formazione dei monaci e Jisha, Segretario del 72° Abate e Maestro degli Insegnamenti Rev. Azuma Ryūshin del Daijōji. Gli ospiti erano dunque importanti e dovevamo accoglierli nel modo migliore e consono. Tutti noi non ci siamo risparmiati ed ognuno ha portato avanti i propri incarichi e mansioni in un clima di serena e allegra collaborazione. Molti sono stati i compagni di Sangha che sono arrivati al Tempio, ognuno col proprio sforzo per essere partecipe al Ritiro e agli eventi che ci aspettavano, ritagliando tempo prezioso agli impegni di famiglia e lavoro: Shinden, Dōshin, Kenshin, Massimo, Rossana e Alberto. Sabato mattina il nostro Maestro ha celebrato la Cerimonia di Hōyō in memoria dei defunti del Sangha di Shinnyoji cui hanno partecipato anche le signore Yumiko Kishi e Junko Fukui. Una Cerimonia commovente, forte, sentita, importante, dove ognuno ha potuto ricordare, insieme alla comunità, i propri cari.

welcome them in the best way possible. Everyone did everything in their ability and each person brought forward their tasks and jobs in a serene and happy collaborative climate. Many were friends of the Sangha who came to the Temple, each one with their own effort to participate in the Retreat and the events that were ahead of us, taking away from precious personal, family and work time Shinden, Dōshin, Kenshin, Massimo, Rossana and Alberto. Saturday morning



our Teacher celebrated the Hōyō Ceremony in memory of the of dead who were close to the Shinnyoji

Sangha. Yumiko Kishi and Junko Fukui also attended. It was a moving Ceremony, strong, heartfelt, important and a place where everyone could reminisce, along with the community, their lost loved ones.



Tempio Sōtō Zen Shinnyoji
Sede Italiana del Monastero Tōkōzan Daijōji di Kanazawa Jp
Via Vittorio Emanuele II n.171 - 50134 Firenze
+39 339 8826023 - info@zenfirenze.it

CERIMONIA DI HŌYŌ

Sabato 3 marzo 2018
ore 11:00

CENTRO ZEN FIRENZE - SHINNYOJI

Cerimonia di Hōyō in memoria dei defunti del Sangha di Shinnyoji e della comunità aperta a tutti. La Hōyō sarà condotta dal **Rev. Shinnyo Marradi**, Abate di Shinnyoji, accompagnato dal **Rev. Ōno Tetsushi**, Junshike 准師家 e Abate del Tempio Myōkōzan Zenpukujī di Iwakuni e Vice-Abate del Tempio Juratsan Kyōtokushi a Hitachi, e dal **Rev. Yoshimatsu Shohaku**, Junshike 准師家 e Segretario dell'Ufficio Sōtō Zen Sokanbu Europa.

L'invito a partecipare è rivolto in particolare modo alla Comunità Giapponese presente a Firenze.

www.zenfirenze.it



La Cerimonia di Hōyō The Hōyō Ceremony



Domenica mattina il Rev. Ōno Tetsushi ha consegnato a Shinnyo Roshi una bellissima statua antica del Buddha bambino, proveniente dal Nepal dalla città di Lumbini, dono a Shinnyoji del suo Maestro Rev. Ryūshin Azuma Roshi. Shinnyo Roshi alla presenza del Rev. Ōno Roshi,

On Sunday morning, Rev. Ōno Tetsushi gave Shinnyo Roshi a beautiful old statue of the child Buddha, which came from Lumbini, a city in Nepal. This was a gift to Shinnyo Roshi from her Teacher, Rev. Ryūshin Azuma Roshi. Shinnyo Roshi, with the presence of Rev. Ōno Roshi, Rev.

del Rev. Shōhaku e di tutto il Sangha ha celebrato la Cerimonia di Kaigen-kuyō, Cerimonia dell'Apertura degli Occhi del Buddha. Domenica



pomeriggio invece il Dharma Talk: "Pratica di Zazen e Menju - Trasmissione diretta, viso a viso".

Il Rev. Ōno Tetsushi, venuto espressamente dal Giappone, ha tenuto un Discorso di Dharma in giapponese tradotto in italiano dal Prof. Aldo Tollini. Una preziosa occasione di approfondimento sulle motivazioni della Pratica e in particolar modo su un tema fondante dello Zen: "La Trasmissione del Buddha Dharma da discepolo a Maestro". Molte le persone interessate che sono arrivate al Tempio per questa occasione, la Sala degli Studi era veramente affollata! Quattro giorni di Pratica, quattro giorni intensi e arricchenti. Grazie Maestro per tutti i suoi sforzi che ci permettono di avere queste occasioni, perché è solo grazie a Lei che tutto questo si può realizzare. Gasshō

Chiara Keishin

Shōhaku and all of the Sangha, celebrated the Kaigen-kuyō Ceremony, this is the Ceremony for the Opening of the Buddha's Eyes. On Sunday



afternoon, on the other hand, the Dharma Talk: "Za-

zen Practice and Menju - Direct Transmission, Face to Face". Rev. Ōno Tetsushi who came from Japan held a Dharma Talk in Japanese translated in Italian by Prof. Aldo Tollini. It was a precious occasion for deepening the motivation for Practice and upon a certain fundamental topic of Zen "The Transmission of the Buddha Dharma from Disciple to Teacher". Many interested people came to the Temple for this event, the Study Room was really full! Four days of Practice, four intense and rich days. Thanks to the Teacher for her efforts that allow us to have these events, because it's thanks only to her that all of this is able to happen. Gasshō

Gasshō

Chiara Keishin



ATTIVITÀ FUORI SHINNYOJI ACTIVITIES OUTSIDE SHINNYOJI

SESSHIN AL TORA KAN DŌJŌ SESSHIN AT TORA KAN DŌJŌ

IL 20 GENNAIO il Maestro Shinnyo Marradi ha condotto il Sesshin durante il quale ha tenuto un Teishō: *“Lo Zen e le Arti Marziali Ken Zen Ichinyo il pugno (karate) e lo Zen sono una cosa sola”* al Tora Kan Dōjō a Roma inserito nell'incontro Ken Zen Ichinyo Gasshuku del 19-21 gennaio condotto da Sensei Paolo Taigō Spongia 7° dan Capo Istruttore d'Italia IOGKF e monaco di Shinnyoji.

ON 20 JANUARY Master Shinnyo Marradi conducted the Sesshin during which she held a Teishō: *“Lo Zen e le Arti Marziali Ken Zen Ichinyo il pugno (karate) e lo Zen sono una cosa sola”* at the Tora Kan Dōjō in Rome during the Sesshin inserted into the Ken Zen Ichinyo Gasshuku meeting on 19-21 January conducted by Sensei Paolo Taigō Spongia 7th dan Head Instructor of Italy IOGKF and monk of Shinnyoji.



Ken Zen Ichinyo Gasshuku 2018

Il Gasshuku dell'unità di Karate-Do e Zen

PROGRAMMA

VENERDÌ 19 GENNAIO 2018

ore 17:00 Preparazione del Dōjō a cura dei responsabili.
ore 18:45 Arrivo dei partecipanti (che hanno già cenato) e conferma delle presenze.
ore 19:00/20:15 Incontro con Sensei Taigō di introduzione al programma del Gasshuku e allo Zen.
ore 20:30 Zen
ore 21:00 Suoni della sera e Chukai
ore 21:30 A letto

SABATO 20 GENNAIO 2018

ore 06:40 Shinrei - Sveglia per chi dorme nel Dōjō.
ore 06:55 Senmen: Rapida igiene personale.
ore 07:15 Arrivo dei partecipanti che hanno dormito all'esterno
ore 07:45 Kyoten Zazen - Zazen del mattino (Ikido: Alessandro dV)
ore 08:10 Choka Fugin - Cerimonia del mattino
ore 08:50 Choshuku - Pasto Formale con Oryoki del mattino
ore 09:20 Fushin Samu: lavoro manuale comunitario
ore 10:00/10:20 Termine samu e Break con caffè e Tè in accoglienza
ore 10:20/11:30 Pratica di Qi Gong (si parte dal proprio posto di Zazen nel Dōjō)
ore 12:00 Pratica di Karate-Do / Studio per i Praticanti Zen
ore 12:25 Zazen (Ikido: Davide P.)
ore 12:45 Chukai termine Zazen
ore 13:00/13:50 Pranzo informale (in sala grande)
ore 13:30/14:30 Pulizia stoviglie da parte del gruppo responsabile (3a squadra)
ore 14:30/16:00 Riposo (14:15 caffè)
ore 16:20/17:50 Pratica di Karate-Do (dimostrazione per i praticanti Zen)
ore 18:10 Zazen - Kinhin e Teishō del Rev. Iten Shinnyo Roshi.
ore 18:50/19:05 Cena informale (in sala grande)
ore 19:10/20:40 Pulizia stoviglie da parte del gruppo responsabile (1a squadra)
ore 21:00/21:25 Proiezione Film (nello Zendo)
ore 21:45 Zazen e suoni della sera (Ikido: Riccardo O.) (Dokusan)
A letto

