

EN KU DOJO

Il Cerchio Vuoto

ASSOCIAZIONE RELIGIOSA
PER LA PRATICA E LO STUDIO
DEL BUDDHISMO DI SCUOLA ZEN SOTO,
AFFILIATA ALL'UNIONE BUDDHISTA ITALIANA
(ente religioso d.p.r. 3-1-91)

Via Massena 17 - 10128 Torino
Tel.: 333-5218111

dojo@ilcerchiovuoto.it
www.ilcerchiovuoto.it

恩空道場



NUMERO 12 - GIUGNO 2010

IL PUNTO SU ...

ACCOMPAGNARE ...

DI RITA HO KAI PIANA [PRIMA PARTE]

"Fondamento dell'insegnamento della nostra pratica è accettare la propria vita a partire dal fatto che senz'altro moriamo, il che ci porta a pensare alla vita dopo aver chiarito la morte, armonizzandoci con il ritmo della vita che è nascere, vivere, morire [...] divenendo noi stessi il lume della nostra vita, illuminando la realtà nella luce del sé e viceversa..."

(Watanabe Koho Roshi
dalla "Premessa" al *Bendowa* di Eihei Dogen, Marietti 1992)



FRANK OSTASESKI

Morire è essenzialmente un atto sacro, per sua natura è un momento che è insieme luogo e processo di abbandono e di trasformazione.

Il sacro non è separato o diverso da tutto il resto, ma è presente, non visto, in tutte le

cose; morire è allora una opportunità per scoprire ciò che è nascosto, vedere il sacro è rimuovere gradualmente tutte le ostruzioni, le percezioni limitanti che impediscono di riconoscere la verità di ciò che era già lì da sempre.

SOMMARIO NEWSLETTER n. 12:

- ✓ **IL PUNTO SU ...**
Accompagnare ...
- ✓ **ATTIVITÀ**
Programmi estate-autunno 2010
- ✓ **EVENTI**
Torino Spiritualità 2010
- ✓ **MON DO ELETTRONICO**
- ✓ **LE ARTI**
Scrivere Haiku

Queste parole di Frank Ostaseski, tratte dall'introduzione al suo libro *Saper accompagnare* (Oscar Mondadori, Euro 9,80) riassumono bene il tema centrale del seminario *Sulla soglia* che ha tenuto qui a Torino, a Villa Gualino, nei giorni 22 e 23 maggio 2010, organizzato dall'associazione "Luce per la Vita" ONLUS.

Ostaseski sostiene che morire sia molto più di un evento clinico, poiché riguarda in primo luogo la relazione: quella che abbiamo con noi stessi, quella che abbiamo con le persone che amiamo, con Dio, con lo Spirito, con la "Vera Natura", o con ciò che, comunque, rappresenta per noi la "bontà fondamentale".

Se tutto ciò è vero, si può senz'altro affermare che, nell'assistenza ai morenti, il sostegno spirituale abbia la stessa importanza di una terapia del dolore adeguata, o del controllo dei sintomi; eppure, è raro che venga offerto in maniera significativa; di conseguenza, troppe persone muoiono con angoscia e paura.

Il breve seminario è stato un assaggio di ciò che è possibile fare a riguardo. Non si tratta di filosofeggiare sull'esistenza, proponendo pratiche esoteriche, ma di un'attività assolutamente pragmatica: è entrare in rapporto con la vita senza mediazioni. Significa aiutare l'altro a scoprire la propria verità, anche se potremmo non dividerla; significa non voltare le spalle nei momenti più duri, ma restare presenti nel territorio del mistero e delle domande senza risposte.

"La malattia corrode la nostra facciata e le nostre personalità ben costruite; morendo, tutte le definizioni che ci siamo dati di padre, amante, insegnante buddhi-

sta, vengono deposte con garbo, o strappate via.

Se tutto cambia, scompare e si trasforma costantemente, chi siamo noi? Su cosa possiamo contare?

