



LA CRONACA DI COSTIGLIOLE

GIUGNO 2025

DARE ALLA LUCE

LA VITA CHE CREA SE STESSA

I primi tre edifici del
Tempio Zen Gyogenji
saranno presto pronti
all'uso. Grazie per il
vostro supporto!

QUEST'ESTATE IL TEMPIO VERRÀ INAUGURATO

Come vive questo grande processo di trasformazione il maestro Zen Beppe Mokuza, fondatore e guida spirituale del Tempio?



Quattro anni fa, nel 2021, è iniziato il concepimento di questo nuovo Tempio, con l'acquisto delle vecchie cascine e dei terreni circostanti a Costigliole d'Asti. Il Tempio ha cominciato a crescere come un bambino nel grembo materno, nutrito dal cordone ombelicale che è la pratica attiva dello zazen.

Proprio come in natura un albero cresce da un seme fino a diventare pianta, matura lentamente e offre i suoi frutti, che possono infine essere raccolti per nutrire tutti coloro che hanno fame di verità.

Il Tempio sta ora venendo alla luce, e le fasi della sua realizzazione vengono condivise con tutti voi in questa Cronaca. Un grande percorso di trasformazione per diventare ciò che è già fin dall'inizio: un luogo in cui si pratica zazen e si esprime la nostra comprensione dell'Ordine Cosmico.

Un esempio vivente in cui la spiritualità incontra la biodiversità, la sostenibilità e l'ecologia, per il bene di tutti gli esseri senzienti.

Sono profondamente grato a tutti voi che sostenete il Tempio con il vostro tempo, i vostri doni e la vostra energia positiva.

I shin den shin – dal mio cuore al vostro cuore.

BEPPE MOKUZA

PRESENTAZIONE DEL NUOVO LOGO

Vi presentiamo il nuovo logo del Tempio Zen Gyogenji. Raffigura il delicato fiore del tiglio, un simbolo profondamente legato al territorio e alla storia del luogo in cui il tempo sorge: il comune di Costigliole d'Asti. Secondo gli archivi comunali, il toponimo "Costigliole" deriverebbe da Corte Costeliolae, poi trasformato in Costigliolis. Pur mancando fonti certe, si presume che il nome faccia riferimento sia alla posizione geografica – su una costa – sia a un'essenza arborea particolarmente diffusa nella zona: il tiglio.

Il logo intende inoltre richiamare, nello stile e nella forma, gli antichi stemmi delle casate giapponesi, successivamente adottati anche da numerosi templi in Giappone. In particolare, si ispira agli emblemi dei due principali templi della tradizione Zen Soto: Sojiji e Eiheiji.

