

Tempio Buddista ZENSHINJI
Scuola LINCI di CHAN (RINZAI ZEN)

Fondato da Engaku Taino (Luigi Mario)
Diretto da Alvise Ryuichi Mario

Località Pian del Vantaggio, 64
05018 Orvieto TR

alvise.mario@gmail.com
http://zenshinji.org



La pulizia della fontana. Ne ho parlato durante le esortazioni alla sesshin di marzo. Da febbraio dello scorso anno vado a lavarmi alla fontana ogni volta che sono a Scaramuccia. Dico lavare, ma soprattutto in inverno non è che ci sia bisogno di lavarsi molto, soprattutto se non si fanno lavori faticosi o che sporcano con polveri o vernici. Un anno, da ragazzino, a ridosso di una settimana di sci, ero influenzato. Si decise in famiglia di andare a fare un bagno nell'acqua fredda come rimedio. Da sempre la cura delle malattie in casa è stato affrontato per mezzo dei consigli del dottor Del Conte, ma anche da un modo di affrontare le difficoltà seguendo il risultato dell'esperienza della vita nel monastero di Shofokuji e del vivere la montagna con continuità, con fatica e adattamento. Quando ho fatto il primo bagno nel febbraio dello scorso anno, le due vasche oltre ad ospitare il granchio, erano piene di fango, alghe, rami e foglie: lo svuotamento e la pulizia di inizio estate avevano risolto il problema. Adesso invece le vasche, soprattutto quella in cui mi immergo di più, quella più piccola, resta abbastanza pulita e libera. Sesshin è stato detto tante volte, significa cuori e strofinamento, uno strofinamento e una pulizia dei cuori di coloro che insieme si ritrovano seduti a gambe incrociate. "Ma il lucidarsi della sesshin è soprattutto altro. È l'azione che permette di consumare tutte le pezze che tengono avvolto e oscurato il gioiello che è la propria realtà. E così far uscire la realtà di cui si è alla ricerca". Ci sarà comunque bisogno, a ridosso dell'estate, di pulire in profondità la fontana.

Quando in una sera di marzo mi siedo nello zendo e accendo il senko, vedo l'incensiera non ordinata, e il pensiero va a Filippo Goso che a tanti ha mostrato, nei numerosi anni che ha frequentato Scaramuccia, il modo corretto di preparare la *montagnetta* che accoglie il bastoncino. Ora un ginko snello e alto è pronto ad abbellire questo luogo.

Ekiganroku Caso 14

Yun Men e l'affermazione pertinente

Un monaco chiese a Yun Men: "Quali sono gli insegnamenti di una vita intera?". (*Nemmeno adesso hanno finito. Il conferenziere non capisce; è nella grotta delle complicazioni che lo confondono.*)

Yun Men disse: "Un'affermazione pertinente". (*Un martello di ferro senza il buco per il manico. Un'esplosione abbondante. Un topo rosicchia dello zenzero grezzo.*)

Ekiganroku Caso 15

Yun Men e l'affermazione rovesciata

Un monaco chiese a Yun Men: "Quando non è l'intelletto presente e non è i fenomeni presenti, cos'è?". (*Perché saltare qua e là? Indietreggiare tremila miglia.*)

Yun Men disse: "Un'affermazione rovesciata". *(Ne escono alla pari. La verità esce dalla bocca del condannato; non può essere lasciato andare. Stende il suo corpo tra le erbe selvatiche.)*

Ekiganroku Caso 16

Ching Ch'ing e l'uomo fra le erbacce

Un monaco chiese a Ching Ch'ing: "Mi sto schiudendo; chiedo al maestro di aprire". *(Perché sollevare onde dove non c'è vento? Cosa vuoi fare con tutte queste idee?)*.

