

# SHOBOGENZO ZUIMONKI

Escritos de Eihei Dogen Zenji registrados por Koun Ejo

Traduzido por Mui Leticia Rothen Sato e revisado por Aigo Luci Collin, da versão em inglês de Shohaku Okumura  
Publicado por Sotoshu Shumicho, (1988; 2015)

ZENDO CURITIBA – 2022/2023

## LIVRO 1

1-1

Um dia Dogen disse,

No *Zoku-kosoden* (Biografias Continuadas de Monges Eminentíssimos)<sup>1</sup>, há uma estória sobre um monge na assembleia de um certo mestre Zen. O monge adorava uma imagem de ouro de Buda, bem como as relíquias de Buda<sup>2</sup>. Mesmo no dormitório<sup>3</sup>, ele continuamente queimava incenso e se prostrava perante elas, honrando e fazendo oferendas.

Um dia, o mestre disse ao monge: “A imagem e as relíquias de Buda, que você adora, acabarão sendo prejudiciais a você”.

O monge não estava convencido.

O mestre continuou: “Isso é obra do demônio Papiyas<sup>4</sup>. Jogue-as fora imediatamente”.

Quando o monge estava saindo raivoso, o mestre gritou por detrás dele: “Abra a caixa e olhe dentro dela!”

Embora enfurecido, o monge abriu a caixa; deitada dentro dela ele encontrou uma cobra venenosa enrolada.

Considerando essa estória, as imagens e relíquias de Buda deveriam ser reverenciadas, uma vez que são a forma e os ossos deixados pelo Tatagata<sup>5</sup>; entretanto, é uma falsa visão<sup>6</sup> pensar que você será capaz de alcançar iluminação meramente através de sua adoração a elas. Tal visão fará com que você seja possuído pelo demônio e pela cobra venenosa.

Tendo em vista que o mérito dos ensinamentos de Buda não muda, a reverência a imagens e relíquias por certo trará bênçãos aos seres humanos e celestiais<sup>7</sup> tanto quanto prestar reverências ao Buda vivo. De modo geral, é verdade que se você reverenciar e fizer ofertas ao mundo dos Três Tesouros<sup>8</sup>, suas falhas desaparecerão e você ganhará mérito; o karma que leva você aos reinos maléficos<sup>9</sup> será removido e você renascerá nos reinos dos seres humanos e celestiais. Entretanto, é uma visão equivocada esperar obter iluminação do dharma desta maneira.

Uma vez que ser uma criança Buda<sup>10</sup> é seguir os ensinamentos de Buda e atingir a budeidade diretamente<sup>11</sup>, devemos nos devotar a seguir o ensinamento e colocar todos os nossos esforços na prática do Caminho. A verdadeira prática que está de acordo com o ensinamento não é nada mais do que *shikantaza*<sup>12</sup>, que é a essência da vida neste *sorin* (monastério)<sup>13</sup> hoje. Repense sobre isso profundamente.

## Dogen disse também,

[Você] deveria manter os preceitos e as regras alimentares<sup>1</sup> (uma refeição por dia antes do meio dia, etc.). Ainda assim, é errado insistir sobre eles como sendo essenciais, estabelecê-los como uma prática e esperar ser capaz de obter o Caminho por observá-los. Nós os seguimos apenas porque são as atividades dos monges Zen<sup>2</sup> e o estilo de vida das crianças de Buda. Embora mantê-los seja algo bom, não deveríamos tomá-los como a prática principal.

Entretanto, com isso não quero dizer que você deveria quebrar os preceitos e tornar-se autoindulgente. Apegar-se a tal atitude é uma perspectiva maléfica e não aquela de um praticante budista. Seguimos os preceitos e regras simplesmente porque formam o padrão para um budista e são a tradição dos mosteiros Zen. Durante minha estadia em mosteiros chineses, não conheci ninguém que os tomasse como a preocupação principal.

Para a verdadeira obtenção do Caminho, devotar todo o esforço apenas ao zazen tem sido transmitido entre os budas e ancestrais<sup>3</sup>. Por essa razão, eu ensinei um colega estudante, Gogenbo, discípulo do Mestre Zen Eisai<sup>4</sup>, a

---

<sup>1</sup>Durante o período Kamakura no qual Dogen viveu, havia alguns que negligenciavam os preceitos e regras e outros que enfatizavam sua observação. Como representantes do primeiro grupo temos os Budistas Terra Pura, especialmente Shinran; exemplo do último grupo foi Eisai. Parece que Dogen buscou o caminho do meio, que é manter os preceitos sem se apegar a eles, sem expectativa de alguma recompensa advindos de sua observação. Dogen enfatizava apenas mantê-los e praticar sem as contaminações dos sentimentos humanos.

<sup>2</sup>Noso, em japonês, literalmente significa um monge que usa um manto de retalhos remendados. O manto de retalhos se refere ao kesa (kesaya em sânscrito) feito de trapos descartados. Os monges cortavam em pedaços esses trapos descartados e os costuravam em uma peça única. Uma vez que os monges Zen usavam mantos remendados, eles foram chamados de "monges do manto remendado". Dogen também usava a palavra "nossu" com o mesmo sentido.

<sup>3</sup>Em Shobogenzo Shohojisso Dogen escreveu: "A manifestação dos Budas e dos ancestrais é a manifestação da realidade máxima. Então, ser budas ou ancestrais é ser apenas como-é. A fim de sermos tal-como-é, temos que aprender e praticar a tradição dos Budas e ancestrais".

<sup>4</sup>Aqui Dogen chamou-o Yojo Sojo, outro nome para o Mestre Zen Eisai (1141-1215). Sojo é o título do primeiro escalão na hierarquia Budista. Originalmente, Eisai era um monge Tendai. Quando visitou a China pela segunda vez e lá permaneceu por cinco anos, ele estudou o Zen Rinzai e o introduziu no Japão. Ele fundou Kenninji, local em que Dogen mais tarde praticou o Zen sob a supervisão de Myozen, um dos discípulos de Eisai. Dogen respeitava muito Eisai e no Zuimonki elogiou seus feitos. Há controvérsias entre pesquisadores sobre ele ter ou não efetivamente se encontrado com Eisai.

abandonar sua fidelidade estrita à manutenção dos preceitos e à recitação do Sutra de Preceitos<sup>5</sup> dia e noite.

Ejo perguntou: “Quando praticamos e aprendemos o Caminho em um monastério Zen deveríamos manter as regras puras elaboradas pelo Mestre Zen Hyakujo (Baizhang)<sup>6</sup>, ou não? No início das Regras (Hyakujo-Shingi), diz-se que receber e manter os preceitos é pré-requisito. Nesta tradição, o Preceito Fundamental também tem sido passado adiante. Na transmissão oral e face a face desta linhagem, os alunos recebem os preceitos transmitidos do Oeste (Índia). Esses são os Preceitos do Bodisatva. Também, está dito no Sutra dos Preceitos, que as pessoas devem recitar o Sutra dia e noite. Por que você tem que interromper esta prática?

Dogen respondeu: “Você está certo. Praticantes do Caminho certamente devem manter as regras de Hyakujo. A forma de manter as regras é receber e observar os preceitos e praticar zazen, etc. O significado de recitar o Sutra dos Preceitos dia e noite e observar os preceitos decididamente<sup>7</sup> nada mais é do que praticar *shikantaza*, seguindo as atividades dos antigos mestres. Quando sentamos zazen, qual preceito não é observado, qual mérito não é efetivado? Os modos de prática, levados adiante pelos antigos mestres, têm um significado profundo. Sem se prender a preferencias pessoais, deveríamos agir em conformidade com a assembleia e praticar de acordo com estes modos.

---

<sup>5</sup>Referência ao Bonmokyō (Brahmajāla sūtra), traduzido por Kumarajīva. Este sūtra apresenta os preceitos mahayana para bodisatvas, chamados de “Preceitos do Bodisatva” ou “Preceitos Fundamentais”, que consistem em dez preceitos maiores e quarenta e oito menores. Estudiosos da atualidade acreditam que este sūtra tenha sido escrito na China.

<sup>6</sup>Shingi, em japonês (Ch. Qinggui): regras que os estudantes deviam observar ao praticarem em monastérios Zen. O primeiro shingi foi compilado por Hyakujo Ekai (Baizhang Huihai). Por isso Hyakujo (720-814) é tido como o fundador dos monastérios Zen. O Hyakujo-shingi já não existe. No Zennen-shingi (Chanyuan-qinggui), entretanto, o primeiro capítulo trata do recebimento dos preceitos e o segundo capítulo trata sobre mantê-los. No primeiro capítulo temos o seguinte: “Ao aprender o Zen e buscar o Caminho, os preceitos são de importância primordial. Se você não se afastar dos maus feitos e se proteger do que é errado, como é possível ser um buda ou um ancestral?”.

<sup>7</sup>No capítulo sobre o trigésimo quarto preceito menor de Bonmokyō, está escrito que os preceitos devem ser mantidos e recitados dia e noite.

**Em uma ocasião, Dogen disse,**

Na assembleia do mestre Zen Bussho (Fuzhao)<sup>1</sup>, havia um monge que, quando estava doente, queria comer carne<sup>2</sup>. O mestre permitiu que ele o fizesse. Uma noite, o mestre em pessoa foi à enfermaria e viu o monge doente comendo carne sob a fraca luz de uma lamparina. Um demônio estava agarrado à cabeça do monge, comendo a carne. Embora o monge pensasse que estava a colocando dentro de sua própria boca, não era ele, mas o demônio que estava comendo. Depois disso, sempre que um monge se sentia doente, o mestre autorizava que ele comesse carne, pois ele sabia que ele estava possuído por demônios.