DOMENICA 21 GENNAIO 2018

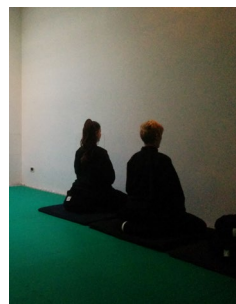
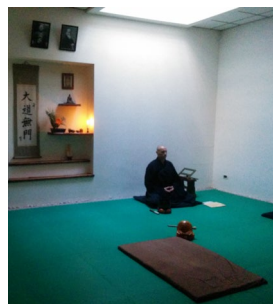
ore 06:40 Shinrei - Sveglia per chi dorme nel Dōjō e arrivo per chi viene da casa.
ore 06:55 Senmen: Rapida igiene personale e ci si reca al Dōjō.
ore 07:15 Arrivo dei partecipanti che hanno dormito all'esterno
ore 07:45 Kyoten Zazen - Zazen del mattino (Ikido: Riccardo O.) (Dokusan)
ore 08:10 Choka Fugin - Cerimonia del mattino
ore 08:50 Choshuku - Pasto Formale del mattino
ore 09:20 Fushin Samu: lavoro manuale comunitario
ore 10:00/10:20 Termine Samu e Break con caffè e Tè
ore 10:20/11:40 Pratica di Qi Gong
ore 12:00/12:50 Pratica di Karate-Do / Zazen e Dokusan per i Praticanti Zen
ore 12:50 Incontro con il Rev. Iten Shinnyo Roshi e Taigō Sensei
ore 13:15 Zazen
ore 14:00 Consegna attestati di Partecipazione e Riordino del Dōjō
Pranzo di commiato in ristorante in zona

Il Programma potrà subire modifiche dettate da esigenze contingenti

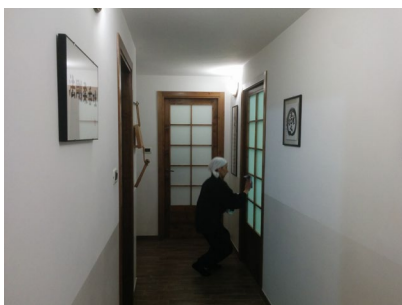
(sinistra) locandina dell'evento (destra) il programma (left) poster of the event (right) the programme



*(sopra) Sensei Taigō con i praticanti
(above) Sensei Taigō with practitioners*



*(sopra) il Rev. Shinnyo Marradi e Sensei Taigō con i praticanti in Zazen nello Zendō
(above) Rev. Shinnyo Marradi and Sensei Taigō with practitioners in Zazen in the Zendō*



*(in alto da sinistra a destra) il Rev. Shinnyo Marradi e Sensei Taigō con i praticanti a cena; colazione ōryōki; samu
(in basso da sinistra a destra) samu; lo Zendō pronto per lo Zazen; foto finale*

*(above, left to right) Rev. Shinnyo Marradi and Sensei Taigō with practitioners at dinner; breakfast ōryōki; samu;
(below, left to right) samu; the Zendō ready for Zazen; final photo*

LETTERA DI BENVENUTO AL KEN ZEN ICHINYO GASSHUKU DI SENSEI TAIGŌ WELCOME LETTER TO THE KEN ZEN ICHINYO GASSHUKU FROM SENSEI TAIGŌ

“ La tecnica divina, il waza magistrale, il gesto perfetto sono la stella polare della nostra ricerca quotidiana.

E in questa ricerca si consuma una vita che diviene essa stessa opera d'arte.

Come uno scultore che elimina il superfluo, momento dopo momento, in ogni colpo di scalpello è già compiu-ta l'opera, ogni passo è già la meta.

Non ci sono scuse né per principianti né per esperti, non c'è un tempo migliore da attendere, delle condizioni più favorevoli.

Questo istante è la nostra vita.

Concentrati, godiamo di ogni incontro, di ogni gesto.

Il gesto che nell'esaurirsi dell'istante risuona eterno riverberando nei tre tempi e nelle dieci direzioni.

Esprimere un gesto armonioso, bello, richiede l'unificazione di mente e corpo e l'abbandono di ogni legame con i fantasmi illusori del passato e del futuro per spendersi senza riserve nel presente.

Ken Zen Ichinyo Gasshuku, un breve ritiro, in cui assaporare l'aroma di una totale presenza, totale condivi-sione.

Il gusto della pienezza del momento presente cui nulla manca.

Mi auguro che il nostro riunirci possa offrirvi l'occasione di assaporare questa pienezza.

Un gusto che una volta assaporato non ci abbandona più e diventa potente orientamento alla nostra vita.

Quest'anno la Preziosa Presenza del Maestro Iten Shinnyo sarà una straordinaria benedizione, ispirazione e sostegno al nostro esercizio.

頑張ってください !!

Gambatte Kudasai !!

(Fate del vostro meglio !) ”

“ The divine technique, the masterful waza, the perfect gesture are the polar star of our daily quest.

And in this quest, a life - that becomes itself a work of art - is consumed.

As a sculptor who eliminates the superfluous, moment by moment, in every chisel stroke, the work is already completed. Every step is already the goal.

There is no excuse for beginners or experts, there is no better time to wait for, nor more favorable conditions.

This moment is our life.

Concentrating, we enjoy every meeting, every gesture.

The gesture that in the exhaustion of the instant resounds eternally, reverberates in the three times and in the ten directions.

Expressing a harmonious and beautiful gesture requires the unification of mind and body and the abandonment of all links with the illusory ghosts of the past and of the future, as we engage ourselves without reserve in the present.

The Ken Zen Ichinyo Gasshuku is a short retreat in which to savor the aroma of a total presence, total sharing.

The taste of the fullness of the present moment to which nothing is lacking.

I hope that our meeting will offer you the opportunity to savor this fullness.

A taste that once tasted does not abandon us anymore and becomes a powerful orientation for our life.

This year the Precious Presence of Master Iten Shinnyo will be an extraordinary blessing, inspiration and support for our practice.

頑張ってください !!

Gambatte Kudasai !!

(Do your best !) ”

TESTIMONIANZE DEL KEN ZEN ICHINYO GASSHUKU TESTIMONIES FROM THE KEN ZEN ICHINYO GASSHUKU

Monica De Marchi

"Shin Jin Datsu Raku..." lascia cadere corpo e mente... lascia cadere!

*La voce del Maestro Shinnyo riecheggia potente come un Sutra nel mio cuore e nella mia mente...
Ho portato queste parole a riposo con me dopo lo Zazen, si sono risvegliate con me stamattina in Zazen.*

Nulla permane...

L'attimo ti attraversa duro come un lampo, dolce come una carezza, e se ne va.

Quel che rimane, come alla fine del suono di una campana, è il riverbero...

La campana non smette di suonare per chi desidera ascoltare.

Da Maestro ad Allievo, è il riverbero del cuore al cuore che nulla va cercando e che nulla vuole in cambio.

Profondamente devoti l'un l'altro condividono e percorrono la stessa Via...

Non esiste Amore più grande.

Durante l'incontro nello Zendō con Roshī ieri sera mi è tornato in mente il ricordo di un 'personaggio' che una volta mi disse: "sei una persona dal cuore puro e, proprio per questo, al tempo stesso facilmente malleabile perché suscettibile a certi 'riti magici' (riferendosi allo Zen), alla presenza illusoria e 'imponente' della figura del Maestro.

Perciò temo che nel mondo qualcuno si approfitterà della tua disponibilità e bontà d'animo... è un vero peccato!" Feci un sorriso e me ne andai senza rancore...

Quella sera stessa sedevo in Zazen nel Dōjō.

Ricordo l'ombra del Maestro in Gassho che passava dietro di me... iniziai a piangere senza tregua... un fiume in piena di gioia.

Essere nel posto giusto al momento giusto.

Sono a casa... devo tutto il mio cuore!

Casa mia è un sogno...

Un sogno condiviso reso in Pratica con il Sangha, un costante richiamo alla cura di ciò che mi circonda.

Sento Amore, così tanto da non riuscire più a trattenerlo...

Casa mia è una nave, non so dove andrà, non conosco le onde che incontrerà, sarà difficile, sarà facile, non me lo chiedo. Casa è in ogni dove adesso.

