www.maitreya.it

DHARMA

trimestrale di buddhismo per la pratica e per il dialogo

25

Sped. abb. Postale art.2 comma 20/c legge 662/96 Filiale di Roma - Taxe Recue Rome Italie - Euro 9.50

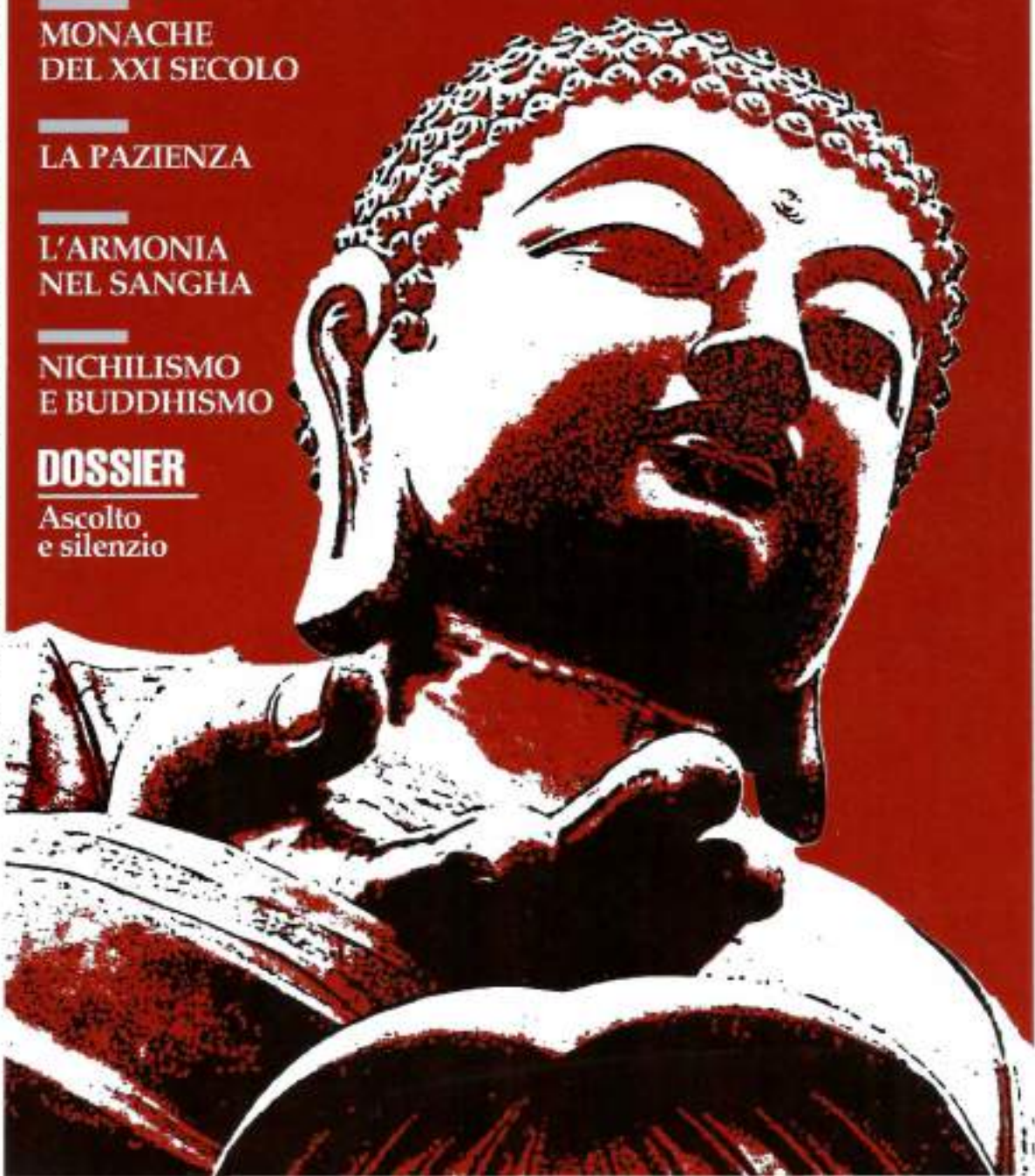
MONACHE DEL XXI SECOLO

LA PAZIENZA

L'ARMONIA NEL SANGHA

NICHILISMO E BUDDHISMO

DOSSIER
Ascolto e silenzio



25
APRILE 2007

SOMMARIO

EDITORIALE
■ **Misurare la felicità** 3

TESTI CANONICI
■ **Scegliere il giusto** 4

LA VIA DELLA PRATICA
■ **Niente di speciale** 8
DI AYYA KHEMA

■ **La terza paramita: la pazienza** 14
DI SHENG-YEN

■ **Aprire gli occhi alla gratitudine** 19
DI KARL RIEDEL

■ **Sulla via della parità. Monache buddhiste nel XXI secolo** 24
DI KARMA LEKSHE TSOMO

■ **La pratica del Cerchio. Come costruire l'armonia nel Sangha** 32
DI MONJA COEN SENSEI

■ **A lezione dal Dalai Lama** 35
DI TENZIN GYATSO XIV DALAI LAMA

DOSSIER
■ **ASCOLTO E SILENZIO** 38
■ **Imparare ad ascoltare** 40
INTERVISTA A CESARE VIVIANI

■ **Voci e volti dell'esperienza**
DI ANGELA MAZZETTI 52
DI ARMANDO VIMERCATI 55

■ **Dal silenzio la parola** 57
DI MAX PICARD

LA VIA DEL DIALOGO
■ **Nichilismo e buddhismo tra Europa e Giappone** 63
DI NISHITANI KEIJI

■ **Il serbatoio del dolore** 70
DI STEPHEN LEVINE

■ **Sulle orme di Ippolito Desideri** 76
DI ENZO GUALTIERO BARGIACCHI

■ **Fotogrammi di un addio** 86
DI GIAMPIERO COMOLLI

ATTUALITÀ
■ **Andata e ritorno** 94
Le alterne vicende dell'Intesa tra rinvii e nuove prospettive
DI MARIA ANGELA FALÀ

■ **Conoscersi e convivere** 97
La città del dialogo ha una nuova rivista
DI MAF

■ **Brevi dal mondo del Dharma** 98

INIZIATIVE
■ **I centri di Dharma** 100

RECENSIONI
■ **Letti e riletti** 108

IL RACCONTO
■ **L'uomo che aveva coscienza della morte** ... 112

EDITORIALE
di M. Angela Falà

Misurare la felicità

In un mondo in cui tutto viene quantificato non deve meravigliare che anche l'indice di felicità venga descritto e messo in vetrina tentando di omologarlo ad ogni latitudine.
La felicità non è strettamente legata al denaro, anche se nella graduatoria dei paesi più felici (c'è anche quella) i paesi poveri nei primi posti sono pochi, il benessere materiale è solo uno dei determinanti, ci si devono aggiungere la capacità di godere di questo benessere, le speranze legate alla attese e ai desideri, la qualità della vita. É un indice complesso quanto complesso è per ognuno il senso della felicità. Nulla è più soggettivo, legato al nostro intimo processo di accettazione e comprensione di noi stessi e della realtà del mondo. Nulla è più fragile, come dice il poeta Montale "Felicità raggiunta, si cammina per te sul fil di lama. Agli occhi sei barlume che vacilla...". *Forse per gli economisti felicità è sinonimo di uno star bene con se stessi e con gli altri. Star bene fisicamente, economicamente, emotivamente significa automaticamente essere felici. Ci basta? Ricalca un po' l'idea contenuta nella dichiarazione di indipendenza degli Stati Uniti in cui si afferma nei primi articoli il diritto alla felicità. Gran parte del mondo però non conosce questo diritto, o non riesce a viverlo. Non lo conosce, ma conosce la fame, la guerra, il silenzio colpevole dei grandi della terra, le malattie curabili e non curate, le deportazioni, la mancanza di un futuro, oppure ha tutto ma sente ancora che gli manca qualcosa e quel qualcosa è più grande di tutto quello che ha già. Allora dove sta la felicità? É un bene così personale e delicato che non si può esportare e vendere al miglior offerente come un ricetta infallibile, ma che ognuno deve ricercare profondamente dentro di sé, fuori ci si perde.*

COLOPHON DHARMA ANNO VI - NUMERO 25 - APRILE 2007

■ **Redazione:** Via Euripide n.137 - 00125 Roma ■ **Direttore responsabile:** M. Angela Falà ■ **In redazione:** Carlo Di Folca, Flavio Pelliconi, Lucia Vecchia ■ **Progetto grafico:** Daniela Lotti - danielal@fastwebnet.it ■ **Stampa:** Grafiche Editoriali srl ■ **Registrazione:** presso il tribunale di Roma n. 436/99 del 19/10/1999 ■ Questo numero è stato chiuso in tipografia nel mese di aprile 2007 ■ Tutti gli articoli firmati rispecchiano le idee e le opinioni personali degli autori.

Scegliere il giusto

Quante volte abbiamo sentito discorsi e insegnamenti di diversa provenienza che si contraddicevano l'un l'altro. Come possiamo scegliere quelli più veri?

Anche al tempo del Buddha proliferavano tutta una serie di falsi Maestri che cercavano di convincere le persone a seguirli con insegnamenti più o meno accattivanti, negando ogni effetto alle azioni compiute. Un capo villaggio confuso chiede al Beato come può discriminare tra vero e falso. Il Buddha lo esorta a utilizzare la retta concentrazione, perché solo in questo modo le nostre azioni possono essere corrette e basate sull'amore e l'assenza di avidità e possesso. Solo un'azione "gratuita" e amorevole è quella che può dare buoni frutti (tratto da Samyutta Nikaya, *Libro VIII, 13, trad. di Vincenzo Talamo, Ubaldini 1998).*

37. "Io, signore, posseggo una casa
di soggiorno; là ci sono letti, sedili,
c'è la brocca dell'acqua, c'è una lampada
ad olio; e a quell'asceta o brahmana
che vi soggiorni io, secondo i miei mezzi
e le mie possibilità, ne faccio parte.
In passato, o signore, quattro maestri
di diverse vedute, di diverse tendenze, di
diverse inclinazioni, vi hanno soggiornato.

38. "Un maestro così diceva, così
opinava: 'Non c'è elemosina,
non c'è sacrificio, non c'è offerta,
non c'è maturazione del frutto di azioni
buone o cattive, non c'è questo
mondo, non c'è un altro mondo,
non c'è madre; non c'è padre, non ci sono
esseri che nascano per generazione
spontanea, non ci sono al mondo
asceti o brahmana compiuti, perfetti,
i quali dimostrino di avere
da se stessi conosciuto,
sperimentato questo e l'altro mondo'.

39. "Un [altro] maestro così diceva,
così opinava: 'C'è elemosina, c'è sacrificio
... ci sono al mondo asceti o brahmana
compiuti, perfetti, i quali dimostrano

di avere da se stessi conosciuto, sperimentato questo e l'altro mondo'.

40. "Un maestro così diceva, così opinava: 'A colui che offende, che fa offendere, che mutila, che fa mutilare, che tortura, che fa torturare, che piange, che fa piangere, che si turba, che provoca turbamento, che si agita, che provoca agitazione, che uccide un essere vivente, che prende ciò che non gli viene dato, che separa quel che è unito, che saccheggia, che rapina, che si apposta lungo le strade, che commette adulterio, che dice il falso, non deriva [da ciò] alcun male. Se qualcuno con una ruota tagliente come un rasoio riducesse gli esseri viventi di questa terra in una poltiglia di carne, in un ammasso di carne, non per questo gli verrebbe alcun mal o alcuna fonte di male. Se qualcuno andasse lungo la riva meridionale della Ganga uccidendo, ammazzando, trucidando e facendo trucidare, torturando e facendo torturare, non per questo gli verrebbe alcun male o alcuna fonte di male. Se qualcuno andasse lungo la riva settentrionale della Ganga, distribuendo e facendo distribuire elargizioni, offrendo e facendo offrire sacrifici, non per questo gli verrebbe alcun merito o alcuna fonte merito. Dalla generosità, dal raffrenarsi, dal contenersi, dall'essere veritieri non deriva alcun merito né alcuna fonte di merito'.

41. "Un [altro] maestro così diceva, così opinava: 'A colui che offende, che fa offendere, che mutila, che fa mutilare ... che dice il falso, deriva [da ciò] del male ... Dalla generosità, dal raffrenarsi, dal contenersi, dall'essere veritieri deriva merito e fonte di merito'.

42. "Ora in me, o signore, è sorto un dubbio, è sorta perplessità: quale di questi asceti e brahmana ha detto il vero? Quale ha detto il falso?".

"Non essere in dubbio, capovillaggio, non essere perplesso; sulla base del dubbio, infatti, sorge in te perplessità".

"Io ho fede nel Sublime, o signore; a me basta, per deporre ogni dubbio, che il Sublime mi esponga la Dottrina".

43. "C'è, o capovillaggio, una retta concentrazione; se tu otterrai la concentrazione della mente deporrai ogni

Scegliere il giusto

dubbio. E qual è, o capovillaggio, la retta concentrazione?

44. "Ecco, capovillaggio: il nobile discepolo, avendo rinunciato all'uccisione di esseri viventi, si astiene dall'uccidere esseri viventi; avendo rinunciato a prendere il non dato si astiene dal prendere il non dato; avendo rinunciato al cattivo comportamento in rapporto ai desideri sensuali, si astiene dal mal comportarsi in rapporto ai desideri sensuali; avendo rinunciato alla menzogna si astiene dal mentire; avendo rinunciato alla calunnia si astiene dal calunniare; avendo rinunciato all'aspro linguaggio si astiene dall'aspro linguaggio; avendo rinunciato al vaniloquio si astiene dal vaniloquio; avendo rinunciato alla cupidigia si astiene dalla cupidigia; avendo rinunciato alla malevolenza e all'avversione ha la mente immune dalla malevolenza; avendo rinunciato alle erronee vedute è di rette vedute.

"Quel nobile discepolo, o capovillaggio, avendo così rimosso cupidigia e malevolenza, libero da confusione, consapevole, raccolto, dimora pervadendo una direzione con l'animo colmo di amicizia; così per la seconda, per la terza, per la quarta direzione, così in alto, in basso, per traverso, dimora pervadendo dappertutto il mondo intero con animo colmo di amicizia, largo, estensivo, illimitato, pacifico, benigno. Ed egli così riflette: 'Se quel maestro che così dice, così opina: - Non c'è elemosina, non c'è sacrificio ..... -, se quel venerabile maestro dice il vero io che non reco offesa ad alcun essere mobile o immobile, che sono raffrenato nel corpo, nella parola o nel pensiero ho la certezza di essere fortunato qui e nell'al di là; alla dissoluzione del corpo dopo la morte rinascerò in condizione beata, in mondo celeste'. Da ciò nasce letizia, dalla letizia nasce l'estasi, per l'estasi il corpo si calma, il corpo calmo sperimenta benessere e a chi è nel benessere la mente si concentra. Questa, o capovillaggio, è la retta concentrazione; se tu otterrai la concentrazione della mente deporrai ogni dubbio [...]

52. Quando il Sublime ebbe detto questo il capovillaggio Pàtaliya esclamò:

"È meraviglioso, signore! ... mi accolga il Sublime come seguace laico in lui rifugiato d'ora innanzi per tutta la vita".

■ LA VIA DELLA **PRATICA** ■

NIENTE di SPECIALE

Tratto da GASSHO, gennaio 1994, newsletter elettronica pubblicata da *DharmaNet International*, Berkeley, California

Immagine tratta da www.designinmpole.net

Spesso siamo portati a considerare la pratica spirituale **come qualcosa di** straordinario **e di speciale. Ma sarà proprio vero? Ascoltiamo le parole della monaca,** Ayya Khema**: forse ci possono dare qualche suggerimento sull'essenza della spiritualità.**

Spesso non si comprende bene la pratica spirituale e si crede che sia qualcosa di speciale. Ma non è vero. Si tratta di essere una sola cosa, corpo e mente insieme. Non è proprio niente di speciale, si tratta solo di essere se stessi. Molti pensano che sia una meditazione o un rituale, una pratica devozionale o un canto che devono essere compiuti in un dato tempo e in un certo luogo. Oppure che bisogna essere in contatto con una persona speciale, senza la quale la pratica non può avvenire. Sono visioni, opinioni che non conducono niente.

Nel migliore dei casi possono portare a una pratica sporadica, nel peggiore conducono a frantumarci in mille pezzi facendo uscire da noi due, tre o quattro persone che non hanno niente a che fare con la nostra unità. Ovvero da una parte si è la persona comune che nel mondo ordina e fa le cose che deve fare e che a un certo momento si trasforma in un'altra persona spirituale che si comporta in modo diverso. La meditazione, i rituali, la pratica devozionale, il canto, i luoghi, le persone si aggiungono alle nostre vite, ma non sono l'essenza della nostra spiritualità.

DA UNA PARTE SI È LA PERSONA COMUNE CHE NEL MONDO ORDINA E FA LE COSE CHE DEVE FARE E CHE A UN CERTO MOMENTO SI TRASFORMA IN UN'ALTRA PERSONA SPIRITUALE CHE SI COMPORTA IN MODO DIVERSO.

La nostra pratica consiste in una costante purificazione; non c'è nient'altro da fare che essere se stessi per fare ciò che deve essere fatto. Arriveremo a un certo punto in cui i nostri processi di pensiero e le nostre sensazioni non saranno soltanto di gentilezza e di amore, ma anche piene di saggezza e porteranno beneficio a noi stessi e agli altri.

Questa è la possibile designazione di uno scopo. Per ottenere lo scopo tuttavia abbiamo bisogno di conoscere esattamente dove ci troviamo o per meglio dire: come possiamo iniziare questo viaggio?

Molti girano in tondo nella pratica spirituale sia ingrandendo sia diminuendo l'idea che hanno di essa. Entrambi gli atteggiamenti sono

negativi per conoscerci veramente. Abbiamo bisogno di esaminare ogni difficoltà che sorge dentro di noi. Immaginate di stare seduti su un cuscino con una gamba piegata in modo tale che il vostro disagio diventa sempre più grande. Vorreste fare qualcosa o vorreste rimanere seduti in quel modo per il resto della vostra vita?

Il disagio fisico è qualcosa a cui tutti noi vogliamo sfuggire o perlomeno alleviare e ce ne vogliamo liberare il più in fretta possibile. Che possiamo dire allora circa il disagio mentale ed emotivo? Possiamo paragonarlo per importanza a quello fisico? Perchè dobbiamo sentirci molto spesso così a disagio?

Nessuno si sente a suo agio in una casa sporca e disordinata o quando ci sono degli aspetti spiacevoli, che sorgono nella nostra casa interiore come resistenza, dispiaceri, paure e sensazioni d'incomprensione, ansie per il nostro passato o per il futuro. Come può tutto questo essere confortevole?

Solo se comprendiamo che noi siamo gli artefici del nostro disagio, c'è la possibilità di un'apertura per il cambiamento, se crediamo ancora che la colpa sia delle altre persone, delle situazioni o della mancanza di apprezzamento, della mancanza di opportunità, in realtà non abbiamo ancora iniziato a praticare.

Dobbiamo avere un punto di partenza. Se vogliamo partecipare a una corsa, dobbiamo trovare la linea di partenza. Dobbiamo trovare un punto di partenza per la pratica, che si trovi all'interno di noi stessi. Chi è determinato a far crescere la propria spiritualità troverà che la base fondamentale è al proprio interno e da quella può essere generata una crescita interiore.

Tutta la persona è coinvolta e non solo per poche ore di meditazione o per alcuni momenti di incontro. Ogni parte di noi stessi, per tutto il tempo, può essere purificata.

Ayya Khema, (1923-1997) tedesca di origine ebraica, fuggita alla Germani nazista, emigrò con i genitori in Cina dove fu internata in un campo di prigionia giapponese. Alla fine della guerra andò negli Stati Uniti, si sposò ed ebbe due figli. Tra il 1960 e il 64 viaggiò in Asia con la famiglia e iniziò a praticare la meditazione. Nel 1979 fu ordinata monaca in Sri Lanka. Ha cercato ridare vita all'ordinazione monastica femminile creando associazioni e organizzando il primo convegno mondiale delle monache nella storia del buddismo da cui nacque il movimento Sakyadhita. E' stata la prima buddhista a tener un discorso nel 1987 alle NazioniUnite. Trascorse gli ultimi anni della sua vita in germani a Buddhahaus dove si spense nel 1997.

LA LINEA DI DEMARCAZIONE

Sono poche le persone consapevoli di questo semplice fatto che può cambiare tutta una vita. Quando odiamo noi lo non facciamo perché c'è qualcosa di sbagliato da odiare o da rigettare, ma solo perché l'odio vuole manifestarsi.

Il primo che diventa infelice è proprio colui che sta odiando. Quest'emozione negativa è come un uncino che ci piacerebbe utilizzare per far male agli altri, ma questo per prima cosa punge chi lo porta in mano.

E' una legge di natura ed è così semplice che molte persone se la lasciano sfuggire. Passiamo alla nostra vita con una linea di demarcazione distinta: a destra ciò che ci piace, a sinistra tutto quello che non ci piace. Alcune qualità e caratteristiche sono delle volte buone o cattive secondo la nostra opinione.

Qualche volta questa linea di demarcazione non funziona e vorremmo uscirne fuori. Non è un modo piacevole di vivere. Non si può essere felici perché non è possibile trovare solo persone o cose che ci piacciono. Dal momento che non c'è la perfezione nell'esistenza, non c'è speranza per la felicità se ci muoviamo con una modalità di reazione.

È divertente pensare che la maggior parte delle persone non si rendono conto di questo. Molti hanno parlato e scritto su questo tema, ma rimane una materia di pratica spirituale.

SIAMO NOI COLORO CHE COMPIONO L'AZIONE, SIAMO RESPONSABILI DI TUTTO CIÒ CHE NASCE DENTRO DI NOI. POSSIAMO CAMBIARE PERCHÉ COMPRENDIAMO CHE L'ODIO, LA PAURA, LE ANSIE CREANO INFELICITÀ A NOI STESSI.

Per ricapitolare: per prima cosa sappiamo che noi siamo coloro che compiono l'azione. Siamo responsabili di tutto ciò che nasce dentro di noi. Secondo, possiamo cambiare perché comprendiamo che l'odio, la paura, le ansie creano infelicità a noi stessi.

Il cambiamento necessita una sostituzione. Possiamo apprezzare il training nella meditazione in cui siamo costantemente richiamati a sostituire il nostro modo di pensare portando continuamente l'attenzione al respiro. Per chi non medita, sostituire un pensiero con un altro è un atto del tutto sconosciuto.

Cambiare un pensiero spiacevole con un pensiero piacevole è un'idea incredibile per chi non sa nulla di pratica spirituale. Noi siamo inclini a credere a ciò che stiamo pensando.e al fatto che nessun altro stia pensando la stessa cosa che ci sta arrivando in mente. Essere gli unici con quel pensiero fra quattro miliardi di abitanti della terra è un'assurdità che raramente viene fatta notare.

RICONOSCERE DUKKHA

Il passo importante che segue nel nostro processo di maturazione è il riconoscimento del nostro dukkha. Sembra così semplice, che ci si meraviglia perché sia spesso così difficile seguire con precisione questo insegnamento. Se proviamo dukkha, come ognuno prova, siamo in un primo momento spinti a prendercela con qualcuno o qualcosa. Possiamo iniziare con qualcuno, continuare con le situazioni e includere tutto ciò con cui veniamo in contatto, con tutto ciò che sentiamo, vediamo, assaggiammo, tocchiamo o odoriamo. Le possibilità di dare la colpa sono infinite ma se indulgiamo in questo comportamento, stiamo rifiutando la nostra prima visione ovvero che noi stessi siamo i responsabili.

Se riusciamo a entrare bene in questa modalità di comprensione, iniziamo presto a vedere dukkha in un modo differente. Come una parte dell'essere umano, come una verità universale e non solo personale. Tuttavia quando rigettiamo le nostre sensazioni spiacevoli e non vogliamo accettare il fatto che la nostra mente è la colpevole, allora stiamo cercando un capro espiatorio. Questo era molto comune in passato e i possibili capri espiatori erano innumerevoli. Se ci ricordiamo che siamo noi la causa di dukkha, ritorniamo alla pratica spirituale. Se rigettiamo il nostro dukkha, l'odio che sorge nello stesso tempo rende il nostro dukkha doppiamente doloroso.

INIZIAMO A COMPRENDERE CHE CI SONO ALCUNI SITUAZIONI NELLA NOSTRA VITA IN CUI È NECESSARIO COMPRENDERE E SE NON LE UTILIZZIAMO SAREMO SEMPRE GLI STESSI OGNI VOLTA.

Utilizzando la visione dentro questo dukkha autoprodotto come ulteriore passo abbiamo la possibilità di cambiare il disagio interiore, che proviene dalla rigetto e dall'ozio, in una forma di accettazione. Delle volte nasce in noi la sensazione di essere a casa, senza la quale nessuna meditazione può fiorire. Questi sono gli aspetti fondamentali di noi stessi su cui abbiamo bisogno di investigare e di cui dobbiamo fare esperienza.

La pratica spirituale coinvolge l'intero essere e l'esplorazione delle nostre reazioni, sviluppando la sensibilità e anche la vulnerabilità nei confronti degli altri ed diventando capace di attaccare solo debolmente. Iniziamo a comprendere che ci sono alcuni situazioni nella nostra vita in cui è necessario comprendere e se non le utilizziamo saremo sempre gli stessi ogni volta. Se guardiamo indietro per un momento, saremo capaci di vedere che situazioni identiche sono sorte nella nostra vita innumerevoli volte. Continuerà così, a meno che non cambiamo.

GUARDARE DENTRO DI NOI

La pratica spirituale non è solo sedersi su un cuscino, ma è aprire la mente a ciò che veramente abbiamo dentro di noi. Se questa apertura si chiude nel momento in cui ci alziamo in piedi, in realtà non abbiamo meditato con successo. Non è importante per quanto tempo riusciamo a seguire il pensiero o le sensazioni, ma piuttosto quanto diveniamo consapevoli e come diveniamo consapevoli. Possiamo usare questa consapevolezza in ogni reazione durante la giornata guardando ai nostri processi di pensiero. C'è l'assunto di Cartesio che dice: " Penso quindi esisto". In realtà c'è anche un altro modo di vedere: "Esisto quindi penso". Se non facciamo un po' d'ordine nei nostri pensieri e nelle reazioni emotive, che seguono il processo del pensiero, la nostra mente distruggerà continuamente la nostra interiorità.

La comprensione dell'origine del nostro dukkha deve essere seguita dalla comprensione che il rifiutarlo non significa farlo sparire, solo il lasciar andare il desiderio fa sparire dukkha, questo significa una inequivocabile accettazione. Accettare se stessi significa essere capaci di accettare gli altri. La difficoltà con gli altri è che essi rappresentano uno specchio in cui noi possiamo vedere i nostri errori. Questo specchio può essere molto utile. Quando viviamo con gli altri possiamo vederci e imparare ad essere insieme, come il latte con l'acqua che si mescolano completamente. È compito di ognuno di noi mescolarsi, se aspettiamo che gli altri lo facciano non stiamo praticando. Questa è una cosa molto difficile da fare, ma è anche molto importante. Creeremo una sensazione di pace interiore espandendo la nostra coscienza e consapevolezza fino a comprendere l'universalità

LA DIFFICOLTÀ CON GLI ALTRI È CHE ESSI RAPPRESENTANO UNO SPECCHIO IN CUI NOI POSSIAMO VEDERE I NOSTRI ERRORI. QUESTO SPECCHIO PUÒ ESSERE MOLTO UTILE. ATTRAVERSO GLI ALTRI POSSIAMO VEDERCI E IMPARARE AD ESSERE INSIEME.

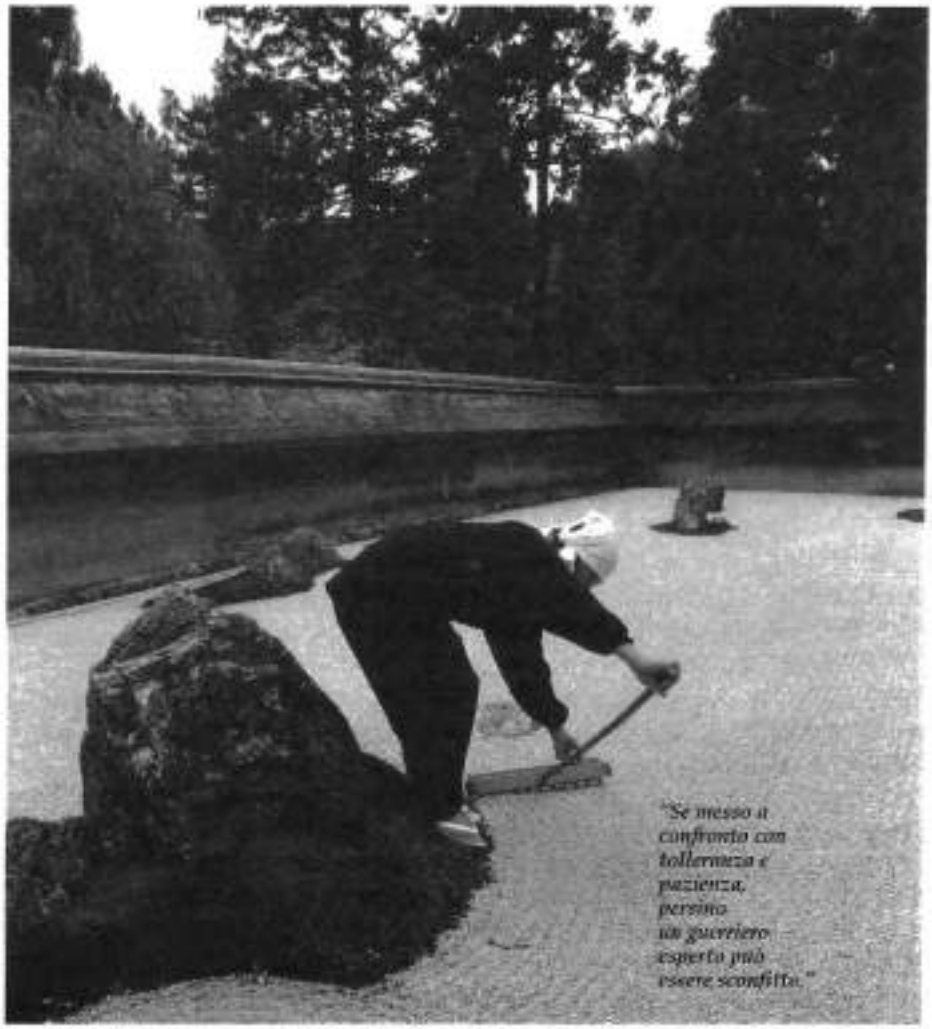
Il mondo è sempre indaffarato e ogni giorno siamo presi in situazioni di ogni genere. Anche il nostro mondo interiore è molto indaffarato e dobbiamo fare qualcosa per questo, dobbiamo cercare di acquietarlo per vedere più chiaramente.

La pratica spirituale non è niente di speciale, solo rendere una sola cosa il nostro corpo e la nostra mente.

La terza paramita: LA PAZIENZA

di Sheng-yen

Tratto da
LE SEI PARAMITA
del maestro
Sheng-yen
Traduzione a cura
della *Comunità*
Bodhidharma;
Padova 2005



"Se messo a confronto con tolleranza e pazienza, persino un guerriero esperto può essere sconfitto."

Le paramita sono le qualità perfette **che maggiormente un praticante dovrebbe sviluppare per** estirpare gli attaccamenti **e trascendere l'oceano della sofferenza.** La pazienza **è la terza dell'elenco tradizionale. Qual è il suo significato?**

Ven Sheng Yen è uno dei principali maestri contemporanei della tradizione Ch'an. **Nato nel 1930 in Cina, ordinato monaco nel 1943, se ne allontanò nel 1949 rifugiandosi a Taiwan. Riconosciuto come maestro realizzato del Ch'an, ha conseguito in Giappone il dottorato in letteratura buddhista e ha cominciato ad insegnare fondando centri e monasteri a Taiwan e negli Stati Uniti.**

La terza Paramita è la pazienza o kshanti. Il *Mahaprajnaparamita Sutra* (Sutra della perfezione della saggezza) descrive la pratica della pazienza come "pazienza pacificata". Questo significa che quando ci sarà pazienza, la mente sarà pacificata. Non solo la mente sarà stabile, ma anche il corpo godrà di una sensazione di benessere. La pazienza nel modo di sostentarsi si estenderà ad altri aspetti della vita e viceversa. Senza pazienza non riusciremmo a tollerare i conflitti e gli ostacoli della vita. Senza una mente e un corpo pacificati possiamo diventare molto agitati ed essere tormentati da travagli interiori. Un proverbio cinese dice: "Quando le tigri lottano ne risulterà morte o grande danno." Con gli umani, il conflitto è spesso tra il mondo esterno e la mente all'interno.