Ching Ch'ing disse: "Sai vivere o no?". *(Una stiletta. Compra il cappello che gli va bene in testa. Aggiungere errore a errore. Non tutti possono essere così.)*

Il monaco disse: "Se non fossi vivo, la gente riderebbe di me". *(Tira dentro gli altri. Regge il cielo e sostiene la terra; l'uomo che porta una tavola.)*

Ching Ch'ing disse: "Anche tu sei un uomo tra le erbacce". *(Dopo tutto. Prendi quello che ti arriva e esci. Non può essere lasciato andare.)*

Sesshini di marzo: *Pino Muin, Claudia De Angelis, Luciano Dallapè, Giovanni Groaz, Francesco Myosho, Alberto Hakue, Federico Shutan, Cecilia Allegri, Elena Allegri, Paolo Shoji, Carla Gabrielli.*

Sesshin di aprile: *Luciano Dallapè, Gloria Conti, Carla Seighen, Donatella Yoten, Alberto Castori, Francesco Myosho, Alberto Hakue, Pino Muin, Mario Soshin, Giovanni Groaz, Carla Gabrielli.*

Sesshin di maggio: *Luciano Dallapè, Claudia De Angelis, Francesco Sosen, Carla Seighen, Vilma Myodo, Mattia Rinaldo, Simona Delle Fratte, Alberto Castori, Gloria Conti, Luigi Daisui, Carla Gabrielli, Giovanni Groaz, Alberto Hakue.*

Del Taichi

Dopo essere tornato a Ferentillo avevo ancora la luce del sole di Scaramuccia impressa nel ricordo. Questi due luoghi, seppur a una distanza in linea d'aria inferiore ai cento chilometri, sono molto diversi tra di loro. Sono cresciuto con l'orizzonte spazioso e la vista che trova lontananza in ogni direzione; Ferentillo e ancor di più Macenano dove c'è la mia casa, si trova in fondo alla valle scavata dal fiume Nera. E così del sorgere del sole vedo solo i suoi effetti sulla montagna davanti e il tramonto, al solstizio d'estate, avviene già alle sette. Sarà stato per questo che ho sempre praticato saltuariamente come invece faceva il maestro Taino, l'osservazione del sole all'orizzonte. Dice Omraam Mikhael Aivanhov in Meditazioni al sorgere del sole: *"Per essere pienamente coscienti di ciò che rappresenta il sole – questa potenza luminosa, calorosa e vivificante – per comprenderlo e riceverlo bene, e per provare al suo cospetto un sentimento sacro, profondo e puro, dovete prepararvi: significa trovare un modo di vivere che vi permetta di avvicinarvi ogni giorno di più alla quintessenza del sole"*. Quando sono a Scaramuccia mi soffermo al tramonto con lo sguardo dritto, verso il sole. Un po' come andare alle terme, sentire il suo calore entrarmi dentro. E invece la forza del taichi, il *supremo assoluto*, è proprio l'esercizio che porti ovunque, anche da seduto, anche a letto con il pensiero, entrando completamente nei suoi movimenti. Anche quest'anno si è trascorso questi giorni di Pasqua sempre intorno a Scaramuccia, a cercare di riuscire a fare anche un solo movimento *in stato di grazia*, a memorizzare la sequenza, e a consumare le dita nelle falesie non troppo lontane cercando anche qui di sentire la pancia a spingere il corpo ora verso l'alto. Primo giorno di pioggia: s'è deciso di approfittare della bella palestra di arrampicata in cui lavorano Lea e Marco. Qualche ora a stressare dita e muscoli sugli strapiombi colorati e poi nello zendo piccolo per il taichi. Il giorno successivo sulle pareti del monte Amiata e il lunedì di Pasquetta alle gole del Forello. Tante persone sulle strade ma noi sempre *controcorrente* a goderci le pareti solitarie, le cene ottime, i sutra la mattina e le tante chiacchiere. Chi arrampicava, chi faceva taichi, chi piacevolmente condivideva la vicinanza in un luogo tanto bello. Questi erano, Beo, Daniela, Gloria, Fabrizio, Regina, Giuseppe, Danila, Valerio, Luigia, Simona, Francesco, Maisa, Laura, Fabian, Lena, Marco, Lea. Viene facile di pensare già al prossimo anno.