Assecondo questo 'andare' e sono qui.

Che dono!

Sì, forse troppo grande per pensare che sia reale...

Un tesoro trasmesso e la sua chiave devota...

È così tanto questo ricevere che non sarà mai abbastanza il mio dare... Non basta una vita! Questo sì che è un vero peccato, direi oggi al mio caro 'personaggio'...

Oggi, al termine del Ken Zen Ichinyo Gasshuku, gli occhi materni e compassionevoli, le parole, il cuore puro, il sorriso sul volto di Roshī ne è stata la ri-conferma.

Il Maestro Taigō, la candela accesa che mi permette di vedere; Il timone della nave nel vasto mare.

Allineati assecondiamo la corrente: la gratitudine, un seme coltivato senza pensare ai frutti.

L'esecuzione di un Kata è come un seme che non sa di germogliare, semplicemente nasce e si esprime nella sua totale natura senza pensiero futuro, dona tutto se stesso in quell'unica e irripetibile occasione... quando sarà maturo, non lo saprà.

Continuerà a morire e a rinascere in ogni momento...

La mente cade, sopraggiunge la totale presenza e nient'altro.

E questa esperienza la si può comprendere solo se si vuole guardare a fondo nel cuore di un grande Maestro, se lo si guarda negli occhi durante un Kata...o mentre si versa un caffè...

È una trasparenza trasmessa dal Buddha.

Tre giorni insieme sulla nave.

Sono trascorsi troppo in fretta, come diceva Sensei, proprio come un Mandala bellissimo soffiato

via in un attimo...

Nell'aria rimangono i colori, i profumi e l'essenza di tutti noi insieme in armonia, indissolubili.

Rimangono indelebili nel cuore, per sempre.

Ringrazio la Vita ogni giorno per avermi fatto incontrare tutto questo!

Grazie al Maestro Iten Shinnyo che con la sua preziosa presenza sostiene il nostro cammino...

Grazie al Maestro Taigō,

Grazie con tutto il mio cuore!

*Gasshō
Monica "*

"Shin Jin Datsu Raku ..." let go the body and mind ... Let them drop!

The voice of Master Shinnyo echoes as powerful as a sutra in my heart and in my mind ...

I took these words with me while I was going to sleep after Zazen , then I woke up with those words this morning in Zazen.

Nothing remains...

The moment passes through you like a flash, sweet as a caress, and it goes away.

What remains, as at the end of the bell sound, is reverberation ...

The bell does not stop playing for those who want to listen.

From Master to Student, it is the reverberation from the heart to the heart that is not looking for anything and that does not want anything in return.

Deeply devoted to each other they share and travel the same way ...

There is no greater Love.

Last night, during the meeting in the Zendō with Roshi I remembered a person who once told me: "you are a person with a pure heart and, for this reason, easily malleable because susceptible to certain 'magical rites' (referring to Zen), to the illusory and 'imposing' presence of the figure of a Master. So I fear that in the world someone will take advantage of your availability and goodness of mind ... it's a real shame! " I smiled and left without rancor ...

That same evening I sat in Zazen in the Dōjō.

I remember the shadow of the Master in Gassho passing behind me ... I started crying relentlessly ... a river full of joy.

Being in the right place at the right time.

I'm home ... I give my heart!

My house is a dream...

A shared a dream made of Practice with the Sangha, a constant reference to the care of what surrounds me.

I feel Love, so much that I cannot hold it anymore...

My house is a ship, I do not know where it will go, I do not know the waves it will meet, it will be difficult, it will be easy, I do not ask. Home is everywhere now.

I follow this 'movement' and I'm here.

What a gift!

Yes, maybe too big to think it's real...

A treasure transmitted and its devout key...

It is so much this receiving that my giving will never be enough ... A life is not enough! This is a real shame, I would say today to the dear person mentioned above...

Today, at the end of the Ken Zen Ichinyo Gasshuku, the maternal and compassionate eyes, the words, the pure heart, the smile on Roshi's face has been the re-confirmation.

Master Taigō, the burning candle that allows me to see; The rudder of the ship in the vast sea.

Aligned we follow the flow: gratitude, a seed grown without thinking about the fruits.

The execution of a Kata is like a seed that does not know how to sprout, simply it is born and expresses itself in its total nature without future thinking, it gives everything it has in that unique and unrepeatable occasion ... when it will be mature, it will not know.

It will continue to die and be reborn in every moment...

The mind drops, the total presence arrives and nothing else.

And this experience can only be understood if one wants to look deeply into the heart of a great Master, if one looks into his eyes during a Kata ... or while he pours coffee...

It is a transparency transmitted by the Buddha.

*Three days together on the ship.
They passed too quickly, as Sensei said, just like a beautiful Mandala blown away in a moment...
In the air the colors, the perfumes and the essence of all of us together remain in harmony, indissoluble.
They remain indelible in the heart, forever.
I thank Life every day for letting me meet all this!
Thanks to Master Iten Shinnyo who with his precious presence supports our journey...
Thanks to the Master Taigō,
Thank you with all my heart!*

*Gasshō
Monica "*

Toni Sonni

" La mia esperienza riguardo il Kzi Gasshuku è stata meravigliosa!!! Mi sono sentita una piccola formichina facente parte di una grande comunità ma questa comunità non era confinata nelle stanze del Dojo...si estendeva man mano che passavano le ore...Non so è come se l'Energia prodotta in quel luogo si espandesse all' universo. Ho visto tante volte un 'esibizione di Karate ma osservare i praticanti con il Maestro da vicino ..sembrava che facessero una danza ...una danza con la potenza, con l'eleganza con l'energia. Il loro essere 'presenti' era palpabile ed ho capito il perché di questo evento... c'era un filo conduttore con lo Zazen. Lo Zazen non è stare solo seduti ed il karate è il movimento dello Zazen. Ne sono uscita da questa esperienza 'svuotata' ma allo stesso tempo 'piena'. Grazie grazie e ancora grazie .

Toni "

" My experience with the Kzi Gasshuku was wonderful !!! I felt like a small ant that was part of a large community but this community was not confined in the rooms of the Dojo...it extended as the hours passed...As if the energy produced in that place was expanded to the universe. I have seen many times a Karate exhibition but observing the practitioners with the Master closely was a different story...It seemed that they did a dance...a dance with power, with elegance with energy. Their being 'present' was palpable and I understood the reason for this event...there was a common thread with the Zazen. Zazen is not just sitting and karate is the Zazen movement. I came out of this experience 'emptied' but at the same time 'full'. Thank you, thank you, and thank you again.

Toni "

Davide Papa

" L'esperienza di un Gasshuku ti lascia sempre qualcosa dentro, il cui ricordo magari col tempo si andrà anche ad affievolire ma inspiegabilmente, quasi magicamente, ti tornerà alla memoria quando meno te lo aspetti.

Se vissuto per come deve essere ossia un incontro di vita sotto uno stesso tetto, ad indicarne la vicinanza tra i partecipanti, un Gasshuku ti fa scoprire l'insegnante che lo ha condotto, la Persona e l'Artista che fino a quel punto sapevi vagamente chi fosse ma che non avevi di certo idea di come potesse essere viverci a contatto. Il Ken Zen Ichi Nyo Gasshuku è la stessa cosa se non fosse che la scoperta non è rivolta ad un Maestro, ma a te stesso ed al gruppo, il Sangha, che vi ha partecipato. Come un direttore d'orchestra che coordina e dirige, il Maestro e' lì presente, ma il vero Artista è il gruppo a cui il Maestro stesso fa parte, a cui anche l'ultimo arrivato o il non praticante fa parte.

Si è parlato di impermanenza e difatti come tutte le cose anche questa si è conclusa, per cui è giusto lasciarsela alle spalle; voglio pertanto concludere il mio personale pensiero traendo spunto da una correzione sul kata Sanchin:

"La parte posteriore è fondamentale e rischiamo di perderla se ci soffermiamo troppo su quella frontale, ma la cosa importante è mantenere viva la Pratica, solo così saremo in grado di Riscoprire il Kata quando ritroveremo il particolare perduto". "

" The experience of a Gasshuku always leaves you something inside. The memory with time might also fade but inexplicably, almost magically, it will come back to you when you least expect it.

If it is experienced in the way it should - a life under one roof to indicate the proximity between the participants - a Gasshuku makes you discover the teacher who leads it, the Person and the Artist that - up to that point - you vaguely knew but that you certainly had no idea of how he could be in a close contact situation, living together.

The Ken Zen Ichi Nyo Gasshuku is the same thing, only that it is not addressed to a Master, but to yourself and to the group, the Sangha, that participated in it. Like a conductor who coordinates and directs, the Master is there, but the true Artist is the group of which the Master himself is a part, together with the last arrived or the non-practitioner.

