www.maitreya.it

DHARMA

N 6 Trimestrale di buddhismo per la pratica e per il dialogo

Sped. abb. Postale art.2 comma 20/c legge 662/96 Filiale di Roma - Taxe Recue Rome Italie - Lire 18.000 - Euro 9.29

INCONTRO DI CUORI

PROGETTI PER UNA NUOVA ETICA

PASCOLI E IL BUDDHISMO

N. 6
AGOSTO 2001

SOMMARIO

IN COPERTINA: particolare di una statua del Buddha, arte thailandese. Foto di Heinz Roiger.

EDITORIALE
- **Tempi di scelte** 3

TESTI CANONICI
- **Il Sutra della schiuma** 4

LA VIA DELLA PRATICA
- **Una via d'uscita** 7
  DI AJAHN SUMEDHO

- **Uscire dalla sofferenza** 14
  DI KALU RIMPOCE
- **Una rosa all'occhiello** 21
  DI THICH NHAT HANH
- **L'insegnamento buddhista sulla morte** ... 27
  DI CORRADO PENSA
- **Hsing Hsing Ming** 42
  DI SENG-T'SAN

LA VIA DEL DIALOGO
- **Incontro di cuori** 46
  CON TENZIN GYATSO XIV DALAI LAMA E IL VEN. SHENG YEN
- **Ambiente naturale e responsabilità: un approccio buddhista** 68
  DI MAURICIO YUSHIN MARASSI
- **Religioni e progetti per un'etica mondiale** 74
  DI HANS KUNG
- **Giovanni Pascoli, il Buddhismo e la "maladie du pessimisme"** 84
  DI MASSIMO CASTOLDI
- **Un ponte tra dharma e scienza** 93
  DI FRANCISCO VARELA

ATTUALITÀ
- **Nel cuore di Roma il Vesak 2001** 100
  DI CHANDAPALO BHIKKHU

- **Premio di laurea Maitreya** 104
  DI M. ANGELA FALÀ
- **Pioggia sul Dalai lama** 105
  DI MASSIMO BURCHIELLARO
- **Disperdere le ceneri** 108
  DI LEOPOLDO SENTINELLI
- **Celebrando Dogen** 110
  DI M. ANGELA FALÀ

- **Uniti per i diritti degli oppressi** 112
  DI TAE HYE E HSING WU

INIZIATIVE
- **I centri di dharma** 114

RECENSIONI
- **Letti e riletti** 123

IL RACCONTO
- **I quattro fratelli armoniosi** 128

ABBONAMENTI

Trimestrale di buddhismo per la pratica e per il dialogo

Abbonamento annuale
4 numeri (anno solare 2001): L.50.000 *(Euro 25.82)*

Abbonamento sostenitore
Con un libro in omaggio: L.90.000 *(Euro 46.48)*

Abbonamento benemerito
Con due libri in omaggio: L. 130.000 *(Euro 67.14)*

Abbonamento estero
Unione Europea: L.70.000 *(Euro 36.15)* - Altri paesi: L. 90.000 *(Euro 46.48)*

Costo singola copia
L. 18.000 *(Euro 9.29)* - Arretrati L. 20.000 *(Euro10.33)*
Annata 2000 (n.1-4) L. 50.000 *(Euro 25.82)*

Abbonamenti particolari
Possibilità di offrire abbonamenti a istituzioni culturali
(*scuole, biblioteche, centri culturali*) a L. 40.000 *(Euro 20.66)*

I versamenti possono essere effettuati a mezzo

❖ **CONTO CORRENTE POSTALE**
N. 75607002 *intestato a* Fondazione Maitreya - Periodico Dharma Roma
oppure

❖ **BONIFICO BANCARIO**
conto corrente n. 640257 SanPaolo IMI Filiale Roma 23
Viale Città d'Europa 847 (ABI 1025 - CAB 03214)

PER INFORMAZIONI

Telefono 0339-3381874 *oppure* 0635-498800
E-mail: fond.maitreya@flashnet.it **Internet:** http://www.maitreya.it

COLOPHON DHARMA ANNO III - NUMERO 6 - AGOSTO 2001

■ Redazione
Via Euripide 137
00125 Roma
■ Direttore responsabile
Maria Angela Falà
■ In redazione:
Giuliano Giustarini,
Tiziana Procesi

■ Progetto grafico:
Daniela Lotti
■ Stampa:
Stampaleader srl
■ Registrazione presso
il tribunale di Roma
n. 436/99
del 19/10/1999

■ Questo numero
è stato chiuso
in tipografia a fine
agosto 2001
■ Gli articoli firmati
rispecchiano idee
e opinioni personali
degli autori

EDITORIALE *di M.Angela Falà*

Tempi **di scelte**

Tempo estivo, tempo di riposo , tempo di riflessione. Gli antichi trovavano nell'otium la possibilità di rigenerarsi, fare il punto della situazione, ricercare nuove idee, preparasi alle future attività. La ripresa lavorativa poi non lascia più spazio per queste divagazioni, per momenti di silenzio in cui fermarsi.
Molto rumore c'é stato in questi mesi estivi: proteste, proposte e pianti.
Siamo stati tutti toccati dallo spettacolo di una città in stato di assedio, artificialmente pacifica nel suo centro, infernalmente violenta superate le barriere protettive.
C'é richiesta di giustizia, equità, aiuto ai paesi poveri che noi, ricchi del G8, ogni giorno derubiamo ancora un po'. In trentanni il rapporto tra il 20% più ricco e il 20% più povero della popolazione mondiale é passato da 1 a 30 (1960) a 1 a 60 (1990).
Dovremmo porci qualche domanda: ma io dov'ero? che cosa ho fatto per cambiare questo?
E c'é tanta violenza che trova modo di distruggere dove c'é da costruire, di urlare dove c'é da parlare con la forza delle proprie opinioni, dell'esempio non violento e del messaggio più forte delle grida dei 'black bloc'.

❖ ❖ ❖

Abbiamo la testimonianza di due monaci che hanno vissuto la loro Genova di quei giorni e dobbiamo cominciare a porci le loro domande: ricercare una pace personale o pace e giustizia per tutti gli esseri?
Che rapporto c'é tra una scelta di vita spirituale e un impegno con l'umanità dolente? Sono vie compatibili?
Non é una domanda e/o un impegno da poco.
Un'altra riflessione ce la propone Hans Kung che parla di una dichiarazione delle responsabilità da affiancare a quella dei diritti, affinché proprio questi diritti non siano lettera morta per la maggioranza degli uomini, ma una realtà.
Una responsabilità formulata sulle basi di un'etica globale, che esprima quei valori minimi, principi e atteggiamenti fondamentali comuni, che possono essere fatti propri dalle diverse religioni, malgrado le loro innegabili differenze dogmatiche e teologiche, ed anche da chi non ha credo.
E'un progetto da portare a compimento che esprime una una necessità impellente in un'epoca, che non può più prescindere da un dialogo tra le diverse civiltà.
Non siamo forse quasi alla fine dell'anno che le Nazioni Unite hanno proclamato come "Anno per il dialogo tra le civiltà"? Non un dialogo tra pochi rappresentanti di un'unica civiltà e l'impossibilità di intervento delle altre.
"Il Gange dei diritti nasce dall'Himalaya delle responsabilità", scriveva il Mahatma Gandhi, che di battaglie non violente ne ha fatte. Anche la nostra responsabilità é in gioco.

❖ ❖ ❖

Il sutra della schiuma

La forma materiale come schiuma, le sensazioni come cerchi sull'acqua, le percezioni come come artifici di un prestigiatore... il Buddha ricorre a queste similitudini per evidenziare

In quanto esseri umani siamo composti da diversi elementi che il Buddha raggruppa in cinque skandha (forma materiale, sensazione, percezione, strutture mentali e coscienza) e in questo sutra del ***Samyutta Nikaya*** *(XXII, 95) per renderli comprensibili agli uditori li paragona in successione a della schiuma, a dei cerchi nell'acqua, a dei miraggi, all'essenza del tronco di un banano, agli artifici di un prestigiatore. Tutte queste similitudini tendono ad evidenziare l'assoluta* ***impermanenza e insostanzialilà degli skandha****.*
Non c'è nulla di permanente né di sostanziale in essi così come non c'è permanenza in una ***bolla di schiuma*** *che rapidamente svanisce né c'è sostanza nel tronco di un banano formato soltanto da strati sovrapposti di foglie accartocciate.*

In una certa occasione il Beato si trovava a Ayojjhaya, sulle rive del Gange presso la sua comunità. Un giorno così disse ai suoi discepoli:

" Discepoli, supponete che il fiume Gange porti giù una gran massa di schiuma e che un uomo dalla vista acuta la veda, [1] l'osservi e cerchi attentamente di scoprire l'essenza della sua natura. Vedendola, osservandola e cercando attentamente di scoprire tale essenza, la troverebbe priva di sostanza e priva di essenza. Quale essenza, discepoli, ci può essere in una massa di bolle di schiuma?

Allo stesso modo, qualsiasi corpo, sia esso passato, futuro o presente... vicino o lontano.., se uno di voi comprendesse chiaramente, lo troverebbe privo di sostanza e privo di essenza. **Quale essenza ci può essere in un corpo destinato a perire? -**

Supponete, discepoli, che sia autunno e che stia piovendo con delle grosse gocce.

Cadendo nell'acqua esse formano dei cerchi che si dissolvono immediatamente. Un uomo dalla vista acuta li vede, li osserva, cerca attentamente di scoprire quale sia la loro natura.

Così facendo, li troverebbe vuoti, privi di sostanza e privi di essenza. Quale essenza ci

miraggi, le strutture mentali come essenza del tronco di un banano e infine la coscienza l'assoluta impermanenza e insostanzialità degli skandha.

può essere, discepoli, in dei cerchi nell'acqua?

Allo stesso modo, discepoli, accade con qualsiasi sensazione , sia essa passata, futura o presente... vicina o lontana.., se uno di voi comprendesse chiaramente, la troverebbe priva di sostanza e priva di essenza... **Quale essenza ci può essere in una sensazione?**

Supponete che durante l'ultimo mese della stagione secca, a mezzogiorno, si formi un miraggio e un uomo dalla vista acuta lo veda, l'osservi o cerchi attentamente di scoprire quale sia la sua natura. Osservandolo lo troverebbe privo di sostanza e privo di essenza. **Quale essenza ci può essere, discepoli, in un miraggio?**

Allo stesso modo, discepoli, accade con qualsiasi percezione sia essa passata, futura o presente... vicina o lontana.., se uno di voi comprendesse chiaramente, la troverebbe priva di sostanza e priva di essenza... **Quale essenza ci può essere in una percezione.**

Ancora, discepoli, supponete che un uomo stia vagabondando alla ricerca dell'essenza del tronco di un banano avendone bisogno e, presa un'ascia, entri in una foresta e veda un imponente tronco di banano diritto; giovane, altissimo. Egli lo taglia alle radici. Avendolo tagliato alle radici, lo recide alla cima: avendo così operato, lo scorteccia. Una volta tolta tutta la corteccia fatta di foglie, non trova alcuna essenza al di sotto di esse.

Allora, discepoli, supponete che un uomo dalla vista acuta lo veda, l'osservi e cerchi attentamente di scoprire la natura del tronco di banano. Vedendo ed osservando in tal modo, lo vedrebbe privo di sostanza e privo di essenza.

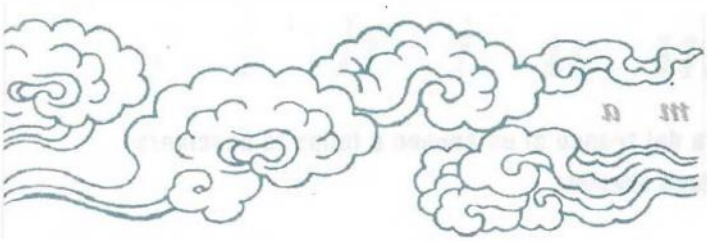
Quale essenza, discepoli, ci può essere in un tronco di banano?

Allo stesso modo, discepoli, accade con qualsiasi struttura mentale sia essa passata, futura o presente... vicina o lontana.., se uno di voi comprendesse chiaramente, la troverebbe priva di sostanza e priva di essenza... **Quale essenza ci può essere in una struttura mentale?**

E ancora, discepoli, supponete che un prestigiatore o un apprendista prestigiatore faccia un suo artificio sulla pubblica via e che un uomo dalla vista acuta lo veda, l'osservi e cerchi attentamente di scoprire la

[1] L'uomo dalla vista acuta, che viene chiamato in causa, è colui che, attraverso la pratica, ha la capacità di discernere le cose così come sono veramente con chiara consapevolezza e chiara comprensione.

Il sutra della *schiuma*



natura di quell'artificio. Vedendolo, lo troverebbe privo di sostanza e privo di essenza. **Quale essenza, discepoli, ci può essere in un artificio da prestigiatore?**

Allo stesso modo, discepoli, qualsiasi coscienza, sia essa passata, futura o presente, sia essa lontana o vicina.., se un discepolo la vedesse, l'osservasse, guardasse da vicino quale sia la sua natura, la troverebbe vuota, la troverebbe priva di sostanza, la troverebbe priva di essenza. **Quale essenza, discepoli, ci può essere nella coscienza?**

Il nobile discepolo esperto, comprendendo in questo modo, sente ripugnanza per il corpo, per la sensazione, la percezione, le strutture mentali, la coscienza. Provando disgusto, se ne distacca. Tramite il distacco perviene alla liberazione, al pensiero.

"Per la vita in queste condizioni non c'è futuro" ".

Così parlò il Beato. E poi aggiunse:

" Come una bolla di schiuma è questo corpo, come cerchi nell'acqua sono le sensazioni, come un miraggio privo di sostanza sono le percezioni, prive d'essenza come un tronco di banano sono le strutture mentali, un fantasma è la coscienza.

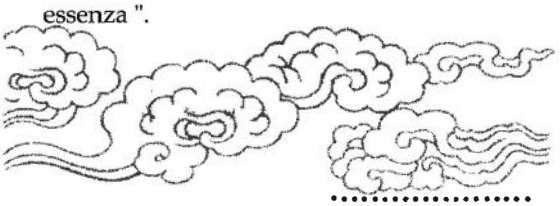
Così ha dichiarato il discendente del Sole. [2]

Si deve però meditare su questa massa corporea e investigarne la forma. Osservandola appare vuota, vacua. Si inizi prima di tutto con il corpo, alla comprensione sottile esso appare come privo di tre cose: vita, calore e coscienza;

Lo si contempli come gettato da una parte, una cosa senza sensibilità, mero cibo per gli altri. Tale è il suo lignaggio.

Una fantasia infantile, un assassino. [3]

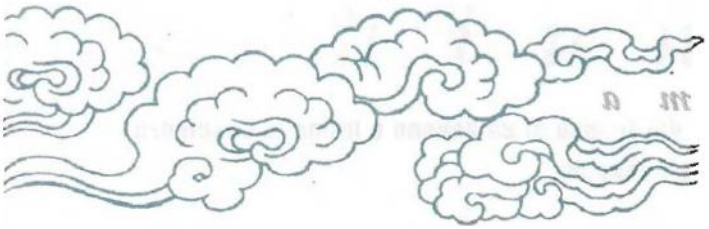
Tale il suo nome. Non ci si vede alcuna essenza ".



[2] Quando si definisce Discendente del Sole, il Buddha si riferisce al suo lignaggio.

[3] Il corpo e gli altri quattro skandha sono considerati assassini in quanto si distruggono reciprocamente: quando il corpo materiale (rupa) muore, causa la distruzione degli altri quattro skandha e viceversa.

Il sutra della *schiuma*



natura di quell'artificio. Vedendolo, lo troverebbe privo di sostanza e privo di essenza. **Quale essenza, discepoli, ci può essere in un artificio da prestigiatore?**

Allo stesso modo, discepoli, qualsiasi coscienza, sia essa passata, futura o presente, sia essa lontana o vicina.., se un discepolo la vedesse, l'osservasse, guardasse da vicino quale sia la sua natura, la troverebbe vuota, la troverebbe priva di sostanza, la troverebbe priva di essenza. **Quale essenza, discepoli, ci può essere nella coscienza?**

Il nobile discepolo esperto, comprendendo in questo modo, sente ripugnanza per il corpo, per la sensazione, la percezione, le strutture mentali, la coscienza. Provando disgusto, se ne distacca. Tramite il distacco perviene alla liberazione, al pensiero.

"Per la vita in queste condizioni non c'è futuro" ".

Così parlò il Beato. E poi aggiunse:

" Come una bolla di schiuma è questo corpo, come cerchi nell'acqua sono le sensazioni, come un miraggio privo di sostanza sono le percezioni, prive d'essenza come un tronco di banano sono le strutture mentali, un fantasma è la coscienza.

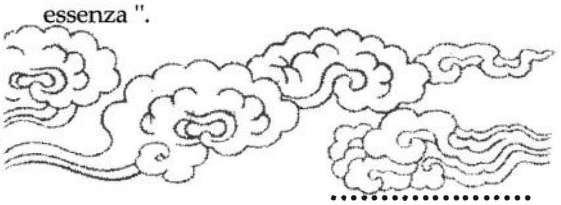
Così ha dichiarato il discendente del Sole. [2]

Si deve però meditare su questa massa corporea e investigarne la forma. Osservandola appare vuota, vacua. Si inizi prima di tutto con il corpo, alla comprensione sottile esso appare come privo di tre cose: vita, calore e coscienza;

Lo si contempli come gettato da una parte, una cosa senza sensibilità, mero cibo per gli altri. Tale è il suo lignaggio.

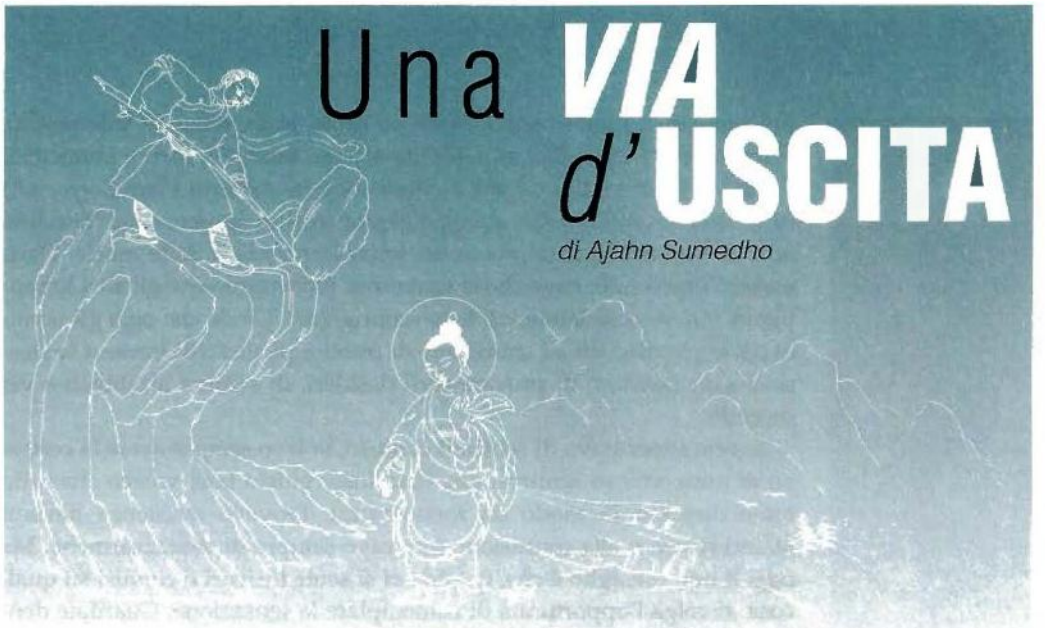
Una fantasia infantile, un assassino. [3]

Tale il suo nome. Non ci si vede alcuna essenza ".



[2] Quando si definisce Discendente del Sole, il Buddha si riferisce al suo lignaggio.

[3] Il corpo e gli altri quattro skandha sono considerati assassini in quanto si distruggono reciprocamente: quando il corpo materiale (rupa) muore, causa la distruzione degli altri quattro skandha e viceversa.



Una VIA d'USCITA

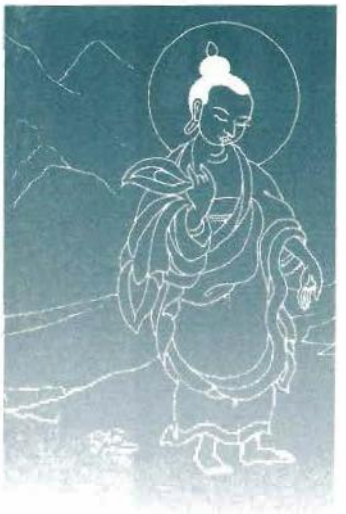
di Ajahn Sumedho

Uscire dal determinismi e dalla ripetitività **per conoscerci più profondamente. C'è sempre una via d'uscita verso la** liberazione.

FOREST SANGHA NEWSLETTER
n. 54 pubblicato nell'ottobre 2000.

Sperimentando la pratica di cittanupassana, ho scoperto l'utilità di interrogarmi sul mio stato d'animo e di contemplarlo. È molto facile vivere in maniera meccanica: possiamo essere così coinvolti nelle nostre abitudini e reazioni da non riuscire a conoscere davvero i nostri stati d'animo. Una volta una persona mi disse che ero arrabbiato, e io lo negai; in realtà ero arrabbiato e non lo sapevo nemmeno, non riuscivo ad ammetterlo neanche di fronte a me stesso. Ma è solo riconoscendo questi aspetti, che possiamo risolverli.

Le energie e le emozioni che proviamo possono essere spaventose, anche per noi stessi. Il mio carattere tende a voler vivere una vita felice, in cui tutti sorridono e si dichiarano felici anche se non lo sono. Dal momento che ci sentiamo minacciati, spaventati, una parte di noi non vuole contemplare, non vuole conoscere le cose così come sono. Non ci permettiamo di confrontarci con ciò che consideriamo cattive abitudini o problemi personali. Penso che ci sia anche una paura della pazzia, di avere qualcosa di essenzialmente sbagliato. Possiamo pensare di avere qualche rotella fuori posto, poiché quando guardiamo noi stessi non riusciamo proprio a capire perché siamo così. Ricordo che gli uomini della mia generazione, quando ero giovane, non ammettevano mai le



proprie paure, preferivano recitare un ruolo, interpretare lo stile macho: "Non ho paura di nulla, io". Era importante sembrare forti e invincibili. Quando ero in marina (*Ajahn Sumedho ha fatto parte dei Peace Corps, ndt*) tutti assumevano questo atteggiamento, mentre io pensavo: "Diciamo tutti di non aver paura, ma io mi sento terrorizzato dalla morte. Devo essere l'unico sulla nave che si sente così. Non voglio che gli altri lo sappiano, non so cosa farebbero se lo scoprissero". Credo che oggi gli uomini siano più disposti ad ammettere di fronte agli altri e di fronte a se stessi di aver paura, o di provare certi desideri, di sentirsi arrabbiati e via dicendo.

Io non sopportavo di sentirmi confuso, volevo sempre avere la certezza di tutto, volevo sentirmi dire cosa fosse giusto fare, volevo che tutto fosse disposto in modo da rassicurarmi. Provavo resistenza davanti all'incertezza o alla confusione e cercavo sempre di sbarazzarmene. Ma oggi il mio consiglio è che, quando ci si sente insicuri o confusi su qualcosa, si colga l'opportunità di contemplare la sensazione. Guardate dentro e chiedetevi: "Com'è...?". Ascoltate dentro voi stessi: "In questo preciso istante c'è confusione. Non so cosa fare, non so cosa accadrà. Ho ragione o torto? Dovrei fare o no quella cosa?". Quindi limitatevi a osservare questo stato d'animo come un oggetto mentale, senza giudicarlo, e vedete cosa succede.

❖ ❖ ❖

Possiamo deliberatamente far emergere uno stato di dubbio, in modo da arrestare la mente pensante. Possiamo chiederci: "Chi sono io?", o qualsiasi domanda sollevi uno stato di dubbio. Allora è possibile essere consapevole di quello spazio nella mente in cui non c'è pensiero; utilizziamo così lo spazio tra due pensieri. Quindi, se abbiamo una certa inclinazione al dubbio, possiamo usare il dubbio come mezzo abile per sviluppare la capacità di conoscere il 'non conoscere'. Vediamo l'essenza dello stato d'animo del non sapere, del non conoscere.

Possiamo anche formulare deliberatamente un pensiero e osservare lo spazio tra le parole. Per esempio: "Io sono un essere umano". Prima di pensarlo, c'è una pausa, poi c'è 'io', uno spazio, 'sono', un altro spazio, 'un', spazio, 'essere', spazio, 'umano', fine. Nulla. Ci addestriamo dunque a osservare e a prestare attenzione al nulla, a uno spazio, fino al punto in cui la mente pensante non c'è. Ciò aiuta a sviluppare una consapevolezza connessa, una consapevolezza che non abbraccia soltanto le cose o le sensazioni, ma abbraccia anche il nulla, lo sfondo, la vacuità, lo spazio, il silenzio. Dobbiamo svegliarci, renderci conto che la mente non è condizionata a

osservarlo, nonostante sia evidente. È qui e ora, non lo costruiamo noi, e possiamo accorgercene all'istante, e risvegliarci al modo in cui esso è.

Perciò, in termini di stato d'animo, posso contemplare: "In che genere di stato d'animo mi trovo?". Posso portare la consapevolezza nel corpo e vedere se c'è ansia, se mi sento insoddisfatto, se sto male, se sto bene, se mi sento felice, qualsiasi cosa. Qualunque sia lo stato d'animo, l'atmosfera interiore', posso esserne consapevole in quanto oggetto che sono in grado di osservare. Poi, una volta che ci abituiamo veramente a osservare lo stato mentale, non siamo più costretti a esserne vittime; non resistiamo più né indugiamo più in ciò che stiamo sperimentando.

❖ ❖ ❖

Sapere in quale stato mentale vi trovate, sapere com'è, conoscerne la qualità, è a tutti gli effetti un Fondamento della Consapevolezza (satipatthana). Di solito, cerchiamo di manipolare, di cambiare gli stati d'animo o cerchiamo di pensare in modo positivo per sentirci meglio; non sembra esserci nessuna via d'uscita da questa condizione. Ma è la meta religiosa la via d'uscita. C'è una via d'uscita dalla sofferenza, dal condizionato, da ciò che è nato, creato, originato. Per usare le parole del Buddha: "Vi è il non-nato, il non-creato, il non-originato. Se non ci fosse il non-nato, il non-creato, il non-originato, non ci sarebbe via d'uscita da ciò che è nato, creato, originato. Ma dato che vi è il non-nato, il non-creato, il non-originato, c'è una via d'uscita da ciò che è nato, creato, originato" (*Udana, VIII, 3*).

Questo tipo di via d'uscita è incoraggiato perché ci si possa liberare da quella prigione che è lo stato legato alla morte. Definiamo questo stato 'legato alla morte' perché, quando lo si contempla veramente, si riconosce che tutto ciò che riguarda i khandha (*aggregati, ndt*), i pensieri, i ricordi, le sensazioni, il corpo, morirà, cesserà. Quindi, se ci si attacca ai cinque khandha (che sono tutto ciò che c'è), in realtà ci si attacca alla morte. Malgrado le persone credano di essere attaccate alla vita quando si attaccano, affascinate, alla dimensione condizionata, in realtà esse si attaccano alla morte. Possono dire di amare la vita, ma ciò che chiamano vita non è piuttosto una parte di un quadro più vasto che non viene ammesso alla piena coscienza?

C'è sempre questa favola, questa ingenua speranza che la soddisfazione del desiderio sia la risposta alla nostra sofferenza: quando incontreremo la persona perfetta saremo per sempre felici, quando guadagneremo molti soldi saremo davvero felici; oppure crediamo che, se otteniamo tutto ciò che desideriamo, poi non avremo più altri desideri. Ma riflettia-

Ajhan Sumedho
Nato a Seattle (USA) nel 1934, Ajhan Sumedho è vissuto a lungo nel sud est asiatico seguendo la via monastica secondo la tradizione della foresta di Ajahn Chah. E' a capo di diversi monasteri in occidente legati a questa tradizione. Tra i suoi libri ricordiamo: *Lasciare andare il fuoco*, *Così com'è*, *La mente e la via* **editi da Ubaldini, Roma e** *Oltre la morte: la via della consapevolezza*, **edito e distribuito dal monastero Santacittarama di Frasso Sabino (Rieti).**

mo un po': le persone che sembrano possedere tutto, stanno davvero bene? Vale la pena dedicare la propria vita a cercare di soddisfare tutti i desideri? Non ci vuole molto per capire che è una sorta di spreco, perché fin quando c'è attaccamento al desiderio, fin quando c'è questa illusione circa la natura del desiderio, esso perpetuerà sempre se stesso. Si può ottenere una gratificazione temporanea, niente di più. Si può ottenere ciò che si vuole, e lì per lì sentirsi gratificati, ma poi ricomincia, si cerca qualcos'altro, e qualcos'altro, e qualcos'altro. Questo avviene perché il problema di fondo è l'identificazione con il desiderio, l'attaccamento al desiderio.

❖ ❖ ❖

Ma la nostra vera natura non è questa; non è il desiderio, non è la morte. C'è l'incondizionato, il non-nato, il non-creato, il non-originato: Amaravati, la dimora del senza-morte, che è senza tempo, presente qui e ora. E cosa significa questo, in termini di esperienza? Se pratichiamo per migliorarci o per ottenere qualcosa nel futuro, andremo sempre verso la sofferenza. Nella meditazione, non importa quanto ci si sforzi e si lavori per essere più disciplinati, quante ore al giorno si siede, se si continua a operare secondo questa illusione di fondo, alla fine il risultato sarà la sofferenza. Non si può ottenere l'illuminazione per mezzo dell'ignoranza.

