

Beber chá, comer arroz

Mestre Keizan, a mente comum e o Combate do Dharma

Por Mui Leticia Rothen Sato

Publicado em [Jornal do Zendo Brasil](#) 94 – Abril/Maio/Junho de 2026

PARTE 1 – Encarando um combate

O Combate do Dharma é uma cerimonia que nos coloca em evidência diante da Sanga com um intuito aparentemente paradoxal: ser visto e reconhecido e ao mesmo tempo, se diminuir e desaparecer ante a linhagem dos ancestrais.

As cerimonias no Zen são práticas reveladoras. Colocam à vista princípios que de outro modo seriam invisíveis ou incompreensíveis.

No Combate do Dharma, à primeira vista, vemos um praticante sendo testado em suas capacidades por um coletivo que o vai aprovar ou reprovar. Mas olhando em profundidade, o que acontece é este próprio coletivo sendo sustentado e fortalecido pelo conjunto de seus “membros”, não havendo esta separação entre quem testa e quem está sendo testado.

Não há dois – nem três. Há apenas um corpo se expressando e manifestando o Dharma. Um Combate não se trata de um vencendo o outro, nem se elevando em superioridade ou excepcionalidade.

Um Combate do Dharma é o Dharma vivo sendo passado de mente a mente – do Abade, a Jisha, ao Secretário, ao Assistente, ao Shuso, à Assembleia, ao Shuso, ao Abade – a Buda. Num movimento e fluxo incessante de prática e presença.

Flui a correnteza da linhagem através do caso ancestral lido e vivido nos anos de preparação à Cerimonia. O que é estar preparado para uma cerimonia além do que viver o cotidiano da prática em seus gestos mais simples e corriqueiros? Fazer o chá, lavar o banheiro, introduzir o zazen, acertar as velas, varrer o chão.... dia após dia, prática após prática. O que há mais além disso?

Não combater nem a si mesmo, pois a mente comum se expressa no não combate, na não vitória, na não derrota. Viver é simplesmente viver.

Quanto podemos aprender estudando um ancestral!

“A mente comum é o caminho”. Séculos atrás, Mestre Gikai perguntou a Mestre Keizan: — O que você entende por isso? — Quanto estiver bebendo chá, beba o chá.

Sem obstáculos, logo, sem medo.

Quais os maiores obstáculos ao enfrentar um combate? Preparo físico? Alimentação correta? Treino árduo da mente? Limites que precisam ser ultrapassados?

Ao longo de quatro anos estudando o caso de Mestre Keizan sob orientação de Genzo Sensei, pude observar o incessante movimento analítico de minha mente, querendo encontrar respostas, definir conceitos, ultrapassar limites pessoais. A mente comum

chegou até mim literalmente como um caminho que me levaria a algum resultado satisfatório e definitivo: encontrar a tal mente iluminada, livre, suave, fluida, sem obstáculos.

Como escapar da tentação de tentar curar-se a si mesmo?

Muito tempo e muita prática para começar a entender que não há cura, não há solução final. Talvez haja um surfar suave nas ondas da impermanência, mas não da forma como eu pensei que seria.

Combati a mim mesma por anos e só fiquei pronta para o Combate do Dharma quando soltei as armas e me rendi. Me rendi ao simples fato de que não há o que encontrar que seja diferente do que sou exatamente agora.

Talvez por isso eu tenha permanecido tantos anos estudando Mestre Keizan. Ao longo do tempo, eu voltava à sua vida e às suas palavras, e a mente comum ia deixando de ficar a rios e montanhas de distância.

*“Não existe caminho fora da vida ordinária.
Não existe refúgio fora da própria mente”*

PARTE 2 – Um estudo de caso

Muitas vezes, quando iniciamos um caminho espiritual, tendemos a idealizá-lo como algo especial, transcendente, sagrado e superior ao caminho mundano. Nos prendemos a práticas visando evolução, melhorias – quero ser um “eu melhor”, um “eu superior”.

Em 1295, no templo Daijōji, na província de Kaga, Tettsū Gikai chamou seu jovem assistente, Keizan Jōkin, para a prova final de sucessão. Keizan Jōkin tinha então 32 anos. Antes de interrogá-lo, Gikai Zenji retomou um famoso diálogo da China Tang:

- O que é o Caminho? — perguntou Nansen a Zhàozhōu.
- A mente comum é o Caminho.
- Então devo procurá-lo?
- Se você o procurar, dele se afasta.