We talked about impermanence and in fact like all things, this also ended, so it is right to leave it behind. I therefore want to conclude my personal thought drawing inspiration from a correction on the kata Sanchin:

"The back is fundamental and we risk losing it if we focus too much on the front, but the important thing is to keep the practice alive, only in this way we will be able to rediscover the Kata when we find the lost detail". "

Alessandra Liberati

" Perfetto. Semplicemente perfetto. L'entusiasmo di ogni singolo individuo era tangibile. Forse è questo che ha dato origine all'alchimia. Sensei Taigo ha detto "Non pensavo che il Karate fosse tanto commovente", riferendosi scherzosamente a noi spettatori con gli occhi lucidi dopo avere assistito ad una sua dimostrazione di Kata. Qualcosa di bello e di difficile spiegazione in quei momenti e' successo.

Vedere il sangha impegnato in una dimostrazione di Karate è stato particolarmente emozionante.

Un altro capitolo a parte, lo si dovrebbe aprire per il maestro Shinnyo Roshi. Ogni volta che la si ascolta, sembra subito che tutto possa succedere, che l'altra prospettiva sia dietro l'angolo.

Ho avuto la sensazione di far parte di un'onda. Bellissimo. Sono sicura che al prossimo Gasshuku al Tora Kan saremo più numerosi. "

" Perfect. Simply perfect. The enthusiasm of each individual was tangible. Perhaps this is what increased the alchemy. Sensei Taigō jokingly said "I did not think karate was so moving," referring to us spectators with shining eyes after witnessing his demonstration of Kata. Something beautiful and difficult to explain in those moments happened.

Seeing the sangha engaged in a demonstration of Karate was particularly exciting.

Another chapter apart should be opened for Master Shinnyo Roshi. Every time you listen to her, it immediately seems that everything can happen, that the other perspective is around the corner.

I had the feeling of being part of a wave. Very beautiful. I'm sure we'll be more numerous at the next Gasshuku at the Tora Kan Dōjō. "

Francesco Mazzola

" Non avevo mai vissuto un'esperienza così, dove ognuno con il proprio cuore e la propria mente ha reso possibile quest'armonia nel Dōjō.

Anche le piccole cose sono diventate grandi donandomi un senso di gratitudine mai provato...tutto questo rimane impresso e permanente nel mio cuore e nella mia mente...

Senza spirito di profitto ognuno ha donato qualcosa di se arricchendo l'essenza della nostra pratica, lasciando una traccia senza volerla lasciare, come il fumo dell'incenso che disegna distratto un percorso che svanisce nell'aria e accompagna un pensiero verso la consapevolezza.

Gasshō "

I had never lived such an experience, where everyone with their own heart and mind made this harmony possible in the Dōjō.

Even the smallest things have become great, giving me a sense of gratitude I had never felt ... all this will remain imprinted permanently in my heart and in my mind.

With a nonprofit spirit, everyone has given something of himself, enriching the essence of our practice, leaving a trace without wanting to leave it, like the smoke of incense that draws distractedly a path that fades into the air and accompanies a thought towards awareness.

Gasshō "

Lorenzo Hō-shin Giovannetti

" Ho partecipato a molti Ken Zen Ichinyo gasshuku e non è mai scontato l'esito.

Non dobbiamo arrivare ad un risultato, ma l'efficacia (se così si può chiamare) di tale ritiro dipende unicamente da noi.

Credo però che ci sia da osservare con particolare attenzione cosa cerchiamo quando ci addentriamo in un ritiro di alcuni giorni.

Pace, tranquillità, un momento tutto per noi?

Ecco il gasshuku non è nulla di tutto questo...non c'è tranquillità e tanto meno spazi per noi.

Pace...? Forse sì, quella di coloro i quali non hanno nulla da perdere.

In realtà, vedo il Ken Zen Ichinyo come l'abbandonarsi a un qualcosa, l'abbandonarsi non a una persona o ad una pratica, nemmeno ad un'idea, l'abbandonarsi ad una atmosfera, fatta di silenzio, respiro e sguardi.

Mi posso considerare (se mi viene concesso) un veterano e garantisco che alla fine di ogni Ken Zen Ichinyo il risultato di questo ritiro è sempre lo stesso da parte di ogni partecipante, il sorriso e l'entusiasmo.

È vero...a volte ci sono momenti di difficoltà, l'impatto con la privazione delle nostre piccole abitudini può rimanere indigesto a molti di noi (compreso il sottoscritto), ma poi accade sempre qualcosa di speciale al tal punto che quasi quasi che finisca sei dispiaciuto.

È la pienezza di essere, di essere senza artificiose messe in scena del proprio ego, senza scuse e scusette. Si fa', si sbaglia, si continua a fare, non si sbaglia più, non importa si continua, altra cosa, altro da fare, pasto formale, Karate, samu....e così via....no mente...!

Nei miei primi Ken Zen Ichinyo, spesso ero preoccupato (soprattutto da quando ho cominciato ad assumere dei ruoli di responsabile), ma poi tutto si è trasformato in un godimento del momento.

Mi spiego. Vivo i tre giorni momento per momento, mi godo ogni ora di pratica, che sia lo zazen, il Karate, o i vari incontri, senza mai pensare a quello che verrà dopo, senza mai perdere la concentrazione del qui ed ora...pienamente presente (per quel che uno riesce a dare e fare).

Hō-shin "

" I have participated in many Ken Zen Ichinyo Gasshuku and the outcome is never obvious.

We must not arrive at a result, but the effectiveness (if this is the correct definition) of this retreat depends solely on us.

I think we should observe with particular attention what we are looking for when we go into a few days retreat.

Peace, quietness, a moment entirely for us?

The gasshuku is none of these ... There is no quietness and much less space for ourselves.

Peace...? Perhaps yes, the one of those who don't have anything to lose.

Actually, I see the Ken Zen Ichinyo as abandoning oneself to something, abandoning oneself not to a person or a practice, not even to an idea, but abandoning oneself to an atmosphere, made of silence, breath and gazes.

I consider myself a veteran (if you allow me) and I guarantee that at the end of every Ken Zen Ichinyo the result of the retreat is always the same for every participant. Smile and enthusiasm.

It's true... sometimes there are hard times. The impact caused by the deprivation of our little habits can be indigestible to many of us (including me), but then there is always something special about it, to the point that you are almost sorry when it ends.

It is the fullness of being, of being without artificial productions of our own ego, without excuses. You do things, you're wrong, you keep on doing, you are not wrong anymore, it does not matter, you go on, something else, something else to do, formal meal, Karate, samu and so on no mind ...!

In my early Ken Zen Ichinyo, I was often worried (especially when I started to assume responsibilities). But then everything

turned out into an enjoyment of the moment.

Let me explain. I live three days, moment by moment, I enjoy every hour of the practice, be it Zazen, Karate, or other encounters, without ever thinking of what will come next, without ever losing the concentration of the here and now ... fully present (for what one can give and do).

Hō-shin "

Alessandro della Ventura

" Era ormai da almeno tre anni che attendevo con entusiasmo di vivere quest'esperienza del Ken Zen Ichinyō. Ritenevo che sarebbe stato sicuramente un evento inconsueto e molto potente ma non credevo che sarebbe stato a tal punto intenso e ricco di occasioni di incontro con sé stessi e con gli altri; come Sensei Taigō ci ha detto in apertura si tratta di un vero e proprio 'laboratorio', e quindi uno studio sul modo di relazionarsi con tutto ciò che ci circonda e che è dentro di noi, e soprattutto con i tempi e con gli spazi. Abbiamo tutti dovuto confrontarci con le difficoltà di organizzazione, di gestione degli spazi, di attenerci ad un programma e ad una forma specifica... ed abbiamo avuto la straordinaria opportunità di poter mettere a nudo la nostra natura e offrirla a beneficio degli altri e di tutte le esistenze, di momento in momento.

È incredibile quanto possa essere relativo il tempo... questo seminario è durato così poco eppure sembra sia passata una vita... un'infinità di emozioni sono nate e fluite nei nostri cuori, nelle nostre menti; è stato davvero un viaggio dentro di sé in cui in certi momenti poteva esserci il rischio di perdersi... ma a guidarci e a darci il giusto orientamento c'è stata in questa occasione la preziosa presenza di Shynnyo Roshi. Personalmente le Sue parole sono state un vento soave che ha spazzato via tutte le nubi e ha spalancato il cielo della mia mente a una visione molto più chiara delle cose.

Tutto questo e molto altro è stato il Ken Zen Ichinyō, e per tutto questo rendo infinitamente grazie a Shinnyo Roshi, al Maestro Taigō e ai miei compagni di pratica.