Dei gatti

Nell'estate del 2019 lasciammo la casa di Ferentillo a Filippo Goso. Volendo lui dare un contributo in cambio, decidemmo per una pitturata delle pareti interne di due camere. Al termine dell'estate trovammo oltre le pareti perfettamente dipinte anche un gatto davanti la porta che aspettava del cibo. Il gatto era una gatta che fu chiamata da Fabian Ettore, in onore del personaggio dell'Iliade, poema che aveva studiato per la recita scolastica. Dalla prima cucciolata venne Macchiolo che durante il periodo della chiusura forzata in casa ci accompagnò nelle nostre escursioni proibite sulla montagna, arrivando a percorrere con noi anche 400 metri di dislivello. Poi arrivarono Paura, Terrore, Etorino e Cuoricino. Tutti questi gatti, pur non entrando in casa, non hanno mai avuto problemi di cibo. Probabilmente questo li ha resi più docili, e quando i randagi della zona si sono accorti della disponibilità di pasti quotidiani, non avevano problemi a fare valere le loro ragioni sugli altri, molto meno combattivi. Uno di questi era Megan, maschio dal pelo rosso e gran prepotente. Non è che voglia parlare di gattini, ma proprio Megan è uscito da una serie di scontri per cui ora ha una coda spezzata, un dente strappato, una zampa non più buona e anche probabilmente un carattere meno deciso (arrivano i giovani!). E così quando ora arriva per mangiare si deve accontentare di aspettare che tutti finiscano sperando che resti qualcosa. Quando nel 2020 mi hanno ricoverato e operato d'urgenza mi sono svegliato in un letto dal quale riuscivo a scendere per andare al gabinetto solo con enormi dolori addominali per i trenta punti che avevo lungo l'addome. A causa delle restrizioni di parenti non ne potevo ricevere e di conseguenza neanche un po' di aiuto, visto che le infermiere erano continuamente indaffarate. Inoltre, il giorno successivo, il letto accanto al mio era stato occupato da un costruttore sessantenne, sempre pronto alla battuta con le diverse infermiere che se lo coccolavano. La programmata operazione che doveva essere semplice era diventata complicata e così il suo risveglio fu come il mio, con catetere e sondino e tanti dolori. Le infermiere non venivano più. Non era più l'imprenditore simpatico, ma un vecchio rompiscatole che voleva attenzioni. Da un junkei del 2001: *"Osservando, come mi è capitato, i cani, i gatti, le galline, i topi e altri animali selvatici, ci si accorge di come non ci sia scampo. Può sembrare che conducano una vita tranquilla. Leopardi dice che le pecore sono tranquille mentre l'uomo si annoia. Sicuramente appena finito di mangiare e chiuse nel recinto dove nessuno gli può far niente saranno tranquille. Vengono all'esistenza per fare le pecore, brucare l'erba e stare tranquille? Invece pure l'esistenza degli animali è crudele. Sentono impellente il bisogno di procreare, di procurarsi da mangiare e un riparo per non essere assaliti da altri animali più forti di loro; la loro esistenza è tutta qui. E pure gli esseri umani, se si osserva la nostra società, malgrado gli ordinamenti e le regole che ci siamo dati, si trovano in condizioni simili. Se ne può uscire soltanto lottando, affinché l'animalità di chi vuole sfruttare le debolezze degli altri, possa essere perlomeno delimitata. Per quanto ci riguarda, si deve riconoscere l'ineluttabilità di questa condizione e trovare in se stessi, sedendo, immersi nel respiro, la capacità che permetta di vivere nella giungla in maniera tranquilla, sapendo che non ci può succedere niente. Se si è topi ci sarà un gatto che in un certo momento ci mangerà, o qualche trappola in cui cadere. Se si è gatti ci toccherà mangiare i topi e stare attenti che una macchina non ci schiacci mentre attraversiamo la strada. Non c'è una condizione dalla quale scappare. Anche il leone, il re della foresta, il momento in cui invecchia, arriva il giovane leone che lo scaccia e dovrà procurarsi il cibo da solo e poi morire. Non c'è scampo per nessuno. L'unica condizione che ci rende veramente umani, quella in cui noi di Scaramuccia crediamo, è diventare Budda. In quel momento, ci riconosciamo in ogni animale, e vediamo come ognuno partecipa al proprio gioco. Tutti attenti alla propria parte e soltanto la realizzazione della buddità permette di non prendersela troppo. Quando c'è da mangiare, mangiamo e quando c'è da essere mangiati...eeh!"*. Chissà se le decine di migliaia di anziani rinchiusi nelle RSA e lasciati morire soli e abbandonati in questi due anni, senza cure o con le cure sbagliate, e senza nessuno dei propri cari, avevano realizzato la loro buddità...