Pensando sobre esta história, devemos cuidadosamente considerar se devemos autorizar isso ou não. Também na assembleia de Goso Hoen (Wuzu Fayan)<sup>3</sup> há o relato de um caso de consumo de carne. Seja permitindo ou proibindo, todos os mestres antigos certamente tinham suas próprias deliberações profundas.

---

<sup>1</sup>Bussho (Fuzhao) é o título honorífico de Setsuan Tokko (Zhuaan Deguan, 1121-1203), o professor de Musai Ryoha (Wuji Liaopai, 1149-1224). Musai era o abade do Monastério Tendo (Tiantong) quando Dogen foi para a China. Depois que Musai morreu, Tendo Nyojo (Tiantong Rujing) tornou-se o abade do monastério. Esta seção não é encontrada na versão Choenji-bon do Zuimonki.

<sup>2</sup>De acordo com terceiro preceito menor do Bonmokyō, comer carne é proibido para os Budistas mahayana porque rompe as sementes da grande compaixão.

<sup>3</sup>Goso Hoen (Wuzu Fayan, ?-1104). Um mestre Zen da linhagem Rinzai Chinesa. É dito que ele e seus descendentes estabeleceram a Prática de koans.

### Um dia Dogen disse,

Você deveria saber que se tivesse nascido em uma família que seguisse uma determinada ocupação ou se você tivesse entrado em um determinado caminho, você teria primeiro que se dedicar a aprender o trabalho da família ou o caminho. Não é nada bom estudar algo que não tenha nada a ver com seu caminho ou especialidade.

Agora, uma vez que vocês deixaram suas casas e se juntaram à família de Buda e se tornaram monges, vocês deveriam aprender a prática do Buda. Aprender a prática e manter o Caminho é abandonar o apego ao ego<sup>1</sup> e seguir as instruções do professor. A essência disso é estar livre da ganância. Para colocar um fim na ganância, antes de qualquer coisa, você deve se separar do eu egocêntrico. Para se separar do eu egocêntrico, ver a impermanência é a principal exigência.

Muitas pessoas no mundo querem ter uma boa reputação e ser apreciados não apenas pelos outros, mas também por si mesmos. Entretanto, nem sempre se fala bem delas ou as elogia. Se você gradualmente abandonar o apego ao ego e seguir os dizeres de seu professor, você progredirá. Se você retruca [fingindo] saber a verdade, mas permanece incapaz de abrir mão de certas coisas e continua a se apegar às suas próprias preferências, irá afundar mais e mais.

Para um monge Zen, a atitude principal para o autoaperfeiçoamento é a prática de *shikantaza*. Sem considerar se você é esperto ou estúpido, você naturalmente melhorará se praticar zazen.

---

<sup>1</sup>Presumindo que exista um ego no corpo que é um composto temporal de vários elementos, pensando nele como sendo eterno ou substancial e apegando-se a ele. Egocentrismo. Esta é uma delusão fundamental. Nossa prática é ver a ausência de ego e a impermanência de toda existência e viver nessa base sem desejos gananciosos. Concretamente, nossos desejos se manifestam na busca de fama e lucro. Isso é porque Dogen coloca ênfase na prática do darma de Buda apenas pelo bem do darma de Buda, sem esperar nenhuma recompensa, isto é, fama e lucro.

Dogen disse,

Não é possível estudar extensivamente e obter amplo conhecimento. Decida-se e simplesmente desista de tentar fazê-lo. Foque sua atenção em uma coisa. Estude as coisas que você tem que saber e os exemplos tradicionais delas. Siga o caminho de prática de seus predecessores. Concentre seus esforços em uma prática<sup>1</sup>. Não pretenda ser um professor ou um líder de outros.

---

<sup>1</sup>Escolher uma prática e se concentrar nela é uma característica do Budismo Japonês; zazen, para Dogen, recitar o nenbutsu, para Honen e Shinran, e o daimoku (recitar Namu-myoho-rengekyo) para Nichiren, etc.

Uma vez Ejo perguntou,

“Qual o significado de não ser cego para causa e efeito?”<sup>1</sup>

Dogen respondeu: “Não mover causa e efeito”

Ejo perguntou: “Como então poderemos ser liberados?”

Dogen disse: “Causa e efeito são autoevidentes.”<sup>2</sup>

Ejo seguiu indagando: “Então, é a causa que acarreta o efeito ou o efeito que gera a causa?”

Disse Dogen: “Se assim é em todo caso, o que dizer de Nansen<sup>3</sup> ter matado o gato? Quando seus alunos não puderam dizer nada, Nansen imediatamente matou o gato. Mais tarde, quando Joshu (Zhaozhou) ouviu sobre o incidente, colocou sua sandália de palha sobre a cabeça e saiu. Isso foi uma ação excelente”.

Dogen acrescentou: “Se eu fosse Nansen, teria dito - ‘Se vocês não podem falar, matarei o gato; mesmo que falem, irei matá-lo. Quem lutaria por um gato? Quem pode salvar o gato? Em nome dos alunos, eu teria dito, eu teria dito - ‘Nós não somos capazes de falar, Mestre. Vá em frente e mate o gato!’ Ou, eu teria dito por eles - ‘Mestre, você só sabe como cortá-lo (o gato) em dois com um golpe, entretanto, você não sabe como cortá-lo em um com um golpe”.

---

<sup>1</sup>Esta é uma citação tirada de uma estória sobre Hyakujo Ekai (Baizhang Huihai) e um velho senhor (8º. caso do *Shoyoroku*; 2º. caso do *Mumonkan*). Sempre que Hyakujo dava palestras, havia um velho sempre presente. Quando os monges iam embora depois da palestra, ele também ia. Um dia, o velho não foi embora. Hyakujo perguntou a ele: “Quem está de pé à minha frente?” O velho disse: “No tempo de Kashapa-Buda no passado distante, eu estava vivendo nesta montanha. Uma vez um aluno me perguntou se uma pessoa com grande prática cairia na causalidade ou não. Eu respondi a ele: ‘Não, (tal pessoa) não cairia em causalidade’. Por causa daquela resposta eu me tornei uma raposa selvagem por quinhentas vidas. Eu imploro que você, por favor, me dê uma palavra-chave.” Hyakujo respondeu: “(Tal pessoa) não é cega para a causalidade”. Dogen fez seu próprio comentário sobre esta estória no *Shobogenzo Daishugyo* (A Grande Prática) e no *Shobogenzo Jinshin-inga* (Ter profunda Fé em Causa e Efeito).

<sup>2</sup>Na versão Choenji-bon, nesta passagem lê-se: “Causa e efeito são auto-evidentes e ocorrem simultaneamente”, tornando mais natural a conexão entre esta sentença e a próxima.

<sup>3</sup>Referência à estória de Nansen Fugan (Nanquan Puyuan, 749-834) e seus discípulos (9º. caso de *Shoyoroku*; 14º. caso do *Mumonkan*). Um dia, os monges das alas ocidental e oriental no monastério de Nansen discutiam a respeito de um gato. Vendo aquilo, Nansen pegou o gato e disse: “Se alguém puder falar, não matarei o gato”. Ninguém na assembleia falou. Nansen cortou o gato em dois. Mais tarde, Nansen relatou o incidente a Joshu (Zhaozhou Congshen, 778-895) e perguntou o que ele achava sobre isso. Joshu pegou sua sandália, colocou-a na cabeça e saiu. Nansen disse: “Se você estivesse aqui, teria salvo o gato”.

Ejo perguntou: "Como você o corta em um com um golpe?"

Dogen disse: "O próprio gato"; e acrescentou, "Se eu fosse Nansen, quando os alunos não puderam responder, eu teria libertado o gato dizendo que os alunos já haviam falado. Um mestre antigo disse, 'Quando a grande função se manifesta a si mesma, não existem regras fixas'<sup>4</sup>.

Dogen também disse: "Esta ação de Nansen, ou seja, de cortar o gato, é a manifestação da grande-função do darma de Buda. Esta é uma palavra-chave.<sup>5</sup> Se ela não fosse uma palavra-chave, não poderia ser dito que montanhas, rios e a grande Terra são a pura e clara Mente<sup>6</sup>. Ou não poderia ser dito que a Mente em si é o Buda. Ao ouvir esta palavra-chave, veja o próprio gato como nada além do corpo-Buda. Ao ouvirem esta palavra, os alunos devem imediatamente entrar em iluminação.

Dogen prosseguiu: "Esta ação, ou seja, de cortar o gato, não é nada mais do que uma ação de Buda".

Ejo perguntou: "Como devemos chamá-la?"

Dogen respondeu: "Chame-a de cortar o gato"

Ejo perguntou: "Isso é um crime ou não?"

Dogen disse: "Sim, é um crime".

Ejo inquiriu: "Como poderemos nos liberar dela?"

Dogen disse: "A ação de Buda e a ação criminal são separadas, ainda assim ambas ocorrem em uma ação".

Ejo perguntou: "É isso o que os Preceitos *Pratimoksa*<sup>7</sup> significam (emancipação caso a caso)?"

Dogen disse: "Sim, é isso. Embora esteja tudo bem, é melhor não usar tal método."

Ejo perguntou: "O termo 'violação dos preceitos' se refere aos crimes cometidos depois de ter recebido os preceitos? Ou os crimes cometidos antes de receber os preceitos também são chamados 'violação dos preceitos'?"

Dogen respondeu: "Violação dos preceitos se aplica apenas para àqueles crimes cometidos depois de os preceitos terem sido recebidos. Crimes cometidos antes de os preceitos terem sido recebidos são chamados apenas de

---

<sup>4</sup>Esta expressão é encontrada no terceiro caso do *Hekiganroku* (The Blue Cliff Records).