Una volta in Tv ho visto una gara olimpionica tra nuotatori giapponesi, americani e russi. Arrivò primo un nuotatore giapponese. Quando il vincitore emerse dalla vasca un reporter gli chiese: "Sapevi che il nuotatore russo era a soli pochi pollici dietro di te?" Il nuotatore rispose: "Ero concentrato nell'avvalermi del mio intero essere e delle mie capacità nel nuoto. Se mi fossi preoccupato di chi mi inseguiva avrei perso." Il reporter disse: "Sembri molto orgoglioso e fiducioso in te stesso." Il nuotatore replicò: "Per mesi ho studiato questi atleti attraverso i video. Nell'inserire le loro tecniche nel mio allenamento, ho guadagnato fiducia nelle mie capacità. Non direi di essere orgoglioso. Sto solo imparando, non rivaleggiando.'" Questa storia riguarda la perfezione della pazienza in quanto la mente del nuotatore giapponese era in pace in seguito al suo paziente imparare dagli avversari e alla sua conseguente fiducia. Imparare dai propri

avversari, essere fiduciosi senza arroganza od orgoglio è lo spirito del bodhisattva, meritevole di essere emulato. Ci sono tre modi per praticare la pazienza: pazienza con chi vuole danneggiarci, pazienza nei confronti dell'ambiente che ci circonda e pazienza nell'accettare i dharma.

Pazienza con chi ci vuole danneggiare

Se non reagiamo negativamente nei confronti di chi vuole farci del male, possiamo evitare danni agli altri e a noi stessi. Se per abitudine noi non reagiamo negativamente, può sembrare che noi ci arrendiamo sempre; in realtà sviluppiamo il coraggio e l'abilità per difendere noi stessi e anche gli altri. A lungo termine sarà meglio per tutti. Per usare una metafora: se tu eviti di abbattere un albero ogni volta che hai bisogno di legna, la foresta sarà preservata per altri usi.

Potresti obiettare a queste idee e dire che se non reagirai combattendo sarai preda degli altri che si approfitterebbero di te. Se tu sei l'unico a praticare la pazienza in un vasto gruppo, ti puoi sentire sopraffatto o persino temere danni al tuo corpo o alla tua esistenza. In una tale situazione, come puoi praticare la pazienza?

Nell'antica Cina, il Generale Sun Tzu conosceva alla perfezione l'arte della guerra. Egli insegnava che la migliore strategia è indurre il nemico ad arrendersi senza lottare. La stessa strategia è usata nelle arti marziali cinesi, dove il combattente esperto non danneggia o uccide, ma impiega il minimo sforzo per sottomettere l'avversario. Un assioma delle arti marziali recita: "Usa quattro once per deviare mille libbre." Significa usare la forza dell'avversario per sconfiggerlo. Lo stesso principio può essere usato riguardo la perfezione della pazienza, il cui cardine sta appunto nell'applicare la saggezza per evitare situazioni difficili.

Per risolvere i conflitti devi estendere la compassione a quelli che vogliono farti del male. Usando la saggezza puoi trasformare almeno la metà delle situazioni difficili in condizioni favorevoli. Questo non vuol dire che se sei l'unico a praticare la pazienza devi permettere agli altri di approfittarsi di te. Piuttosto, tu devi rispondere con saggezza e compassione. Non tutti possono diventare persone buone, ma se metà di loro ti tratteranno correttamente, ciò è già molto favorevole. I sutra (le scritture) dicono che praticare la pazienza è manifestare saggezza e compassione. Perciò, non si dovrebbe confondere la pazienza con l'arrendevolezza.

Pazienza nei confronti dei fattori ambientali

La pazienza nei confronti dell'ambiente significa sopportare il dolore e le difficoltà causate da calamità naturali, uragani, tempeste violente, freddo e caldo estremi ecc. I buddhisti considerano inoltre il loro cor-

po fisico come formato dagli stessi quattro elementi che compongono l'ambiente: terra, fuoco, acqua e vento. Il corpo non in armonia con sé stesso o la malattia sono il risultato di uno squilibrio dei quattro elementi. Perciò la pazienza nei riguardi dell'ambiente include la pazienza nei confronti del proprio corpo e dei suoi malanni.

Paziente accettazione di tutti i dharma

La paziente accettazione di tutti i dharma è guardare tutti i fenomeni, incluse le nostre proprie esperienze di piacere e dolore, come aventi la natura del vuoto, come i dharma senza un sé indipendente. Questo tipo di pazienza racchiude tutte le condizioni, sia quelle positive che quelle negative, e abbraccia le due precedenti pratiche.

Contemplazione del vuoto

Quando pratichiamo i tre tipi di pazienza stiamo effettivamente contemplando il vuoto. Come principio, le tre pratiche progrediscono dal sopportare chi vuole farci del male, al sopportare le difficoltà del nostro corpo e dell'ambiente, fino ad accettare il vuoto dei dharma. In un certo senso, il terzo tipo di pazienza è il più facile, poiché lo puoi praticare in qualsiasi momento e ovunque contemplando il vuoto di tutti i dharma. Come conseguenza puoi anche perfezionare le due precedenti pratiche. Quando contempliamo l'impermanenza di tutte le nostre esperienze - dolorose, piacevoli o neutre - perveniamo ad una chiara visione della "mancanza di un sé". Possiamo capire il significato del vuoto attraverso questa intuizione del non-sé e direttamente impegnarci nel Dharma.

Pazienza mondana e oltremondana

La pazienza può essere mondana o oltremondana. La pazienza mondana si manifesta nell'affrontare l'ambiente, nell'accettare il caldo estremo, il freddo, la fame, la sete, il dolore, la gioia, le critiche e la fatica fisica e mentale. La pazienza oltremondana va al di là delle esperienze di piacere, dolore, fatica ecc. Significa pazienza nell'integrare il Dharma nella propria vita, nell'accettare le difficoltà che derivano dall'impegno nella pratica e nell'usare il proprio tempo saggiamente e pienamente.

Per sua natura, il perfezionare la pazienza richiede un lungo e laborioso processo. Una volta ho incoraggiato una persona sovrappeso ad impegnarsi in maggiore meditazione ed esercizio. Dopo due settimane tornò e disse che aveva seguito il mio consiglio, ma non aveva perso molto peso. Oltre a ciò, si stava stancando della routine. Ho ribattuto che sono stato monaco per molte decadi senza sentire di aver fatto progressi.

La terza PARAMITA:
LA PAZIENZA

Nondimeno, ho dovuto mantenermi paziente e continuare ad adempiere ai miei voti come monaco. Gli dissi che anche lui doveva essere paziente e continuare a praticare.

Proprio ieri, uno dei miei discepoli che sosteneva il fatto che praticare il Dharma non gli è stato di grande aiuto negli ultimi tempi, si è fatto vedere di nuovo. Anche se per il momento gli sembra di non progredire, continua a frequentare il centro per imparare il Dharma. Questa è pazienza oltremondana.

La capacità di sopportare e di tollerare fa parte della vita; senza quella non possiamo realizzare nulla. Praticare la pazienza significa integrarla nelle nostre vite quotidiane, nella carriera, negli studi e in tutte le altre situazioni. Tutto ciò richiede vari gradi di pazienza, senza la quale sarebbe molto difficile mantenere un minimo senso di umanità ed essere in armonia con gli altri.

In uno dei sutra, Shakyamuni Buddha disse che la pazienza è la più grande ricchezza e che senza quella egli non avrebbe raggiunto la buddhità. Probabilmente sappiamo tutti che non c'è mai stata una guerra tra i buddhisti o una guerra prolungata contro i buddhisti. Ciò è dovuto probabilmente alla pratica della compassione e al senso di tolleranza e pazienza che sono l'essenza del Buddhismo.

In un racconto cinese di arti marziali, c'era un arrogante maestro di spada che usava la sua abilità per tiranneggiare gli altri e ottenere quello che voleva. Nello stesso tempo c'era anche un monaco che era molto allenato nell'uso della sua cintura per difendersi. Un giorno il prepotente spadaccino e il monaco si incrociarono. Il monaco sapeva che lo spadaccino aveva cattive intenzioni e decise di ostacolare il suo cammino. Il maestro di spada pretese che il monaco si togliesse dal passaggio o altrimenti avrebbe assaggiato la furia della sua spada. Quando il monaco si piantò bene per terra lo spadaccino attaccò. Il monaco prontamente avvolse la sua cintura attorno allo spadaccino e alla sua arma e li legò assieme. Se messo a confronto con tolleranza e pazienza, persino un guerriero esperto può essere sconfitto.

Aprire gli OCCHI alla GRATITUDINE

di Karl Riedel

Spesso non ci rendiamo conto della preziosità di ciò che ci viene offerto e consideriamo tutto come se ci fosse dovuto. Sviluppare un senso di riconoscenza e di gratitudine **è un passo importante e fondamentale da fare nel** cammino spirituale.

DISCORSO tenuto durante il ritiro *Il Sentiero della Presenza Mentale*, Pomaia (Pisa) 20 agosto 2006.

Quando invochiamo il nome di Avalokiteshvara [1] non lo facciamo solo per chiedere protezione per il nostro ritiro, lo facciamo per ricordarci di essere già protetti e di esserlo sempre stati. Poterci riunire qui è una grande benedizione, talmente grande che è difficile da esprimere; quindi vorrei portare la vostra consapevolezza alla gratitudine per essere qui insieme, alla gratitudine di poter stare qui, ciascuno di noi. Non possiamo considerarlo "normale"; forse qualcuno potrà dare per scontato il fatto di essere qui e qualcuno potrà addirittura pensare di avere il "diritto" di essere qui, mentre in realtà si tratta proprio di una benedizione. Ricordiamoci che avere la libertà di essere qui è una benedizione: non dobbiamo lottare per il cibo, non stiamo morendo di fame, abbiamo degli abiti e un tetto sopra la testa; se facciamo un piccolo pas-

[1] Il ritiro si è aperto con il canto *Namo Avalokiteshvaraya*.

Helga e Karl Riedl **sono insegnanti di Dharma laici ordinati dal maestro dhyana** Thich Nhat Hanh. **Hanno una lunga esperienza di meditazione buddhista in diverse tradizioni. Dal 1993 al 1999 sono stati residenti a** Plum Village, **il centro guidato da Maestro Thich Nhat Hanh in Francia. Nel 1999 hanno fondato l'**Intersein Zentrum Haus Maitreya **a Hohenau, nella foresta bavarese, comunità di pratica laica nella tradizione della scuola zen di Plum Village, con l'incoraggiamento e il patrocinio del venerabile Thich Nhat Hanh.**

so indietro riconosceremo tutti che per molta gente nel mondo queste non sono cose scontate. Infatti la maggior parte degli esseri umani in questo mondo non ha abbastanza cibo, non ha abiti, non ha un rifugio; questa dunque è la prima contemplazione della gratitudine. Tutti i nostri maestri ancestrali ci chiedono di ricordarcelo per tutto il giorno: ci chiedono, quando ci sediamo con un piatto di cibo, di essere grati che questo piatto sia pieno e di aver abbastanza da mangiare. É così facile dimenticarlo o darlo per scontato; alcuni di noi gettano il cibo per svariate ragioni, per dimenticanza o per abitudini sociali.

Questa è dunque una delle contemplazioni: che il cibo è prezioso e che ci è stato dato. Molti milioni di esseri umani ci hanno procurato questo cibo. Invece di disperderci nei pensieri mentre mangiamo, è una buona idea contemplare questo fatto; questo genera e coltiva una mente diversa, la mente della gratitudine.

❖ ❖ ❖

Abbiamo la libertà di essere al sicuro: per qualche incredibile ragione adesso non c'è una guerra in questa parte del mondo, mentre in altre parti del mondo spesso c'è quel qualcosa che chiamiamo "guerra", cioè una situazione in cui esseri umani uccidono altri esseri umani. In tempi andati ogni generazione dei nostri antenati affrontava una guerra, era quasi un'abitudine; ce lo dimentichiamo, lo dimenticano soprattutto i nostri giovani e non sono consapevoli di quanto sia speciale vivere con almeno un certo grado di sicurezza. Non c'è polizia segreta qua attorno, abbiamo la libertà di riunirci qui, a pochi chilometri dal Vaticano: ci è permesso di stare qui anche se abbiamo un approccio diverso alla vita e un credo differente. Questo non accade in tutti i Paesi, quindi possiamo avere una profonda gratitudine nei confronti di questa società e dei nostri antenati che hanno creato una società in cui c'è tolleranza nei nostri confronti.

Inoltre apparteniamo a qualcosa, non siamo abbandonati, non siamo disperatamente soli: abbiamo una famiglia, abbiamo amici, abbiamo un sangha. L'appartenenza, l'essere parte di un gruppo di altri esseri umani, l'essere parte di una società è un bisogno profondissimo di tutti noi; l'appartenenza ci libera dalla preoccupazione, dalla paura e dall'ansia di essere soli. Intorno a noi abbiamo amici che ci appoggiano e se necessario ci tengono fra le braccia, ci danno cura e sostegno; questa è già una grande benedizione.

Non abbiamo il "diritto" di avere qualcuno che si prenda cura di noi, abbiamo solo il diritto di essere grati.

Ritiri in Italia con Helga e Karl Riedl

Helga e Karl Riedl seguono il sangha italiano con grande attenzione e cura da circa un decennio. I loro ritiri in Italia sono sempre stati di grande sostegno per i praticanti italiani, grazie alla loro capacità di elaborare ed esporre gli insegnamenti di Thich Nhat Hanh in una prospettiva immediatamente comprensibile a tutti. Anche quest'anno saranno presenti a Pomaia, vicino Pisa, presso l'Istituto Lama Tzong Khapa per due ritiri, da metà agosto in poi. Gli insegnamenti si terranno in italiano e in inglese e sarà garantita una traduzione simultanea in italiano.

■ 18 - 25 AGOSTO: "La via diretta verso l'illuminazione" **ritiro per praticanti adulti. Attraverso l'esercizio e la pratica della consapevolezza e della presenza mentale verranno accuratamente osservati i quattro ambiti della persona umana: il corpo, i sentimenti, la mente e gli oggetti mentali, come descritto nel sutra dei *Quattro Satipatthana*.**

■ 26 AGOSTO - 1 SETTEMBRE: "Vivere in armonia gli uni con gli altri" **ritiro dedicato a genitori e figli. Questo secondo appuntamento avrà spazi e attività espressamente pensati per i più piccoli e centrerà l'attenzione sui mezzi abili per portare la pratica nella vita quotidiana e nelle relazioni famigliari tra genitori e figli.**

■ ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI: dal primo maggio in poi, solo telefonicamente (no via e-mail) chiamare l'Istituto Lama Tzong Khapa, tel. 050.685654 da lunedì a domenica. Orari: 8.30 -12.30 e 14.15 - 17.15

■ INFORMAZIONI E AGGIORNAMENTI: *www.esserepace.org*

❖ ❖ ❖

La maggior parte di noi sente che la propria vita ha un significato: siamo in grado di percepire il motivo per cui siamo qui. Magari avete anche la convinzione di avere una vocazione speciale nella vostra vita, magari una professione particolare. Far parte di una famiglia dà significato alla vostra vita; l'essere qui insieme dà un forte significato, dà la ragione dell'essere in questa vita e di ciò che faremo. La maggior parte di noi ha una direzione verso cui andare, valori in cui credere; tutto ciò è una benedizione, tutto ciò dà origine a una profonda contemplazione della gratitudine.

Tante persone, soprattutto giovani, sono "spiriti affamati" - così vengono definiti nel buddhismo - "senza futuro". "Senza futuro" era un'espressione che forse si usa ancora per definire certi giovani, appunto, senza un futuro, senza valori in cui credere, senza un significato e senza una direzione nella vita – la maggior parte di noi ha anche queste cose. Allora questo è l'invito che vi faccio e che a mia volta ho ricevuto dai miei antenati spirituali: fate queste contemplazioni, specialmente in

questi quattro ambiti, perché in questo modo coltiviamo una mente di gratitudine. Dobbiamo farlo anche riguardo ai piccoli dettagli della nostra vita. Questo non significa che noi dobbiamo costantemente correre qua e là dichiarando quanto siamo grati, mentre in realtà non ci crediamo; no, dobbiamo trovare degli esempi, qualcosa che ci faccia dire: «Toh, guarda, sì, sono inserito in questo "qualcosa" che non è "ovvio"». Per molti di noi è un addestramento difficile, perché la nostra educazione sociale o culturale ci fa dare tutto per scontato; capita molto spesso che ci debba mancare qualcosa, per poterci ricordare di quanto eravamo grati quando l'avevamo.

Per esempio, se vi piace fare una doccia calda al mattino e per qualche ragione l'impianto di riscaldamento non funziona, invece di arrabbiarvi potete prenderlo come un buon modo per ricordarvi di essere grati la volta successiva, quando l'acqua è calda. Quando ci si trova in paesi e culture differenti dalla propria ci si ricorda all'improvviso di ciò che si aveva a casa propria. Siamo tanto felici di andare in India, ma poi quando si finisce a dormire sul pavimento, senza un letto, tutta la felicità svanisce. Non siamo consapevoli di quanto potremmo essere grati di avere un vero letto. Quando venite da noi in Germania magari siete tutti contenti, ma poi la mattina a colazione cercate quel liquido amaro e marrone che chiamate "caffè" e quei biscotti o quella brioche che siete abituati a prendere e non c'è nessuna di queste due cose: non vi arrabbiate! Siate grati di averle la prossima volta, siate grati comunque di poter fare colazione.

Questa è una vera pratica. Perdiamo così facilmente la nostra gratitudine. Facciamo un altro esempio: se siete obbligati a stare a letto perché avete un dolore alla schiena, potreste chiedere: «Cosa c'è di cui essere grati?». Ma è un trucco anche dire: «Beh, la prossima volta, quando non sarò più costretto a letto, sarò grato di non avere mal di schie-

“ ... Facciamo un altro esempio: se siete obbligati a stare a letto perché avete un dolore alla schiena, potreste chiedere: «Cosa c'è di cui essere grati?». Ma è un trucco anche dire: «Beh, la prossima volta, quando non sarò più costretto a letto, sarò grato di non avere mal di schiena». Vi invito ad essere grati per quello che ancora c'è per cui provare gratitudine. Magari avete mal di schiena, ma siete ancora vivi, potete ancora pensare – speriamo in modo positivo – comunque potete pensare, potete percepire questo mondo; avete l'occasione che qualcuno si prenda cura di voi, il vostro compagno o i vostri amici. C'è sempre qualcosa di cui essere grati, dunque. ”

na». Vi invito ad essere grati per quello che ancora c'è per cui provare gratitudine. Magari avete mal di schiena ma siete ancora vivi, potete ancora pensare – speriamo in modo positivo – comunque potete pensare, potete percepire questo mondo; avete l'occasione che qualcuno si prenda cura di voi, il vostro compagno o i vostri amici. C'è sempre qualcosa di cui essere grati, dunque.

❖ ❖ ❖

Non vi ho ancora parlato della quinta area in cui esercitare la gratitudine. Ho nominato quattro aree: cibo, riparo, sicurezza, appartenenza e significato. Mi riferisco alla scala di Maslow, che ho sempre trovata molto utile per capire ciò che facciamo. Vi ho presentato le quattro aree in cui esercitare la gratitudine; qui ora noi entriamo in contatto con la quinta, l'ultima: essere in contatto con la spiritualità, avere un significato superiore, al di sopra e al di fuori della nostra consueta vita di uomini.

Questo è evidentissimo soprattutto qui, in questo *gompa* ["sala di meditazione", nella tradizione tibetana], guardando le immagini di uno qualunque di questi insegnanti, a cominciare da Lama Tsong Khapa, che è il famoso fondatore della Scuola Gelugpa della tradizione buddhista tibetana; poi c'è Sua Santità il 14° Dalai Lama, attualmente a capo della stessa Scuola, e Lama Tsopa, che è stato il mio Maestro per alcuni anni. Tutti loro ci ricordano che benedizione sia aver incontrato il Dharma, aver incontrato persone che possono aiutarci a trovare la strada che ci porta fuori dalla nostra miseria di esseri umani.

La più grande benedizione è aver incontrato il Dharma ed essere in contatto con il Dharma. Io non so come sono riuscito a farlo; se vi chiedessi: "Come sei arrivato qui?" voi direste: "Non lo so". Certo, potreste inventare una specie di spiegazione: "Sì, a quell'epoca, quando ho incontrato il tale e ho letto il tale libro… e così via" – ed ecco che all'improvviso siete qui. Di nuovo, questa è una benedizione: è una benedizione aver incontrato o incontrare insegnanti di qualunque tradizione. Vorrei chiarire molto bene che quando dico "Dharma" non intendo il Dharma buddhista. Per me "Dharma" significa gli insegnamenti, i modi e i metodi per liberare la nostra mente; quindi non c'è solo il Dharma buddhista, c'è il Dharma cristiano, c'è il Dharma musulmano e qualunque Dharma che ci mostri la via verso una mente liberata.

*(A cura dell'*Associazione Essere Pace *www.esserepace.org)*

SULLA VIA *della* PARITÀ
MONACHE BUDDHISTE *nel* XXI SECOLO

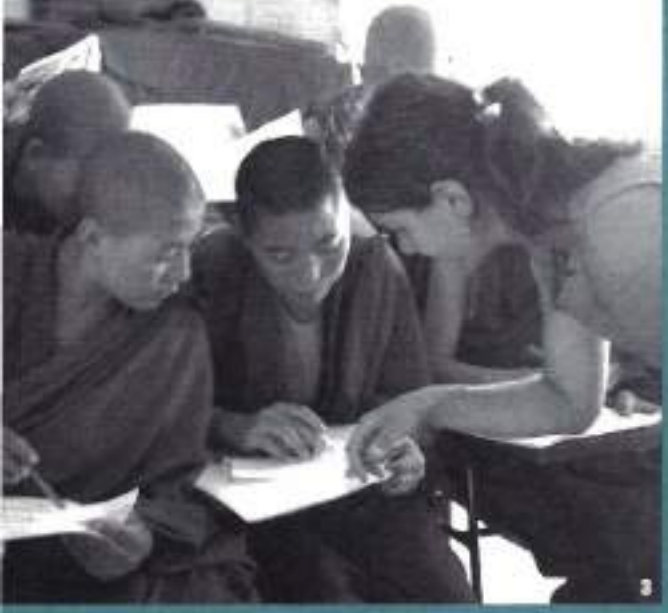
di Karma Lekshe Tsomo

Qual è oggi è la situazione monastica femminile? É in atto una sua "rinascita"**? Qual'è stato il ruolo delle monache occidentali? Un importante** convegno **si terrà il prossimo luglio ad** Amburgo **su questo tema e sicuramente aprirà una profonda revisione.**

da TIBET UND BUDDHISMUS n. 4/06, per gentile concessione della Redazione, *www.tibet.de.*

L'ordine delle monache buddhiste è sorto fin dai tempi in cui viveva il Buddha. Il Risvegliato, quindi, riconobbe pubblicamente che le donne hanno la facoltà di realizzare l'illuminazione. Migliaia di donne raggiunsero il livello di 'distruttore del nemico' (*arhat*) e si liberarono dalla sofferenza e dalla rinascita.

Il Buddha insegnò un sentiero di sviluppo mentale efficace per uomini e donne in egual misura. Probabilmente a causa della struttura patriarcale della società indiana, le norme della disciplina monastica per le donne furono più rigide di quelle per i monaci. Così la prima monaca, Mahaprajapati, dovette accettare otto specifiche regole che subordinavano le *bhiksuni* (le monache dall'ordinazione completa) ai



Si parla ovunque di uguaglianza. Tra i tibetani, i cinesi o gli europei si trovano un numero crescente di donne con un serio interesse per la religione, specie per il buddhismo. Quando conferisco insegnamenti, le donne sono sempre in numero superiore agli uomini. Dunque le donne hanno un diritto naturale. Il buddismo ha bisogno di giustizia.
(S.S. il Dalai Lama a Zurigo 2005)

bhikshu (i monaci dall'ordinazione completa). Quando l'ordine monastico femminile crebbe ulteriormente, le monache si trovarono a dover seguire quasi cento regole in più.

Nella vita quotidiana, le monache gestivano le proprie comunità, prendevano le proprie decisioni e selezionavano chi poteva avere accesso alla comunità, e in quale momento. I monaci offrivano consiglio alle monache e, durante il ritiro delle piogge della durata di tre mesi, rimanevano nelle vicinanze per proteggerle. Altrimenti, le monache buddhiste vivevano indipendenti dal controllo esterno.

Ai tempi del Buddha, la vita monastica era per le donne non solo un mezzo per raggiungere la liberazione spirituale, ma anche un modo per liberarsi dagli obblighi della vita famigliare, che a quell'epoca richiedeva ubbidienza assoluta verso lo sposo e la sua famiglia.

Oggi la vita delle monache buddhiste varia in base alla tradizione, al Paese, al monastero e alla persona. Di comune e condiviso c'è solo che i capelli vengono rasati, si indossano le vesti monastiche e si segue un codice di disciplina etica. I più importanti principi etici coincidono con la disciplina buddhista generale: non uccidere, non rubare, non menti-

NELLE FOTO
1. Bhikshuni Jampa Tsedroen (Carola Roloff) della tradizione tibetana (*foto di Jens Nagels*); **2.** La principessa del Bhutan (al centro) tra un gruppo di monache theravada; **3.** Monache del monastero di Mundgod. Saranno le prime a ottenere il titolo di geshe-ma (dottorato in filosofia buddhista) (*foto di Karin Hutter*); **4.** Due monache della tradizione vietnamita (foto tratte dal libro "*I have arrived, I am at home*" by Thich Nhat Hanh and The Global Plum Village Family, ed. Parallax Press Berkeley, California); **5.** Monache theravada e zen.

UNIVERSITÀ DI AMBURGO 18-20 LUGLIO
PRIMO CONGRESSO INTERNAZIONALE SUL RUOLO DELLE DONNE BUDDHISTE NEL SANGHA

Il Vinaya delle bhikshuni e i lignaggi dell'ordinazione

■ Lo scopo del congresso è arrivare a una decisione sull'argomento, e perlomeno a una dichiarazione di sostegno, in collaborazione con ricercatori ed esperti di tutto il mondo in merito al Vinaya, ai precetti religiosi, alla trasmissione del loro lignaggio e all'attivazione di un'ordinazione monastica femminile completa (bikshuni) là dove è assente.
I partecipanti provengono da varie parti del mondo - Thailandia, Corea, Sri Lanka, Birmania-Myanmar, Stati Uniti, India, Vietnam, Australia e Germania. S. S. il Dalai Lama ha salutato con gioia questo evento e ha garantito di essere presente il 20 luglio, l'ultimo giorno del congresso, che si svolgerà ad Amburgo dal 18 al 20 luglio 2007, in cooperazione con la University Asia-Africa Institute. Per ulteriori informazioni, per iscriversi o per leggere la lettera di Sua Santità sul tema, vedi *www.congress-on-buddhist-women.org* ■

re, evitare la sessualità scorretta e non assumere inebrianti. Nello specifico delle monache e dei monaci, si aggiunge l'abbandono di ogni attività sessuale e la vita in celibato.

MOLTE MONACHE SONO ANALFABETE, ALCUNE POSSIEDONO UNA LAUREA

Oggi le monache buddhiste vivono su tutto il pianeta: dalla Cambogia alla Mongolia, dalla Svezia alla Nuova Zelanda. I loro stili di vita si differenziano ampiamente: dalla pratica della questua osservata in Sri Lanka alle festività vegetariane dei templi taiwanesi.

Alcune monache buddhiste fanno voto per tutta la vita di non toccare il denaro, mentre altre svolgono magari un'attività d'ufficio e onorano i propri crediti ipotecari. Alcune monache buddhiste si concentrano in meditazione e vivendo in solitudine, mentre altre dirigono grandi templi, oppure insegnano. Alcune sono strettamente vegetariane e non si cibano mai di uova, cipolle e aglio, mentre altre si nutrono di tutto ciò che viene loro offerto. Molte monache sono analfabete, altre possiedono una laurea.

LE MONACHE NELLA TRADIZIONE THERAVADA

Le monache nella tradizione Theravada vivono in Birmania, Cambogia, Laos, Sri Lanka e Thailandia, con comunità minori in Bangladesh, India, Nepal e Vietnam. In genere queste comunità tendono a voler

mantenere uno stile di vita simile a quello delle prime monache buddhiste: indossano le semplici vesti di cotone bianco, arancio o marrone, si nutrono di cibo offerto in elemosina dalla comunità dei laici e si astengono dall'assumere cibo solido dopo mezzogiorno.Si stima che nello Sri Lanka vivano 2000 monache, 60.000 in Birmania, 900 in Cambogia, 400 in Laos e 20.000 in Tailandia.

Le monache seguono otto, nove o dieci "regole" e non indossano alcun monile, non danzano né cantano, non siedono su seggi o letti elevati, e dopo mezzogiorno non assumono più alcun cibo solido. Le monache che seguono le dieci regole si impegnano, inoltre, a non venire in contatto con l'argento, l'oro e il denaro. Nonostante ciò, non vengono considerate novizie, poiché mancano le monache che le possano ordinare.

Le monache della tradizione Theravada recitano i Sutra di Buddha in lingua Pali, e meditano solitamente un'ora la mattina presto e un'ora la sera. Oltre a ciò, praticano di solito la meditazione Vipassana e partecipano a insegnamenti e ritiri di meditazione. Alcune vivono una vita ritirata e contemplativa e si tengono consapevolmente lontane dalle tentazioni della società. Altre vivono in paesi, città o centri urbani, dove rimangono a servizio delle necessità spirituali dei laici attraverso la recitazione di preghiere, ricevendo per questo sostentamento materiale. Molte monache fungono da counselor (ovvero consulenti psicologi) e/o da insegnanti di Dharma, e offrono il loro servizio nei grandi templi e monasteri. Fino a poco tempo fa, le monache della tradizione Theravada non potevano ottenere la piena ordinazione, o perché questa si era estinta - come è avvenuto in India, in Birmania e nello Sri Lanka - oppure perché non è mai stata iniziata, come in Thailandia o in Cambogia. Senza la piena ordinazione, le monache non vengono percepite come membri del Sangha monastico (la comunità del monastero). Per questo motivo, ottengono meno sostegno materiale, meno possibilità di ricevere un'educazione/formazione e meno rispetto. A partire dal 1988, alcune buddhiste si sono impegnate a prendere la piena ordinazione. La più grande comunità di monache appartenti alla tradizione Theravada oggi vive nello Sri Lanka.

MONACHE DELLA TRADIZIONE MAHAYANA

Le monache della tradizione Mahayana praticano nel contesto di lignaggi cinesi o tibetani. Il lignaggio delle monache, giunto dallo Sri Lanka alla Cina nel quinto secolo, si diffuse poi in Corea, Giappone, Taiwan, Vietnam e, con la diaspora cinese, in Indonesia, Malaysia, nelle Filippine, a Singapore e nel mondo intero. Il loro stile di vita si adatta

Karma Lekshe Tsomo insegna ***Buddhismo e Religioni del mondo*** **all'Università di San Diego (USA). Ha ricevuto la piena ordinazione monastica nel 1982 e ha fondato nel 1987 l'organizzazione di donne buddhiste** Sakyadhita **assieme ad** Ayya Khema. **Si è fortemente impegnata nel fondare programmi di studio per le donne nell'Himalaya indiano.**

Nel buddhismo tibetano giungerà presto la piena ordinazione delle monache?