Il modo per illuminarsi consiste nel risvegliarsi al presente, nell'avere fiducia nella capacità di ascoltare, di essere in uno stato di semplice consapevolezza. Può essere difficile, perché siamo programmati alle passioni, a salire e scendere per la scala dell'avidità, dell'odio e dell'illusione in tutte le sue variazioni. Tuttavia, c'è ciò che è consapevole delle passioni, ciò che si può erigere grazie alla presenza mentale, alla consapevolezza del corpo, delle sensazioni, degli stati mentali e dei fenomeni mentali. La consapevolezza e la riflessione sui cinque khandha ci consentono di trasformare l'atteggiamento che teniamo nei loro confronti, invece che vederli sempre come 'io e mio'.

Ciò che ci occorre nel rapportarci alle esperienze è una consapevolezza costante. Osserviamo il sorgere di una condizione, come l'inalazione di un respiro: essa inizia, raggiunge un picco, poi comincia l'esalazione, e l'esalazione poi finisce. Similmente, si può essere consapevoli della mutevolezza di uno stato d'animo. Quando si è sufficientemente pazienti e disposti a sostenere l'attenzione, uno stato d'animo è assolutamente impermanente, non è un blocco solido. Se non riconosciamo questa natura degli stati d'animo, saremo sempre costretti a indulgervi o a resistervi,

ed essi avranno una grande influenza sul modo in cui sperimenteremo la vita. Ma nel momento in cui mi risveglio e presto attenzione, il mio rapporto con le condizioni cambia. Invece di rimanere ingannato dalla dimensione condizionata, la osservo. C'è lo stato del conoscere, dell'essere consapevoli della mutevolezza dei fenomeni condizionati, e dietro c'è l'incondizionato. Con la consapevolezza intuitiva, vediamo il silenzio, l'incondizionato, come uno sfondo che abbraccia tutto, all'interno del quale le condizioni appaiono in prospettiva. Le condizioni sono così come sono; ma poi finiscono, cessano.

Sul piano personale posso sentirmi spaventato: anche pensare all'illuminazione o a realizzare il senza-morte può essere visto come una sopravvalutazione o come un'illusione. A volte preferiamo pensare a noi stessi in termini negativi perché pensiamo che essere umili e ammettere i propri errori significhi essere sinceri. Ma in realtà dobbiamo lasciare andare quel lusso di considerarci una persona danneggiata o una povera vittima delle circostanze. Possiamo lasciare andare pensieri come "mia madre non mi ha mai amato, ecco perché sono così", o "non ho mai avuto le opportunità che hai avuto tu", e così via. Non voglio scherzare su queste cose, ma sottolineare il fatto che se siamo attaccati a questi ruoli, allora sperimenteremo sempre la vita in questo modo. Ma c'è una via di fuga, c'è una libertà dalla sofferenza dell'illusione e dal potere del condizionamento.

❖ ❖ ❖

Potremmo pensare: "D'accordo, il Buddha ce l'ha fatta, ma è stato più di duemilacinquecento anni, ed è solo una diceria. Io non ho conosciuto Gotama il Buddha, magari è tutta un'invenzione, forse non è mai esistito nessun Gotama il Buddha". Ma se si pratica e si sviluppa la consapevolezza, non ha importanza se il Buddha sia mai esistito, perché l'insegnamento funziona. Non ci serve un rigore storico, è meglio chiederci se funziona, se c'è una via d'uscita dalla sofferenza, se è possibile conoscere quando c'è la sofferenza e quando non c'è.

La dimensione in cui viviamo come esseri umani è essenzialmente una dimensione in cambiamento. Ed è una dimensione karmica: ogni cosa dipende da qualcos'altro. Avere un corpo umano ci connette alla condizione dell'invecchiamento. Se voglio, posso aggiungere sofferenza al processo di invecchiamento di questo corpo. Le persone lo fanno, no? Pagano miliardi per la chirurgia estetica e per modificare ogni cosa, per tenersi in linea, sembrare giovani e così via. Questo perché se ci si identifica con il corpo, allora quando, come è naturale, esso comincia a invec-

chiare, si soffre. Il Buddha invecchiò, ma non soffrì. Ebbe malattie, ma non soffrì. Non soffrì quando il suo corpo morì e non soffrì quando fu biasimato per cose che non aveva fatto. Al Buddha accaddero molte cose terribili. Secondo le scritture, dovette affrontare molte condizioni davvero tristi: ebbe monaci e monache difficili, fu attaccato da un elefante impazzito, suo cugino cercò di ucciderlo, eppure il Buddha non soffrì. Era forse impenetrabile, come se non gli importasse niente di niente e non sentisse niente di niente?

❖ ❖ ❖

Quando sperimentiamo il processo di invecchiamento, il dolore della malattia, il disagio, quando le cose vanno male e siamo biasimati per cose che non abbiamo fatto o quando c'è la morte di qualcuno che amiamo, c'è un sentimento naturale, ma dobbiamo proprio aggiungere sofferenza a questo sentimento? Vediamo che è così com'è, è l'eredità del karma nel presente, sentiamo com'è. Ma la sofferenza che aggiungiamo è causata dall'attaccamento a queste condizioni. Quando non c'è attaccamento, proviamo comunque il dolore, il disagio, i sentimenti naturali che emergono di fronte alle difficoltà, l'eredità karmica della nostra vita, ma non aggiungiamo rabbia, risentimento, resistenza, biasimo, autocommiserazione, paura, desiderio.

Possiamo farci questa domanda: "Perché c'è tanto stress in una società che si sforza di creare una tecnologia per rendere la vita più facile?". In realtà abbiamo reso la vita molto più stressante. Ci sono le lavatrici, i forni a microonde, le lavastoviglie, affinché la casalinga non sia costretta a stare sempre in cucina e abbia più tempo. Tempo per cosa? Per viaggiare, per preoccuparsi e per stressarsi, coinvolta in tutte quelle cose per cui prima, quando la vita era molto più semplice, non c'era tempo! Abbiamo tutti questi espedienti per risparmiare tempo sul lavoro, ma poi riempiamo il tempo con attività che creano stress e problemi psicologici.

❖ ❖ ❖

Il mio suggerimento è di semplificare le cose non per riempire il tempo con attività, ma per avere più tempo libero per sviluppare la meditazione nella vita quotidiana. È bene vedere la meditazione come qualcosa da apprezzare e rispettare veramente, piuttosto che come qualcosa da fare come routine la mattina prima di andare al lavoro. Se si considera la meditazione solo come qualcosa da fare quando se ne ha tempo, è fuori di dubbio che dopo un po' non si avrà più tempo per farla. Tutto il resto sembra molto più urgente della meditazione, perché la meditazione sembra solo starsene lì seduti senza fare niente. In famiglia

possono pensare: "Se ne sta lì seduto, non fa nulla. A che serve? Dovrebbe fare qualcosa". Questo è il tipo di società in cui viviamo. Ma se si è veramente interessati a sviluppare la meditazione, allora occorre darle una collocazione importante, coltivare un modo di vivere che offra davvero opportunità di riflessione silenziosa. Bisogna coltivare samatha e vipassana, e quindi integrarle nella vita quotidiana. Allora è possibile imparare molto sul modo in cui le cose sono.

Con *cittanupassana* si può essere consapevoli dei propri sentimenti verso le altre persone. Se si prova rabbia nei confronti del marito, si può quanto meno osservarlo: "In questo momento c'è rabbia, ed è fatta così...", invece che rimanere catturati nella critica o nel cercare di non ammetterlo. Ammetterlo non significa che sia permanente o diverso da così com'è. Osservare che è così com'è aiuta a rilassare la tensione, perché non se ne è prigionieri. Considerate il modo in cui, se si è infatuati di qualcuno, non si vuole pensare che ci sia nulla che non va in quella persona. Anche se sbaglia, non ha importanza, ci si può passare sopra. Ma se stiamo biasimando qualcuno, ci è difficile ricordare qualcosa di buono fatto da questa persona, mentre riusciamo a ricordare accuratamente tutto ciò che ha fatto di sbagliato!

❖ ❖ ❖

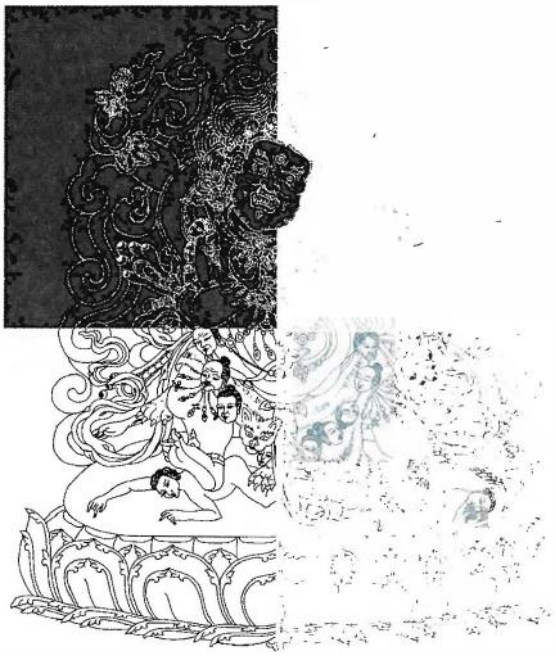
Nella pratica della consapevolezza, siamo disposti a sviluppare nella nostra mente la pazienza per il lato sgradevole della vita. Siamo disposti a lasciare che i cattivi pensieri, i risentimenti, ogni genere di emozioni negative, siano coscienti e siamo disposti a lasciare che siano così come sono. Confidiamo nel nostro Rifugio e semplicemente lasciamo che gli stati mentali siano così come sono, senza aggiungerci sensi di colpa o resistenza. La sensazione rimane la stessa: se c'è un pensiero cattivo sentiamo che è cattivo, ma la nostra relazione con esso è una relazione di gentilezza, di pazienza. Ciò, allora, permette alla condizione di cessare. Si dissolve. Finisce. Perciò, se riconosciamo e comprendiamo i nostri stati d'animo e i loro effetti, non aggiungiamo più sofferenza a questi stati e non creiamo sofferenza nei rapporti con gli altri esseri umani.

(Trad. dall'inglese di Giuliano Giustarini)

I QUATTRO FONDAMENTI DELLA CONSAPEVOLEZZA

Alcuni testi in italiano che trattano diffusamente i quattro fondamenti della satipatthana.

- **M. PIANTELLI** (a cura di) **Aforismi e discorsi del Buddha**, *UTET, Torino 1967, ristampato da TEA, Milano 1988;*
- **AMADEO SOLÉ-LERIS**, **La meditazione buddhista**, *Oscar Mondadori, Milano 1988;*
- **LARRY ROSENBERG**, **Respiro per respiro**, *Ubaldini Editore, Roma 1998;*
- **THICH NHAT HANH**, **Trasformarsi e guarire**, *Ubaldini Editore, Roma 1992;*
- **MAHASI SAYADAW**, **La pratica dell'insight**, *Ubaldini Editore, Roma 1989*



USCIRE *dalla*

di Kalu Rimpoce

Utilizzare la preziosa esistenza umana per uscire dal ciclo ripetitivo **del** samara **è un impegno che non possiamo allontanare. Dalle parole di un grande maestro tibetano un invito a non perdere** tempo prezioso.

LA VOIE DU BOUDDHA,
editions du Seuil, Parigi 1993.

> ***Le felicità del samsara***
> ***come la rugiada su un filo d'erba***
> ***spariscono in un attimo***
> ***Così aspirano alla liberazione suprema e immutabile***
> ***questa è la pratica del Bodhisattva*** .....

Togmé Sangpo - Le Trentasette Pratiche dei Bodhisattva

Nel mondo degli uomini l'esistenza può essere relativamente felice anche se tutti costantemente soggetti alle tre forme di malessere, subiamo molte difficoltà.

La prima è molto sottile, ed è il 'malessere legato alla individualità'. E' dovuto alle imperfezioni e limitazioni inerenti al solo fatto di esistere, di essere composti dai cinque aggregati: forma, sensazione, percezione, strutture mentali e coscienza. L'essere composto da questi cinque aggregati è condizionato ed imperfetto. Condizionamento ed imperfezione costituiscono la prima forma di malessere 'inerente agli aggregati ed all'individualità'. Essa è inerente ad essi come il burro è potenzialmente dentro al latte, essendo costituiti dai cinque aggregati già per questo esistiamo in questa forma sottile di malessere.

Tuttavia è talmente sottile da essere impercettibile e di solito non ce ne rendiamo neanche conto. Potrebbe essere paragonata ad un granello di polvere nelle nostre mani. Quando si raggiunge però un livello di realizzazione avanzato, quando le sofferenze grossolane sono dissipate, questa forma di malessere diventa molto più presente; è percepita con molto più

SOFFERENZA

acutezza come se quel granello di polvere si fosse spostato nel nostro occhio. Il malessere dell'individualità è il fondamento a partire dal quale si sviluppano, sotto l'influsso di diversi agenti, tutte le altre forme di malessere e sofferenza.

La seconda forma di malessere, che è già molto più avvertibile, è detta 'malessere del cambiamento'. E' infatti latente in quello che chiamiamo di solito benessere, il piacere, i confort mentali o fisici. Appartiene ai desideri, agli attaccamenti e all'impermanenza. E' la frustrazione o il dispiacere provati ogni volta che qualcosa che amiamo e che ci è caro, si deteriora o scompare.

La terza forma è quella che si chiama comunemente 'sofferenza' che ci affligge nel dolore o nelle disgrazie. E' il 'malessere della sofferenza' costituito dalle pene e dai problemi che possono sovrapporsi gli uni agli altri nella nostra esistenza quotidiana.

LE PRINCIPALI SOFFERENZE UMANE

Quattro sofferenze principali affliggono la condizione umana: nascita, vecchiaia, malattia e morte. Riflettere su queste sofferenze e prendere coscienza della loro realtà aiuta a capire il carattere insoddisfacente dell'esistenza nel samsara, permette di liberarsi dall'attaccamento all'esistenza ordinaria e di tendere verso la liberazione. Le sofferenze della malattia sono spesso intollerabili. Siamo sottomessi alla sorveglianza dei medici e dobbiamo sottostare ad esami rigorosi. Siamo dipendenti. Non riusciamo a stare seduti sul letto, non ci va di mangiar né di bere e non possiamo più realizzare i nostri desideri, quando il giorno arriva alla fine, resta ancora da passare la notte interminabile, é un periodo di pene terribili.

Anche le sofferenze della vecchiaia sono enormi. Il corpo che era diritto e stabile si piega, cade e deve appoggiarsi ad un bastone. I capelli cambiano colore e cadono, diventiamo calvi e sprovvisti di qualunque attrattiva. La pelle prima dolce e fine come seta cinese, diventa un ammonticchiarsi di rughe spesse e ruvide, come un fiore di loto rosa quando si è appena schiuso, diventa grigiastro ed informe quando appassisce. La forza del corpo viene meno in piedi e seduti ci si stanca.

Kyabdje Kalu Rimpoce
(1904-1989)
Grande maestro della tradizione Kagyupa, Kyabdje Kalu Rimpoce é stato tra i primi ad essere invitato in occidente per insegnare il Dharma. Il suo approccio aperto e non settario nella tradizione Rime, lo ha reso un importante punto di riferimento per numerosi praticanti occidentali. Ha fondato diversi centri in Europa e anche in Italia.

Lo spirito si indebolisce ed abbiamo poca vivacità per qualsiasi attività. I sensi perdono acutezza, gli occhi non vedono più chiaramente, le orecchie non sentono, il naso non percepisce odori, la lingua non può gustare i sapori, il tatto non apporta piacere, i ricordi sono confusi, quello che è presente allo spirito in un momento, è dimenticato il momento successivo.

❖ ❖ ❖

Non possiamo più adattarci, sentiamo di non essere a nostro agio da nessuna parte. La nostra compagnia non è più apprezzata, veniamo guardati con commiserazione, le nostre ricchezze precedenti si dissipano così come la nostra autorità. Le possibilità di questa esistenza sono finite, le nostre energie declinano e si spengono. Realizziamo che non abbiamo altro avvenire che la morte e questo ci rende depressi. Le sofferenze della morte sono tali che quando il terrore ci consuma, siamo privati di ogni gioia e presi dai soli tormenti della malattia. La bocca è secca, il viso scomposto, le membra tremolanti non si possono muovere. La malattia ci sporca di saliva, sudore, urine e vomito. Nelle pene ci sfuggono suoni rauchi. Dopo l'insuccesso di tutti i rimedi, i medici ci abbandonano. Violenti fantasmi sorgono allora dalla nostra mente terrorizzandoci. I movimenti respiratori si arrestano poi con la bocca e le narici spalancate ce ne andiamo al di là di questo mondo sballottati dalla grande migrazione della morte, Entriamo nella grande oscurità, piombiamo nell'abisso e siamo trascinati dal grande oceano, spazzati via dal vento del Karma.

❖ ❖ ❖

Al momento della partenza ineluttabile, bisogna lasciarsi dietro tutto, abbandonare ricchezze, privilegi, influenze, case, famiglie ed anche il nostro amato corpo. Si formano gocce di lacrime sul nostro viso e, quando ce ne andiamo si manifestano progressivamente i differenti segni del Bardo del momento della morte. Poi, dopo le esperienze del Bardo rinasciamo nello stato corrispondente al nostro Karma. Oltre queste quattro grandi sofferenze gli uomini provano ancora quella di essere separati, a causa degli avvenimenti della vita o dalla morte, da quelli che amano: padre, madre, figli, nipotini, congiunti, tutti quelli che amano teneramente ed a cui sono attaccati. Possono soffrire nell'incontrare esseri che sono loro ostili, di essere privati dei propri beni, sottomessi, picchiati, uccisi od incarcerati e questo fino a dimenticare di mangiare di giorno e di dormire di notte. Soffriamo anche per non poter ottenere ciò che vorremmo e di non poter conservare ciò che possediamo.

Oggi più che mai, nella nostra epoca di passioni, siamo continuamen-

te tormentati, giorno e notte da preoccupazioni e desideri materiali, dall'attaccamento e dall'avversione. E' importantissimo riconoscere quello che c'è di dannoso nel desiderio, nell'attaccamento al possesso materiale, nelle passioni. Se comprendiamo che tutti i fenomeni del samsara sono inafferrabili come le increspature sulla superficie dell'acqua, che sono apparenze illusorie, irreali come allucinazioni o sogni, allora potremo non essere attaccati, sapremo accontentarci di quello che abbiamo e potremo restare felici con una mente disponibile e in pace. Abbiamo così attraverso la pratica del Dharma, la possibilità di liberarci definitivamente dal samsara e di navigare fino al di là di esso, la suprema felicità dello stato di Buddha.

L'ESISTENZA UMANA: UTILIZZARLA BENE

> ***Ora che ho ottenuto questo prezioso vascello***
> ***che è l'esistenza umana***
> ***per il bene di tutti gli esseri e mio***
> ***giorno e notte, senza distrazione, praticherò***
> ***lo studio, la riflessione e la meditazione degli insegnamenti.***
> ***Questa è la pratica del Bodhisattva*** .....

Togmé Sangpo - Le Trentasette Pratiche dei Bodhisattva

Nell'insieme delle possibilità d'esistenza, la condizione umana è praticamente la sola a disporre delle facoltà che permettono di comprendere e di praticare il Dharma. L'esistenza umana tuttavia non costituisce, da sola, condizione sufficiente per la progressione spirituale; in effetti il suo valore può essere molto vario. Sommariamente ci sono tre tipi di esistenza umana.

- La cattiva esistenza umana;
- L'esistenza umana banale;
- La preziosa esistenza umana.

La prima è quella nel corso della quale, in preda alle passioni della mente, si commettono azioni negative e per questo ci si prepara un doloroso divenire. L'esistenza umana banale od ordinaria, senza che sia utilizzata con cattive finalità, non comporta niente di particolarmente buono.

E' l'esistenza banale della maggior parte della gente che passa la vita a non fare niente di molto buono né niente di particolarmente cattivo.

Infine c'è la preziosa esistenza umana; è la condizione umana nella quale è stata stabilita una connessione con la via spirituale e con una guida e nella quale, se si ha fiducia nella via, è possibile praticare, disponendo di tutte le circostanze favorevoli.

❖ ❖ ❖

Questa esistenza è detta preziosa perchè è la base della realizzazione spirituale. A partire da essa è possibile arrivare al risveglio, allo stato di Buddha. E' ancora preziosa per la sua rarità, paragonabile a quella delle stelle in pieno giorno. E' agevole constatarne la rarità attraverso i molti paesi del nostro pianeta: le civiltà di un gran numero di paesi non fanno alcun riferimento al cammino spirituale, centinaia di milioni di persone vivono in un ambiente privo di Dharma.

Anche nei paesi dove esso è accessibile, guardate quanto pochi sono quelli che lo studiano e lo praticano. Vediamo, nelle nostre città, nel nostro villaggio, nel nostro ambiente quanto poco numerosi sono quelli che si trovano nelle circostanze favorevoli: libertà, motivazione, attaccamento spirituale... per consacrarsi veramente al cammino. Dunque, questa preziosa esistenza umana è rara, tanto più che è difficile da ottenere. Che l'abbiamo avuta oggi non è dovuto al caso; è il risultato di azioni positive che abbiamo compiuto anteriormente, con una disciplina giusta, con l'amore e la compassione.

Tutte queste azioni hanno lasciato delle impronte karmiche che ci hanno permesso di nascere nella situazione presente, dotati della preziosa esistenza umana.

Tra voi alcuni hanno fiducia nel Dharma, altri gli accordano almeno un certo interesse o attenzione simpatizzante. In questo voi possedete la preziosa esistenza umana. In passato siamo nati e rinati nel ciclo delle esistenze un numero incalcolabile di volte.

Oggi, abbiamo la preziosa esistenza umana. Se non ci consacriamo alla pratica del Dharma, il nostro comportamento sarà una perdita peggiore di quella di un uomo bisognoso che trascuri di trarre profitto da un tesoro che ha appena scoperto. E, continueremo ulteriormente ad errare indefinitamente nel ciclo delle esistenze. Se sappiamo utilizzarla, può essere il punto di partenza della nostra liberazione. Siamo all'incrocio fra due strade: una sale verso stati di esistenza superiore e verso la liberazione, l'altra scende verso gli stati di esistenza inferiore e noi siamo liberi di intraprendere quella verso l'alto o quella verso il basso. Utilizzare questa preziosa esistenza umana come supporto alla pratica del Dharma e della liberazione, è conferirle il suo senso vero.

URGENZA DELLA PRATICA

Voi, giovani, uomini e donne qui presenti
non pensate che la morte vi arrivi a piccoli passi
essa arriva con la rapidità del lampo! .....

Milarepa - Centomila canti

In genere, tutto quello che è composto è impermanente; così è evidentemente il nostro corpo, risultante dall'assemblaggio di diversi elementi: karma buono e cattivo, seme paterno ed uovo materno, elementi e principio cosciente.

Tutti gli esseri dell'universo sono mortali, quelli del passato sono morti, quelli del presente moriranno e quelli del futuro moriranno anch'essi. Anche noi, di anno in anno, di giorno in giorno, di ora in ora, di minuto in minuto ci avviciniamo al momento della nostra morte e per quanto bravi e forti siamo, non la dissuaderemo.

Anche se siamo veloci a correre, fuggire non ci salverà, per quanto vasta sia la nostra erudizione, le nostre scaltre parole e la nostra eloquenza non cambieranno nulla. Né l'eroismo di un'armata, né l'influenza dei potenti, né un'arma sofisticata, nè la scaltrezza di gente astuta, niente saprà arrestarla così come niente può fermare il sole allorché declina e sparisce dietro le montagne.

❖ ❖ ❖

Nessuno sa quanto vivrà. Alcuni muoiono nel ventre materno, altri alla nascita o prima di riuscire a tenersi in piedi, altri in giovane età, altri in vecchiaia. Incerto è anche ciò che produrrà la nostra morte e nessuno sa che cosa potrà essere: il fuoco, l'acqua, il vento, la folgore, una caduta in un precipizio, una frana, il crollo di un palazzo, un'arma, un veleno, un attacco improvviso, una malattia...

Questa vita è fragile come la fiamma di una candela al vento, una bolla d'aria nell'acqua, una goccia di rugiada su un filo d'erba. Quando arriva la morte senza che ce la siamo augurata, pur senza averne il minimo desiderio dobbiamo lasciare tutto: terra, casa, ricchezze, genitori, figli, famiglia e congiunti... lasciando anche il nostro corpo ce ne andiamo soli, senza libertà e senza amici in quel luogo di terrore che è il Bardo.

Toccherà a tutti, prima o poi. Così, sia che vediamo morire qualcuno o sentiamo parlare della morte o ci pensiamo, dobbiamo tenere presente che la incontreremo anche noi. Mentre siamo in forze abbiamo un colori-

to radioso e siamo felici, non ci pensiamo; ma se una malattia fatale si abbatte su di noi, perdiamo le forze, il nostro splendore sbiadisce, assumiamo l'aspetto livido di un cadavere e siamo infelici. Poi, dopo che tutte le medicine, le cure ed i riti si saranno rivelati inutili, quando niente potrà placare i tormenti della malattia, sapremo che stiamo per morire. Ne saremo spaventati e soffriremo molto, disperati di dover partire da soli, lasciandoci dietro tutto. Dopo la nostra morte, anche quelli che ci amano molto non vorranno che il nostro cadavere resti tra loro più di un giorno o due: la sua vista ispira paura e disgusto, portato dai becchini e lasciando la soglia di casa per l'ultima volta, il nostro corpo sarà condotto al cimitero dove sarà sepolto o bruciato, nessuno ci rivedrà mai più.

❖ ❖ ❖

Quando, nella nostra vita quotidiana vediamo un morto o pensiamo alla morte, in qualsiasi modo entriamo in contatto con essa, dobbiamo riferire la percezione della morte a noi stessi, dicendoci che tale è anche la nostra natura. La nostra vita è come una clessidra che non si ferma mai, ogni istante segue l'altro senza sosta, di istante in istante la vita si esaurisce: siamo lattanti, adulti, vecchi e morti: ogni istante segue l'altro senza sosta. La nostra vita è come una bolla d'aria o una candela: l'impermanenza e la morte sono come il vento. Prendendo cosciénza che questo capiterà a tutti, non dovremmo sin da ora applicarci a praticare il Dharma?

❖ ❖ ❖

Questo prezioso corpo umano che abbiamo ora, sa comunicare, può capire gli insegnamenti, è dotato di tutte le facoltà ed ha incontrato il Dharma. Se lo sprechiamo, non solo dovremo sopportare ancora a lungo la sofferenza che regna nel samsara, ma non avremo più la possibilità di ritrovarne uno simile. E' per questo che dobbiamo assumere la ferma risoluzione di utilizzarlo bene, praticando il Dharma con energia durante il tempo che ci resta in questa vita, breve istante luminoso simile a quello durante il quale il sole fa capolino attraverso le nubi.

(Traduzione dal francese di A. Barbagallo e M.A. Falà)

Una ROSA all'occhiello

di Thich Nhat Hanh

CANTI E RECITAZIONI DI PLUM VILLAGE
Nobili Editore, Matera 2000,pp.,302, L. 35.000

Meditare sull'amore di una madre, meditare sulla propria madre **nelle parole semplici ma toccanti di Thay diviene un mezzo, uno specchio con cui confrontare la nostra** capacità di amore **e di** dono gratuito.

Il pensiero della mamma non può essere separato da quello dell'amore. L'amore è dolce, tenero e delizioso. Senza amore un bambino non fiorisce, un adulto non matura. Senza amore si perdono le forze e ci si immalinconisce.

Il giorno in cui morì mia madre scrissi queste parole sul mio diario:

"Mi è capitata la più grande disgrazia della vita!".

Persino una persona anziana non si sente pronta quando perde la propria madre. Si ha l'impressione di non essere ancora maturi e ci si ritrova improvvisamente soli, ci si sente abbandonati e infelici come un bambino orfano.

Tutti i canti e i versi che rendono lode alla maternità sono belli, di una bellezza immediata. Anche poeti e scrittori di canzoni di non grande talento riversano tutti se stessi in queste opere, e coloro che le eseguono o le recitano ne sembrano profondamente coinvolti e commossi, anche se hanno perduto la propria madre tanto presto da non sapere cosa sia l'amore per la mamma. Da sempre in tutto il mondo si è scritto per celebrare le virtù della maternità. Quando ero molto piccolo mi capitò di sentire una semplice poesia sulla perdita della madre che è tuttora molto importante per me. Se vostra madre è ancora viva, ogni volta che la leggerete potrete sentire tutto il vostro amore per lei e insieme la paura per quell'evento lontano eppure inevitabile.

"Quell'anno, benché fossi ancora molto giovane,
mia madre mi lasciò,
e compresi che ero un orfano.
Tutti piangevano attorno a me.
Io soffrivo in silenzio.
Lasciando cadere le lacrime
sentii il dolore affievolirsi.
Il crepuscolo avvolse la tomba della mamma.
La campana della pagoda suonò con dolcezza.
Avevo compreso che perdere la madre
è come perdere l'intero universo."

Per molti anni nuotiamo in un mondo di tenero amore e, senza neanche rendercene conto, siamo molto felici. Ce ne accorgiamo solo quando è troppo tardi.

In campagna non si capisce il linguaggio complicato di coloro che vivono in città. Quando dicono che la mamma è un tesoro da amare dicono una cosa già troppo complicata. La gente di campagna, in Vietnam, paragona la madre alle più prelibate varietà di banana o al miele, al riso dolce o allo zucchero di canna. Esprimono il loro amore in modo semplice e diretto: per me una mamma è come una banana ba huong della migliore qualità, il miglior riso dolce nep mot, il più squisito zucchero di canna mia lau!

Dopo una febbre alta ci sono dei momenti in cui si ha la bocca amara. Non si sentono i sapori, e nulla sa di buono. Soltanto quando arriva la mamma ci si sente subito ristabiliti e circondati dalla dolcezza del suo amore: ci rimbocca le coperte, poi mette la mano sulla fronte che scotta (ma è veramente una mano oppure è seta celestiale?) e sussurra con gentilezza: *"Povero tesoro!"*. Il suo amore è profumato come una banana, come il riso dolce, come lo zucchero di canna.