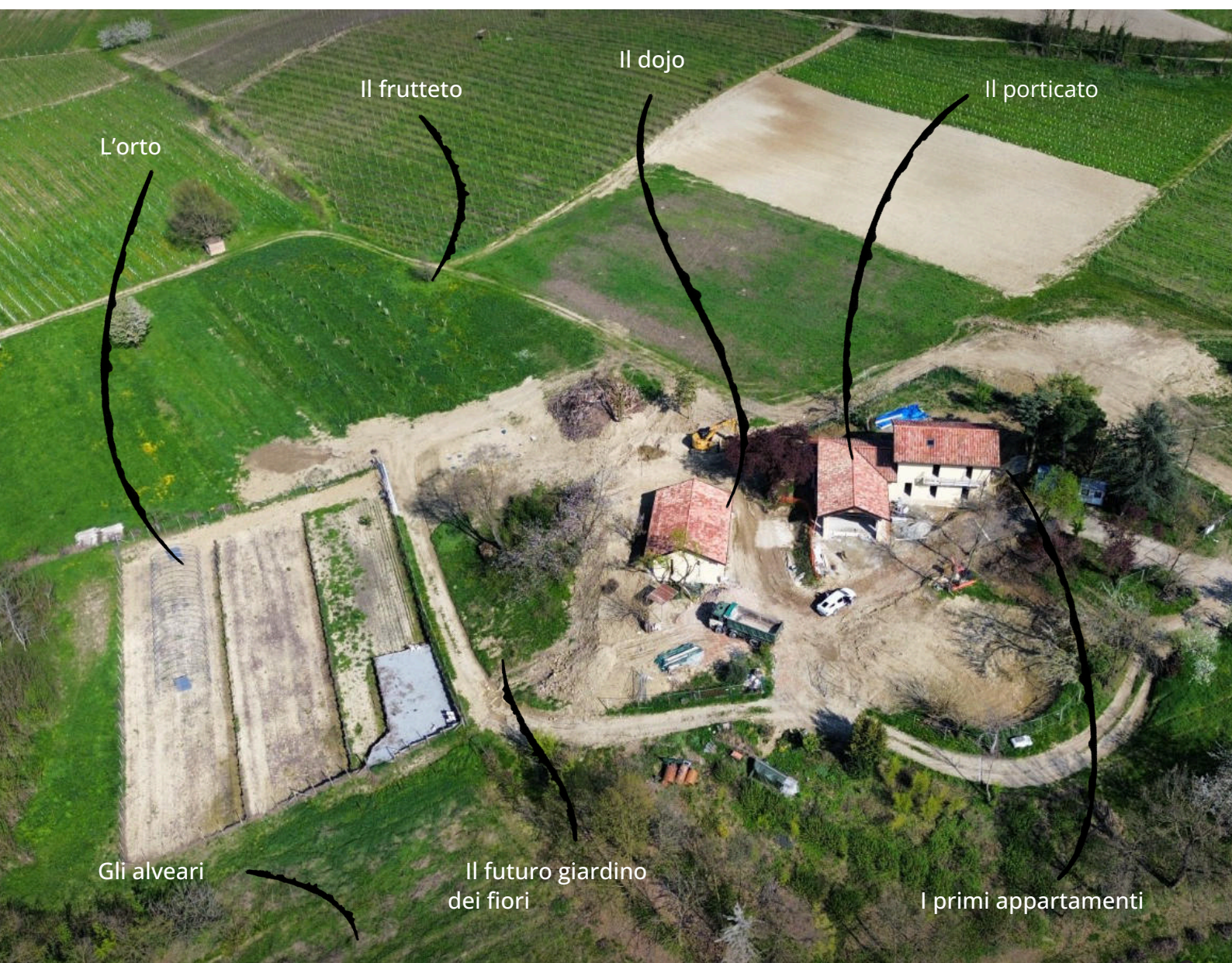
Un logo, dunque, che unisce simbolicamente la terra d'origine del tempio e le sue radici spirituali in Giappone.



TEMPIO ZEN
Gyogenji

IL PROGETTO IMMOBILIARE

Il cantiere, con il dojo al centro. A destra si trovano i primi appartamenti e il porticato, dove sorgerà il refettorio. A sinistra si trovano l'orto, il futuro giardino fiorito e l'area dedicata agli alveari. In alto si vede il frutteto.



MARZO



Posa del riscaldamento a pavimento

APRILE



Getto del massetto in cemento

MAGGIO



Tinteggiatura delle pareti



Giugno 2025

MAGGIO



Installazione dei serramenti

GIUGNO



Il dojo è pronto, con le sue nuove finestre



Gli appartamenti visti dall'esterno



Tinteggiatura dei locali interni



Tre monaci zen affacciati al balcone

1. VIVERE L'INTERDIPENDENZA – IL NOSTRO PROGETTO UMANITARIO

Mentre il cantiere avanza, l'orto cresce. Con l'arrivo della primavera, a marzo, tiriamo fuori i semi raccolti e conservati l'anno precedente: meloni, melanzane, cipolle, aglio, peperoncini, peperoni e altri ancora. Mettiamo i semi in

terra; quando le piantine sono abbastanza forti, le trapiantiamo nell'orto, che irrighiamo regolarmente con un sistema a goccia.

L'ORTO

COLTIVAZIONE DEI POMODORI



Da piccoli semi...

Lasciamo anche spazio alla sperimentazione: ogni anno proviamo qualche nuova coltivazione. Quest'anno abbiamo seminato il pak choi, la luffa, la melanzana di Nagasaki, l'anguria serpente lunga, l'origano e l'alkekenji (un frutto giapponese).



... i pomodori iniziano a germogliare



Le piantine vengono poi trasportate



Trapiantate e irrigate



Le bottiglie di passata di pomodoro che abbiamo prodotto l'anno scorso sono andate a ruba! Molti di voi ci hanno scritto per raccontarci quanto avete apprezzato il suo sapore intenso e naturalmente dolce.