<sup>5</sup>Uma poderosa palavra ou frase que vira de cabeça para baixo a base da pessoa que a ouve.

<sup>6</sup>Neste *Shobogenzo Sokushinzebutsu* Dogen cita de um velho mestre: "Como é a mente excelente, pura e brilhante? Montanhas, rios e a grande Terra, o sol, a lua e as estrelas". E Dogen disse: "Deveria ser claramente entendido que a Mente é montanhas, rios e a grande Terra, o sol, a lua e as estrelas".

<sup>7</sup>No *Yukyogyo* (O Sutra do Último Discurso), o Buda disse: "Monges, depois de minha morte, respeitem e sigam o *pratimoksa*. Se o fizerem, serão como uma pessoa a quem foi dada uma luz na escuridão, ou como o pobre que adquiriu um grande tesouro".

crimes ou ações más. Eles não devem ser chamados de 'violação dos preceitos'".

Ejo comentou: 'Dentre os quarenta e oito preceitos menores<sup>8</sup>, há um que afirma que crimes cometidos antes de receber os preceitos são chamados violações."

Dogen respondeu: "Isso não é verdade. O que isso significa é que uma pessoa prestes a receber os preceitos deve se arrepender<sup>9</sup> de ações más cometidas no passado. De acordo com os dez preceitos maiores ou os quarenta e oito preceitos menores, tais ações más são chamadas violações. Os crimes cometidos antes não são chamados 'violação dos preceitos'".

Ejo colocou essa questão: "No Sutra dos Preceitos, diz-se que quando uma pessoa recebe os preceitos deve se arrepender das maldades cometidas até então. O mestre tem que ensinar os preceitos maiores e menores e fazer com que os alunos os recitem. Entretanto, na próxima seção do sutra, diz-se que você não deveria pregar sobre os preceitos a pessoas que ainda não os tenha recebido. Como devemos resolver esta contradição?"

Dogen respondeu: "Receber os preceitos e recitar os preceitos são coisas diferentes. Recitar o Sutra dos Preceitos pelo bem do arrependimento não é nada mais do que ler os sutras. Portanto, uma pessoa que não tenha ainda recebido os preceitos também recita o Sutra dos Preceitos. Não pode ser errado explicar o Sutra dos Preceitos a ela. O que a última parte do sutra diz é que você não deveria pregar os preceitos a pessoas que ainda não os tenha recebido pelo propósito de obter lucro. Você certamente deveria ensinar os preceitos de modo a que as pessoas se arrependam de suas ações más".

Ejo perguntou: "Embora se diga que a uma pessoa que cometeu os sete crimes graves<sup>10</sup> não é permitido receber os preceitos, a última parte do sutra diz que também devem se arrepender dos sete graves crimes. O que isso significa?"

Dogen respondeu: "Eles certamente devem se arrepender. O significado desta passagem 'A eles não é permitido receber os preceitos' tem o propósito de inibir o cometimento dos sete-crimes-graves. A antiga sentença significa que mesmo que alguém viole os preceitos, será puro quando receber novamente os

---

<sup>8</sup>Veja 1-2, nota de rodapé 5.

<sup>9</sup>Nos encontros de *fusatsu* (Sânc., *uposata*), tanto quanto no momento de receber os preceitos na ordenação, uma pessoa arrepende-se de todos os erros cometidos no passado. O verso seguinte de arrependimento é dito durante a recitação de sutra. "Todo Carma prejudicial alguma vez cometido por mim, desde tempos imemoriáveis devido à minha ganância, raiva e ignorância sem limites, nascido de meu corpo, boca e mente agora, de tudo eu me arrependo."

<sup>10</sup>Os sete graves crimes são: machucar o corpo de Buda, matar o próprio pai, matar a própria mãe, matar o professor do qual se recebeu a ordenação, matar o professor com quem se estuda, causar desunião na sanga, matar um sábio (*arhat*).

preceitos. Quando a pessoa se arrepende, ela é pura. É diferente de uma pessoa que não tenha ainda recebido os preceitos”.

Ejo perguntou: “Se a alguém que cometeu algum dos sete crimes graves é permitido se arrepender, ele pode receber os preceitos novamente?”

Dogen respondeu: “Sim. O falecido Mestre Eisai insistiu nisso. Uma vez que a uma pessoa que tenha cometido um dos sete crimes graves seja permitido se arrepender, ela também tem a permissão de receber os preceitos. O professor deveria permitir que uma pessoa que tenha se arrependido receba os preceitos, mesmo alguém que tenha cometido os sete crimes graves. Mesmo que o próprio professor viole os preceitos ao fazer isso, como um bodisatva, com o objetivo de salvar aquela pessoa, ele tem que permitir que ela os receba”.

## Em uma palestra da tarde Dogen disse,

Não use linguagem vulgar para repreender ou difamar monges. Mesmo que eles sejam maus ou desonestos, não guarde ódio contra eles nem abuse deles impensadamente. Em primeiro lugar, independentemente de quão maus eles possam ser, quando mais de quatro monges se reúnem<sup>1</sup>, eles formam uma sanga, que é um inestimável tesouro do país. Isso deveria ser firmemente respeitado e honrado. Se você é um abade, um monge sênior, ou mesmo um mestre ou professor, se seus discípulos estão errados, você deve instruí-los e guiá-los com um coração compassivo e parental<sup>2</sup>. Fazendo isso, entretanto, quando você estapeia aqueles que deveriam ser estapeados ou repreende aqueles que deveriam ser repreendidos, não se permita vilipendiá-los ou deixar surgir sentimentos de ódio.

Quando meu antigo mestre Nyojo<sup>3</sup> era o abade do Monastério Tendo, enquanto os monges estavam sentando zazen no *sodo* (sala dos monges)<sup>4</sup> ele batia neles com seu chinelo ou os repreendia com duras palavras de modo a mantê-los acordados. Ainda assim cada um deles ficava grato por ser atingido e todos o respeitavam grandemente.

Uma vez em uma palestra formal ele disse, "Estou velho. Eu deveria ter me aposentado do monastério e me mudado para um eremitério para cuidar de mim mesmo em minha velhice. Contudo, sou o abade e seu professor, cujo dever é quebrar as delusões de cada um de vocês e transmitir o Caminho; portanto, às vezes eu uso linguagem áspera para repreendê-los, ou bato em

---

<sup>1</sup> Na Índia, uma sanga era um grupo de mais do que quatro (ou cinco) pessoas vivendo juntas para praticar

<sup>2</sup>*Robashin* (japonês), literalmente significa "a mente de uma velha mulher". No *Tenzo Kyokun* Dogen menciona três mentes: *kishin* (mente de alegria), *roshin* (mente parental) e *daishin* (mente magnânima). Ele disse: "*Roshin* é a mente ou atitude de um pai ou mãe. Do mesmo modo que um pai ou uma mãe cuida de um filho único, mantenha os Três Tesouros em mente".

<sup>3</sup>Tendo Nyojo (Tiantong Ruijing, 1163-1228) tornou-se abade do Monastério Tendo em 1224 aos 58 anos. Dogen o conheceu no ano seguinte (1225), tornou-se seu discípulo e praticou com Nyojo por mais ou menos dois anos e meio. As questões de Dogen e as respostas de Nyojo foram registradas no *Hokyoji*, de Dogen. Dogen recebeu a transmissão do darma de Nyojo e retornou ao Japão em 1227.

<sup>4</sup>Abreviatura de *Shodoso* (sala do monge sagrado, isto é, Manjusri Bodisatva), assim chamado porque Manjusri é reverenciado no centro da sala. Ao redor do centro, há uma plataforma de uns dois metros chamado de *tan* na qual cada pessoa tem o espaço de um *tatami* (esteira de palha). Ali, cada monge come, dorme e pratica zazen. Este tipo de *sodo* foi provavelmente estabelecido durante a dinastia Tang, próximo à época de Hyakujo Ekai (Baizhang Huihai).

vocês com o bastão de bambu. Eu lamento ter que fazer isso. Entretanto, este é o caminho que permite que o darma floresça no lugar de Buda. Irmãos, por favor tenham compaixão de mim e me perdoem por meus atos”.

Ao ouvir estas palavras, todos nós derramamos lágrimas. Só com um espírito assim é que você pode ensinar e propagar o darma. Mesmo você sendo um abade ou um monge sênior, é errado dirigir a comunidade e abusar dos monges como se eles fossem seus pertences pessoais. Além do mais, se você não está em tal posição, não deveria apontar as faltas alheias ou falar mal dos outros. Você deve ser muito, muito cuidadoso.

Quando você vê as faltas de alguém e acredita que ele está errado, e você deseja instruí-lo com compaixão, deve encontrar meios hábeis para evitar que a raiva surja nas pessoas; e isso deve ser feito como se você estivesse falando sobre outra coisa.

**Dogen também relatou a seguinte estória:**

Quando o saudoso General da Guarda Imperial (Minamoto Yoritomo)<sup>1</sup> era primeiro secretário assistente do *Hyo-e-fu*<sup>2</sup>, participou uma vez de uma festa especial. Ele sentou-se perto do conselheiro particular.<sup>3</sup> Havia um homem causando um tumulto.

O Vice-ministro<sup>4</sup> pediu a Yoritomo que o contivesse.

Yoritomo respondeu: "Dê essa ordem a Rokuhara"<sup>5</sup>. Ele é o general do Clã Taira.

O Vice-ministro observou: "Mas você está bem aqui".

Yoritomo disse: "Não é meu papel contê-lo".

Essas são palavras admiráveis. Ele foi capaz de governar o país devido a tal atitude. Discípulos do Caminho nos dias de hoje deveriam ter a mesma atitude. Vocês não devem censurar os outros se não estiverem na posição de fazê-lo".