Il mestiere di padre è una fatica enorme, vasta quanto una montagna. La dedizione della mamma è straripante, come acqua di sorgente. L'amore materno è il primo che assaporiamo, l'origine di tutti i sentimenti d'amore. La mamma è la nostra prima maestra di amore, che nella vita è la materia più importante. Senza mia madre non avrei mai imparato come si ama. Grazie a lei sono capace di amare coloro che mi circondano. Grazie a lei sono capace di amare tutti gli esseri viventi. Da lei ho acquisito le mie prime nozioni sulla comprensione e sulla compassione.

La mamma è il fondamento di tutte le forme di amore e molte tradizioni religiose lo riconoscono, e venerano una figura materna, come la Vergine Maria o la dea Kuan Yin. Appena un neonato apre la bocca per piangere, già sua madre accorre alla culla. La mamma è uno spirito gentile e dolce che fa scomparire l'infelicità e le preoccupazioni. Quando la parola mamma viene pronunciata, subito sentiamo i nostri cuori traboccare di amore. Con l'amore si abbrevia la distanza fra intenzione e azione.

❖ ❖ ❖

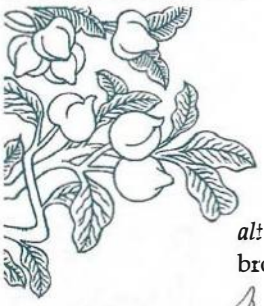
A maggio si celebra la Festa della Mamma in Occidente. Io provengo dalla campagna vietnamita e non avevo mai sentito parlare di questa tradizione. Un giorno, mentre visitavo la Ginza, a Tokyo, insieme al monaco Thien An, incontrammo fuori da una libreria un gruppo di studenti giapponesi suoi amici. Uno di loro, con discrezione, fece una domanda al monaco, poi tirò fuori dalla sua borsa un garofano bianco e lo appuntò sulla mia veste. Ne fui sorpreso, e anche un po' imbarazzato: non sapevo come interpretare quel gesto e non osavo chiedere. Provai così a comportarmi con naturalezza, pensando che fosse un'usanza del luogo.

Quando ebbero finito di parlare (io non capisco il giapponese), Thien An ed io entrammo nella libreria e lui mi spiegò che quel giorno era la festa della mamma. In Giappone, se la propria madre è ancora viva ci si appunta un fiore rosso su una tasca o sul bavero. Se non lo è più, il fiore è bianco. Guardai allora il fiore bianco sulla mia tunica e mi sentii improvvisamente tanto infelice. Ero un orfano come tanti, uno qualunque fra i poveri orfani, che non possono più portare con orgoglio un fiore rosso all'occhiello. Quelli che portano i fiori bianchi soffrono, e non possono fare a meno di tornare col ricordo alla propria mamma. Non riescono a dimenticare che non c'è più. Quelli che portano i fiori rossi, invece, sono felici al pensiero che la propria madre è ancora con loro. Possono ancora provare a renderla felice prima di perderla, prima che sia troppo tardi. Trovo bella questa usanza. Propongo di adottarla anche in Vietnam e in Occidente.

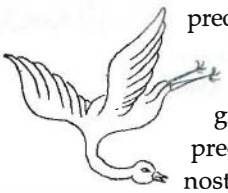
❖ ❖ ❖

La madre è una fonte infinita di amore, un tesoro inesauribile. Purtroppo, qualche volta, lo dimentichiamo. Una madre è il dono più bello che la vita ci può riservare. Voi che avete ancora la mamma al vostro fianco, vi prego, non aspettate la sua morte per dire a voi stessi: *"Mio Dio, ho vissuto accanto a mia madre per tutti questi anni senza neanche prestarle attenzione, solo brevi occhiate e due parole per chiederle soldi o qualche*

Thich Nhat Hanh
Thay **per i suoi discepoli, è un monaco vietnamita di tradizione Thien Lam Teche. Da anni vive in occidente e si adopera per diffondere un insegnamento che educhi alla pace e alla non violenza. Nel 1982 ha fondato in Francia, presso Bordeaux,** Plum Village, **un monastero e centro di pratica per laici divenuto rapidamente punto di riferimento per migliaia di praticanti, costruttori di pace, terapeuti e artisti.**



altra cosa". Vi accoccolate vicino alla mamma per riscaldarvi, le tenete il broncio, vi arrabbiate con lei. Fate di tutto per complicarle la vita, la fate preoccupare, a scapito della sua salute. A causa vostra va a dormire tardi e si sveglia presto. Molte madri muoiono giovani a causa dei loro figli. Per tutta la vita ci aspettiamo da lei che prepari da mangiare, che lavi e pulisca tutto quello che sporchiamo, mentre noi ci preoccupiamo solo dei nostri risultati e della nostra carriera. Le nostre madri non hanno più il tempo per guardarci con attenzione e noi siamo troppo occupati per prendercene cura. Soltanto quando non c'è più, ci rendiamo conto che abbiamo avuto una madre, ma non ce n'eravamo mai accorti.



❖ ❖ ❖

Stasera, tornando da scuola o dal lavoro, o, se vivete lontano, la prossima volta che farete visita a vostra madre, potreste entrare nella sua stanza e, con un sorriso calmo e silenzioso, sedervi accanto a lei. Non dite nulla, fate in modo che faccia una pausa nel suo lavoro. Poi guardatela a lungo, con profonda attenzione, per vederla e rendervi conto che è lì, viva, al vostro fianco. Prendetele la mano e, per ottenere la sua attenzione, ponetele questa semplice domanda: *"Mamma, sai una cosa?"*. Lei sarà un po' stupita e probabilmente sorriderà nel chiedervi *"Che cosa c'è, mio caro?"*. Continuate a guardarla negli occhi, sorridendo serenamente, e ditele: *"Lo sai che ti voglio bene?"*.

Non aspettatevi una risposta. Anche se avete trenta o quaranta anni o più, ditelo come se foste ancora il suo bambino. Sarete felici tutti e due, consapevoli di vivere nell'amore eterno. Domani, quando lei vi lascerà, non avrete rimpianti.

Durante la festa di Ullambana, in Vietnam, ascoltiamo storie e leggende sul bodhisattva Maudgalyayana e sull'amore filiale, il lavoro del padre, la dedizione della madre e i compiti dei figli. Ognuno prega per la longevità dei propri genitori oppure, se questi sono morti, per la loro rinascita nella celestiale Terra Pura. Per noi un figlio senza amore filiale è senza valore. Ma la dedizione filiale nasce dall'amore stesso: senza amore, la dedizione filiale è solo una formalità.

Quando c'è l'amore c'è tutto e non serve parlare di obblighi. Amare vostra madre è già sufficiente. Non è un dovere, è qualcosa di assolutamente naturale, come bere quando si ha sete. Ogni figlio deve avere una madre ed è del tutto naturale che la ami. La madre ama suo figlio **e** il figlio ama sua madre. Il figlio ha bisogno di sua madre e la madre ha bisogno di suo figlio. Se la madre non ha bisogno di suo figlio e il figlio non

ha bisogno di sua madre, la madre non è una madre e il figlio non è un figlio. Si tratta di un uso improprio delle parole "madre" e "figlio".

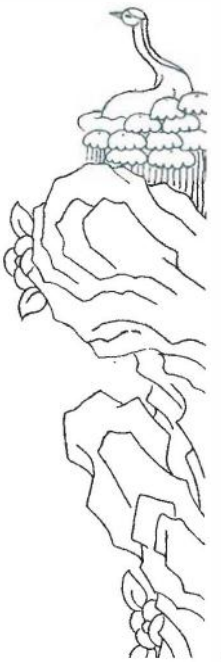
❖ ❖ ❖

Quando ero piccolo uno dei miei insegnanti mi chiese: "Che cosa devi fare se ami tua madre?". Io risposi: *"Devo obbedirle, aiutarla, prendermi cura di lei quando invecchierà, pregare per lei e tenere ordinato l'altare degli antenati quando sarà scomparsa per sempre dietro la montagna"*. Ora so che il "che cosa" in quella domanda era superfluo. Se ami tua madre non devi fare nient'altro: la ami e questo è sufficiente. Amare tua madre non è una questione di integrità o di virtù.

Vi prego, non pensate che abbia scritto tutto questo per darvi lezione di morale. Amare la madre giova moltissimo. Una madre è come una sorgente di acqua pura, come il più pregiato zucchero di canna o miele, come riso dolce della migliore qualità. Se non sapete come trarne beneficio è un peccato per voi. Io voglio solo richiamare la vostra attenzione. Voglio aiutarvi a evitare che un giorno vi troviate a lamentarvi perché la vostra vita non vi dà nulla. Se non riesce a soddisfarvi un dono come la presenza di vostra madre, probabilmente non sarete mai soddisfatti, anche se siete il presidente di un'importante società o il re dell'universo. So che il Creatore non si sente felice, perché il Creatore nasce spontaneamente e non ha la fortuna di avere una madre.

❖ ❖ ❖

Vorrei raccontare una storia. Vi prego, non giudicatemi un irresponsabile. Mia sorella avrebbe potuto non sposarsi ed io non diventare un monaco. Fatto sta che tutti e due lasciammo nostra madre: lei per condurre una nuova vita accanto all'uomo che amava, io per seguire un ideale di vita che adoravo. La sera prima del matrimonio di mia sorella, mia madre si preoccupava di centomila cose e non sembrava neanche triste. Ma mentre ce ne stavamo seduti a tavola per un piccolo rinfresco, aspettando che la famiglia dello sposo passasse a prendere mia sorella, mi accorsi che mamma non aveva toccato cibo. Disse: *"Per diciotto anni ha mangiato con noi e oggi sarà il suo ultimo pasto qui, prima di andare in un'altra casa"*. Mia sorella piangeva, con la testa china sul piatto: *"Mamma, non mi sposo più"*. Invece si sposò. Quanto a me, ho lasciato la mamma per diventare un monaco. A coloro che sono fermamente decisi a lasciare le proprie famiglie e a diventare monaci si dice, per congratularsi, che stanno seguendo il cammino della comprensione, ma io non sono fiero di questo. Amo mia madre, ma ho anche un ideale, e per servirlo ho dovuto lasciarla. Dunque, peggio per me. Spesso nella vita è



necessario fare delle scelte difficili. Come dice il proverbio, non si possono pescare due pesci contemporaneamente. La cosa difficile è che se accettiamo di crescere dobbiamo accettare di soffrire. Io non sono pentito di avere lasciato mia madre per diventare un monaco, ma mi dispiace di essere stato costretto a questa scelta. Non ho avuto la possibilità di trarre pienamente profitto da questo prezioso tesoro. Ogni notte prego per mia madre, ma non ho più la possibilità di assaporare la squisita banana ba huong, il riso dolce nep mot della migliore qualità, né il delizioso zucchero di canna mia lau. Non pensate che vi stia invitando a non seguire le vostre inclinazioni e a restare a casa vicino a vostra madre. Come ho già detto, non sono qui per dare consigli o lezioni di morale. Voglio solo ricordarvi che una madre è come un buon riso, come il miele, come lo zucchero. È tenerezza, è amore, e dunque, cari fratelli e sorelle, non dimenticatela. Dimenticare genera una perdita immensa. Così spero per voi che non siate costretti, per ignoranza o mancanza di attenzione, a sopportare una tale perdita.

Io con gioia vi ho appuntato all'occhiello un fiore rosso, una rosa, così che siate felici. E questo è tutto.

❖ ❖ ❖

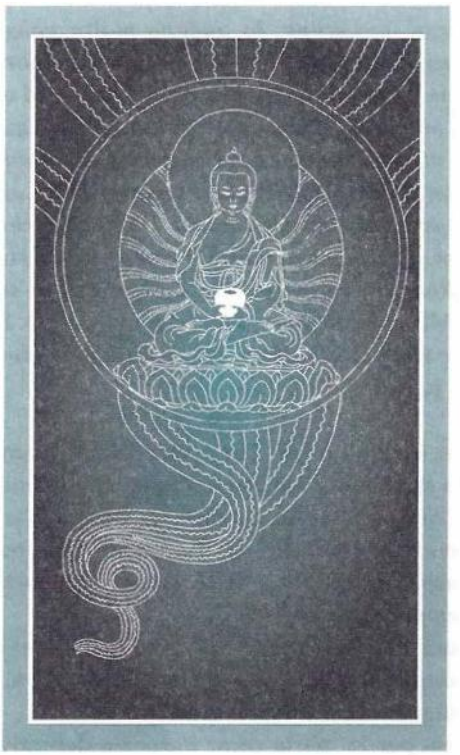
Se mai dovessi dare un consiglio sarebbe questo: stasera, tornando da scuola o dal lavoro, o la prossima volta che farete visita a vostra madre, entrate nella sua stanza, con calma, in silenzio, sorridendo, e sedetevi accanto a lei. Non dite nulla, fate in modo che lasci da parte il suo lavoro. Guardatela a lungo, guardatela bene, così che possiate vederla con chiarezza e rendervi conto che è lì, viva, al vostro fianco. Poi prendetele la mano e domandatele con semplicità: *"Mamma, sai una cosa?"*. Lei sarà un po' stupita e vi chiederà, sorridendo: *"Che cosa, mio caro?"*. Continuando a guardarla negli occhi, ditele con un sorriso sereno: *"Lo sai che ti voglio bene?"*. Non aspettatevi una risposta. Anche se avete trenta o quaranta anni o più, diteglielo e basta, perché siete suo figlio.

Sarete felici tutti e due, consapevoli di vivere nell'amore eterno. E domani, quando lei vi lascerà, non avrete nessun rimpianto.

L'INSEGNAMENTO BUDDHISTA *sulla* MORTE

di Corrado Pensa

Dal n°2, anno IV, maggio-agosto 2000, di BUONE NOTIZIE *(rivista a cura dell'associazione culturale* RETE DI INDRA *che ringraziamo), pubblichiamo la trascrizione di un discorso tenuto a Milano il 10 febbraio '99 da* CORRADO PENSA *per presentare il libro* CHI MUORE *di Stephen Levine, di cui é stato pubblicato un estratto in* DHARMA *n. 1.*



Alcune riflessioni sul tema della morte scaturite dalla stimolante lettura del libro Chi Muore di Stephen Levine, ora pubblicato anche in italiano.

Tema di questa sera è una riflessione sull'insegnamento del Buddha sulla morte, che è stata stimolata dalla pubblicazione del libro *Chi muore?*, di Stephen Levine, autore che si è occupato a lungo di meditazione e che, da un certo momento in poi, si è dedicato all'assistenza a malati terminali, con seminari molto apprezzati, rivolti sia a persone che stanno vicino a malati terminali, sia ai malati stessi. Dal materiale proveniente da questi seminari è nato questo libro *Chi muore?* tradotto adesso anche in italiano. [1] Quindi, faremo questa chiacchierata facendo la spoletta tra il Buddha e Stephen Levine, considerando entrambi i modi, quello antico e classico del Buddha e quello contemporaneo di Stephen Levine.

Comincerei da una citazione di un autore più recente di Stephen Levine, Rodney Smith, che è anche lui insegnante di meditazione e direttore di una casa per malati terminali negli Stati Uniti. Il libro di

[1] STEPHEN LEVINE, *Chi muore?*, Edizioni Sensibili alle Foglie, Roma 1998, disponibile presso la Rete di Indra, Roma, via Gorizia 25/c 00198 Roma.

Rodney si chiama *Lezioni dai morenti.* In un capitolo di questo libro, leggiamo:

"In una delle aeree più violenta e degradata della città, viveva Roxanne, una donna simpaticissima. Anche lei si stava avvicinando alla morte. Ricordo che nel bel mezzo del suo soggiorno, a casa sua, c'era un'apertura nel pavimento, e da lì entravano e uscivano polli e galline che stavano sotto la casa e Roxanne, quando ancora ne aveva la forza, li scacciava con una scopa. Io andavo molto volentieri a fare visita a Roxanne, perché Roxanne irraggiava fiducia, umorismo e calore. La sua accettazione della morte era straordinaria. Ogni volta che la salutavo, mi sentivo più fresco, come se lei mi avesse dato qualcosa che andava al di là della visita. Roxanne sapeva qualcosa sul morire che io non sapevo, perciò mi sorprendevo a voler imparare da lei, anche se ero io ad avere il ruolo di assistente professionista. Dopo parecchie settimane, le chiesi come avesse risolto la sua morte, e come potesse starsene così tranquilla e in pace. Roxanne mi guardò con un'espressione serena e senza tempo e mi disse: "Mio caro, la morte non mi spaventa più. Due dei miei figli sono morti tra le mie braccia. Ho potuto guardare la morte negli occhi e i suoi occhi sono gentili" [**2**].

❖ ❖ ❖

Dunque, siamo davanti a una dimensione di amicizia per la morte. E' quella stessa amicizia che sentiamo risuonare in grandi autori spirituali, cito per esempio la maestra vivente Vimala Thakar: ***"Non c'è miglior amico della morte. E' il grande, il supremo Amico. Il grande Amico ci aspetta alla porta. Ricorda questo e tutto il resto sarà perfettamente semplice e facile"*** [**3**].

Anche qui, allora, la morte vista in una luce del tutto diversa da quella luce sinistra del cupo falciatore con la clessidra, che per tanti secoli è stata la raffigurazione abituale della morte.

L'amicizia per la morte come garanzia definitiva di nutrire amicizia per la vita tutta intera, dunque garanzia di quell'amore incondizionato che è l'altra faccia della sapienza. L'esempio di Roxanne è bello e incoraggiante, perché ci mostra al vivo, in un contesto molto domestico e lontano da bagliori spirituali, come questo potenziale positivo sia dentro di noi. In genere, occorre un lungo lavoro interiore per farlo emergere, ma a volte ci sono o delle predisposizioni personali particolarmente forti o degli incidenti, per esempio la morte di una persona cara o la propria morte, che lo portano in superficie, con sorpresa della stessa persona.

Inutile dire che ben più spesso la morte è vissuta non come amica,

[**2**] RODNEY SMITH, *Lessons from the Dying*, Wisdom Publications, Boston 1998, pp. 32-33.

[**3**] VIMALA THAKAR, *Life as Yoga*, Delhi 1977, p. 82.

[**4**] Cit. in V. F. GUNARATNA, *Buddhist Reflections on Death*, Buddhist Publication Society, Kandy, Sry Lanka 1966, pp. 37-40.

bensì come il nemico più grande e assoluto. Vediamo un paio di casi nelle scritture buddhiste [4].

In questi due casi che considereremo, il punto di partenza è proprio un'avversione incondizionata nei confronti della morte. Sono due donne. La prima si chiama Patachara e le scritture descrivono la sua storia drammaticissima. In viaggio con il marito e due figli, il marito muore, perché morso da un serpente. Lei rimane con i due figli, ma il più grande viene travolto da un fiume in piena, il più piccolo viene portato via da un rapace. Questo avviene durante un viaggio in cui Patachara va a trovare i genitori e il fratello. Mentre, avendo perduto il marito e i figli, si dirige verso la casa dei genitori, incontra un gruppo di persone provenienti dal villaggio della sua famiglia, dal quale si leva un'enorme colonna di fumo: queste persone le spiegano che una terribile tempesta ha travolto il villaggio e quel fumo è il fumo di una grande pira funeraria sulla quale giacciono anche i genitori e il fratello di Patachara. Patachara sta per impazzire. Le consigliano di rivolgersi al Buddha che si trova nelle vicinanze. Il Buddha, in questo occasione, tocca un tema che per noi occidentali o è lontano o è vicino in maniera superficiale, cioè il tema del karma, il tema in relazione alle vite passate. Il Buddha dice a Patachara: ***"Pensi che sia la prima volta che piangi per la morte di qualcuno? Ti è successo moltissime volte, talmente tante che per accogliere le tue lacrime non basterebbero i quattro oceani".*** Un'immagine indubbiamente forte che ricorre spesso nelle scritture canoniche, quando si parla del dolore che abbiamo accumulato in una serie infinita di esistenze precedenti. Le lacrime che vengono da questo dolore, si dice, non basterebbero a colmare i quattro oceani della cosmologia dell'epoca.

In altri termini: qual è il succo di questo insegnamento? E' l'affermazione del carattere universale, comune e continuo della morte. Ti è successo tante volte e succede a tutti tante volte, succede in continuazione. Questo insegnamento così apparentemente semplice circa l'universalità e il carattere comune e continuo della morte, veicolato da un maestro della portata del Buddha, fa sì che qualcosa si sciolga nella disperatissima Patachara e le scritture descrivono che proprio in quel momento lei compie un salto di piano, raggiungendo il primo stadio della liberazione. Dall'abisso di dolore, attraverso questo insegnamento, impartito dalla persona giusta, al momento giusto, Patachara ha questo ribaltamento e approda a quella che si chiama l'entrata nella corrente.

L'altro caso è quello di Kisagotami. Kisagotami ha perso il suo bambino, ma non accetta assolutamente la cosa, per cui si aggira con il corpo del

Corrado Pensa
Già ordinario di Religioni e Filosofie dell'India presso l'Università 'La Sapienza' di Roma, Corrado Pensa è insegnante di Dharma e di meditazione presso l'Associazione per la meditazione di consapevolezza **(A.ME.CO.) di Roma e presso** l'Insight Meditation Society **di Barre negli Stati Uniti. E' autore del libro** *La tranquilla passione*, **edito da Ubaldini.**

bambino morto e chiede a tutti un rimedio per riportarlo in vita. Anche lei viene indirizzata al Buddha. E il Buddha le dice: ***"Sì, io ho questo rimedio, ma perché possa funzionare, tu mi devi portare un grano di senape bianca e questo grano di senape bianca deve venire da una casa in cui non c'è stata nessuna morte"***. E si trattava di case di una cultura tradizionale in cui si vive per generazioni. Kisagotami comincia ad andare in giro e naturalmente si sente rispondere regolarmente: ***"In questa casa contiamo un numero di morti maggiore che il numero di vivi"***.

Quindi, a poco a poco, sentendosi rispondere in questo modo, Kisagotami è come se ritornasse in sé, si dà pace e seppellisce il suo bambino. Di nuovo, parla col Buddha che le sottolinea il carattere universale, naturale della morte. E anche qui le scritture dicono: ***"Kisagotami, ascoltando il Buddha, ha un salto"***. Di nuovo, dalla disperazione al primo grado della liberazione. La realizzazione dell'universalità, della naturalezza, dell'impersonalità della morte.

❖ ❖ ❖

Perché impersonalità? E' diverso il vederla in questa prospettiva che non il viverla, come comprensibilmente succede, ossessivamente, come un fatto unico. E' il contrario, l'insegnamento dice: ***"Tutto è fuorché un fatto unico"***. Ma l'insegnamento riesce a penetrare, non rimane a livello teorico il che non sortirebbe alcun effetto. C'è, cioè, una realizzazione, in questi due casi, del carattere assolutamente universale e naturale della morte. Cosa significa? Una radicale accettazione della morte.

Ora, conviene rivolgerci ad alcuni insegnamenti del Buddha sulla meditazione in relazione alla morte. La pratica in questione si chiama in lingua pali: *marana-sati*. Marana significa morte, ha la stessa radice di morte e *sati*, oltre al significato di consapevolezza, in questo caso conserva il significato di ricordo e riflessione. Proprio come il *memento mori* della tradizione occidentale.

Ricordarsi della morte. Tant'è vero che la pratica più semplice della *marana-sati* consiste nel riportarsi alla mente la frase: *"marana bhavissati"*,

che vuol dire ***"ci sarà la morte", "arriverà la morte"***. Solo questa frase: " *marana bhavissati", 'bhavissati',* il futuro del verbo essere.

Ricordarsi della morte, riflettere sulla morte, essere consapevoli delle proprie reazioni di fronte alla morte. Ci viene detto in diversi luoghi delle scritture, con una certa enfasi, che, se la *marana-sati,* la meditazione sulla morte è ben sviluppata, è ben addestrata, ciò porterà molto frutto e molto beneficio. E si va nei particolari di questi frutti e benefici, dicendo che questa potente meditazione aiuta l'accesso al senza morte. Alla dimensione che non nasce e che non muore, l'assoluto, l'incondizionato.

Sentiamo su questo argomento Stephen Levine. Vorrei aggiungere che uno dei pregi di Levine è che aiuta a tradurre in un linguaggio e in una sensibilità contemporanea antichi insegnamenti. Si rifà infatti a maestri di varie tradizioni, non tanto nello scrivere il libro, quanto nello svolgere il suo lavoro di assistente per i malati terminali.

"Il corpo muore, - dice Levine - ***la mente cambia di continuo, ma in qualche modo, dietro tutto ciò vi è una presenza che qualcuno chiama il 'senza morte', che è immutabile, che è semplicemente ciò che è. Nascere pienamente significa entrare in contatto con esso, sperimentare anche per un solo istante la vastità che esiste al di là della nascita e della morte, emergere in un mondo di paradosso e di mistero senza altri strumenti se non la consapevolezza e l'amore"*** [**5**].

Vorrei ricordare il contributo di Krishnamurti. Riassumendo una serie di osservazioni che Krishnamurti fa sulla morte, ecco che cosa emerge:

"Noi non accettiamo la morte, perché la mente è abituata e compulsivamente dedita ad accumulare, sia sul versante esterno, sia sul versante interno, per esempio accumulare esperienze spirituali. Questa accumulazione porta a pensare sempre in termini di tempo, a essere schiavi del tempo. Solo la mente che è libera da questo perseguire avidamente tutte le possibili forme di sicurezza o pseudosicurezza, la mente che è libera dal desiderio di immortalità personale, è la mente capace di conoscere che cos'è l'immortalità" [**6**].

O il 'senza morte', l'*amata-dhamma,* per usare il linguaggio buddhista. Sono parole profonde che vanno al cuore, sia della pratica spirituale in generale, sia della pratica spirituale relativa alla morte. Perché in Krishnamurti, come nel Buddha, dire pratica spirituale significa automaticamente dire pratica sulla morte e, al contrario, dire pratica sulla morte significa dire pratica spirituale. Prima di considerare più da vicino la

[**5**] LEVINE, op. cit., p. 44.

[**6**] Cfr. KRISHNAMURTI, *On Living and Dying,* Harper, San Francisco 1992, passim e in particolare pp. 6-7, 12 (trad. it. *Sul vivere e morire,* Roma, Ubaldini Editore).

meditazione sulla morte nel Buddha, vorrei osservare che a volte il ricordo della morte, la *marana-sati*, è deliberatamente evocato per suscitare un senso di urgenza spirituale. Andiamo alle scritture e nel *Samyutta Nikaya* leggiamo che un giorno un re dell'epoca, il re Pasenadi, va a rendere visita al Buddha. E il Buddha gli chiede:

"Vostra Maestà, che cosa vi ha portato qui a metà del pomeriggio e che cosa stavate facendo?". Pasenadi risponde: ***"Oh, mi occupavo di quelle cose di cui si occupano i guerrieri e i re, ossia l'intossicazione per il potere e l'avida ricerca di tutti i possibili piaceri sensoriali"***. Evidentemente, a Pasenadi non mancava la sincerità. Il Buddha gli dice: ***"Immagina, o re, che una persona molto affidabile arrivi di corsa, annunciando che da est una montagna alta fino a toccare le nubi sta avanzando, travolgendo e distruggendo tutto ciò che incontra sul suo cammino. E immagina che questa persona ti dicesse: 'La situazione è questa, fai tutto quello che pensi di dover fare'"***.

❖ ❖ ❖

E questo medesimo esempio è ripetuto con altre tre persone, una che proviene da ovest, una che proviene da nord, una che proviene da sud. Quindi, lo scenario è di quattro montagne alte fino alle nubi che avanzano chiudendo. ***"Allora, Vostra Maestà,*** - domanda il Buddha - ***che cosa risponderesti?"*** E Pasenadi rispone: ***"Se questa è la situazione, se questo è il pericolo, allora la cosa da fare è vivere una vita secondo il Dharma, è perseguire subito il bene"***. E il Buddha dice: ***"Bene, Maestà, ti assicuro che la morte sta avanzando verso di te. Che cosa pensi che sia giusto fare?"***. Pasenadi non può che rispondere: ***"Perseguire il Dharma, cercare subito il bene"*** [**7**].

A volte, mi è sembrato che questa potente immagine delle quattro montagne che ci chiudono, a meno che non sia ansiogena, possa suscitarci un desiderio di urgenza spirituale, di prendere rifugio nel lavoro interiore, cioè di vedere l'importanza relativa di questo e quello e di vedere invece quello che conta, perché le quattro montagne si stanno effettivamente avvicinando.

Allora, modalità della *marana-sati*, della meditazione sulla morte: a me sembra che possiamo parlare di pratiche specifiche e pratiche non specifiche, vale a dire che ci sono delle pratiche che hanno la morte come oggetto, mentre in altre situazioni ci troviamo davanti all'esortazione di praticare secondo i modi comuni della pratica in punto di morte, cioè non viene data una pratica specifica, semplicemente si ricorda l'importanza di praticare e di affrontare la morte con i soliti strumenti della pratica inse-

gnata dal Buddha, dunque la consapevolezza, la comprensione, la compassione.

Quella più semplice e molto profonda tra le pratiche specifiche è quella di ripetersi "ci sarà la morte", *marana bhavissati*. Un testo importante, successivo ai discorsi del Buddha, il *Visuddhimagga*, un commentario del V secolo, aggiunge che questa frase che siamo invitati a ripeterci mentalmente, è una frase che va detta con attenzione, con comprensione e con un senso di urgenza, non è una frase alla quale va imputato qualche magico valore per la semplice ripetizione.

A questo proposito, c'è un avvertimento da fare: se siamo depressi, queste pratiche sono controindicate. Vale a dire, invece di suscitare un sostanziale rasserenamento e accettazione, hanno l'effetto contrario, cioè quello di suscitare ulteriore depressione.