Mentre nello Sri Lanka oggi vivono monache pienamente ordinate *(bhiksuni),* la tradizione tibetana non è ancora così avanti. Ad oggi, i *tulku* [reincarnazione di alto livello riconosciuta ufficialmente] femminili sono quasi inesistenti, e le monache pienamente ordinate (*bhikshuni*) sono poche. Inoltre, non vi è stata alcuna monaca o praticante laica che abbia ottenuto in passato il titolo di *geshe-ma* o di *khen-mo* [titoli equivalenti a un dottorato in filosofia buddhista]. Lo studio tradizionale delle università monastiche è aperto alle donne solo dagli anni '80.

Sua Santità il Dalai Lama da molto tempo si è impegnato a favore della piena ordinazione delle monache, così come per il corso di studi per geshe aperto alle donne. Sull'onda di tale incoraggiamento, negli ultimi 25 anni alcune occidentali, che praticano il buddhismo tibetano, hanno chiesto e ottenuto la piena ordinazione in Corea, a Taiwan o ad Hong Kong, oppure da monaci e monache dell'esilio vietnamita.

Le donne che oggi vengono indicate come monache tibetane (tib.:*ani*) sono novizie (*getzul-ma)* secondo il diritto canonico, mentre nel lignaggio Karma-kagyu vengono addirittura considerate solo delle *rabjung*, ovvero postulanti.

I monaci tibetani dotti vedono due vie per ordinare le *bhikshuni* in armonia con la tradizione del Vinaya tibetano: una è l'ordinazione delle monache in presenza esclusiva del sangha monastico maschile, l'altra è invece l'ordinazione duale, ovvero l'ordinazione in presenza di sangha monastico sia maschile che femminile. Molte novizie prenderebbero volentieri i voti da Sua Santità il Dalai Lama, che si è dichiarato a favore nel maggio 2006. In alternativa, si discute se non sia il caso, poiché al momento non vi sono altre *bhikshuni* nella propria tradizione, di adottare il rituale dei monaci per l'ordinazione delle novizie.

Un'altra possibilità sarebbe che i monaci della tradizione tibetana *Mulasarvastivada* compiano il rito insieme alle monache della tradizione cinese *Dharmagupta.* Vi sono molte possibilità di soluzione e dove c'è volontà ci sono vie d'uscita. Il Dalai Lama ha esortato più volte ad utilizzare appieno questo lasso di tempo in esilio anche affrontando queste domande e queste sagge decisioni. Una stretta collaborazione tra la Cina e il Tibet, al fine di inserire di nuovo l'ordinazione femminile, potrebbe anche offrire un impulso per un loro avvicinamento sul piano politico. Per lo meno a livello religioso, sarebbe la testimonianza che le due parti possono lavorare costruttivamente insieme.

alle condizioni climatiche più severe. Invece della questua, in alcune situazioni ottengono offerte sotto forma di verdura che cuociono da sé, oppure verdura che coltivano da sé. Le monache di questi lignaggi portano le vesti di color nero oppure grigio. Si stima che in Corea vivano 20.000 monache, 2.000 in Giappone, 20.000 a Taiwan, 14.000 in Vietnam, diverse migliaia in Cina e centinaia nelle comunità cinesi d'oltremare.

Nella maggior parte delle comunità Mahayana esiste una forte tradizione monastica femminile. Le donne che desiderano farsi monache vengono formate sotto la guida di monache più esperte. Le monache di queste comunità si riuniscono mattina e sera per recitare i Sutra in cinese, i mantra in sanscrito e le preghiere nella propria lingua. In specifici momenti del calendario lunare organizzano ritiri di Dharma, composti da recitazioni di più ore la mattina e la sera, a volte della durata di più giorni. Le pratiche dedicate ad Amitabha o ad Avalokiteshvara (cin.: Guanyin) sono particolarmente apprezzate. Un grande numero di laici delle comunità vicine si unisce a loro e distribuisce loro generose offerte di cibo, fiori e denaro. In una relazione di reciprocità, le monache offrono lezioni di Dharma, meditazione, consulenza famigliare, cerimonie funebri, consulenza nel lutto, campi di Dharma per bambini e ragazzi, insegnano la cucina vegetariana, l'arte delle composizioni floreali e così via. Nei decenni passati, il buddhismo mahayana si è sviluppato bene nella maggior parte dei Paesi, e questo va attribuito principalmente alla devozione e al duro lavoro delle monache. I buddhisti hanno fondato nuove istituzioni di formazione/educazione che offrono programmi di quattro o cinque anni, e sulla base di questi programmi di studio ben strutturati, le monache sono divenute molto attive nella società. I loro servizi si estendono dall'editoria alla traduzione, dalla previdenza sanitaria al lavoro nelle prigioni, ai progetti con i bambini, alla cura degli anziani, al servizio negli ospizi e molte altre attività.

LE MONACHE NELLA TRADIZIONE MAHAYANA TIBETANA

Oltre al Tibet, l'area d'influenza culturale tibetana comprende il Buthan, la Mongolia, il Nepal, il Burjat, il Kalmuk ed altre regioni dell'ex Unione Sovietica, le regioni di confine del Kinnaur, Ladakh, Lahaul, Spiti e Zanskar sull'Himalaya, e la comunità tibetana in esilio in India, Nepal e in altri Paesi. Nella maggior parte di queste regioni vi sono monache, ma rispetto ai monaci, il loro numero e la loro influenza sono particolarmente ridotti. Le monache generalmente seguono la regola delle novizie. Nella tradizione tibetana, il lignaggio della piena ordinazione per le

“Affinché il buddhismo possa dare un impulso per un cambiamento positivo nelle società di oggi, i buddhisti devono correggere le ingiustizie sociali nelle proprie società ed istituzioni. Per le donne, questo significa parità di diritti nell'ambito dello studio, dell'ordinazione e nell'accesso agli insegnamenti buddhisti.”

monache non è mai stato stabilito ufficialmente. Si stima che in India e in Nepal vi siano 1290 monache di tradizione buddhista tibetana. Almeno lo stesso numero vive in Tibet, nonostante l'occupazione cinese. È difficile fornire cifre precise. La maggior parte di queste monache si dedica alle pratiche contemplative e alla meditazione, così come ai rituali tantrici.

Fino agli anni ottanta, le monache della tradizione tibetana si concentravano principalmente sulla recitazione dei mantra, sui rituali e sulla meditazione. I programmi di studio sistematici delle grandi università monastiche rimanevano loro inaccessibili. Il monastero femminile ideale si trovava in un luogo isolato, che riduceva così il contatto tra le monache e la società laica. Negli ultimi venti anni, però, le monache si sono dedicate con grande entusiasmo a ricevere insegnamenti e guida da Sua Santità il Dalai Lama, così come da altri Lama formatisi in Tibet prima della presa di potere comunista.

Le monache si sono dedicate a fondare programmi di studio e centri di pratica per donne buddhiste nell'intera regione himalayana. Dato che oggi possono studiare filosofia e dibattito, a partire dall'indiana Dharamsala e con una ulteriore diffusione in Nepal e nelle regioni di confine dell'Himalaya, le monache della tradizione tibetana si sottopongono oggi al rigido e rigoroso piano di studi dei monasteri, ovvero alla dialettica buddhista, e si incontrano annualmente alle competizioni di dibattito. I monasteri femminili sono sovraffollati di monache che studiano con zelo questi difficili testi. La migliore formazione e l'incoraggiamento/sostegno ottenuto dall'esterno hanno portato alle monache maggiore autostima, riconoscimento e rispetto. Le monache sono oggi in grado di contribuire maggiormente alla conservazione e alla diffusione della loro antica eredità buddhista.

LE MONACHE BUDDHISTE NELLA SOCIETÀ MODERNA

L'anno 1987 ha segnato un punto di svolta, specie per le monache. In quell'anno le monache erano al centro della prima conferenza internazionale di Sakyadhita, un'organizzazione di donne buddhiste. Molte

monache erano convenute in quell'ambito a fare dello studio e della formazione il punto focale del lavoro di Sakyadhita. Sua Santità il Dalai Lama ha tenuto il discorso introduttivo, e questo è stato un grande onore. Il Suo appoggio e il Suo sostegno al fine di migliorare l'educazione delle donne sono stati molto incoraggianti.

L'organizzazione femminile Sakyadhita si è posta come meta principale quella di permettere, alle donne buddhiste di tutti i Paesi, il più alto livello di studio, di ordinazione e di dedizione verso gli ideali buddhisti. I benefattori di Paesi ad economia avanzata, soprattutto le monache di Taiwan, hanno aiutato le donne dei Paesi in via di sviluppo, al fine di realizzare programmi di alfabetizzazione, scuole, centri di meditazione, centri di accoglienza per donne, cliniche per la salute e orfanotrofi. Le monache che vivono in Paesi dove non esiste la piena ordinazione femminile hanno iniziato a ricevere la stessa dalle monache cinesi, coreane, taiwanesi e vietnamite.

Nella storia del buddhismo vi sono state grandi monache buddhiste, ma la loro crescita è passata in secondo piano, a causa dell'attenzione preferenziale prestata ai monaci e ai monasteri maschili. Nelle società patriarcali buddhiste, nelle quali si riservano di preferenza ai figli maschi i ruoli più rilevanti nelle famiglie, nelle scuole e nei monasteri, le figlie femmine dovevano sempre combattere per il cibo, per la salute, per lo studio e per il diritto ad una vita contemplativa.

Il Buddha viene spesso citato come esempio di giustizia sociale, e il buddhismo viene generalmente considerato come una via che offre le stesse possibilità a tutti, a prescindere dalla razza, dalla classe sociale o dal sesso. Tuttavia, lo scollamento fra le idee sociali buddhiste e le ineguaglianze reali nelle società buddhiste non può più essere ignorato.

Affinché il buddhismo possa dare un impulso per un cambiamento positivo nelle società di oggi, i buddhisti devono correggere le ingiustizie sociali nelle proprie società ed istituzioni. Per le donne, questo significa parità di diritti nell'ambito dello studio, dell'ordinazione e nell'accesso agli insegnamenti buddhisti. I cambiamenti non possono essere solo degli interventi "cosmetici", bensì devono essere profondi e autentici. Ciò comporta il porsi diversamente di fronte alle donne. Per provare che i buddhisti agiscono in buona fede, e che gli insegnamenti buddhisti hanno realmente la forza di trasformare le società, le donne buddhiste devono far sentire la propria voce e godere di pari possibilità di raggiungere il bene e l'illuminazione. I cambiamenti verso le donne buddhiste, che si osservano oggi nel mondo, possono diventare un faro di speranza per le donne di altri Paesi.

(Traduzione dal tedesco e libera riduzione di Davide Cova)

LA PRATICA DEL CERCHIO

Come costruire l'armonia nel Sangha

di Monja Coen Sensei

Tratto dal mensile *ZEN DO BRASIL*

Come equilibrare la struttura verticale della pratica e rafforzare le relazioni orizzontali nel sangha? **Da questa intuizione è nata la pratica del cerchio, introdotta anni fa allo** Zen Center **di Los Angeles e da lì portata in Sud America da** Coen Sensei, Maestra Zen Soto **molto nota e rispettata in Brasile.**

I fondamenti della *pratica del cerchio* sono i Tre Tesori: l'Unità di Buddha, la Diversità del Dharma, l'Armonia del sangha. Certamente, anche al di fuori dei praticanti buddhisti, chiunque può beneficiare di questa modalità. Il cerchio è da sé quello che ci permette di stare nel momento presente, manifestandoci così come siamo nella verità dell'istante.

Nella pratica del cerchio, il Primo Tesoro è l'Unità del Buddha che è l'insegnamento del *Non-sapere*. Non-sapere significa che in questa sfera di equanimità o uguaglianza, non ci confondiamo con le differenze. Il Non-sapere si manifesta come apertura verso ogni cosa e tutto ciò che compare si dissolverà poi di nuovo nel Non-sapere. É la prospettiva della equanimità e della tolleranza, la più ampia di tutte le prospettive. La maggioranza delle persone ha una "pre-concezione" del sapere e questo fissa delle idee su se stessi e sulle situazioni. Quando possiamo aprirci a questa attitudine in noi e verso gli altri, possiamo renderci meglio conto che le nostre idee sono solo una parte di ogni questione e che valgono tanto quanto quelle di un altro.

Il Secondo Tesoro, la Diversità del Dharma, è l'insegnamento del testimoniare: questo è, fisicamente e simbolicamente, rappresentato dal sedersi dei partecipanti *in cerchio*, ognuno potendo vedere ogni altro partecipante presente. Testimoniando, onoriamo le differenze che sorgono dall'Unità, permettendo che tutte le manifestazioni siano presenti. Ogni persona nel cerchio si manifesta in modo diverso e il modo attraverso il quale noi ci relazioniamo con queste differenze diventa il punto focale dell'insegnamento. Le pratiche del testimoniare sono: parola corretta, ascolto coretto e silenzio corretto. Quando si parla, pratichiamo il parlare con una buona postura e il parlare sincero così come sappiamo fare. Focalizziamo la nostra personale esperienza senza parlare di quelle degli altri o parlando in modo astratto. Quando si ascolta, cerchiamo di non interrompere l'altro nemmeno con i nostri pensieri. Pratichiamo il *ricevere*, sia quel che sia,

Monja Coen Sensei, **giornalista brasiliana, ha iniziato i suoi studi presso** Lo Zen Center **di Los Angeles con** Joko Beck Sensei **e** Maezumi Roshi. **Fu ordinata monaca nel 1981. Successivamente ha trascorso dodici anni in Giappone vivendo in vari monasteri Zen Soto. Ritornata in Brasile nel 1995 è alla guida del** Tempio Busshinji **a San Paolo ed è stata presidente della** Federazione dei centri buddhisti brasiliani. ***www.monjacoen.com.br***

Foto di Bônjo Tobiasson tratta dal calendario 2006 dell'Associazione essere Pace

perché ciò che si ascolta ci è offerto da un'altra persona senza attaccamento o giudizi. Nel silenzio, permettiamo che ogni cosa si manifesti e passi, accettando e onorando le differenti espressioni e prospettive, sedendoci nell'accettazione anche di un nostro eventuale sconforto.

Il Terzo Tesoro è l'Armonia del sangha. Questo è il grande insegnamento del *"Così com'è"*, ovvero la completa integrazione delle uguaglianze con le diversità. Per molte persone, un sentimento di benessere e di cura sorge, naturalmente, dal cerchio in cui si è seduti insieme. Lì c'è spazio per la verità di ciascuno e ciascuno accetta la verità di ognuno. Lì non si cerca di fissare rigidamente le cose, nè di manipolare i risultati ottenuti, non si entra in competizione, nè si persegue alcuna volontà di dominare. Non si resta nemmeno attaccati ai risultati, ma si cerca, invece, di lasciare che ogni cosa fluisca permettendo cosi che tutte le cose dette siano la manifestazione di unità di diversità.

La pratica del cerchio è guidata sempre da due facilitatori, che collaborano insieme, e le cui qualità principali - chiarezza nella comunicazione, grande benevolenza e flessibilità di pensiero, una forma dialettica e una certa anzianità di pratica - siano riconosciute dalla maggioranza dei presenti. Loro garantiscono una chiara apertura e una buona conclusione così come un giusto sviluppo degli argomenti trattati. Allo stesso tempo, entrambi sono partecipanti del cerchio, testimoniando e condividendo con tutti quanti. Sono loro due che, in base alle necessità del momento e a delle specifiche richieste, portano il *tema* di ogni pratica del cerchio.

I temi sorgono dagli insegnamenti o dalle necessità del sangha locale: dai Precetti alla condivisione di piccole o grandi perdite come, per esempio, dei lutti; dalle Quattro Nobili Verità, alle sofferenze nelle relazioni interpersonali; dalla Catena dei Dodici Anelli in relazione allo Zen, alle necessità di condividere i lavori nel dojo, dalle nuove proposte nate nel gruppo, alle questioni di vita pratica, e così via. E, nello *Zen Center* di Los Angeles si fanno anche dei Cerchi-Famiglia in cui anche i genitori e i figli si siedono per condividere insieme. Questa pratica ci aiuta a uscire dai nostri soliti modi di relazionarci fatti di abitudini e comportamenti personali condizionati e facilita nuove modalità, in cui si possono dissolvere barriere create tra noi. Attraverso questa pratica possiamo uscire dal nostro modo di essere assorbiti sempre nel proprio auto-riferimento, o ego-centrati, e andare verso una maggiore coscienza più autenticamente riferita nel sangha in modo di avvicinarsi al Non-Sapere. Questo ci aiuta a scoprire un senso più profondo, più benevolo e caloroso, di ciò che significa "comunità" o senso di fratellanza nel Dharma. Il grande potenziale della pratica-circolo nel sangha deve ancora essere da noi tutti realizzato nella sua pienezza.

(traduzione di Dinajara Doju Freire)

A LEZIONE dal DALAI LAMA

di Tenzin Gyatso XIV Dalai Lama

Il 14 ottobre 2006 a Roma Sua Santità il Dalai Lama **ha ricevuto la** laurea Honoris Causa in Biologia **conferitagli dall'Università Roma Tre per il lavoro compiuto con il progetto** Mind and life**. Come ogni "laureato" Sua Santità, vestito con tocco e toga, ha tenuto la sua** Lectio magistralis **seguita da un migliaia di spettatori.**

Sono molto onorato di ricevere questa laurea ad honorem in biologia. Naturalmente tutti sanno che non sono un biologo, la mia conoscenza è molto limitata, ma sono convinto che la biologia sia molto importante. Spesso spiego che ci sono qualità positive nell'essere umano come l'affetto, la compassione.

Credo che il fattore biologico sia il fattore chiave, fin dal momento in cui veniamo al mondo... credo che l'origine della filosofia sia nella mente, ma grazie alla biologia ed al fattore biologico sviluppiamo immediatamente il sentimento della vicinanza verso la madre.

Dipendiamo completamente dalla madre. Fino a quando siamo tra le sue braccia ci sentiamo felici e al sicuro, ma non appena viene separato dalla madre il bambino piange. Questi sono fattori biologici, perché noi abbiamo bisogno di una sorta di emozione che ci avvicini. Volevo fare una domanda agli scienziati, anzi la faccio adesso, sulle tartarughe o sulle farfalle.

Generalmente la madre depone le uova e poi le lascia, va via e i piccoli devono vedersela da soli. Per natura la madre non ha la responsabilità dei propri piccoli, nè sente verso di loro un senso del dovere. Per questo non credo che i cuccioli di tartaruga o le crisalidi, se vengono rimessi insieme alle loro madri, abbiano la capacità di mostrare affetto reciproco. Non lo credo.

Nel caso dei mammiferi e degli uccelli invece la sopravvivenza dipende totalmente dalla cura degli altri. Prendersi cura dei propri piccoli è dovuto proprio al fattore biologico. Credo sia un sentimento, una sensazione che si può sviluppare e spesso cerco di utilizzare questo fattore per conoscere e

NELL'EDUCAZIONE OCCIDENTALE, C'È UNA ATTENZIONE QUASI ESCLUSIVA AL CERVELLO E ALLA CONOSCENZA, MA NON SI PRESTA ABBASTANZA ATTENZIONE ALL'ETICA.

capire meglio l'importanza della compassione. Io uso spesso questo fattore biologico e per questo forse merito di ricevere questa laurea ad honorem. ... non lo so. Comunque sono estremamente felice del fatto che tutti gli oratori abbiano sottolineato il fatto che questo lavoro non appartiene solo a me, ma è stato svolto da un gruppo di persone di cui fanno parte alcuni scienziati, alcuni buddhisti compreso me, naturalmente. A questo studio abbiamo dedicato gli ultimi 20 anni.

Gli obiettivi del nostro lavoro sono due. Il primo è semplicemente quello di ampliare la conoscenza umana in diversi campi. La scienza moderna sembra fin qui in grado di studiare le cose che si possono calcolare e misurare. La mente e la coscienza non possono essere misurate, appartengono ad un campo molto diverso. Ma le emozioni sono sempre presenti, anche i nostri scienziati le usano e le provano; quindi, per espandere la conoscenza umana in tutti i campi, ho capito che c'era bisogno di una cooperazione tra la scienza moderna e quello che io chiamerei l'antico pensiero indiano, non solo il buddhismo, ma anche l'induismo. Queste filosofie spesso spiegano la mente e le emozioni e sia l'induismo sia il buddhismo sono alla base di yoga o meditazione, che oggi sono diffuse. Ho pensato che queste filosofie sarebbero state utili e che una maggiore interazione avrebbe fatto nascere nuove idee, nuove prospettive. Questo era il primo obiettivo, che rimane a un livello accademico.

❖ ❖ ❖

Ora l'altra cosa. Nonostante l'alto grado di sviluppo delle scienze e della tecnologia, la società umana soffre ancora di molti problemi emotivi. Per risolvere questi problemi non ci possiamo affidare alle medicine o esclusivamente a degli strumenti esterni. Sento che questi non sono completi. Molti problemi emotivi non nascono necessariamente da elementi fisici, ma piuttosto nascono nella nostra mente.

A volte creiamo delle emozioni particolari e la soluzione va cercata all'interno di quella stessa sensazione. Per questo l'antica tradizione indiana di conoscenza della mente e delle emozioni può essere utile nel trovare un qualche rimedio ai problemi emotivi, ma se prendiamo questo metodo, l'antica tradizione religiosa o le citazioni, se ci affidiamo alla citazioni, questo non è sufficiente. Dobbiamo esaminare, sperimentare e indagare con metodo scientifico. Io di solito definisco questo metodo come etica laica, che non si basa su un credo religioso o su insegnamenti che si trovano nei libri o vengono impartiti dagli insegnanti, ma piuttosto è una conoscenza che viene dall'indagine, dalla sperimentazione che riguarda gli scienziati. Sento che questo è utile alla gente comune. C'è un altro obiettivo, che è quello di trovare delle soluzioni ai nostri problemi emotivi attraverso quelle tradizioni antiche che interagi-

Tenzin Ghiatso, XIV Dalai Lama è il capo spirituale e temporale in esilio del Tibet. Grande studioso, uomo di pace si definisce come "un semplice monaco" la cui religione è la gentilezza. Nel 1989 ha ricevuto il Premio Nobel per la pace. **Viaggia e impartisce insegnamenti in tutto il mondo e si adopera attivamente per dare soluzione alla causa tibetana e ridare una vita serena al suo popolo.**

scono con la scienza moderna. Questo è il secondo obiettivo.

Credo davvero che questa laurea ad honorem sia una sorta di riconoscimento del nostro lavoro e questa laurea viene da un'università che si trova a Roma, non l'università più antica, ma il luogo è molto importante. Qui, già migliaia di anni fa il pensiero filosofico era molto avanzato e si vede dalle mura degli edifici che sono molto antiche. Questo è un luogo molto antico, ricco di pensiero e credo che sia davvero il posto giusto per ricevere una laurea ad honorem, una università che si trova a Roma. Lo apprezzo molto. A questo punto non so più cosa dire. Potrei aggiungere una cosa, nei sistemi di istruzione moderni, e questo non lo penso solo io, ma anche molti amici hanno la stessa opinione sull'educazione moderna cosiddetta educazione occidentale, c'è una attenzione quasi esclusiva al cervello e alla conoscenza, ma non si presta abbastanza attenzione all'etica.

Vorrei sfruttare questa occasione per esortarvi a coltivare meglio il vostro cuore, non necessariamente attraverso la preghiera e la meditazione, ma attraverso il ragionamento che deve avvenire sulla base delle scoperte scientifiche. Un cuore più compassionevole, le funzioni cerebrali più efficienti: con questi elementi si può vedere la realtà con più chiarezza. Le nostre menti a volte sono confuse e non riescono a vedere la realtà nel modo giusto, ma non importa come la chiamiamo. Questo è davvero importante: per conoscere bene la realtà è essenziale avere una mente limpida. Normalmente questa viene definita oggettiva è essenziale essere pienamente oggettivi.

La seconda cosa è avere una mente compassionevole. Gli scienziati cominciano a scoprire cose nuove sulla nostra mente che sono importanti per difendere e rafforzare il sistema umano. Emozioni come la paura e la rabbia indeboliscono il sistema umano, quindi anche dal punto di vista della salute, la compassione è un elemento importante. La compassione non deve essere considerata materia religiosa, ma uno degli ingredienti importanti per una vita felice. Questa è l'etica laica di cui parlavo prima. Laico non significa rifiuto della religione o della fede, ma laico secondo il pensiero indiano significa rispetto di tutte le religioni e anche rispetto di coloro che non credono. Tutti devono essere trattati come fratelli e sorelle.

(Trascrizione di Luciano Minerva)

ASCOLTO

In una società sovrastata da rumori, parole e immagini sembra strano parlare di silenzio e di ascolto.

Con le nuove macchine e le nuove tecnologie l'umanità ha guadagnato molto tempo, ma che se ne fa di questo guadagno? Non sappiamo che uso fare di questo tempo vuoto e lo riempiamo con rumori, suoni e voci.
C'è quasi un horror vacui nella nostra società "avanzata", abbiamo timore di arrivare al silenzio, al silenzio naturale della mente in cui si stabilisce la fondamentale capacità di essere consapevoli testimoni, che sanno ascoltare e vigilare.
La sovrabbondanza delle informazioni, il parlare per parlare, la mancanza di uno spazio vuoto in cui non ci sia altro da ascoltare se non le nostre voci all'interno è una modalità di cui siamo ogni giorno attori e testimoni.
Quando si è soli spesso non resistiamo alla tentazione di avere suoni e parole intorno e accendiamo radio e televisione che fanno rumore nel sottofondo ed evitano il silenzio.
La tradizione ci ricorda l'amore che il Buddha ha per il silenzio, i suoi consigli per conservarlo nella comunità: il silenzio è per lui nobile perché porta la mente alla quiete e all'ascolto più profondo.
E la parola che sorge da questo silenzio diventa più attenta, vera, gentile, precisa, accorta. È una parola difficile da comprendere perché racchiude tutte le possibilità del cammino ed è una parola che ascolta l'altro.

Silenzio e ascolto, sembra un'antinomia: come ascoltare qualcosa che non parla. Qui sta la grande capacità di superare l'ovvio e entrare in quell'ascolto profondo che porta alla piena comprensione.

L'ascolto è quindi anche segno della capacità di entrare in contatto con l'altro, l'altro noi che ci sta dentro e l'altro che ci è di fronte. E la parola diventa l'ascolto di questi "altro" e dialogo, incontro.
Imparare a parlare e imparare ad ascoltare vanno quindi di pari passo, implicano attenzione a un'arte delicata e difficile in cui si diviene artigiani dell'ascolto e, come ogni buon artigiano si lima, si lavora con cura e precisione.
È un'opera minuziosa che all'inizio chiede lavoro e che poi, alla fine di una lunga pratica, sembra farsi da sè, quasi esprimersi da sola.

e silenzio

Molte sono le parole dette, ma poche sono le parole realmente ascoltate e che arrivano dirette al centro di ognuno.

Ci sono molti tipi di silenzio e molti tipi di parola. Il silenzio può essere interiore o esteriore, può essere ascolto, empatia, conoscenza, sapienza, serenità, ma anche paura, disprezzo, violenza, accondiscendenza.
E la parola può essere attenta, veritiera, compassionevole, sensibile, attenta, ma anche violenta, dura, menzognera, cattiva, falsa, inutile, vuota…
Ciò che caratterizza silenzio e parola è come noi ci poniamo, come la nostra mente opera e determina i suoi silenzi e le sue parole.
É lì che dobbiamo lavorare.
Attraverso la pratica sappiamo come le scorie dei nostri vissuti pian piano si depositano sul fondo e lasciano l'acqua della mente più chiara e trasparente e da questa trasparenza nasce il silenzio dei movimenti mentali e comincia il vero ascolto.
C'è un verso di un sutra che dice: "Gli uomini consapevoli sono vivi, quelli che non sono consapevoli sono morti e non lo sanno".
Il problema fondamentale è che non lo sanno!
Se ce ne rendiamo conto, il primo passo è già fatto, è possibile tornare ad essere vivi.

Abbiamo pensato di riflettere con alcuni compagni di viaggio su questi temi: silenzio – parola, parola – ascolto, utilizzando esperienze vissute e riflessioni sul senso della parola che sorge dal silenzio e che comunica con l'altro.
Abbiamo incontrato la "Scuola dell'Ascolto" di Cesare Viviani, che da diversi anni offre uno spazio di incontro e di silenzio, abbiamo parlato con lui e condiviso con alcuni partecipanti la loro esperienza.
E ci siamo alla fine fermati a riflettere su alcune parole del filosofo svizzero Max Picard sul rapporto tra silenzio e parola.
Invitiamo anche voi ad ascoltarli. *(MAF)*

"Se meditiamo in casa e ci capita di vivere nel bel mezzo della via principale, non possiamo fermare il traffico solo perché desideriamo la pace ed la quiete. Ma possiamo fermarci noi; possiamo accettare il rumore. Il rumore, poi, contiene il silenzio. Dobbiamo porci in quel silenzio e non aspettarci nulla dall'esterno, proprio come fece il Buddha" [*Chögyam Trungpa*]"

LA SCUOLA DELL'ASCOLTO -1

Imparare ad ascoltare

INTERVISTA La straordinaria esperienza della "Scuola dell'Ascolto" di Milano attraverso le parole del suo fondatore, Cesare Viviani*. Perchè per cambiare vita e migliorare il mondo è necessario mutare, innanzitutto, il nostro modo di ascoltare.

Quando tre anni fa ho cominciato a frequentare la *Scuola dell'Ascolto* di Milano non sapevo quasi nulla di Cesare Viviani, fondatore e animatore della stessa. Solo successivamente, e per interposta persona, ho scoperto che era anche poeta e psicanalista. Cesare è persona assolutamente schiva. Di lui mi colpì immediatamente l'attenzione e la cura con cui faceva sedere noi partecipanti al seminario in un cerchio perfetto, affinchè tutti potessimo vederci, e poi quel suo sguardo curioso e al tempo stesso penetrante:

Foto di C.Viviani

quando Cesare ti guarda e ti ascolta hai la sensazione (assai rara e straordinaria) che lui sia lì davvero solo per te e che il suo interesse e la sua attenzione per quanto stai dicendo siano assolutamente autentici e totali. Cesare mi accoglie una domenica mattina nel suo studio di Milano. Questa volta tocca a me mettermi in ascolto di Cesare e raccogliere le sue preziose riflessioni per questa intervista a *Dharma*.

D. Vuoi raccontarci come e perchè è nata la "Scuola dell'Ascolto"? Quali sono state le motivazioni che hanno fatto nascere in te l'idea di questa scuola?

CESARE VIVIANI. L'idea della scuola è nata nel 1998, dopo una lunga riflessione con amici. Abbiamo considerato come il modo di vivere degli ultimi decenni stesse sempre più mortificando la vita interiore e le sue dimensioni psichiche e spirituali. Mi riferisco a quelle dimensioni indimostrabili, che riguardano l'affettività, il sentimento della vita e del tempo. Ci è parso che questa 'civiltà', questo modo di vivere emerso e consolidato a partire dalla seconda metà degli anni ottanta, portasse a un atteggiamento sempre più sbrigativo, aggressivo e mortificante la dimensione affettiva e spirituale.

[*] CESARE VIVIANI

É nato a Siena nel 1947 e vive a Milano dal 1972. Si è laureato in Giurisprudenza e in Pedagogia; ha svolto per qualche tempo attività giornalistica e psicologica, per poi dedicarsi, dal 1982, a quella psicanalitica.
Negli anni Settanta ha pubblicato tre libri di ricerca, di cui due sulla psicologia dell'età evolutiva e uno sulla psicanalisi.
Ha scritto i seguenti libri di poesia: *L'ostrabismo cara* (Feltrinelli, 1973), *Piumana* (Guanda, 1977), *L'amore delle parti* (Mondadori, 1981), *Summulae 1966-1972* (Scheiwiller, 1983), *Merisi* (Mondadori, 1986), *Preghiera del nome* (Mondadori, 1990; Premio Viareggio), *L'opera lasciata sola* (Mondadori, 1993), *Cori non io 1975-1977* (Crocetti, 1994), *Una comunità degli animi* (Mondadori, 1997), *Silenzio dell'universo* (Einaudi, 2000), *Passanti* (Mondadori 2002).
La produzione saggistica comprende i seguenti titoli:
La scena (Edizioni di Barbablù, 1985), *Pensieri per una poetica della veste* (Crocetti, 1988), *Il sogno dell'interpretazione* (Costa e Nolan, 1989), *Il mondo non è uno spettacolo* (Il Saggiatore, 1998), *La voce inimitabile* (il melangolo 2004).
Ha tradotto da Verlaine: *Feste galanti* (Guanda, 1979), *Feste galanti-La Buona Canzone* (Oscar Mondadori, 1988), *Romanze senza parole* (Feltrinelli, 2007).
Ha collaborato a numerose riviste letterarie e psicanalitiche, e ai quotidiani *Il Giorno*, *Corriere della Sera* e *Avvenire*.
Ha partecipato alla direzione della rivista culturale *Legenda* (1988-1994).
Nel 2003 è uscita un'antologia del suo percorso poetico: *Poesie* (Oscar Mondadori).
La sua ultima pubblicazione *La forma della vita* (Einaudi, 2005) è un libro di poesia, ma anche di narrazione e di pensiero, un affresco vitale e coinvolgente dei protagonismi e dell'anonimato, della frenesia del fare e della distruttività del nostro tempo.
Da nove anni anima e coordina a Milano la *Scuola dell'Ascolto*, seminari mensili di esperienza e di studio per la formazione di una capacità di ascolto [*vedi pag.43*].