---

<sup>1</sup>Minamoto Yoritomo (1147-1199), filho mais velho de Minamoto Yoshitomo, foi o primeiro *shogun* (general) do Shogunato Kamakura. Yoritomo foi designado General da Guarda Imperial em 1190, e tornou-se *Seii-dai-shogun* em 1192. Foi o primeiro samurai a, de fato, assumir poder político.

<sup>2</sup>Escritório da classe *samurai* que protegia a Corte Imperial e o Imperador quando ele saía.

<sup>3</sup>Conselheiro particular é uma tradução de *Daifu*. Yoritomo foi nomeado secretário assistente do *Hyo-e-fu* em 1159, quando ele tinha treze anos. Durante o ano seguinte o clã Minamoto foi derrotado pelo clã Taira, o pai de Yoritomo foi morto, e ele foi expulso para Izu. O avô de Dogen, Matsumoto Motofusa, tornou-se conselheiro particular em 1160. Supõe-se que Dogen ouviu esta estória de seu avô (*Shobogenzo Zuimonki*, Mizuno Yaoko, p. 63).

<sup>4</sup>"Vice-ministro" é a tradução de *Dainagon*.

<sup>5</sup>Rokuhara é o nome de um lugar em Kyoto onde o clã Taira tinha suas propriedades. O clã Taira era rival do clã Minamoto e tinha mais poder naquela época. Os clãs continuaram a lutar até que Yoritomo estabeleceu seu próprio xogunato em Kamakura. No Japão, desde tempos remotos, as pessoas têm sido chamadas pelo nome da localização geográfica em que vivem.

**Em uma conversa ao anoitecer Dogen disse:**

Houve uma vez um general cujo nome era Rochurem (Lu-zhong-lian)<sup>1</sup>. Enquanto vivia no país regido por Heigenkun (Pingyuan-jun), ele subjugava os inimigos da corte. Embora Heigenkun o elogiasse e quisesse recompensá-lo com muito ouro, prata e outras coisas, Rochuren recusava, dizendo: "Derrubo inimigos apenas porque este é o papel de um general. Não faço isso para obter recompensas ou posses". Ao dizer isso, ele nunca recebeu a recompensa. Rochuren era famoso por sua retidão e integridade.

Mesmo na sociedade secular, aqueles que são sábios realizam suas tarefas apenas em nome de cumprir seus papéis. Eles não esperam nenhuma recompensa. Alunos do Caminho devem ter a mesma atitude mental. Uma vez que tenha entrado no Caminho de Buda<sup>2</sup>, você deve praticar as várias atividades apenas pelo bem do darma de Buda<sup>3</sup>. Não pense em ganhar nada em troca. Todos os ensinamentos, budistas e não budistas, nos exortam a nos libertarmos da expectativa de ganhar uma recompensa.

---

<sup>1</sup> Famoso general chinês na era dos Estados Guerreiros (403-221 a.C). Esta estória é tirada de *Shiki* (Shiji), compilada por Shibasen (Simaqian). Para o japonês, este tipo de herói chinês equivale ao herói grego ou romano para o povo europeu.

<sup>2</sup> Caminho (*Do*, em japonês, *Dao* em chinês) é uma tradução das palavras sânscritas *marga* ou *bodhi*. *Marga* é o caminho ao longo do qual devemos andar (prática) para nos tornarmos um Buda. *Bodhi* é consciência ou iluminação. Assim "Caminho de Buda" tem dois significados combinados, um é o caminho que leva à iluminação e o outro é a própria iluminação de Buda. Assim, o Caminho de Buda é o caminho que deveríamos trilhar em nossas atividades diárias na direção do Buda, uma vez que cada uma das atividades nada mais é do que uma manifestação da iluminação de Buda. Este é o significado da expressão de Dogen *shusho-ichinyo* (prática e iluminação são um).

<sup>3</sup> Buda-darma significa (1) a verdade ou realidade para a qual o Buda desperta, (2) os ensinamentos que nos mostram a realidade, e (3) a lei ou princípios morais que formam o modo de vida em acordo com esta realidade ou ensinamento. Outro significado desta palavra é "existência" ou "coisas" (a miríade do darma).

**Em uma palestra do darma, Dogen disse:**

Mesmo que você esteja falando racionalmente<sup>1</sup> e outra pessoa diga algo irracional, é errado derrotá-lo valendo-se de argumentação lógica. Por outro lado, não é bom desistir precipitadamente dizendo que você está errado, mesmo que você saiba que sua opinião é sensata.

Não derrote essa pessoa, nem se afaste dela dizendo que você está errado. É melhor simplesmente deixar o assunto de lado e parar de discutir. Se você agir como se não tivesse escutado e se esquecer do assunto, ela irá esquecer também e não ficará zangada. Isso é algo muito importante que sempre deve-se ter em mente.

---

<sup>1</sup> O original japonês, *dori* (ch. *Daoli*) significa (1) princípio, verdade, (2) razão, argumento.

## Dogen ensinou:

A impermanência é abrupta; vida-morte é um assunto vital<sup>1</sup>. Pelo curto tempo em que você está vivo, se você deseja estudar ou praticar alguma atividade, apenas pratique o Caminho de Buda e estude o darma de buda. Uma vez que literatura e poesia são inúteis, você deveria desistir delas. Mesmo quando estudar o darma de buda e praticar o Caminho de Buda, não o estude extensivamente. Desnecessário dizer, abstenha-se de aprender as escrituras Exotérica e Esotérica das escolas de ensino.<sup>2</sup> Não aprecie aprender em uma larga escala, mesmo que sejam os ensinamentos de budas e de ancestrais. É difícil para nós, pessoas inferiores e sem talento, nos concentrarmos e completarmos até mesmo uma coisa. Realmente não é nada bom fazer muitas coisas ao mesmo tempo e perder a estabilidade da mente.

---

<sup>1</sup> Vida-e-morte ou nascimento-e-morte. Esta é também tradução de *shoji*, ou em sânscrito, *samsara*, que significa transmigração dentro dos seis reinos de delusões. No *Shobogenzo Shoji* (Vida-e-morte), entretanto, Dogen disse: "Vida-e-morte é a preciosa Vida do Buda. Para os seres humanos, clarificar a realidade da vida-e-morte é a grande questão". A impermanência também é frequentemente usada em um sentido negativo, embora Dogen tenha citado o Sexto Ancestral no *Shobogenzo Bussho* (Natureza-Buda): "Portanto, relva, árvores e arbustos são impermanentes e nada mais são do que natureza-Buda. Seres humanos e coisas, corpo e mente são impermanentes, e nada mais são do que natureza-Buda. A suprema consciência (*anuttara-samyak-sambodhi*) é impermanente, uma vez que é natureza-Buda. O grande Nirvana é natureza-Buda uma vez que é impermanente."

<sup>2</sup> "Escolas de ensino" é tradução de *Kyoke* ou *Kyoshu*, escolas baseadas em escrituras escritas. Por exemplo, *Kegonshu* é baseado no *Kegonkyo* (Avatamsaka-sutra). Isso contrasta com aqueles que acreditam no *Zenke* ou *Zenshu*, que insiste que o Zen se baseia apenas na mente Buda e não nos ensinamentos verbais de Buda. "Ensino Exotérico" é tradução de *Kenkyo*, termo geral para todos os ensinamentos budistas, tanto *hinyana* quanto *mahayana*, diferente dos ensinamentos Esotéricos (*mikkyo*). *Mikkyo* significa os ensinamentos místicos que foram diretamente revelados pelo corpo do Darma Buda, Dainichi (Mahavairocana). Esta escola surgiu na Índia depois das escolas *hinyana* e *mahayana*. No Japão, o *Mikkyo* foi sistematizado por Kukai (774-835) e tornou-se a Escola Shingon, também conhecida como Budismo Vajra-yana.

### Dogen instruiu:

Há uma história sobre como o mestre Zen Chikaku (Zhijue)<sup>1</sup> despertou a mente bodai e se tornou monge. Ele havia sido um oficial do governo. Era um homem de talento e integridade. Enquanto era governante provincial, ele se apropriou ilegalmente de dinheiro oficial distribuindo-o às pessoas. Um dos oficiais que vivia cerca dele o denunciou ao Imperador.

Ao ouvir isso, o Imperador ficou abismado; todos os seus ministros também acharam o caso estranho. Ainda assim, tendo em vista que o crime não era de menor importância, a decisão foi sentenciá-lo à morte.

O Imperador disse: “Este oficial é um homem de talento e um sábio. Ele ousou cometer este crime. Ele deve ter tido alguma motivação profunda. Quando sua cabeça estiver prestes a ser cortada, se ele se mostrar arrependido e cheio de culpa, corte-a rapidamente. Se não, sem sombra de dúvida ele teve uma motivação mais profunda, então não o mate.”

Quando o enviado Imperial trouxe o condenado para ter a cabeça cortada, este não demonstrou nem arrependimento nem culpa; ao contrário, pareceu satisfeito. Ele disse a si mesmo: “Dou esta vida a todos os seres vivos”.

O enviado Imperial, surpreso e maravilhado, reportou o fato ao Imperador.

O Imperador exclamou: “Exatamente como pensei! Ele deve ter tido alguma razão profunda”.

Quando o Imperador perguntou ao oficial qual havia sido sua motivação, ele disse: “Eu queria me aposentar do escritório governamental, entregar minha vida a todos os seres vivos para com isso me associar a eles, nascer na família de Buda (tornar-se monge) e praticar o Caminho de Buda sinceramente”.

O Imperador se comoveu com a resposta e permitiu que Chikaku se tornasse monge. Assim, foi-lhe dado o nome Enju (Yansho), que significa “vida prolongada”, uma vez que ele fora salvo da punição capital.