Se siamo depressi, faremo pratiche, per esempio, nel segno della benevolenza, dell'amore universale, di quella che in lingua pali si chiama *Metta*, ad alte dosi, e questo ci farà molto bene, a meno che la depressione non ci impedisca, con tipica modalità autodistruttiva, di fare quello che ci fa bene. E quando siamo, in buona misura, usciti dalla depressione, allora potremo avvicinarci al tema della morte.

❖ ❖ ❖

Un'altra pratica specifica importante è la pratica dei 'cinque ricordi' o cinque fatti: io sono soggetto all'invecchiamento, non sono al di là dell'invecchiamento; io sono soggetto alla malattia, non sono al di là della malattia; io sono soggetto alla morte, non sono al di là della morte; io sarò inevitabilmente separato da tutto ciò che mi è caro; io raccolgo gli effetti delle mie azioni. Questi sono i cinque fatti o i cinque ricordi [**8**].

Da notare che l'ultimo ricordo, io raccolgo gli effetti delle mie azioni, non ha bisogno di essere pensato in un contesto di vite passate, vite future, basta pensare alle azioni e agli effetti delle azioni compiute in questi giorni, in questi mesi, in questi anni, in questa vita, azioni mentali, azioni vocali, azioni fisiche.

A cosa servono i cinque ricordi? A familiarizzarci con la verità, mettendo l'accento sul familiarizzarci, più che sulla verità. Perché siamo tutti d'accordo che questa sia la verità, quanto a volercisi familiarizzare, è un altro discorso. Questo è il contrario quindi dell'ignorare, negare, rimuovere questi cinque fatti.

La psicologia ci insegna che, se noi neghiamo e rimuoviamo, questo non diminuirà la sofferenza, ma la accrescerà, ci ritroveremo per esempio, con un'ansia diffusa di cui non sappiamo l'origine, ci troveremo a rispon-

[**7**] Samyutta-Nikaya, III, 25.

[**8**] Cfr. per esempio Anguttara Nikaya, V, 57.

dere in maniera ansiosissima davanti a cose di piccola rilevanza.

Il 'familiarizzarci con' è il contrario del mettere sotto, del reprimere. Sono pratiche da fare in maniera periodica, ripetuta, cosciente, vigile. Allora, come si lavora, una volta fatto il riconoscimento dei cinque fatti fondamentali? Prendiamo il ricordo, o il fatto, 'io sono soggetto all'invecchiamento'. Il testo ci dice che è facile essere ubriachi di giovinezza, anzi dice che la tipica ubriacatura della giovinezza è quella di essere ubriachi di giovinezza, e quindi essere completamente ciechi a questo fatto. Il testo continua dicendo che io, riscontrando in me questa ubriacatura che mi porta ad agire ciecamente, come se non esistessero i cinque fatti, debbo rivolgere spesso la consapevolezza e la comprensione a questo squilibrio, a questa ubriacatura, a questo non voler vedere.

Notate: porto spesso consapevolezza e comprensione, cioè la punta di diamante della pratica insegnata dal Buddha: *sati-pañña*, consapevolezza e comprensione. Cioè sento questo movimento di squilibrio e non accantono la consapevolezza, al contrario la risveglio ulteriormente e ce la porto sopra, spesso. Molti abbandoni di queste pratiche vengono dalla mancanza di quello 'spesso', cioè le persone provano qualche volta e dopo di che dicono: ***"Non funziona, non è come me l'aspettavo"***.

❖ ❖ ❖

Succede, ci dice la tradizione, che questa ubriacatura di giovinezza, che acceca, o scompare o diminuisce. Un grosso inquinante viene seriamente intaccato dalla pratica spirituale, dal fatto di riconoscerlo, di non ignorarlo, negarlo, e quindi riconoscerlo e riconoscerlo ancora con tersa consapevolezza. Osserviamo che è un misto di pratica specifica e non, infatti i temi sono relativi alla morte, ma la pratica usata non è quella del ripetersi: 'la morte ci sarà', ma è la pratica abituale di consapevolezza e di comprensione. Questa medesima procedura che abbiamo nominato a proposito del primo fatto viene ripetuta per ognuno degli altri. In ognuno, ci mettiamo davanti al nostro atteggiamento corrente e ci portiamo sopra, dopo aver fatto quel riconoscimento, la consapevolezza. Allora, rendiamoci conto che là dove si dice che questo atteggiamento diminuisce o scompare, si parla di un risultato enorme. Perché è una modificazione in profondità di qualcosa di profondamente abituale. Stiamo parlando di un crescendo di libertà dalla paura e dall'attaccamento di tutti i tipi. Come è stato detto da qualcuno: "Stiamo facendo risplendere la luce della morte sulla vita".

Ma questi testi che ci parlano dei cinque fatti non si fermano qui, c'è un sigillo e questo sigillo è la realizzazione della universalità della morte.

Infatti, la parte finale di questa meditazione sui cinque fatti è che si ripassano i cinque fatti, dicendo su ognuno: ***"Io non sono il solo a essere soggetto a vecchiaia, malattia e morte. Non capita solo a me di essere soggetto a vecchiaia, malattia e morte"***. Qualcuno forse sarà perplesso, pensa: "Lo sapevamo". Il fatto è che lo sappiamo e non lo sappiamo. Lo sappiamo, ma non è 'in circolo' questa incredibile interconnessione, comunanza, universalità della morte. Quindi, di nuovo, il disincapsulamento dall'io-mio e l'accesso a questa universalità, naturalezza, impersonalità della morte. E' liberante, non è un fatto personale, personalistico, unico; è un fatto universale, naturale, impersonale. Certo questa prospettiva completamente diversa dalla prospettiva nella quale ci troviamo in genere richiede un tirocinio, un lavoro; a meno che non si abbiano quelle predisposizioni speciali che hanno persone come Roxanne.

Vediamo ancora un esempio di esortazione alla pratica del Dharma in punto di morte. C'è un laico molto famoso e molto generoso, Anathapindika, che è molto malato. Allora, Sariputta, uno dei discepoli più importanti del Buddha, considerato il più saggio, e Ananda, il fedele assistente del Buddha, gli chiedono: "Come stai, Anathapindika?". "Male". risponde Anathapindika. "Ma i dolori diventano più forti o meno forti?". "Più forti". risponde Anathapindika. E ogni volta che gli rifanno la domanda, risponde: "Ancora più forti". ***"Allora,*** - gli dicono Sariputta e Ananda - ***devi praticare il non-attaccamento riguardo ai sensi, riguardo alla mente, riguardo alla percezione che i sensi e la mente generano, riguardo alla sensazione, piacevole o spiacevole, che viene dalla percezione, riguardo a emozioni, stati d'animo, che vengono in presenza della percezione e della sensazione. Tu devi esercitare il non-attaccamento nei confronti di tutto questo"*** [**9**].

Siamo di nuovo di fronte a un'ingiunzione di pratica esattamente uguale all'ingiunzione di pratica di base, solo che viene data in punto di morte: pervenire al non-attaccamento, cioé all'equanimità, che è la fonte della saggezza e della compassione, che sono le due ali della liberazione. Minutamente, dunque, lavorare sull'attaccamento che si genera attraverso i sensi e la mente. Poco dopo, Anathapindika morirà e, come ci viene detto, ottiene rinascita in un paradiso. E' interessante osservare che Anathapindika piange quando riceve questa istruzione e dice: ***"Io questa istruzione non l'avevo mai sentita"***. E Sariputta gli risponde: ***"Non l'hai***

[**9**] Majjhima Nikaya, 143.

mai sentita perché questa istruzione noi, finora, l'abbiamo data soltanto a monaci". Al che, Anathapindika dice: ***"La dovreste dare anche ai laici, tra i quali ci sono persone con poca polvere sugli occhi"***: cioè ricettive. Probabilmente, siamo davanti a una svolta della comunità originaria buddhista, quando si decide di aprire anche la parte più profonda della pratica al mondo dei laici praticanti.

Un'altra occasione: siamo sempre davanti a un insegnamento di tipo aspecifico. C'è il laico Nakulapita, malato gravemente, e si teme che sia arrivata la sua ora. La moglie gli ricorda che il Buddha giudica molto negativo coltivare preoccupazioni in punto di morte e infatti Nakulapita è molto preoccupato. E' preoccupato di cosa succederà alla moglie, di cosa succederà al figlio, di questo, di quell'altro. La moglie viene presentata come una donna molto calma e molto forte, che gli scioglie le preoccupazioni ad una ad una. Questo ingenera nel marito un tale rilassamento che Nakulapita guarisce [**10**].

❖ ❖ ❖

L'insegnamento è, anche qui, a tutto campo: la preoccupazione, ossia la proliferazione mentale da paura è un inquinante mentale in qualsiasi momento, non soltanto quando si muore. In generale, viene sottolineato nei testi come la paura e il terrore di morire abitano là dove sono ancora forti gli attaccamenti, mentre la paura di morire recede a mano a mano che avanza l'equanimità. In questo tipo di letteratura, di cui Levine è un esempio, ci sono molte storie di morti avvenute in grande pace. Possiamo scegliere un esempio forte riportato dallo stesso Levine, la morte del grande santo Ramana Maharshi.

"Quando Ramana stava morendo di cancro, i suoi devoti gli chiesero di operare una guarigione su se stesso". "Perché, fratelli? Questo corpo è sfatto, perché aggrapparcisi? Perché costringerlo a durare?" risponde Ramana. Al che, loro implorarono: "Maestro, ti preghiamo, non lasciarci". Guardandoli come si guardano dei figli, Ramana rispose: "Lasciarvi? E dove sarebbe il luogo dove vado?". Giovedì 13 aprile, un medico portò a Ramana un sedativo, per alleviargli la congestione ai polmoni, ma lui lo rifiutò. ***"Non è necessario, tutto accadrà come deve entro due giorni"***. Al tramonto del giorno successivo, Ramana chiese a quelli che lo assistevano di aiutarlo a mettersi seduto.

Sapevano che ogni movimento, anche solo toccarlo, era per lui doloroso, ma egli disse loro di non preoccuparsi e rimase seduto con uno degli assistenti che gli reggeva la testa. Un dottore fece per somministrargli l'ossigeno, ma Ramana con un gesto lo allontanò. D'un tratto, un gruppo

di devoti seduti fuori nella veranda cominciò a cantare 'Arunachala Shiva'. All'udire il suo canto preferito, Ramana aprì gli occhi che brillarono, sorrise con indescrivibile dolcezza, lacrime di benedizione gli scesero lungo le guance. Ancora un respiro profondo e poi niente più. Non ci fu lotta, non ci fu spasimo, nessun altro segno di morte, solo, il respiro successivo non venne" [**11**].

❖ ❖ ❖

Ora, addentriamoci più in particolare nel libro di Levine, poi ritorniamo al buddhismo. Anche nel libro di Levine troviamo tanta pratica generale, non specifica, (secondo me è un buon libro di Dharma), e pratica specificatamente rivolta alla morte. Allora, dall'insegnamento di Levine, riassumendo, possiamo estrarre un assioma fondamentale, che suona così:

"Tutto ciò che ci prepara alla morte accresce la vita. E, d'altra parte, tutto ciò che rende difficile morire, accettare la morte, aprirsi alla morte, è esattamente ciò che rende difficile vivere e aprirsi alla vita. Allora, in questa pratica di preparazione alla morte, che è anche dare vita alla vita, sarà fondamentale entrare in contatto consapevole con ciò che è spiacevole, invece di ignorarlo, o agirlo, o alimentarlo ciecamente. La pratica più utile è coltivare l'apertura verso ciò che è spiacevole, riconoscere in noi la resistenza e la paura nei confronti dello spiacevole. E invece fare in modo di rilassarci e di aprirci davanti allo spiacevole. Lasciarlo fluttuare libero, lasciarlo andare. Tenete presente che se scrivete un elenco delle vostre resistenze e delle vostre opinioni, questa sarebbe una descrizione quasi completa della vostra personalità. Se vi identificate con questa personalità, voi non fate altro che amplificare la paura della morte, vale a dire la perdita immaginaria di una individualità immaginaria."

Levine non sta dicendo che non esiste nulla, sta dicendo che c'è una fabbricazione, un attaccamento a questa fabbricazione, che, se noi ne facciamo a meno, è molto meglio per tutti, a cominciare da noi.

"Allora, l'apertura a ciò che è spiacevole, in luogo dell'assidua resistenza a ciò che è spiacevole. Questo è facile da enunciare, ma, di nuovo, come molti sanno, è meno facile da capire, applicare e realizzare. Che preparativi avete fatto per aprirvi a una vita interiore talmente piena che qualsiasi cosa accade può essere usata come mezzo per arricchire la vostra attenzione?"

Se qualsiasi cosa accade diventa mezzo per arricchire la consapevolez-

[**10**] Anguttara Nikaya, VI, 16.

[**11**] LEVINE, *op. cit.*, p. 302.

za e i suoi frutti, in noi e fuori di noi, allora tutto è grazia, o, con Madre Teresa di Calcutta, possiamo dire: ***"Ogni cosa è la migliore"***. Perché tutto sollecita questo valore di fondo che è la pratica interiore e tra l'altro ciò che è spiacevole, se si impara a farlo, è più potente del piacevole nel creare questa apertura. Questa è una rivoluzione copernicana, perché noi seguiamo il piacevole e cerchiamo di evitare lo spiacevole. Non si parla di cercare lo spiacevole, ma si tratta di cambiare la nostra relazione con lo spiacevole. Preferiremo sempre il piacevole, ma cambiare la relazione con lo spiacevole cambia la vita e cambia anche la relazione col piacevole, vissuto sempre più in chiave di apprezzamento e non di attaccamento. Dice ancora Stephen Levine: ***"Tanto più vi aprite alla vita, tanto meno la morte vi diventa nemica"*** [**12**]. E la vita è fatta di parecchie cose spiacevoli, ma siamo chiusi davanti ad esse. ***"Quando cominciate ad usare la morte come mezzo per focalizzarvi sulla vita, tutto diventa semplicemente così com'è, un'occasione straordinaria per essere davvero vivi. Perché aspettare che il dolore sia troppo intenso, per lavorare a unificare e raccogliere la mente? Perché non usare ogni momento di malattia, ogni influenza, ogni raffreddore, ogni lieve ferita, come momento per lasciare andare, per aprirsi all'intensità che si manifesta? In ogni dolore o malattia vedo che c'è la libertà, se pratico, per aprirsi ad essa. Allorché mi apro a questi eventi, così come ci si apre a un maestro, allora essi non contribuiscono più a rafforzare in me l'identificazione con il ruolo di colui, colei che soffre, con la vittima delle circostanze, ma, se faccio questo, io sono semplicemente ciò che sono e l'evento è semplicemente ciò che è"*** [**13**].

❖ ❖ ❖

Sono parole semplici, per descrivere qualcosa di molto grande, cioè l'essere andati al di là dell'autocommiserazione. Torniamo al buddhismo e soffermiamoci brevemente sulla legge del karma. Perché, se parliamo dell'insegnamento del Buddha sulla morte, fare come se non ci fosse l'insegnamento relativo al karma, sarebbe strano. Io personalmente mi sentirei in imbarazzo se andassi in giro assicurando le persone dell'esistenza del karma di vite passate o future. Però, non mi viene nemmeno in mente di assicurare le persone che la faccenda del karma è una credenza folcloristica. A me la questione sembra profondamente interessante, ma mi sento più a mio agio se parlo di ipotesi del karma. Allora, se l'ipotesi del karma, così come è formulata negli insegnamenti buddhisti, è vera, questo implica che i miei nodi interiori, per esempio la mia rabbia, non si estinguono con l'estinguersi del mio corpo, alla morte, ma in

qualche modo restano in circolo e ricompaiono da qualche altra parte. Ci sarà un essere vivente che ne sarà il portatore.

Un esempio usato è quello di un ramo che brucia. Il fuoco, a un certo punto, lascia il ramo bruciato e si appicca a un altro ramo, così il karma passerebbe da un individuo che muore a un individuo che nasce. Questa è la concezione buddhista della scuola antica, che si esprime sinteticamente, come avviene nel *Visuddhimagga*, affermando che il nuovo individuo nato è lo stesso e non è lo stesso. C'è la trasmissione di forza karmica dall'uno all'altro e questo è un elemento di continuità, ma c'è anche discontinuità, di qui l'affermazione: 'E' lo stesso e non è lo stesso'.

❖ ❖ ❖

Naturalmente, la cosa che colpisce è la continuità, perché da un'ottica non di questo genere nessuno si sogna di prospettare la rinascita dello stesso individuo anche al venti per cento. Allora, se l'ipotesi del karma è vera, noi ci troviamo davanti a una prospettiva vertiginosa, perché si dilata enormemente il nostro concetto di responsabilità, la nostra responsabilità diventa cosmica. Se è vero che noi trasmettiamo i nodi che ci affliggono, allora ci sarà un essere che prenderà in carico questi nodi, questa riverberazione tossica e dolorosa. Quindi, dobbiamo immaginare una successione di individui, che sono lo stesso individuo e non sono lo stesso individuo, che si portano appresso questi nodi, magari complicandoli ulteriormente. Inoltre, ciascun individuo di questa serie, entra in contatto con altre persone e perciò alla riverberazione verticale, di vita in vita, si aggiunge, in qualche misura, anche una riverberazione orizzontale, cioè la mia avversione sarà causa di sofferenza per me, ma anche per altre persone che incontro nella mia vita. Insomma, indubbiamente, una responsabilità molto vasta. D'altra parte, la fecondità karmica funziona anche nella direzione opposta, positiva. E dunque, se noi lavoriamo a sciogliere questi nodi, in virtù di un cammino interiore, la riverberazione attraverso serie di individui, da tossica, diventa sempre più salutare. E questo sia a livello verticale che orizzontale: una prospettiva grandiosa di interconnessione e responsabilità comune. A me sembra che riflettere su questa ipotesi di grandiosa responsabilità possa essere un aiuto efficace per disincapsularci dalla visione di fissità egoica, alienata,

[12] Ivi, p. 51.

[13] Ivi, p. 54.

separata, non interconnessa, nella quale è facile che noi viviamo.

Levine presenta una concezione evolutivo provvidenziale del karma, dice: ***"Il karma non è una punizione, bensì un aspetto della natura misericordiosa dell'universo che ci offre gli insegnamenti che in passato abbiamo frainteso, per permetterci di apprendere dalle esperienze alle quali, in precedenza, non abbiamo prestato sufficiente attenzione"*** [**14**].

❖ ❖ ❖

Ossia, tutto quello che non è risolto ritorna affinché noi, prima o poi, lo risolviamo. Allora, non so se possiamo leggere in questa chiave, che è evidente in altri sistemi soteriologici, la dottrina del buddhismo antico. Quello che mi sembra comunque rilevante è che questa modalità, del prendere tutto quello che ci capita come un invito a lavorare, è inevitabile per chi pratica. Ossia, prendere tutto quello che ci succede, tutto il nostro karma, come sfida, stimolo, insegnamento, tutto quello che ci arriva come invito a crescere. Tutto, bene e male, come fermento di bene.

Se abbiamo una pratica interiore, meditazione, preghiera, tutto quello che ci succede diventa un richiamo all'esercizio della consapevolezza, della comprensione, della compassione. Allora, quando questo comincia a succedere, comincia a finire quella scissione, quella separazione dolorosa tra il piacevole, a cui siamo avidamente attaccati, di tutti i tipi, mentale, sensoriale, e la fuga senza fine dallo spiacevole, perché tutto quello che accade è fermento di pratica. E, piano piano, il baricentro dei valori si sposta, dai contenuti, dagli oggetti, dalle esperienze, dall'esterno, all'interno. Cioè il valore per eccellenza diventa questa capacità di aprirsi che significa consapevolezza, comprensione, compassione. Tutto quello che accade è combustibile per questo fuoco, e allora siamo sempre meno interessati al combustibile e siamo sempre più interessati al fuoco, che è alimentabile da tutto quello che ci succede. Se la compassione, la comprensione, ci unifica dentro, ci unifica altrettanto con l'esterno, inducendoci a vedere sempre meno la differenza fra la sofferenza nostra e la sofferenza altrui. Questo progressivo diminuire della differenza tra la sofferenza propria e quella altrui significa il fiorire della compassione.

Oggi, in Occidente, chi segue un cammino spirituale, che provenga da vicino o che sia venuto da lontano, sempre meno tende ad appoggiarsi a credenze, a dottrine, concetti, per cui, nel caso per esempio della morte, si ricorre non tanto a dottrine quanto alla categoria del mistero. A me sembra che ci siano due modi di metterci davanti al mistero: uno è un onesto non so; ma, se consideriamo quello che mi sembra più specifico dell'approccio spirituale allora, oltre al non so, c'è qualche altra cosa, e

questa altra cosa io lo chiamerei il fattore F, cioè fede-fiducia, distinto da fede-credenza. Perché questa fiducia?

Se io perseguo un cammino di purificazione mentale buddhista o non-buddhista, a un certo momento comincio a vedere, con sorpresa e con interesse, che la mia capacità di fiducia diventa più calda e più spaziosa. Questo ha a che vedere con la scoperta e l'applicazione feconda dell'attenzione, della consapevolezza, che non è un contenuto mentale, ma qualcosa che è capace di vedere i contenuti mentali come uno specchio terso. In pratica, col tempo e col lavoro interiore, noi sempre di più ci troviamo davanti 'qualcosa', la consapevolezza, che da un lato ora c'è ora non c'è come qualsiasi altro contenuto mentale.

Ma, dall'altro, in radicale diversità dagli altri contenuti mentali, la consapevolezza si rivela come qualcosa di assolutamente uguale, assolutamente terso, assolutamente aperto. Sono proprio queste caratteristiche a darci un senso di sconfinatezza che genera fiducia. Una pratica di consapevolezza, prima o poi, deve far sorgere nella persona la fiducia nella consapevolezza.

Ma la fiducia nella consapevolezza non è la fiducia in questo o in quello, è una fiducia più vasta, come più vasta è la consapevolezza. Naturalmente, nel momento in cui riprendono il sopravvento i nostri modi, noi avremo soltanto paura della morte, laddove, nell'attimo in cui è presente la consapevolezza, con questo suo sentore di sconfinatezza, noi avremo meno paura della morte, anzi potremo perfino avere fiducia nella morte. Perché no? Che ne sappiamo? E ci accorgeremo che l'idea di amicizia per la morte è una vera possibilità.

❖ ❖ ❖

Vorrei finire con le parole di Marie de Hennezel, che si occupa di assistenza ai malati terminali: ***"Questa impotenza, ossia la situazione di una casa per l'assistenza ai malati terminali, accettata ancora una volta, è la nostra forza, lo sappiamo. Cioè continuare a fare il possibile in un contesto di impotenza generale ha paradossalmente un impatto dirompente"*** [**15**].

E le persone che vanno in questa casa lo sentono e sono enormemente aiutate nel trapasso. E questo impatto dirompente si chiama fiducia, si chiama amore. La stessa de Hennezel racconta di una persona che le dice: ***"Ho paura di morire, non so come si muore, ti prego aiutami". "Sul momento rimango interdetta, neanch'io so come si muore, però rispondo: 'Credo che sia più facile di quello che ci si immagina. Sembra in realtà che sia molto semplice, forse c'è qualcosa in noi che sa'"***[**16**].

[**14**] Ivi, p. 213.

[**15**] MARIE DE HENNEZEL, *La morte amica*, Rizzoli, Milano 1997, p. 107.

[**16**] Ivi, p. 109.

HSING *HSING* MING

di Seng-t'san

Una poesia attribuita a Seng-t'san, **Terzo Patriarca del Buddhismo Ch'an (606 d.C.) tratta da** Wei Wu Wei, **opere postume, un altro modo di proporre l'insegnamento.**

La Via perfetta è difficile solo
per coloro che distinguono e
scelgono,
si svela pienamente quando non c'è
né avidità né odio;
cielo e terra sono separati
dalla sottigliezza di un capello;
per vedere limpidamente
non essere mai a favore o contro.

La più grave malattia della mente
è il conflitto tra sì e no.
Se si fraintende la profonda natura
della via,
sforzarsi per cercare la tranquillità
è vano.

La Via è in sé perfetta e completa
come uno spazio sconfinato;
nulla da togliere, nulla da
aggiungere,
ma, continuando la mente
a fare distinzioni,
tale essenza rimane velata.

Non ostinarti con la complessità,
né dimorare nel silenzio interiore;
lascia che la pura consapevolezza
abiti la mente
ed i pensieri svaniranno da soli.

Quando ricerchi l'immobilità
boccando il movimento,
la stessa immobilità è piena di
azione;
se insisti con un estremo,
come puoi conoscere l'Uno?

Se l'unicità non è pienamente
compresa,
due sono i possibili errori:
negando la forma, asserire la
realtà,
affermando il vuoto, negare la sua
essenza.

Più parli del vuoto,
e più ci pensi,
più ti sfuggirà;
Quando non ci sono più pensieri
né parole,
nulla ti è più nascosto.

Guardando dentro, scopri il
Significante,
ma inseguendo le cose esteriori,
ti allontani dalla sorgente;
la chiara visione, in un attimo,

trasforma il Vuoto nel mondo
che ti sta di fronte.

Il mondo vuoto, sempre cangiante,
che tu vedi,
ti appare reale solo perché c'è
l'ignoranza;
non c'é alcun bisogno di sforzarsi
per cercare la Verità,
smetti semplicemente di nutrire
opinioni.

Non perdere tempo col dualismo;
resisti risolutamente nel proseguire
per questa strada;
perfino una lieve traccia di
"essere" o "non essere"
crea confusione
e la Mente si smarrisce.

Il due esiste perché c'é l'Uno,
ma non aggrapparti neanche all'Uno;
quando non sorge alcun pensiero
nemmeno diecimila cose hanno
occasione
di creare angoscia:
senza angoscia e senza le diecimila
cose,
non c'é alcun pensiero, alcuna
chiacchiera mentale;
quando non appare alcun oggetto,
il soggetto è calmo,
calmo il soggetto, gli oggetti
scompaiono.

Perché gli oggetti esistono a causa
del soggetto,
ed il soggetto è soggetto a causa
degli oggetti;
realizza che questi opposti
sono essenzialmente uniti in un
Vuoto.
Nel Vuoto, soggetto ed oggetto
non sono divisi,
ognuno di essi contenendo in sé
tutte le diecimila cose;
quando non c'è alcuna
contrapposizione
tra questo e quello,
come possono sorgere punti di
vista faziosi?

**La Grande Via è serena ed
accoglie tutto,**
in essa nulla è facile, nulla è
difficile;
i punti di vista limitati – che
generano dubbi
ed insicurezza – talvolta creano
disordini
e dispongono all'attaccamento.

**L'attaccamento non soggiogato
porta
a smarrire la strada;**
lascia che gli avvenimenti
seguano il loro corso naturale,
e il cuore, libero da ogni
attaccamento,
non va né sta.

Arrendendoti alla natura, sei
in sintonia con la Via,
libero da preoccupazioni e senza
impedimenti;

ma i pregiudizi ti separano
dalla Verità,
essi sono pesanti ed ingannevoli.

Quando le opinioni sono errate,
l'animo é turbato;
non c'é beneficio alcuno nei pregiudizi;
se vuoi viaggiare col veicolo del Dharma,
non contrapporti al mondo
dei sei sensi.

Soltanto restando in armonia col mondo,
puoi essere una cosa sola con l'Illuminazione;
i saggi sono inattivi,
ma l'ignorante crea da sé i suoi limiti.

Non esiste nel Dharma alcun Dharma individuale,
ma i pazzi tengono saldamente fede
alle preferenze;
i loro stessi pensieri creano illusioni!
E non é questa la più grande delle assurdità?

L'ignoranza genera sia la calma che l'inquietudine,
nell'Illuminazione non c'è desiderio
né avversione;
tutte le coppie di opposti sono il prodotto
della tua stessa immaginazione,
come sogni e castelli in aria;
perché cercare di afferrarli?
Guadagno
e perdita, giusto e sbagliato -
alla larga da essi per sempre!

Se dormendo gli occhi non si chiudono,
non possono esserci brutti sogni:
se il cuore si mantiene puro,
le diecimila cose restano tali,
Quiddità.

Quando il profondo mistero della quiddità
viene intuito,
i coinvolgimenti esterni vengono istantaneamente
dimenticati;
quando le diecimila cose vengono conosciute
come Totalità,
torniamo alla nostra Origine e restiamo
dove siamo sempre stati.

Nello stato inesprimibile non ci sono concetti;
non c'é azione, ma immobilità,
dove questa finisce, ecco l'azione:
quando simili opposti si dissolvono
l'unità stessa non si fa più attendere.

Non é importante quanto lontano si può spingere il pensiero,
la Via non è condizionata da limiti o misure;
nel cuore in comunione con la Via, si dissolve ogni tensione,
tutti i dubbi si sciolgono,
la vera fede trova conferma.
Nulla da togliere, nulla da aggiungere,
vuoto, chiaro, autorisplendente,
nessuno sforzo inutile, nessuna fatica,
dove il pensiero non arriva,
oltre ogni immaginazione!

Nello spazio trascendente della Quiddità
non esiste né sé né altro,
se lì l'ego si cerca
la sola risposta è "Non-due":
il non-due non consente entità separate,
nonostante esso abbracci tutto ciò che c'é;
i saggi di ogni luogo e tempo sono testimoni di tale profonda Verità.

La verità non è limitata da spazio e tempo,
un secondo vale quanto diecimila anni;
e che tu ci creda o no
sta lì, davanti ai tuoi occhi.

Ciò che é piccolissimo non è diverso
dall'infinitamente grande
quando i confini si dissolvono:
ciò che è grandissimo non è diverso
dall'infinitamente piccolo
quando i limiti scompaiono.

Essere è non essere,
non essere è essere;
nel piano dove ciò non si ottiene,
è nocivo indugiare.
L'Uno non è nient'altro che il tutto,
il tutto non é nient'altro che l'Uno;
quando lo si vede chiaramente,
non ci si preoccupa più di non essere perfetti.

Là, dove il cuore che si abbandona e la MENTE
non sono separati,
mancano le parole e non si può dire di CIO'
che non ha ieri, né domani,
né oggi.