IMPARARE
AD ASCOLTARE

Si è pensato allora di proporre una modalità di relazione in cui fosse possibile praticare e sperimentare una dimensione diversa di vita.
É facile constatare come, nella vita quotidiana, l'ascolto sia sempre meno presente, meno praticato e vissuto. Domina la parola, ma unicamente per la sua funzione strumentale, usata per ottenere, per fare, per agire, per accompagnare l'azione e renderla più funzionale. Anche quando la parola si riferisce alla vita interna e all'affettività, assume in ogni caso una valenza strumentale, serve da sfogo, come scarica di emotività indifferenziata. Altre volte la parola assume una modalità lamentosa, oppure esprime un'aggressività che tende all'accusa. Manca quindi una dimensione della parola che permetta l'ascolto, quella qualità dell'ascolto che è accoglienza della parola dell'altro.
La "Scuola dell'Ascolto" è quindi partita da questa osservazione: l'atteggiamento di vita degli ultimi decenni penalizza fortemente l'ascolto e quasi sempre lo annulla.
D'altra parte, l'ascolto appare come una dimensione fondamentale per la trasmissione dell'esperienza e per la relazione umana.
La scomparsa dell'ascolto è un pericolo grave, in quanto non solo minaccia, ma aggredisce con violenza la base dell'esperienza e della relazione umana.
Così è sorto il progetto di organizzare cicli di seminari dedicati all'ascolto, che il primo anno furono chiamati "L'arte della conoscenza di sé" e che successivamente hanno dato origine alla "Scuola dell'Ascolto", nata nel 1999.

D. Attualmente viviamo in una società caratterizzata dall'eccesso di stimoli, sonori, visivi e sensoriali. Certo l'attitudine ad ascoltare è resa difficile da questo stato di cose ma, al giorno d'oggi, spesso risulta essere più importante parlare, mostrasi e apparire piuttosto che ascoltare. Allora, perchè - secondo te - è invece così importante imparare ad ascoltare?

C.V. In questi ultimi anni l'atteggiamento di ascolto è stato penalizzato e colpito da molti elementi, che l'hanno letteralmente falcidiato e profondamente danneggiato.
Quali sono questi elementi?
Uno è sicuramente la trasformazione del modello di vita verso una condizione di sempre maggiore immediatezza.
L'abbondanza di beni acquisibili, la facilità di acquisto di oggetti, non solo materiali ma anche genericamente culturali, la facile disponibilità di esperienze di vita immediate ha creato l'illusione che si possa ottenere tutto e subito.
La prevalenza del modello dell'immediatezza esclude di per sé la dimensione dell'attesa, di un tempo di maturazione del desiderio e di un confronto con una realtà che non è a disposizione e non è facilmente manovrabile.
La prevalenza del modello dell'immediatezza esclude quindi anche l'esperienza del desiderio, in quanto esperienza di attesa, esperienza di una individualizzazione e di un'articolazione interiore.
Anche il bisogno, se c'è un tempo di attesa e di osservazione, non è una scarica immediata, ma diventa qualcosa con cui la coscienza dialoga e

La Scuola dell'Ascolto

Seminari mensili di esperienza e di studio per la formazione di una capacità di ascolto.

In un tempo in cui ascoltare è attitudine resa sempre più difficile dall'eccesso di rumore esterno e interno, la "Scuola dell'ascolto" si propone la formazione di una capacità e di una figura di ascoltatore.

Oggi la parola è usata in una relazione interna, chiusa: diventa funzionale alla condizione del rispecchiamento, dell'attivismo, del protagonismo, e all'idea di capacità intesa come dimostrazione di esistenza e di forza. Il richiamo ansioso delle proprie difficoltà interferisce nell'ascolto e lo annulla: mentre l'altro parla, l'ascolto continua a essere rivolto all'interno.Invece l'esperienza di ascolto come accettazione della dimensione dell'altro presuppone la presenza di uno spazio libero - lo spazio interiore non tutto occupato dai pensieri di sé - disponibile ad accogliere nuove esperienze.

Ogni ascolto si forma nella percezione dell'esperienza e nella relazione: ma quello a cui mira la "Scuola" è un ascolto di sé non come effetto dell'ansia che richiama l'attenzione e la immobilizza, ma come capacità di autonomia dal bisogno dell'altro come ascoltatore. Il bisogno di avere un ascoltatore può fissare l'altro in una funzione servile, mentre lo scioglimento del bisogno libera un ascolto come spazio di emancipazione, di novità.

Ascolto come rispetto, partecipazione, accoglienza, condivisione, accettazione. L'obiettivo principale di una capacità di ascolto è il migliore ascolto di sé e, subito dopo, il migliore ascolto dell'altro.

La "Scuola dell'ascolto" organizza cicli annuali di seminari (con una frequenza mensile) nei quali l'esperienza e la riflessione si alternano per l'acquisizione di una capacità di ascolto.

La "Scuola" è prima di tutto un luogo libero di incontro: come tale non stabilisce nessun obbligo di frequenza se non quello derivato da profonda convinzione e necessità.

Si rivolge a tutti coloro che desiderano verificare e migliorare la propria capacità di ascolto e a quegli operatori sociali, sanitari e scolastici che hanno nell'ascolto il centro della loro professione.

È una scuola di formazione che realizza le proprie finalità con l'equiparazione delle esperienze di vita, di studio e di riflessione. Modalità particolari di osservazione e di confronto orientano, nel seminario, la ricerca e lo sviluppo di una qualità ricettiva e duttile, aperta e mobile, rigenerantee creativa: la qualità di ascoltatore.

Ogni incontro è così strutturato:

Ascolto di sé. Un'esperienza di silenzio per ascoltare le voci interiori e recuperare un contatto maggiore con il proprio disagio. È un esercizio di introspezione e ricezione.

Ascolto dell'altro. A questo punto chi vorrà esprimere le sue difficoltà - libero di scegliere un qualunque livello, dal più al meno profondo - sarà ascoltato e accolto dai presenti con una partecipazione attenta e silenziosa che esclude ogni commento. È un esercizio di ascolto e di accoglienza.

L'incontro. Uno dei partecipanti si dispone a incontrare Cesare Viviani e a esporgli un punto di sofferenza della sua vita, col desiderio di un ascolto particolare e di aiuto. I presenti si limitano ad assistere in silenzio. È un'esperienza di osservazione e di apprendimento.

Riflessione sull'ascolto. Si apre un confronto sui problemi dell'ascolto, a partire da letture o da vicende vissute. Riflessioni e discussioni si intrecciano tra i presenti nel tentativo di avvicinare zone estreme del pensiero e della ricerca teorica. È un'esperienza di studio e di ascolto intellettuale.

Il racconto. Si narrano storie di vita: sequenze lunghe o brevi di esistenza altrui (o propria) esposte con la compiutezza di un racconto.
Si ascoltano, senza commenti, le esperienze narrate come se fossero un insegnamento. È un esercizio di coinvolgimento e di ascolto.

Ascolto del silenzio. Questa volta, fuori da ogni finalità, si fa del silenzio un'esperienza di abbandono dei pensieri e delle occupazioni mentali, una prova di separazione dalla realtà. È l'ascolto del vuoto. È un esercizio di liberazione e di tolleranza.

Sede degli incontri
Casa Schuster (Aula Bachelet)
Via S. Antonio, 5 - Milano

Per informazioni
Tel. 02/48.70.83.63 - Tel. 02/58.31.86.60
Tel. 02/89.42.00.72

* [La "Scuola dell'Ascolto" è registrata presso l'Ufficio del Registro Primo Atti Privati di Milano, al numero 005338 serie 3A, il 5 maggio 2000].

IMPARARE
AD ASCOLTARE

intrattiene un rapporto, rapporto che modifica sia il bisogno che l'io.
Questa articolazione interiore diventa quindi anche una possibilità di conoscenza e di comprensione maggiori.
L'immediatezza della risposta elimina la profondità dell'esperienza. Ridurre il bisogno alla possibilità immediata di soddisfazione, annulla l'ascolto di sé, ed elimina il tempo dedicato all'ascolto.
Quindi è il clima dell'immediatezza che rende insopportabile qualunque attesa. Si cerca subito di risolvere qualunque mancanza - il desiderio e il bisogno segnalano una mancanza - e questa mancanza si risolve con un'acquisizione immediata, e si finisce molte volte anche per sbagliare, perchè si pensa che sia mancanza di una cosa e invece è mancanza di Altro.
Con l'urgenza dell'immediatezza non c'è il tempo di ascoltare se stessi e di capire meglio che questa mancanza non è una mancanza facilmente risolvibile con un'acquisizione, ma piuttosto è una mancanza molto più profonda e fondamentale che accompagna la vita e l'essere umano.
Così, pur di non sopportare il vuoto, si arriva a sostituire una risposta essenziale, ma non immediatamente disponibile, con una non-risposta immediatamente disponibile.

D. Secondo te oggi l'espandersi della tecnica e la proliferazione di oggetti e prodotti, presuppone un cambiamento nei rapporti con l'altro e nei rapporti affettivi?

C.V. Da che mondo è mondo, la vita affettiva - quindi il rapporto con se stessi e con l'altro - è sempre stata cosa difficile.
Infatti è molto più semplice portare a termine un'operazione pratica e vederne i risultati. Al giorno d'oggi, attraverso l'elettronica e la ricerca tecnologica e scientifica, è possibile realizzare cose che fanno veramente stupire, che destano grande meraviglia per la straordinaria qualità dell'intelligenza umana.
E queste, appunto, non sono operazioni facili come zappare

> “Certamente l'ascolto di sé può correre molti pericoli, perchè anche se c'è un'apertura al confronto e quindi non è più soltanto un'esperienza di se stessi, chiusa e segreta, ma c'è un pporto in cui interviene anche l'esperienza dell'altro, può ugualmente capitare che, ad una certa età, l'ascolto di sé si cristallizzi.*”

* [*Le frasi virgolettate sono anch'esse parte dell'intervista*].

l'orto: tuttavia è sempre più facile fare una cosa con l'intelligenza e poi con la capacità operativa, che affrontare il mondo dell'affettività, che, come sappiamo, è un mondo fluido, dove anche quando si crede di avere qualcosa in mano, o si crede di aver definito qualcosa, poi all'improvviso sfugge e non è più definibile.
Quindi, mentre nella pratica e nella tecnica ci sono dei punti fermi che continuamente ci permettono di fare un progresso, di svolgerlo, di affrontarlo e di risolverlo, la vita affettiva è una sorta di fluido inafferrabile.
Negli ultimi trent'anni è accaduto che ci siamo sempre più prodigati, sbilanciati verso la vita pratica e operativa, mettendo in cantina, a tacere, la vita affettiva.
Questa prevalenza dell'attività ha penalizzato l'ascolto, il quale viene ormai inteso come un atteggiamento passivo e, come tale, considerato male.
Oggigiorno si considerano bene solo gli atteggiamenti e le modalità che producono attività, perchè l'attività produce risultati e i risultati confermano le capacità individuali.
Al contrario, un atteggiamento "passivo" qual è l'ascolto - che implica anche affidamento, attesa e silenzio - è considerato male, specialmente dalle nuove generazioni. Questi atteggiamenti apparentemente passivi vengono giudicati come segnali di incapacità, di infelicità, di insuccesso, segnali molto negativi.
Anche questa è un'altra delle ragioni per cui l'ascolto è venuto sempre più a mancare: lo spostamento della vita verso l'atteggiamento attivo, pratico e operativo e il parallelo allontanamento dalla difficile dimensione affettiva e psichica, con i risultati che poi vediamo: siamo sempre meno capaci di affrontarla, quando essa arriva con la sua energia, con la sua forza, con la sua presenza.

D. Quindi per te un altro elemento che ha penalizzato l'ascolto è la maggiore razionalizzazione della vita, anche in termini psichici, per cui sembra che ciò che non è razionale e immediatamente decifrabile sia una cosa di cui liberarsi al più presto.

C.V. Anche questo è un grosso problema: non si accetta l'aspetto irrisolto e irrisolvibile della vita, si vuole risolvere tutto sul piano della razionalità.
Questa urgenza che tutto sia decifrabile e chiaro, porta sempre più ad un atteggiamento di intolleranza nei confronti delle ambiguità, delle incertezze, delle contradditorietà, delle contraddizioni. Più che affidarsi all'ascolto, ci si affida al ragionamento, si vuole che tutto diventi chiaro alla luce della ragione.
In questo modo si allontana sempre più la dimensione fluida e contraddittoria dell'affettività, dell'emotività e della vita psichica per quanto non sono razionali.
L'allontanamento dell'incertezza dalla vita individuale ha aumentato sempre più l'aggressività.
Anni fa collaboravo con alcuni amici, a una rivista che si chiamava "Legenda" e che dedicò un numero monografico allo "Stile aggressivo".
L'aggressività è certamente una modalità comoda e immediatamente premiante. Offre la possibilità di prevalere sull'altro e quindi di sentirsi forte e potente. Permette di raggiungere il risultato attraverso la competizione, con la forzatura a proprio vantaggio di tempi e modalità

IMPARARE AD ASCOLTARE

di acquisizione. E poi è chiaro che, se si tende ad eliminare l'insicurezza nella percezione individuale, l'individuo si crede sempre più sicuro. Sentendosi sempre più sicuro - anche se si tratta di una falsa percezione che deriva dalla negazione della propria insicurezza - si fa sempre più aggressivo. Ma eliminando l'insicurezza, si perde ogni saggezza.
Invece si diventa saggi se la sicurezza, o per lo meno una certa percezione di energia e di forza, è accompagnata dall'insicurezza.
Quindi è vero che se la società è piena di stimoli, proprio questi portano ad un atteggiamento sempre più sordo nei confronti della grande esperienza della vita, che è poi l'esperienza dell'affettività o dell'emotività, del rapporto tra noi e il mondo, tra l'individuo e il mondo.

D. Ascoltare l'altro e ascoltare se stessi. Cosa significa ascoltare se stessi? E poi: puoi spiegare in che senso un miglior ascolto di sé può migliorare l'ascolto dell'altro?

C.V. L'ascolto di sé, in fondo, è la prima esperienza che noi facciamo. Nel momento in cui veniamo al mondo e chiediamo qualcosa a nostra madre, anche se è solo da mangiare, anché se è solo del latte, ciò accade perchè c'è qualcosa dentro di noi che abbiamo ascoltato e ce lo fa chiedere.
Questa prima trasmissione di uno stimolo fisico, biologico, che si trasforma in richiesta, è l'inizio dell'ascolto di sé. Con la crescita l'ascolto diventa un ascolto molto più complesso, più articolato. Si cominciano ad individuare zone interiori, ad ascoltare le parole interiori e si comincia quindi a dialogare con se stessi.
Quindi l'ascolto di sé è la prima esperienza nella vita, non solo in termini cronologici, da quando siamo al mondo, perchè poi lo è sempre, finchè viviamo.
Il primo interlocutore, il primo ascoltatore siamo noi, ascoltatori della nostra vita interiore, della nostra parola interna. Ora, non è che l'ascolto di sé garantisca che sia sempre o spesso possibile individuare ciò che accade dentro di noi.
Molte volte capita che pensiamo di sapere ciò che ascoltiamo di noi, ma in realtà non è così. C'è una specie di alterazione o di imbroglio interno causato dai motivi più diversi.
Nella vita psichica non è salutare affidarsi a una definizione e considerarla buona, vera, autentica.
L'ascolto di sé va continuamente accolto, vissuto, verificato, elaborato, discusso e capito, altrimenti diventa una specie di fonte di verità assolutamente falsa.
É bene non fidarsi passivamente della propria percezione interna, ma invece è necessario metterla in discussione, confrontarla con altre percezioni o con la realtà contingente. Niente è garantito per vero.

D. Quando comincia a maturare la capacità di ascolto di sé?

C.V. Non so adesso, ma in passato l'ascolto di sé maturava durante l'adolescenza, anche proprio grazie al confronto con l'esperienza degli altri. Così l'adolescenza era anche il tempo dell'apertura, della crisi in cui l'ascolto di sé veniva sviluppato e articolato.
Poi però poteva accadere che, finita l'adolescenza, finiti gli studi, entrati nel mondo delle responsabilità, della

> Non sappiamo dialogare con la dimensione affettiva e psichica, la trattiamo nei modi peggiori: reprimendola, o facendola diventare una richiesta aggressiva e scaricandola fuori come un elemento estraneo della nostra vita, anche perchè non si accetta quella estraneità necessaria e inevitabile di noi a noi stessi.

famiglia e del lavoro ci fosse una specie di cristallizzazione. Esattamente come spesso accade con gli studi: si finisce di studiare e poi non si studia più per tutta la vita, perchè si pensa che lo studio sia già stato fatto e sia sufficiente. Con l'acquisizione delle responsabilità, e delle sicurezze necessarie ad orientarsi nella vita attiva, si comincia a correre il rischio di perdere l'ascolto di sé. Quando si comincia a dire: "Sono sicuro che Dio esiste" e si vive questa certezza in un certo modo e si segue con rigida disciplina una certa pratica religiosa, oppure si dice: "Sono sicuro delle mie capacità, sono sicuro dei miei affetti, sono sicuro che le relazioni umane vanno vissute in un certo modo, sono sicuro che le mie paure debbano essere affrontate in un certo modo ecc...", ecco, proprio queste sicurezze diventano una specie di congelamento, di ingessamento della vita interiore, che pregiudica qualunque ascolto di sé. Arrivati a quel punto è impossibile ascoltare se stessi, quando siamo sicuri di sapere bene come siamo fatti dentro. E questa descrizione di sé spesso rimane per tutta la vita. L'ascolto di sé corre poi molti altri rischi, dovuti alla rigidità delle certezze maturate nel tempo. Primo fra tutti il rischio di affrontare in modo rigido e affrettato le nostre paure, nel tentativo di fronteggiarle prima che emergano in tutta la loro complessità. Si cerca così di costruire blocchi di giudizi, di valutazioni, di valori che ci impediscono di accettare la trasformazione della vita o gli sviluppi affettivi, proprio quelli che potrebbero donarci una vita più felice.

D. Hai parlato delle paure affrontate non con l'apertura dell'ascolto di sé ma barricandosi e chiudendosi nel nostro piccolo sé. Questo è un atteggiamento molto comune, ma alla lunga provoca soltanto ulteriore angoscia. Perché ci comportiamo in questo modo?

C.V. Se uno il mondo lo fa iniziare e finire con se stesso, il pensiero della morte diventa insopportabile. Percepire il mondo come qualcosa di più grande di noi, sia accettando la dimensione spirituale secondo la quale, in qualche modo, tutti rimarremo, o la dimensione sociale che rende sensato il nostro essere nella partecipazione alla vita della collettività: ciò permette di stemperare il dramma della scomparsa definitiva. Ma io

IMPARARE
AD ASCOLTARE

tendo a pensare che la maggior parte dei discorsi tesi a risolvere l'angoscia della morte contengano qualcosa di falsificante. Possono essere un modo per darci un pò di pace, per tirare avanti, per alleggerire questo peso enorme. Il pensiero che, dopo un certo periodo di tempo, si scompare e assolutamente non si tornerà mai più sulla terra, è un pensiero molto faticoso, molto pesante. Può essere un'angoscia difficile da portare.
Secondo me molte di queste soluzioni sono soluzioni-rimedio per non soccombere alle angosce che accompagnano l'individuo. Non c'è giudizio in questo mio pensiero (nessuno può pensare di giudicare gli altri come meno capaci o piu deboli) ma per l'essere umano è molto difficile accettare che nella vita ci siano dimensioni irrisolte e irrisovibili e questa dimensione della scomparsa definitiva è una dimensione irrisolvibile.
Questa angoscia di morte, che è una percezione e un sentimento, condiziona la maggior parte delle scelte e degli attegiamenti nella vita di ciascuno di noi. Anche gli atteggiamenti aggressivi sono sicuramente collegati a questa angoscia e talvolta possono arrivare sino a forme di violenza totale, come l'omicidio e l'esplosione di follia. Ma anche gli atteggiamenti affettivamente molto negativi nel senso della debolezza, del vittimismo, del bisogno, della richiesta continua sono in qualche modo relativi a questa angoscia di morte.
Quando l'insicurezza, l'infelicità sono molto profonde si tende a pretendere l'aiuto degli altri anche oltre il limite obiettivo della disponibilità all'aiuto. É evidente che una persona turbata dall'angoscia e che cerca di sfuggirla attraverso l'attività, l'aggressività o la depressione, non può in alcun modo ascoltare se stessa o gli altri.

> “Certamente il grande problema di ogni essere umano è il confronto con l'angoscia di morte. Inutile nasconderlo. L'angoscia di morte è stata risolta in molti modi sia con la dimensione religiosa che con quella sociale e collettiva. Sono tutte modalità molto significative: pensando a una dimensione più grande di quella propria si riesce a stemperare l'angoscia individuale di chi sente che tutto comincia e finisce con la propria vita.”

D. Ci puoi meglio sottolineare perché è così importante l'ascolto di sé?

C.V. L'ascolto di sé è fondamentale in questo senso: bisogna cercare di esercitarsi per renderlo il più possibile nitido, nel senso di un ascolto che accetti tutto ciò che di difficile, di irrisolto e di irrisolvibile portiamo addosso.

É solo confrontandosi con questo aspetto, con questo limite che l'ascolto rimane un ascolto accettabile, affidabile e credibile.
Ma esiste anche un ascolto di sé sbagliato. Se l'ascolto di sé vuol dire sottolineare le proprie capacità, in funzione di un allontanamento dalle proprie ansie e angosce, oppure sottolineare le proprie incapacità e quindi sconfinare nel vittimismo e nella bisognosità perenne, se c'è un'interferenza continua nell'ascolto di sé, un atteggiamento che evita di confrontarsi con le proprie forze e con i propri limiti, con le proprie conoscenze e con ciò che sfugge alla conoscenza, ecco, questo è chiaramente un ascolto non buono.
Al contrario, se invece è un ascolto che comprende i limiti, che comprende la parte non risolta di sé e con essa si confronta, allora questo è un buon ascolto.
Il punto centrale è questo: ascoltarsi significa accettare la parte meno chiara di sé, quella oscura, non risolta, ammettere anche che ci siano dimensioni irrisolvibili e fare i conti con questa coscienza di sé.
Se non si fa questo, diventa un ascolto di sé fatto di giudizi sparati sulla vita e sugli altri, di certezze di sé fatte per colmare le mancanze, i vuoti e le paure.
Ecco, direi che l'ascolto di sé deve essere il più possibile un ascolto della propria nudità psichica e non un ascolto delle proprie capacità: un ascolto della propria nudità senza i paramenti, senza quegli addobbi che invece possono anche dare un senso di sicurezza, ma che allontanano dalla verità di una vita interiore che comprende tante mancanze, vuoti, dubbi e incertezze.
Il miglior ascolto di sé è la base per un miglior ascolto dell'altro. Ma se il rapporto con sé non comprende la luce e il buio, ma tende a vedere tutto bianco o tutto nero, anche l'ascolto dell'altro diventa un ascolto superficiale.
L'ascolto dell'altro comincia dove l'ascolto di sé avverte il limite della propria insufficienza. Se uno non avverte il limite della propria capacità e della propria energia, del proprio mondo interiore, non può ascoltare l'altro. O meglio, può ascoltarlo, ma diventa un puro esercizio, e allora la prima cosa che farà sarà quella di non accettare la parte irrisolta dell'altro, così come non ha accettato la propria, oppure di giudicare l'altro che parla secondo quei concetti e quei punti di forza che gli permettono di contrastare le difficoltà, e quindi sarà un giudice, non un ascoltatore.
Oppure sarà così narcisisticamente preso dalle proprie problematiche affini, che appena l'altro evoca una qualunque sua realtà, lui si sposterà sulle proprie problematiche affini, utilizzando l'altro come stimolo per ripensare a se stesso e quindi mancherà del tutto l'ascolto dell'altro.
Quindi, un buon ascolto di sé è necessario per ascoltare l'altro, è indispensabile, perchè altrimenti l'altro non viene ascoltato.
Lo stesso ascoltatore è vittima di se stesso, non è nemmeno il cattivo che dice: "Chi se ne frega di te, penso a me stesso", oppure: "Speriamo che questo qui finisca presto di parlare", ma è proprio che non ce la fa a liberarsi di se stesso, perchè è così pieno di sé, tanto quanto non ha accettato il vuoto di sé.
Quindi questa esuberante pienezza, che gli è stata "utile" per non affrontare i vuoti, non gli permette di avere spazi per ascoltare l'altro.
Questo accade molto spesso. É una forma di difesa, perchè ci sentiamo aggrediti, sopraffatti. Questo non vuol essere un giudizio su questa

IMPARARE AD ASCOLTARE

debolezza non riconosciuta e trasformata in atteggiamento difensivo e aggressivo - lo facciamo tutti - ma rendersene conto segna già un passo avanti.

D. Ramon Panikkar ha scritto: "Chi non ha assaporato il silenzio, non assapora la parola". Secondo te il binomio silenzio-ascolto è sempre inscindibile?

C.V. Mi pare di sì. Perchè l'alternativa quale sarebbe? Non riesco ad immaginarla... Intanto bisogna vedere che tipo di ascolto. L'ascolto potrebbe anche essere quello di una grande collettività, potrebbe essere l'ascolto di una piazza, di una manifestazione, di un campo di calcio. In questo caso ascolti ciò che accade fuori di te, quindi anche tutti i rumori. Ascoltare i rumori, cercare di capire qualcosa o semplicemente avere la percezione di questi suoni. Quindi l'ascolto del mondo è un ascolto dove il problema del silenzio non si pone. Poi c'è l'ascolto dell'altro e l'ascolto di sé. Pensando a un rapporto a due io credo che il silenzio sia importante. Può non essere fondamentale - per me lo è, dato che sono ipersensibile ai rumori - ma due persone che si parlano in mezzo ai rumori fanno molta più fatica ad ascoltarsi. Così anche nell'ascolto di sé. Il silenzio è più confortevole, anche se forse ci sono persone capaci di astrarsi e non sentire i rumori esterni. Io credo che il silenzio sia una benedizione che permette di uscire da una comprensione puramente razionale di ciò che accade dentro e fuori di sé e di sconfinare verso la percezione di ciò che non è razionale, di ciò che è affettivo. Nel silenzio il senso del tempo e dello spazio emergono con una chiarezza legata alla fisicità primitiva che sta al fondo della nostra esperienza di comunicazione. Quindi l'ascolto non più di una parola decifrabile, e portatrice di un significato, ma l'ascolto della fisicità dei suoni, della fisicità del proprio essere in un luogo, in uno spazio. In questo, la mia convinzione è che il silenzio sia assolutamente necessario. É chiaro poi che il silenzio è anche ciò che ti permette di entrare in contatto con ciò che va al di là del conosciuto e del certo, dell'accertabile e dell'accertato. Quindi il silenzio permette di entrare in quella zona di esperienza dove non c'è più verifica possibile, ma dove c'è un andare ogni volta a tentoni, senza un orientamento prestabilito, ma entrando in un'esperienza fluida in cui devi ogni volta imparare tutto o quasi tutto per procedere. In questo senso il silenzio può risultare anche ansiogeno. E per ricondurci al discorso che abbiamo fatto all'inizio, negli ultimi trent'anni il silenzio è stato quasi bandito dalla relazione umana, e ogni tempo e spazio sono riempiti con la parola. Perchè con la parola è come se uno avesse il salvagente, invece che darsi al mare e all'acqua in modo libero e non garantito. Quindi la parola dà il senso della presenza. Se ci si pensa bene, queste sono forme vere e proprie di dipendenza psichica. Il linguaggio diventa la droga di cui non si può fare a meno. Se poi la comunicazione si interrompe e viene il silenzio, si entra in una crisi di astinenza tale per cui si può provare un'angoscia terribile. Quindi si reagisce aggressivamente nei confronti dell'interlocutore, tempestandolo di domande:

"Perchè non parli? Se non parli è perchè ce l'hai con me" eccetera, quasi che il silenzio fosse portatore di negatività. Certamente il silenzio rappresenta anche quello spazio vuoto nel quale i fantasmi e i mostri possono comparire, però io credo che, per la formazione di un ascolto, il silenzio sia un elemento necessario, di cui non si può fare a meno.
Se ne può fare a meno solo con una eccezionale capacità di concentrazione, di meditazione, di isolamento, quindi di astrazione dal contesto.
Poi è anche vera un'altra cosa, anche se forse non c'entra con la domanda: non è detto che l'ascolto debba passare sempre per le parole.
C'e anche l'ascolto nel silenzio, non solo di sé, ma anche dell'altro, anche senza parole, perchè è un ascolto che passa attraverso la fisicità, attraverso l'affettività e la presenza.

D. Tu hai parlato di "ascolto come rispetto, condivisione, partecipazione, accoglienza e accettazione". In che modo una maggiore capacità di ascolto promuove questi valori di apertura all'altro?

C.V. La pratica dell'ascolto dell'altro, inteso appunto come un ascolto profondo dell'altro, è di per sé una condivisione, accoglienza dell'altro e rispetto dell'altro e quindi favorisce una relazione che si costruisce e si alimenta di questi stati d'animo e di questi sentimenti.
Nel momento in cui l'ascolto dell'altro è buono, reale e vero, è chiaro che a quel punto si stabilisce una relazione tra le persone.
La relazione è molto difficile. Oggi forse è molto più facile avere a che fare con le macchine e con il computer che con le persone, perchè la relazione è sempre una cosa indefinibile.
C'è rispetto, ma può mancare da un momento all'altro; c'è accoglienza, ma può mancare da un momento all'altro.
D'altra parte non si può neppure pretendere un'accoglienza e una risposta condivisa garantita. La relazione è sempre un'incertezza.
Però si può dire che un ascolto profondo di sé e dell'altro è il primo fondamentale passo per una relazione dove la condivisione, il rispetto, l'accoglienza, l'accettazione e la partecipazione siano elementi vivi, elementi vitali.
Per cui un buon ascolto favorisce una buona relazione.

[*Intervista raccolta da Daniela Lotti*]

> "Anche il corpo parla. La mimica, il movimento, l'atteggiamento delle mani, le espressioni dello sguardo, sono tutti linguaggi da ascoltare con attenzione. L'importante, come per l'ascolto della parola, sta nel non aspettarsi da questa osservazione una risposta definitiva o di verità, ma considerarla all'interno di quel processo fluido e provvisorio che costituisce la comunicazione. A volte il corpo esprime quello che le parole non riescono a dire."

LA SCUOLA DELL'ASCOLTO - 2

Voci e volti dell'esperienza

TESTIMONIANZE
Vi proponiamo ora qualche riflessione raccolta dall'altra parte, quella degli allievi che da anni frequentano i seminari della *Scuola dell'Ascolto* e a cui abbiamo chiesto di esprimere i loro vissuti e le tappe principali del loro cammino di "ascoltatori".