Lea e Marco sono andati a Trento per la visita alla madre e agli altri parenti. Mia madre è andata a Terni per camminare ed è restata anche a dormire per cenare con loro. Rimasto solo come non mi capitava da tanti anni, mi faccio prendere dal silenzio, visto che la televisione resta spenta. Il piacere di questa solitudine viene interrotto dall'arrivo di un'auto, poi un'altra. Sono Sandro e Andrea per il mercoledì di meditazione e sanzen. Oltre a Luciano che viene tutta la settimana prima della sesshin, qualcuno viene la sera, Andrea la mattina. A volte nessuno. Alcuni di quelli che hanno frequentato molti anni questo luogo hanno scritto di vivere con tristezza il fatto di vedere lo zendo vuoto, con poche persone. E invece, attraversando il prato ed entrando nel silenzio della sala, seduto sul cuscino tutto ciò che c'è intorno scompare. Le gambe nel loto, il senko nell'aria, il respiro lungo mille anni.

I mercoledì: Luciano Dallapè, Andrea Pacioni, Sandro Soen, Francesca Tatta, Michael Giuliani.

Un errore

*Inevitabilmente
diranno che qui parla un radoteur
come si misurasse col calendario
la saggezza.
Non esistono vite corte o lunghe
ma vite vere o vitemorte o simili.
Non sarò ripescato in qualche fiume
gonfio come una spugna. È un errore
che si paga.*

E. Montale *Quaderno dei quattro anni*

Tornando dalle Marche, poco prima di arrivare a Ferentillo, inizia a piovere. Sono giorni in cui l'acqua cade abbondante e probabilmente è per questo che a scalare per i due giorni eravamo pochi. Invece l'acqua l'abbiamo vista solo dall'alto scorrere nella stretta gola del Furlo. Il fiume Candigliano per il suo colore ricordava quello che scorre nel Verdon, e anche la ripida valle che lo chiudeva aumentava la suggestione. In due ore si è arrivati al parcheggio e in dieci minuti si sono poggiate le mani sulla roccia scaldata dal sole. Le lisce pareti erano tecniche e difficili da interpretare, ma fino al 6c s'è riuscito a non sfigurare. La brezza incanalata del tardo pomeriggio ci ha accompagnato alle auto e all'ombra di piccoli tigli abbiamo bevuto una birra fredda a rinfrescare la gola e le dita consumate. A metà strada tra il Furlo e Piobbico dove saremmo andati il giorno dopo, ci siamo fermati nella grande casa che ci ha ospitati per la notte. L'ampia cucina ci ha permesso di preparare la cena e i tanti letti ci hanno fatto dormire comodamente. Il giorno dopo eravamo a Rio Vitoschio dove già alle nove e un quarto avevamo montato le prime vie. Tante scalate, poco sole, niente pioggia e acqua gelida del fiume a rinfrescare i piedi gonfi da due giorni di placca. E poi via verso Bocca Serriola dove il *Giapponese* sempre sorridente nel vederci, ci ha dissetati e rinfrescati. E così il giro è stato chiuso e ogni volta che si torna tutti i dubbi che c'erano alla partenza sembrano lontani e infondati. Non mi piace rimandare, ma andare a vedere, anche solo per un caffè, per fare un saluto. Il saluto finale, con Donatella, Maurizio, Giuseppe, Fabrizio e Gloria è stato quello in cui si spera di rivedersi presto.