La mente ricettiva non è divisa,
la mente integra è ricettiva;
è qui che le parole mancano
perché ciò non appartiene al passato, né al presente o al futuro.

(Traduzione dal cinese in inglese di Eric Turner; traduzione dall'inglese in italiano di Beatrice Taboga e ChandraVimala Candiani)

INCONTRO

con Tenzin Gyatso XIV Dalai Lama e il Ven. Sheng Yen

Un altro passo avanti nel dialogo interbuddhista: **questo é il frutto dell'incontro pubblico tra il XIV** Dalai Lama **e il venerabile maestro** Sheng Yen. **Sono stati toccati temi importanti che riflettono il desiderio di conoscere meglio le diverse** tradizioni **di cui i due interlocutori sono importanti rappresentanti.**

Da un dialogo pubblico tra SS. il DALAI LAMA *e il venerabile maestro* SHENG YEN *tenuto a New York nel 1998 in occasione di un incontro sul tema* NELLO SPIRITO DI MANJUSHRI: *l'insegnamento sapienziale del buddhismo.*

■ **Ven. Sheng-yen:** "Il buddhismo è stato trasmesso dall'India alla Cina nel secondo secolo della nostra era e in Tibet tra il settimo e il VIII secolo. Per via delle influenze culturali e dei modi di pensare del taoismo e del confucianesimo in Cina e della religione Bon in Tibet, il buddhismo cinese e tibetano sono gradualmente fioriti assumendo forme molto distinte tra loro.

Nel passato queste due tradizioni, non avendo avuto scambi o interazioni frequenti, non si sono comprese e si sono criticate l'un l'altra. Per esempio, alcuni buddhisti cinesi hanno pensato che il buddhismo tibetano enfatizzasse troppo l'esoterismo e che quindi fosse oscuro e inaccessibile, mentre alcuni buddhisti tibetani possono aver considerato il buddhismo cinese come incompleto.

Queste due tradizioni buddhiste sembrano in realtà i figli separati di una stessa madre, che sono stati lontani per un lungo periodo e ora si sono riuniti. È importante incoraggiare un lavoro comune per comprendersi puntualmente. Aver ascoltato in questi giorni gli insegnamenti di Sua Santità mi ha fatto comprendere la ricchezza del buddhismo tibetano, specialmente quando illustra la pratica del Dharma secondo la propria dettagliata classificazione dottrinale e i numerosi metodi elaborati".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Sono molto felice di avere l'opportunità di partecipare a un dibattito con il venerabile maestro Sheng-yen. L'ho incontrato per la prima volta a Taiwan nel 1997 e da allora l'ho rivisto in numerose occasioni. È la prima*

di CUORI

volta però che ho una conversazione con un buddhista Chan. È molto importante per tutte le diverse grandi tradizioni religiose del mondo avere questo tipo di dialogo in modo tale che esse possano comprendersi reciprocamente e apprezzare i punti chiave degli insegnamenti.

In questo caso si tratta dei rappresentanti di tutte le varie tradizioni buddhiste. Certamente tutti i buddhisti seguono lo stesso maestro, il nostro maestro originario Shakyamuni Buddha".

Nella pagina a sinistra il venerabile maestro SHENG YEN *e, qui accanto, SS.* DALAI LAMA *durante il loro incontro. Il dialogo é stato pubblicato in inglese in* Meeting of minds *da Dharma Drum Pubblications, New York, 1999.*

LA TRADIZIONE CHAN

■ **Ven. Sheng-yen:** "Per iniziare a trovare un terreno comune tra queste due grandi tradizioni buddhiste, vorrei raccontare in breve lo sviluppo del buddhismo Chan. Dopo il suo arrivo dall'India nel secondo secolo dopo Cristo, il buddhismo cinese si è evoluto in dieci scuole, di cui otto appartengono alla tradizione Mahayana e due alla tradizione Hinayana. Tra le scuole indiane Mahayana, tre si sono sviluppate in Cina: la Scuola dei Tre Trattati, la Scuola della Sola Coscienza e la Scuola del Vinaya".

L'UNIONE TRA LE SCUOLE TIANTAI E HUAYAN

■ **Ven. Sheng-yen:** "Ci sono state due scuole che, agli albori del buddhismo cinese, hanno contribuito alla sinizzazione del buddhismo indiano: la scuola Tiantai e la scuola Huayan. Entrambe possiedono un sistema dottrinale piuttosto vasto e complesso ed espongono i metodi di pratica in maniera ricca e dettagliata.

Queste due scuole traggono molta ispirazione dai sutra e dagli shastra indiani. Non mi dilungherò oltre su queste due tradizioni, se non per dire che il fondatore del Tientai, il maestro Zhiyi, era famoso per lo sviluppo che diede agli insegnamenti di Nagarjuna sulla Triplice Verità, che consiste nell'insegnamento sulla vacuità, sull'esistenza convenzionale e sulla

Via di Mezzo. Da questo principio elaborò diverse pratiche di *shamata* e *vipashyana* (in Pali, *samatha* e *vipassana*). Molte di queste pratiche sono simili all'insegnamento tibetano del *Lam Rim.* I concetti principali della scuola Tiantai si basano sul *Sutra del Loto* e sul *Trattato sulla Via di Mezzo* del Bodhisattva Nagarjuna.

La scuola Huayan insegna l'uguaglianza, l'identità reciproca, l'interdipendenza di tutte le cose. Forse è nota soprattutto per la sua filosofia delle Quattro Dimensioni della Realtà: 1) l'insegnamento che mostra il mondo dei fenomeni secondo la dottrina hinayana; 2) il principio che soggiace ai fenomeni, che poggia sulla dottrina delle scuole della Sola Coscienza e della Via di Mezzo; 3) l'insegnamento sulla libera interrelazione tra principio e fenomeno, che si basa su scritture come il *Vimalakirti Sutra*; 4) gli insegnamenti della libera interrelazione tra tutti i fenomeni, che si basa sull'*Avatamsaka Sutra*, da cui prende il nome la scuola Huayan.

Quindi, l'insegnamento Huayan è di fatto una sintesi di tutti i sistemi di pensiero del buddhismo indiano. Oltre all'*Avatamsaka Sutra*, o insegnamento della Ghirlanda di Fiori, la scuola Huayan prende ispirazione di insegnamenti tratti dal *Commentario sul Sutra della Grande Saggezza Trascendente*, di Nagarjuna, e dai *Dieci Stadi del Bodhisattva.*

Il Chan, poi divenuto in Giappone lo Zen, è una sorta di apice di queste due scuole, sintetizzando il meglio di entrambe le tradizioni nel suo insegnamento principale. La scuola Chan, inoltre, ha attraversato, fin dai suoi albori, numerosi periodi di trasformazione. Senza entrare nei dettagli di queste trasformazioni, possiamo riassumere semplicemente che lo sviluppo e la maturazione del pensiero e della pratica del Chan ne ha fatto la scuola predominante del buddhismo cinese. Comunque, tutte e tre le scuole, Tiantai, Huayan e Chan, si ispirano agli insegnamenti di antiche scritture come gli *Agama* e il *Tesoro della Conoscenza Manifesta*".

L'UNIONE ARMONIOSA DEL BUDDHISMO CINESE

■ **Ven. Sheng-yen**: "Una peculiarità del pensiero cinese è quella di sostenere l'interdipendenza, la spontaneità, la semplicità e di evitare le riflessioni meticolose e complesse. Probabilmente il personaggio più illustre e più influente della storia del buddhismo Chan è stato il Sesto Patriarca, Huineng. La saggezza di Huineng (in particolare, quella esposta nel *Sutra del Gradino*) riflette questo caratteristico modo di pensare, che unisce in armoniosa sintesi tutti i principali concetti del buddhismo

cinese. A questo proposito, è interessante ricordare la storia dell'illuminazione di Huineng. Un giorno, udì per caso le parole del *Sutra del Diamante* "Non dimorare in nessun luogo, dai origine alla mente!". Quest'unico verso gli svelò il cuore del buddhismo mahayana: la vacuità e la compassione.

Due altri Sutra che hanno contribuito allo sviluppo del Chan sono il *Lankavatara Sutra* e il *Vimalakirti Sutra*. L'insegnamento principale del *Lankavatara Sutra* è il concetto di *Tathagatagarbha*, o natura di Buddha, l'idea che tutti abbiamo il potenziale per raggiungere la buddhità. Il *Vimalakirti* fa notare che per raggiungere la genuina illuminazione i praticanti devono abbandonare l'attaccamento e la discriminazione dualistica. In altre parole, dobbiamo deporre tutte le nostre emozioni affliggenti, i *klesha* (in *Pali kilesa, ndt*).

Spezzare le catene dei *klesha* equivale a essere liberi da tutti gli ostacoli alla visione di Buddha della natura della realtà. Soltanto allora si conoscerà, per la prima volta, la non dualità di afflizioni e saggezza, samsara e nirvana, bene e male. Una volta liberi dall'illusione e dalla concettualizzazione astratta, si può essere in perfetto accordo con ciò che il Buddha vede e ciò che il Buddha conosce.

I metodi della scuola Chan variano da insegnante a insegnante. In una storia del Chan antico, Bodhidharma, il primo patriarca buddhista in Cina, ebbe un'interessante conversazione con il suo studente Huike, che divenne poi il secondo patriarca. Un giorno, Huike chiese aiuto a Bodhidharma per pacificare la sua mente afflitta e irritata. Bodhidharma gli disse: "Portami la tua mente e io la pacificherò!". Non riuscendo Huike a mostrare la propria mente, Bodhidharma disse: "Ecco, ho già pacificato la tua mente". Udito ciò, Huike fu completamente illuminato.

In sostanza, troviamo un simile funzionamento dinamico della saggezza nel Bodhisattva Manjusri. In un sutra, qualcuno chiese a Manjusri:

DUE VITE PER LA PACE

■ 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 tibetano e ridare una vita serena al suo popolo. ■

■ 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. ■

"Tu sei il maestro dei Buddha del passato, del presente e del futuro. Quando otterrai tu stesso la buddhità? E da quanto tempo coltivi il Dharma?". La risposta del Bodhisattva Manjusri fu interessante e insolita: "Da quanto tempo tu hai in mente di porre queste domande?".

L'illuminazione di cui parlano i maestri Chan non si ottiene con nessun metodo prefissato. L'obiettivo principale è comprendere e riconoscere la mente dei *klesha*, le afflizioni mentali. I metodi di pratica tradizionali del buddhismo indiano erano in realtà piuttosto difficili; si doveva procedere praticando i cinque metodi per calmare la mente, iniziando col contare i respiri. Poi si passava attraverso gli stadi dell'investigazione, dell'osservazione, della gioia e della beatitudine, prima di raggiungere l'equilibrio meditativo, la quiete mentale. Da questo punto di vista, la buddhità era una meta proprio lontana!

L'insegnamento Chan mira a liberare se stessi dall'illusione del pensiero dualistico. Quando sorge la discriminazione, quando continuiamo a etichettare qualcosa come buono o cattivo, piacevole o spiacevole, allora dobbiamo cercare di individuare la mente. Nell'immediatezza del momento presente e nel lasciar cadere tutto l'attaccamento, quando non si riesce a trovare la mente discriminante, è possibile ottenere una comprensione della vacuità.

Ascoltando queste parole, alcune persone possono giungere alla conclusione che la pratica Chan sia una 'scorciatoia' per i pigri. Niente affatto! Il Chan richiede anche la coltivazione dei precetti, della concentrazione e della saggezza. Se non è pura la mente, non è pura neanche la condotta. Perciò bisogna iniziare coltivando i precetti, facendo ciò che si dovrebbe fare e non facendo ciò che non si dovrebbe fare. Al contempo, se si vuole davvero praticare il Chan, è necessario il *bodhicitta*, la mente altruistica che vuole il bene degli altri. A tal fine, bisogna prendere i precetti di bodhisattva e prendere a cuore i Tre Puri Precetti Cumulativi di un bodhisattva.

I Tre Puri Precetti Cumulativi sono il porre fine a tutta la non virtù, coltivare tutta la bontà e liberare tutti gli esseri senzienti. Di fatto, ritengo che questi Tre Puri Precetti Cumulativi siano in perfetta armonia con l'insegnamento dei Tre Sentieri del Principio: rinuncia, bodhicitta e retta visione della vacuità, così come enunciati da Sua Santità.

Se una persona ha già visto la natura di Buddha, la natura della vacuità, e ha sradicato tutte le afflizioni della mente, allora le formalità e le rigide regole di condotta diventano inutili, dal momento che tutta la condot-

ta si accorderà in modo naturale con i precetti. Per esempio, il grande maestro Chan Baizhang (720-814) affermò di non aver mai violato i precetti del sentiero buddhista, e che non si sarebbe nemmeno mai permesso di esserne schiavo. Va ricordato che il maestro Baizhang era famoso per aver instaurato uno dei primi codici di disciplina monastica Chan, intitolato le Regole Pure di Baizhang, che in sostanza sostituiva il codice di condotta indiano per i monaci.

Circa la realizzazione di *samadhi* e *prajña,* forse dovrei far notare che il grande *samadhi* di cui parla il Chan in realtà è inseparabile da *prajña,* la saggezza. Il Chan non dà molta enfasi agli stadi progressivi della quiete mentale che conducono al *samadhi.* Al contrario, il Chan sottolinea molto la realizzazione simultanea di *samadhi* e saggezza: se sorge la comprensione della vacuità, allora sorge anche il grande *samadhi. Samadhi* e *prajña* sono uguali e.interdipendenti.

Il modo di dedicarsi alla pratica Chan dipende dalla propria convinzione, dalla propria fede. Si dovrebbe avere una fede risoluta nelle parole del Buddha secondo cui tutti abbiamo la natura di Buddha, tutti abbiamo il pieno potenziale per essere Buddha. Se per un istante riusciamo a essere liberi dalle discriminazioni dualistiche, in quel preciso istante possiamo essere illuminati! Osserviamo in antiche scritture come gli *Agama* che ai tempi del Buddha molte persone raggiungevano la condizione di arhat semplicemente udendo una frase del Buddha. Per esempio, nel caso di un laico che andò a trovare il Buddha e tutto quello che il Buddha proferì fu: "Bene, bene. È un bene che tu sia giunto ora". E quella persona raggiunse immediatamente lo stato di arhat! Nel Chan ci sono molti casi del genere, compreso il caso del maestro Huineng, che sperimentò l'illuminazione improvvisa quando udì il *Sutra del Diamante.*

Ad ogni modo, le persone ordinarie che non sono in grado di riuscirci devono iniziare dalle basi. In termini di meditazione, la prima cosa che le persone dovrebbero coltivare e un corpo e una mente rilassati. A tal fine, basta utilizzare il metodo di contare i respiri, o qualche altro metodo. Da questo livello, si può procedere con uno dei due metodi avanzati di meditazione Chan, quello della scuola Caodong (*in giapponese: Soto; ndr)* e quello della scuola Linji (*in giapponese: Rinzai; ndr*). La scuola Chan Caodong insegna il metodo dell'illuminazione silenziosa. Si comincia mantenendo una semplice consapevolezza delle proprie sensazioni fisiche e la presenza nell'atto del 'sedersi e basta'. Poi ci si abbandona alla consapevolezza della mente stessa. Quando la mente è stabile, la propria consapevolezza continua, raggiungendo uno stato di 'contemplazione

della cessazione'. Non c'è contare, non c'è corpo, non c'è ambiente, non c'è alcun oggetto a occupare la mente. Questa è una forma di contemplazione senza forma separata dai quattro elementi, dai cinque aggregati e dai livelli di coscienza. A questo punto, possiamo comprendere chi siamo veramente nella natura della realtà.

In parole semplici: qualunque esperienza, interna o esterna, possa sorgere, bisogna lasciarsela alle spalle e liberarsi da tutti i concetti, etichette, descrizioni e confronti. Bisogna mantenere la massima chiarezza, senza far sorgere pensieri discriminanti.

A molti piace parlare dell'illuminazione. Credono che gli atti estemporanei degli antichi maestri Chan, come colpire le persone o urlargli in faccia, possano condurre all'illuminazione, che questi eventi possano liberare le persone dai pensieri distratti e dalle afflizioni. Questi rari gesti di cui si legge nella tradizione Chan sono utili soltanto quando uno studente molto realizzato è afflitto, nel mezzo della discriminazione, da forti attaccamenti. Drastiche misure di questo tipo servono soltanto quando le cause e le condizioni sono mature. E anche allora non è detto che l'esperienza dello studente sia necessariamente l'illuminazione.

Se questi metodi non sono adatti o non servono, ci sono anche i metodi huatou o il gongan della scuola Chan di Linji. Si possono porre domande come "Chi è che sta avendo tante afflizioni?", "Chi si sta aggrappando e intrattenendo in pensieri distratti?", "Chi ha questo karma?", "Chi è 'questo'?". Quando ci si pongono in continuazione domande come queste, è possibile congelare tutti i pensieri distratti, le afflizioni e l'ignoranza finché non smettono di sorgere. A quel punto, comprendendo lo stato mentale dello studente, un bravo maestro può fare o dire qualcosa al di fuori dell'ordinario per accelerare l'esperienza di vacuità dello studente".

COSTRUIRE UNA TERRA PURA NEL MONDO

■ **Ven. Sheng-yen:** "La purificazione della mente e delle azioni è un requisito per la purificazione del mondo nel suo insieme. Attualmente sono coinvolto in un movimento sociale che si chiama 'Costruire una Terra Pura nel mondo'. È nostra speranza di far sì che la Terra del Buddha si manifesti nel mondo umano. Affinché questa previsione si avveri, dobbiamo cominciare purificando le nostre menti e quindi le nostre azioni. Quando la nostra mente e le nostre azioni saranno pure, potremo avere una profonda influenza sugli altri, aiutando le loro menti e le loro azioni

a essere pure. Così, poi, il nostro mondo diverrà una Terra Pura.

La purità si riferisce a uno stato libero dalle afflizioni dell'attaccamento. In realtà, purificare la mente è molto difficile. Un'autentica realizzazione della mente pura, libera dalle emozioni affliggenti, comincia di fatto dopo che si sperimenta la saggezza della vacuità. Sebbene si tratti di un cammino difficile, non dovremmo scoraggiarci né disperarci. La pratica inizia sempre con l'essere una persona ordinaria. Cominciamo la nostra pratica perché abbiamo emozioni affliggenti. In effetti, se non avessimo queste afflizioni non avremmo la minima intenzione di iniziare a praticare.

Secondo la scuola Tiantai, un singolo istante di pensiero nella nostra mente è connesso con le menti di tutti gli esseri senzienti in ogni luogo. Anche se non riusciamo a essere subito in sintonia con la saggezza della vacuità, possiamo almeno evitare di agire spinti dalle nostre afflizioni. Essere liberi dalle afflizioni anche solo temporaneamente è molto meglio che dibattersi nel mare della sofferenza!

L'INSEGNAMENTO

MOMENTO PRESENTE

Poni a riposo i tuoi pensieri
e non cercare più all'esterno.

Quando le cose si manifestano,
allora concedi loro la tua attenzione.

Fidati di quel che c'è di pratico in te
nel momento presente,
e non avrai nulla
di cui preoccuparti.

Lin-chi

Il processo di guarigione dalla malattia dell'afflizione passa attraverso tre stadi: riconoscere l'afflizione, dominarla e reciderla. La capacità di riconoscere la nostra confusione e la nostra ignoranza è già un miglioramento. Soltanto dopo aver riconosciuto cosa sono le afflizioni possiamo iniziare a dominarle. E allora possiamo veramente reciderle. Se si conoscono le proprie afflizioni, si è già in sintonia con la mente pura.

Per questo motivo, appena riconosciamo la mente afflitta dai *klesha*, cioè il turbamento emotivo, dovremmo immediatamente dominare la mente. Possiamo adottare il metodo della consapevolezza del respiro, il metodo dell'illuminazione silenziosa, oppure i metodi *huatou* o *gongan* per permettere alla nostra mente distratta, afflitta di stabilizzarsi. A questo punto, la nostra mente è in accordo con la pura natura di Buddha.

Il Buddha insegna che un singolo pensiero puro costituisce un momento di buddhità: in quel momento, si è un Buddha. Il *Sutra del Loto* esprime questo concetto chiaramente quando afferma che una persona può ottenere la buddhità entrando in un tempio e recitando anche una sola volta 'l'omaggio al Buddha'. Tuttavia, questa persona può essere chiama-

ta soltanto un 'Buddha casuale', non un Buddha del 'livello di fruizione'. In altre parole, colui che ha un singolo pensiero puro in consonanza con l'intrinseca natura di Buddha, con quel pensiero manifesta il terreno fertile della buddhità, che tutti possiedono. Non si tratta comunque della stessa cose che realizzare la buddhità come risultato della pratica.

Quando tutti sviluppiamo fede in questa verità, la bontà fluisce dalle nostre azioni: il nostro mondo diventa una Terra di Buddha".

LA TRADIZIONE TIBETANA

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Prima, mentre parlavamo in privato, sono rimasto piacevolmente sorpreso nell'udire che il venerabile Sheng Yen una volta ha trascorso sei anni in ritiro solitario. Ascoltando la sua presentazione degli insegnamenti buddhisti della tradizione Chan, ho avuto la sensazione immediata e profonda di ascoltare parole di saggezza da qualcuno molto esperto, un grande praticante. È davvero molto importante per tutti noi conoscere il Dharma, ma forse ciò che è più importante è mettere in pratica questa conoscenza.*

Ascoltando questa spiegazione sul buddhismo Chan, sono sorti in me alcuni quesiti che vorrei porre al Ven. Sheng-yen. Per prima cosa, in quale secolo è vissuto il maestro Hui Neng?".

■ **Ven. Sheng-yen:** "È vissuto nell'ottavo secolo della nostra era".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Il motivo per cui lo chiedo è che ci sono alcuni collegamenti storici con la tradizione Chan nell'origine e nello sviluppo del buddhismo tibetano. Sappiamo che Tsong Khapa è stato tra i maggiori critici in Tibet degli insegnamenti Chan sull'illuminazione immediata, e che ci fu un grande dibattito tra il buddhismo Chan e il buddhismo indiano.*

Tuttavia, nel tempio di Samye, nel periodo di formazione del buddhismo tibetano, durante il regno di Tri-Song-Deutsen, c'erano ali del tempio dedicate a diverse pratiche. C'era una sezione per i praticanti Vajrayana, i tantrica, un'altra per i lozawa e i pandita (i traduttori e gli studiosi). Una terza sezione era chiamata la sala dhyana, il luogo per la meditazione. Si ritiene che questa sia stata la residenza del maestro cinese noto come Hoshang. Fu durante l'ot-

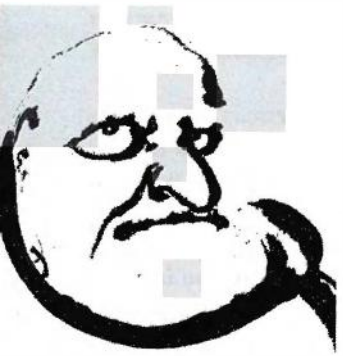
tavo secolo, quando fu costruito il tempio di Samye, che erano attivi in Tibet i maestri indiani Santaraksita e Kamalashila, i quali contribuirono allo sviluppo del buddhismo tibetano. La mia impressione è che, se è vero che Santaraksita aveva eretto un'ala a parte del tempio di Samye da adibire a residenza per i maestri Chan, è altrettanto vero che egli deve aver bene accolto questa tradizione, riconoscendola come un elemento importante del buddhismo in Tibet. Sembra però che all'epoca del suo discepolo, Kamalashila, alcuni seguaci del Chan in Tibet avessero diffuso una versione un po' diversa della dottrina originale. Essi diedero una forte enfasi al rifiuto di ogni forma di pensiero, non solo nel contesto di una pratica specifica, ma anche quasi come posizione filosofica. È questo l'atteggiamento che Kamalashila attaccò. Perciò, mi sembra, ci sono state due diverse visioni del Chan in Tibet".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Sono molto grato a Sua Santità per aver accennato al maestro cinese Hoshang. Da quanto emerge dai resoconti storici, sembra che i monaci cinesi presenti in Tibet ai tempi di Kamalashila non fossero qualificati per rappresentare il Chan.

Nelle grotte di Dun Huang, un sito in cui sono stati trovati molti testi buddhisti, gli studiosi di buddhismo hanno scoperto alcune antiche scritture in cui si fa riferimento a una storia simile a proposito del primo monaco cinese che ebbe grande influenza sul buddhismo tibetano e in particolare sulla pratica della meditazione.

Forse, perciò, il primo monaco cinese che giunse in Tibet non era tutto sommato così cattivo!".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Secondo la versione storica tibetana, il primo maestro cinese fu ben accolto; presumibilmente fu il secondo maestro quello che perse il dibattito!".*



■ **Ven. Sheng-yen:** "Allora, forse non ci saranno problemi con me, ma con il mio successore, che perderà di nuovo!".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Sì! Dal punto di vista tibetano, noi accettiamo il primo Hoshang. È ai seguaci del secondo Hoshang che diamo il congedo! Se incontriamo maestri che seguono il primo maestro cinese in Tibet, lo accogliamo con gioia, ma se sono discepoli del secondo maestro cinese in Tibet, dicia-*

mo "addio". Personalmente non credo che ci sia una vera e propria contraddizione tra l'approccio del cammino graduale e l'approccio del cammino immediato. Ciò non significa, comunque, che il cammino immediato sia adatto a tutti.

Ci possono essere circostanze eccezionali in cui alcuni individui traggono enorme beneficio da un approccio spontaneo, simultaneo e istantaneo, ma in genere il cammino graduale è probabilmente più adatto".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Sono d'accordo su quanto Sua Santità ha appena detto circa l'illuminazione istantanea e la pratica graduale. Devo però far notare a chi ci ascolta che non bisogna pensare che soltanto le persone molto istruite, di alto lignaggio intellettuale, possano praticare l'approccio istantaneo. Infatti, a volte l'approccio istantaneo può servire a persone che non hanno nessuna istruzione. Ne è un esempio il Sesto Patriarca Huineng. Sebbene fosse analfabeta, dimostrò una profonda comprensione del Dharma.

Un caso del genere accadde all'epoca del Buddha: Suddhipanthaka, un discepolo del Buddha, era una persona di poca intelligenza che non capiva nulla degli insegnamenti. Tuttavia, ottenne la condizione di arhat seguendo un metodo insegnatogli dal Buddha: spazzare i pavimenti e pulire le scarpe!".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Qui vorrei chiarire un punto. Nel buddhismo si trova una forte enfasi sulla saggezza, sull'intelligenza e sull'intuizione. Si ha volte l'impressione che ci si riferisca a persone di grande cervello, ma il significato di saggezza e di intuizione non è esattamente questo. Nelle scritture buddhiste ci sono descrizioni di persone intelligenti che sono impazzite per il fatto di essere arrivate a una capacità estrema di analisi, ma senza alcuna capacità intuitiva, di visione profonda: solo un mucchio di concetti intelligenti. La saggezza non include l'intelligenza, ma ha più a che fare con la visione profonda, intuitiva e con la conoscenza.*

In secondo luogo, vorrei far notare che ci possono essere persone che non definiremmo propriamente intelligenti, ma che possono avere la forza e la concentrazione necessarie. Come nel caso del monaco che era molto ottuso, possiamo vedere che spazzando il pavimento e pulendo scarpe Suddhipanthaka aumentò il suo livello di saggezza e conoscenza.

Il Venerabile Sheng Yen ha parlato del buddhismo Chan e di alcuni insegnamenti chiave della tradizione Chan. Nei testi tibetani ci sono riferimenti al metodo Chan, in particolare all'approccio immediato o istantaneo. Per esempio,

ricordo un testo della tradizione Kagyupa che definisce esplicitamente la pratica della mahamudra un cammino istantaneo, affermando che coloro che intendono la mahamudra in modo gradualistico sono completamente fuori strada! In verità, esiste una cosa come l'approccio immediato alla realizzazione, che è spontanea e non confinato nella struttura della pratica graduale.

Nei testi della tradizione Sakyapa e, in modo particolare, nella pratica Dzogchen della tradizione Nyingmapa, ci sono anche espressioni come 'simultaneità di conoscenza e liberazione'. Nella tradizione Gelugpa, anche Lama Tsong Khapa accetta il concetto di liberazione simultanea e istantanea, anche se sembra intendere per realizzazione istantanea un insieme di numerosi fattori che vengono a maturarsi e a culminare nel momento della liberazione.

Lama Tsong Khapa offre un esempio da un sutra, in cui si legge la storia di un re dell'India centrale che aveva ricevuto un dono molto costoso dal re di un regno lontano. Il re non sapeva quale dono mandare in cambio perché riteneva il dono ricevuto di grande valore.

Alla fine, andò dal Buddha a chiedere un consiglio. Il Buddha suggerì al re di mandare un dipinto della Ruota della Vita, che mostrava i dodici anelli dell'originazione dipendente con una didascalia in versi. Il re mandò quel dono accompagnato dal messaggio "Dovreste ricevere questo dono con grande gioia e con festeggiamenti". L'altro re, appena letto il messaggio, divenne molto curioso e dispose tutti i preparativi per accogliere il dono con i dovuti festeggiamenti.

Quando finalmente aprì il regalo, fu piuttosto sorpreso di vedere che era soltanto un piccolo dipinto. Osservò il dipinto e cominciò a comprendere l'immagine, e quando lesse la didascalia dei dodici anelli dell'originazione dipendente raffigurati nella Ruota della Vita, in un istante ne comprese la verità.

VISITE DEL S.S. DALAI LAMA

■ CECINA A MARE (Pisa)

Sua Santità Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama, capo spirituale e temporale del popolo tibetano, premio Nobel per la Pace nel 1989, sarà in Italia per una serie di insegnamenti e l'iniziazione di Cenresig Gyalwa Gyatso su invito dell'Istituto Lama Tsong Khapa di Pomaia.

L'incontro si svolgerà nei pressi della pineta di Cecina a Mare a circa 50 km da Pisa.