Gasshō "

" I have been enthusiastically waiting for at least three years for this experience of Ken Zen Ichinyō. I thought it would certainly be an unusual and very powerful event, but I could not believe it would be so intense and full of opportunities for meeting with oneself and the others. As Sensei Taigō told us at the beginning, it is a real 'laboratory' and therefore a study on how to relate to everything that surrounds us and that is within us, and especially with time and spaces. We all had to deal with the difficulties of the organization, space management, to stick to a program and to a specific form ... and we had the extraordinary opportunity to be able to get to our bare nature and offer it for the benefit of the others and of all existences, from moment to moment.

It is amazing how time can be relative ... this seminar has lasted so little and yet it seems like a lifetime has passed ... an infinity of emotions are born and flowed in our hearts and in our minds. It was really a journey inside of ourselves in which at times there could be the risk of getting lost. But on this occasion, leading us and giving us the right orientation, there was the precious presence of Shynnyo Roshi. To me, her words were a gentle wind that swept away all the clouds and opened the sky of my mind to a much clearer view of things.

All this and much more was the Ken Zen Ichinyō, and for all this I give thanks to Shinnyo Roshi, to Sensei Taigō and to my fellow practitioners.

Gasshō "

Francesco Neri

" Basta sedersi in Zazen per due giorni di seguito, all'alba, per rendersi conto che "lo zen è una pratica forte" come ha detto Shinnyo Roshi. E' stato possibile constatarlo durante il Ken Zen Ichinyō Gasshuku tenutosi al Tora Kan Dōjō del Sensei Paolo Taigō Spongia dal 19 al 21 gennaio. Devi sederti su un cuscino particolare, uno zafu, con le gambe incrociate o quasi, cercare l'assetto giusto che ti consenta di restare seduto in quella posizione che è un po' difficile definire comoda, rivolto verso una parete, sguardo basso e corpo rilassato in modo naturale.

Tutto con alcuni compagni di pratica, tutto nel massimo silenzio e nella massima concentrazione. E allora ti rendi conto che la postura nello Zazen è tutto o quasi tutto. Una postura che viene tramandata da migliaia di anni e che mentre si pratica viene costantemente modificata. Assestarsi costantemente mentre si pratica, rettificare la propria postura diventa un'attività intensa. E allora ci si rende conto che sedere in Zazen non è una pratica astratta in cui è bisogna abbandonarsi in qualche modo o un modo di 'sedersi' in cui si rimane passivamente immobili ma diventa una attività che aiuta a sprigionare energia e, per usare, l'immagine suggestiva e fortemente evocativa di Spongia Sensei "la corretta postura diventa la rupe di una montagna da cui possiamo osservare il vasto panorama, un privilegiato punto di osservazione. Quel panorama siamo noi e tutto quello che passa attraverso di noi: pensieri, sensazioni, percezioni..." "

" Sitting in Zazen for two days in a row, at dawn, is enough to realize that "Zen is a strong practice" - as Shinnyo Roshi said. It has been possible to verify it during the Ken Zen Ichinyo Gasshuku held at Tora Kan Dōjō of Sensei Paolo Taigō Spongia from 19 to 21 January. You have to sit on a particular cushion, a zafu, with crossed or almost crossed legs, looking for the right attitude that allows you to stay seated in that position - that is a bit difficult to define comfortable - facing a wall with a low gaze and a body relaxed in a natural way.

Everything is done together with some fellow practitioners, in the utmost silence and maximum concentration. And then you realize that the Zazen posture is everything or almost everything. A posture that has been handed down for thousands of years and that while being practiced is constantly being modified. Settling constantly while practicing, rectifying one's posture, becomes an intense activity.

And then you realize that sitting in Zazen is not an abstract practice in which one has to abandon oneself in some way, nor is a way of 'sitting down' where one is passively immobile. It is an activity that helps you release energy and, to use, the suggestive and strongly evocative image of Spongia Sensei "the correct posture becomes the cliff of a mountain from which we can observe the vast landscape, a privileged point of observation. That landscape is us and all that passes through us: thoughts, feelings, perceptions..." "



INCONTRI UBI UBI MEETINGS

NEI PRIMI MESI di questo nuovo anno 2018 si sono svolti tre incontri organizzati dall'Unione Buddhista Italiana, cui abbiamo partecipato in quanto soci iscritti.

Sabato 27 gennaio il nostro Maestro Rev. Shinnyo Marradi ha partecipato, nella sua veste di Guida Spirituale del Tempio Shinnyoji di Firenze, all'Assemblea ordinaria dell'UBI a Milano presso il Centro Studi Tibetani - Mandala, accompagnata dal monaco Giancarlo Shinkai e giovedì 8 febbraio ha partecipato alla prima Giornata di Formazione UBI per i bandi otto per mille a Roma presso la Sede UBI - Vicolo dei Serpenti 4/a. Sabato 17 febbraio Giancarlo Shinkai, in rappresentanza del nostro Maestro impegnato nel convegno di Venezia, ha partecipato alla seconda Giornata di Formazione UBI per i bandi otto per mille a Milano presso il Centro Studi Mandala.

IN THE FIRST few months of 2018 three meetings were held, all organized by the Italian Buddhist Union, in which we are registered members.

On Saturday 27th January, our Teacher Rev. Shinnyo Marradi participated, in her role as Spiritual Guide of the Shinnyoji Temple in Florence, to the Ordinary Assembly of the UBI in Milan at the Tibetan Studies Center - Mandala, alongside monk Giancarlo Shinkai. On Thursday, February 8th she took part in the first UBI Training Day for grants in Rome at the UBI headquarters - Vicolo dei Serpenti 4 / a. Saturday, February 17th, Giancarlo Shinkai, represented our Teacher at the Venice seminar, taking part in the second UBI Training Day for grants in Milan at the Centro Studi Mandala.



*La sala d'incontro al Centro Studi Mandala a Milano
The meeting room at the Mandala Study Centre in Milan*



CONFERENZA ANNUALE SŌKANBU EUROPA SŌKANBU EUROPE ANNUAL CONFERENCE



Time table of ANNUAL CONFERENCE Fiscal year 2017
Organized by the Centre Européen du Bouddhisme Sōtō Zen
La Gendronnière, Friday 2nd – Sunday 4th February 2018

Friday 2nd February

16:00 Bus leaves from Paris (175 rue de Tolbiac, 75013 Paris)
19:00 Arrival at la Gendronnière
20:30 Reception (Chateau) * Please bring receipts of your travel expenses
22:00 Dinner
Rest

Saturday 3rd February

06:00 Wake up
06:30 Zazen * Please bring a pair of Bessu
07:15 Morning ceremony (Hannya shingyo, Sandokai, Gojushichi butsu)
08:00 Opening ceremony (Hannya shingyo), Group photo
08:00 Breakfast
09:30-12:00 Conference (Meeting) at Salon
- Film making of Soto Zen in Europe
- Study Materials (Books and leaflets)
12:30 Lunch
14:30-18:00 Conference (Meeting) at Salon
- Regulations of Sotoshu
(Steps to become Sotoshu priest, Tokubetsu jiin)
- Questions and answers
20:30 Dinner
22:00 Rest

Sunday 4th Sunday

06:00 Wake up
06:30 Zazen
07:15 Morning Ceremony (Hannya shingyo, Hokyo zanmai) * No Bessu
08:00 Breakfast
09:30-12:00 Conference (Meeting) at Salon
- Activity report of Sōkanbu in 2016-17 fiscal year
- The 5 year roadmap of Sōkanbu
- Discussion on the future of Soto Zen in Europe
- Others
12:30 Bus leaves for Paris (Bukkoku-ji, 175 rue de Tolbiac, 75013)
* Bus passengers: Please pick up your lunch box from the Kitchen.
* Remaining participants: Lunch in dining hall

Please note that the program may be modified.

(sopra) il programma (destra in alto) il Rev. Shinnyo Marradi insieme agli altri Maestri presenti alla conferenza (destra in basso) il gatto de' La Gendronnière accanto ad un'immagine di Deshimaru Rōshi
(above) the schedule (above right) Rev. Shinnyo Marradi together with the other Masters present at the conference (below right) the La Gendronnière cat next to an image of Deshimaru Rōshi

DAL 2 AL 4 febbraio il Rev. Shinnyo Marradi si è recata in Francia al Tempio La Gendronnière a Blois per la Conferenza annuale.

FROM 2ND TO 4th February Rev. Shinnyo Marradi went to France to the La Gendronnière Temple in Blois for a the Annual Conference.