Ora, i nuovi pomodori stanno maturando sotto il sole e la salsa di quest'anno si preannuncia ancora più buona.



Le piante si sviluppano sotto il sole

Non perdere l'occasione di assaggiarla: prenota fin da ora la tua bottiglia scrivendo a dojo@bodai.it

Successivamente sostenute e legate a un tutore di bambù



A giugno spuntano i primi pomodori!

COLTIVAZIONE DELLE PATATE

L'anno scorso abbiamo coltivato una varietà molto gustosa di patate, chiamata Monalisa. Ne abbiamo conservato alcune per seminarle questa primavera.



Le patate destinate alla semina...



...sono messe in terra



Ed ecco il campo di patate



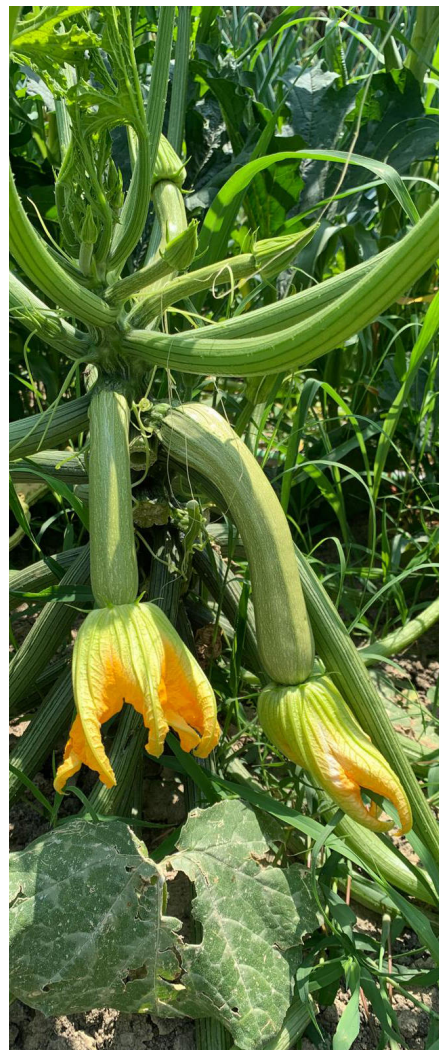
Saranno pronte per il raccolto in luglio



Cipolle



Aglione



Zucchini in fiore

PIANTUMAZIONE DI NUOVI ALBERI

Abbiamo dato il benvenuto a oltre 40 nuovi alberi, che troveranno la loro dimora a Gyogenji. Ginkgo biloba, aceri, mimose, tigli, cedri, gelsi piangenti — solo per citarne alcuni.

Sono stati piantati intorno al dojo e alle case, e irrigati con cura per affrontare il caldo della stagione estiva.



IL GIARDINO FIORITO

A causa dei lavori di costruzione, abbiamo dovuto trasferire il giardino fiorito vicino al pozzo. Questo ha richiesto molto lavoro preparatorio: spostare la terra, ripulire l'area, trapiantare le piante e aggiungere nuove fioriture per dare vita ad un rigoglioso nuovo giardino.



Step 1: Preparazione del nuovo giardino fiorito



Step 2: Bonifica del terreno



Step 3: Spostamento dei fiori (sotto la pioggia)



Step 4: Acquisto di nuovi fiori



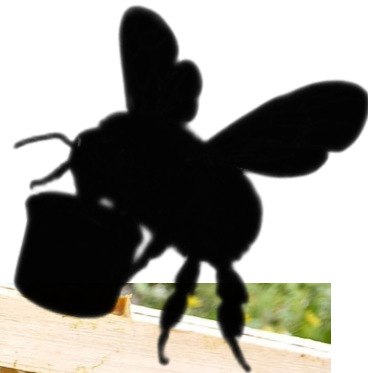
Step 5: Messa a dimora



Step 6: Un nuovo inizio!

COME STANNO LE NOSTRE API?

Quest'anno due nuove famiglie si sono unite all'apiario del tempio. Le propizie condizioni metereologiche di questa primavera hanno favorito l'importazione di miele e polline permettendo alle famiglie di crescere forti e sane. Hanno già prodotto molto miele!