Gli insegnamenti cominceranno la mattina del 30 novembre e si concluderanno domenica 2 dicembre.

Sua Santità commenterà il testo del maestro indiano Atisha "La luce sul sentiero per l'Illuminazione" e ci introdurrà alla scoperta delle nostre qualità innate, come il coraggio di affrontare la vita con più gioia e serenità.

Lunedì 3 dicembre verrà conferita l'iniziazione di Cenresig Gyalwa Gyatso, che è l'espressione della compassione di tutti i Buddha.

Ricevere questa iniziazione da Sua Santità è un'occasione unica, dato che egli è il simbolo vivente di Cenresig e dei suoi poteri trasformativi della mente umana.

E' necessario prenotarsi perché i posti sono limitati.

PER INFORMAZIONI:

La scheda di partecipazione può essere richiesta all'Istituto Lama Tsong Khapa 56040 Pomaia PI, tel. 050.684002- fax 050.685695 o via internet sul sito www.dalailama.it., e-mail: iltk@dalailama.it

Questa esperienza avvenne immediatamente, inaspettatamente, semplicemente come risultato del vedere il dipinto e del leggerne il significato. Secondo Lama Tsong Khapa, malgrado l'evento possa effettivamente essere stato istantaneo, si tratta comunque del risultato di numerosi fattori concomitanti. L'evento finale, istantaneo, agisce da scintilla, da catalizzatore.

Nella tradizione tibetana, i maestri non utilizzano il bastone, come faceva il maestro cinese di cui il Venerabile Sheng Yen ha raccontato, ma si trova un approccio simile nell'insegnamento dello Dzogchen, quando si fa riferimento al praticante che urla la sillaba "peh!" a viva voce. Si dice che quando la sillaba viene pronunciata, l'intera catena dei processi del pensiero viene recisa all'istante e il praticante sperimenta una realizzazione immediata, spontanea. Questa esperienza viene descritta come un senso di meraviglia e di non concettualità, uno stato libero dai pensieri".

■ **Ven. Sheng-yen:** "E poi il praticante permane in questo stato di meraviglia? È soltanto un'esperienza temporanea o è un'esperienza prolungata?"

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Vorrei rispondere con un verso attribuito a Sakya Pandita, in cui si dice che la radiosità interiore, cioè la chiara luce, ha continuamente luogo negli intervalli tra i diversi processi di pensiero. Il verso suggerisce che quando si grida "peh" e si sperimenta questo senso spontaneo, immediato di meraviglia e di non concettualità, ciò che si sperimenta è la chiara luce, detta anche vacuità. Tuttavia, questa esperienza è solo temporanea. Si dice anche che coloro che hanno accumulato molto merito possono, quando tutte le condizioni sono mature, sperimentare la vacuità. Nell'insegnamento Dzogchen, se lo stato di meraviglia è accompagnato dalle benedizioni e dalle ispirazioni che provengono dal proprio guru, e si possiedono molti meriti, si può perfezionare questa esperienza nel rigpa, l'autentica consapevolezza primordiale. Quando si sperimenta la chiara luce, il mondo intero si fonde nella natura della vacuità, nella realtà ultima".*

■ **Ven. Sheng-yen:** "Per quanto tempo l'individuo riesce a mantenere questo stato di chiara luce e a percepire la natura della vacuità? Questa esperienza gradualmente sparisce? Può la persona sperimentare altre afflizioni della mente? In che modo questa esperienza influenza il proprio stato di sogno?".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Sempre per usare la terminologia Dzogchen, quando si parla della natura di chiara luce della mente, ci si riferisce in realtà a una qualità essenziale della coscienza, una qualità che è continua, ininterrotta. Per analogia, finché c'è acqua, la natura dell'acqua rimane. Naturalmente, a volte l'acqua è torbida e non possiamo scorgerne la chiarezza essenziale. Quindi, quando agitiamo l'acqua, essa diviene più torbida. Per percepire la natura limpida dell'acqua, bisogna farla calmare. Una volta smesso di agitare l'acqua, lasciatala calmare, essa riotterrà la sua natura limpida. Soltanto quando l'acqua si calma riusciamo a vedere la sua limpidezza. La limpidezza dell'acqua non esiste in nessun altro posto al di fuori dell'acqua torbida.*

Similmente, che si abbia un pensiero virtuoso o non virtuoso, si è calmi nello stato della mente pervasa dalla natura di chiara luce. Dal punto di vista della pratica, i pensieri virtuosi e non virtuosi sono entrambi ostacoli all'esperienza della chiara luce. Perciò diamo molta enfasi al cercare di calmare la coscienza, all'arrestare tanto i processi del pensiero virtuosi quanto i processi del pensiero non virtuosi. Questi insegnamenti presentano molti punti in comune con quelli dell'approccio immediato, simultaneo del buddhismo Chan.

Una volta che l'individuo è in grado di avere esperienze coscienti della chiara luce, subentra un effetto immediato sulla chiarezza dei propri sogni. Tuttavia, questi approcci Dzogchen agli insegnamenti istantanei richiedono delle pratiche preliminari dette 'cercare il vero volto della mente'.

Qui si procede analizzando l'origine, il permanere e il dissolversi della mente. Questa analisi è molto simile alla logica dei quattro angoli del tetralemma Madhyamika, la quadruplice analisi.

Nella tradizione tibetana, ci sono anche dibattiti sul raggiungimento simultaneo di shamata e vipashyana. Ma per ottenere questo livello, il praticante deve raggiungere almeno l'ottavo livello di sviluppo mentale, che è il risultato della meditazione tantrica e delle pratiche Vajrayana. Soltanto allora il praticante può ottenere shamata e vipashyana simultaneamente.

Il Venerabile Sheng Yen ha descritto una forma di meditazione Chan in cui il praticante è incoraggiato cercare quell' 'io' che sperimenta le afflizioni negative attraverso domande come "Chi sono io?", "Chi crea quest'esperienza?" e così via. L'approccio è piuttosto simile all'approccio Madhyamika dell'analisi della punta di diamante, che considera le cose secondo la prospettiva di causa ed effetto. Si trovano approcci di questo tipo anche nell'analisi dei sette punti della personalità, o dell'io, utilizzata da Chandrakirti (600-650). Nella tradizione Kagyupa, il grande yogi Milarepa (1040-1123) adottava un approccio simile chiedendo in continuazione ai suoi studenti di cercare se stessi: "Dove sei?".

Vorrei anche evidenziare che uno degli insegnamenti centrali della Scuola

della Via di Mezzo consiste nel chiedersi costantemente se le cose esistano o meno nel modo in cui sembrano esistere. Appare importante, qui, comprendere cosa significa veramente vacuità. Per esempio, possiamo dire se l'insetto che passa di fronte ai nostri occhi esista o no.

Dopo un'indagine accurata possiamo anche arrivare alla conclusione opposta, che non c'è nessun insetto lì, ma questa assenza non è vacuità. Perciò trovare o non trovare sembra coincidere. La vacuità è qualcosa che si trova come risultato del sottoporre qualcosa che esiste ad accurato scrutinio e cercare di scoprire quale è veramente la sua natura ultima".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Alcune persone, quando si chiedono 'Chi sono io?' e scoprono una assenza di mente o quando riposano in uno stato vuoto della mente, credono di aver raggiunto l'illuminazione. È un grosso errore! Questo stato viene definito a volte nel Chan 'vacuità testarda'. Un maestro Chan qualificato deve confermare l'esperienza dello studente. Inoltre, lo studente deve riflettere sulla propria vita quotidiana, osservare se ci sono ancora molte afflizioni o forti attaccamenti.

Se una persona ha un lampo genuino di vacuità, questo stato si chiama 'illuminazione superficiale' o 'vedere la natura del proprio io'. Se l'individuo riesce a mantenere questa esperienza costantemente all'infinito, si tratta di illuminazione perfetta. Però, se l'esperienza dell'individuo non si accorda con la natura della vacuità esposta negli insegnamenti della Via di Mezzo, non può essere riconosciuta come autentica illuminazione.

La realizzazione del non-sé è in verità il risultato della pratica del non cercare, perché quando la propria pratica progredisce, si smette di cercare l'illuminazione individuale e ci si concentra ad aiutare gli altri. Quando si smette di preoccuparsi dei propri risultati e si è intensamente coinvolti nello sforzo di aiutare gli altri a liberarsi dalla sofferenza, allora è possibile l'illuminazione".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Nel buddhismo indiano e nel buddhismo tibetano ci sono otto stadi preparatori di coltivazione dei quattro assorbimenti meditativi. Lo scopo del quinto stadio, l'analisi, è di verificare se si è raggiunto il controllo di alcune forti emozioni. Un uomo, per esempio, potrebbe evocare l'immagine di una donna. Se prova ancora lussuria, deve ancora esercitarsi.*

Il punto è che chi ha raggiunto il primo stato di assorbimento ha già superato vari attaccamenti e la lussuria. D'altro canto, ci sono persone che realizzano la vacuità senza aver placato le proprie inclinazioni alla lussuria, al desiderio e

ad altri attaccamenti, che hanno moltissimi livelli.

Il Maestro Sheng Yen ha accennato al fatto che un individuo può rimanere nell'esperienza della vacuità ininterrottamente. Tale esperienza di realizzazione può aver luogo soltanto a uno stadio di sviluppo molto più elevato, poiché comporta la padronanza dell'equilibrio meditativo e delle realizzazioni successive. In molti stadi, prima che si divenga completamente illuminati, l'equilibrio meditativo e le realizzazioni successive si susseguono alternatamente.

Si dice che nello stato della piena illuminazione l'equilibrio meditativo e le realizzazioni successive divengano simultanee. Da questo punto di vista, chiunque sia in grado di conservare l'esperienza diretta della vacuità nell'equilibrio meditativo senza mai allontanarsene è pienamente illuminato".

■ **Ven. Sheng-yen:** "L'illuminazione completa non è la condizione di arhat. Uno stato di illuminazione completa non mette fine alle afflizioni. È piuttosto uno stato in cui il dubbio circa il Dharma è definitivamente terminato. Le persone completamente illuminate possono ancora avere afflizioni, ma non le manifesteranno verbalmente o fisicamente. Essi non sono liberi dalla sofferenza, ma conoscono chiaramente il sentiero della pratica che debbono seguire.

Il Chan non dà molta importanza agli stati successivi del dhyana. Personalmente, ho praticato gli stati dell'equilibrio meditativo (dhyana). Tuttavia, l'esperienza personale del 'vedere la natura dell'io', vale a dire l'esperienza della vacuità, è più importante. È come il sapore dell'acqua, è qualcosa che bisogna sperimentare personalmente, altrimenti non lo si conoscerà mai.

Non basta sentirne parlare.

BIBLIOGRAFIA

■ **PAUL WILLIAMS, Il buddhismo Mahayana,** *trad.it. Ubaldini Editore, Roma 1990;*

■ **TSONG-KA-PA, La compassione nel buddhismo tibetano,** *Ubaldini Editore, Roma 1981;*

■ **GESHE LHUNDUP SOPA, HOPKINS, Pratica e teoria del buddhismo tibetano,** *trad.it. Ubaldini Editore, Roma 1977;*

■ **TENZIN GYATSO, XIV DALAI LAMA, La via del buddhismo tibetano,** *trad.it. Mondadori, Milano;*

■ **TENZIN GYATSO, XIV DALAI LAMA, Il buddhismo del Tibet e La chiave per la Via di Mezzo,** *trad.it. Ubaldini Editore, Roma 1976;*

■ **TENZIN GYATSO, XIV DALAI LAMA, Il Sentiero per la Liberazione,** *trad it. Chiara Luce Edizioni Pisa 1997;*

■ **SHENG-YEN, Un sapere sottile, Introduzione al buddhismo Ch'an,** *trad.it Oscar Mondadori, Milano 2001;*

■ **SHENG-YEN, La poesia dell'illuminazione,** *trad.it. Ubaldini Editore, Roma 2001;*

■ **GIUSEPPE TUCCI, Le religioni del Tibet, Ed. Mediterranee,** *Roma 1976 (ristampato anche negli Oscar Mondadori);*

■ **D. T. SUZUKI, Introduzione al buddhismo Zen,** *trad. it. Ubaldini Editore, Roma 1970.*

L'illuminazione completa è diversa dal vedere la natura dell'io, è diversa dall'esperienza della vacuità, in cui è possibile tornare allo stato ordinario della mente senza riconoscere esattamente come operano e si manifestano le afflizioni. Una persona completamente illuminata, la cui mente è estremamente limpida, è pienamente e costantemente consapevole del funzionamento delle afflizioni.

Inoltre, secondo il Chan, uno stato completamente illuminato non è qualcosa che si mantenga nell'equilibrio meditativo.

Dal momento che questa è la prima volta che abbiamo una conversazione di questo tipo, non è facile soffermarsi con chiarezza sui dettagli. Ci vorrebbero almeno due o tre giorni per chiarire alcuni di questi argomenti".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Come affermano le scritture, per i praticanti che hanno sperimentato direttamente la vacuità, la sua verità è inesprimibile, al di là del linguaggio e delle parole. Senza questa esperienza diretta, la vacuità è soltanto una comprensione intellettuale e concettuale.*

Mi piacerebbe parlare della nuova iniziativa del maestro Sheng-yen, che comporta la costruzione di una società pura e di un ambiente puro intorno alla purezza dell'individuo. Mi sembra un'iniziativa molto incoraggiante e vicina al mio modo di vedere. Dico spesso alle persone che finché ci si preoccupa della liberazione dal samsara si rimane in una questione privata, personale. È più importante, a un livello di comunità, cercare di creare quello che definirei 'il nirvana della società'. Sarebbero meno dominanti, in questa società, forti emozioni negative come l'odio, la rabbia, la gelosia e simili stati mentali agitati. Perciò credo che questo incontro sia un vero e proprio incontro di cuori. Vorrei esprimere i miei ringraziamenti per la vostra nuova iniziativa".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Parlare con Sua Santità non è come parlare con qualcuno venuto da un altro pianeta! I nostri linguaggi possono essere diversi, ma i concetti alla base sono gli stessi. Grazie".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Sarebbe meraviglioso, in futuro, avere altre conversazioni come questa, specialmente sulla vacuità, alla Montagna dei Cinque Picchi, in Cina".*

■ **Ven. Sheng-yen:** "Si dice che il luogo sacro a Manjusri su questo pianeta sia la Montagna dei Cinque Picchi in Cina. Tutti sono benvenuti, pre-

ghiamo di poter tornare presto alla montagna!".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Se avremo l'opportunità di discorrere della vacuità sulla Montagna dei Cinque Picchi, il luogo sacro di Manjusri e se ancora non saremo benedetti da Manjusri, forse potremmo concludere che Manjusri è vuoto!*

Possiamo rispondere a qualche domanda del pubblico".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Tutte le domande difficili vanno fatte a Sua Santità!".

❖ ❖ ❖

DIALOGO CON IL PUBBLICO

"Ven. Sheng-yen, il Chan appartiene agli insegnamenti Vajrayana o gli insegnamenti Vajrayana appartengono al Chan?".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Dal momento che non ho mai studiato il Tantra, è meglio che sia Sua Santità a rispondere a questa domanda. Tuttavia, se diciamo che i due, il Tantra e il Chan, sono in realtà la stessa cosa, e impararne uno o l'altro equivale a impararli entrambi, allora dovrei dire che può esserci un problema con questo concetto! Ci sono, tra le due tradizioni, somiglianze e differenze".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"In genere, si afferma che la profondità degli insegnamenti Vajrayana provenga in realtà dalle pratiche meditative sofisticate. Perciò, nel classificare gli insegnamenti Vajrayana nella categoria dei tre canestri, li consideriamo come appartenenti ai Sutra. Questo perché consideriamo gli insegnamenti Vajrayana come sviluppi sofisticati delle pratiche dhyana"*

❖ ❖ ❖

"Per intraprendere la pratica del Dharma, prima bisogna ascoltare, poi studiare e poi contemplare. Ma sembra che, nella pratica della vacuità, a volte la fede possa condurre all'esperienza della saggezza. È vero?"

■ **Ven. Sheng-yen:** "Quando i buddhisti Chan parlano dell'illuminazione, distinguono tra 'illuminazione attraverso la comprensione intellettuale' e 'illuminazione realizzata' o 'illuminazione empirica'. Per esempio, se vedere l'originazione dipendente significa vedere il Dharma, e quindi anche il Buddha, si tratta allora di illumina-

zione? Personalmente, la riterrei una sorta di 'illuminazione attraverso la comprensione intellettuale'. Non è uguale all'illuminazione realizzata o autentica illuminazione. L'illuminazione genuina richiede un'esperienza personale di saggezza della vacuità (*prajña*)".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Nella tradizione tibetana tendiamo generalmente ad adoperare la parola illuminazione per il livello di esseri superiori, i nobili (arya)".*

❖ ❖ ❖

"Che differenza c'è tra praticare la vacuità e raggiungere la visione profonda della vacuità, quindi raggiungere l'illuminazione?".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Qual è la differenza, qual è il rapporto tra pratica e illuminazione? Coloro che possiedono un potenziale karmico molto acuto possono raggiungere l'illuminazione molto rapidamente, ma possono tuttavia essere carenti di alcune accumulazioni di merito e di virtù. Ciò significa che essi, dopo l'illuminazione, devono continuare a praticare. Altri devono accumulare i fattori necessari, come la virtù, prima di raggiungere l'illuminazione".

❖ ❖ ❖

"Una volta che si diviene illuminati, e se si è un Buddha, non c'è bisogno di praticare. Se non c'è bisogno di praticare, perché recitiamo l'ultimo verso della preghiera, che possiamo sempre essere capaci di impegnarci nelle azioni del bodhisattva?".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Quando parliamo di azioni del bodhisattva, possiamo analizzare due aspetti. Un aspetto consiste nell'impegnarsi nelle azioni del bodhisattva per perfezionarsi, per ottenere la piena illuminazione.*

Una volta che si è divenuti pienamente illuminati non serve impegnarsi nelle azioni del bodhisattva. Il secondo aspetto è che, dal momento che il voto è di cercare il benessere degli altri esseri senzienti, ci si impegna nelle azioni del bodhisattva anche dopo la piena illuminazione".

❖ ❖ ❖

"Maestro Sheng-yen, nella tradizione buddhista cinese c'è una comprensione di un approccio separato all'illuminazione, al di fuori dello

schema delle Quattro Nobili Verità; se è vero, qual è questo approccio?".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Non c'è nessuna comprensione separata dalle Quattro Nobili Verità. Tuttavia, bisogna chiarire che l'approccio dell'illuminazione istantanea non include nessuna discussione di un sentiero progressivo o graduale. Perciò, se non si vuole intraprendere il sentiero progressivo o graduale, la cosa migliore da fare è praticare il Chan! Ma non è un approccio facile. Infatti, anche se ci si illumina senza passare per il sentiero graduale, bisogna continuare a praticare anche dopo l'illuminazione!

Come abbiamo osservato prima, alcune persone praticano nel campo causale e altre nel campo della fruizione. Anche il Buddha Shakyamuni dopo aver ottenuto la buddhità praticava la meditazione tutti i giorni. Ho chiesto a Sua Santità come praticasse ogni giorno, dato che Sua Santità è un praticante di grande realizzazione, ma mi ha detto che egli trascorre ancora, ogni giorno, oltre tre ore in meditazione e in prostrazione. Questa è la via di molti grandi maestri della tradizione Chan".

❖ ❖ ❖

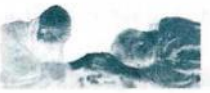
"Maestro Sheng-yen, cos'è che viene negato nel contesto della comprensione della vacuità? Cos'è che, esattamente, diventa vuoto? Cos'è la Vera Quiddità?".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Vacuità significa essere liberi dai due estremi di esistenza e nulla, e non attaccarsi a ciò che vi è in mezzo! Questa è la Via di Mezzo, l'insegnamento del Madhyamika. Per quanto riguarda la Vera Quiddità, si tratta di un insegnamento adottato nelle scuole della Sola Coscienza [*Cittamatra, ndr*] e del Tathagatagarbha.

È molto semplice comprendere la Vera Quiddità. Quando si comprende veramente l'afflizione, si scopre che l'afflizione non è diversa dalla Vera Quiddità.

Le persone ignoranti, che sono continuamente intrappolate in ogni sorta di afflizione senza accorgersene, non possono conoscere la Vera Quiddità. Se si conoscono molto bene le proprie afflizioni negative, allora si è in accordo con la Vera Quiddità.

Quando tutte le afflizioni, comprese quelle molto sottili, sono state eliminate, c'è la buddhità. Perciò devo dire che l'afflizione è la Vera Quiddità! Senza afflizioni, la



Vera Quiddità non esiste.

La Vera Quiddità è soltanto un nome convenzionale. Questo può essere molto difficile da capire".

❖ ❖ ❖

"Ven. Sheng-yen, si può ottenere la buddhità soltanto con i mezzi abili o con la sola saggezza?".

■ **Ven. Sheng-yen** (rivolto al traduttore): "Perché scegli sempre quelli che fanno domande a me? Danne qualcuno a Sua Santità!" (risate tra il pubblico).

❖ ❖ ❖

"Esistono cose come la chiaroveggenza o la precognizione?".

■ **S.S.Dalai Lama:** *"Spesso, quando ponevo domande al mio tutore Ling Rinpoche, questi se ne usciva con risposte piuttosto strane, a volte molto strane. Un giorno cominciai a sospettare che avesse altre fonti di conoscenza, così una volta glielo chiesi direttamente: "Qualche volta avete esperienze di chiaroveggenza?". Rispose: "Non lo so, ma a volte sembra che sorgano in me certi tipi di conoscenza piuttosto misteriosi". Dunque, la chiaroveggenza o precognizione sembra una possibilità reale.*

Naturalmente, ho incontrato persone che dichiarano di avere la chiaroveggenza, ma sono abbastanza dubbioso e scettico; Ling Rinpoche, però, è una persona che conosco da quando ero bambino, perciò gli credo. Ma ho incontrato anche persone che dichiarano di possedere chiaroveggenza e precognizione e agiscono come se possedessero una tale conoscenza, però devo dire che sono piuttosto scettico in questi casi. Quando sono stato a Taiwan, ho notato che c'è lì una comunità di lama e monaci tibetani abbastanza grande. Li ho ammoniti a non vantarsi di avere poteri di chiaroveggenza, perché la verità potrebbe saltare fuori.

Riguardo alla precognizione o chiaroveggenza, possiamo dire che, teoricamente, la capacità di conoscere è una proprietà intrinseca della coscienza e, anche nelle esperienze ordinarie, a volte abbiamo premonizioni che possono avverarsi. Possiamo avere premonizioni al mattino, una specie di intuizione. Credo che tali premonizioni siano indice del seme di questi poteri cognitivi che risiedono in noi. Sembra che con l'applicazione di pratiche meditative, in particolare quelle in cui la mente si concentra su un unico oggetto, affiniamo il fuoco della memoria e della consapevolezza. Il nostro raccoglimento, la nostra

capacità di ricordare esperienze diventa sempre più forte. Via via che si affina l'energia del raccoglimento, aumenta anche il potenziale della precognizione. Questo almeno è il fondamento teorico per credere nella precognizione. Sembra quindi che la chiaroveggenza o precognizione sorga in modi diversi in persone diverse.

Ai tempi del Settimo Dalai Lama, c'era un maestro molto realizzato di nome Dag-pu-Lobsang-Denbe-Gyaltsen (1714-1762), universalmente riconosciuto come dotato di poteri chiaroveggenti. Una volta un grande maestro Gelugpa, Jang-gya-Rolbe-Dorje (1717-1786), gli chiese: 'Come sorge in te questa conoscenza?'. Dag-pu-Lobsang-Denbe-Gyaltsen rispose che ogni volta che doveva pensare seriamente a qualcosa, un argomento o una questione, si concentrava sulla prima immagine che gli appariva in mente, che di solito era una campana. In cima a questa campana apparivano alcune immagini, e dalle forme traeva alcune premonizioni. Naturalmente, ci sono negli insegnamenti dello Yoga Tantra Supremo pratiche specifiche che si ritiene possano permettere alle persone di sviluppare quel tipo di poteri. I Sutra parlano di chiaroveggenza, riferendosi soltanto a percezioni visive e uditive, mai olfattive. Anche nell'ambito delle nostre esperienze ordinarie, siamo in grado di percepire gli oggetti distanti attraverso la percezione visiva e uditiva ma non attraverso l'odorato. Perciò, il potere della chiaroveggenza è limitato".

■ **Ven. Sheng-yen:** "Senza dubbio ci sono poteri sovrannaturali come la chiaroveggenza, e per una persona che ha fede nel Dharma non è appropriato negarne l'esistenza. Ma il Buddha Shakyamuni metteva in guardia i suoi discepoli dall'utilizzare incautamente tali poteri. Infatti, la tradizione cinese Chan vieta ai praticanti e ai maestri di usare o anche di parlare di questi poteri. Le persone stupide sperano di ottenere questi poteri sovrannaturali per potersene servire. Le persone dotate di saggezza, al contrario, utilizzano le proprie intuizioni per gestire i problemi di vita. Se si vuole adottare la saggezza per risolvere i problemi, basta usarla una sola volta. Trattare i problemi con i poteri sovrannaturali porta soltanto a soluzioni momentanee: non solo i problemi non si risolveranno, ma riemergeranno. Questa conversazione è detta propriamente 'insegnamenti di saggezza', non insegnamenti sovrannaturali".

(Trad. dall'inglese a cura di Maria Angela Falà e Giuliano Giustarini)

AMBIENTE naturale UN APPROCCIO

di Mauricio Yushin Marassi

Mauricio Yushin Marassi
Missionario zen, dopo aver vissuto lungamente in monasteri giapponesi, Mauricio Yushin Marassi, ritornato in Italia, si occupa oggi del rapporto tra lo zen e l'occidente e il dialogo interreligioso. Ha scritto Piccola guida al buddhismo zen nei paesi del tramonto **(Marietti 2000).**

Che dice un buddhista del suo rapporto con la natura **e della** responsabilità **nei suoi confronti? E un buddhista educato nell'**occidente cristiano**?**

E' difficile esprimersi secondo un'ottica che si autodefinisca buddhista perché quell'ottica, pur esistendo, ha la forma dell'acqua. Pur essendo io un insieme corpo mente spirito formato, nello stadio adulto, nella fucina spirituale del buddhismo Zen, le mie radici sono immerse nel, e consustanziali al cristianesimo. Questa ineluttabilità naturale, divenuta consapevolezza ha fatto sì che ogni immagine della cultura religiosa nella quale mi pongo sia, insieme, filtrata con gli strumenti delle mie origini, e assaporata con l'autonomia dei nuovi mezzi. A volte poi, di nuovo, confrontata, riletta e messa alla prova anche dal nuovo cristianesimo che, con occhi più aperti, vado scoprendo in me.

Ecco allora che la struttura del mio pensiero procede sulla via dello Zen e si dissolve, rinasce, ad ogni presenza si riforma assieme all'eco delle parole di Gesù. E sono lieto di questa compagnia.

La tradizione Zen ha una sua data di nascita precisa. Anche se la sua epifania deve essere fatta risalire al sesto secolo, in Cina, tuttavia il primo muto vagito fu nel momento in cui Shakyamuni sul picco dell'Avvoltoio mostrò un fiore ed il suo discepolo Mahakasyapa sorrise [1]. Nel dir nulla di quel momento un fiore fu mostrato. Non un libro, per il suo contenuto, e neppure miracoli sconvolgenti. Il miracolo era tutto in quell'immenso sotteso all'esistenza di quel caduco fiore perenne.

Ed ecco che il mio compagno, quel giovane palestinese che mi segue tranquillo, mi rammenta: "...lasciate che i bambini vengano a me..." (Mt 19,14) ed ancora "...E chi accoglie anche uno solo di

e responsabilità BUDDHISTA

questi bambini accoglie me... " (Mt 18, 5). Così mi riconosco e mi conforta sapere che il corpo della vita, i suoi simboli più chiari, i fiori dei campi, i bambini, sono davvero quello che appaiono: come l'aria, le stelle, l'acqua, i boschi, il mare le montagne, la mia mano che si muove, la voce di mia figlia ed il silenzio vuoto, quand'anche il silenzio tace.

❖ ❖ ❖

Nel 1240 il fondatore del buddhismo Zen di scuola Soto in Giappone, Eihei Dogen, nel capitolo dello *Shobogenzo* **Voci di ruscelli, colori di montagne** (*Keisei Sanshoku*) riporta un antico poema cinese, composto da Dongpo, che recita all'incirca così:

I suoni della valle sono la lingua madre
I colori della montagna non sono che il corpo senza limiti
Gli 84 mila (infiniti) versi del poema si odono attraverso la notte.
Come potrò dire di ciò, domani?

Dogen commenta dicendo: "I suoni della valle di Dongpo porteranno conforto e freschezza ai praticanti delle generazioni future [...] Quella lingua non riposa mai." [2]

Se consideriamo la realtà da un'angolatura strettamente buddhista, non possiamo parlare di 'mondo circostante' perché, nel buddhismo, la componente unitaria è preponderante alla visuale del particulare. Ossia possiamo parlare di un singolo capello se è 'un modo' di parlare dell'universo. Il bandolo implica tutto il gomitolo.

Per un orientale, educato con i parametri e le relazioni culturali di un mondo che si è culturalmente sviluppato a partire dai semi germogliati

[1] Nel *Saddharmapundarikasutra*, il Sutra del Loto della Buona Legge, si racconta che, un giorno, il Buddha Shakyamuni si recò sul Picco dell'Avvoltoio per predicare. In poco tempo attorno a lui si radunò una grande folla: migliaia di persone attendevano pazientemente la parola del Maestro. Dopo essere stato a lungo immobile, Shakyamuni in silenzio raccolse un fiore e lo mostrò. Nessuno capì. Solo Mahakasyapa a quel gesto sorrise (in un'altra versione si parla di un levar di sopracciglia, in un'altra ancora di un ammiccare). Si dice che in quel momento Shakyamuni trasmise al suo discepolo il cuore dello Zen, l'insegnamento al di là della dottrina, al di là della comprensione mentale.