Bisogna disfarsi dell'idea secondo cui la morte è un fallimento; la concezione secondo cui prendersi cura dei malati terminali significa solo rispondere alla meno peggio a una situazione disperata, va radicalmente rivista. È una concezione troppo tenacemente presente nella nostra cultura, troppo spesso incoraggiata dai nostri servizi sanitari. Gli approcci medici convenzionali, per quanto validi e necessari, si concentrano soprattutto sulla cura della malattia, non sul facilitare la crescita spirituale al termine della vita. Occorre, quindi, accogliere altri modelli capaci di guidarci oltre la sfera d'influenza della medicina.

Morire è molto più di un evento clinico!"

Frank Ostaseski è stato uno dei fondatori, nel 1987, dello "Zen Hospice Project" di San Francisco, che ha diretto per molti anni, e, nel 2004, del "Metta Institute", avente l'obiettivo di mettere a disposizione della cultura l'esperienza dello "Zen Hospice" e contribuire a elaborare approcci innovativi alla cura del fine-vita, riaffermando la dimensione spirituale del morire; in primo luogo, ha dato vita all'"End of Life Counselor Program" per l'assistenza ai malati terminali.

Per la sua attività ha ricevuto numerosi riconoscimenti, tra i quali, nel 2001, quello del Dalai Lama.

[continua sulla prossima newsletter
con un estratto dalle dispense
del seminario]

ATTIVITÀ

Si ricorda che le attività del "Cerchio Vuoto" sono riservate ai soci; i principianti e gli aspiranti soci possono partecipare se in possesso della Tessera ospite, gratuita e valevole due mesi.

Chi è interessato ad avvicinarsi alla pratica dello Zazen e alle attività del "Cerchio Vuoto", è pregato di telefonare in segreteria al 333-5218111.

ORARI DOJO DI TORINO

via Massena 17 - 10128 Torino



martedì 19 - 21
mercoledì 7 - 8
giovedì 19 - 21

ORARIO ESTIVO

NEI MESI DI LUGLIO E AGOSTO
IL DOJO SARÀ APERTO NEI SEGUENTI GIORNI:

LUGLIO

martedì 6
giovedì 15
martedì 20
giovedì 22
martedì 27

AGOSTO

giovedì 5
martedì 9
giovedì 19
-
martedì 31

ZAZEN ALLE MOLINETTE

LUNEDÌ H. 15,30 - H. 16,30

Per informazioni telefonare a

Rita Ho Kai Piana
(339-7022355)

o scrivere un'e-mail a:

hokai97@hotmail.com

CALENDARIO DEI SESSHIN



DOJO DI TORINO

19 settembre

21 novembre

19 dicembre

dalle h. 7 alle h. 17 ca.



PRÀ DEL TORNO

presso

LA ROCCIAGLIA

foresteria della Chiesa Valdese

18-20 giugno

23-29 agosto

29-31 ottobre

dalle h. 18,00 del venerdì
alle h. 16,00 ca. della domenica



CUCITURA

DELL'O-KESA

con Anna Den Do Avagnina

27 giugno

h. 9.30 - 19.30

EVENTI



TORINO SPIRITUALITÀ

edizione 2010:

22-26 settembre

GRATIS.

IL FASCINO DELLE NOSTRE MANI VUOTE

Dal 22 al 26 settembre 2010 torna Torino Spiritualità, il cui originale e quanto mai attuale filo rosso è **GRATIS. Il fascino delle nostre mani vuote.**

Un modo per riflettere sui diversi significati del dono, del gesto gratuito, delle azioni che non aspettano nulla in cambio. Il senso del donare e del ricevere osservato da tre punti di vista diversi, esistenziale, economico, artistico, ma con un unico sguardo: quello di chi vede nell'altro la sola concreta occasione per dare un significato al nostro vivere ogni giorno.

Sono tre le sezioni in cui verranno scanditi gli appuntamenti:

Per-dono. L'occasione dell'altro

Donare significa spostare sull'altro tutto il valore di una relazione. Per questo, la gratuità di un'azione è un investimento sul mondo, e racchiude il coraggio di credere nelle possibilità umane. Il valore del dono visto come legame capace di liberare e far nascere relazioni immediate, profonde perché concrete, dando forza allo spirito di una comunità.