CONVEGNO “LO ZEN NELLA CULTURA GIAPPONESE” “ZEN IN JAPANESE CULTURE” CONVENTION



Lo Zen nella cultura giapponese
「日本文化における禅」

VENERDÌ 16 FEBBRAIO 2018
Museo d'arte orientale
14.30 **Katsuhiro Yoshizawa**
Le raffigurazioni di Hotei a opera di Hakuin
15.45 **ZAZEN** (guidata dal rev. Meiru JIRAI)
Prenotazione obbligatoria 041 5241173

SABATO 17 FEBBRAIO 2018
Museo di Palazzo Grimani
11:00 **Asakumo Sojun**
La vita e la pratica nei templi
per la formazione zen viste
attraverso un fumetto
11:40 **Oswaldo Mercuri**
“Il vuoto dignifica i denti” la poesia
dell'addio di Daitō Kokushi
12:20 **Anna Ruggeri**
Il suono di una mano sola
Hakuin Zenji e i kōan
13:00 pausa pranzo
14:00 **Yoshizawa Katsuhiro**
Dove si trova il bodhisattva Kannon?
Sulle raffigurazioni di Kannon
a opera di Hakuin Zenji
15:50 **Massimo Raveri**
I segni del vuoto; l'arte degli ideogrammi
come Via di illuminazione
16:30 **Aldo Tollini**
Lo Zen e la cerimonia del Tè
17:15 **CHA NO YU** (cerimonia del tè)
Prenotazione obbligatoria 041 2411507

DOMENICA 18 FEBBRAIO 2018
Museo di Palazzo Grimani
11:00 **CHA NO YU** (cerimonia del tè)
Prenotazione obbligatoria 041 2411507

Ingresso gratuito su invito.

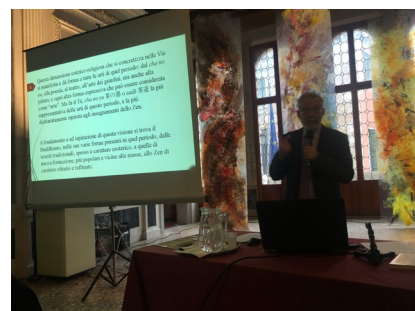
IL NOSTRO MAESTRO Shinnyo Roshi, invitata dal caro amico Professor Aldo Tollini docente all'Università Cà Foscari di Venezia, ha partecipato al Convegno “Lo Zen nella Cultura Giapponese” che si è tenuto a Venezia il fine settimana del 16, 17 e 18 febbraio. Tre intense giornate di approfondimento sullo Zen e lo Zazen e sulla Cerimonia del Tè. Il Convegno si è svolto nelle bellissime sale del Museo di Arte Orientale e del Palazzo Grimani. Tra le due presentazioni della Cerimonia del Tè e una seduta in Zazen, (guidata da un Monaco Zen Rinzai) diversi sono stati gli interventi e diversi gli argomenti specifici trattati: si è parlato di pittura, Hakuin che raffigura Hotei e Kannon; attraverso il fumetto è stata presentata la vita all'interno di un Monastero Zen Rinzai; è stata affrontata la poesia dell'addio di Daitō Kokushi; è stato presentato il Koan nelle sue complessità e si è parlato anche di Shodo, calligrafia giapponese. Gli interventi si sono conclusi con il Professor Tollini che ha presentato il suo libro “La cultura del Tè in Giappone e la ricerca della perfezione”. Un convegno molto interessante e partecipato e tutto in una città sempre splendida!

Chiara Keishin

OUR MASTER SHINNYO Roshi, invited by our dear friend Professor Aldo Tollini, professor at the Cà Foscari University of Venice, participated in the convention “Zen in Japanese Culture” held in Venice the weekend of 16th, 17th and 18th February. Three intense days of studying Zen and Zazen as well as the Tea Ceremony. The conference took place in the beautiful rooms of the Museum of Oriental Art and Palazzo Grimani. Between the two presentations of the Tea Ceremony and a session in Zazen (led by a Zen Rinzai Monk), there were several lectures and different topics covered: there was a talk on painting, Hakuin which depicts Hotei and Kannon; through the comic the life was presented inside a Zen Rinzai Monastery; the farewell poetry of Daitō Kokushi was also presented; the Koan was discussed in its complexities as well as a lecture on the Shodo, Japanese calligraphy. The speeches were concluded with Professor Tollini who presented his book The culture of tea in Japan and the search for perfection. A very interesting and attended conference and everything in a city that is always beautiful!

Chiara Keishin

i relatori the speakers:



Aldo Tollini



Oswaldo Mercuri



(sinistra left) Anna Ruggeri (destra right) Katsuhiro Yoshizawa



(sinistra left) Cha no yu - Cerimonia del tè Tea Ceremony (destra right) il Rev. Meiru Jirai



150
Università
Ca' Foscari
Venezia
Dipartimento di Studi sull'Asia
e sull'Africa Mediterranea



Ministero
dei beni e delle
attività culturali
e del turismo
DIREZIONE GENERALE MUSEI
POLO MUSEALE DEL VENETO
Museo d'Arte Orientale Venezia



PG
PALAZZO
GRASSI

Lo Zen nella cultura giapponese

「日本文化における禅」

Il Direttore del Polo museale del Veneto
e
Il Direttore del Museo d'Arte Orientale di Venezia
hanno il piacere di invitarLa a:

Le raffigurazioni di Hotei a opera di Hakuin

conferenza di Katsuhiro Yoshizawa

Venerdì 16 febbraio 2018, ore 14.30

Invito valido per due persone - ingresso fino a esaurimento posti disponibili

Museo d'Arte Orientale di Venezia
Sestiere Santa Croce, 2076 - 30135 Venezia





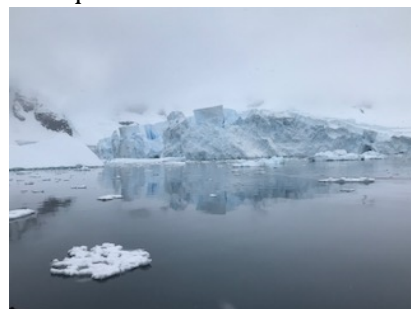
DIARIO DEL SANGHA SANGHA DIARY

19 GENNAIO: VIAGGIO IN ANTARTIDE 19 JANUARY: TRIP TO ANTARCTICA



Un mese fa ho fatto un viaggio incredibile in Antartide offerto dalla National Geographic dove lavoro a New York. Questo continente "in fondo" della Terra mi ha fatto sentire di essere in un altro mondo: tutti i colori di bianco, blu, grigio, i glaciali, l'acqua limpidissima, il freddo, la tranquillità. Anche gli animali: i pinguini, foche, balene delfini, albatrici tutti vivevano in quel clima estremo in armonia, senza sforzo. L'aria era secco, freddissimo e fermo, i suoni sembravano più puliti e chiari. E' un posto davvero speciale e spero che venga conservato nel futuro.

Questo viaggio mi ha toccato profondamente e mi ha fatto ripensare tante cose nella vita, più di tutto, quello che facciamo e cosa penseremmo tra qualche anno. Sono sempre una persona a cui piace fare tante cose e accolgo difficoltà - New York è la città perfetta per questo carattere. Lavoro tanto, mi piace fare un sacco di hobby, andare agli eventi, prendere corsi e fare gli sport. Dopo avere vissuto la tranquillità di Antartide, in un senso anche simile a quella di Daijōji, mi sono ricordata che tutto questo "fare" non ha un fine. Faccio tante ore di attività ma non faccio niente. Tutte queste attività sono solo illusioni, distrazioni e scuse della mente che mi impedivano a lavoro a tutto ciò che vale in una Realtà Ultima - lo Zen. Mi sono resa conto di essere stata allontanata da Shinnyoji e il nostro Maestro senza averci pensato. Non mi ha mai venuto un pensiero di dubbio della nostra Via e facevo sempre il mio Zazen di mattina, ma mi sono allontanata lo stesso. Ora vedo come la mente è furba. Sono stata così tanta distratta a lavorare, viaggiare e divertirmi che ho tralasciato la mente l'attenzione e cura che ci vuole per percorrere la nostra Pratica. Ho preso per scontato anche i voti da monaco e la fedeltà del nostro Maestro. Non voglio vivere come un criceto corre sulla ruota. Una settimana fa ho lasciato degli impegni lavorativi, mi sono allontanata dall'enoteca dove lavoro, ho deciso di staccarmi da persone che non mi portano positività. Mi sono liberata circa 10 ore a settimana. Faccio i passi per tornare sulla Via, con impegno e dedica, con il cuore di Shinnyoji che batte da lontano.



Grazie Maestro per non avermi lasciato, la sento accanto.