Monges nos dias de hoje também têm que despertar uma aspiração como essa, ao menos uma vez. Despertar tal aspiração significa pensar pouco de sua própria vida, ter profunda compaixão por todos os seres vivos, e confiar sua vida física ao ensinamento de Buda. Se você já despertou tal aspiração, proteja-a; não a perca sequer por um momento. É impossível realizar o darma de buda sem despertar tal aspiração.

---

<sup>1</sup> Chikaku Zenji (Mestre Zen Zhijue) é o título honorífico de Yomyo Enju (Yongming Yanshou, 904-975). Ele serviu como oficial do governo e se tornou um monge quando tinha 28 anos. Foi um dos discípulos de Tendai Tokusho (Tientai Deshao), o segundo ancestral da Escola Hogen (Fayana) do Zen chinês.



## Em uma palestra noturna Dogen disse,

Na tradição dos ancestrais, o verdadeiro modo de se entender as palestras do darma [sobre a prática Zen] é o de gradualmente reformar o que você conhece e pensa seguindo a instrução de seu professor.

Mesmo que até então você tenha considerado que um buda tem características excelentes<sup>1</sup> como Xaquiamuni<sup>2</sup> ou Amitaba<sup>3</sup>, que irradie um halo, que tenha a virtude de pregar o darma e beneficiar os seres vivos, você deveria acreditar em seu professor se ele disser que buda é nada mais que um sapo ou uma minhoca, e jogar fora suas ideias anteriores. Entretanto, se você procurar por algumas características excelentes, um halo ou outras virtudes de uma buda no sapo ou na minhoca, você ainda não terá reformado sua mente discriminatória. Apenas entenda que o que você vê exatamente agora é buda. Se, de modo contínuo, você reformar sua mente discriminatória e o apego fundamental desta maneira, de acordo com a instrução de seu professor, você naturalmente se tornará uno com o Caminho.

Alunos hoje, entretanto, se apegam a suas próprias mentes discriminadoras. Seu pensamento é baseado em suas próprias visões pessoais

---

<sup>1</sup> De acordo com várias lendas budistas, o Buda tinha 32 características físicas principais e 80 marcas de excelência física.

<sup>2</sup> Xaquiamuni (o sábio do clã Shaka), fundador do Budismo. Filho do Rei Sudhodana e da Rainha Maya em Kapilavastu, Índia central, foi chamado de Sidarta e também de Gautama. Ele se casou e teve um filho, mas abandonou a família para buscar o Caminho da salvação aos 29 anos (19 anos, de acordo com outra tradição). Depois de 9 anos de prática, ele atingiu a iluminação e foi chamado "Buda" (o Desperto). Ele pregou o Caminho a muitas pessoas e, assim, a ordem Budista (sanga) foi formada. Ele morreu aos 80 anos de idade. Há diferentes opiniões no que se refere a estas datas: 565-486 a. C., de acordo com J. Takakusu; 463-383 a.C., de acordo com H. Nakamura. O Theravada tem uma tradição diferente, segundo a qual as datas de Buda são 624-544 a.C.

<sup>3</sup> Um dos budas mais populares no Budismo Mahayana. De acordo com o *Muryoju-kyo* (*Sukhavati Vyuha*), Amitaba foi anteriormente rei. Ao encontrar um buda chamado Sejizaio (Lokesvararaja), também desejou tornar-se um buda. Ele então renunciou ao mundo e se tornou monge, cujo nome veio a ser Hozo (Darmakara). Tomou os 48 votos e realizou várias práticas bodisatva para cumpri-los. Depois de muitos éons, ele os realizou e se tornou o Buda da Vida e Luz Infinita. Sua terra no Oeste, derivada de seus votos e práticas, é chamada de Gokuraku (Skt. Sukhavati) ou paraíso. O 18º. voto era que qualquer um que tivesse fé sincera nele (Amitaba) e recitasse seu nome, isto é, recitasse o *nenbutsu*, renasceria no paraíso Ocidental através de seu poder. Amitaba é um buda transcendental, ao contrário do buda histórico Xaquiamuni, e é geralmente lembrado como o corpo de recompensa (*J. Hojin skt, sambogakaya*). A escola de Budismo centrada em torno de Amitaba é conhecida como Budismo Terra Pura (*jodokyo*). Ela surgiu na Índia, cresceu na China e se desenvolveu mais plenamente no Japão.

de que buda tem que ser deste ou daquele modo; se algo vai contra suas ideias, eles dizem que buda não pode ser daquele modo.

Tendo tal atitude e vagando por aqui e por ali na delusão, buscando aquilo que se enquadra às suas preconcepções, poucos fazem algum progresso no Caminho de Buda.

Suponha que você tenha escalado até o topo de um mastro de cem pés<sup>4</sup> e lhe digam que você se deixe levar e avance um passo adiante sem considerar sua preciosa vida física. Em tal situação, se você disser que só pode praticar o Caminho de Buda quando estiver vivo, não está realmente seguindo seu professor. Considere isso cuidadosamente.

---

<sup>4</sup> Extraído de um verso do Mestre Zen chinês Chosa Keishin (Changsha Jingcen, 854-935).

*A pessoa imóvel no topo de um mastro de cem pés,  
Embora ele tenha adentrado [o Caminho], ele não é verdadeiramente [um homem do Caminho],*

*[Ele deveria] avançar um passo adiante do topo do mastro de cem pés.*

*O mundo das dez direções é todo o corpo [da pessoa].*

**Em uma palestra vespertina, Dogen disse:**

Mesmo pessoas no mundo laico devem se concentrar em uma coisa e aprendê-la tão completamente a ponto de serem capazes de praticá-la perante os outros, ao invés de aprender muitas coisas ao mesmo tempo, sem realmente dominar nenhuma delas.

Isso é ainda mais verdadeiro para o darma de Buda, que transcende o mundo laico, e não tem sido aprendido nem praticado desde o início imemoriável. Ainda não estamos familiarizados com ele. Do mesmo modo, nossa capacidade é limitada. Se tentarmos aprender muitas coisas sobre o sublime e ilimitado darma de Buda, não alcançaremos nem mesmo uma única coisa. Mesmo que nos devotemos a apenas uma coisa, por conta de nossa capacidade e natureza inferiores, será difícil esclarecer o darma de Buda completamente em uma vida. Alunos, concentrem-se em uma coisa.

Ejo perguntou: "Se é assim, qual coisa ou qual prática deveríamos escolher para nos devotarmos entre as várias maneiras de se praticar o darma de Buda?"

Dogen respondeu: "Depende do caráter ou da capacidade da pessoa; entretanto, até agora, é o zazen que tem sido passado adiante e priorizado/enfocado nas comunidades dos ancestrais. Esta prática é adequada a todas as pessoas e pode ser praticada por aqueles com capacidade superior, medíocre ou inferior. Quando eu estava na China, na assembleia de meu antigo professor Tendo Nyojo, eu sentei zazen dia e noite após ter ouvido esta verdade. Quando estava extremamente quente ou frio, os monges de lá paravam de sentar por um tempo porque ficavam com medo de adoecer. Naquele momento, pensei comigo mesmo: 'Pode ser que eu fique doente e morra. Ainda assim, devo apenas praticar zazen. Qual a utilidade de me apegar a este corpo? Como posso me abster da prática quando não estou doente? Morrer de alguma doença por causa da prática está em concordância com meu desejo original. Antes de mais nada, sou afortunado por ser capaz de praticar e morrer em uma assembleia sob a orientação de um bom professor na grande China e ser enterrado por pessoas grandiosas em um autêntico funeral budista. Se fosse para eu morrer no Japão, seria impossível ter um serviço funeral realizado por tais pessoas de acordo com rituais budistas. Se eu fosse morrer durante a prática antes de realizar iluminação, eu nasceria novamente na família de Buda por ter estabelecido esta relação. É sem sentido viver muito tempo sem praticar. É inútil. Além do mais, mesmo se eu desejasse manter meu corpo

seguro e saudável, eu poderia me afogar no oceano ou encontrar uma morte acidental; quão lastimável seria!<sup>43</sup>

Com tal determinação, continuamente sentei ereto dia e noite. Ainda assim, nunca fiquei doente. Agora, cada um de vocês deveria praticar exclusiva e sinceramente. Dez entre dez de vocês irão obter o Caminho. Meu antigo mestre Tendo nos encorajava desta forma.”

---

<sup>43</sup> Logo depois de Dogen conhecer Tendo Nyojo, seu professor japonês Myozen, que foi para a China com ele, morreu na enfermaria do monastério. Do mesmo modo, a viagem entre China e Japão foi muito perigosa. Então, não havia nenhum exagero na resolução de Dogen.

**Dogen instruiu,**

É bastante fácil abandonar a própria vida e cortar a própria carne, mãos e pés em uma crise emocional. Em relação aos afazeres mundanos, vemos muitas pessoas fazerem tais coisas, até mesmo pelo bem do seu apego a fama e lucro pessoal.

É ainda mais difícil harmonizar a mente, lidando com várias coisas e situações momento a momento. Aquela pessoa que estuda o Caminho deve esfriar sua cabeça, como se estivesse entregando sua vida, e considerar se o que ele ou ela está em vias de dizer ou de fazer está de acordo com a realidade ou não. Se estiver, deve dizer ou fazer.

## Dogen instruiu,

Estudantes do Caminho, não se preocupem com comida e roupas. Apenas mantenham os preceitos de Buda e não se engajem em afazeres mundanos. O Buda disse para usar trapos<sup>44</sup> abandonados como vestimenta e mendigar por comida. Em qual era estas duas coisas se esgotarão? Não se esqueça da rapidez da impermanência nem se perturbe inutilmente por afazeres mundanos. Enquanto sua vida humana, semelhante ao orvalho, durar, pense exclusivamente no Caminho de Buda e não se preocupe com outras coisas.