Prenota il tuo vasetto di miele di acacia primaverile scrivendo a dojo@bodai.it



VOCI DEL SANGHA: LA PRATICA IN GIAPPONE



I monaci zen Alessandro Do Ryu Sarotto e Alain Keigyo Plaignaud, discepoli del maestro Zen Beppe Mokuza, si sono recati in Giappone per partecipare a un ritiro intensivo (Ango) presso il monastero Kotaiji a Nagasaki. Sono rientrati in Europa ad aprile. Alain con piacere condivide con noi tutti la sua esperienza.

Durante l'Ango si vive insieme 24 ore su 24, senza alcuno spazio personale e completamente isolati dal mondo esterno. Vigé una gerarchia rigida, definita dal titolo e dalla data di arrivo al monastero. Le cerimonie sono numerose, lunghe e complesse e richiedono totale presenza mentale, soprattutto quando si svolgono di fronte al pubblico, tra sutra, strumenti e movimenti che devono essere eseguiti alla perfezione. I pasti vengono consumati spesso negli oryoki (ciotole tradizionali): servire e mangiare richiedono flessibilità, rapidità e grande precisione.

Per me è stata un'esperienza molto intensa, soprattutto a causa della barriera linguistica (nonostante i miei sforzi per imparare il giapponese) e della difficoltà nel comprendere e imitare le regole cerimoniali e l'etichetta monastica, che venivano raramente spiegate. Il primo mese mi sono sentito spaesato, il secondo mese frustrato. Poi,



all'improvviso, è arrivato un senso profondo di abbandono: la percezione di ciò che mi circondava è cambiata e il terzo mese è stato più sereno. In quel momento ho iniziato a provare anche molta più compassione verso tutti.

Durante i teisho (gli insegnamenti del maestro) e le letture, ho appreso molto sulle

regole stabilite dai patriarchi Dogen e Keizan, sul senso profondo dell'essere monaco e su come questa tradizione viene vissuta oggi in Giappone. Ora comprendo le ragioni profonde che stanno alla base dell'organizzazione monastica giapponese, anche se questo modello è troppo distante dal nostro per essere applicato in Europa. Ma mi è diventato evidente quanto sia fondamentale avere un aspetto impeccabile e contribuire in modo perfetto alle cerimonie.

Tornando a praticare nel Bodai Dojo di Alba (ad esempio come secondo o primo assistente) noto di avere maggiore concentrazione e di commettere meno errori rispetto a prima. Il periodo in Giappone mi ha permesso di superare molte delle mie abitudini e dei miei attaccamenti personali. Il cambiamento si è riflesso anche nel corpo: ho perso ben 20 chili!

ALAIN

SOSTENERE IL TEMPIO ATTRAVERSO IL SAMU

Erik Ganzeboom, 66 anni,
originario dei Paesi Bassi



Lavorando nell'orto

Erik ha trascorso cinque settimane questa primavera ad Alba per svolgere samu (lavoro volontario gratuito per la comunità) nell'orto del nuovo Tempio. Erik ha conosciuto il maestro Beppe Mokuza nel 2022, durante un seminario di Sumi-e a Nijmegen in Olanda. Agronomo di professione, specializzato nella coltivazione del bambù, si è avvicinato inizialmente alla pittura zen, attratto in particolare dal bambù, uno dei soggetti classici del Sumi-e. Ma è stata la pratica dello zazen a lasciare in lui il segno più profondo. Quando ha saputo che nel Tempio si stava sviluppando un orto, ha subito offerto il suo contributo come giardiniere.

“

«Lo scorso novembre sono riuscito ad andare in pensione anticipata. Questo mi ha dato la possibilità di dedicare più tempo al progetto Zen di Costigliole e di realizzare il mio desiderio: lavorare come giardiniere per il Tempio.

La primavera in Italia è stata insolitamente fredda e piovosa, quindi non ho potuto iniziare subito nell'orto. Questo contrattanto però mi ha offerto un'opportunità inaspettata: cucire il mio rakusu sotto la guida di Mauro, nel dojo. Durante lo zazen, ho potuto praticare il ruolo di secondo assistente e di indossare il kimono.



Nel dojo di Alba

Ho imparato molto dai membri del sangha.