Foto di Franck Charton, tratta da *Dharma, la voie du bouddha*, gennaio 2001

ALLA RICERCA DELL'AUTENTICITÀ

■ *di Angela Mazzetti*

Partecipo alle attività della Scuola dell'Ascolto di Milano, dalla sua fondazione nel 1998. Avevo incontrato Cesare Viviani otto anni prima, all'Università di Bologna, durante alcune sue lezioni per il corso di filosofia. Mi aveva colpito la sua affettuosa attenzione all'animo umano e la sua preoccupazione per alcune abitudini sociali quali l'uso frequente delle parole come "proiettili" e la tensione al potere e al possesso, che vedeva degenerare in un'aggressività e una prepotenza opprimenti. Condividevo queste osservazioni che mi sembravano coincidere con la mia percezione di una diffusa fatica ad amare. Fu lui che mi incoraggiò ad intraprendere un primo

percorso di meditazione sulla comunicazione nelle relazioni, che svolsi assieme ad alcuni volenterosi amici bolognesi per cinque anni, con la sua collaborazione. Partendo dalla lettura di un libro molto intenso: "I racconti dei Chassidim" di Martin Buber, ci avvicinammo ad un linguaggio più profondo e significativo che favorì nuove riflessioni e comportamenti: è possibile assorbire, senza averne consapevolezza, pregiudizi e schemi di pensiero che affaticano l'esistenza perché non ci appartengono, ma tale comprensione aiuta a liberarsene e a divenire più autentici.
Quando Viviani avviò la Scuola a Milano, e mi chiese di partecipare, non mi posi il problema della lontananza e del viaggio in treno; consideravo fondamentale migliorare e confrontare la mia naturale inclinazione all'ascolto, per sostenere i miei valori e ideali di vita e, avendo trovato in lui un ispiratore e un maestro, confidavo nella sua serietà e capacità.
L'esperienza che vi ho maturato ha confermato le mie aspettative e due anni dopo ho potuto raddoppiare il mio impegno. Spinta dal desiderio di trasmettere ciò che stavo imparando, ho presentato il programma della Scuola agli amici di Bologna, che lo hanno accolto con entusiasmo e mi aiutano tuttora a realizzarlo nella nostra città con la denominazione: L'Arte dell'Ascolto.

Si tratta di "luoghi" di formazione per sviluppare la capacità di ascolto di se stessi e degli altri e diventare ascoltatori. Vi è una conduzione molto discreta che propone lo svolgimento di esercizi per rinnovare il proprio ascolto e che lascia ampia libertà al coinvolgimento attivo dei partecipanti.
Il silenzio è la prima forma di ascolto da applicare. Farlo assieme ad altre persone ne moltiplica l'efficacia e aiuta a non temerlo nel lavoro individuale. La voce e il corpo intero prendono respiro da questa pausa interna e si rigenerano. Intelligenza e sensibilità si uniscono per osservare ciò che si muove intimamente e comprenderne i suggerimenti, oppure per liberarsi dai pensieri inopportuni; si aprono spazi dai quali possono nascere espressioni, atteggiamenti e parole più meditate, umili e "pacificate", nonché intuizioni e forme di pensiero creative.
I linguaggi del sogno e del racconto di vita sono un nutrimento simbolico che invita a rileggere le esperienze non solo con occhio razionale o materiale, poiché la ricerca di un "ordine interno" motivato dal cuore propone anche l'accoglienza di ciò che non si può spiegare, prevedere o influenzare.
Il metodo è semplice, naturale e adatto a tutti (per età, genere, etnia e religiosità), ma all'inizio ho faticato proprio perchè difendevo quelle costruzioni, acquisite inconsapevolmente, che deformavano il mio modo di essere. Poi ho cominciato ad affidarmi di più e ogni incontro è diventato un "viaggio" interiore pieno di aperture e di scoperte. Una di queste è che la semplicità e la sobrietà dell'animo si riprendono disarmandosi, togliendo anziché aggiungere.
Nei nostri incontri un'attenzione costante è rivolta al riconoscimento del valore dell'esperienza, fiducia e rispetto per l'identità di ciascuno, assenza di sopraffazione o svalutazione, assenza di giudizio e dipendenza, in modo da pervenire ad una comunione attenta e accogliente delle ricchezze che portiamo con noi. In sintesi, ad una condizione di parità, difficile

ma possibile.
Il clima non è idilliaco
e consolatorio, ma solidale e
attento. Dall'impegno comune
si generano sostegno e
comprensione:
è così che sono riuscita ad
aprirmi e a mostrare sia le
capacità che le fragilità.
Lentamente ho superato quella
timidezza eccessiva che mi
"nascondeva"
e ho potuto dare una svolta
alla mia vita: riconoscermi
e darmi valore, essendo
riconosciuta e valorizzata.
Attraverso una migliore
capacità critica provo
a contenere le mie parti più
deboli, o quelle che mi
contrastano, e a guidarle verso
spazi di equilibrio; nel
benessere e nella serenità
posso agire con spontaneità e
senza ferire, quindi cerco
di mantenere questa
condizione con forza.
Ma la pazienza e la costanza
non devono venire meno:
è nella nostra natura essere
oscillanti e variabili;
a momenti buoni possono
succedersi altri in cui
è difficile procedere, e di nuovo
bisogna ricominciare ad
accettare oscurità o limiti.
L'ascolto è una modalità di
relazione irrinunciabile,
dovrebbe diventare una sana
abitudine. Non nego però di
aver dovuto fare qualche
sforzo: per esempio, darmi
tempo: "non ho tempo" è la
prima cosa che mi viene
obiettata quando presento
questa attività; e anche non
stancarmi di partire da me
stessa pure se verifico che
sono gli altri a non ascoltarmi e
questo mi fa male. Dal mio
movimento posso comunque
vedere più profondamente in
me e, se possibile,
comprendere l'altro o cercare
di aiutarlo, facendomi ascoltare
diversamente.
Come ci siamo detti, durante
uno dei nostri incontri, "Ascolto
è amore". La nostra umanità è
ricca, ma complessa e difficile;
siamo accomunati da una
fatica di vivere che porta a
sbagliare e soffrire, ma anche a
risollevarsi e ricominciare. Per
un nonnulla perdiamo la calma
e "gli altri" diventano i peggiori
nemici, invece potremmo
essere reciproci maestri più
misericordiosi.
É essenziale per me continuare
a partecipare a queste "scuole
di vita"; sono come sorgenti
rigeneranti dove recuperare
energie e ri-partire, con
maggiore solidità, per
assumermi le responsabilità e
compiere le scelte che mi
spettano. Vi raccolgo doni che
mi accompagnano nelle
riflessioni, che sviluppo da sola
per conoscermi meglio e
rendermi più libera da
pregiudizi e paure, così da
offrire quello scambio
rispettoso a cui do molto
valore: un'attenzione
all'IO e al NOI per non
ascoltare me senza gli altri
e per non ascoltare gli altri
dimenticando me.
Vorrei sentirmi autonoma
e, insieme, in armonia con
il mondo.

Anche se questo stile di
vita non mi ha messo al
riparo dal dolore provocato
dalle prove pesanti che ho
dovuto affrontare nella vita, mi
ha certamente aiutato a fare il
possibile per non cadere nella
disperazione ed accettare ciò
che mi trascende. Inoltre in
questi anni ho potuto
accogliere la fede; è stato un

É essenziale per me continuare a partecipare a queste "scuole di vita". Vi raccolgo doni che mi accompagnano nelle riflessioni che sviluppo da sola per conoscermi meglio e rendermi più libera da p giudizi e paure.

incontro molto intenso, agevolato, per l'impegno umano che mi riguarda, da questo volontario cammino personale di ascolto.
Spero che la figura dell'Ascoltatore, certificata dopo due anni di frequenza dalla Scuola dell'Ascolto di Milano – ideata e coordinata dallo stesso Viviani con grande rispetto e senza fini di lucro - possa essere riconosciuta a livello professionale e praticata come insegnamento, o come accompagnamento per chi sente il bisogno di affinare le proprie capacità di ascolto personali. Le applicazioni possono essere molte: l'ascolto compone le divisioni e contribuisce ad unificare, riduce la conflittualità e si propone come via pacifica operante sia al nostro interno che nelle relazioni.
Sento un'affettuosa gratitudine per l'umiltà di affidarsi dei compagni di strada, che consente ogni volta quella relazione di umanità dove, come nel canto corale, ciascuna voce può contribuire ad elevare le altre.
Da parte mia, cercando di condividere il più possibile questo percorso, mi concedo, e vorrei offrire, una maggiore speranza in un mondo più ascoltante. ■

METAMORFOSI DI UN VIAGGIATORE

■ *di Armando Vimercati*

Una pelle ci separa dal mondo. Dentro di essa siamo rinchiusi e siamo soli. Allo stesso tempo siamo animali sociali e proprio dalla socialità dipende la nostra intera sopravvivenza.
Fare l'esperienza dell'ascolto è un po' come introdurre una bilancia tra questi due aspetti.
Non è certo mia l'idea che il nostro tempo abbia atomizzato gli individui, rendendoci eccessivamente ripiegati su noi stessi con una sorta di marcata autoreferenzialità. Con l'assuefazione a ritmi di vita che ci vedono alle prese con una generica fretta, essa è diventata condizione di normalità.
Ascoltare significa uscire da sè, in una direzione diversa dalla autoreferenzialità.
L'ascolto vuole apertura, unita ad una grande capacità all'attenzione autentica.
Oggi non si ascolta più. Più non si ascolta e più il bisogno d' ascolto paradossalmente cresce.
Tutti noi vorremmo avere qualcuno che ci presti attenzione. E' qui che qualcosa implode: se tutti abbiamo bisogno di qualcuno all'ascolto tutti dovremmo essere in grado di ascoltare. Ma non è così. Più facile osservare invece un diffusissimo atteggiamento di chiusura e ripiegamento su se stessi. Talvolta con un'inquietante traduzione in un'ossessiva ripetitività. Gli esiti a volte sono comici: frequentando, in qualità di pendolare, stazioni e banchine ferroviarie, mi trovo a ripercorrere quotidianamente gli stessi tragitti, possibilmente adottando la stessa andatura di percorso e avendo cura di non apportare alcuna modifica rispetto ai giorni precedenti. Stesso marciapiede, stesso lato della strada e giurerei con sovrapposizione persino delle impronte. Arrivato a destinazione (il solito punto lungo la solita banchina) guardandomi intorno, ritrovo gli stessi visi lasciati il giorno prima. Anche loro nelle medesime posizioni, possibilmente con le identiche posture o il medesimo tramezzino in mano. Identici gli argomenti, le parole utilizzate, i pensieri. Un orribile presepe insomma. E' un agire

nevrotico, spesso contrabbandato con una idea di benessere, come la correlata illusione che stare costantemente con un cellulare in mano ci renda meno soli. Altre volte l'eccesso di attenzione rivolto verso il proprio interno ha conseguenze sgradevolmente penose: in coda, alla biglietteria, grandi lentezze e diffuso nervosismo. Due persone si trovano incastrate nella reciproca incapacità d'ascolto. Uno è l'addetto allo sportello che dimenticando d'essere stipendiato anche per offrire informazioni e cortesia è preso dalle sue personalissime insoddisfazioni. Continua a dare al suo interlocutore, straniero e con un italiano incerto (sia in entrata che in uscita) risposte monosillabiche. Sgarbato e spazientito. L'altro, lo straniero in questione, preso dal panico e dal proprio angosciato disagio non fa nulla di utile per farsi capire meglio e sciogliersi così dal garbuglio.
La premessa indispensabile per un buon ascolto dell'altro è un buon ascolto di sé. E' importante perchè soltanto se comprendo seriamente i miei movimenti interiori, i motivi per i quali provo preoccupazione o disagio di fronte alle questioni, (non importa se serie o semplici che siano) sono in grado di non farmi agire da esse. In altre parole di gestirle sottraendo così inutile zavorra alla mia capacità di attenzione rivolta verso "il mondo di fuori".
Un'altra considerazione che parte dalla mia esperienza riguarda il lavoro.
Generalmente quando gli altri colleghi la pensano in modo diverso dal mio, la cosa mi infastidisce. Ho sempre pensato che questa sensazione fosse legata alla questione di "avere ragione", dunque dalla difficoltà di riconoscere "di avere torto". Come se la questione fosse legata a un contare di più quando si ha ragione e di meno quando no.

La pratica dell'ascolto introduce una prospettiva completamente nuova: se non entro in un rapporto d'ascolto con gli altri tenderò ad applicare inevitabilmente giudizi perentori di appiattimento di ogni cosa, il pensiero degli altri su un "mio" mondo.
Ad un ascolto migliore di sé e degli altri corrisponde un modo più disteso e sereno di relazionarsi.
La capacità di entrare in un rapporto di ascolto di sé si traduce nel leggere i contrasti e le contraddizioni proprie senza pregiudizio e soprattutto senza il pregiudizio che normalmente si proietta sugli altri.
In altre parole un buon dialogo con se stessi aiuta a gestire le tensioni emotive verso gli altri.
Inoltre, offrire agli altri un ascolto non irrigidito dal proprio pregiudizio evita che si sclerotizzi, ostacolando la possibilità di cambiare. Il giudizio su di noi e sugli altri si dà una volta per tutte. E' una sorta di ergastolo della visione, di condanna definitiva su se stessi e sugli altri. Così io non uscirò mai dal mio problema e l'altro sarà sempre e solo "un" problema e non un modo sempre nuovo di entrare in relazione.
Frequentare la scuola vuol dire per me munirsi di uno strumento, e farne contemporaneamente manutenzione, per mantenere il difficile equilibrio tra lo stare dentro di se e il portarsi fuori, verso e con gli altri. ■

Entrare in un rapporto di ascolto di sé si traduce nel leggere i contrasti e le contraddizioni proprie senza pregiudizio.

Dal silenzio **la parola**

LIBRI Il silenzio non è semplice assenza di rumore. Al contrario: esso offre all'uomo la possibilità di partecipare all'ininterrotto dialogo con la natura e consente ad ognuno di confrontarsi con se stesso.

■ *di Max Picard* [*]

Brano tratto dal libro *Il mondo del silenzio* (Ed. Servitium1996)

La parola proviene dal silenzio, dalla pienezza del silenzio. Questa pienezza sarebbe addirittura scoppiata se non avesse potuto defluire nella parola.

La parola che sorge dal silenzio sembra investita di una missione ed è legittimata dal silenzio che la precede. Certamente la legittimità alla parola è conferita dallo spirito, ma il silenzio che precede la parola è il segno che lo spirito agisce ora da creatore: dal fecondo silenzio trae la parola. E ogni qualvolta l'uomo prende a parlare, la parola risorge dal silenzio.

La parola nasce dal silenzio con tanta evidenza e naturalezza, come se fosse soltanto l'inverso del silenzio,

[*] **MAX PICARD,** 1888-1965, medico, filosofo e scrittore, di origine svizzera ha vissuto a lungo nel Cantone Ticino un luogo dove i mali che affliggono l'uomo contemporaneo sono mitigati dalla bellezza del paesaggio e da ritmi di vita ancora legati ad antiche tradizioni. Secondo Picard, vuoto e disordine hanno permesso l'affermarsi di ideologie politiche aberranti come il nazismo e sembrano influire sulla stessa struttura biologica dell'uomo. In quest'ottica, il diffondersi di malattie come il cancro è il segnale più eloquente del nostro profondo malessere. In italiano sono stati pubblicati da Servitium: *Il mondo del silenzio* (1996) da cui è tratto questo articolo e *Il rilievo delle cose* (2004).

DAL SILENZIO
LA PAROLA

il rovescio del silenzio.
La parola è il retro del silenzio, come il silenzio è il retro della parola.
In ogni parola qualche cosa tace, ed è il segno che la parola deriva dal silenzio, - in ogni silenzio c'è qualche cosa che parla, ed è il segno che dal silenzio ha inizio il discorso. La parola è quindi essenzialmente unita al silenzio.
Proprio quando un uomo parla con un suo simile, questi avverte che la parola non appartiene più al silenzio, ma all'uomo; avverte tutto ciò mediante il Tu dell'altro uomo: mediante il Tu dell'altro avverte che la parola appartiene interamente all'uomo e non al silenzio.
Eppure, quando due parlano tra loro, c'è sempre un terzo accanto a loro in ascolto: il silenzio.
Ciò dà ampiezza alla conversazione, perchè le parole non si muovono solo nel ristretto ambito degli interlocutori, ma vengono di lontano, da quel luogo in cui appartengono al silenzio, - e per questo diventano più piene.
Ma non basta: le parole sembrano profferite dal silenzio, da quel terzo, in ascolto, cui si dà di più di quanto può venire dai due che stanno parlando.
Il terzo interlocutore, in tale conversazione, è il silenzio.
Alla fine dei dialoghi di Platone sembra talvolta che parli il silenzio in persona, - gli uomini che hanno parlato si mettono ad ascoltare in silenzio.

II. All'inizio della creazione è detto che Iddio stesso parlava con l'uomo.

Come se allora l'uomo non avesse ancora osato pronunziare la parola, come se non si fosse fidato ancora bene a trattar la parola, come se Dio, parlando con l'uomo, avesse voluto abituarlo alla parola.
«Se pensiamo alla bellezza, alla forza e alla svariatezza del linguaggio; e a come esso si estenda su tutta la superficie della terra, appare in esso qualche cosa di sovrumano, qualche cosa che non proviene dall'uomo, ma anzi che è stato dalle sue mani piuttosto degradato e solo sfiorato nella sua perfezione» (Jakob Grimm).
Impenetrabile rimane la prima origine del linguaggio, come quella di ogni creatura, perché la prima origine dipende dal perfetto amore del Creatore.
Solo quando l'uomo viveva permanentemente nell'amore perfetto potè conoscere l'origine prima del linguaggio e del creato.

III. Al senso vago, erratico, primitivo del silenzio corrisponde il senso preciso, chiaro, completamente attuale della parola.

Il silenzio si presenta sotto mille aspetti imprecisabili, nell'alba silente, nella tacita ascesa dell'albero verso il cielo, nel declino quasi furtivo, misterioso, della notte, nel muto ciclo delle stagioni, nei raggi di luna che calano sulla terra come pioggia di silenzio, ma soprattutto nel silenzio dell'anima: aspetti tutti che sono senza nome, affinché più chiara e sicura sia la parola che scaturisce dall'innominato delle cose come il suo contrapposto.
Nessun mondo naturale si può paragonare, per grandezza, a quello del silenzio; né c'è un mondo spirituale più grande del mondo del linguaggio, che si forma sul mondo naturale costituito dal silenzio.
Il silenzio esiste come mondo, da questa capacità del silenzio a costituire un mondo la parola impara a costituirsi come mondo: mondo del silenzio e mondo

della parola stanno uno di fronte all'altro.
La parola è il contrario del silenzio, non però in senso ostile - è solo l'altro lato del silenzio. L'uomo trascende la parola attraverso il silenzio: la vera parola altro non è se non risonanza del silenzio.

IV. Il suono musicale non è, come il suono della parola, opposto al silenzio, ma parallelo a questo, come se i suoni attraversassero il silenzio, come se dal silenzio fossero spinti alla superficie.
La musica è silenzio che, sognando, prende a suonare. Mai si avverte il silenzio così distintamente come quando si è spenta l'ultima nota.
La musica spazia per ogni dove e di colpo potrebbe occupare tutte le cose, ma ciò non accade; essa prende lo spazio a poco a poco, timidamente, in ritmi, tornando sempre alla stessa melodia, come se i suoni non si fossero quasi mossi; la musica può quindi dare la sensazione di essere dappertutto e insieme in un luogo determinato; e che nella melodia dolcissima della musica cose vicine e lontane, sconfinate e conchiuse stiano insieme, una accanto all'altra, è un bene per l'anima: l'anima può seguire la musica nelle sue peregrinazioni eppure proprio dalla musica è custodita e riportata più sicuramente a casa sua. Ed è questo anche il motivo per cui la musica agisce come un calmante per i nervosi: la musica porta all'anima una vastità in cui essa, l'anima, può starsene senza paura.

V. Il linguaggio è dunque un mondo, non una semplice appendice di un mondo, perché possiede una pienezza che supera la semplice utilità: esso , contiene, infatti, più di quel che occorrerebbe alla pura razionalità.
Il linguaggio appartiene all'uomo, ma appartiene anche a se stesso, e contiene dolore, gioia, malinconia più di quanto l'uomo potrebbe prenderne, li contiene indipendentemente dall'uomo, contiene dell'altro dolore, dell'altra tristezza, dell'altra gioia, dell'altro tripudio.
Il linguaggio, talvolta, sembra poetare da sé e quasi per sé solo, come, ad esempio, quando dice *der Sommervogel* la farfalla che vola per l'estate del linguaggio, ma, ecco, le sue ali portano il linguaggio anche all'inverno, all'*Eisblumen,* i fiorellini di cristallo sul davanzale della finestra, fiorellini che il linguaggio si è fatto crescere per sé nel mortifero inverno; e quelle ali lo portano ora verso il *Maienblut,* il fior di maggio che sboccia come se non esistesse alcun inverno della parola.

VI. Il silenzio può stare senza la parola, ma la parola non può state senza il silenzio.
La parola non avrebbe profondità, se le mancasse lo sfondo del silenzio. Tuttavia il silenzio non è superiore alla parola, ma anzi il silenzio in sé e per sé, il mondo del silenzio senza la parola, è solo qualche cosa di *precedente* alla creazione, è creazione non ancora compiuta, creazione imminente.
Proprio perché la parola sorge dal silenzio, il silenzio passa dallo stato di pre-creazione a quello di creazione, dal non storico allo storico umano, e in prossimità della parola diventa parte dell'uomo e parte integrante e indispensabile della parola.

DAL SILENZIO **LA PAROLA**

Ma la parola è superiore al silenzio anzitutto perché solo in essa la verità si fa immagine.
L'uomo diventa tale per mezzo della parola.
«È un caso che i greci abbiano definito l'essenza dell'uomo come essere dotato di logos? La successiva interpretazione di questa definizione dell'uomo nel senso dell' *animal rationale,* essere vivente ragionevole, non è falsa, ma si lascia sfuggire l'aspetto fenomenico da cui deriva quella definizione. L'uomo indica se stesso come un essere che parla» (Heidegger).
Il silenzio raggiunge la sua pienezza solo quando da esso sorge la parola, e soltanto dalla parola ricava senso e valore. Il silenzio passa, mediante la parola, da uno stato selvaggio, preumano, a uno stato domestico, umano.
L'aspetto fisionomico del linguaggio si potrebbe definire così: il linguaggio è simile a blocchi di lava espressi alla superficie del silenzio, da esso sparpagliati in tutte le direzioni e saldamente conficcati alla superficie del silenzio.
E come la massa del mare è superiore a quella della terraferma, così la massa del silenzio è superiore a quella del linguaggio, ma pure, come la terraferma ha una maggiore capacità di essere rispetto al mare, possiede cioè l'esistenza in grado maggiore, così il linguaggio è più potente del silenzio, ha una maggiore intensità d'essere.

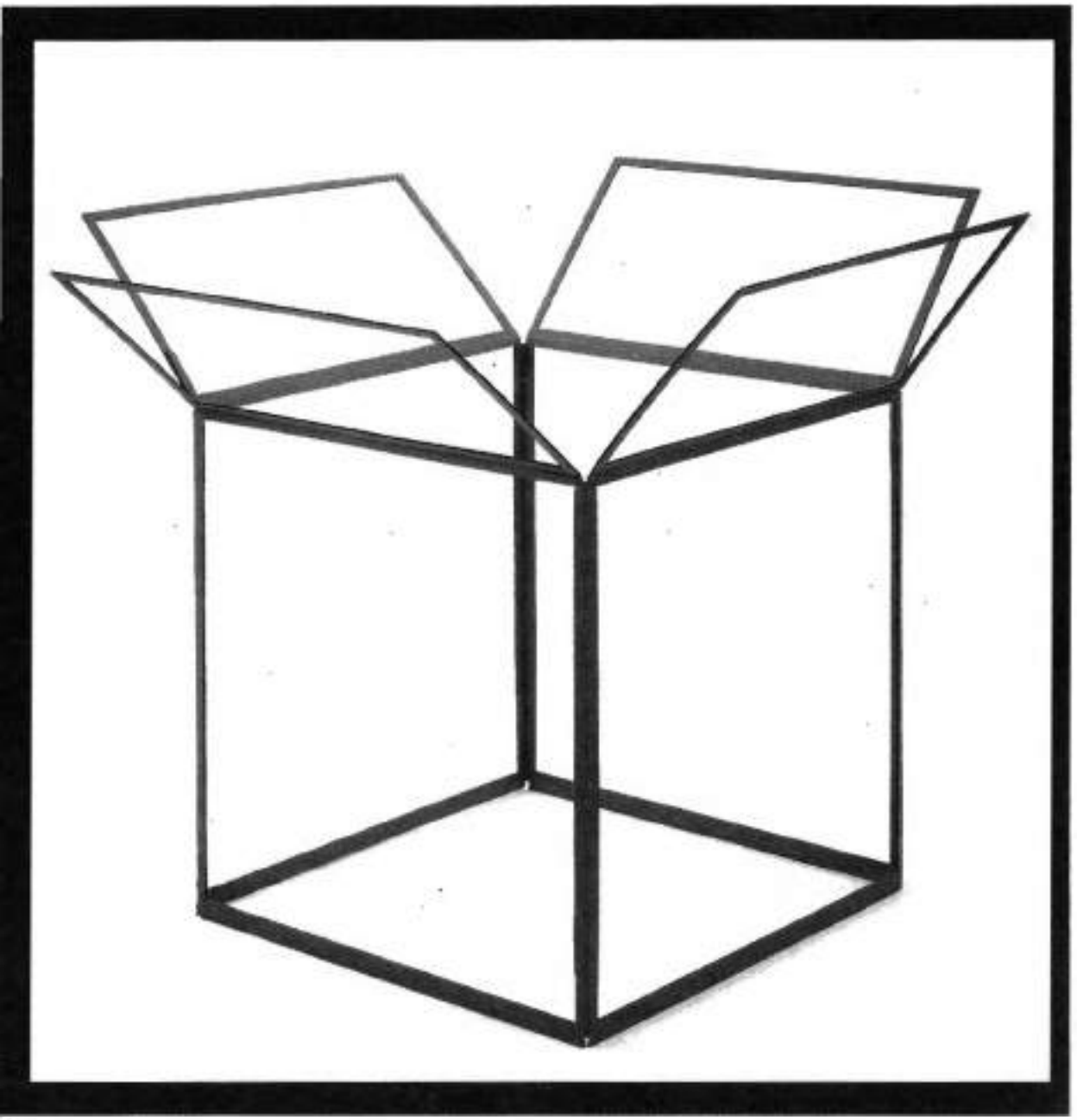
VII. Di silenzio è intessuta tutta l'essenza dell'uomo. Ma il silenzio rimane pur sempre soltanto la base su cui appare ciò che sta più in alto.

Nello spirito dell'uomo il silenzio si pone come scienza del *Deus absconditus,* del Dio nascosto.
Nell'anima dell'uomo il silenzio esiste come muta armonia con le cose e anche come percepibile armonia, come musica.
Nel corpo dell'uomo il silenzio si manifesta come bellezza. Ma la bellezza è superiore alla semplice materialità del corpo, e la musica è superiore alla semplice inaudibilità dell'anima, e il Dio rivelato è superiore al *Deus absconditus:* la parola è quindi superiore al silenzio.

VIII. L'uomo non sarebbe mai stato in grado di formare la parola dal silenzio.

La parola si distingue a tal punto e così essenzialmente dal silenzio che mai l'uomo avrebbe potuto, da solo, fare il salto dal silenzio alla parola.
E anche questo, che due fenomeni opposti come la parola e il silenzio siano tanto intimamente legati da appartenere l'una all'altro, anche questo non sarebbe potuto accadere per semplice virtù umana, ma soltanto mediante un atto divino.
Parola e silenzio, una accanto all'altro: questa è una traccia di quello stato divino in cui parola e silenzio sono tutt'uno. Non poteva essere che la parola non derivasse dal silenzio. Poi, per il fatto che la stessa Parola divina, Cristo stesso, venne agli uomini da Dio, «lo spirante silenzio», fu annunciata per tutti i tempi la trasformazione del silenzio in parola.
La Parola che apparve duemila anni fa era in cammino all'inizio del tempi e riuniva da allora i lembi dello squarcio fra silenzio e parola.
L'evento di duemila anni fa fu così immenso che da allora ogni silenzio fu rotto dalla parola.
Il silenzio ne tremò e si ruppe.

LA VIA DEL DIALOGO



NICHILISMO E BUDDHISMO
tra Europa e Giappone

di Nishitani Keiji

Nishitani Keiji, il grande filosofo giapponese, si pone il problema su come oggi non siamo più capaci di pensare in termini di trasmissione spirituale tra generazioni. **Siamo immersi in questa crisi, ma non ne abbiamo coscienza e viviamo in un** realtà evanescente **nei suoi fondamenti spirituali.**

Il testo che segue è il paragrafo terminale di *Nihirizumu* (*Nichilismo*,1949) di Nishitani Keiji. L'opera arrivò alla redazione definitiva aggregando i materiali emersi da un ciclo di lezioni che Nishitani impartì a livello seminariale nel 1949 e il saggio sul *Nichilismo in Russia*, pubblicato nello stesso anno, nella serie Atene Bunko, da Kōbundō. Il testo è stato tradotto e curato in inglese da Graham Parkes e Aihira Setstuko: *The self-overcoming of Nihilism.* Albany, State Univ. of N.Y. Press, 1990. In questo saggio, Nishitani compie una lettura complessiva del fenomeno del nichilismo e allo stesso tempo opera un confronto con la prospettiva buddhista.

Il filosofo giapponese si trovò coinvolto con il problema del nichilismo fin dalla più giovane età, già prima del suo incontro con lo Zen. Come egli stesso racconta in *Watakushi no tetsugakuteki hossokuten* (*Il mio punto di vista filosofico*, 1963), all'età di sedici anni, a seguito di una grave malattia e della morte del padre, fece l'esperienza di una angosciante crisi esistenziale che lo pose di fronte all'aspetto più terrifico del nulla. Questo approccio molto personale e drammatico lo convincerà della necessità di pensare la struttura del nichilismo non solo in termini storici, ma

Foto tratta dalla pubblicazione realizzata in occasione della mostra Jorn Friedmann alla fondazione Prada di Milano, 25 ottobre - 16 dicembre 2002. Scatola aperta realizzata ritagliando le facce e lasciando solo gli spigoli. OPEN, 2002, scatola di cartone, cm 71x61,5x61,5; courtesy Jorn Friedmann e Feature Inc., New York.

soprattutto in termini individuali ed esistenziali Quando fu inviato, negli anni 1936-38, a completare a Freiburg la sua formazione, Heidegger stava tenendo i suoi seminari su Nietzsche ed il nichilismo (nel 1936-37 *Nietzsche: der Wille zur Macht als Kunst* e nel 1937 *Nietzsches metaphysische Grundstellung in abendländischen Denken: die Lehre von der ewigen Wiederkehr des Gleiches*). L'elaborazione che seguì a questi anni di studio diede vita a *La filosofia della soggettività fondamentale* (1940), in cui vengono affrontati i temi del confronto con l'Occidente. L'occidentalizzazione, che ha ormai pervaso il Giappone, ha portato con sé non solo una prospettiva pragmatica e tecnicista, ma anche i frutti avvelenati del nichilismo. Gli Europei per primi non credono più nel loro sistema di valori ed i Giapponesi, nella loro rincorsa acritica alla tecnica occidentale, si trovano coinvolti in questa crisi. Diventa quindi necessario un adeguamento del pensiero alla nuova drammatica situazione ed il Giappone, che ha il privilegio di possedere una doppia cultura, deve assumersi la responsabilità di contribuire autonomamente a questa costruzione.

Alla messa a punto del problema del nichilismo tra Occidente ed Oriente, non va dimenticato il contributo di un altro allievo di Heidegger: Karl Löwith che, a seguito delle leggi razziali, si rifugiò in Giappone, dove insegnò presso l'Università Sendai a Tōkyō dal 1936 al 1941, pubblicando un saggio fondamentale su *Il nichilismo europeo* (*Yōroppa no nihirizumu*, 1948) che influenzò direttamente Nishitani.