Alguém perguntou: “Embora seja difícil desistir de fama e lucro, na medida em que buscá-los é um grande obstáculo à prática do Caminho, eles devem ser abandonados. Consequentemente, eu os abandonei. Embora roupa e comida sejam coisas menores, elas são grandes questões para os praticantes. Vestir roupas feitas de trapos abandonados e mendigar por comida são práticas de pessoas superiores. Além do mais, este tem sido o costume na Índia. Os monastérios na China têm propriedade permanente<sup>45</sup> pertencente à comunidade, então eles não precisam se preocupar com tais coisas. Entretanto, os templos neste país não têm tais propriedades e a prática de mendicância não foi de modo algum transmitida. O que pessoas inferiores como eu, que não podem sustentar tal prática devem fazer? Se alguém como eu tenta obter esmolas de crentes leigos, ele está cometendo um pecado ao receber doação sem ter virtude. Ganhar a vida como fazendeiro, mercador, guerreiro ou artesão é um modo de vida impróprio para um monge. E, se eu deixar tudo para o destino, permanecerei muito pobre como resultado de um carma inferior. Quando sofro de fome ou estou entorpecido pelo frio, eu estarei em problemas e minha prática será impedida.

Alguém me aconselhou dizendo: ‘Sua forma de praticar é extrema. Você não entende esta época e não reflete sobre sua capacidade. Nossa natureza é inferior e esta é uma era degenerada<sup>46</sup>. Se você continuar a praticar desta forma,

---

<sup>44</sup> *Funzoe* em japonês (Skt., *Pamsukola*). Na Índia, o *kesa* (*kasaya*), os mantos dos monges budistas eram feitos de trapos abandonados encontrados em depósitos de lixo, cemitérios e assim por diante. Em *Shobogenzo Kesakudoku* (As Virtudes do Kasaya), Dogen disse: “Como o caminho imutável dos budas, *funzoe* (mantos de tecido abandonado são os melhores (para roupas de monges))”.

<sup>45</sup> Nos mosteiros Zen chineses, uma vez que os monges trabalhavam para se sustentar, eles possuíam terras e outras coisas chamadas *Jojumotsu*. Mais tarde, os mosteiros Zen foram apoiados pelo imperador, o governo ou a nobreza, e recebeu estas coisas deles.

<sup>46</sup> *Masse* em japonês, é o período de *mappo*, no qual os ensinamentos do Buda declinam. É o último dos três períodos após a morte do Buda. No decorrer do período do verdadeiro darma (*shobo*) com duração de 500 (alguns dizem 1.000) anos, os ensinamentos de Buda são praticados de maneira adequada e a iluminação pode ser alcançada. Durante o período do darma de aparência (*zoho*), com duração de 1.000 (alguns dizem 500) anos, o ensino é praticado, mas a iluminação não é mais possível. Durante o período

isso se tornara causa de retrocesso no Caminho. Busque o apoio de algum benfeitor, cuide de seu corpo ao viver em lugar tranquilo sem ter que se preocupar com comida e roupas e pratique o Caminho pacificamente. Isso não é ganância por propriedade ou pertences. Você deveria praticar depois de ter provido suas necessidades temporais de subsistência’.

Embora eu tenha ouvido seu conselho, eu ainda não acredito nele. Como deveríamos considerar tais coisas?”

Dogen respondeu: “Apenas estude cuidadosamente a conduta de monges Zen, junto com o estilo de vida de budas e ancestrais. Embora os costumes dos três países sejam diferentes, aqueles que verdadeiramente estudam o Caminho nunca praticaram do modo que você descreveu. Apenas não se apegue a afazeres mundanos mas estude o Caminho de uma maneira direta.

O Buda disse: “Não mantenha nada exceto mantos e uma tigela. Dê toda comida extra que tenha recebido pela mendicância para seres vivos famintos”.

Não estoque mesmo o que você tenha ganho, nem corra por aí procurando coisas. Em um texto não Budista é dito que se nós aprendemos o Caminho de manhã deveríamos não nos preocupar de morrer à tarde<sup>47</sup>. Mesmo que possamos morrer de frio ou fome, deveríamos seguir o ensinamento de Buda mesmo que apenas por um dia ou uma hora.

Em dez mil *kalpas* ou milhões de vidas, quantas vezes nós nascemos e quantas vezes morremos? Este ciclo de vidas é *samsara*, causado apenas pelo apego cego aos afazeres mundanos. Morrer de fome seguindo os ensinamentos de Buda nesta única vida resulta em paz e alegria eternas (Nirvana). Além do mais, eu nunca li na coleção dos sutras Budistas sobre um único Buda ou ancestral que tenha transmitido o darma nos três países e que tenha morrido de fome ou frio. Neste mundo, inerentemente cada pessoa recebe uma certa quantidade de comida e roupa como um presente. Não vem pelo fato de correremos atrás nem para de vir pelo fato de não correremos atrás. Apenas entregue para o destino e não se preocupe com isso. Se você se abstém de despertar a mente bodai nesta vida, justificando-se com base no fato de esta ser um era degenerada, em qual vida será possível obter o Caminho?

Mesmo que você não seja tão superior como Subhuti<sup>48</sup> ou Mahakasyapa<sup>49</sup>, você deveria praticar na sua máxima capacidade. Em um texto não Budista é

---

do último darma decadente (*mappo*), que durou 10.000 anos, apenas o ensino existe, embora não seja praticado e não haja iluminação. As pessoas acreditavam que o último período começou em 1052 d.C., o que influenciou grandemente o budismo japonês nos períodos Heian e Kamakura.

<sup>47</sup> Esta é uma citação tirada do capítulo 4 de Os Analectos de Confúcio, (*Ch., Lunyu, J., Rongo*).

<sup>48</sup> Subhuti foi um dos dez grandes discípulos de Buda. Diz-se que ele tinha um compreensão profunda de *sunyata* (vazio).

<sup>49</sup> Mahakashapa também foi um dos dez grandes discípulos de Buda. De acordo com a tradição Zen, ele recebeu a transmissão do darma de Buda e tornou-se o primeiro ancestral da Índia.

dito que um homem que ama as mulheres irá amá-las mesmo que elas não sejam tão belas como Mosho (Maoqiang) ou Seishi (Xishi)<sup>50</sup> e que uma pessoa que admira cavalos irá admirá-los mesmo que eles não sejam tão bons como Hito (Fei-tu) ou Rokuji (Lu-er)<sup>51</sup>. Alguém que aprecie o gosto (de comida) irá gostar (do que quer que seja) independente se isto for ou não tão delicioso quanto fígado de dragão ou medula de fênix. Nós simplesmente devemos usar tanta sabedoria quanto possuímos. Mesmo leigos têm esta atitude. Praticantes Budistas devem ser desta forma.

Além do mais, o Buda ofereceu vinte anos de sua vida para nós vivendo nesta era degenerada. Consequentemente, as ofertas e apoios de homens e seres celestiais aos monastérios neste mundo não cessaram. Embora o Tatagata tivesse fortes poderes e virtudes e fosse capaz de usá-los à vontade, ele passou um período de prática no verão comendo trigo usado para a forragem de cavalos<sup>52</sup>. Como seus discípulos hoje podem se aprimorar a não ser seguindo este exemplo?

Alguém perguntou: “Ao invés de, sem sentido, receber as ofertas de homens ou seres celestiais enquanto quebra os preceitos ou desperdiçar o legado do Tatagata sem despertar a mente bodai, não seria melhor viver como um leigo, se engajando em trabalhos comuns, mantendo-se vivo para continuar a prática do Caminho?”

Dogen respondeu: “Quem disse para quebrar os preceitos ou estar sem a mente bodai? Você tem que se forçar para despertar a mente bodai e praticar o darma de buda. Além do mais, é dito que o legado do Tatagata é igualmente dado sem preocupação com o fato de a pessoa manter ou quebrar os preceitos; independente de a pessoa ser um praticante iniciante ou avançado. Em lugar nenhum está escrito que você tem que retornar para a vida mundana ou parar de praticar, porque você quebrou os preceitos ou lhe falta a mente bodai. Quem tem tal mente bodai desde o início? Despertar o que é difícil de despertar, praticar o que é difícil de praticar...desta maneira, você irá naturalmente progredir no darma de Buda. Cada um de nós tem natureza buda. Não se deprecie sem sentido.

---

<sup>50</sup> Ambos eram símbolos da beleza Chinesa. Eles viveram no período de *Shunju* (Chunqiu, Primavera e Outono, 770-476 a.C.).

<sup>51</sup> Hito (Fei-tu, Coelho Voador) e Rokuji (Lu-er, Orelha Verde) eram cavalos famosos.

<sup>52</sup> Um certo rei uma vez convidou o Buda e seus quinhentos discípulos para passarem um período de prática de verão de noventa dias em seu país. O Buda e sua assembléia foram para o país, mas o rei se esqueceu de fazer ofertas diárias de comida, então eles sofreram de desnutrição. Havia um homem que possuía quinhentos cavalos, que ofereceu metade de sua forragem para cavalos ao Buda e seus discípulos. O Buda recebeu a oferta para poder continuar o período de prática.

Também, em *Monzen* (Wen-xuan)<sup>53</sup>, está escrito: 'A prosperidade do país é trazida por um único homem sábio. A via dos antigos morre por causa de um tolo que vem depois'. Isso significa que se um único homem de sabedoria aparece, o país florescerá e se um único tolo aparece, a via dos antigos irá desaparecer.

Considere isso bem.