[2] Ho qui utilizzato la traduzione inglese, pubblicata con il titolo *Valley Sounds, Mountain Colors*, nell'opera *Enlightenment Unfolds, The Essential Teachings of Zen Master Dogen* edita dalle edizioni Shambala, Boston & London, 1999, a cura di K. Tanahashi.

migliaia di anni orsono nel bacino del fiume Indo e ad Est della Grande Muraglia, sentir dire che i Cristiani, sotto le specie del pane e del vino, mangiano la carne ed il sangue del figlio di Dio è un messaggio estremamente forte, addirittura 'sconveniente' nel senso di ciò che non si dice e non si fa perché inopportuno. Tuttavia, in questa formulazione, pure con un'intensità forse esagerata per una sensibilità orientale, appare immediatamente la sostanziale condivisione della vita tra l'uomo e Dio. In quell'atto Dio e l'uomo sono, diventano la stessa cosa.

Così le montagne, i fiumi, l'aria che respiriamo, ogni tipo di cibo, le parole che scambiamo tra noi sono estensioni del nostro esistere che ci legano intricatamente all'universo tutto, ossia ci mostrano l'Uno nelle sue forme particolari. Ed allora il rispetto per l'ambiente non è rispetto per l'ambiente: il non buttare cartacce per strada non è rispetto dello spazio esterno. Non c'è un altro spazio. Ossia, una persona pulita semplicemente tiene pulita tutta la parte di vita che ha sotto gli occhi: le mani ed il resto del corpo, gli abiti, il posto in cui si trova. Non vi è sostanziale differenza tra questi elementi. Infatti in termini buddhisti è più corretto parlare di *ecofilia* [3] piuttosto che di ecologia.

❖ ❖ ❖

Quando Dongpo nomina i suoni della valle ed i colori dei monti non sta usando una metafora o utilizzando un'immagine poetica per rimandare il nostro animo a sensazioni ed impressioni legate a quella vista. Sta proprio parlando di montagne, di ruscelli e di boschi. Così come parlando di un piccolo pelo sulla punta del naso di un elefante rappresentiamo l'elefante stesso, così pure se apriamo tutti i nostri occhi (gli occhi ai lati del nostro naso, l'occhio del nostro cuore emotivo, l'occhio della nostra mente immaginante e l'occhio del nostro spirito che non discrimina) ed accogliamo un fiorellino nella sua maestà miracolosa accogliamo tutto il miracolo del creato e la sua purezza incontaminata.

Introducendo il termine *ecofilia* vorrei esprimermi in modo tale da restare al mio interno. Se parlo di ecologia mi sembra di dar vita ad un insieme ideologico o, perlomeno, sovrastrutturale. Vedo l'attività del mio cervello che occhiutamente esamina l'ambiente fuori di me e, richiamando dalla memoria tutte le conoscenze di biologia, chimica, fisica, botanica, geologia, tossicologia ecc.,

[3] Ricordiamo che il senso etimologico di questo neologismo è "*amore* (philia) per la propria *casa, dimora* (oikos)".

[4] L'espressione sanscrita *pratityasamutpada* viene spesso tradotta anche con 'legge di causa ed effetto'. Questa scelta può essere accettabile solo se 'dimentichiamo' la visuale consequenziale insita nella concezione del tempo che 'scorre'. Raimundo Panikkar (cfr. *Il silenzio di Dio, la risposta del Buddha*, Borla, Roma, 1992, Pag.103) traduce *pratityasamutpada* con: produzione convergente, emergere armonico, generazione condizionata, apparizione congiunta, mutua originazione, ed anche con: 'l'epifania dell'insieme della totalità', 'la manifestazione globale del dinamismo di tutte le cose', 'la concatenazione universale'. Quindi l'espressione 'legge di causa ed effetto' è valida se ci rendiamo conto che 'causa' ed 'effetto' sono contemporanei, ossia appaiono assieme come la destra e la sinistra o l'azione e la reazione, e circolari, infatti ogni causa è a sua volta un effetto e →

emette un giudizio sullo stato di quell'ambiente. Da cui, poi, discende una più o meno grande (ma fredda e impersonale oppure emotiva ed interessata in modo possessivo) esigenza di maggior aderenza ideologica all'ideale dell'ambiente incontaminato o dell'ambiente sano, se questo o quello costituiscono la mia base di giudizio.

❖ ❖ ❖

Spesso, parlando con mia figlia ora adolescente, emerge il 'perché' io le indichi un comportamento oppure un altro. Tra i "perché" che gli adolescenti mettono più volentieri in discussione, vi sono tutti quelli legati al comportamento normativo, ossia legati ad attività scomode, apparentemente prive di divertimento o di attrattiva ludica. L'igiene del corpo, l'igiene mentale, l'igiene morale, l'igiene e l'estetica degli abiti, l'igiene e l'estetica della propria camera, comprendendo il letto, l'armadio e quant'altro. Ed anche la qualità e la quantità dei rapporti con le persone più vicine: famigliari in primo luogo poi gli amici, gli insegnanti ed i compagni, sia di studio sia di altre attività. Il modo di 'trattare' un fiore in un'aiuola o su un prato di montagna, o di 'trattare' la carta della merenda come pure l'acqua di un ruscello. Vi è un denominatore comune tra tutti questi comportamenti o attenzioni e, se noi ne siamo coscienti e convinti, è facilmente trasmissibile anche ai più giovani. Il punto è proprio ciò che ho definito *ecofilia.*

Ciascuno di noi vive l'Universo in modo personale. Nel Buddhismo, quando nasce un bambino, non si dice che quel bambino è venuto al mondo. Ossia: non si dà per scontata l'esistenza di un mondo preesistente nel quale i vari esseri nascendo si vanno ad inserire. Ciascun essere nascendo dà inizio al suo mondo, che senza di lui non ci sarebbe. Quando moriamo con noi muore quel mondo. Così l'universo che viviamo è il nostro universo, è tutto nostro. Allora ogni volta che 'butteremo' una cartaccia o dello sporco o del malanimo o dei rapporti insinceri nel nostro universo, proprio con quegli elementi noi ci troveremo a vivere, con quegli elementi stiamo costruendo la nostra vita. Per questo mi è venuta in mente mia figlia: quando era piccolina, parlando di queste cose in modo a lei comprensibile, le chiedevo se lei avrebbe dormito volentieri in un letto in cui avesse appena fatto la pipì. Al suo indignato diniego facevo seguire la considerazione: la tua vita è come il tuo letto, ciò che ci metti ci trovi.

viceversa: ... C esiste perché B esiste, B a sua volta deve la sua esistenza ad A, che esiste perché Z esiste... E' il modo miracoloso in cui "si regge" l'universo ed ogni sua parte, senza bisogno di postulare una Causa Prima. E' qui che risiede la forza anti-idolatra del Buddhismo non teista e non ateista. In questa luce penso sia interessante investigare con molta attenzione il significato di "... dove sono due o tre riuniti nel mio nome io sono in mezzo a loro" (Mt. 18,20).

Così è per ogni cosa nel nostro mondo. Quando bruciamo un bosco, nel nostro personale mondo, nella nostra vita, ci saranno un bosco in meno, animali bruciati terreno dissestato. Quando trattiamo male una persona avremo aggiunto un tot di 'male' alla nostra vita. Quando facciamo 'bene', avremo aumentato il 'bene' della nostra vita. Ecco allora che il compiere il bene non ha una ricompensa. La ricompensa è il bene stesso che, compiuto, creato, ci mantiene nel bene. Ed anche: compiere il male non è una colpa e quindi non ha castigo; il male stesso da noi posto, inserito nelle pieghe, nella sostanza della nostra vita è la 'punizione' che autonomamente ci procuriamo.

Sono trascorsi molti anni da quando ho impostato in questo modo il piano di educazione ai 'perché' dei comportamenti normativi e mi sembra che la comprensione sia cresciuta di pari passo alla coscienza dell'effettiva realtà del fenomeno.

❖ ❖ ❖

L'interdipendenza condizionata o legge di causa ed effetto [4] che mostra, indica la trama del nostro mondo unico ed esclusivo tra miliardi di altri e contemporaneamente interconnesso con tutti gli altri, ci dà lo spunto per impostare una visuale della cura dell'ambiente sia come cultura in senso intellettuale, ma anche basata sull'interesse personale, quindi di facile ascolto e recepimento. Un interesse che, essendo rivolto all'universo, non si sviluppa in contrasto ad altri interessi o all'interesse di altri, anzi, ci offre la fantastica opportunità di essere 'egoisti' non solo senza nuocere ma con l'aspettativa della piena soddisfazione delle persone che ci circondano, essendo esse stesse (in quanto universo) beneficiarie delle nostre cure. Non mi sto riferendo ad una sorta di buonismo in cui ci si gratifica vicendevolmente perché si 'deve' essere buoni, e nemmeno a quel mondo un poco melenso in cui ci si comporta tutti con bontà per conformismo religioso. Mi riferisco ad una situazione in cui il mio vicino può essermi anche antipatico ma essendo lui parte del mio mondo, ed io parte del suo, conviene ad entrambi sia il comportamento corretto reciproco, sia la cura del nostro habitat (io faccio parte, sono il suo habitat e lui il mio). Il contrario corrisponderebbe infatti "a far la pipì nel letto prima di entrarci per dormire". Questo può avvenire solamente se vediamo chiaramente che quello che usualmente viene chiamato 'ambiente esterno' è in realtà l'interno della nostra vita.

Anche in questo caso vi sono parole ben note che echeggiano tra me e me "...amate i vostri nemici, fate del bene a coloro che vi odiano, a chi ti percuote sulla guancia porgi anche l'altra..." (Lc 6,27-29), "...ama il prossimo

[4] Vedi pag.70-71

[5] Cfr. Gary Snyder, *Mountains Hidden in Mountains – Dogen Zenji and the Mind of Ecology*- pubblicato in *Dogen Zen and its relevance for our time*, Ed. Sotoshu Shumucho, Tokyo, 1999. Se, come propone Snyder, traduciamo 'tutti gli esseri' con "biosfera", cioè con un sostantivo singolare che dia l'idea dell'unicità della molteplicità di "tutto ciò che vive", appare facilmente leggibile anche la necessità ineluttabile del voto del Bodhisattva (ricordiamo brevemente che tale voto consiste nella rinuncia ad una eventuale salvezza individuale, legando la propria redenzione a quella di tutti gli esseri). Se riconosciamo sia la dimensione cosmica del nostro corpo-mondo (contenente tutti gli altri corpi-mondi) sia le sue interconnessioni, non possiamo veramente "andare" da nessuna parte se non assieme a tutti i corpi-mondi.

[6] Penso che la presenza di *ahimsa* in tutte le religioni dell'Oriente e dell'Occidente in qualche modo ne dimostri la necessità. Sia in senso spirituale, poiché l'apertura del cuore amorevole è la condizione che ci →

tuo come te stesso..." (Mt 19,19). Gesù è un grande esperto di ecofilia.

Fare zazen è essere corpo. Questo corpo è ogni corpo è tutto il corpo. Ed ognuno 'ha' il suo corpo.

Se il Cristo non è tutto e in tutto, il 'cristianesimo' non è una religione ma una credenza.

Quando, nel secolo scorso, il Mahatma Gandhi guidò nel subcontinente indiano la rivolta pacifica contro il colonialismo Inglese, l'atteggiamento base della sua azione fu tradotto con 'non violenza' dagli occidentali. Con questa espressione si tentò di tradurre un antico termine sanscrito: *ahimsa.* Questa parola, il concetto che essa esprime, è comune a tutte e tre le correnti religiose indiane. Lo troviamo nel *Rajayoga* di Patanjali come pure nel buddhismo e nello jainismo. E' così importante che viene considerato virtù indispensabile per accedere alla vera sapienza. Perché questa non può esistere senza quella. Il glossario sanscrito (Ed. Asram Vidya) così traduce *ahimsa*: "comportamento di colui che avendo realizzato l'unità della Vita si astiene spontaneamente da ogni atto o pensiero suscettibile di nuocere ad un essere vivente". Proviamo a dire la stessa cosa usando un'altra terminologia: ***chi si rende conto del significato della Vita si astiene dal nuocere alla biosfera*** [5] .

❖ ❖ ❖

Questo equivale ad ascrivere automaticamente chi sostiene la necessità dell'inquinamento o quella di nuocere in qualche modo alla biosfera per motivi economici o comunque giustificabili in vista del 'progresso' o della 'modernità', tra coloro che mentono sapendo di mentire o tra coloro che ignorano il senso intimo dell'esistenza.

In ogni caso costoro sono nell'impossibilità di stabilire una scala di valori attendibile. Il loro diritto è nella forza non nella giustizia. Le loro affermazioni vincono perché fanno leva sulla parte di noi più facile da seguire: è la via che conduce alla 'porta larga' (Mt 7,13).

La conversione, il cessare di divergere dalla nostra Vita, nel Buddhismo, è rifiutare l'allettamento della 'porta larga' tornando ad un 'me' che ci comprende e rende naturale, inevitabile esprimersi con *ahimsa.* [6]

unisce, non ci separa dalla Vita. Sia in senso concreto: la salvaguardia della vita è un'esigenza proprio perché il mondo tende a procedere, naturalmente, nella direzione opposta. Estremizzando si può dire che ciò che più nuoce alla biosfera, ossia alla vita degli esseri dell'universo, è la comparsa di una nuova vita che per nutrirsi e sostentarsi, ossia per far vivere il proprio universo, in qualche misura lo deve fare a discapito di altre forme di vita contribuendo, nel frattempo, ad aumentare rumore, rifiuti, anidride carbonica ecc. ecc. Guardando così, da quest'angolo, alla vita del mondo, si può affermare che la più grave forma di inquinamento è la procreazione. Questo punto di vista ha come conseguenza logica che il 'massimo della purezza' è 'l'assenza di vita'. Ossia il prima dell'inizio. O il dopo della fine. Tuttavia, a meno che non si voglia aderire ad un improbabile *cupio dissolvi* cosmico, la possibilità reale dell'esistenza è nel procedere in punta di piedi, nel rispetto di quel tu che è me e tutto il resto.

RELIGIONI E PER UN'

di Hans Küng

Tratto da FUTURIBILI, n.2-3/1999 Franco Angeli editore, 2001.

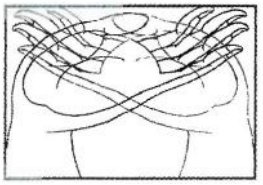
In epoca di globalizzazione imperante, che ne è dei valori etici fondamentali? **In questo discorso, pronunciato all'**ONU **nel febbraio 1999, che ricorda il progetto di** Dichiarazione delle responsabilità umane **sostenuto dall' InterAction Council, presieduto a suo tempo da** Helmut Schmidt, **si sottolinea la necessità di formulare un'**etica globale, **che esprima quel minimo dei valori, principi e atteggiamenti fondamentali comuni su cui far confluire il** consenso **non solo** delle religioni, **ma anche di chi non crede. Una necessità che si fa sempre più impellente.**

Nel 1992 tenni la mia prima conferenza alle Nazioni Unite sul tema: ***Responsabilità globale: una nuova etica mondiale nel nuovo ordine mondiale.*** In effetti sin dal 1984 lanciai lo slogan: "niente pace tra le nazioni senza pace tra le religioni", e lo presentai alla pubblica discussione al Forum per l'economia mondiale del 1989 e, nello stesso anno, a un colloquium dell'Unesco a Parigi. Sviluppai il "progetto di un'etica globale" (Project Weltethos) nell'ampia struttura del mio libro: *Responsabilità globale: alla ricerca di una nuova etica mondiale* (1990).

Nel 1994 parlai di nuovo dell'etica mondiale alle Nazioni Unite, e mi soffermai in modo particolare a discutere un impressionante saggio apparso nel frattempo: Lo scontro tra le civiltà? di Huntington dell'università di Harward.

Offrii allora un approccio alternativo: invece di uno scontro tra le civiltà, un dialogo tra le civiltà basato su un 'etica globale. Non vi sorprenderete, dunque, se vi dico che mi sento molto incoraggiato dalla risoluzione dell'Assemblea generale delle Nazioni Unite del 4 novembre 1998 sul Dialogo tra le civiltà e dalla proclamazione dell'anno 2001 come "Anno delle Nazioni Unite per il dialogo tra le civiltà".

PROGETTI
ETICA MONDIALE



ETICA GLOBALE: DUE DICHIARAZIONI

1 Prima di procedere un passo oltre, nel parlare della responsabilità umana per i diritti umani, richiamo solo alcuni principi fondamentali di un'etica globale:

- l'etica globale non è una nuova ideologia o sovrastruttura;
- essa non rende superflue le specifiche etiche delle differenti religioni e filosofie; sarebbe ridicolo considerare l'etica mondiale un sostituto della Torah, del discorso della montagna, del Corano, della Bhagavadgita, dei discorsi del Buddha o dei detti di Confucio;
- l'etica mondiale non è che il minimo necessario di valori, principi e atteggiamenti fondamentali comuni, in altre parole il minimo consenso comune per fissare valori, principi irrevocabili e atteggiamenti morali che possono essere affermati da tutte le religioni, malgrado le loro innegabili differenze dogmatiche o teologiche, e che possono essere sostenuti anche da non credenti;
- tale consenso di valori sarà un contributo decisivo per superare la crisi d'orientamento, che oggi è un problema globale reale;
- l'etica globale è quindi un progetto che ha bisogno di oltre un decennio per essere portato a compimento; richiede un cambiamento delle coscienze, che comunque ha già fatto grossi progressi nel decennio trascorso.

❖ ❖ ❖

Ciunque sia interessato a vedere i diritti umani pienamente rispettati e più efficacemente difesi in tutto il mondo, deve certamente essere interessato anche al raggiungimento di una trasformazione delle coscienze riguardo ai doveri o alle responsabilità umane. Queste devono essere viste nel contesto delle sfide globali e degli sforzi per instaurare un'etica mondiale, un'etica per l'umanità. Tali sforzi hanno ricevuto un diffuso sostegno internazionale in anni recenti. Due documenti sono di particolare rilevanza:

- il 4 settembre 1993, per la prima volta nella storia delle religioni, i

Hans Kung
Professore di teologia dogmatica ed ecumenica, Hans Kung é direttore dell'Istituto per la Ricerca Ecumenica, Università di Tubinga ed infine autore di numerosi libri di ampia diffusione tra cui Dio esiste**?, trad.it. Milano, *edizioni Mondadori 1979*.**

delegati al Parlamento delle religioni mondiali di Chicago adottarono una 'Dichiarazione per un'etica globale';

- il 1° settembre 1997, anche in questo caso per la prima volta, l'InterAction Council dei capi di stato o di governo si pronunciarono in favore di un'etica globale e sottoposero alle Nazioni Unite la proposta di una 'Dichiarazione universale delle responsabilità umane', allo scopo di sostenere, rinforzare e completare da un punto di vista etico i diritti umani;

- in aggiunta, il terzo Parlamento delle religioni mondiali, da tenersi a Città del Capo nel dicembre 1999, emetterà un 'Appello alle Nostre Istituzioni Guida', basato sulla Dichiarazione di Chicago.

❖ ❖ ❖

Così come per il Parlamento delle religioni mondiali, fui consigliere accademico senior all'InterAction Council. Fui perciò responsabile della prima bozza della 'Dichiarazione delle responsabilità umane', e dell'incorporazione delle numerose correzioni suggerite dagli statisti e dai molti esperti appartenenti a diversi continenti, religioni e discipline. Perciò mi identifico completamente con tale dichiarazione.

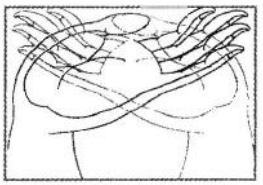
Ad ogni modo, se non fossi stato impegnato per anni in tali problemi, e non avessi infine scritto *Un 'etica globale per una politica globale e un 'economia globale*, pubblicato nel 1997, che fornisce un'ampia trattazione di tutti i problemi che si stanno trattando qui, non avrei assolutamente osato formulare la prima bozza, che si presenta in stretta connessione con la Dichiarazione dei diritti umani del 1948 e con la Dichiarazione per

UNA RIFLESSIONE DI S.S. IL DALAI LAMA

■ Che ci piaccia o no, siamo nati tutti su questa terra e siamo parte di un'unica grande famiglia. Ricco o povero, educato o no, di una nazione o di un'altra, di una religione o di un'altra, seguaci di questa o quella ideologia; ognuno di noi è solo un essere umano come tutti gli altri. Tutti noi desideriamo la felicità e non vogliamo soffrire. Per lo più, ognuno di noi ha lo stesso diritto di cercare questi obiettivi.

Il mondo odierno esige che si accetti l'unicità dell'umanità. Nel passato, le comunità isolate potevano considerarsi essenzialmente separate e anche vivere in totale isolamento. Oggigiorno, però, gli avvenimenti verificatesi in una parte del mondo prima o poi hanno un effetto sull'intero pianeta. Quindi dobbiamo trattare ogni importante questione locale come un problema mondiale sin dall'inizio. Non possiamo più invocare le barriere

un'etica globale del 1993. Tali dichiarazioni non sono dunque prodotti d'ingenuità, ma frutti di uno sforzo intellettuale.



LA GLOBALIZZAZIONE RICHIEDE UN'ETICA GLOBALE

2 La dichiarazione dell'InterAction Council non è un documento isolato. Essa risponde all'urgente richiesta, da parte di importanti organismi internazionali, di principi per un'etica mondiale, avanzata sia nel rapporto della Commissione Onu sul Governo globale (1995), che in quello della Commissione mondiale della cultura e dello sviluppo (1995). Lo stesso tema è già stato discusso per lungo tempo al Forum dell'economia mondiale (Wef) a Davos e analogamente nel Progetto delle etiche universali dell'Unesco. Una sempre maggiore attenzione a tale argomento viene rivolta anche in Asia, dove spesso è considerato problematico parlare di diritti umani senza parlare allo stesso tempo di responsabilità umane. Mahatma Gandhi, che fu consultato riguardo alla Dichiarazione delle Nazioni Unite sui diritti umani, scrisse: "Il Gange dei diritti nasce nell'Himalaya delle responsabilità".

Il background contemporaneo delle questioni sollevate in questi corpi internazionali ed interreligiosi è il fatto che la globalizzazione dell'economia, la tecnologia ed i media hanno portato anche a una globalizzazione

nazionali, razziali o ideologiche che ci separano, senza ripercussioni distruttive.

Guardando alla nostra nuova interdipendenza, prendere in considerazione gli interessi degli altri è senz'altro il miglior modo di curare anche i propri interessi.

Vedo questo fatto come una fonte di speranza.

La necessità di cooperare può solo rafforzare il genere umano, perchè ci aiuta a riconoscere che la base più sicura per il nuovo ordine mondiale non è fondata semplicemetne su alleanze politiche e economiche più ampie, ma piuttosto sul sincero manifestarsi dell'amore e della compassione di ogni singola persona. per un futuro migliore, più felice, più stabile e più civile, ognuno di noi deve sviluppare un sentimento di fratellanza sincero ed affettuoso.

S.S. il Dalai Lama ■

tratto da:
Notiziario della Buona Volontà Mondiale

dei problemi, dai mercati finanziari e del lavoro all'ecologia e alle organizzazioni criminali. Se essi richiedono delle soluzioni globali, proprio perciò esigono anche una globalizzazione dell'etica: non un sistema etico uniforme ('etiche'), ma un minimo necessario di condivisione di valori etici, atteggiamenti fondamentali e principi ("etica") su cui tutte le regioni, nazioni e gruppi interessati possano impegnarsi. In altre parole c'è bisogno di un'etica comune fondamentale. Non ci può essere un nuovo ordine mondiale senza un'etica mondiale, un'etica globale.

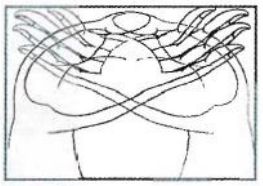
❖ ❖ ❖

Non vorrei essere frainteso: sto difendendo una riscoperta dell'etica e un suo ritrovato credito in campo politico ed economico. Sostengo con tutto me stesso la moralità (nel senso positivo). Ma nello stesso tempo sono contro il moralismo (moralità in senso negativo). Questo perché il moralismo e la moralizzazione sopravvalutano la moralità, le chiedono troppo. I moralizzatori fanno della moralità il criterio esclusivo dell'azione umana, ed ignorano la relativa indipendenza delle varie sfere della vita, quali l'economia, la legge e la politica. Come risultato essi tendono ad assolutizzare norme e valori intrinsecamente giustificati, e anche a strumentalizzarli spesso per gli interessi particolari di un'istituzione (ad esempio, un partito, una chiesa o interessi di gruppo). Il moralismo si manifesta in un'unilaterale e penetrante insistenza su posizioni morali particolari (ad esempio, su questioni di comportamento sessuale, contraccezione, aborto, eutanasia e problemi simili), che rende impossibile un dialogo razionale con le convinzioni degli altri. Questo è il motivo per cui lottai con successo contro la menzione di tali questioni nelle due dichiarazioni, perché riguardo ad esse non c'è consenso né tra le diverse religioni, né in ciascuna religione. Pronunciandoci a favore di pochi principi etici comuni non vogliamo dunque appoggiare i fondamentalisti di alcun genere, né i politici opportunisti, che sfruttano il linguaggio emotivo di una "pseudo-militanza politica e dell'ethos terapeutico" *(tra virgolette nell'originale, ndt)* oggi diffusi.

❖ ❖ ❖

Tutte le persone responsabili probabilmente non obietterebbero: la legge ha bisogno di un fondamento morale! La sicurezza nelle nostre città e comunità non può essere acquistata semplicemente con più denaro, né con più polizia e prigioni. In altre parole: l'accettazione etica delle leggi (a cui lo stato provvede con le sanzioni, e che può essere imposta con la forza) è il presupposto di ogni cultura sociale. A che serve che i singoli stati o organizzazioni, siano essi gli Stati Uniti, l'Unione Europea o le

Nazioni Unite, emettano costantemente nuove leggi, se una parte significativa della popolazione, o potenti gruppi, o individui, non hanno intenzione di osservarle? Se essi trovano continuamente sufficienti modi e mezzi per imporre irresponsabilmente solo il loro interesse? Secondo una massima romana: Quid leges sine moribus? Cosa sono le leggi senza i costumi morali?



LE RESPONSABILITÀ UMANE RAFFORZANO I DIRITTI UMANI

3 Una Dichiarazione delle responsabilità umane supporta e rafforza la Dichiarazione dei diritti umani da un punto di vista etico, com'è già programmaticamente enunciato nel preambolo: "Noi dunque rinnoviamo e rafforziamo l'impegno già proclamato nella Dichiarazione Universale dei Diritti dell'Uomo: vale a dire, la piena accettazione della dignità di tutte le genti, la loro inalienabile libertà e uguaglianza, e la loro reciproca solidarietà". Se i diritti umani non vengono rispettati in molti luoghi in cui potrebbero essere messi in pratica, ciò è dovuto nella maggior parte dei casi a una mancanza di volontà politica ed etica. E indiscutibile il fatto che "il ruolo della legge e la promozione dei diritti umani dipende dalla prontezza degli uomini e delle donne ad agire rettamente". Nessuno di coloro che lottano per i diritti umani lo metterà in questione.

❖ ❖ ❖

Naturalmente sarebbe errato pensare che la validità legale dei diritti umani dipenda dall'attuale realizzazione delle responsabilità umane. I diritti umani non possono essere considerati un premio per il buon comportamento umano. Ciò di fatto significherebbe che solamente coloro che si sono mostrati degni dei diritti, facendo il proprio dovere nei confronti della società, potrebbero godere dei diritti. Una tale assurda idea offenderebbe chiaramente l'incondizionata dignità della persona umana, la quale è essa stessa un presupposto sia dei diritti che delle responsabilità. Nessuno ha chiesto né chiederà che debbano innanzitutto essere adempiute alcune responsabilità umane, dagli individui o da una comunità, e solo in seguito si possano esigere i diritti umani. Questi ultimi sono dati con la persona umana, ma tale persona è sempre allo stesso tempo soggetto di diritti e di responsabilità: tutti i diritti umani sono per definizio-

ne immediatamente legati alla responsabilità di rispettarli. I diritti e le responsabilità possono certo essere nettamente distinti, ma non possono essere separati gli uni dalle altre. La loro relazione deve essere descritta in modi differenziati. Non sono entità quantitative, da sommare o sottrarre esternamente, ma due dimensioni connesse dell'essere umano nella sfera individuale e sociale.

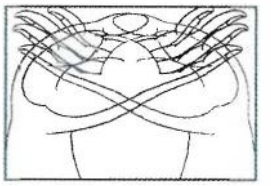
❖ ❖ ❖

Niente diritti senza responsabilità! Come tale questo legame non è in alcun senso nuovo, ma risale al 'periodo fondante' dei diritti umani. La domanda fu già posta nel dibattito sui diritti umani nel Parlamento rivoluzionario francese del 1789: se si proclama una Dichiarazione dei diritti umani si dovrebbe unire ad essa una **Dichiarazione delle responsabilità umane**. Altrimenti tutti avrebbero unicamente diritti, che finirebbero per mettere gli uni contro gli altri, e nessuno vorrebbe sapere nulla sulle responsabilità, senza cui questi diritti non possono funzionare. Quasi metà del Parlamento rivoluzionario votò anche per una proclamazione delle responsabilità umane. Ciò restò motivo di dibattito.

E che diremmo di noi, duecento anni dopo la Grande Rivoluzione? Noi infatti viviamo principalmente in una società in cui i singoli gruppi sin troppo spesso insistono sui diritti contro gli altri, senza che essi stessi riconoscano di avere alcuna responsabilità.

Ciò non è certamente dovuto alla codificazione dei diritti umani in quanto tale, ma a certi sviluppi errati strettamente collegati con essi.