Il saggio di Nishitani procede ad una riesamina critica del fenomeno del Nichilismo europeo, a partire da una prospettiva altra. In conclusione, viene affrontato il rapporto tra il nichilismo europeo ed il Giappone. Il Giappone, occidentalizzandosi, ha acriticamente assunto il punto di vista del nichilismo europeo, che è crisi del pensiero occidentale e non del pensiero giapponese, che invece ha i suoi fondamenti nel Confucianesimo e nel Buddhismo. Caso mai il problema è quello di aver rimosso le proprie origini, tanto più grave se si considera che il nulla occidentale ha una sua valenza negativa che non lo rende assimilabile alla vacuità orientale. Il sottovalutare la portata distruttiva del nichilismo europeo può essere molto pericoloso. Tuttavia il nichilismo europeo può fungere da stimolo per rinnovare la tradizione buddista del vuoto in sintonia con la realtà dei tempi, per trasformare l'atteggiamento religioso in adeguamento esistenziale al nulla assoluto, nel quadro di una nuova religiosità atea. Per Nishitani, se il nichilismo europeo è il punto di non ritorno di un itinerario metafisico, la prospettiva di *Sūnyatā* può diventare il punto di partenza di una trasformazione spirituale di portata epocale.

Giancarlo Vianello

IL SIGNIFICATO *del* NICHILISMO EUROPEO per noi Giapponesi

Come è stato affermato, la nostra crisi è determinata non solo dal fatto che vi siamo immersi, ma soprattutto dal fatto non abbiamo coscienza di ciò. Per cui il nostro primo compito deve essere quello di comprendere che la crisi esiste in noi, che il Giappone moderno è una contraddizione vivente, evanescente nei suoi fondamenti spirituali. Per risvegliarsi a questa realtà bisogna collocarla nel contesto della storia spirituale del Giappone moderno. In altre parole, dobbiamo interrogarci su come sia stato possibile diventare incapaci di pensare nei termini di trasmissione spirituale tra generazioni. Ciò che ci impegna a porci la questione in questi termini è il nichilismo europeo. Esso può renderci consci del nostro nulla interno, un nulla che è diventato la nostra attualità storica. Ciò può successivamente portarci al *nichilismo positivo* di Nietzsche, ovvero al *pessimismo dei forti*. Questo è il primo significato del nichilismo europeo per noi.

L'essenziale è superare il nostro vuoto interiore ed il nichilismo europeo è in questo senso di una importanza cruciale, in quanto può imprimere una svolta radicale alla nostra situazione presente e con ciò rappresentare una via verso il superamento di tale situazione. Questo è il secondo significato del nichilismo per noi.

Il motivo per cui il vuoto si è radicato nei fondamenti spirituali dei Giapponesi è dovuto in primo luogo al fatto che siamo passati troppo rapidamente all'occidentalizzazione ed in questo percorso ci siamo scordati di noi stessi. Quando Löwith dice che i Giapponesi hanno adottato indiscriminatamente la cultura occidentale, afferma sia che l'abbiamo adottata senza comprendere che *"gli stessi Europei avevano già smesso di credere nella loro cultura"*, sia che noi Giapponesi abbiamo perso il contatto con noi stessi. Queste sono le due facce della stessa medaglia.

La ragione, per cui i Giapponesi non sono stati coscienti dell'estrema ansietà che i maggiori pensatori europei provavano nei confronti della loro civiltà, è stata che non erano interessati alla profondità spirituale, ma solo ad aspetti esteriori, come politica, economia, tecnica militare, in grado di rafforzare la potenza della nazione. Il risultato è stato la

Nishitani Keiji
(1900 -1990) Filosofo giapponese, interessato sin da giovane alla filosofia tedesca studiò con Heidegger **e per anni fu docente all'**Università di Kyoto. **Dal 1936 iniziò la pratica zen con il maestro** Yamazaki Taikô **di tradizione *Rinzai*, che durò fino al 1957, poi con il maestro** Yamazaki, **da cui Nishitani riceverà nel 1943 il nome religioso** *Keisei* **(*Suono del torrente nella valle*), e proseguirà con il maestro** Kajitani Sûnin. **Le sue opere in 26 volumi costituiscono un punto di incontro fondamentale tra pensiero giapponese e la filosofia occidentale.**

dimenticanza del problema della spiritualità profonda. Non vi è stato problema fin quando è durata la saggezza e la forza spirituale coltivata nel passato. Il culmine della cultura Meiji rappresenta lo zenith della forza spirituale nella storia culturale del Giappone. Ora ci troviamo nella situazione opposta, assolutamente diversa da quella del Giappone dell'era Meiji. Questa situazione non è dovuta solo al fatto che la guerra ha posto una brutale battuta d'arresto alle ambizioni a diventare una grande potenza. Piuttosto è dovuta al fatto che sono state dissipate la saggezza e la tensione morale che la società dell'epoca Meiji aveva ereditato ed al fatto che la civiltà occidentale, in cui si era ingenuamente creduto, ha cominciato a mostrare segni di crisi interna, che sono apparsi anche agli stessi occhi degli occidentali.

❖ ❖ ❖

Nietzsche, nel corso della sua vita, non ha causato nessuna reazione. E' morto in solitudine, gridando al deserto. Alla fine della sua vita ha affermato: "la gente mi comprenderà alla fine della prossima guerra europea". La profezia si è avverata. La prima guerra mondiale ha fatto emergere la crisi europea. Allo stesso tempo, il nichilismo niciano ha cominciato ad attrarre più di qualsiasi altra prospettiva filosofica. La nostra generazione è entrata in contatto con questa autocritica europea, ed in particolare con il nichilismo, mentre la nostra stessa sostanza spirituale si era allontanata da noi. Il nichilismo europeo ha prodotto un cambio radicale nelle nostre relazioni con l'Europa e con noi stessi. Adesso spinge la nostra attuale esistenza storica, il nostro essere noi tra gli altri, verso una nuova direzione. Non ci consente più di inseguire l'Occidente, dimenticandoci di noi stessi. Il nichilismo ci insegna, soprattutto, a cogliere chiaramente la crisi che sottende la civiltà occidentale – e quindi la nostra rincorsa all'occidentalizzazione – ed a cogliere l'analisi della crisi dai migliori pensatori eu-

Il nichilismo europeo ha prodotto un cambio radicale nelle nostre relazioni con l'Europa e con noi stessi.

Il problema è mettere in moto una creatività che sappia mediare tra passato e futuro, senza nostalgie per restaurazioni impossibili.

ropei e dai loro sforzi di superare l'epoca moderna; ci insegna inoltre a recepire tutto ciò come cosa che ci riguarda. Ciò spinge a portare a termine la presente ricorsa all'occidentalizzazione. In secondo luogo, il nichilismo europeo ci insegna a ritornare al nostro essere dimenticato ed a riflettere sulla nostra cultura orientale. Ovviamente, questa tradizione è stata persa da parte di noi moderni ed è perciò qualcosa da re-inventare. Al punto in cui stanno le cose, non è possibile tornare indietro. Ciò che è passato è morto ed andato, essendo stato ripudiato ed esposto a critica radicale. La tradizione deve essere riscoperta dal punto in cui è deviata nella corsa all'occidentalizzazione. Dobbiamo riappropriarci della nostra tradizione, come di una nuova possibilità al di là delle prospettive niciane.

❖ ❖ ❖

Come nel nichilismo europeo, la crisi della civiltà europea e della modernità sono problematiche. Così lo è la nostra tradizione. In altre parole, non è possibile evitare il superamento del nichilismo, neppure da parte nostra. Il nichilismo creativo in Stirner, Nietzsche, Heidegger ed altri è stato un tentativo di superare il nichilismo disperato. Questi tentativi hanno avuto vari esiti nel loro sforzo di *superare il nichilismo con il nichilismo*, secondo l'espressione di Nietzsche. La tradizione orientale, in generale, e la prospettiva buddista della vacuità, in particolare, diventano un nuovo problema se poste in questo contesto. Sono lo snodo tra la prospettiva futura – l'occidentalizzazione- ed il nostro rapporto con il passato – il ricongiungimento con le nostre radici.

Il problema è mettere in moto una creatività che sappia mediare tra passato e futuro, senza nostalgie per restaurazioni impossibili. Il terzo significato del nichilismo europeo per noi è che rende queste cose possibili.

Il nichilismo europeo è culminato in una prospettiva di *trascendenza*

nel mondo, come integrazione fondamentale di nichilismo creativo e finitudine. Preso come prospettiva generale del modo di essere umano, ciò è sorprendentemente vicino alla prospettiva buddista ed in particolare alla prospettiva della vacuità del Mahāyāna, se la osserviamo dal punto di vista del modo di esistere dell'umanità. Seguendo le profonde intuizioni di Schopenauer circa il Buddhismo, Nietzsche si riferisce costantemente a concezioni buddiste nella sua analisi del nichilismo. Soprattutto riguardo al Mahāyāna, recepisce le intuizioni di Schopenauer. Come ho già ricordato, egli si riferisce alla forma estrema del nichilismo che afferma il nulla eterno, nei termini di una forma europea di Buddhismo e definisce la catastrofe nichilistica che sta per abbattersi sull'Europa come *secondo Buddhismo* (*Volontà di potenza*, 55). Inoltre, argomentando la sua idea che la sincerità coltivata dal Cristianesimo rivela la falsità del Cristianesimo stesso, definisce la prospettiva del *tutto è falso* come un *Buddhismo dell'agire* e considera tale pulsione per il nulla un comportamento quasi buddista. Nell'analisi niciana, il Buddhismo è il culmine di ciò che egli definisce décadence: una completa negazione di vita e volontà.

❖ ❖ ❖

Ironicamente, non era nella sua immagine nichilista del Buddhismo, ma in concetti come l'*amor fati* e il *dionisiaco come superamento del nichilismo* che Nietzsche si trova maggiormente vicino al Buddhismo, specialmente nella sua forma mahayanica. Ad esempio, si riferisce al *dionisiaco* come ad una "*grande condivisione panteistica di gioia e dolore*". Oppure lo definisce "*un senso di necessaria unità di creazione ed annichilimento*". É a partire da questi spunti che bisogna ricercare un confronto con il Buddhismo. Ciò che è chiaro, tuttavia, è che vi è nel Mahāyāna un punto che non può essere raggiunto neppure dal nichilismo che oltrepassa il nichilismo, anche se tende in quella direzione. Secondo questa prospettiva:

"Grazie alla vacuità ogni cosa è in grado di risvegliarsi,
ma senza vacuità niente può farlo"

In altre parole, tutto è possibile in una persona nella quale la vacuità si risveglia. Come un maestro ha detto una volta ai suoi allievi:

"Colui che, in questo momento e davanti ai miei occhi, brilla solitario ed ascolta chiaramente la mia parola, in realtà non dimora in nessun luogo. Egli attraversa le dieci direzioni ed è libero nei tre regni. Benché passi attraverso le differenziazioni di ogni stato, nessuna di queste può deviarlo: in un istante di tempo penetra il Dharmadhatu".

Attualmente questa prospettiva è sepolta nella tradizione del passato, lontana dalla attualità storica. Il modo per riportarla in vita, come ho detto, è ripartire dal punto in cui l'europeizzazione è culminata e considerare il nichilismo europeo un problema urgente per noi.

Oggi potenze non europee, come Stati Uniti ed Unione Sovietica, emergono; in ogni campo sono i protagonisti che hanno portato la storia dell'umanità in una nuova era. Tuttavia né l'americanismo né il comunismo sono in grado di superare il nichilismo che i maggiori pensatori europei hanno messo in relazione con l'ansietà, l'abisso del nulla che si è aperto nella profondità spirituale del singolo e del mondo. Finora hanno cercato di mantenere coperto questo abisso, ma ora sono costretti ad affrontarlo. Riguardo a ciò Dostojewsky può essere considerato un profeta di quanto è accaduto in Unione Sovietica, tanto quanto Nietzsche è stato profetico per l'Europa. Nietzsche si definisce *"lo spirito dell'uccello della profezia"* ed il suo grido acuto riecheggia nelle orecchie dei pensatori europei. Stephan Zweig ad esempio afferma che le idee di Nietzsche sono profondamente decisive per il nostro mondo spirituale. Heidegger lo definisce l'ultimo dei filosofi decisivi, colui che ha rimesso in questione la filosofia europea dopo Platone.

Sia Dostojewsky che Nietzsche hanno anticipato il nichilismo che stava arrivando e sono scesi nelle profondità della storia e dell'umanità per combatterlo disperatamente. Possono quindi guidare noi Giapponesi attraverso il nichilismo che si annida nel fondo della nostra attualità storica. Tuttavia per vincere questo confronto, abbiamo bisogno dei nostri strumenti. Il superamento del nichilismo deve essere una nostra creazione. Solo allora la cultura spirituale dell'Oriente, che è andata degradando, può essere rivitalizzata in una nuova trasformazione.

(Traduzione di Giancarlo Vianello)

■■

Nell'analisi niciana, il Buddhismo è il culmine di ciò che egli definisce décadence: una completa negazione di vita e volontà.

IL SERBATOIO *del* DOLORE

di Stephen Levine

Tratto da IL DOLORE INASCOLTATO di Stephen Levine, *ed. Sensibili alle foglie* 2006

I luoghi scavati dentro di noi dalla perdita, le zone abbandonate, consumate ed erose da un crescente sentimento di impotenza e dall'apatia, si cominciano a riempire con il dolore.

Il dolore inascoltato è un irrigidimento del ventre, un sasso incastrato nella gola dal continuo inghiottire bocconi amari, un macigno che chiude l'ingresso del cuore a impedire la nostra resurrezione. È una grande ferita inferta alla speranza.

Nel dolore inascoltato noi galleggiamo, spesso con la testa appena sopra il pelo dell'acqua, e ci dibattiamo contro le correnti in continuo mutamento, a volte trascinati dal dolore a lungo differito per la morte di una persona amata, a volte tirati verso il fondo dalla nostra lunga assenza dalla vita.

Si dice che in ogni perdita vi sia l'opportunità di portare alla luce e guarire le perdite di tutta una vita. Più profonda è la perdita, più grande la possibilità di guarire. Se ci apriamo alle piccole perdite, ai piccoli lutti, alle piccole sofferenze, facciamo spazio ai dolori più intensi, alle perdite più grandi, e ci avviciniamo di più alla vita. I residui del dolore galleggia-

Foto tratte da Stagliano Meditazioni fotografiche di Stella Lombardo e Cristina Piccardo. Artist m&m-maschietto & fiore.

Il ripetersi delle perdite crea un vero e proprio serbatoio del dolore. È il luogo dove si deposita tutto ciò che abbiamo perso nella vita, **tutto ciò che è morto nonostante il nostro** amore, **tutto ciò che abbiamo sempre sperato di essere, tutte le** delusioni **e le** disperazioni **sepolte nel corso di un'esistenza.**

no, come un groviglio di alghe, nel grande serbatoio della sofferenza.

Prendiamo il caso di Jim, che da tempo vive in uno stato di profondo malessere, incapace di assaporare la vita, stretto nelle maglie del dolore. Dice: "Non credo di avere a che fare con cose accadute nei miei ultimi quarant'anni di vita. I miei genitori si sono separati quando avevo dieci anni. Mio fratello minore è morto quando ne avevo diciassette. Mia sorella è morta quando ne avevo cinque; credo fosse stata affidata a me, ma mi sono girato da un'altra parte e lei è morta. Probabilmente sono stato talmente sopraffatto da tutti questi eventi che non riesco a provare nulla.

E sto male per il fatto che non mi sento peggio di come sto. A volte invidio chi sta attraversando un periodo di sofferenza, con le giornate sì e le giornate no.

Ho provato anche a seguire le prescrizioni: inviare amore al mio dolore; ma di fatto non funziona perché non so trovare il mio amore più di quanto non riesca a trovare il mio dolore. Allora ho cercato di evocare un qualche ricordo di amore. Era un ricordo di amore come calore. E allora mi è venuto in mente che forse l'amore che non riuscivo a trovare fosse

Stephen Levine, **poeta e insegnante di meditazione e tecniche di guarigione ha collaborato con** Elizabeth Kubler Ross **nel sevizio accanto ai malati terminali e alle persone loro vicine. Ha pubblicato in italiano: *Chi muore?* (2002), *Abbracciando l'amore* (1997), *Il gusto della vita* (1998).**

nascosto dentro il mio dolore". A volte, quando con la nostra barchetta bucata veniamo trasportati dalla corrente nel grande serbatoio della sofferenza, dobbiamo cedere a questo dolore paralizzante per poter raggiungere la riva, per far sì che tale dolore sia oggetto di cura anziché motivo di una snervante resistenza. Sentendo che il cuore ci fa letteralmente male per il bisogno di liberarsi, cominciamo a intuire cosa accadrebbe se ci rivolgessimo a noi stessi non con la paura e il terrore con cui in genere affrontiamo il dolore, ma con compassione.

Il terreno è intriso di dolore e noi stiamo facendo un picnic sulle rive scivolose della perdita. E la cosa più incredibile è che, anche nel dolore più straziante, non c'è un solo stato d'animo nuovo. Il senso di colpa, la paura, la rabbia, il rimorso, lo sgomento, il senso di abbandono, la confusione... nulla di tutto ciò è una novità e certamente non lo è quel senso di isolamento che conosciamo quasi da una vita. Tale isolamento è il vecchio retaggio di una precaria individuazione sociale, l'aver indossato tutte le maschere della "persona di prestigio" e aver scoperto che irritano la pelle, aver perduto il proprio posto in un universo interconnesso, il desiderio di rientrare per proteggersi dal freddo.

Quando, infine, nessuna costruzione mentale di sé e del mondo si sarà rivelata sufficiente, e noi ci saremo rivolti al dolore con tutta la compassione ancora disponibile, raggiungeremo una verità più profonda.

Nelle periodiche fasi di "gelo", quando la paura e il dolore irrisolto eclissano lo spirito, può accadere che l'individuo si convinca che la risposta algida, cioè una depressione nichilistica, sia la sola reazione appropriata al lutto, ovvero che per onorare i morti ci si debba sottrarre alla vita. In questi periodi può succedere che, sopraffatti dal dubbio, ci assalga un'enorme incertezza che sconvolge la mente e finiamo col chiederci: "C'è qualcosa di reale?".

Quando, infine, nessuna costruzione mentale di sé e del mondo si sarà rivelata sufficiente, e noi ci saremo rivolti al dolore con tutta la compassione ancora disponibile, raggiungeremo una verità più profonda. Troveremo alla base del ghiacciaio, che va sciogliendosi, un rivoletto d'acqua che scorre verso ciò che i monaci buddhisti chiamano l'Oceano della Compassione. Quando, come dice Thomas Merton, "La preghiera è diventata impossibile e il cuore si è trasformato in pietra", arrendersi al cuore rivela l'autentica natura della preghiera e il desiderio di integrità.

Quando riemergiamo dal ghiaccio, entra in gioco il potenziale del cuore ancora non sfruttato. E, allora, consapevolezza e compassione riscaldano il corpo e ci riportano alla vita. Dobbiamo permettere a noi stessi di

stare con i nostri sentimenti man mano che emergono, senza cercare di esercitare su di essi alcun controllo. Resistere è un inferno. Se riusciamo ad accogliere questo momento con compassione, aumentiamo la possibilità di incontrare anche il prossimo con uguale compassione, predisponendoci a farlo ancora in futuro.

Ma se in questo momento neghiamo al nostro dolore la dovuta compassione "tre volte prima dell'alba", allora come faremo a spostare il macigno dall'apertura della grotta?

Come sgombreremo l'ingresso del cuore? Come faremo a inalare anche un solo respiro limpido?

APRIRE IL CUORE NELL'INFERNO

La sofferenza profonda richiede un'apertura del cuore nell'inferno in cui ci troviamo. Quando la speranza è ferita e la vita ci sfugge completamente di mano - quando siamo tramortiti dallo sgomento e dalla disperazione - sembra che le terminazioni nervose prendano fuoco e che i componenti chimici del cervello diventino la pozione di una strega.

Quando le solite vie di fuga dal dolore vengono interrotte, quando il dolore stesso diventa non più negabile, noi ci muoviamo come un cieco nella nebbia, cercando a tentoni di farci strada attraverso la sofferenza, lentamente, con compassione e con l'addome decontratto. Avvicinandoci con compassione e benevolenza a ciò che abbiamo sempre fuggito per paura, pregiudizio, dubbio e sfiducia, andiamo incontro alla possibilità di guarigione di una vita intera.

Un'affermazione come "Un dolore profondo può avere in sé la capacità di guarire" può apparire assurda per chi si trova al centro della più cupa notte dell'anima. Può sembrare una menzogna, detta a fin di bene, per consolare una perdita straziante. Oppure risulta nient'altro che un cliché teso a sopprimere il naturale sviluppo di emozioni inaspettatamente violente. In realtà, quando siamo co stretti a spingerci a una profondità del sentire che è, spesso, ben al di sotto della soglia della consapevolezza, abbiamo una visione profonda di quanto, nel corso della vita, abbiamo abbandonato il nostro dolore a se stesso e di quanta abilità abbiamo profuso nel mascherare questa sofferenza inascoltata. E non ci stupisce più per quanto tempo, e in quanti modi diversi, il dolore irrisolto si sia manifestato come rabbia o depressione, ipersensibilità o paralisi emotiva. E in tale visione profonda si può trovare la guarigione di tutta una vita.

La tendenza che abbiamo a non riconoscere il nostro malessere trasforma il malessere stesso in profonda sofferenza. Se avviciniamo il dolore con compassione e consapevolezza, il cuore necessariamente si aprirà ad esso. L'inferno sta proprio nell'opporre resistenza. La resistenza al mo-

mento presente e alla vita stessa, il continuo e radicato rifiuto di provare sensazioni spiacevoli si trasformano spesso, come detto in precedenza, in un indurimento dell'addome. Se si è adirati o impauriti, la pancia diventa una pietra; se si è benevoli, la paura galleggia in un'inaspettata compassione e il ventre si trasforma in oceano.

Quando riusciamo ad accettare anche l'inaccettabile, quando riusciamo ad aprirci anche al dolore, l'abbandonarsi ci libera dall'inferno. Può anche farci sentire malissimo, ma aprirci alle sensazioni di tensione del nostro corpo ci libera dal trattenere tutto dentro. E grazie a una simile liberazione, diventiamo capaci di rapportarci ai sentimenti, anziché ignorarli, e cominciamo ad analizzarli, anziché agire ciecamente nonostante essi. È l'esplorazione dei nostri mondi sommersi a insegnarci a lasciare andare l'inferno che è in noi. E, nel lasciare andare, scopriamo che il paradiso non è altro che assenza dell'inferno.

Quando il dolore giudica duramente i nostri momenti di confusione raddoppia di intensità e amplifica la perdita della persona amata. Allora capiamo quanto possiamo essere impietosi con noi stessi.

Non conosco nessuno il cui cuore sia perennemente aperto e che non sia mai, neppure minimamente, venato di dolore per la solitudine, per il dubbio. Stiamo imparando ad aprirci al nostro cuore, anche a un cuore che qualche volta è chiuso. Stiamo imparando a perdonarci di non essere sempre inclini al perdono, ad aver cura di noi stessi, anche se a volte non abbiamo cura degli altri, a nutrire compassione per quanta poca compassione abbiamo. In quest'ottica, impariamo ad amare proprio osservando quanto siamo poco disposti, a volte, all'amore.

L'espressione "aprire il cuore" può a volte apparire fuorviante poiché "il cuore", di fatto, è un livello della mente. Il cuore, dunque, non tanto si apre, quanto "si rende disponibile". È una condizione naturale che viviamo quando il cuore non è oscurato da un dolore inascoltato. È una condizione inerente all'essenza della natura umana.

Molte persone affermano che, volendo essere davvero sinceri, il loro cuore è aperto non più di due o tre minuti al giorno, se non addirittura due o tre minuti alla settimana. Ma non ci rendiamo conto che, in questo mondo distratto e incurante, è già un miracolo che un cuore riesca di fatto ad aprirsi. È un miracolo che il livello di consapevolezza che chiamiamo cuore non sia totalmente sommerso da onde di paura, di pregiudizio, di esasperazione o negazione dei problemi.

Come disse una volta un mio maestro: "La mente crea l'abisso e il cuore lo attraversa". L'amore è il ponte.

Noi compiamo l'ulteriore passo che scavalca la crepa del nostro cuore spezzato, perché non c'è altro che possa onorare il nostro rapporto con la persona scomparsa o con noi stessi. Ci vuole coraggio per riporre fiducia in questo processo di resa alla sofferenza.

È doloroso aprire il pugno chiuso della resistenza che sta stretto intorno al cuore. Sfogliamo, strato dopo strato, il dolore, aprendo un dito dopo l'altro, e lentamente si rivela l'apertura del cuore. È la compassione che si trasforma in amore.

Per aprire il cuore nell'inferno dobbiamo essere disposti ad abbandonare l'annosa e impietosa abitudine di giudicare tutto ciò che passa attraverso i sensi. Questo ci piace, questo non ci piace, con le solite preferenze che vanno e vengono da un oggetto all'altro della vista, dell'udito, del gusto, dell'olfatto, del sentimento, del pensiero. Quando voltiamo le spalle a noi stessi, giudicandoci, dimentichiamo che il detto "Non giudicare se non vuoi essere giudicato" riguarda anche noi. La mente che giudica non opera alcuna distinzione tra te e chi ti sta a fianco.

Come disse una volta un mio maestro: "La mente crea l'abisso e il cuore lo attraversa". L'amore è il ponte. É guardando alla natura del nostro inferno che riusciamo a orientarci verso il cuore.

Quando giudica duramente i nostri momenti di confusione il dolore raddoppia di intensità e amplifica la perdita della persona amata. Allora capiamo quanto possiamo essere impietosi con noi stessi. E, ancora una volta, è guardando alla natura del nostro inferno che riusciamo a orientarci verso il cuore. Dobbiamo perdonarci per essere stati a volte più desiderosi d'amore che capaci di offrirlo, o per la nostra stupidità nel credere di avere ragione ed essere certi del torto dell'altro. Dobbiamo perdonare noi stessi e Dio per aver rotto il patto silenzioso stipulato tanto tempo fa. Dobbiamo smetterla di fare le prove generali per il giorno del giudizio.

Nessun giudizio che temiamo dall'alto è più caustico della capacità che abbiamo di denigrarci da soli. Non è l'amore che ci giudica, ma i modelli di perfezione ai quali ci aggrappiamo. Il concetto di perfezione ci assale con sentimenti di imperfezione. Questa è una lezione che impariamo, pare, soltanto attraversando l'inferno.

Anche se restiamo delusi da tutte le volte in cui ci è sfuggito l'obiettivo, in cui abbiamo perso un'opportunità per guarire noi stessi e gli altri, l'insegnamento è chiaro: l'amore è la più alta forma di accettazione e il giudizio è il duro rifiuto di tale accettazione.

■■

PRIMO CONFRONTO OCCIDENTE E TIBET

SULLE ORME *di* IPPOLITO DESIDERI

di Enzo Gualtiero Bargiacchi

Essere misconosciuti in patria è un onore che è toccato per secoli a Ippolito Desideri, gesuita, primo missionario in Tibet **e alla sua opera. Oggi si ricomincia a parlare di lui grazie a un suo concittadino che da alcuni anni si è dedicato a far conoscere questa straordinaria figura di** "uomo in viaggio".

La prima puntuale descrizione di alcune concezioni centrali del buddhismo da parte di un occidentale è opera matura di un missionario gesuita, Ippolito Desideri, per il quale, merito e valore sono inversamente proporzionali alla popolarità. La sua opera è stata conosciuta con un ritardo di due secoli, danno immenso per gli studi orientali come affermò Fosco Maraini [1], che aggiunse: «Se l'opera di Desideri fosse stata pienamente conosciuta fino dal '700, oggi senza dubbio parleremmo dell'autore come d'un Marco Polo, d'un Cristoforo Colombo dello spirito». **Tuttavia** se consideriamo quanto affermato dai più qualificati studiosi, come Filippo De Filippi, secondo cui «**La** *Relazione* di Desideri... ha un valore scientifico di primaria importanza, non intaccato da nessuno studio finora apparso» [2], o come Giuseppe Tucci, grande ammiratore di «quella *Relazione del Tibet* che per la sua profondità e diligenza resiste all'urto dei secoli e al perfezionarsi dell'indagine» [3], non possiamo che deprecare la non dovuta attenzione all'opera di quel precursore che ha ancora oggi molto da insegnare.

Immagine tratta da *Sacred Tibet* di Philip Rawson, 1991 Thames and Hudson Ltd, London

Biografia di Ippolito Desideri

Ippolito Desideri nasce a Pistoia il 20 dicembre 1684 e, non ancora sedicenne, nel 1700, entra a Roma nella Compagnia di Gesù **formandosi nel prestigioso Collegio Romano, dove per le sue grandi doti logico-filosofiche e il suo ardore appassionato teso alla salvezza del prossimo, viene scelto dal suo superiore, il preposito generale Michelangelo Tamburini, per la difficile missione nella allora lontana, misteriosa e quasi inaccessibile terra del Tibet, oggetto di tentativi infruttuosi da parte della stessa Compagnia nel secolo precedente.**

Il fascino delle "Indie" era sicuramente ispirato dalle esperienze di Francesco Saverio, Alessandro Valignano, Roberto De Nobili e dalle avventure narrate da Daniello Bartoli; il giovane Ippolito aveva comunque non trascurabili esempi anche fra i suoi concittadini, che comprendono il gesuita Giuliano Baldinotti (Pistoia 1591 – Macao 1631), buon matematico, primo missionario in Vietnam.

Desideri parte da Roma il 9 settembre 1712, prima ancora di aver terminato il regolare corso di studi, e dopo un viaggio avventuroso, per mare e per terra, giungerà a Lhasa il 18 marzo 1716. Il viaggio si snoda da Goa, la "Roma dell'Oriente", centro di irradiazione del cristianesimo nell'Asia meridionale ed orientale, a Delhi, Lahore, Srinagar in Kashmir con il difficoltoso superamento dei monti Pir Panjal, e poi, per le aspre giogaie montane solcate dalle acque dell'Indo e dei suoi affluenti, in Ladakh e, infine, nella capitale del Tibet, dopo la lunga ed estenuante traversata delle gelide solitudini dell'altopiano transhimalayano. La relazione di viaggio è ricca di acute osservazioni storiche, geografiche, antropologiche, sociologiche e naturalistiche, rese sempre con stile letterario limpido e poeticamente espressivo.

A Lhasa il missionario, ben accolto e sostenuto nei suoi studi, si meraviglia di questa apertura e del fatto che le idee che lui propone siano accolte con favore, anche se i tibetani non ne accettano l'unicità salvifica, rimanendo stabili nella convinzione «che ciascuno nella sua legge possa salvarsi» (MITN V, 193).

Il gesuita rimane in Tibet per cinque anni, ma il 28 aprile 1721 è costretto a lasciare Lhasa, sulla base di una ingiunzione vaticana, in quanto la Congregazione de Propaganda Fide aveva affidato la missione del Tibet all'ordine rivale dei Cappuccini. Lasciato a malincuore il Tibet il 14 dicembre 1721 (si era trattenuto fino allora nella località confinaria di Kuti), Desideri rimane vari anni in India, finché il 21 gennaio 1727 si imbarca da Pondicherry per l'Europa, dove giunge, a Port-Louis nella bassa Bretagna, il 22 giugno 1727. Attraverso la Francia, e la navigazione Marsiglia-Genova, è in Italia e, dopo una breve sosta a Pistoia, sua città natale, e a Firenze, rientra il 23 gennaio 1728 «prosperamente a Roma quindici anni e quattro mesi dopo [esservi] partito per andare alle missioni delle Indie Orientali» (MITN, VII, 107).

Il rientro è tuttavia poco prospero per lui in quanto il suo ordine è in disgrazia e la sua speranza di tornare in Tibet è definitivamente frustrata, mentre gli viene impedito di pubblicare la relazione già predisposta per la stampa e di trattare in qualsiasi modo degli argomenti della sua missione: in beata solitudine, nella Casa professa della sua Compagnia a Roma, muore il 13 aprile 1733.

Per una più ampia biografia si veda E.G. Bargiacchi, *Ippolito Desideri S.J. alla scoperta del Tibet e del buddhismo,* Edizioni Brigata del Leoncino, Pistoia, 2006.