---

<sup>53</sup> *Monzen* (Wenxuan) é uma antologia da literatura clássica chinesa compilada por volta de 530 d.D. Era popular no Japão como um texto para estudantes de literatura.

**Em uma conversa variada, Dogen disse:**

Homens e mulheres na sociedade laica, tanto jovens quanto idosos, com frequência passam tempo falando sobre coisas indecentes. Eles o fazem para entreter sua mente e iludir a si mesmos. Parece que a conversa vã entretém suas mentes e os distrai do tédio por um tempo. Monges, contudo, devem evitar completamente tal tipo de conversa.

Mesmo na sociedade laica, quando pessoas bem-educadas e sinceras discutem algumas questões sérias com a devida cortesia eles não se envolvem em tais conversas. Elas o fazem apenas quando estão embriagadas ou descontroladas. Desnecessário dizer que monges devem se preocupar apenas com o Caminho de Buda. Apenas alguns poucos monges excêntricos e imorais se envolvem em tal conversação indecente. Nos mosteiros na China, uma vez que eles nunca se envolvem em conversas medíocres, eles não falam de tais assuntos. Em nosso país também, enquanto Eisai, Abade do Mosteiro Kenninji estava vivo, ninguém nunca ouvia esse tipo de conversa. Mesmo após sua morte, enquanto alguns de seus discípulos ainda estavam no mosteiro, não se falava sobre tais coisas. Mais tarde, nos últimos sete ou oito anos, os jovens monges algumas vezes entregam-se a conversa fiada. Isso é realmente vergonhoso.

Nas Escrituras, está dito: “Embora ações vulgares e violentas possam algumas vezes fazer com que as pessoas despertem, a fala inútil obstrui o verdadeiro Caminho”. Seja até mesmo uma palavra que venha aos lábios sem querer, a fala inútil obstrui o Caminho. Mais ainda, a conversa lasciva excitará sua mente. Você deve ser muito cuidadoso. Sem forçar você mesmo a não usar tal linguagem, se você percebe que ela é ruim, você será capaz de melhorar gradualmente.

### Em uma palestra vespertina, Dogen disse,

A maioria das pessoas no mundo quer se vangloriar de suas boas ações e acobertar suas más ações. Uma vez que esta estrutura mental vai contra as mentes das deidades invisíveis<sup>54</sup>, suas boas ações permanecem sem recompensa, e suas más ações realizadas em segredo resultam em punição. Conseqüentemente, elas concluem que não há recompensa para boas ações, e pouco mérito no buda-darma. Esta é uma falsa visão. Por certo devemos reexaminá-la. Faça coisas boas em segredo enquanto as pessoas não estiverem vendo, e se você cometer um erro ou fizer algo ruim, confesse e se arrependa. Quando você age desta maneira, boas ações que você tenha feito em segredo terão recompensa, e ações errôneas serão reveladas e haverá arrependimento para que a punição possa se dissipar. Portanto, benefícios naturalmente virão no presente e você terá certeza sobre o resultado futuro.

Uma vez, um certo leigo veio e perguntou: "Atualmente, embora as pessoas leigas façam ofertas aos monges e tomem refúgio no buda-darma, muitos infortúnios ocorrem; por esta razão, maus pensamentos surgiram e as pessoas pensam que não deveriam mais ter fé nos Três Tesouros. O que você pensa sobre isso? "

Dogen respondeu: "A culpa não é dos monges nem do buda-darma e sim das próprias pessoas leigas. A razão é a seguinte. Por exemplo, eles reverenciam e fazem oferendas aos monges que observam os preceitos e comem de acordo com os regramentos (uma refeição antes do meio-dia) quando os outros estão olhando, mas negam oferendas a monges indecorosos que quebram os preceitos, bebem álcool e comem carne, julgando-os desprezíveis. Esta mente discriminatória e parcial vai totalmente contra o espírito de Buda. Por causa disso, sua fé e reverência são em vão e não há recompensa. Em várias partes dos textos de preceitos, há advertências contra esta estrutura mental. Você deveria fazer oferendas a qualquer monge independentemente de ele ter ou não qualquer virtude. Em especial, nunca julgue a virtude interior deles com base em sua aparência externa. Embora monges nesta era degenerada pareçam de tal modo estranhos em sua aparência externa, há piores mentes e ações. Portanto, sem discriminar entre bons e maus monges, respeite todos os discípulos de Buda, faça oferendas e se abrigue em um espírito de igualdade.

---

<sup>54</sup> Deidades invisíveis tais como Deva-Brahma, Indra, os reis-dragões, Yama, etc. Originalmente, estas deidades são emprestadas do Hinduísmo e de outras religiões. Budistas vieram a considera-las deidades protetoras do buda-darma.

Então você certamente estará de acordo com o espírito de Buda, e os benefícios serão vastos.

Do mesmo modo, considere as quatro frases, "ação despercebida, resposta despercebida; ação percebida, resposta percebida; (ação despercebida, resposta percebida; ação percebida, resposta despercebida)". Há também o princípio do karma e seu efeito nos três períodos de tempo; o karma retornando na vida presente, na próxima vida ou em alguma vida posterior.<sup>55</sup> Estude estes princípios atentamente".

---

<sup>55</sup> No Shobogenzo Sanjigo (O Karma dos três períodos de Tempo), Dogen comentou sobre este princípio do karma e seus efeitos: "Ao aprender e praticar o Caminho dos budas e ancestrais, desde o princípio, deveríamos estudar e clarificar este princípio do karma e seus efeitos nos três períodos de tempo. De outro modo, cairemos em falsas visões. Não apenas isso, nós também cairemos nos reinos do mal e sofreremos por um longo tempo."

### Em uma palestra vespertina Dogen disse:

“Suponha que alguém venha conversar sobre seus negócios e peça que você escreva uma carta solicitando algo de outra pessoa, ou que peça para ajudá-lo em um processo, etc., mas você recusa este pedido e se exime, com a justificativa de que você não é um homem [do mundo secular]<sup>56</sup>, que se apartou e que não tem nada a ver com afazeres mundanos, e que não é apropriado para um recluso dizer algo que não seja adequado a uma pessoa leiga. Embora esse possa parecer o modo de um recluso agir, você deveria examinar sua mais profunda motivação. Se você rejeita o pedido porque pensa que você é um monge que deixou o mundo secular e as pessoas poderão pensar mal de você se você disser algo inadequado para um recluso, isso ainda demonstra apego do ego a fama e lucro.

Em cada situação que você enfrenta, apenas considere cuidadosamente; faça tudo, mesmo que traga pouco benefício à pessoa que está diante de você, sem preocupação com o que as pessoas irão pensar de você. Mesmo que você se torne desfraternizado de seus amigos ou se indisponha com eles por dizerem que você fez algo ruim ou impróprio para um monge, isso não é importante. Seria melhor romper com tais pessoas de mente estreita. Mesmo que externamente possa parecer às outras pessoas que você esteja fazendo algo impróprio, a principal preocupação deve ser a de quebrar intimamente com seu apego egocêntrico e jogar fora qualquer desejo por fama. Um buda ou bodisatva corta até mesmo sua própria carne e membros quando alguém pede sua ajuda. Quão mais, então, você deveria estar disposto a ajudar alguém que pede apenas que você escreva uma carta? Se você rejeita este pedido, preocupado com sua reputação, você está demonstrando profundo apego ao seu ego. Embora outros possam pensar que você não é um homem sagrado e que você diga coisas inapropriadas, se você jogar fora sua preocupação por fama e trazer mesmo que um pequeno benefício aos outros, você estará em harmonia com o verdadeiro Caminho. Nós encontramos vários exemplos de sábios antigos que parecem ter tido esta atitude. Também considero isso

---

<sup>56</sup> A palavra que Dogen usa é *hinin*, que literalmente significa “não humano”. No Japão antigo, os monges eram, algumas vezes, chamados assim porque abandonavam o mundo secular. Na época de Dogen, as pessoas que deixavam os templos degenerados eram chamados *hinin*, *yosutebito* (aquele que abandona o mundo), ou *tonseisha* (o que escapa do mundo). Eles praticavam de vários modos e eventualmente formaram o assim chamado “Novo Budismo” do período Kamakura. Aqui Dogen critica alguns daqueles que eram indiferentes em relação a ajudar outros usando como desculpa o fato de serem eremitas.

verdade. É uma coisa fácil ajudar um pouco escrevendo uma carta quando seus apoiadores ou amigos pedirem para falar algo que seja um pouco inesperado.”

Ejo respondeu: “Isso é realmente verdadeiro. Certamente está correto dizer aos outros o que é bom e benéfico para eles. Mas, e no caso de alguém querer tomar a propriedade de outra pessoa por meios maléficos, ou tentar caluniar outra pessoa? Ainda assim devemos transmitir tais mensagens?”

Dogen respondeu: “Não cabe a nós decidirmos o que é sensato ou não. Devemos explicar à pessoa que estamos enviando a carta que alguém nos pediu para enviar, e dizer a ela para lidar com a questão sensatamente. A pessoa que recebe a carta e tem que lidar com o problema deve decidir o que é certo ou errado. Também é errado pedir à pessoa para fazer algo inconcebível sobre assuntos que estão fora de nossa área de atuação.

E, embora pareça errado, se você tiver um amigo que respeita você e por quem você sente que não poderia ir contra, tanto para o bem quanto para o mal, e ele pede seu apoio para, através de você, fazer algo errado e inaceitável, ouça seu pedido uma vez e em sua carta escreva que você foi requisitado inoportunamente e que a questão deveria ser tratada com sensatez. Se você trata cada situação desta forma, ninguém irá guardar rancor. Você deve levar em consideração coisas como essa de forma muito meticulosa, em cada encontro ou situação. A preocupação principal é deixar de lado o desejo por fama ou apego ao ego qualquer que seja a situação.”