Gasshō
Tenshin



A month ago I took an amazing trip to Antarctica which was offered by National Geographic where I work in New York. This continent "at the bottom" of the Earth made me feel like I was on another planet: all of the shades of white, blue, gray, the glaciers, the crystal clear water, the cold, the stillness. Also the animals: penguins, seals, whales, dolphins, albatross, all living in that extreme climate in harmony, without effort. The dry air, so cold and still, even sound seemed cleaner and clearer. It is truly a special place and I hope that it is conserved in the future.

This trip deeply touched me and caused me to rethink many things in life, most of all, what we do and what we will think in the next few years. I have always been a person who likes to do a ton of things and welcomes difficulty - New York is the perfect city for this type of personality. I work a lot, I like to do a bunch of hobbies, go to events, take classes and play sports. After having experienced the tranquillity of Antarctica, that was in some sense like that of Daijōji, I remembered that all of this "doing" doesn't have a purpose. I do a lot of hours of activity but don't do anything. All of these activities are illusions, distractions and excuses of the mind that hindered me from working on what really matters

in an Ultimate Reality - Zen. I realized that I had distanced myself from Shinnyoji and from our Teacher without having thought about it. I never had a doubtful thought about our Path and I always do my morning Zazen, but I distanced myself just the same. Now I can see how the mind is tricky. I was very distracted by work, travel and entertainment that I neglected the mind, attention and care that is necessary to follow our Practice. I also took for granted the monk vows and our Teacher's faith. I don't want to live like a hamster running on a wheel. A week ago I left some of my work commitments, I work fewer hours at the wine shop, I decided to break away from people who where not bringing positivity to my life. I opened up about 10 hours per week. I am stepping back onto our Path, with dedication and commitment, with the heart of Shinnyoji that beats from afar.



Thank you Teacher for never leaving me, I feel your closeness.

Grazie ancora
Gasshō
Tenshin



ALTRI CONTRIBUTI OTHER CONTRIBUTIONS

TESTIMONIANZE DEI PRATICANTI DI SHINNYOJI TESTIMONIES OF SHINNYOJI PRACTITIONERS

Michele Dōshin

Indagare la verità

“ È lo spirito che deve trasmesso, altrimenti ben che vada si tratta solo di sport” (Roshi)

Ma per davvero! E francamente ne preferirei altri anche come disciplina, e non di poco. È dall'età di 18 anni che ricerco il senso della vita. A cinquanta anni oramai, giungo sempre alla stessa conclusione: è bene interrogarsi, è bene ricercare, è bene avere delle aspirazioni. Anche se si fallisce.

Non averle è peggio.

Ciò che conta veramente è vivere una buona vita, fatte di buone cause, cercando di mettere più pe-
pite che sassi.

Ha ragione il Dalai Lama a dire che non conta tanto credere in Allah, Dio o Buddha ma ciò che conta veramente è vivere una buona vita.

In quest'ottica "me ne vado" mi licenzio, abbandono "tutto" se mi riesce. Perché partire come un foglio bianco, non è facile. Anche se mi è già riuscito nella vita.

Bonno...desideri, illusioni, passioni illusorie, brame... qui si gioca sulle parole. Poi si aggiunge Soku bodai...e s'apre un mondo. Senza aspirazioni siamo morti viventi, diventiamo zombie, anche esteriormente, nel viso, nelle espressioni, nei modi di fare.

Manca l'energia di voler vivere. In sostanza si è già vecchi, si tira a campare meglio che si può. Deshimaru e non solo, insegnava a sublimarli, senza voler a tutti i costi sopprimerli *"è più saggio trasformarli, sublimandoli, il bonno seguirà la direzione che prendono le nostre intenzioni"* apriti cielo!

Tutti all'opera! Già mi vedo "tout le monde et dans le monde entier" a sublimare, che dici, un successone! Mi piace la *Gendro* e mi piace Deshimaru, non l'ho mai nascosto, son di parte e rivolto sempre al Giappone, ho scelto una Pratica giapponese, mi sono informato da sempre sulle scuole giapponesi, ho praticato altre discipline giapponesi, va da sé. Occhio però, non dimentichiamoci *mushutoku ... allora sì che casca l'asino!*

Buona Pratica, la mia migliore Dedica per il percorso più adatto ad ognuno di noi. Gasshō. ”

Searching for the truth

“ It is the spirit that must be transmitted, otherwise well that goes it is only a game” (Roshi)

But for real! And frankly, I would prefer others as a discipline, and not by a little. I have been seeking the meaning of life since I was 18 years old. Fifty years old now, I always come to the same conclusion: it is good to question, it is good to seek, it is good to have aspirations. Even if you fail.

Not having them is worse.

What really matters is to live a good life, made of good causes, trying to collect more pebbles than stones.

The Dalai Lama is right to say that it does not matter so much to believe in Allah, God or Buddha but what really matters is to live a good life.

In this perspective "I'm leaving" I quit, abandon "everything" if I can. Because starting out as a blank sheet is not easy. Even if I have already succeeded in life.

Bonno ... desires, illusions, illusory passions, brame ... here you play on words. Then Soku bodai is added ... and a world opens up. Without aspirations we are living dead, we become zombies, even outwardly, in the face, in the expressions, in the ways of behaving.

The energy of wanting to live is missing. Basically you are already old, you try to live better than you can. Deshimaru isn't the only thing taught to overcome them, without wanting at all costs to suppress them *"is wiser to transform them, sublimating them, the bonno will follow the direction that take our intentions"* the heaven open! Everyone working! Already I see myself "tout le monde

et dans le monde entier" to sublimate, what you say, a big success! I like the *Gendro* and I like Deshimaru, I've never hidden it, I'm convinced and always turned to Japan, I chose a Japanese practice, I have always been informed about Japanese schools, I of course have practiced other Japanese disciplines. Watchout, however, let's not forget *mushutoku* ... so that the donkey falls! Have a good Practice, I will remember you in my Dedication for the best for all of us. Gasshō. ”

Giancarlo Shinkai

“ Durante il ritiro invernale è tornato al nostro Tempio il Rev. Ōno Tetsushi . E’ sempre un piacere averlo come ospite perché si muove con grande autorevolezza, senza mai perdere la sua enorme umanità e simpatia. Per me che non sono ancora stato in Giappone è una straordinaria occasione per vedere come ci si muove in un Tempio Giapponese. Il nostro Maestro Shinnyo Roshi che si è formato in Giappone ci ricorda spesso le sue esperienze a Daijōji e vedendo Ōno Roshi riesco a capire meglio quello che Lei cerca di trasmetterci. Ōno Roshi era accompagnato dal Rev. Shohaku Yoshimatsu che ci ha recitato a regola d’arte alcuni ekō dei Sutra ed è stato molto emozionante sentire un monaco di così grande esperienza (è stato molti anni a Eihei-ji) intonare quei suoni nel modo più vicino alla Tradizione. Il Prof. Aldo Tollini, che con nostra gioia sta diventando una presenza abituale del nostro Tempio, ha sapientemente tradotto le parole del DHarma Talk del Reverendo giapponese Ōno Tetsushi. La presenza di un importante Maestro è anche un momento fondamentale per compattare il Sangha e donare ogni nostra energia per accogliere l’ospite con il massimo dei riguardi e delle attenzioni. Inoltre è sempre un test sulla nostra capacità di gestire le emozioni e il nervosismo. La nostra presenza di spirito che è sempre vigile a Shinnyoji in questi momenti saggia il buon lavoro svolto giorno dopo giorno, settimana dopo settimana di Pratica.

Gasshō
Shinkai ”

“ Rev. Ono Tetsushi came back to the Temple during our winter retreat. It is always a pleasure to have him as a guest because he moves with authority, without ever losing his humanity and sympathy. For me, not ever having been in Japan, it was a great opportunity to see how one moves about a Japanese Temple. Our Teacher Shinnyo Roshi, who trained in Japan remembers her experience at Daijōji very well and seeing Ono Roshi, I can better understand what she is trying to pass on to us. Ono Roshi was accompanied by Rev. Shohaku Yoshimatsu who artfully recited some ekōs and Sutras and it was moving to hear a monk with so much experience (he lived at Eihei-ji for many years) sing the sounds so close to our Tradition. Prof. Aldo Tollini, who joyfully is beaconing a common presence at our Temple, knew exactly how to translate the words of the Dharma Talk from Japanese by Rev. Ono Tetsushi. The presence of an important Teach is also a fundamental moment for bonding within the Sangha and to give our energy to welcome the guests with lots of respect and awareness. It is also always a test on our ability to manage emotions and nervousness. The our vigil spirit is always present at Shinnyoji in these wise moments of hard work done day by day, week after week of Practice.