Em seguida, voltou-se para Keizan:

- Como você compreende a afirmação de Zhàozhōu de que a mente comum é o Caminho?
 - perguntou Gikai.
 - É como uma bola negra deslizando pela noite escura — respondeu Keizan.
 - Expresse isso com outras palavras — disse Gikai.
 - Beber chá — apenas beber chá; comer arroz — apenas comer arroz — respondeu Keizan.
- Gikai sorriu:
- A partir de agora, você deve promover o estilo da escola Soto¹.

¹ As versões do diálogo entre Nansen e Zhàozhōu/Jōshū, bem como do encontro entre Gikai Zenji e Keizan Zenji sobre a expressão “a mente comum é o Caminho”, variam conforme a fonte consultada. Este texto se apoia em formulações preservadas e desenvolvidas na tradição posterior da escola Sōtō, especialmente em Kōdō Takeuchi, *A mente comum é o caminho*; Shūdō Ishii, *Keizan Jōkin and His Thought*; e Ryūken Yokoyama, *The Life and Great Work of Keizan Zenji* (2).

Para quem espera grandes revelações filosóficas ou geniais explicações cheias de erudição, esse ensinamento pode parecer banal, ou até simplório. Afinal, praticar tantos e tantos anos para chegar a uma conclusão do tipo “faça tal coisa fazendo tal coisa” parece tão pouco! E, no entanto, é justamente isso que Mestre Gikai reconhece como expressão suficiente. É justamente isso que ele nomeia como estilo da escola Soto.

No início de sua prática, Mestre Keizan parecia decidido a encontrar e realizar a prática correta, com determinação e uma firmeza quase inflexível. Imaginem uma criança de 8 anos se recusando a comer até que seus pais atendessem seu desejo de se tornar monge. Dizem que isso é apenas lenda, mas lendas de alguma forma comunicam aspectos reais – penso que tal caracterização aponta para o caráter firme e decidido de Gyoshi – que viria a ser Mestre Keizan.

O próprio Keizan Zenji relata que, em 1271, aos 8 anos de idade, raspou a cabeça como noviço e ingressou no templo Eiheiiji — fundado por Mestre Dogen e, naquele momento, liderado por Gikai Zenji (1219–1309), terceiro abade do templo e discípulo direto de Dogen Zenji. Aos 13 anos, recebeu a ordenação monástica oficial (tokudo) e o nome ‘Jokin’. Sua ordenação foi conduzida por Mestre Koun Ejō, de quem foi o último discípulo a receber a ordenação².

Por trás de uma determinação como essa, pode haver algo que sustente e fortaleça a pessoa nos momentos difíceis. No caso de Mestre Keizan, ele próprio afirma que sua trajetória esteve profundamente ligada à devoção de sua mãe a Kannon, Bodisatva da Compaixão, e às preces que ela dirigia a essa figura.

Aqui vale um parêntese. Quando hoje pensamos em devoção, é fácil entendê-la como um pedido feito por um eu isolado a uma entidade exterior. Mas não me parece que seja esse o horizonte em que Mestre Keizan viveu. Relatos de sonhos e visões, por exemplo, não eram entendidos simplesmente como experiências privadas ou fantasiosas. Faziam parte de uma linguagem religiosa em que o eu não aparecia como entidade isolada e em que a prática acontecia em interdependência.

Lendo assim, a devoção à compaixão não aponta para dependência de uma força externa. Aponta para o reconhecimento de que a vida humana se sustenta por relações e de que o caminho também se faz assim.

É nesse horizonte que o próprio Mestre Keizan fala da influência de sua mãe:

“Minha trajetória transcorreu sem dificuldades. Todas as coisas boas que realizei — tornar-me monge, estudar literatura, meu treinamento budista, minha aquisição de conhecimento, bem como minha sucessão no Dharma, meu abaciado e meu ensinamento a deuses e homens — ocorreram por causa do poder das preces de minha mãe a esta imagem.”

² As informações biográficas iniciais sobre Mestre Keizan — ingresso em Eiheiiji ainda na infância, ordenação, formação junto a discípulos diretos de Mestre Dōgen e vínculo com Gikai Zenji — foram reunidas principalmente a partir de Shūdō Ishii, *Keizan Jōkin and His Thought*, e Berwyn Watson, *Great Master Keizan Jōkin: His Life and Legacy*

Mestre Keizan também recorda que sua mãe percebia com clareza seu temperamento irritável e rezava para que essa raiva se acalmasse. É ele mesmo quem, ao narrar um episódio decisivo de seus 19 anos, liga essa transformação às preces dela:

'Aos 19 anos (1282), particularmente no outono, busquei sinceramente o Caminho do Buda. Eventualmente, [sob o mestre Zen Jakuen no Templo Hokoji,] fui nomeado Ino e me destaquei nas funções do templo. As pessoas me elogiavam universalmente. No entanto, havia uma pessoa que me criticava veementemente e difamava. A raiva surgiu em meu coração, e cheguei a contemplar cometer um grave pecado. Nesse momento, de repente, refleti profundamente.