Quando il tempo è migliorato, ho iniziato il samu nell'orto, dedicandomi soprattutto alla piantumazione di pomodori e patate. Abbiamo anche spostato il giardino fiorito vicino al pozzo e riorganizzato le piante. Il lavoro nell'orto, le esperienze nel dojo e la pratica quotidiana dello zazen mi hanno fatto sentire veramente accolto e a casa nel sangha.

Non avrei mai immaginato che fosse possibile, ma mi sono sentito profondamente libero e felice!

ERIK

ISPIRAZIONE DAI PAESI BASSI



PARTECIPANTI

In totale hanno partecipato 48 persone provenienti da sei paesi diversi, con un'età compresa tra i 28 e i 78 anni: Paesi Bassi, Italia, Norvegia, Germania, Francia e Regno Unito.

Tra loro abbiamo accolto 21 principianti che si sono avvicinati per la prima volta alla pratica dello zazen e alla pittura Sumi-e.

WORKSHOP DI MEDITAZIONE ZEN E SUMI-E NEI PAESI BASSI

Insieme al sangha olandese, il maestro Mokuza ha organizzato un workshop di cinque giorni a febbraio 2025, nel nord dei Paesi Bassi, presso la Casa NIVON di Allardsoog.



ZAZEN

Le sessioni di zazen si sono svolte due volte al giorno nel dojo, una al mattino e una alla sera.





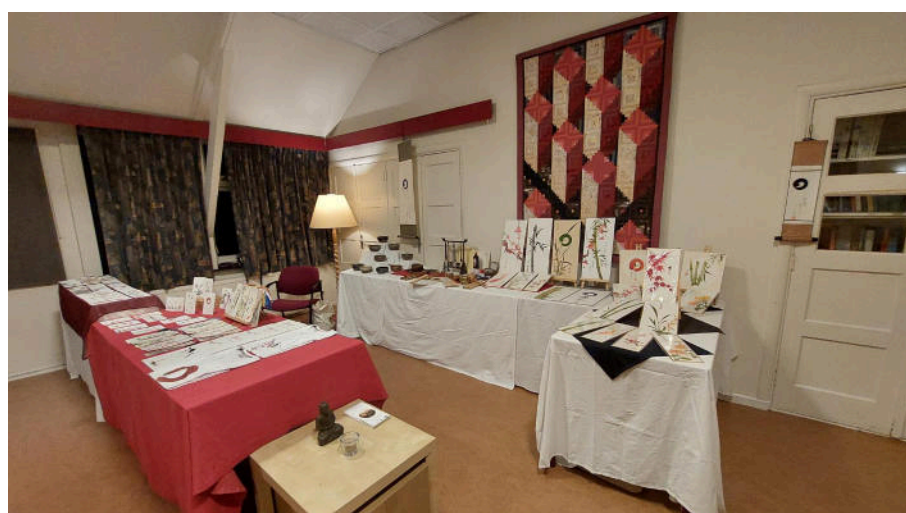
PITTURA SUMI-E

Le sessioni di pittura sumi-e si sono tenute nella palestra.



LA BOUTIQUE

Allestita nel salone comune, la boutique ha proposto materiali e articoli legati al mondo dello zen e del sumi-e. Tutto il ricavato è stato devoluto per l'avanzamento dei lavori del tempio.



SERVIZIO PASTI

L'equipe del servizio si è occupato di servire i pasti a tutti i tavoli.



IL TENZO CON I SUOI ASSISTENTI

Hanno sfamato i partecipanti preparando pasti deliziosi.

LE REAZIONI DEI PARTECIPANTI

“

Pensi di fare semplicemente un corso di Sumi-e (pittura zen) ma poi si apre un mondo di infinite possibilità. Giorni passati a praticare in modo serio e molto impegnativo in un ambiente "monastico" immerso nella natura olandese. Persone piacevoli ed ammirevoli che hanno deciso di impegnarsi per creare un film migliore della propria vita.

Grazie al maestro Zen Beppe Mokuza del quale si può solo dire che non poteva fare altro nella vita e che non poteva farlo meglio. Un maestro Zen che pensavo esistesse solo nei libri ambientati in Giappone. Una fortuna averlo incontrato in questa vita.

SILVIO

“

Ricordo con immenso piacere questa settimana ricca di ispirazione! Ho voglia di riprendere a dipingere Sumi-e e di praticare la meditazione con più costanza.