CONOSCENZA DELL'OPERA DI DESIDERI

Per circa due secoli Desideri è stato conosciuto solo per una lettera privata inviata al confratello Ildebrando Grassi, pubblicata nel 1722 in traduzione francese nelle *Lettres édifiantes et curieuses*, famosa raccolta di lettere scritte dai gesuiti dalle varie sedi di missione, raccolta continuamente ristampata e tradotta in varie lingue nel corso del XVIII e del XIX secolo. Alcune idee erano tuttavia in qualche modo filtrate da coloro che avevano avuto modo di incontrare direttamente il missionario, pur non avendo gli strumenti per elaborarle e riferirle compiutamente. Interessante a questo riguardo una delle prime descrizioni apparse in Occidente sulla legge buddhista del *karma* ad opera del teologo domenicano Tommaso Vincenzo Moniglia (1686-1767):

> Ho sentito da uno di questi [missionari Europei] Pistojese Missionario del Thibet, che ivi riconoscevano un luogo di gastigo, ed uno di gaudio nell'altra vita, andandovi le anime separate dai corpi: benché secondo loro ciò accadesse per una specie piuttosto di meccanica necessità, sognando quell'infedeli che le virtù e i vizj, per un'intrinseca forza materiale tirassero le anime in quei luoghi diversi ad esse proporzionati. Così insegnano nelle numerose Università i loro Dottori. Questo missionario di casa Desideri era in età ancor fresca così perito della Lingua e Libri del Thibet, che i PP. Cappuccini contrarj ad esso per causa della fondazione di quella Missione, nelle loro Scritture stampate in Roma confessano, che per la loro perizia ognuno cede al Desideri [4].

Il voluminoso, profondo e brillante resoconto desideriano fu caratterizzato da vicende intricate e avventurose, trattate in uno specifico lavoro [E.G. BARGIACCHI, *La 'Relazione' di Ippolito Desideri fra storia locale e vicende internazionali*, "Storia locale", (a. I), n. 2, dic. 2003, pp. 4-103)]. Le prime notizie furono fornite da Carlo Puini che pubblicò vari brani della relazione frammentandola al servizio di una sua monografia dal titolo *Il Tibet (Geografia, storia, religione, costumi) secondo la relazione del viaggio del P. Ippolito Desideri (1715-1721)*, Società Geografica Italiana, Roma 1904. Una maggiore conoscenza internazionale derivò dalla traduzione inglese, quasi integrale, curata da Filippo De Filippi (*An Account of Tibet. The Travels of Ippolito Desideri of Pistoia, S.J., 1712-1727*, edited by F. De Filippi, Routledge, Londra 1932). Solo fra il 1954 e il 1956 uscì, in tre tomi, la versione integrale, nell'originale italiano, per la cura magistrale di Luciano Petech. I tre tomi (Parti V, VI e VII, rispettivamente

[1] F. Maraini, *Quel gesuita che scriveva in tibetano*, "La Nazione", 16.12.1984.

[2] F. De Filippi, prefazione a *An Account of Tibet. The Travels of Ippolito Desideri of Pistoia, S.J., 1712-1727*, edited by F. De Filippi, G. Routledge, London, 1932, p. 37.

[3] G. Tucci, *Alessandro Csoma de Körös*, in G. Tucci, *Opera Minora*, Bardi Editore, Roma, vol. II, pp. 419-427: 419 [testo della celebrazione tenuta a Budapest per il primo centenario della morte di Körösi Csoma, pubblicato in "Acta Philosophica" (Universitas Francisco-Josephina, Kolozsvár), I, 1942, pp. 3-20].

[4] T.V. Moniglia, *La mente umana spirito immortale, non materia pensante*, Padova 1766, tomo 1, pp. 89-90.

1954, 1955, 1956) erano la parte finale di un'opera in sette tomi, dal titolo *I missionari italiani nel Tibet e nel Nepal* [5], La Libreria dello Stato, Roma, 1952-1956 (nell'insieme vol. II de "Il nuovo Ramusio", collana a cura dell'IsMEO).

Purtroppo questa edizione non ha finora avuto una traduzione in inglese; ma a ciò sta provvedendo uno studioso statunitense, Michael Sweet, con una versione integrale in edizione critica che completerà le annotazioni di Petech con le nuove conoscenze derivate dagli studi di questo ultimo mezzo secolo.

Desideri fu capace di scrivere cinque importanti opere in lingua tibetana. Quattro di queste sono state pubblicate, con traduzione italiana fra il 1981 e il 1989 (*Opere tibetane di Ippolito Desideri S.J.*, a cura di Giuseppe Toscano S.X., IsMEO, Roma, 1981, 1982, 1984, 1989) [6]. Ancora inedito il volume più consistente che si può ritenere uno splendido commento interpretativo delle concezioni della scuola dei *Mādhyamika*: Tucci lo definiva «un volume poderoso scritto in lingua tibetana irreprensibile» e che si proponeva «di pubblicare per giusto omaggio al grande tibetano e per lumeggiare con così unico monumento l'incontro delle teologia buddhistica e della cristiana» [7].

A pagina 78 sono fornite le coordinate essenziali del personaggio che qui consideriamo solo in due aspetti particolari: il suo rapporto con la concezione della vacuità e il confronto che lui stabilisce fra la scolastica cristiana e quella buddhista.

PENETRAZIONE NEL CUORE DELLA CONCEZIONE BUDDHISTA: LA VACUITÀ

Appena introdotto nell'università monastica di Sera, lo studio di padre Ippolito si svolge sul Canone del buddhismo tibetano, composto da uno sterminato numero di testi (quasi 5.000), compresi nelle due raccolte, del Kangyur ("Traduzione del messaggio del Buddha", cioè la raccolta degli insegnamenti diretti, in 108 volumi) e del Tangyur ("Traduzione della dottrina del Buddha", cioè i commentari indiani agli insegnamenti, in 224 volumi). Ottima introduzione e guida di quell'immenso territorio filosofico e dottrinario era rappresentato dall'opera del riformatore Tsongkhapa (1357-1419), fondatore della scuola dei gelugpa, e principalmente dal *Lamrim chenmo* ("Grande

esposizione dei livelli del sentiero" o "via graduale all'illuminazione"), che può essere paragonata alla *Summa theologica* di Tommaso d'Aquino (1221 ca.-1274) in quanto compendio ed organica esposizione della precedente letteratura religiosa.Desideri osserva attentamente e descrive mirabilmente la logica del buddhismo tibetano, la teoria e la pratica argomentativa, e la formazione degli allievi, ponendosi quindi con intensa e calorosa applicazione quotidiana, a divorare i libri canonici, confrontarne i passi principali, annotandoli, oltre a discutere frequentemente gli stessi argomenti con i monaci tibetani.

❖ ❖ ❖

La descrizione del viaggio di scoperta interiore del missionario è altrettanto affascinante – se addirittura non superiore – a quella del percorso attraverso monti e valli. Giunto già sugli altopiani della riflessione, affronta decisamente la vetta, il concetto buddhista della vacuità, noto con il termine sanscrito di *sūnyatā* che, per Desideri, che studia su testi tibetani, è «tongbà-gnì» (stong pa nyid); un concetto derivato principalmente dal fine pensiero filosofico di Nāgārjuna (II se. d.C.), che per gli occidentali è uno dei «più astrusi e più intrigati [trattando] del Vacuo, non già preso in senso materiale e filosofico, ma in senso mistico ed elevato, il di cui scopo è di escludere finalmente l'existenza d'alcun Ente che da se stesso abbia il suo essere e che sia increato e indipendente», con la conclusione sconcertante, per un religioso occidentale, di «con ciò chiuder affatto la porta alla cognizion di Dio» (*MITN*, V, 199) [8]. Non solo è il primo ad ascendere a questi livelli, ma come osserva con stupore Tucci: «Chi ha detto meglio del Desideri che il buddhismo, ad onta dei suoi idoli, è una religione senza Dio?» [9]. Il nostro gesuita infatti scopre che i tibetani affermano che il mondo e tutto ciò che in esso esiste è solo lo stato contingente e mutevole di un processo continuo, infinito ed eterno, del quale «non ammettono in conto veruno alcuna causa primaria, universale, increata, indipendente e da cui il tutto dipenda, anzi positivamente negano e rigettano sì il fato come l'esistenza d'alcun ente a sé, increato e che sia signor e creator dell'universo» (*MITN*, VI, 167).

❖ ❖ ❖

La magnifica prosa e l'insuperata chiarezza espressiva sono il risultato di un durissimo lavoro di ascensione a quella vetta di cui si accennava prima: una scalata fatta di molti tentativi abortiti, fino al successo

[5] Abbreviato in *MITN*.

[6] Per la completa descrizione delle opere desideriane e per la bibliografia relativa, si veda E.G. Bargiacchi, *Ippolito Desideri S.J.: opere e bibliografia*, Istitutum Historicum S.I. (Collana "Subsidia ad historiam S.I."), Roma 2007.

[7] G. Tucci, *Le missioni cattoliche e il Tibet*, in C. Costantini, P. D'Elia e altri, *Le missioni cattoliche e la cultura dell'Oriente*. Conferenze "Massimo Piccinini", IsMEO, Roma 1943-XXI, pp. 215-231:226.

[8] Tutte le citazioni dalla *Relazione* desideriana sono riferite all'edizione curata da Luciano Petech in *I missionari italiani nel Tibet e nel Nepal* (v. nota 5); il numero romano, che indica il tomo ("Parte"), è seguito dal numero della pagina.

[9] G. Tucci, *L'Italia e gli studi tibetani*, "Civiltà", Milano, A. I, n. 2, 21.6.1940, pp. 75-84:78.

finale. Perché qui, il nostro, non ha più avuto guida in quanto i suoi maestri tibetani, che in un primo momento il giovane gesuita riteneva reticenti a fornire un insegnamento esoterico, in realtà non erano in grado di fornire spiegazioni su vette di pensiero riservate solo ai massimi esperti.

Allora, da solo, tornando «a leggere e rileggere, a scrutinare e a profondare», arriva «non solamente a intendere ma sì intieramente possedere e magistralmente comprendere tutte quelle materie sì sottili, sì sofistiche, sì astruse», ma anche così importanti e indispensabili per il suo intento (*MITN*, V, 199-200). Il processo attraverso il quale Desideri giunge nel cuore della riflessione buddhista è descritto in maniera appassionata e appassionante e la spiegazione della vacuità buddhista che ne risulta è mirabile.

Considerando che concezioni come quella della vacuità, sono state comprese in Occidente solo in pieno ventesimo secolo, Tucci «si meraviglia come il Desideri, senza alcuna conoscenza della filosofia indiana, potesse [afferrarne] allora il vero significato» [**10**].

I missionari gesuiti avevano rilevato che fra le varie religioni dell'Asia orientale e sud-orientale esisteva un sostrato comune, ma completamente sconosciute erano quelle lontane origini avvenute in India, paese nel quale il buddhismo aveva lasciato il campo di fronte alla violenza islamica o era stato riassorbito in alcune correnti induiste. Matteo Ricci qualificava il buddhismo «una babilonia di dottrina tanto intricata che non vi è chi la possa ben intendere né dichiarare» [**11**], mentre l'altro gesuita Jean-Baptiste Du Halde vi vedeva solo un'accozzaglia «di opinioni ridicole e stravaganti» [**12**].

Le ragioni del successo interpertativo desideriano risiedono nella combinazione favorevole delle straordinarie doti del missionario, sia a livello logico-analitico sia a livello estetico-sintetico, doti che, perfettamente armonizzate, lo indirizzavano naturalmente verso una comprensione razionalmente lucida e al tempo stesso simpatetico-compassionevole.

Proprio al Tucci che, pur non occupandosi direttamente in modo sistematico di questo precursore, ne ha acutamente individuato in vari scritti le coordinate essenziali, si deve questa eloquente affermazione: «Il Desideri studiò con i monaci tibetani, si abituò al loro modo di ragionare e perciò riuscì a veder chiaro dove oggi molti non trovano altro che tenebra» [**13**].

SCOLASTICA CRISTIANA A CONFRONTO CON QUELLA TIBETANA

Abbiamo accennato agli studi approfonditi di Desideri ed alle sue scoperte delle concezioni centrali del buddhismo come quella della vacuità; potremmo aggiungere la precisa esplicazione del significato del mantra *où mani padme hūù*, in accordo con i più moderni studi, dopo le controversie tra gli esperti durate per buona parte dell'Ottocento. Dobbiamo tuttavia, pur nella più stringata sintesi, rendere conto delle caratteristiche di questo primo incontro-scontro fra la scolastica di due grandi sistemi di pensiero quali quello cristiano e quello buddhista. Come ha coloritamente affermato Tucci, a quell'epoca «accadde sul Tetto del mondo un fatto mai più rinnovatosi: l'incontro fra San Tommaso e Tsong Khapa che scrissero, entrambi, una *Summa* delle basi teologiche della propria fede» [**14**].

Desideri è conquistato dalla propensione «a virtuosamente operare» dei tibetani e da una devozione così marcata da rappresentare «rimprovero a' Cristiani che talora non giungono a fare altrettanto per il vero Dio che adorano» (*MITN*, VI, 102); quindi non può non apprezzare una religione impostata sulle «regole d'una ben ordinata ragione,... da ammirarsi [in quanto] non solamente prescrive la fuga de' vizj,... inculca la vittoria di tutte le passioni, ma di più ancora insinua l'amor e la stima alla virtù, e quel che è più da stupirsi, indirizza l'uomo a una umanamente sublime ed eroica perfezione» (*MITN*, VI, 292).

Potremmo rilevare la stridente contraddizione fra questi straordinari riconoscimenti e le affermazioni, sempre congiunte, che qualificano il sistema tibetano come «erroneo e pestifero» o «infernal sua dottrina e diabolica religione»; ciò non è dovuto solo a comprensibili esigenze di cautela, ma al fatto sconvolgente che al centro di quel sistema vi è una concezione che implica la negazione «che vi sia alcun ente a sé e increato e alcuna causa primaria di tutte le cose» (*MITN*, VI, 194).

Desideri aveva ricevuto una rigorosa formazione al Collegio Romano, improntata alla seconda scolastica, una scolastica che, nella versione gesuita, aggiornava la prima, quella medievale di Tommaso d'Aquino, in perfetta continuità sulla base del nuovo orientamento razionale che aleggiava nel pensiero filosofico e scientifico dell'epoca. Molte di queste caratteristiche si ritrovano nella scolastica tibetana, costruita sulla base del buddhismo indiano; e analoghi erano i metodi, ar-

[**10**] G. Tucci, *Tibet e Italia*, "Il Libro Italiano nel Mondo" (Roma), a. I, n. 3, marzo 1940-XVIII, pp. 24-26:25.

[**11**] M. Ricci, *I Commentari della Cina*, vol. I delle *Opere storiche del P. Matteo Ricci S.I.*, a cura di Pietro Tacchi Venturi S.I., stab. tip. Giorgetti, Macerata, 1911-1913 (2 voll.): 1911, p. 94 (il vol. II è costituito dalle *Lettere*) [le opere ricciane sono state ripubblicate in tre volumi da Pasquale M. D'Elia in tre volumi: M. Ricci, *Storia dell'introduzione del Cristianesimo in Cina*, La Libreria dello Stato, Roma 1942-1949 (noti come *Fonti Ricciane*). Questi Commentari sono stati restituiti al titolo originale *Della entrata della Compagnia di Giesù* e *Christianità nella Cina*, nell'edizione dir. da Pietro Corradini (con pref. di Filippo Mignini; a cura di Maddalena Del Gatto), Quodlibet, Macerata, 2000 (la citazione è a p. 101)]. M. Ricci (Macerata 6.10.1552 – Pechino 11.5.1610).

[**12**] J.-B. Du Halde, *Description Géographique, Historique, Chronologique, Politique et Physique de l'Empire de la Chine et de la Tartarie Chinoise*, P.G. Lemercier, Paris, 1735 [stampata anche a La Haye, 1736 e tradotta in inglese (1736, in 4 ▶

ticolati in *lectio* (commento di un testo) e *disputatio* (discussione degli argomenti pro e contro), sempre caratterizzati da una logica rigorosa e stringente. Per i tibetani era un terreno fecondo di discussione e il lavoro del religioso, per loro alieno, fu subito apprezzato; ancor più lo furono le opere più mature, dove trattava della vacuità, tanto che tornato Desideri a Lhasa, dal suo rifugio nel Takpo, si trovò assediato «da un flusso e riflusso di gente, specialmente di dottori e maestri, che da' conventi e dalle università... venivano e ritornavano... dimandando di vedere e leggere que' libri» (*MITN*, V, 202).

❖ ❖ ❖

Desideri è chiaramente affascinato dall'insegnamento teorico della relatività di ogni cosa (che «non ha assolutamente il suo essere in se stessa, ma bensì dal termine è oggetto della sua correlazione» *MITN*, VI, 204) e dalla «sublime perfezione» a cui conduce il percorso spirituale conseguente, teso a dissolvere il fantasma dell' 'io' e le passioni da questo provocate. Il sistema tuttavia presenta al gesuita caratteristiche demoniache se conduce a negare «la vera legittima e primaria radice della cognizione di Dio» (*MITN*, VI, 201).

Per dare ordine e compiutezza ad un sistema che integrasse perfettamente le verità della religione e della ragione, Tommaso d'Aquino aveva identificato Dio con il "motore immobile" di Aristotele, essenza e causa prima di ogni cosa dell'universo. E proprio sulla mancanza di una causa prima si concentra Desideri per mostrare le incongruenze della religione tibetana e la superiorità della sua concezione.

Per il buddhismo invece non esiste nessuna entità collocata al di fuori dell'universo; l'assoluto è consustanziale al relativo e l'infinito non è separato dal finito (un po' come la superficie presuppone la profondità e questa comporta quella): sono aspetti di un'unica realtà trascendente gli aspetti conoscitivi (che sempre implicano separazione) e raggiungibile con l'illuminazione, quando la luce naturale non è più offuscata da nessuna ombra egoica (in termini cristiani potremmo vedere nell'illuminazione o risveglio, il ricongiungimento dell'anima a Dio, quando la volontà personale si è evoluta fino a divenire "una" con la volontà divina).

❖ ❖ ❖

- Desideri si spinge comunque ad affermare che, al di là dell'apparente paradosso, i tibetani non possono essere considerati atei, poiché nonostante teoricamente «escludano ogni divinità... in pratica... l'ammet-

tono e la riconoscono» (*MITN*, VI, 208). Ciò perché trova congruenti con la visione cristiana le perfezioni idealizzate e rappresentate dalle divinità tibetane, nonostante che queste, ad un esame più profondo, si rivelino indicative soltanto di livelli esistenziali più elevati da raggiungere nel percorso spirituale.

❖ ❖ ❖

In realtà i due sistemi di pensiero che si confrontano mostrano grandi analogie in quanto ambedue escono da un ambito ristretto (ebraico o induista) per aprirsi a una dimensione universale; si propongono come vie di salvezza; puntano al superamento dell'autoriferimento egoico per giungere a quell'autoreferenzialità cosmica rappresentata dall'uniformarsi ad una "volontà" che ci trascende (questa "volontà divina", può essere chiamata ragione, logos, dharma, tao o altro ancora) [**15**]; indicano sostanzialmente gli stessi precetti etici. Le contraddizioni attengono soprattutto alla visione cosmologico-filosofica che in Occidente (dopo Eraclito e Parmenide), è sostanzialmente dualistica, mentre in Oriente è spiccatamente non-dualistica in alcuni indirizzi di derivazione indiana o cinese. L'Occidente si è affrancato dal dualismo solo con i mistici o con il più recente pensiero scientifico che integrando i concetti evolutivi con quelli relativistici ha cominciato a seminare una nuova e complessa visione che integra l'uomo, e le sue componenti psicofisiche, nell'insieme della natura che lo ha prodotto e lo sostiene.

Dotato di eccezionale apertura, intelligenza e sensibilità e con un completo dominio della terminologia, dei concetti e dei metodi della religione tibetana, Desideri ha spianato la direzione per il dialogo e indicato la strada per le future interazioni, una strada ancora da percorrere [**16**].

voll.; 1738 e 1741 in 2 voll.), in tedesco (1747-1749, in 4 voll.) e in altre lingue]. L'opera di Du Halde era completata da un atlante (1737) con mappe del famoso cartografo Jean-Baptiste d'Anville, che già nel 1733 aveva pubblicato un *Atlas de la Chine et de la Tartarie chinoise*, sulla base dei dati fornitigli dai missionari gesuiti. J.-B. Du Halde (Paris 1.2.1674 – ivi 18.8.1742).

[**13**] G. Tucci, *L'Italia e gli studi tibetani*, (v. nota 9), p. 78.

[**14**] G. Tucci, Prefazione a *Il 'T'o-rangs* (*L'Aurora*), *Opere tibetane di Ippolito Desideri, S.J.*, a cura di Giuseppe Toscano SX, IsMEO, Roma, 1981, pp. 7-9.

[**15**] Ciò non significa tuttavia che questi termini siano intercambiabili, in quanto ciascuno ha la propria specificità ed estensione.

[**16**] Si veda al riguardo Robert E. Goss, *The First Meeting of Catholic Scholasticism with dGe lugs pa Scholasticism*, in J.I. Cabezon (ed.), *Scholasticism. Cross-Cultural and Comparative Perspectives*, State University of New York Press, Albany, 1998, pp. 65-90.

FOTOGRAMMI di un ADDIO

di Giampiero Comolli

... Brenner notò il gesto delle mani e capì che in quel gesto c'era già tutta la risposta del maestro al suo discorso...

Foto di Ilenco Tracmot, tratta dal CD di Alberto Bolschio (pianoforte) *Busoni, 24 preludi*

Un viaggiatore che ama il cinema **può trovare tante suggestioni attraverso le pellicole sconosciute che nelle serate trascorse in luoghi diversi gli hanno riempito gli occhi e la mente, stimolando** contatti e risonanze. **Questo viaggiatore ci porta qui a vedere ciò che egli stesso non ha visto, ma che qualcun altro gli ha fatto vedere: un pezzetto di incontro** Oriente/Occidente.

Scendemmo fino a un'altra stanzetta dipinta di bianco, con qualche immagine di Buddha appesa alle pareti, cuscini sparsi per terra, un videoregistratore. E qui dunque, insieme al bhikkhu Varapanyo, vidi apparire dopo poco sullo schermo il maestro Furukawa che taceva, mentre il pastore Brenner gli parlava: vidi quella sua postura che tacita annunciava l'imminenza della morte….

Tratto da CINETECA EURASIA, di G.Comolli, Baldini e Castoldi 2005

I due rimasero per un certo tempo in silenzio e immobili l'uno accanto all'altro, finché d'improvviso — forse a un cenno invisibile del monaco Varapanyo — il pastore Brenner cominciò a partire. Il suo fu un discorso effettivamente lungo, complicato, argomentato, che riesco ora a riassumere solo in parte e a grandi linee. Rivolgendosi con una voce paterna, profonda e riflessiva, ora all'invisibile platea, ora al maestro Furukawa — per parte sua sempre immoto e a occhi socchiusi come un Buddha — il pastore Brenner esordì facendo notare che una delle più grandi differenze su cui il buddhismo e il cristianesimo parevano divergere riguardava a suo parere il diverso statuto, il diverso ruolo che queste due vie di fede e di sapienza attribuivano al linguaggio.

Il buddhismo infatti riteneva che per raggiungere la dimensione della

... Se il buddhismo insegna la contemplazione silenziosa delle cose, per parte loro ebraismo e cristianesimo insegnano la contemplazione silenziosa del linguaggio...

verità ultima, quella dimensione in cui le apparenze illusorie del mondo si dissolvono e tutte le cose rifulgono permeate dalla luce di una Consapevolezza suprema, serena e onnipervasiva per raggiungere insomma questo stadio salvifico e finale era necessario liberarsi del linguaggio. Il linguaggio infatti - se lui, Brenner non aveva capito male - era, secondo il buddhismo, solo uno strumento utile per districarsi nel mondo delle verità provvisorie, illusorie e relative: era dunque anch'esso una forma di illusione generata dalla nostra mente e che la nostra mente doveva abbandonare, se voleva farsi tutt'uno con quella Mente illuminata e quieta che splende al di là delle dolorose illusioni in cui noi ci dibattiamo.

Fatta di Vuoto e di Nulla - continuò Brenner, fissando intensamente l'immoto Furukawa - tale Mente illuminata è sì consapevole di se stessa, ma tale suprema autoconsapevolezza si manifesta senza bisogno di articolarsi in parole: si mostra, si dà a vedere, ci permea, ci salva, ci solleva, tuttavia ponendosi al di là del linguaggio articolato. E insomma una Mente che illumina ma tace: s'irradia sì, ma solo nel silenzio. E dunque noi, per incamminarci fino alla fonte di questa Mente originaria e ultima, dobbiamo imparare a tacere: dobbiamo abituarci a fare silenzio nella nostra mente, abbandonando i concetti, i discorsi interiori, le frasi articolate. Rimanere calmi e immobili, sempre vigili, ma al tempo stesso silenziosi. E così tacendo osservare il nostro respiro, il nostro corpo, i nostri stati d'animo, gli oggetti che ci stanno intorno, fino a che tutte le cose, tutti gli esseri, si mettano a rifulgere di chiara e silenziosa luce, si mostrino così come sono, nella loro purezza assoluta e vuota, libera ormai da ogni intrusione di parole, da ogni mascheratura del linguaggio. Entrando dunque in questa dimensione di silenzio completo e totale, permanendo all'interno ditale silenzio onnipervasivo, ecco che le cose, avendo ormai perso il loro nome, non essendo più identificate dalle parole con cui siamo abituati a designarle, si svuotano della loro stessa individualità di cose nominabili, si dissolvono per farsi puro e calmo vuoto. E solo grazie alla contemplazione silenziosa delle cose, a questa meditazione liberata dal linguaggio, che si può dunque essere consapevoli del Vuoto, di quella Quiete suprema che è la Verità ultima del mondo, per poi divenire una cosa sola con questa stessa Quiete. Il che significa, in altre parole, raggiungere il Nirvana.

C'è però un problema — continuò Brenner, con un tono al tempo stesso grave e gentile, come se fosse un po' dispiaciuto di quanto si accingeva a dire. Il buddhismo afferma giustamente che bisogna porsi in contemplazione silenziosa di tutti gli esseri visibili e invisibili di questo mondo: dobbiamo cioè accogliere benevolmente e compassionevolmente ogni cosa esistente nella pratica della nostra meditazione silenziosa. Ma se fra tutti que-

sti esseri visibili e invisibili che noi siamo chiamati a contemplare ci fosse anche il linguaggio? Se fra tutte le cose di cui dobbiamo prendere consapevolezza profonda, così da comprenderle per quel che sono — così da lasciarle rifulgere nel loro essere così come sono, senza mascherature - ci fossero anche la parole? Abbiamo noi il diritto di trascurare le parole, possiamo togliere loro dignità di esistenza, negare loro la compassione? E se invece fossimo chiamati a contemplare in silenzio non solo le cose ma anche il linguaggio? Non solo il mondo, ma pure le parole che nominano questo mondo?

Ebbene, immaginiamo di accettare una simile possibilità: proviamo a porci in stato di meditazione silenziosa non più di fronte a una cosa, ma a una parola, o a un susseguirsi di parole. In altri termini: mettiamoci in ascolto silenzioso del linguaggio. Che succede se lo facciamo? Succede che ci possiamo accorgere di come anche le parole si mettano a splendere, inondate di una strana luce, così come risplendono di luce le cose che noi contempliamo silenziosi. Capita questo: che si disgrega il linguaggio illusorio e strumentale, si dissolve quella catena menzognera di parole da cui giustamente il buddhismo prende le distanze. E al di là di tale linguaggio fallace e obnubilante, comincia a risplendere, a sfolgorare qualcosa come un altro linguaggio nascosto, un Linguaggio inaudito, assoluto, luminoso. Ebbene, tale Linguaggio perfetto, che traluce riverbera e risuona dentro e dietro il nostro linguaggio imperfetto, è ciò che il cristianesimo e prima ancora di esso l'ebraismo, chiamano Parola di Dio.

Se il buddhismo insegna la contemplazione silenziosa delle cose, per parte loro ebraismo e cristianesimo insegnano la contemplazione silenziosa del linguaggio. Una contemplazione che si rivela ascolto di quel Linguaggio assoluto, che è la Parola di Dio, contenuta dentro e dietro le parole con cui noi nominiamo le cose. Contemplare le cose è giusto, ma per farlo correttamente, dovremmo anche contemplare il nome delle cose. Dietro il nome che noi attribuiamo alla cosa, si cela infatti un altro nome, impronunciabile e segreto: il nome che Dio ha dato alla cosa stessa facendola esistere, facendola venire alla vita e alla luce. Non dobbiamo dimenticarci infatti che per fare esistere le cose, Dio le nomina. Per creare il mondo, dà al mondo un nome. Com'è scritto nel libro della Genesi: «Dio disse: "Sia luce!" E luce fu. Dio vide che la luce era buona; e Dio separò la luce dalle tenebre. Dio chiamò la luce "giorno" e le tenebre "notte"». Dio dunque separa le cose le une dalle altre, le toglie dal caos e dalla confusione primordiale, le fa esistere ciascuna nella loro individualità, proprio grazie ai diversi nomi che le contraddistinguono. Così che si possa dire: il giorno è giorno e la notte è notte. Privare le cose del loro no-

Giampiero Comolli,
scrittore, saggista, giornalista e viaggiatore si è sempre interessato al rapporto con l'altro, esplorando i mondi che si incontrano tra oriente e occidente. É autore di *Pellegrini dell'assoluto, storie di fede e spiritualità raccolte tra oriente e occidente; Buddhisti d'Italia, viaggio tra i nuovi movimenti spirituali;* il romanzo *Il Picco di Adamo* e *Il suono del mondo e altri racconti.*

... A ben vedere, malgrado tutta la gentilezza e la pensosità con cui era stata espressa, quella di Brenner era risuonata come una contestazione, per non dire una confutazione assai pesante, che sembrava voler incrinare il buddhismo nelle sue fondamenta stesse. E davvero veniva da chiedersi che cosa mai avrebbe potuto rispondere il maestro...

me per contemplarle nella loro pura nudità di cose, significherebbe farle regredire a un fondo inanimato e informe, dove ogni cosa si confonde con tutto il resto e quindi finisce col perdere la propria individualità: vale a dire, muore. Al contrario, donandole un nome, la cosa viene a essere, entra nella vita, acquisisce la possibilità di risorgere, di ripresentarsi, di continuare a esistere anche quando sarà poi cancellata dalla morte. Contemplare le cose facendo salvo il loro nome, significa contemplarle dal punto di vista della loro nascita e della loro risurrezione. Significa poter dire: "Questa cosa, questo essere, questa persona che è stata un tempo, anche se oggi non è più, continua a vivere grazie alle parole con cui la nominiamo e potrà risorgere un giorno grazie a una nuova, creatrice Parola di Dio". E solo ponendoci in ascolto del linguaggio e della Parola di Dio, dunque, che noi possiamo dire: "La morte non avrà l'ultima parola".

Ma se noi invece non ci poniamo in ascolto della Parola, se ci limitiamo a meditare in silenzio, non lasciamo con questo dare gli esseri nella dissoluzione, nella morte che già li attende? La via buddhista che ci invita a una liberazione dalle parole, non comporta per ciò stesso un'identificazione con quel fondo morto, indistinto e inerte, cui si ridurrebbe il mondo se privato del linguaggio? Un simile silenzio non produce alla fine una sorta di immedesimazione con la morte, invece che con la vita? Non è come una regressione a quel fondo caotico, inanimato e insensato che c'era prima della creazione del mondo, prima della vita? E in ogni caso: se siamo chiamati ad avere compassione per ogni cosa, per ogni essere visibile e invisibile, non dovremmo averla anche per il linguaggio? Non fa parte del mondo anche il linguaggio?

E così concludendo, il pastore Brenner si chinò con rispettosa gentilezza verso il maestro Furukawa che, seduto per terra, quasi ai piedi del pastore, non diceva nulla, rimaneva immobile. Calò un silenzio totale. Brenner, fattosi a propria volta silenzioso, guardava Furukawa, che immobile taceva. A ben vedere, malgrado tutta la gentilezza e la pensosità con cui era stata espressa, quella di Brenner era risuonata come una contestazione, per non dire una confutazione assai pesante, che sembrava voler incrinare il buddhismo nelle sue fondamenta stesse. E davvero veniva da chiedersi che cosa mai avrebbe potuto rispondere il maestro. Peggio ancora: vedendolo tacere in quel modo, si poteva addirittura paventare che Furukawa fosse stato preso in contropiede, tanto da non essere in grado di ribattere, da non avere a propria volta una contestazione, una confutazione di riserva, con cui far vacillare Brenner, e incrinare a loro volta il cristianesimo e l'ebraismo.