Saper (s)cambiare. Economia al di là del profitto

Le regole del consumo rischiano di impoverire la stessa fonte da cui, in fondo, nascono: i nostri desideri. Un'economia del "gratis" può dare una nuova direzione

ai nostri interessi e, se non è solo un modo per schivare le responsabilità di uno scambio, può evitare che il profitto stesso ci deteriori. Per vivere in modo più responsabile, critico e consapevole il rapporto con gli altri.

Gratuità. La sola moneta dell'arte

Il gesto artistico non ha funzione strumentale, non "serve". In ogni sua forma, l'essenza dell'arte sta nell'intimità che sa creare con l'altro, nella capacità di riappacificare anche solo per un momento le lotte degli uomini. Il gesto disinteressato che l'arte ha in sé può dunque diventare un bene prezioso per dare un senso e una direzione ai profondi cambiamenti intorno a noi, attraverso una logica diversa da quella del guadagno.

Tratto dal link:

www.torinospiritualita.org/edizione2010abstract

TORINO SPIRITUALITÀ

ALL'EN KU DOJO

GIOVEDÌ 23 SETTEMBRE

H. 15 - 17,30

Nell'ambito dell'iniziativa "Passeggiate per i luoghi di culto", Dai Do Strumia accoglierà all'En Ku Dojo un gruppo di partecipanti.

Il numero massimo è di 20 persone, e sarà necessario prenotarsi. Non appena il programma sarà definito, le modalità di partecipazione saranno reperibili al link:

<http://www.torinospiritualita.org/>

Domanda

Vorrei che mi chiarissi il significato della frase:

"La vita è ciò che io faccio vivere, e io sono ciò che di me fa la vita" (dal capitolo "Zenki", in *Buddha e Natura di Buddha nello Shōbōgenzō* a cura di Aldo Tollini, Ubaldini editore, 2004, pp. 240-1). Grazie!

Rossella

Risposta

Prescindendo dal fatto che un traduttore di lingua giapponese come Tanahashi Kazuaki rinuncia a tradurre letteralmente questa frase, forse per non rischiare di dare origine a un *qui pro quo* e relativi fraintendimenti, bisognerebbe chiedere al mio vecchio amico Aldo Tollini cosa lo abbia fatto decidere di tradurre in questo modo la frase da te citata.

Prendendola, comunque, per buona così com'è, non è - in fondo - che l'ennesimo tentativo di Dōgen Zenji di stimolare il praticante a prendere consapevolezza dell'inevitabile interdipendenza di tutti i fenomeni (*Dharma* "elementi").

La mia vita è tutta la vita - non esiste una mia vita separata dal resto-tutto, e non può



Per porre quesiti a
Dai Do Strumia
inviare un'e-mail
all'indirizzo

dojo@ilcerchiovuoto.it
specificando
nell'Oggetto:
"MON DO"

esistere un resto-tutto separato da me.

Si parla dell'inscindibile interconnessione tra essere e non-essere, di vita e morte, entrambe - come si può leggere nella sezione [9] (p. 241) riguardo al maestro Engo - "*manifestazione dell'intera attività dinamica*" e non solo di una parte di essa; possiamo dire che non sono neppure le due facce della stessa medaglia, essendo, di fatto, proprio la stessa cosa.

Per questo la mia vita è tutto ciò a cui do origine con pensieri e azioni, e la totalità dei pensieri e azioni (*Karma*) sono la vita stessa, cioè me stesso.

Per questo possiamo affermare che: "*L'intera terra e l'intero spazio stanno sia nella vita, sia nella morte*", e che: "*Non c'è una sola cosa e una sola mente che non si accompagni alla vita*" (Dōgen).