**Em uma palestra vespertina, Dogen disse:**

“Hoje em dia, quase todas as pessoas, tanto leigas quanto monges, querem evidenciar aos outros quando elas fazem algo bom, e ocultar quando fazem algo ruim. Por causa disso, elas perdem a correlação entre seu eu interior e seu eu exterior. Você deve cuidadosamente buscar fazer com que a parte de dentro corresponda à parte de fora, arrepender-se das falhas e esconder sua real virtude. Não adorne sua aparência exterior. Ofereça coisas boas aos outros e aceite quando lhe oferecerem coisas ruins. ”

Alguém perguntou: “Certamente, devemos manter uma atitude de esconder nossa verdadeira virtude e não adornar nossa aparência. Ainda assim, para budas e bodisatvas, é essencial ter grande compaixão e beneficiar os seres vivos. Se monges ou leigos ignorantes encontram falhas, eles se tornarão culpados por caluniar o sacerdócio. Mesmo que eles não entendam a verdadeira virtude interior, se eles virem monges de boa aparência, os respeitarem e fizerem oferendas a eles, deve haver algum mérito que ocasione felicidade. O que devemos pensar a respeito disso? ”

Dogen respondeu: “Embora você não adorne sua aparência exterior, é irracional se tornar autoindulgente. Se você executa más ações em frente a pessoas leigas sob o pretexto de esconder sua verdadeira virtude, isso sem dúvida é uma terrível violação dos preceitos.

“Embora alguns desejem meramente obter fama como pessoas de mente bodai, e não queiram que suas faltas sejam conhecidas pelos outros, os seres celestiais, as deidades guardiãs, e os três tesouros, estão secretamente observando. Aqui o que está sendo recriminado é uma atitude de não sentir nenhuma vergonha perante seres invisíveis, mas cobiçar a estima de pessoas mundanas. Você deveria considerar as coisas apenas pelo bem do florescimento do darma e pelo benefício dos seres vivos, todo o tempo e em qualquer situação. Fale depois de refletir cuidadosamente; aja depois de pensar com atenção; não aja precipitadamente. Pondere sobre o que é razoável em qualquer situação que você encontre. Nossa vida muda momento a momento, ela flui rapidamente dia após dia. Tudo é impermanente e muda de maneira rápida. Esta é a realidade diante de nossos olhos. Você não precisa esperar pelo ensinamento dos mestres ou sutras para enxergar isso. Em cada momento, não esteja contando que o amanhã chegará. Pense apenas neste dia e neste momento. Tendo em vista que o futuro é bastante duvidoso, e que você não pode prever o que acontecerá, você deveria decidir seguir o Caminho de Buda,

apenas por hoje, enquanto você está vivo. Seguir o Caminho de Buda é abrir mão de sua vida física e agir de modo a permitir que o darma floresça e que traga benefícios aos seres vivos”.

Alguém perguntou: “De acordo com os ensinamentos de Buda, deveríamos praticar a mendicância por comida? ”

Dogen respondeu: “Sim, deveríamos”. Ainda assim temos que levar em consideração os costumes e as condições de cada país. Qualquer que seja a situação, deveríamos escolher o que é melhor para o benefício dos seres vivos a longo prazo, e para o progresso de nossa própria prática. No que se refere a mendicância, uma vez que as estradas deste país são de terra, se caminarmos por aí usando os mantos Budistas, eles ficarão enlameados. Da mesma forma, uma vez que as pessoas são pobres, talvez seja impossível mendigar da mesma forma como na Índia, ou seja, de casa em casa ao longo da estrada sem se preocupar com o fato de a pessoa ser pobre ou rica. [Se nos apegarmos a tal modo], nossa prática pode acabar regredir e seremos incapazes de funcionar com magnanimidade pelo benefício dos seres vivos. Apenas se continuarmos praticando humildemente o Caminho de Buda seguindo os costumes do país as pessoas de todas as classes irão nos apoiar fazendo ofertas por conta própria e irão praticar por si mesmas e para que o benefício dos outros seja realizado.

O que é o melhor pelo bem do Caminho de Buda e para o benefício dos outros deve ser considerado em cada situação. Esqueça o lucro pessoal e não se preocupe com sua reputação.”

## Dogen instruiu:

Alunos do Caminho, vocês devem ser bem cuidadosos em vários níveis ao abrirem mão de sentimentos mundanos. Abrir mão do mundo, abrir mão de sua família e abrir mão de seu corpo e mente. Considerem bem isso. Mesmo entre aqueles que se retiram do mundo e vivem isolados nas montanhas ou florestas, há alguns que temem que suas famílias, as quais têm continuado por muitas gerações, cessarão de existir, e ficam ansiosos por seus familiares ou parentes.

Embora algumas pessoas tenham deixado seus lares e abandonado suas famílias ou propriedades, elas ainda não abandonaram seus corpos se consideram que não poderiam fazer nada fisicamente doloroso e se evitam praticar algo que possa causar enfermidade, mesmo sabendo que isso é o Caminho de Buda.

Além do mais, mesmo que elas levem adiante práticas árduas e dolorosas sem se apegar a suas vidas corpóreas, se suas mentes ainda não tiverem entrado no Caminho de Buda e se elas decidirem não agir contra sua própria vontade mesmo que tais ações sejam o Caminho de Buda, elas ainda não abandonaram suas mentes.

---

<sup>1</sup> O *Zoku-kosoden* (Xu-gaosengzhuàn) foi compilado por Nanzan Dosen (Nanshan Daoxuan, 596-667), fundador da Escola Nanzan-ritsu. Esta coleção de trinta volumes inclui as biografias dos monges da dinastia Liang (502-557) até o início da dinastia Tang (618-907).

<sup>2</sup> Skt., *sarira*. Depois que Xaquiamuni morreu, suas relíquias foram divididas em oito porções e preservadas nas *stupas* erigidas por seus alunos leigos nos vários distritos na Índia. Desde então, as relíquias de Buda têm sido objeto de adoração por pessoas leigas.

<sup>3</sup> *Shuryo*, em japonês, é uma sala de estudo, para se tomar chá ou para descanso nos mosteiros Zen. Kannon Bodisatva está preservada no *shuryo*.

<sup>4</sup> *Temma-hajin*, em japonês. *Temma* significa um demônio celestial, rei do céu Paranirmitavasavartin (*takejizai-ten*) e é assim chamado porque causa entraves para aqueles que seguem o Caminho Budista. *Hajun* (Papiyas, em sânscrito) é o nome do demônio.

<sup>5</sup> *Nyorai*, em japonês, um dos epítetos do Buda. Literalmente, *Nyorai* significa “que assim veio” ou “que assim foi”, popularmente interpretado como “aquele que veio (foi) do assim como é”.

<sup>6</sup> Uma visão incorreta que vai contra o *darma* ou que impede as pessoas de verem a realidade tal como ela é, ou a qual negligencia o princípio de causa e efeito.

<sup>7</sup> Seres humanos e seres celestiais ainda estão no reino do *samsara*. O termo original japonês para “uma bênção” é *fukubun*, que significa as causas que ocasionam a felicidade nos mundos humano e celestial. Em contraposição a *fukubun* está *dobun*, a causa para o Caminho que transcende o *samsara*, ou seja, o mundo humano e celestial.

<sup>8</sup> Os Três Tesouros no Budismo são: 1) o *buda*, aquele que está desperto para a realidade e a ensina, 2) o *darma*, a realidade e o ensinamento que aponta para a realidade e 3) a *sanga*, a

---

comunidade de pessoas que seguem o ensinamento. O mundo dos Três Tesouros é bastante diferente do reino do samsara baseado em delusões ou em desejos.

<sup>9</sup>O samsara é categorizado em seis reinos: inferno, o reino dos espíritos insaciáveis, animais, demônios asura, humanos e seres celestiais. Os três primeiros são chamados de reinos maléficos enquanto os outros três são chamados de bons reinos. Algumas vezes, os primeiros quatro são chamados de reinos maléficos e os últimos dois são chamados de bons reinos.

<sup>10</sup> Seres humanos tornam-se crianças de Buda ao receber os preceitos de Buda por meio da ordenação.

<sup>11</sup> No *Shobogenzo Sanjushichihon-bodaibunpo* Dogen disse: "O grande professor Xaquiamuni abandonou a sucessão a seu pai na posição de rei não porque ela fosse indigna, mas porque ele iria suceder na posição de buda, a qual era incomparavelmente preciosa. A posição de Buda é a posição de um monge sem teto. Esta é a posição reverenciada por todos os seres humanos e celestiais. Esta é a posição de suprema consciência (*annutara-samyak-sambodhi*).

<sup>12</sup>Literalmente, significa "apenas sentar". No *Bendowa* Dogen, citando seu professor, escreveu: "De acordo com a inequívoca tradição herdada, esse buda-darma, que tem sido singular e diretamente transmitido, é supremo acima de qualquer comparação. A partir do momento em que você começa a praticar com um professor, queimar incenso, curvar-se, *nenbutsu*, tanto quanto as práticas de recitação ou leitura dos sutras, são desnecessárias. Simplesmente pratique o zazen (*shikantaza*), deixando cair corpo e mente". *Shikantaza* é zazen quando praticado sem esperar nenhuma recompensa, mesmo iluminação. É apenas ser você mesmo, bem aqui, neste exato momento.

<sup>13</sup>Literalmente, *sorin* significa uma floresta na qual vários tipos de árvores estão vivendo juntas. Em um monastério, todos os praticantes com suas diferentes personalidades, capacidades e experiências de vida vivem juntos com mente bodai unificada; portanto monastérios Zen são chamados de *sorin*.