'Desde a infância, possuo talentos excepcionais, e agora, com uma sincera aspiração pelo caminho do bodisatva, fui designado para a posição de Ino (monge chefe). Meu desejo é me tornar um líder no Budismo, guiando todos os seres. Esta é a minha grande aspiração. Se eu cometer um erro, minha vida se tornará completamente sem sentido. Daqui em diante, nunca deixarei a raiva surgir.'

Como resultado, meu coração naturalmente se tornou compassivo e gentil. Agora, aos 59 anos, me tornei um líder respeitável. Essa transformação não se deve apenas ao meu próprio arrependimento, mas também ao poder das orações da minha amada mãe e de minha irmã mais velha.³

Não por acaso, essa centralidade da relação atravessa a tradição budista desde muito cedo. Quando Ānanda diz ao Buda que a amizade verdadeira, o companheirismo e a camaradagem seriam metade da vida dedicada à prática, o Buda o corrige: *não, Ānanda, isso não é metade da vida 'santa'; isso é a vida 'santa' inteira⁴.*

Vejo em Mestre Keizan uma vida em que o Caminho não aparece como fruto apenas de esforço individual, mas como algo sustentado por encontros e relações. A compaixão tomou forma concreta, para ele, nas figuras femininas a quem se sentia profundamente ligado. Mais do que isso, essas orações atuaram como chamado à prática e como apoio para que ele não fosse tomado pelos impulsos destrutivos de sua firme determinação.

Aqui, o Caminho aparece como algo maior do que a vontade individual: uma realidade compartilhada, sustentada por pessoas, votos, ancestrais e relações que a precedem e a acompanham.

Aos 32 anos, quando disse a Mestre Gikai que a mente comum é “beber chá — apenas beber chá; comer arroz — apenas comer arroz”, já não fala ali alguém movido pelo esforço de alcançar alguma coisa rara ou extraordinária. “Beber o chá, comer o arroz” não aponta apenas para plena presença no que se faz. Aponta também para uma prática em que o eu já não se coloca no centro como quem quer alcançar algo excepcional.

Talvez tenha sido isso que eu fui demorando a entender ao longo do meu próprio estudo: o cotidiano que aparece nessa resposta — chá, arroz — não é o de uma interioridade isolada, mas o da prática compartilhada, da vida comunitária repetida dia após dia, vivida com outros e sustentada por formas transmitidas. Há aí também um trabalho silencioso de desapego da própria rigidez.

³ As informações sobre a devoção da mãe de Keizan Zenji a Kannon, bem como o episódio de seus 19 anos, em que ele associa sua transformação às preces maternas, baseiam-se sobretudo em Berwyn Watson, *Great Master Keizan Jōkin: His Life and Legacy*, e em *Keizan Study Material for the 2010 National Conference of The Soto Zen Buddhist Association*, com base em passagens do *Tōkokuki*.

⁴ *Upaddha Sutta: Half (of the Holy Life)* (SN 45.2).

Quando o eu ocupa o centro, brotam com facilidade atitudes reativas e defensivas: meu espaço, meu modo de fazer, a prática correta do meu ponto de vista. O que acontece quando isso deixa de ser tão alimentado? “Daqui em diante, nunca deixarei a raiva surgir”, disse Mestre Keizan aos 19 anos. Não se trata de fabricar outro eu, nem de imaginar que certos impulsos desapareçam por milagre. Trata-se de não continuar alimentando aquilo que endurece o coração. Aos poucos, pode surgir outra qualidade de presença: menos defensiva, menos autocentrada, mais disponível. O outro já não precisa aparecer como ameaça. Talvez a compaixão comece aí.

Depois de receber a transmissão do Dharma de Gikai Zenji, Mestre Keizan passou a ocupar lugares de responsabilidade cada vez maiores dentro da linhagem. Tornou-se o segundo abade de Daijōji, aproximadamente entre os 34 e os 44 anos; foi ali que iniciou as palestras do Denkōroku. Depois, seguiu para a região de Noto, onde Yōkōji começaria a tomar forma – primeiro com a doação de terras por volta de seus 48 anos, e depois com sua entrada efetiva no templo, por volta dos 53. Alguns anos mais tarde, já perto dos 57, assumiu também o antigo templo Morooka-dera, que renomeou Sōjiji⁵.