TINEKE

“

Grazie per questa settimana così intensa ad Allardsoog. Mi sento di nuovo completamente ispirata sia dallo zen che dalla pittura! Anche i contatti con tutte le persone meravigliose che hanno partecipato e organizzato l'evento sono stati fonte di grande gioia.

ANNEKE

“

Riguardo con emozione e gratitudine a questi giorni speciali e pieni di ispirazione. Ho apprezzato molto anche dare una mano in cucina. È stato un contributo semplice ma significativo, che mi ha fatto sentire parte del gruppo.

JOKE



**PARTECIPA AL WORKSHOP
L'ANNO PROSSIMO**

Dal 3 all'8 febbraio 2026 si terrà un nuovo workshop si terrà ad Allardsoog, nei Paesi Bassi. Per ricevere la brochure o prenotare il tuo posto, scrivi a sonja@sumi-e.nl

COME SOSTENERE IL TEMPIO GYOGENJI

DONAZIONE

Il Tempio Gyogenji esiste grazie alle generose donazioni dei praticanti e dei sostenitori. Ogni contributo, grande o piccolo, ci aiuta a:

- Completare i lavori di costruzione.
- Ampliare e curare le aree verdi.
- Sviluppare progetti di riforestazione e agricoltura rigenerativa.
- Offrire percorsi educativi a bambini e adolescenti.

COME DONARE

Le donazioni sono accolte con gratitudine tramite bonifici bancari:

Associazione Zen Bodai Dojo

IBAN: IT21Y0853022505000000045799
BIC: ICRAITRREQ0

Puoi anche donare tramite carta di credito scansionando il codice QR in basso a destra.

I BENEFICI DI SOSTENERE IL NOSTRO PROGETTO

Puoi beneficiare di vantaggi fiscali effettuando il versamento alla Scuola Internazionale di Sumi-e:

IBAN: IT40 D060 8522 5000 0000 0029 241
BIC: CASRIT22ALB
Causale: Donazione

Puoi scegliere tra due modalità per usufruire dei vantaggi fiscali sulla tua donazione:

- Detrazione: Riduci l'imposta del 30% dell'importo donato, fino a un massimo di €30.000.
- Deduzione: Riduci il reddito imponibile del 10% dell'importo donato (eccedenze deducibili nei 4 anni successivi).

ADOTTA E PROTEGGI

Con l'adozione di un albero, una pianta o un animale del Tempio, partecipi attivamente alla nostra missione di tutela dell'ambiente.

Contributo: €50 all'anno o €250 per un'adozione a vita. Riceverai aggiornamenti regolari sul tuo sostegno alla biodiversità e alla rinascita della natura.



IL TUO 8XMILLE E IL TUO 5XMILLE

È possibile sostenere il Tempio anche attraverso la tua dichiarazione dei redditi. Destinando l'8xmille all'Unione Buddhista Italiana (UBI), puoi contribuire a progetti buddhisti in Italia, tra cui le attività del Tempio Gyogenji.

Inoltre, con il 5xmille alla Associazione Scuola Internazionale di Sumi-e (ASIS), sostieni direttamente le attività artistiche e culturali legate alla pratica del Sumi-e e al tempio.

COME DESTINARLO

8xmille: Scegli "Unione Buddhista Italiana" nel apposito riquadro.

5xmille: Nel riquadro "Sostegno degli enti del terzo settore iscritti nel Runts (...)" inserisci il codice fiscale 90058320046 e apponi la tua firma.

SVOLGI ATTIVITÀ DI VOLONTARIATO

Il lavoro manuale (samu) è una pratica essenziale della tradizione Zen. Come volontario, puoi contribuire a:

- Cura degli spazi del Tempio.
- Manutenzione delle aree verdi.
- Progetti di riforestazione e gestione eventi. Possibilità di volontariato giornaliero a breve termine (weekend/una settimana) o a lungo termine (un mese o più), vivendo un'esperienza di crescita personale nella comunità monastica.

LASCITI TESTAMENTARI

Un lascito al Tempio Gyogenji è un gesto che lascia un segno duraturo. Decidere di includere il Tempio nel tuo testamento significa sostenere la spiritualità, la sostenibilità e la comunità anche per le future generazioni.

Per maggiori informazioni, contattaci a dojo@bodai.it

自然之道



“

OGNI COSA CHE DAI,
LA DAI A TE STESSO

RUMI (1207-1273)