Il video andò avanti così ancora per un tempo lunghissimo, addirittura

spropositato, in cui il maestro Furukawa, semplicemente taceva, rimaneva immoto. C'era qualcosa di inquietante in quel silenzio interminabile, lo stesso Brenner cominciava a manifestare qualche segno di sconcerto, lo si vedeva fare un accenno di movimento verso Furukawa, per poi di nuovo trattenersi e aspettare ancora. Finché il video s'interruppe, senza che fosse più successo nulla.

Hai visto?" mi disse il monaco Varapanyo: "Hai notato come Furukawa ha reagito al discorso del pastore? Hai colto la profondità del suo insegnamento?"

"Nel senso che è rimasto immobile senza reagire? Sarebbe questo l'insegnamento?"

"Ma no! Non è rimasto immobile! Allora ti è sfuggito il suo gesto! Sta in quel gesto la risposta alla critica di Brenner!"

Confessai di non avere notato movimento alcuno da parte del maestro. Varapanyo fece ripartire il video, tornò verso gli ultimi momenti prima del silenzio finale, quando Brenner diceva: "Questo silenzio predicato dal buddhismo non comporta un'identificazione con la morte, invece che una compassione verso tutti gli esseri e quindi anche verso il linguaggio?"

Riascoltai le parole del pastore, ma il maestro Furukawa mi parve del tutto immobile anche questa volta. "Ora hai notato, finalmente?" incalzò Varapanyo. Ammisi di non esserci riuscito. Il monaco tornò indietro una terza volta, fino ad arrivare a un fermo immagine. Poi mi indicò le mani del maestro: "Guarda queste mani".

"Le vedo, ma non... Che avrebbero di particolare?" "Non sono più nella posizione del mudra cosmico! All'improvviso, mentre Brenner chiede se il buddhismo non rischi di identificarsi con la morte, le dita di Furukawa si muovono: di pochissimo, ma quel tanto che basta per non essere più perfettamente sovrapposte. Il maestro Furukawa le ha fatte leggermente scivolare. Guarda tu stesso: le dita della mano sinistra sono ora spostate appena appena in avanti, le punte dei pollici non sono più in contatto fra di loro. Sai che cosa vuol dire?" "Mi sento impreparato."

"E come se le mani del maestro avessero ripreso, imitato la posizione che i piedi del Buddha assumono nel Parinirvana, cioè nel momento dell'estinzione completa, della morte. Non so se sai, ma nelle statue in cui il Buddha giace disteso, i piedi paralleli li indicano lo stato del Nirvana, dell'Illuminazione, mentre i piedi leggermente scostati significano il Parinirvana, cioè il Nirvana definitivo, che sopraggiunge con la morte. Mi segui? Capisci cosa vuoi dire tutto ciò?"

"Intuisco e rabbrividisco, monaco Varapanyo, anche se non ne capisco bene il perché..."

... "Ma no! Non è rimasto immobile! Allora ti è sfuggito il suo gesto! Sta in quel gesto la risposta alla critica di Brenner!" ...

... Ma il pastore temette pure che quelle mani stessero annunciando anche dell'altro: e cioè che il maestro sarebbe morto di lì a poco e che lui ne era del tutto consapevole ...

"Fai bene a rabbrividire e ti spiego io il perché. Il pastore Brenner chiede al maestro Furukawa: non è che il buddhismo si identifichi con la morte? E il maestro risponde: sì, è vero. E lo fa non parlando, ma facendo assumere alle sue mani la posizione del Parinirvana. Dopodiché il maestro non aveva più bisogno di aggiungere altro. E in effetti quella notte stessa, dopo esseri ritirato nella sua cella, Furukawa si spense".

"Ma monaco Varapanyo! Interpretando in tal modo il gesto del maestro, lei sta dicendo che allora aveva ragione Brenner! Non diventa questo gesto una resa di Furukawa agli argomenti del pastore?".

"Oh, no! Perché mai! Con quel gesto Furukawa intendeva dire: ogni essere di questo mondo, visibile e invisibile, compreso i il linguaggio, compresa le parola, è comunque caduco, destinato a morire. A pervadere ogni cosa è la morte, è inutile illudersi di poterle opporre resistenza. C'è però un modo per liberarsi dal dolore della morte. Ed è quello di abbandonarsi a una compassione così profonda, così onnipervasiva, da avere compassione addirittura per la morte stessa. E in questo modo, identificandosi con la morte, la si solleva, la si illumina, la si pervade di quiete, di consapevolezza, di luce. Se l'amore del cristianesimo per il creato è talmente forte da voler salvare perfino le volatili parole del linguaggio, per converso la compassione del buddhismo si spinge fino a un punto tale da dire sì alla morte, cioè a quel fondo inerte, immoto, che sta alla base di tutti gli esseri. E inondandolo di compassione, lo rovescia, lo libera dal dolore, e svela che non c'è più morte, ma tutto è solo Vuoto, quieto, consapevole e onnipervasivo. E come se il buddhismo aiutasse la morte a liberarsi da se stessa.»

E il pastore Brenner poté poi vedere questo video?» «Non ne ebbe alcun bisogno: mentre stava in piedi e osservava il maestro Furukawa, Brenner notò il gesto delle mani che si spostavano nel Parinirvana e capì che in quel gesto c'era già tutta la risposta del maestro al suo discorso. Ma il pastore temette pure che quelle mani stessero annunciando anche dell'altro: e cioè che il maestro sarebbe morto di lì a poco e che lui ne era del tutto consapevole. Il pastore Brenner ci confidò poi che, tornato in albergo quella notte - la notte in cui il maestro Furukawa morì - gli venne spontaneo pregare per lui, affidarlo all'amore di Dio. Quando il giorno dopo tornò al tempio e seppe che il maestro Furukawa era entrato nel Parinirvana, il pastore si unì alle cerimonie funebri. E durante quelle cerimonie tenne un breve discorso: disse di essere sicuro che "il maestro Furukawa si trovava ora nelle braccia di Dio, in quello splendore eterno, dove tutto è amore, tutto è compassione, e non ha più senso distinguere fra silenzio e parola, o fra buddhismo e cristianesimo".

ATTUALITÁ
NEL MONDO DEL DHARMA

94 Andata e ritorno
Le alterne vicende dell'Intesa tra rinvii e nuove prospettive

97 Conoscersi e convivere
La città del dialogo ha una nuova rivista

98 Brevi dal mondo del Dharma

Andata e ritorno

LE ALTERNE VICENDE DELL'INTESA TRA RINVII E NUOVE PROSPETTIVE

Come spesso accade nelle vicende umane per andare avanti bisogna prima fare un passo indietro. Così è accaduto anche all'Unione Buddhista Italiana che, dopo aver firmato nel marzo del 2000 l'Intesa con il **governo D'Alema** ed aver atteso per sette anni che questa diventasse legge dello Stato, il 4 aprile scorso, per la seconda volta, ha firmato la stessa Intesa con il Presidente del Consiglio dei Ministri di oggi, **l'on. Romano Prodi.**

La firma dell'Intesa a Palazzo Chigi presenti, da destra a sinistra, il garante Francesco Pizzetti, Raffaello Longo, Presidente dell'UBI, l'on. Romano Prodi e il ministro Paolo Ferrero.

Sembra strano aver dovuto in un qualche modo ritornare un passo indietro per poter riprendere un cammino già percorso. A causa del tempo trascorso, sono state certamente fatte delle piccole modifiche al testo del 2000, che non cambiano sostanzialmente gli accordi ma li aggiornano. Per esempio si è passati dalla lira all'euro, è stato tolto l'articolo sul servizio militare ormai del tutto obsoleto, sono stati aggiornati i nomi dei ministeri, che nel corso del tempo sono cambiati.

Non si tratta certo di grandi cambiamenti, che potevano essere fatti diciamo d'ufficio, oggi però la situazione delle intese è ben diversa da quella di 2000 in cui il UBI si trovava sola con i testimoni di Geova a dover affrontare una situazione in cui, per la prima volta, un'intesa con una religione diversa da quelle giudaico cristiane era arrivata in Parlamento.

Il 4 aprile infatti, accanto ai buddhisti, erano presenti i rappresentanti di altre fedi a sottoscrivere l'Intesa: oltre ovviamente ai **testimoni di Geova**, che come noi hanno ricominciato, c'erano i rappresentanti dell'**Unione Induista Italiana,** della **Chiesa dei Santi degli ultimi giorni,** della **Chiesa ortodossa,** della **Chiesa Apostolica** a cui si sono aggiunte le delegazioni della **Chiesa Valdese** e della **Chiesa Avventista,** che hanno siglato alcune integrazioni alle Intese già preesistenti.

Speriamo che questa, come si dice, sia la volta buona. Aver rinunciato a quel passo in avanti ed essere comunque oggi insieme ad altre intese, in numero più corposo, probabilmente renderà più sicuro e speriamo celere il cammino comune. Con la firma l'iter è appena cominciato. Bisogna infatti che il governo presenti un disegno di legge specifico per ogni Intesa che deve essere presentato alle Camere e votato. Solo allora l'Intesa di-

venterà operativa e garantirà i diritti di cui i cittadini italiani e i buddhisti che vivono in Italia potranno avvalersi.

Sarà un cammino sicuramente lungo, come lungo è stato ed è anche il cammino della **legge sulla libertà religiosa**, che ancora una volta è stata presentata in Parlamento in questa nuova legislatura ma che, dopo diverse audizioni, a cui anche i rappresentanti buddhisti hanno partecipato, è ancora in una situazione di stallo. Certamente si tratta di un argomento difficile, complesso e che deve tenere conto delle dinamiche proprie alle differenti confessioni religiose ormai oggi presenti nel nostro paese, ma indubbiamente è una legge necessaria. Necessaria perché ancora oggi le religioni sono sottoposte a quello che rimane della legge del 1929 e dei decreti del 1930: la cosiddetta **legge sui culti ammessi.** È una legge che è stata ampiamente abrogata dalla Corte Costituzionale, ma che comunque nel suo impianto rimane ancora vigente. Dieci anni fa l'onorevole Prodi aveva già presentato un disegno di legge quadro sulla libertà religiosa, disegno ripreso nei successivi governi ma che non è mai riuscito ad andare oltre la prima Commissione Affari Costituzionali. Anche i presenti disegni di legge, parliamo di disegni perché ce ne sono due presentati alla Camera dei Deputati dall'**on. Valdo Spini** e dall'**on. Marco Boato,** a cui si aggiunge un disegno del governo, sembrano per il momento avere vita difficile. Sono state compiute infatti diverse audizioni alla camera dei deputati, ma dopo queste il governo ha avocato a sè la legge per poter proporre, anche attraverso l'aiuto

Il messaggio di Romano Prodi

IL DISCORSO DEL PRESIDENTE DEL CONSIGLIO ALLA FIRMA DELLE INTESE

■ ROMA, 4 APRILE 2007
Desidero, oggi, condividere con Voi tutti la soddisfazione di essere finalmente qui insieme per la firma di queste intese. Firma che rappresenta un primo importante momento conclusivo di un processo cui io stesso detti l'avvio nel 1997.
Già allora ritenni essenziale e doveroso affrontare il grande tema della libertà religiosa nel nostro Paese e rispondere in tal modo alle sollecitazioni di quanti - appartenenti alle diverse confessioni religiose - chiedevano un confronto chiaro e leale con uno Stato laico e democratico, la cui Costituzione si ispira ai principi fondamentali di eguaglianza e di libertà. Un confronto necessario ancor più oggi, alla luce del sensibile mutamento che il panorama religioso del nostro Paese sta vivendo e in cui a minoranze storiche si stanno via via aggiungendo numerose altre comunità di fede. [...]
Con la firma di queste intese si esce dal solco di quella tradizione specificamente ▶

della Commissione governativa per la libertà religiosa, un testo che possa garantire da una parte la libertà religiosa dall'altra le prerogative dello Stato italiano.

É questo un problema che nasce sicuramente dai cambiamenti che la nostra società ha subito nel corso degli ultimi venti anni e che hanno portato l'Italia da un paese prevalentemente mono religioso a un paese in cui le pluralità e le diversità convivono ormai se non nella stessa strada, almeno nella stessa città.

Cambiamenti che interesseranno sempre di più le future generazioni. Ed è proprio a queste che si sono indirizzati il Ministero dell'Interno e Ministero dello Sport e della Gioventù proponendo la creazione di una **Consulta giovanile interreligosa,** a cui partecipassero esponenti delle diverse confessioni riconosciute dallo Stato, per discutere, suggerire, approfondire temi inerenti al diritto di esprimere il proprio credo religioso, al diritto di cittadinanza delle fedi, a quella che potrebbe essere una nuova visione per una Italia multi religiosa e multi confessionale. É un progetto che sicuramente ha l'ambizione di vedere al di là del momento presente per cercare di mettere le premesse di un Italia del 2000, ricca di diversità e rispettosa della diversità. *Maria Angela Falà*

Ancora oggi le religioni sono sottoposte alla cosiddetta legge sui culti ammessi, ampiamente abrogata dalla Corte Costituzionale, ma che rimane ancora vigente nel suo impianto.

giudaico-cristiana che aveva fino ad oggi caratterizzato l'esperienza del nostro Paese, per aprire a fenomeni spirituali e religiosi di tradizione diversa, come la buddhista e l'induista, difficilmente inscrivibili nell'orizzonte del concetto di *"confessione religiosa"* tipicamente occidentale. Nell'ampliare quindi l'ambito e il numero delle confessioni religiose con le quali lo Stato italiano ha un rapporto pienamente conforme al dettato costituzionale, il Governo si pone anche in perfetta sintonia con quanto manifestato dal Presidente della Repubblica Giorgio Napolitano che, fin dal giorno del suo insediamento, ha tenuto a sottolineare che *"la libertà e il pluralismo delle confessioni religiose sono state via via sancite, e ancora dovranno esserlo, attraverso intese promosse dallo Stato".* Lo stesso Presidente Napolitano, nel ribadire l'importanza della dimensione sociale e pubblica del fatto religioso, ha più volte ricordato come l'evoluzione storica e democratica del nostro Paese abbia fatto si che *"abbiamo accettato il pluralismo etnico, politico e religioso. Abbiamo capito che per vivere pacificamente insieme non si deve necessariamente credere nello stesso dio o servire le stesse idee politiche... "* ■

Conoscersi e convivere

LA CITTÀ DEL DIALOGO HA UNA NUOVA RIVISTA

Il 2 aprile è stata presentata a Roma l'ultima fatica dell'amministrazione comunale in tema di dialogo: la rivista *Conoscersi e convivere,* nata da un'idea del **sindaco Veltroni.** L'amministrazione romana è da sempre stata sensibile alla convivenza e al dialogo, sue sono state le prime istituzioni centrate su questi temi: il tavolo interreligioso per le scuole nel 1998 e la consulta delle religioni nel 2002, esempi di lavoro in dialogo, che molte altre amministrazioni italiane hanno seguito e che oggi si vede arricchito da questa nuova rivista.

La copertina della nuova rivista del Comune di Roma.

Alla cerimonia di presentazione, che è avvenuta nel nuovo auditorium della Ara Pacis, hanno partecipato, oltre al sindaco e agli esponenti delle comunità, i condirettori della rivista **Benedetto Carucci,** della comunità ebraica, **Abdellah Redouane,** del Centro culturale islamico e **Andrea Riccardi** della Comunità di Sant'Egidio. Ospiti il **Cardinale Paul Poupard**, presidente del pontificio consiglio della cultura e del dialogo e il mufkti della Grande Moschea di Roma. Il sindaco ha aperto l'incontro sottolineando l'importanza della nuova rivista proposta dal comune, nata con l'intento di far parlare le comunità di fede in prima persona per contribuire al superamento dei muri che l'egoismo e la paura portano ad erigere tra i popoli e le fedi. Progetto ambizioso che pur nei limiti iniziali, legati alla scelta dei condirettori, tutti legati alle tradizioni abramitiche, ci auguriamo possa allargarsi, anche grazie alla presenza di **Franca Coen,** responsabile della consulta delle religioni, che saprà dar voce alle altre esperienze religiose.

Il sindaco Veltroni ha ribadito che la necessità del dialogo è oggi ineludibile. "Serve ad affermare, nel modo più alto, che nessun uomo può appropriarsi del nome di Dio per alzare la mano contro altri uomini. Serve ad esprimere la convinzione che riconoscere il proprio limite radicale è la via maestra per aprirsi all'altro da sé, per riconoscere nell'altro un valore inestimabile da accogliere e rispettare e con il quale entrare in un rapporto di dialogo fondato sulle pari dignità, sul riconoscimento di quel bene supremo che è la libertà, fondamento di ogni democrazia."

La condivisione nasce da questo e la rivista, che sarà diffusa gratuitamente nelle comunità romane, sarà uno strumento per la reciproca conoscenza e lo scambio delle esperienze di vita per creare nuove modalità di convivenza. *MAF*

Nuovo video gioco buddhista

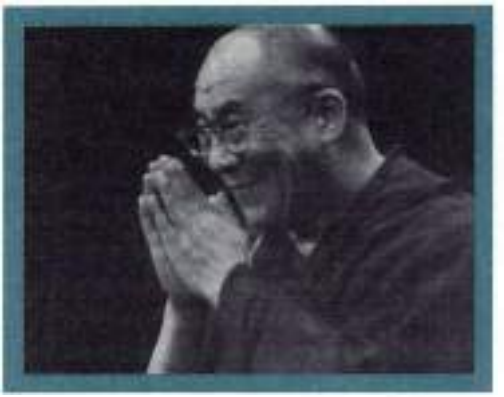
Un nuovo videogame è stato lanciato in Thailandia per favorire l'incontro dei giovani con i principi fondamentali del buddhismo. Il Dipartimento degli affari religiosi del governo thailandese ha sostenuto l'idea di distribuire questo gioco conosciuto come " gioco dell'etica". Il suo creatore Pakorn Tancharoen è il direttore dell'ufficio dello sviluppo etico e morale e ha ammesso di non aver mai giocato ad un video gioco. Prima di sviluppare questo nuovo programma di gioco ha osservato i ragazzi per alcune settimane. Nel gioco c'è un vecchio monaco buddhista e tre ragazzi: Charn, il capo del gruppo, Nu Na, la sola ragazza e Paloe, un ragazzo simpatico che ama fare gli scherzi.
Nel gioco i ragazzi seguono il monaco in un pellegrinaggio. Durante il viaggio devono affrontare diversi pericoli nascosti in cui devono dimostrare la loro intelligenza e la loro buona volontà per andare avanti. Ogni atto di violenza, anche contro gli animali, ha come risultato una detrazione di punti.
I cinque principi fondamentali del buddhismo - non uccidere, non rubare, non commettere atti sessuali negativi, non dire bugie e non bere alcol - sono fondamentali per raggiungere i più alti livelli del gioco in cui i ragazzi alla fine insegneranno a contadini e uomini dei villaggi le regole fondamentali del buddhismo.
Il creatore del gioco ha detto che nello sviluppare questo progetto è stato ispirato dall'aver letto una relazione in cui si parlava di un ragazzo che aveva picchiato la madre perché gli aveva rifiutato del denaro per giocare a un videogioco.
Pakorn ha detto che pensa di produrre anche un cartone animato ispirato dal videogioco e di organizzare una competizione di disegno tra giovani per ridisegnare i personaggi di un nuovo un video gioco chiamato Ethics Game II.
Il gioco è stato di distribuito gratuitamente e 10.000 CD sono stati offerti ai ragazzi che possono anche scaricarlo da Internet cliccando su www.khondee.net/game.

FELICITÀ NAZIONALE

Più volte si è parlato della Bhutan come di un paese in cui, più che il prodotto nazionale interno lordo, viene considerato importante la felicità nazionale lorda, secondo quanto proposto dal re del piccolo paese himalaiano Jigme Singye Wangchuk che nel 1972 decise di creare questo nuovo indicatore di felicità nazionale (GHP) dicendo che si il denaro è utile, ma che la felicità è più importante. Questo tasso di felicità nazionale ha presto attratto l'attenzione di molti studiosi e recentemente una relazione delle Nazioni Unite ha incluso il GHP nella discussione sul prodotto nazionale lordo, analizzando la Thailandia, un paese a maggioranza buddista. Si pensa pertanto di cominciare ad utilizzare anche questo indicatore per valutare lo stato di un paese, cominciando da paesi buddhisti.

MEDITARE IN PARLAMENTO

Il presidente della camera onorevole Bertinotti ha lanciato l'idea di creare all'interno di palazzo Montecitorio uno spazio di silenzio e di meditazione in cui è i deputati possano ritrovarsi . Una sala interconfessionale, ma non proprio e non solo. Bertinotti ai suoi l'ha detto più volte: "Penso ad un luogo di ispirazione ecumenica in cui tutti possano interrogarsi sul senso dell'esistenza tanto più di fronte al precipitare della barbarie, ai segni delle guerre e dei terrorismi che lacerano la comunità umana". Negli anni 60 anche nel palazzo di vetro delle Nazioni Unite c'era uno spazio del genere, creato dall' allora segretario birmano U Thant in cui prima di entrare nel consiglio di sicurezza, lo statista invitava gli altri membri del consiglio a sedersi in silenzio per poter meglio affrontare le difficili decisioni che nei vari casi dovevano essere prese. L'idea lanciata dal presidente della Camera dei Deputati per uno "spazio della meditazione" sembra avviata verso la sua realizzazione, già si parla del luogo in cui potrebbe sorgere, dell'architetto che la potrebbe realizzare, resta solo da definire se i simboli religiosi troveranno ospitalità. Il via libera dato a Bertinotti dall'ufficio di presidenza in realtà vuol dire poco, tutto dipenderà dalla volontà politica di realizzare questo ambiente dove i deputati possano riflettere e meditare prima di prendere decisioni importanti per il Paese.



Il Dalai Lama Professore alla Emory University

Il Dalai Lama ha accettato l'invito della *Emory University* di Atlanta fatto gli l'anno scorso in India di diventare professore emerito presso di loro. Il Dali lama visiterà Emory il prossimo ottobre e inizierà il suo nuovo lavoro con una lezione inaugurale partecipando anche a due conferenze, una sulla scienza e la religione e l'altra sul dialogo tra le fedi. Sua Santità ha promesso che sarà sempre in contatto con gli studenti e con i membri della facoltà anche da Dharamsala, dove opera un campus di Emory in contatto con Drepung Loseling Monastery (*http://www.drepung.org/ Monastery.cfm*) e l'Institute of Buddhist Dialectics (*http://www.guchusum.org/ Nonmenupages/ Instituteof Buddhist DIalecticsIBD/tabid/ 97/Default.aspx*) due tra le più importanti istituzioni di studi tibetani.

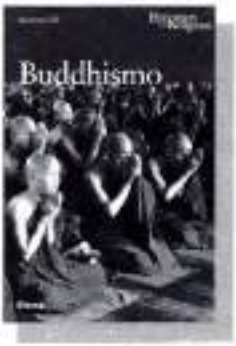
Il Dalia Lama ha dichiarato: "Io credo fermamente che l'educazione sia uno strumento indispensabile per far fiorire il benessere degli uomini e per creare una società giusta e pacifica. Sono molto compiaciuto di dare un piccolo contributo in questo campo attraverso questo nuovo impegno".

PAOLO GIORDANO
Come si diventa superuomini (asceti)

Pag. 173 - Stampato in proprio

Che Nietzche fosse un ricercatore della Verità Superiore, che nell'800 le filosofie orientali venissero accolte con estremo interesse dal mondo filosofico tedesco, che nel Taoismo esistessero tecniche di trasformazione interiore oltre ai fondamentali concetti, che le parole del Buddha riflettessero concetti inimmaginabili per l'uomo comune, che Nietzche non fosse a favore del Cristianesimo, sono tutte notizie conosciute e non si sentiva il bisogno che venisse scritto un altro testo su di queste.
Testo, questo in analisi, che ha la sola caratteristica di ammantare di "segretezza" tanti scritti e pensieri di Nietzche e di altri pensatori tedeschi: "Nietzche dichiarò di avere un metodo segreto... per lottare contro il Cristianesimo (pag. 42), "Nietzche e Heidegger hanno incorporato segretamente i loro insegnamenti (*degli asceti taoisti* n.d.r.) di non far uso di nomi... (pag. 13), ecc.
Forse però esiste una ragion d'essere per questo testo e cioè quanto è riportato a pag. 148 "ci sono prove per ritenere che Nietzche abbia raggiunto lo stato del Buddha, che abbia raggiunto il Nirvana o Tao".
Ovviamente non entriamo nel giudizio di questa affermazione, o nel discutere tra Nirvana o Stato del Tao, non si può che essere lieti se un essere senziente, seguendo le indicazioni del Buddha, raggiunge quello stato, ma, per altri versi, occorre notare che le parole del Buddha sono state e sono tuttora benaccette e seguite sotto ogni latitudine di questo pianeta mentre quelle di Nietzche, peraltro di valore e contenuto, sono ampiamente messe in discussione anche in settori specifici della dialettica e della filosofia di questi anni.
Quindi ...
Alla fine l'A. dichiara. "Sono un ricercatore. Ho fatto queste scoperte. E posso essere molto utile." ed in effetti ha molto ricercato, forse però le sue scoperte non sono veramente tali, ma ci auguriamo che la sua utilità sia messa a disposizione di tutti gli esseri senzienti, come Buddha indica e non come afferma l'Autore stesso a pag. 163 "Secondo Nietzche dal punto di vista spirituale, la vita è priva di senso...".

Leopoldo Sentinelli



NICOLETTA CELLI
Buddhismo
Dizionario delle religioni

Mondadori Electa Mi. 2006
pag.333 - Euro 20

Come sempre ci si aspetta da Electa, abbiamo un bel libro pieno di immagini su carta lucida, piccolo ma accattivante, ricco di capitoletti sui vari aspetti del Buddhismo. Un vero Bignami di lusso che consente a chi vuole avere un atlante sul buddhismo di accedere a una buona massa di informazioni su dottrine, scuole, storia, templi, personaggi. Un po' di tutto scritto in modo professionale, semplice e chiaro da Nicoletta Celli, storica dell'arte orientale dell'Università Caì' Foscari, specialista soprattutto di Cina e Giappone e condito da un apparato iconografico di rara raffinatezza e preciso nelle scelte non banali. Il testo fa parte della linea dei Dizionari (delle religioni, dell'arte, delle civiltà) , che unisce ad un'informazione essenziale ma precisa il corrispettivo in immagine. Alla fine si trova una buona bibliografia e i testi, pur nella loro stringatezza, sono precisi e possono attirare il lettore verso letture più specifiche. Forse sarebbe stato meglio approfondire qualche tema essenziale piuttosto che voler parlare di tutto ma si tratta comunque di un dizionario e non di un saggio specifico, questo il suo limite ma anche la sua ricchezza per chi non conosce e vuole essere informato. Resta la bellezza delle immagini, la ricchezza di foto, pitture, templi, statue che fanno intravedere la varietà delle forme che il buddhismo ha elaborato nel suo lungo cammino asiatico. Un libro da vedere più che da leggere, ma la visione già apre una porta su un mondo da scoprire.

MARIO THANAVARO
Quando un fiore si apre
Fede e coraggio di vivere

Collana AMITA - Luce infinita
Pag. 130

Trent'anni di vita trascorsi nell'esperienza di ricerca interiore sono qui riportati dall'Autore con leggerezza e profondità, come i petali e le radici del loto di copertinautore.
É felice il connubio tra gli Insegnamenti dei vari Maestri buddisti, incontrati e seguiti dall'Autore, tra i quali Ajahn Chah e Ajahn Sumedho, e le proprie personali conquiste interiori, così come sviluppato tra gli argomenti trattati. Se è facile, mi si passi la parola, aggiornare ai tempi attuali il linguaggio degli antichi Insegnamenti, non è certo

altrettanto facile renderli odierni, contestualizzandoli nella vita contemporanea dell'Autore come essere umano, nella sua vastità e profondità di cercatore della Verità. E la Verità è nella semplicità: (da pag. 67) La pratica buddhista ci spinge a osservare e investigare l'esperienza del momento presente, senza indugiare nel passato o proiettarsi nel futuro. In questa luce, i problemi perdono molto della loro apparente complessità. E' una pratica semplice che tende alla semplicità." L'Autore giunge a farci riflettere sulle cause del nostro malessere interiore, di noi di questi tempi, non certo di oltre 2500 anni fa, come esmpio di imprinting che l'Uomo ha, dovuto alla percezione distorta della realtà, alla sua visione di permanenza nel tempo di tutto quanto è materiale, alla sua incomprensione che tutte le tensioni interiori, che si riflettono inevitabilmente nella manifestazione esteriore, sono il prodotto di cause interne. E cosa può esserci di più totalizzante, stravolgente, rivoluzionario per giungere a ribaltare il prorprio punto di vista che seguire l'Autore quando, esemplarmente parlando di sé e delle sue scelte di vita, scrive." Con il cuore in mano feci un salto nel vuoto". *Leopoldo Sentinelli*

MESSAGGERI DEL NULLA
La scuola di Kyoto in Europa
a cura di Giancarlo Vianello

Rubbettino editore 2006
pp.160 - euro 15,00

Più volte abbiamo ospitato sulle pagine di Dharma le parole di Giancarlo Vianello uno dei principali specialisti italiani della scuola filosofica di Kyoto e divulgatore degli scritti dei suoi grandi maestri. Finalmente esce un'antologia di scritti di queste grandi voci da lui curata con perizia e occhio attento al lettore occidentale a cui è rivolta. I temi scelti infatti sono vicini alla nostra sensibilità culturale:il dibattito sulla dialettica della morte, i fondamenti metafisici delle culture d'oriente e d'occidente, la demitizzazione, la valutazione della mistica di Meister Eckhart. Il tutto introdotto da un ampio articolo dello stesso Vianello che traccia con chiarezza la storia della scuola e il perché della scelta degli articoli proposti che sono come egli dice : "punti miliari del rapporto tra pensiero buddhista e filosofia europea del novecento... una sorta di background storico, necessario per una più corretta interpretazione degli attuali sviluppi del pensiero globalizzato". Un rapporto filosofico che sicuramente potrà ancora dare spazio ad ulteriori incontri e dibattiti creativi.

Il racconto

Tratto dalle storie del Mullah Nasruddin
www.sufi.it

L'uomo che aveva coscienza della morte

C'era una volta un derviscio che si imbarcò per una traversata. Quando i passeggeri salirono a bordo e lo notarono, come accade generalmente in questi casi andarono da lui a turno per chiedergli consiglio. Il derviscio si limitò a dire a ognuno la stessa cosa: egli dava l'impressione di ripetere una di quelle formule sulle quali tutti i dervisci fissano talvolta la loro attenzione.

La formula era: "Cercate di essere coscienti della morte, finché non saprete che cos'è la morte". Pochi furono i viaggiatori che si sentirono particolarmente attratti da quell'esortazione.

Poco dopo si scatenò una terribile tempesta. I marinai e i passeggeri caddero in ginocchio implorando Dio di salvare la nave. Passavano dalle grida di terrore, credendosi perduti, alla frenetica speranza che qualcuno sarebbe venuto a soccorrerli, il derviscio, invece, era calmo e pensieroso e non reagiva affatto all'agitazione e alle scene di panico che si svolgevano intorno a lui.

Alla fine la burrasca si acquietò, il mare e il cielo si calmarono e i passeggeri si resero allora conto di quanto il derviscio fosse rimasto sereno durante la tempesta.

Uno di loro gli chiese: "Non ti sei reso conto che durante quella terribile tempesta eravamo tutti a un passo dalla morte?".

"Ah, sì! certo", rispose il derviscio. "Sapevo che in mare era sempre così! Ma mi rendevo anche conto - e ci ho spesso riflettuto quand'ero a terra - che nel normale corso degli eventi siamo ancora più vicini alla morte".

Questa storia è di Bayazid di Bistam (a sud del Mar Caspio). Bayazid fu uno dei più grandi Sufi dell'antichità e morì verso la fine del IX secolo.