Nessa trajetória, Yōkōji parece ocupar um lugar especial. Foi ali que, após a morte de sua mãe, Enkan Daishi, Keizan Zenji passou a realizar de modo mais direto um compromisso com o reconhecimento pleno das mulheres no caminho da prática e do despertar. A maior parte das monjas ligadas a Mestre Keizan se tornou sua discípula nesse período.

É nesse mesmo horizonte que aparece Sonin-ni, doadora das terras que tornaram possível a fundação do templo e, mais tarde, fundadora de *Entsūin*, concluído em 1322 dentro de Yōkōji, como lugar de oração ligado a esse mesmo compromisso. Ali também se construiu o *Goroho*, espaço funerário e memorial dos cinco ancestrais, ligado à continuidade da linhagem.

Sōjiji, por sua vez, tinha outra função dentro da rede organizada por Mestre Keizan: era um centro de treinamento, enquanto Yōkōji ocupava o lugar central na hierarquia de seus templos.

É justamente em Yōkōji que a realidade compartilhada do caminho aparece de forma mais visível nos registros históricos. O Dharma não se sustenta sozinho: há quem doe a terra, quem construa, quem cozinhe, quem cuide, quem preserve o templo, quem sustente a comunidade, quem reze pelos mortos, quem mantenha vivos os vínculos. Dentro dessa rede, os registros de Yōkōji deixam ver com mais nitidez a relação de Mestre Keizan com os patronos e apoiadores leigos. Eles já faziam parte da vida monástica medieval, mas aqui vemos com mais clareza como essa relação foi por ele regulada.

Mestre Keizan sabia que o apoio leigo podia interferir profundamente no destino de um templo e, por isso, deixou estabelecido com Sonin e Nobunao, por exemplo, que não houvesse interferência na condução da prática e da sucessão. Ao mesmo tempo, fala dos patronos com grande respeito, incluindo-os entre as condições concretas de existência do

⁵ As idades de Mestre Keizan variam conforme a cronologia adotada nas diferentes referências. A tradição recente da Sōtōshū tem privilegiado a data de nascimento em 1264, embora outras fontes trabalhem com datas ligeiramente diferentes. As idades aqui são aproximadas e servem apenas para situar o momento de sua trajetória.

próprio Dharma. Preces, memoriais e cerimônias aparecem então como parte dessa vida compartilhada do caminho, como expressão de vínculos, gratidão e continuidade⁶.

Essa rede não se limitava aos patronos. Ela alcançava também o povo comum, as famílias, os mortos e as formas públicas de cuidado. Keido Chisan chega a caracterizar Keizan Zenji como alguém que se tornou “amigo do povo comum”. Jiyu-Kennett, herdeira de sua linhagem, observa que, por meio da magnificência das cerimônias públicas, ele também alcançava as camadas mais pobres — pessoas que, tendo muito pouca beleza em suas vidas, podiam ainda assim ir ao templo e ver algo belo. A partir daí, escreve ela, muitos foram capazes de sublimar seu trabalho no mundo e ir além dele, fazendo de cada atividade de suas vidas uma prática meditativa, do mesmo modo que os praticantes em treinamento⁷.

Nesse contexto, as cerimônias se tornam mais do que simples formas exteriores: tornam-se expressão do próprio caminho, como uma das formas pelas quais a compaixão, a lembrança e a continuidade do Dharma se tornam visíveis e cultivam uma postura humana digna diante da vida, da morte, de si e do outro.

Nos últimos anos de sua vida, Mestre Keizan transmitiu a abadia de Sōjiji a Gasan Zenji e, no ano seguinte, Yōkōji a Meihō Sotetsu. Pouco depois, por volta dos 62 anos, faleceu.

Nos registros deixados por ele e por seus discípulos, o que permanece não é apenas a memória de um fundador, mas o traço – e a qualidade – de uma presença.

*Cultivando a mim mesmo, feito por meus próprios esforços – um campo deserto,
Vendido e comprado repetidamente, mas sempre novo.
Sementes de espírito sem fim, sementes, amadurecendo e se desprendendo,
Vejo pessoas arando no Salão do Dharma.*
- Keizan Zenji

Seus discípulos o recordam assim⁸:

‘Ah, estou perplexo com a infinidade de bondades recebidas do Mestre. Tento falar sem desejo ou apego, mas a bondade profunda recebida como discípulo de meu mestre está além das palavras.’
- Meihō Sotetsu Zenji

‘Após me dedicar diligentemente, sem poupar meu corpo e mente, como posso retribuir as virtudes de bondade que recebi de Keizan Zenji, que me nutriu com amor? Agora, estou sobrecarregado de tristeza, mas jamais esquecerei sua constante bondade.’
- Chinzan Genshō Zenji