Ma chi glielo fa fare? Così ha detto un'allieva della Scuola della Montagna a Laura, riferendosi alle situazioni che mi trovo ad affrontare in questo ultimo anno e mezzo. Basterebbe andarsi a rileggere il caso 14 del bukksosan roku che afferma che *il mondo è perfetto così*, per risponderle: *“Se si realizza di stare sul palcoscenico del grande teatro che è l'esistenza, si vede che nessuno è immune dalla sofferenza. Non si può stabilire un'unità di misura della sofferenza, e il dolore, quando colpisce, è per noi il più grande dei dolori. Come non si può dire: “Il mio maestro è meglio del tuo”, nemmeno “Il mio dolore è più grande del tuo, io soffro più di te, tu non capisci quanto io soffro”. Quando ci colpisce, quello è il proprio dolore. Ma se si riesce a vedersi recitare una parte al meglio delle proprie possibilità, se si riesce a camminare la mano nella mano del proprio maestro mentre afferma che il mondo è perfetto così, si potrà comprendere il senso dell'opera scritta da uno sceneggiatore così bravo. Essa si dispiega davanti ai nostri occhi, ma vi partecipiamo tutti, sia da attori che da sceneggiatori”*.

La storia

I

*La storia non si snoda
come una catena
di anelli ininterrotta.
In ogni caso
molti anelli non tengono.
La storia non contiene
il prima e il dopo,*

nulla in lei che borbotti
a lento fuoco.
La storia non è prodotta
da chi la pensa e neppure
da chi l'ignora. La storia
non si fa strada, si ostina,
detesta il poco a poco, non procede
né recede, si sposta di binario
e la sua direzione
non è nell'orario.
La storia non giustifica
e non deplora,
la storia non è intrinseca
perché è fuori.
La storia non somministra
carezze o colpi di frusta.
La storia non è magistra
di niente che ci riguardi.
Accorgersene non serve
a farla più vera o più giusta.

E. Montale *Satura*

Della scuola della Montagna (che ultimamente è più scuola di arrampicata...)

Si, perché nell'ultimo anno le scelte fatte da me sulle attività della scuola si sono indirizzate soprattutto verso le scalate in falesia. Non c'è niente di male, scalare è una delle cose che faccio da più tempo e che più mi piace. Ma anche la montagna dei picchi bui esposti a nord, le vie lunghe e solitarie, i pendii innevati e silenziosi sono luoghi verso il quale sono sempre stato attratto. Ma ai piedi del mio letto nella casa di Ferentillo ormai c'è una borsa, sempre. Inizialmente utilizzavo il *furoshiki*, un grande fazzoletto in seta o cotone dove riporre il koromo da bonzo, usato quando ci si sposta da un tempio a un altro. Ora utilizzo una borsa così da metterci anche i pochi libri che mi porto dietro. Facendo i conti, calcolando che per ogni mese trascorro una settimana a Scaramuccia, più i mercoledì e giovedì, il taichi e altre occasioni, si arriva facilmente a vedere che ogni anno passo un terzo dei miei giorni in quel luogo. Inoltre ogni tanto mi tocca andare a insegnare a qualche tecnico che si arrampica sui tralicci in giro per l'Italia. Così, quando mi ritrovo a decidere se passare due giorni o più a fare alpinismo invernale o qualche gita di scialpinismo o vie lunghe lontano da casa, preferisco dedicarmi a quelle scalate dove più facilmente riesco a condividere le giornate con la famiglia. Questa è tutt'altro che una lamentela e l'ho appena detto sopra che il mondo è perfetto così. Se lo racconto è perché ogni tanto qualcuno mi chiede i motivi per cui non si fa questo o quell'altro. E torna alla mente una frase detta dal maestro Taino a un ragazzo che aveva appena iniziato a scalare: "*Beato te che hai tutte queste vie ancora da arrampicare!*". Torneranno le grandi vette e gli ampi spazi.