Gasshō
Shinkai ”

Alberto

“ Gentili amiche/i se dovessi scrivere un messaggio sintetico di incoraggiamento da rivolgere a me stesso e a tutti quelli che entrano o si sentono in risonanza con lo zen scriverei: "Fai anche se ti sembra di non sapere". Dove fai intende "comincia con fiducia in Te stesso dalla pratica dello Zazen" quel cuneo nel quotidiano da cui può scaturire un percorso di liberazione. ”

“ Dear friends, if I had to write a synthetic message of encouragement for myself and to all those who enter or resonate with Zen, I would write: "Do it even if you seem not to know it". Where you go means "begin with confidence in the Testament from the practice of zazen" that wedge in the newspaper can unleash a path to liberation. ”

Luigi Shinden Oldani

“ Dopo lo Zazen
saluto il Maestro, parte
buio il giardino.

Là sulla duna
migliaia di Buddha
solo conchiglie.

Brillano i cachi
nel giardino del Tempio
se li vediamo.

Neve leggera
vola e si scioglie
ritorna l'acqua.

Cala la luce
nel giardino d'inverno
un non respiro. ”

Chiara Keishin

“ La Pratica del quotidiano è difficile, assai difficile per me. La frenesia che ci avvolge continuamente, le preoccupazioni familiari, la pesantezza del lavoro e talvolta dei colleghi e tutti quei momenti più o meno difficili che sono parte di noi tutti durante le nostre giornate. Occasioni per perdersi nella distrazione, nella non consapevolezza, nell'egoismo della visione ristretta del mio io, molto ristretta e soffocante. Personalmente mi perdo anche quando tutto va bene, quando ho momenti sereni, quando ho assicurazioni. E' difficile rimanere centrati, continuamente mi devo richiamare all'attenzione, ma spesso non mi rendo neppure conto di quello che sto facendo, di come sto vivendo, del tempo che sto mal utilizzando. Anche quando sono seduta in Zazen spesso i pensieri hanno vittoria facile su di me e mi ingombrano la mente. Forse ci vorrà tempo, anni o forse non arriverò mai. Forse non devo arrivare da nessuna parte, forse è proprio questo sforzo continuo la Strada, la Via. Proprio non lo so. Intanto vado avanti, cercando di rialzarmi tutte le volte che inciampo o cado. Se riesco a rialzarmi e rimettermi in cammino è grazie al Tempio, al tornarci fisicamente, respirare quell'aria, incontrare il Sangha. Grazie Maestro per tutti i suoi sforzi, la sua tenacia, grazie per crederci nonostante tutto, per continuare ad indicarci la direzione da prendere, per il suo costante esempio. Profondamente grazie.

Gasshō ”

“ Daily Practice is difficult, it is especially difficult for me. The frenzy that constantly surrounds us, the usual worries, the weight of work and co-workers and all of those difficult moments are a part of our lives. Occasions to get lost in distraction, in non-awareness, in a defined and suffocating ego. I personally get lost when everything is going well, when I have calm moments of security. It is difficult to stay centered, I always have to recall my attention, but I don't even realize what I'm doing, how I'm living, too much poorly used time. Also when I am sitting in Zazen my thoughts often easily win and take over my mind. Perhaps it will take more time, years, or perhaps I will never get there. Perhaps I don't have to get anywhere, maybe it's just my continuous effort on the Path, the Way. I really don't know. In the end I keep going, trying to get up each time that I trip or fall. If I can get up and keep going on my walk, it is thanks to the Temple, to my physical return, breathing that air, meeting up with the Sangha. Thank you Teacher for all of your efforts, your strength, thank you for believing in us despite everything, for continuing to point out the direction to go, for being a constant example. Deep thanks.

Gasshō ”

Lisa Tenshin

“ Mi manca Shinnyoji, apprezzo la mia vicinanza al Maestro, ma la mia pratica da sola a New York manca la formalità di essere al Tempio, incontrare il Sangha e fisicamente fare cura di Shinnyoji. Mi sono sentita un bisogno forte di vedere il Maestro e respirare l'aria del Tempio in compagnia del Sangha, allora ho prenotato un volo per Firenze così potevo partecipare al ritiro invernale. Sono stata molto triste quando il volo è stato cancellato, ho saputo all'aeroporto, con i miei abiti da monaco,

*Kesa e Raksu nel bagaglio. Ci proverò un'altra volta, tra qualche mese quando il tempo sarà meglio.
Vi ho pensato tanto durante i giorni del ritiro.
Siete sempre nei miei pensieri! Grazie mille per tutto ciò che fate!
Abbracci*

*Gasshō
Tenshin ”*

“ I miss Shinnyoji, I appreciate the closeness with the Teacher, but my practice alone in New York lacks the formality of being in a Temple, meeting with the Sangha and physically taking care of Shinnyoji. I felt a deep need to see the Teacher and breath the air of the Temple alongside the Sangha, so I booked a flight to Florence for the winter retreat. I was very sad when my flight was cancelled, I found out at the airport, with my monk robes, Kesa and Raksu neatly packed in my suitcase. I will try again, in a few months when the weather is better. I thought so much about you all during the retreat.

*You are always in my thoughts! Thank you so much for all that you do.
Hugs*

*Gasshō
Tenshin ”*



POESIA POEM

La poesia è tratta da "Le poesie possibili" "Os poemas possíveis" 1966 nella sezione "Mitologia"- José Saramago "Poesie" Einaudi Tascabili:

The poem is taken from "Le poesie possibili" "Os poemas possíveis" 1966 from the section "Mitologia"- José Saramago "Poesie" Einaudi Tascabili:

Aprendamos o rito - Impariamo il rito

*" Apparecchia col drappo di damasco,
porta le rose fresche dal giardino,
mesci il vin nella coppa, taglia il pane
col coltello d'argento e avorio fine.*

*Qualcuno si è seduto alla tua mensa,
qualcuno che non vedi ma che senti,
a mani giunte in grembo, non parlare:
se fai domande allora è che tu menti.*

*Sorseggia poi il vino, mangia il pane,
graffia la palma sullo stelo aguzzo,
porta rose alla fronte, copri gli occhi,
hai compiuto il rituale e sai già tutto. "*



INCONTRI DI PRATICA MEETINGS OF PRACTICE

ZAZEN

lunedì dalle 20:00 alle 21:30 Monday from 20:00 until 21:30
martedì dalle 07:00 alle 07:50 Tuesday from 07:00 until 07:50
giovedì dalle 18:00 alle 18:40 Thursday from 18:00 until 18:40
venerdì dalle 20:00 alle 21:30 Friday from 20:00 until 21:30

SESSHIN/ZAZENKAI

una volta al mese once a month

RITIRI ANNUALI INTENSIVI INTENSIVE ANNUAL RETREATS

ogni sei mesi severy six months

durante ogni Ritiro il Maestro Shinnyo tiene un Teishō during every Retreat Master Shinnyo gives a Teishō

VISITE AL CENTRO ZEN FIRENZE VISITS TO THE FLORENCE ZEN CENTRE

APERTURA DELLA BIBLIOTECA LIBRARY OPENING

ogni secondo sabato del mese dalle 10:00 alle 14:00
every second Saturday of the month from 10:00 until 14:00

PROSSIMAMENTE COMING UP

Corso Zen Principianti 24 apr, 11 mag, 29 giu **Beginners' Zen Course** 24 Apr, 11 May, 29 Jun
Zazenkai e Celebrazione del Gotan-e 14 apr **Zazenkai and Celebration of Gotan-e** 14 Apr
Conferenza: Iconografia buddhista in Asia 14 apr **Lecture: Buddhist Iconography in Asia** 14 Apr
Anniversario di Shinnyoji 25 apr **Shinnyoji's Anniversary** 25 Apr
Zazenkai 12 mag **Zazenkai** 12 May
Sesshin 30 giu - 1 lug **Sesshin** 30 Jun - 1 Jul

RINGRAZIAMENTI SPECIAL THANKS

Rev. Ōno Tetsushi Rōshi, Professore Aldo Tollini, Rev. Shōhaku Yoshimatsu



FOTOGRAFIE PHOTOGRAPHS: Fabio Daishin Portera, Sangha Shinnyoji, Praticanti del Tora Kan Dōjō

TRADUZIONI TRANSLATIONS: Sangha di Shinnyoji e Tora Kan Dōjō

REDAZIONE EDITOR: Carlo Ippolito

真如寺

Tempio Sōtō Zen Shinnyoji

Sede Italiana del Monastero Tōkōzan Daijōji di Kanazawa in Giappone

Via Vittorio Emanuele II n.171 - 50134 Firenze

+39 339 8826023 info@zenfirenze.it

www.zenfirenze.it