‘De manhã até a noite, persegui os cinco estágios de Dongshan. As virtudes de Keizan Zenji são mais profundas que o oceano, mais altas que o Monte Tai; ao pensar na bondade

⁶ As informações históricas e biográficas sobre a trajetória de Mestre Keizan após a transmissão do Dharma, bem como sobre Daijōji, Yōkōji, Sōjiji, Sonin, Entsūin, o papel das mulheres e a rede de patronos e apoiadores leigos, foram reunidas principalmente a partir de Shūdō Ishii, *Keizan Jōkin and His Thought*; Berwyn Watson, *Great Master Keizan Jōkin: His Life and Legacy*; Ryūken Yokoyama, *The Life and Great Work of Keizan Zenji (2)*; *Keizan Study Material for the 2010 National Conference of The Soto Zen Buddhist Association* e Bodiford, *William M. Sōtō Zen in Medieval Japan*.

⁷ Jiyu-Kennett, P.T.N.H. *Zen Is Eternal Life*.

⁸ Ryūken Yokoyama, *The Life and Great Work of Keizan Zenji (3)*.

recebida... ah, por mais de vinte anos, servi-o diligentemente dia e noite. A orientação rígida, mas encorajadora, que continuou ao longo do dia, agora chegou ao fim.'

- Gasan Jōseki Zenji

O que fica, então, não é a glória de um nome, mas o rastro de vida vivida no Caminho. O chá bebido. O chão varrido. Os mortos lembrados. Os que chegam, recebidos.

O caminho não está em outro lugar. Vê-se o caminho justamente ao andar nele.

Fontes bibliográficas

BODIFORD, William M. Sōtō Zen in Medieval Japan. Studies in East Asian Buddhism, 8. Honolulu: University of Hawai'i Press; Kuroda Institute, 1993.

FERGUSON, Gaylon. "How the Five Skandhas Build Our Sense of Self." *Lion's Roar*, 11 mar. 2020.

ISHII, Shūdō. "Keizan Jōkin and His Thought." In: KOPF, Gereon (ed.). *The Dao Companion to Japanese Buddhist Philosophy*: Springer, 2016.

JIYU-KENNETT, P.T.N.H. Zen Is Eternal Life. 4. ed. Mount Shasta, California: Shasta Abbey Press, 1999.

KEIDŌ CHISAN KŌHŌ ZENJI. Sōtō Zen: An Introduction to the Thought of the Serene Reflection Meditation School of Buddhism. Edited by Rev. Jishō Perry, M.O.B.C. [s.l.: s.n.], [s.d.].

MAGID, Barry. "Ordinary Mind Is the Way." Dharma talk proferido no Ordinary Mind Zendo, 18 nov. 2016.

NYOGEN ROSHI. "Ordinary Mind is the Way." *Hazy Moon Zen Center*. [s.d.]. Disponível em: Hazy Moon Zen Center. Acesso em: 20 mar. 2026

SOTO ZEN BUDDHIST ASSOCIATION. *Keizan Study Material for the 2010 National Conference of The Soto Zen Buddhist Association*. [s.l.: s.n.], 2010. [Material de estudo / coletânea].

TAKEUCHI, Kōdō. *Byojoshin Zedo* (A mente comum é o Caminho). [s.l.: s.n.], [s.d.]. PDF disponível na biblioteca em português do site oficial da Sotoshu.

THANISSARO BHIKKHU. *The Five Aggregates: A Study Guide*. Valley Center, CA: Metta Forest Monastery / dhammatalks.org, 2010.

THANISSARO BHIKKHU (trad.). "Upaddha Sutta: Half (of the Holy Life) (SN 45.2)." Access to Insight, 1997.

WATSON, Berwyn. "Great Master Keizan Jōkin: His Life and Legacy." *The Journal of the Order of Buddhist Contemplatives*. [s.l.: s.n.], [2012?]. PDF disponível em: journal.obcon.org.

YOKOYAMA, Ryūken. "The Life and Great Work of Keizan Zenji." *Dharma Eye: News of Soto Zen Buddhism: Teachings and Practice*, n. 51, 52 e 53, 2023–2024.



Mui Letícia Rothen Sato iniciou sua prática em 2006, recebeu os preceitos em 2012 e é discípula de Monja Coen Roshi. É professora no Zendo Curitiba, onde atua junto com Ryuzan Hebert Hiroshi Sato. Atua também como pesquisadora e consultora em uma organização da sociedade civil dedicada à promoção da saúde mental.