Nell'attesa ci è toccato di andare a **Monte Sanvito** con le caratteristiche vie lunghe e tecniche e il suo ambiente scosceso e circondato da scure pareti verticali. La pioggia, aumentata un po' alla volta, ci ha lasciati quasi indifferenti, resistendo fino a che tutto e tutti erano bagnati. Infreddoliti, ci siamo diretti verso l'accogliente ristorante di Luca a Monterivoso a bere chi una birra e chi un bicchiere di *vin brulé*. È stata poi la volta di **Pioraco**. In questo periodo andiamo spesso nelle Marche. Queste sono molto lontane per i romani e in giornata diventa un viaggio impegnativo. Ma è un po' che per cause diverse di romani se ne vedono pochi. O almeno si vedono *solo* quelli che si sono comprati una casa in Valnerina. Attingiamo così con più leggerezza a una regione che offre tante possibilità. Pioraco è un posto che ha molte vie facili e lunghe, con un avvicinamento di un minuto. Viene quindi apprezzato anche se le scalate sono tutte simili. Tutte tranne quelle più difficili - noi arriviamo al 6c - che hanno movimenti molto tecnici e di resistenza. E poi Pioraco è città famosa per la cartiera e ha quindi nella sua stretta gola un fiume, il Potenza, *bello quasi* come il Nera. Nelle Marche ancora, a **Gelagna**. La valle del Menotre è molto bella e ricca di acqua. Noi la conosciamo soprattutto per il paesino di Pale e l'omonima falesia di arrampicata. I turisti la conoscono soprattutto per il piccolo borgo di Rasiglia, dove il torrente scorre tra le case, dividendosi in numerosi ruscelli, e poi pozze, ponticelli e piccole chiuse. Invece continuando la strada verso le Marche si incontra Colfiorito e la sua grande piana che fa pensare a Castelluccio, chiusa dai monti intorno spesso imbiancati dalla neve, che lo sguardo arriva lontano,

proprio ai Sibillini. E Gelagna è anche parete dura e strapiombante, perché ogni tanto bisogna anche faticare. E così anche lì sette tiri fino al 6c, e poi giù alle macchine e al bar di Colfiorito dove i proprietari dopo tanti anni iniziano a riconoscerci e a trattarci con non troppa freddezza. E naturalmente Ferentillo, girando un po' al *Balcone, Gabbio, San Lorenzo, Strittu*. Restano purtroppo chiuse le pareti di Mummie e quasi tutta Isola e si spera che per la settimana di agosto almeno qualche via in più ce la liberino. I partecipanti li metto tutti insieme: Fabrizio, Gloria, Danila, Silvia, Livia, Valentina, Beo, Daniela, Regina, Donatella, Simona, Maurizio, Edmondo, Stefania, Irene, Ida, Tina, Veronica, Federica, Giuseppe, Manuel P, Elisabetta, Simona, Quentin, Manuel, Gaia, Sandro R, Sandro S, Sara.

Ringraziare il proprio maestro. Proprio durante uno dei miei viaggi in giro per il Veneto ho avuto la compagnia di Lena che non era mai stata a Venezia e così *m'è toccato* fare pure il turista per le affollate calle. C'ero stato un anno e mezzo prima, a Venezia, quando nessuno poteva viaggiare e mi sono goduto la particolare immagine di una città vuota e una piazza San Marco con venti persone in tutto. Questa volta invece per poco non ho fatto in tempo a vedere la presentazione del libro "Calligrafie" in vendita qui a Scaramuccia. Questa era parte della nota informativa sulla pagina del sito del comune: *"Il libro raccoglie le opere di Yamada Mumon Roshi, calligrafo giapponese; l'esposizione presenta 15 opere del maestro contenute nel libro. Le opere appartengono al signor Luigi Mario il quale le ha ricevute in dono dal maestro Yamada Mumon in occasione della sua permanenza in Giappone tra la fine degli anni 60 e inizio 70 del 1900".* Chissà che era andato a fare in Giappone questo Giggi Mario, magari a cercare moglie...