Dai Do Strumia

Ricordiamo ai nostri lettori che i numeri precedenti della newsletter sono scaricabili dal nostro sito al link:

http://www.ilcerchiovuoto.it/pages/atv_newsletter.php

LE ARTI

SCRIVERE HAIKU

a cura di Rita Ho Kai Piana

IZUMI SHIKIBU

*La pioggia della notte
avrà spazzato via
tutte le foglie rosse.
Se solo fossimo andati
ad ammirarle ieri!*

dall'Izumi Shikibu Nikki

Poetessa e dama di corte giapponese vissuta tra la seconda metà del X sec. e la prima metà dell'XI sec. (976-1033?), com'era norma per le donne del periodo Heian il suo nome è composto dal nome del feudo di appartenenza del marito, "Izumi", e dal ruolo ufficiale che ricopriva il padre, "Shikibu", cioè maestro cerimoniere.

All'età di vent'anni sposò il governatore di Izumi dal quale, nel 997, ebbe una figlia; fin da giovane, già prima dei diciassette anni, Izumi era conosciuta come abile poetessa:

"... famosa per la sua produzione poetica d'ispirazione romantica, ma anche e soprattutto per le relazioni extraconiugali avute con due principi imperiali.

Intorno alla sua figura e alle sue "scandalose" storie d'amore, nasceranno nei secoli successivi numerose leggende confluite in testi di vario genere, che celebrano tutti la personalità forte di questa donna capace di sfidare l'opinione pubblica e di rompere con gli schemi di una rigida organizzazione sociale" (dall'abstract del *Diario di Izumi Shikibu* a cura di Carolina Negri, edito da Marsilio nella collana "Letteratura universale").

Izumi è ricordata come una delle grandi poetesse del suo tempo; il *Diario*, opera anonima che potrebbe essere attribuito alla stessa Izumi, è il racconto in terza persona (le caratteristiche del testo lo rendono più simile a un *monogatari* piuttosto che a un *nikki*) di un amore inammissibile all'epoca, sibilanciato socialmente: "la figlia di un governatore di provincia e il principe imperiale", nascosto ma chiacchierato, raccontato dal punto di vista della protagonista femminile.

Il *Diario di Izumi*, che ci arriva da un mondo apparentemente lontanissimo, il Giappone di 1.000 anni fa, è un testo appassionato, malinconico e moderno, che mescola elementi di eros alla consapevolezza profonda della pratica meditativa buddhista. In esso, brevi sezioni di prosa sono intervallate da più di centoquaranta *waka*; vediamo alcuni scambi tra la poetessa e il Principe:

*Se solo piovesse!
Forse la luce della luna
che passa per la mia casa
e sale verso il cielo
si fermerebbe qui per un po'.*

Il Principe colpito dalla sua ingenuità, molto più grande di quanto dicesse la gente, esclamò: "Mia cara!" e per un po' si trattene nei suoi appartamenti. Quando si congedò, le scrisse questa poesia:

*Controvoglia vado via
invitato dalla luna
che sale tra le nuvole.
Parte però solo il mio corpo
ma il mio cuore resta qui.*

In un'altra occasione, così scrive
il Principe:

*Durante l'autunno
le mie maniche
sono diventate fradice.
Voi pensavate che
succedesse solo a voi?*

E ancora:

*Se solo potessi
far tornare oggi
i giorni passati
trascorsi insieme
con l'animo sereno!*

Un altro scambio di battute:

*Un giorno, arrivò un messag-
gio del Principe: "Mi dispiace
di non essermi fatto più vede-
re. Vorrei venire a trovarvi,
ma purtroppo pare che abbiano
organizzato una gara di poesia
in cinese".*

*Se non avete tempo
per venire da me
sarò io a cercare
la strada della poesia
che mi condurrà da voi.*

E ancora:

*Una mattina in cui si era posa-
ta su ogni cosa una candida bri-
na, il Principe scrisse alla Dama
per sapere se la stava guardando.
Lei gli rispose:*

*Sono come la beccaccia
che nelle notti fredde
batte ripetutamente le ali
e senza mai chiudere occhio
per giorni osserva la brina
mattutina.*

[segue sul prossimo numero]