Del Tempio

Abbiamo acquistato una nuova cisterna per raccogliere l'acqua che porta l'autobotte. Con questa ora arriviamo ad avere 16 mila litri. Mi accorgo di essere un po' ripetitivo con l'acqua, ma sarà il pensiero di tanti anni in cui questa non c'era, e molte cose fanno pensare che in futuro il problema non diminuirà. Parlando con David che guida il camion e che porta l'acqua tutto intorno a Scaramuccia, scopriamo che i comuni o le frazioni che hanno bisogno del suo servizio aumentano sempre di più. S'è pensato così di realizzare, in futuro, una cisterna unica per raccogliere l'acqua piovana. I millimetri di pioggia che cadono ogni anno sono circa 650/700 e quelli che si potrebbero raccogliere dal tempio, zendo e cucina, basterebbero per l'acqua sanitaria di casa. Ci sarebbero inoltre tutte le altre cisterne per raccogliere quella degli altri tetti. Il nome di uno dei patriarchi che recitiamo tutte le mattine durante i sutra è **Tekisui** e che significa una goccia, nome datogli dal suo maestro per ricordargli di non spreca neanche una. Qui sono cinquant'anni che ci alleniamo...

Intanto però l'acqua è ancora dove non dovrebbe essere, nel solaio dello zendo piccolo, continuando in questo modo l'opera di erosione del cemento a cavallo dei ferri che si stanno arrugginando. Si è operato sugli scarichi della cucina e sull'acqua in ingresso del blocco bagni/cucina. Sono i lavori meno invasivi. Si vedrà se sarà necessario intraprendere un lavoro di apertura della pavimentazione alla base delle turche nei gabinetti. Nel frattempo inizieremo la costruzione del gabinetto esterno che era già in programma, sul modello di quello già presente nel bosco sottostante il laghetto del vecchio orto.

Abbiamo ordinato le nuove magliette. Ci sono due novità riguardo gli anni precedenti. La prima è che ogni anno faremo stampare sulla parte posteriore il disegno dell'animale che caratterizza l'anno corrente del calendario cinese. Le ultime hanno avuto stampata la tigre disegnata dal maestro Taino sulla poesia dell'86. Quest'anno, che è ha il coniglio, si è usato un disegno del roshi Kato Goun. La seconda novità riguarda la quantità di magliette acquistate per la vendita: poche, a maniche corte, qualcuna da donna e qualcuna da uomo. Resta invariata la finalità della vendita che come per quella dei libri è legata al sostentamento di Scaramuccia.

Programma Scuola della Montagna

Verdon, 25/30 giugno.

Festa dell'estate, 1° luglio. Portare piatti, bicchieri e posate da casa propria!

Guillestre, 16/21 luglio. Falesie in giro per il Delfinato. Cinque giorni di arrampicata. Se c'è la voglia si può restare due giorni in più a fare qualche camminata intorno.

Granito intorno alla Brusada, 24/27 luglio. Tre falesie, una via lunga in Val di Mello.

Ferentillo Arrampicata Yoga e Taichi, 6/11 agosto.

Dolomiti falesia, 27 agosto/1 settembre. Dal prete a Pieve di Livinallongo.

Dolomiti vie lunghe, 3/8 settembre. Pochi posti.

Luna d'Autunno, 30 settembre. Si cambia luogo e modalità. Sempre in Valnerina, ma ci accamperemo più in alto.

Isola d'Elba, 30 ottobre/1 novembre. Falesia.

Abetone camminate, 13/15 ottobre. Come lo scorso anno al rifugio Casentini, autogestito con l'aiuto di Massimo. Prenotate il pane!

Le prossime sesshin: giugno 2/4 – luglio 7/9 – agosto 1/5 – settembre 15/17 – ottobre 6/8 – novembre 3/5 – dicembre 1/3

Fra poco zazen, sono
quasi tutti a sedersi, in 7.
poi saluto e taichi. Sempre
gli stessi gesti da anni
e chissà ancora quanti
ne dovrò ancora vivere
in Verdon o in altri luoghi
sulle pareti e sulle strade.
Esserci, fare di questi metri
il proprio posto nel mondo.

Engaku Taino, *Dieci righe*

I campi di grano iniziano ad ondeggiare e farci vedere l'estate che sta arrivando, presto anche col suo calore!

Finito di scrivere il 25 maggio 2023/2554