Nella consapevolezza di molte persone, questi hanno lasciato una preponderanza



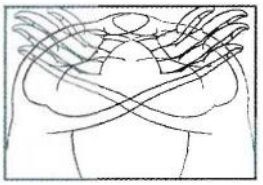
dei diritti sulle responsabilità. Invece della cultura dei diritti umani, per cui si è lottato, c'è spesso un'incultura caratterizzata dalle rivendicazioni esagerate dei diritti umani, che ignorano il senso stesso di tali diritti. Il necessario equilibrio tra libertà, uguaglianza e fraternità (partecipazione) non è semplicemente dato, ma deve essere realizzato ogni volta daccapo. Dopotutto noi viviamo indiscutibilmente in una 'società delle rivendicazioni', che spesso si presenta come una 'società delle rivendicazioni legali', invero come una 'società delle dispute legali'. Questo fa dello stato uno 'stato giudiziario'. Ciò non ci suggerisce forse il bisogno di una nuova concentrazione sulle responsabilità, in modo particolare nei nostri sovraregolati stati costituzionali, con tutta la loro giustificata insistenza sui diritti?

Nonostante la Dichiarazione del 1948, constatiamo ancora che gravi violazioni dei diritti umani attraversano il mondo. Ciò mostra quanto la dichiarazione e l'esplicitazione dei diritti umani cadano nel vuoto dovunque le persone, particolarmente i potenti, adottino i seguenti atteggiamenti nei confronti dei diritti umani:

li ignorino ("Non è affar mio"), **li trascurino** ("Io sono tenuto a rappresentare solo gli interessi della mia azienda"), **sbaglino a intenderli** ("Per queste cose ci sono le chiese e gli istituti di carità"), o semplicemente **pretendono ipocritamente di rispettarli** ("Noi, il governo, il consiglio di direzione, stiamo facendo il possibile").

La 'debolezza dei diritti umani', infatti, non si fonda nel loro contenuto concettuale, ma nell'assenza della volontà politica o morale da parte di chi è responsabile della loro applicazione. Per dirla chiaramente: uno slancio etico e una motivazione ad accettare le responsabilità sono necessari alla realizzazione di diritti umani. Molti difensori dei diritti umani, attivi sui vari fronti di questo mondo, che hanno proclamato il loro "sì a un'etica globale", hanno esplicitamente confermato questo punto di vista. Dunque coloro che vogliono lavorare effettivamente per i diritti umani dovrebbero gradire un nuovo slancio morale e dei principi di orientamento etico, invece di rifiutarli a loro esclusivo svantaggio.

I principi di orientamento etico, nella Dichiarazione delle responsabilità umane, hanno per certi aspetti un'estensione maggiore dei diritti umani. La Dichiarazione dei diritti umani non suscita esplicitamente qualcosa come un appello morale globale. Una Dichiarazione delle responsabilità umane deve allargare il proprio campo e cominciare da un livello più profondo. In effetti già i due principi basilari della Dichiarazione delle responsabilità umane offrono alla vita di ogni giorno



un orientamento etico tanto comprensivo quanto fondamentale: la richiesta basilare "Ogni essere umano deve essere trattato umanamente", e la regola aurea, "Non fare ad altri ciò che non vorresti fosse fatto a te". Per non menzionare le esigenze concrete della Dichiarazione delle responsabilità, quali la **sincerità, la non-violenza, l'onestà, la solidarietà, la collaborazione**, ecc. Se la Dichiarazione dei diritti umani deve lasciare aperto il giudizio su cosa sia moralmente ammissibile e cosa non lo sia, la Dichiarazione delle responsabilità umane stabilisce proprio questo non come una legge, ma come un imperativo morale.

Come la Dichiarazione dei diritti umani, la Dichiarazione delle responsabilità umane è in realtà principalmente un appello morale. Come tale non ha il carattere vincolante di una legge internazionale, ma proclama al mondo alcune norme basilari per il comportamento collettivo e individuale, che dovrebbero essere applicate a chiunque. Tale appello è, naturalmente, anche destinato ad avere un effetto sulla pratica politica e legale. In ogni caso non mira ad una moralità legalistica. Una caratteristica chiave della Dichiarazione delle responsabilità umane è precisamente che non mira a una codificazione legale, che è comunque impossibile nel caso di attitudini morali, quali la sincerità e l'onestà. Essa mira ad un'assunzione volontaria di responsabilità. La Dichiarazione delle responsabilità umane dovrebbe dunque essere considerata come moralmente, più che legalmente, vincolante.

❖ ❖ ❖

Non dobbiamo preoccuparci: moralità e comunità non possono essere prescritte come obbligazioni. La miglior garanzia della pace è infatti uno stato funzionante che garantisca il principio di legalità per i suoi cittadini. Ma proprio perché comunità e moralità non possono essere prescritte, la responsabilità personale dei cittadini è indispensabile. Lo stato democratico in una società pluralistica dipende da un consenso su valori, norme e responsabilità, precisamente perché non può creare tale consenso, né prescriverlo.

Coloro che sono interessati ai diritti umani dovrebbero sapere in particolare che la Dichiarazione dei diritti umani stessa, all'articolo 29, contiene una definizione del "dovere di ciascuno verso la comunità". Da ciò segue, con rigore logico, che una Dichiarazione delle responsabilità umane non può in nessun modo essere in contraddizione con la Dichiarazione dei diritti umani. E se le concrete formulazioni di articoli a carattere politico, sociale e culturale sui diritti umani furono rese possibili e necessarie per mezzo di accordi internazionali negli anni Sessanta,

uno sviluppo dell'articolo 29, attraverso un'estesa formulazione ditali responsabilità, negli anni Novanta non può essere illegittimo. Al contrario, proprio in questa luce diviene chiaro che i diritti umani e le responsabilità umane non si limitano a vicenda, ma si integrano reciprocamente in modo fecondo e ciò dovrebbe essere riconosciuto da tutti i difensori dei diritti umani come un supporto delle loro posizioni e dei loro sforzi. Non è un caso che l'articolo 29 parli proprio di "esigenze della moralità, dell'ordine pubblico e del benessere generale in una società democratica".

CONCLUSIONI

Il Progetto per un'etica globale è un progetto in via di sviluppo. Ha fatto enormi progressi in un periodo di tempo molto breve. Pare opportuno far avanzare il progetto con l'aiuto di tutti.

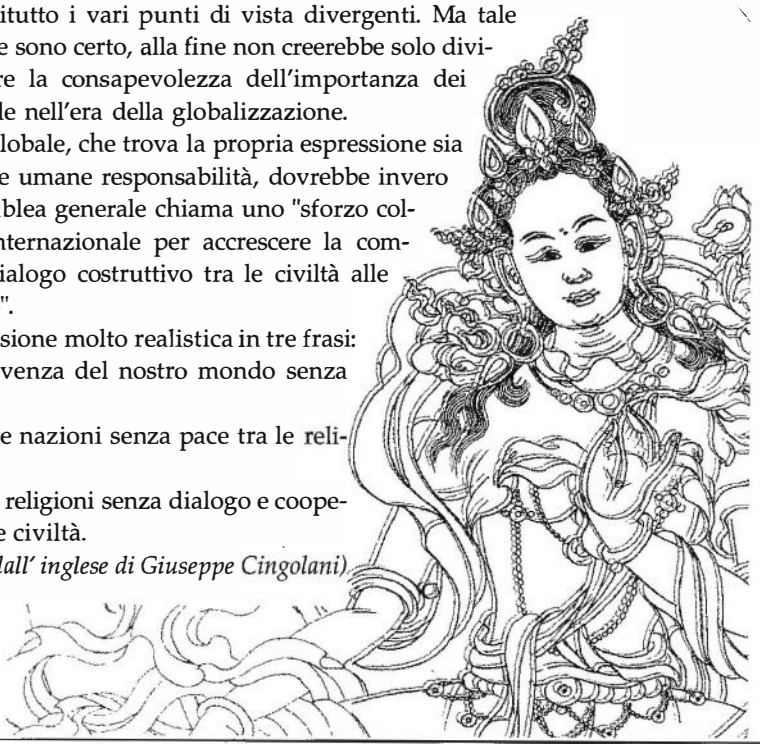
La Proposta dell'InterAction Council andrebbe usata come base di discussione anche nelle sedi opportune dell'Organizzazione delle Nazioni Unite e della famiglia delle Organizzazioni non governative. Naturalmente, come fu per la Dichiarazione universale dei diritti umani, il dibattito sulla Dichiarazione universale delle responsabilità umane farebbe emergere innanzitutto i vari punti di vista divergenti. Ma tale dibattito è necessario e, ne sono certo, alla fine non creerebbe solo divisioni, ma farebbe nascere la consapevolezza dell'importanza dei principi di un'etica globale nell'era della globalizzazione.

La ricerca di un'etica globale, che trova la propria espressione sia nei diritti umani che nelle umane responsabilità, dovrebbe invero costituire ciò che l'Assemblea generale chiama uno "sforzo collettivo della comunità internazionale per accrescere la comprensione attraverso il dialogo costruttivo tra le civiltà alle soglie del terzo millennio".

Riassumendo la mia visione molto realistica in tre frasi:

- non ci sarà sopravvivenza del nostro mondo senza un'etica globale;
- non ci sarà pace tra le nazioni senza pace tra le religioni;
- non ci sarà pace tra la religioni senza dialogo e cooperazione tra le religioni e le civiltà.

(Traduzione dall' inglese di Giuseppe Cingolani)



GIOVANNI PASCOLI, il e la "MALADIE DU PES

di Massimo Castoldi

Qual era la lettura del buddhismo che veniva fatta in Europa e in Italia prima della grande diffusione registratasi nel secondo dopoguerra? Perché prevaleva la visione pessimistico-nihilista**? Che influenza il buddhismo ebbe su alcuni dei poeti e scrittori dell'**Ottocento **e del primo** Novecento**? Ad alcuni aspetti di questa "preistoria" e, in particolare, al Pascoli è dedicato questo articolo.**

Nel 1995 pubblicavo un articolo intitolato Giovanni Pascoli e il *"buddismo posteriore" di Giacomo Leopardi* [**1**]. Il titolo si riferiva ad una lettera scritta il 27 novembre 1895 da Giovanni Pascoli a Guido Biagi, al tempo direttore delle biblioteche fiorentine Laurenziana e Riccardiana, circa il progetto di una conferenza pascoliana su Leopardi: la stessa che poi il Pascoli tenne a Firenze il 24 marzo successivo, più tardi ripubblicata con il titolo Il Sabato [**2**].

L'autore della lettera spiega che i suoi interessi leopardiani sono interamente compresi dal periodo di formazione del piccolo Giacomo, ovvero dagli anni della sua vita anteriori al 1815 (il Leopardi era nato nel 1898), e lo spiega, tra l'altro, con queste parole:

Caro Guido,

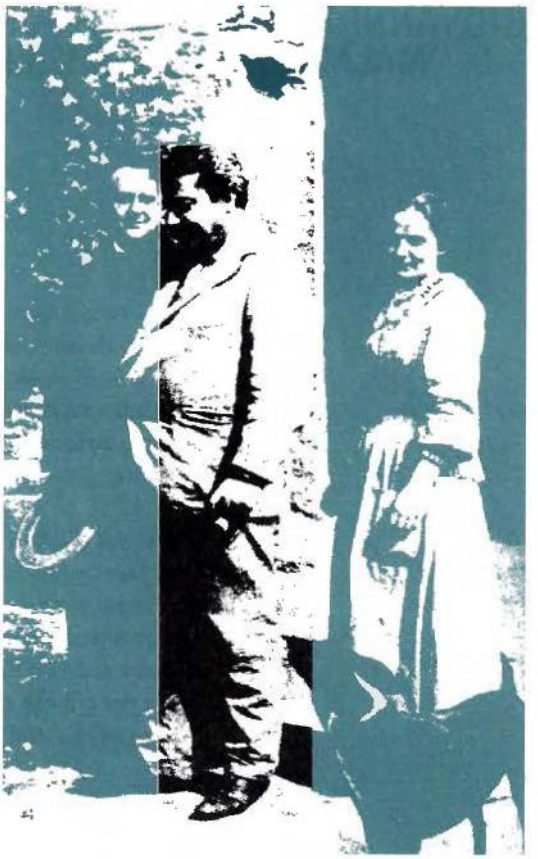
senti: avevo ben detto "i primi anni" ossia "la fanciullezza di G. Leop."; e questa viene compresa dentro il 1815. [...] non vedo ancora tutte le risorse del tema, ma ne intravvedo molte: certe letture s'impressero indelebilmente, come succede a tutti, nell'anima del Leopardi. E sarà curioso, per la storia de l'evoluzione filosofica di esso Leopardi, osservare la genesi tutta cristiana del suo buddismo posteriore.

Discutevo in quell'articolo su quali fonti avessero potuto suggerire al

[**1**] Massimo CASTOLDI, *Giovanni Pascoli e il "buddismo posteriore" di Giacomo Leopardi*, "Studi d'Italianistica nell'Africa Australe", vol. 8, n. 1, 1995, pp. 95-111.

[**2**] L'edizione della conferenza e dell'intero carteggio tra Pascoli e Biagi può oggi leggersi nel volume: Giovanni PASCOLI, *Saggi e lezioni leopardiane*. Edizione critica a cura di Massimo Castoldi, La Spezia, Agorà Edizioni 1999.

BUDDHISMO
SIMISME"



Pascoli questa affermazione, rilevante, sia pur inserita in un contesto privato e non ufficiale, e mi interrogavo su quale significato avesse potuto avere per lui l'espressione *buddismo posteriore.* Durante i cinque anni che sono trascorsi da allora, so di aver creato una crescente curiosità, anche tra gli studiosi di cultura buddhista, su quali potessero essere effettivamente le conoscenze delle religioni orientali da parte di Pascoli e su cosa potesse avere a che fare il buddhismo con la sua interpretazione del Leopardi. Proprio a questi due interrogativi cercherò di rispondere in queste pagine.

Va detto innanzitutto che Giacomo Leopardi, morto nel 1837, non poteva aver conosciuto né in modo diretto né in traduzione, i testi sacri del pensiero orientale, né tantomeno il pensiero buddhista. Non conosceva probabilmente neppure l'opera di Arthur Schopenhauer, che, invece, a differenza di Leopardi, aveva assimilato in modo profondo la filosofia dell'India, penetrata prima in Germania che in Italia, fino a farne un fondamento costitutivo del proprio pensiero. Giovanni Pascoli lo sapeva e ne trovava conferma anche nel volume biografico del lombrosiano Mariano Luigi Patrizi, bizzarro biografo del poeta di Recanati [**3**]:

Pare che gli fosse ignoto persino Kant, - scrive il Patrizi - e altrettanto straniere, a lui che non leggeva il sanscrito, dovettero essergli la letteratura e la filosofia indiana, le quali furono tanto oro per Arturo Schopenhauer.

Sappiamo che gli anni del secondo Ottocento, compresi tra l'esperienza letteraria e culturale del Leopardi e quella del Pascoli, videro la diffusione in Italia prima della filosofia di Schopenhauer, e poi della cultura indiana, ad opera di grandi orientalisti quali ad esempio Michele

[**3**] Mariano Luigi PATRIZI, *Saggio psico-antropologico su Giacomo Leopardi e la sua famiglia,* Torino, F.lli Bocca 1896, p. 180.

Kerbaker, che fu corrispondente del Pascoli e certamente uno dei suoi principali punti di riferimento per la conoscenza del pensiero orientale. Il 24 luglio 1902 fu lo stesso Kerbaker ad inviargli da Napoli una sua traduzione del *Sauptika Parva (Libro X del Mahabharata)* e a chiedergli espressamente un giudizio sulla qualità del lavoro, in una lettera, che credo a tutt'oggi inedita:

Ho bisogno del giudizio di poeti autentici,* – gli scriveva il Kerbaker – *i quali mi si facciano interpreti del sentimento poetico comune; affinché dal loro suffragio favorevole, posto che me lo meriti, io possa attingere coraggio a continuare nella mia rischiosa e faticosissima impresa. Abbia quindi la bontà di dirmi l'impressione che Le avrà fatta la lettura del mio Sauptika, sia per ciò che si attiene alla sostanza della poesia, sia rispetto alla forma poetica ond'io l'ho rivestita.

Tra i libri appartenuti al Pascoli e ancora conservati nella sua casa di Castelvecchio, troviamo altri volumi analoghi: Kâlidâsa, *Meghadûta o il nuvolo messaggero. Poemetto erotico* tradotto dal sanscrito da G. Morici, Roma, Loescher 1891; *Due leggende del Mahabharata voltate in ottava rima* da Michele Kerbaker. Estratto dalla *Miscellanea linguistica* in onore di Graziadio Ascoli, Torino, Loescher 1901; Dal *Mahabharata III (La storia di Veda)*, saggio di versione metrica di Attilio Levi, Torino, Loescher 1905; *La Bhagavad Gîtâ o Poema divino.* Traduzione di C. Jinarâjadâsa e M. L. Kirby, Roma, Società Teosofica Editrice 1905. Una di queste edizioni, l'estratto delle prime quattro letture della *Bhagavadgìtà*, tradotte e commentate dal solito Kerbaker ("Rivista Orientale", Firenze, Tipografia Fodratti 1866-67), presenta anche alcune annotazioni autografe del poeta e numerose tracce di lettura. Pascoli, inoltre, diresse per l'editore Remo Sandron di Palermo una collana economica intitolata "Biblioteca dei popoli" e anche qui troviamo al n. 1 *Mahâbhârata* per Paolo Emilio Pavolini (1902) e al n. 6 *Il canto divino (Bhagavad-gîtâ)* tradotto e commentato da Oreste Nazari (1904).

[**4**] Giovanni PASCOLI, *Poemi del Risorgimento, Napoleone*, VI, vv. 3-12.
[**5**] Émile CARO, *La maladie du pessimisme au dix-neuvième siècle. Un précurseur de Schopenhauer, Leopardi*, "Revue des deux Mondes", anno XLVII, tomo XXIV, 1877, pp. 241-268.
[**6**] Max MÜLLER, *Essais sur l'Histoire des Religions*, ouvrage traduit de l'anglais... par George Harris, Paris, Didier et C.ie Libraires-Éditeurs 1872.

Non vi sono pertanto dubbi sulle conoscenze dei testi sacri delle religioni orientali da parte del poeta di *Myricae* e dei *Canti di Castelvecchio*. Questione ben più complessa è tuttavia cercare di capire come tutto questo sia stato assimilato, interiorizzato, rielaborato e se abbia costituito o meno un sostrato significativo nella produzione letteraria pascoliana.

Certamente se questo si limitasse alla curiosa e bizzarra similitudine tra le *mille guizzanti* braccia del Brahma e il potere tentacolare di Napoleone, che si legge in una sua poco nota poesia [**4**], potremmo a buon diritto dubitare sull'effettiva assimilazione della cultura orientale da parte di Pascoli: "Fu come il Brahma, a cui sporgean dai lati | mille migliaia di guizzanti braccia, | mille, di mani, ognuna d'esse un ferro. | Né città v'era né deserto al mondo, | né tempio augusto, né sublime reggia, | né foro né castello né ruina; | o dove nasce o dove cade il sole, | a sud, a nord; sopra la cui parete | non apparisse, alfine un giorno, l'ombra | adunca d'una sua gran mano".

Ma non fu così e l'allusione al *buddismo posteriore* di Giacomo Leopardi ne è una pur labile, ma importante, traccia.

Tra gli appunti di lavoro su Leopardi ho ritrovato la trascrizione di alcuni frammenti di un articolo del francese Émile Caro, *La maladie du pessimisme au dix-neuvième siècle. Un précurseur de Schopenhauer, Leopardi* [**5**]. Vi si traccia una storia del pessimismo, inteso come coscienza della inconsistenza dell'uomo nell'universo, della sua nullità, della sua vanità, prendendo spunto dalla teoria del filosofo tedesco Eduard Von Hartmann. Per Hartmann si tratterebbe di una condizione essenziale dell'uomo, individuabile in tutte le fasi della sua storia e in tutte le religioni, una sorta di *maladie du pessimisme*, presente tanto nella Vanitas vanitatum del biblico Ecclesiaste e nelle opere del cristiano Blaise Pascal, quanto nel pensiero buddhista.

Il Caro giunge così a parlare del *Lalita-Vistara*, il noto testo sanscrito, che racconta la vita di Buddha e trae esplicitamente le sue informazioni dal volume di Max Müller, *Essais sur l'Histoire des Religions* [**6**], opera fondamentale per la diffusione del buddhismo in Europa. Racconta del Buddha, il giovane principe solitario Sakyamuni, della nobile stirpe dei *Sakya*, che, meditando una notte in giardino sulla miseria e sulla fragilità dell'uomo, ebbe la rivelazione della vanità di questo nostro mondo. Tale nuova consapevolezza sarebbe stata per lui il primo grado del progressivo cammino verso il nirvana:

...nous rappellerons seulement que le pessimisme a été fondé dans la nuit solennelle où, assis sous le figuier de Gaja et méditant sur la misère de l'homme, cherchant les moyens de se délivrer de ces existences succes-

Massimo Castoldi
Filologo e critico letterario, Massimo Castoldi si è occupato prevalentemente di poesia del Rinascimento e di letteratura dell'Ottocento e del Novecento. Collabora alle Edizioni nazionali delle Opere **di Alessandro Manzoni e di Giovanni Pascoli. Oltre ai numerosi studi pascoliani, ha pubblicato:** Grytzko Mascioni sulle tracce di Apollo: materiali e percorsi, **Pisa, Giardini, 1990;** Rime per Laura Brenzoni Schioppo, **Bologna, Commissione per i testi di lingua, 1994;** Per il testo critico delle rime di Girolamo Verità, **Verona, Biblioteca Civica, 2000.**

sives qui n'étaient qu'un changement sans fin de misères, le jeune prince Çakya s'éçriait: "Rien n'est stable sur la terre. La vie est comme l'étincelle produite par le frottement du bois. Elle s'allume et elle s'éteint, nous ne savons ni d'où elle est venue, ni où elle va... Il doit y avoir quelque science suprême où nous pourrions trouver le repos. Si je l'atteignais, je pourrais apporter aux hommes la lumière. Si j'étais libre moi-même, je pourrais délivrer le monde... Ah! malheur à la jeunesse que la vieillesse doit détruire; ah! malheur à la santé que détruisent tant de maladies; ah! malheur à la vie où l'homme reste si peu de jours!... S'il n'y avait ni vieillesse, ni maladie, ni mort! Si la vieillesse, la maladie, la mort, étaient pour toujours enchaînées!" Et la méditation continue, étrange, sublime, désolée. "Tout phénomène est vide; toute substance est vide; en dehors il n'y a que le vide". Ou bien encore: "Le mal, c'est l'existence; ce qui produit l'existence, c'est le désir; le désir naît de la perception des formes illusoires de l'être. Tout cela, autant d'effets de l'ignorance. Donc, c'est l'ignorance qui est en réalité la cause première de tout ce qui semble exister. Connaître cette ignorance, c'est en même temps en détruire les effets".

La suprême science est l'ignorance cessant d'être dupe d'elle-même. Elle est en même temps la libération suprême, laquelle a quatre degrés, successivement parcourus par le Bouddha mourant: connaître la nature et la vanité de toutes choses, abolir en soi le jugement et le raisonnement, atteindre à l'indifférence, parvenir enfin à l'évanouissement de tout plaisir, de toute conscience, de toute mémoire. C'est ici que le nirvâna commence: toute lumière est éteinte, c'est la nuit, c'est le néant; mais le néant n'est consommé que dans la plus haute sphère du nirvâna où n'existe même plus l'idée du néant: ni idées, ni absence d'idées, rien.

"Le mal, c'est l'existence", voilà le premier et le dernier mot du pessimisme. Voilà l'étrange pensée dans laquelle s'absorbe en ce moment quelque pieux Hindou, recherchant la trace des pas de Çakya-Mouni sur le marbre d'un temple de Bénarès. Voilà le problème sur lequel méditent vaguement à cette heure des milliers de moines bouddhistes, dans la Chine, dans l'île de Ceylan, dans l'Indochine, dans le Népal, au fond de leurs couvents et de leurs pagodes, enivrés de rêveries et de contemplations sans fin.

Il Pascoli che fino a questo punto si era limitato a prendere alcuni brevi

appunti, segno di una frettolosa lettura, si fermò, rallentò, come fosse giunto finalmente al passo che stava cercando, e si impegnò in un'accurata e completa traduzione:

Il pessimismo è stato fondato nella notte solenne, in cui seduto sotto il fico di Gaia e meditando sulla miseria dell'uomo, cercando i mezzi di liberarsi da quelle esistenze successive che non erano se non un cambiamento infinito di miserie, il giovane principe Çakya esclamava: "Nulla è stabile sulla terra! La vita è come la scintilla prodotta dal fregamento del legno. Si accende e si spenge, noi non sappiamo né donde è venuta né dove va. Ci deve essere qualche scienza suprema dove noi potremmo trovare il riposo. Se potessi aggiungerla, potrei portare agli uomini la luce. Se fossi io libero, potrei liberar tutti... Ah! guai alla giovinezza, cui la vecchiaia deve distruggere, guai alla salute che le malattie distruggono, guai alla vita in cui l'uomo resta così poco! Se non ci fosse né vecchiaia né malattia né morte! Se la vecchiaia, la malattia la morte, fossero incatenate per sempre!" La meditazione continua, strana sublime desolata! "Ogni fenomeno è vuoto, ogni sostanza è vuota, non c'è fuori che il vuoto. Il male è esistere: ciò che produce l'esistenza è il desiderio, il desiderio nasce, dalla percezione delle forme illusorie dell'essere. Effetto d'ignoranza? Dunque l'ignoranza è in vero la causa prima di ciò che sembra esistere. Conoscere è distruggerne gli effetti." La suprema scienza è l'ignoranza che si riconosce. Essa è la suprema liberazione, che ha quattro gradi, successivamente percorsi dal Budda morente: conoscere la natura e la vanità di tutte le cose, abolire in sé il giudizio e la ragione, giungere all'indifferenza, infine allo svanire di tutti i piaceri, di ogni coscienza, di ogni memoria. Qui comincia il nirvana: ogni luce è spenta, notte e niente, ma il niente non è consumato se non nella sfera più alta del nirvana, dove nemmeno l'idea di niente esiste: né idee, né assenza d'idee: nulla. Problema a cui pensano migliaia di monaci buddisti, nella China, a Ceylon, nell'Indochina, nel Nepal, in fondo ai loro conventi e alle loro pagode, ebbri di sospiri e di contemplazione.

Il Caro spiega poi che quel pessimismo, nato sulle rive del Gange, sarebbe oggi rinato in Occidente in una nuova forma, in Germania, sulla riva della Sprée, con Arthur Schopenhauer, dopo aver avuto in Italia un illustre precursore in Giacomo Leopardi.

Sembra giustificarsi così, documenti alla mano, cosa intendesse il Pascoli per *buddismo posteriore* di Giacomo Leopardi: una rinnovata, luci-

GIOVANNI PASCOLI, il BUDDHISMO e la **"MALADIE DU PESSIMISME"**

da e piena coscienza del nulla, raggiunta a partire dalla progressiva conoscenza della natura e della *vanità di tutte le cose*. Ma proprio questa superiore coscienza avrebbe avuto nel materialista Leopardi, come Pascoli scrisse al Biagi, una genesi *tutta cristiana*, mediante la lettura di testi fondanti dell'educazione rigorosamente cattolica impartita al piccolo Giacomo dal padre e dai primi precettori: la stessa *Bibbia*, *l'Imitazione di Cristo*, *l'Anti-Lucretius* del cardinale francese Melchiorre de Polignac, un lungo poema latino della metà del Settecento, che si proponeva come scopo la confutazione sistematica del *De rerum natura* di Lucrezio.

Il cristianesimo sarebbe stato pertanto in Leopardi alla base della formazione di un modo di sentire e di pensare ateo, ma proprio per questo identificabile in una sorta di *buddismo posteriore*. Che non si tratti di un paradossale gioco di parole lo ha spiegato Émile Caro, rielaborando il pensiero di Eduard Von Hartmann, ma ancor più chiaramente lo spiega Hartmann stesso, filosofo da sempre poco letto e tradotto in Italia, ma sicuramente noto al Pascoli, anche mediante letture dirette.

C'è un saggio di Hartmann, che ho più volte voluto segnalare, e che sembra avere a questo proposito un'importanza ancora superiore al più noto *Philosophie de l'Inconscient*, ed è *La religion de l'avenir* (Paris 1876). Fu tradotto in italiano da Angelo Treves soltanto nel 1927, ma nulla esclude che il Pascoli avesse potuto leggerlo, come aveva fatto col Caro, nella traduzione francese [**7**].

Qui l'Hartmann analizza le caratteristiche delle principali religioni mondiali nella prospettiva di una loro conciliazione, per l'ipotetica costruzione di un monismo panteistico universale, raggiungibile attraverso una sintesi dello sviluppo religioso giudaico-cristiano con quello indiano. Al di là dell'idea di fondo, certamente opinabile, anche se non ricusabile a priori, e sulla quale si potrebbe aprire un dibattito inesauribile, il suo volume ci si presenta come un importante serbatoio di confronti, di analogie, di differenze tra le diverse religioni e di riflessioni a riguardo. Hartmann vi sostiene ad esempio che il Buddha, prendendo le distanze dal brahmanesimo, rigettò i politeistici dèi del popolo, ma con essi giunse a ripudiare anche, cito dalla traduzione di Treves, "la divinità metafisica, la sostanza del mondo, la essenza della apparenza del mondo, e predicò l'*ateismo puro*" (p. 129). Avrebbe fondato quindi una "religione atea", innestata, però, su un idealismo soggettivo tipico del popolo indiano, talmente incapace di credere in una realtà "da non capire nemmeno la

necessità logica di una sostanza dietro l'apparenza" (p. 129) e quindi incline a spiegarsi anche "spazio e tempo come semplici forme dell'intuizione senza correlative forme d'esistenza nella realtà" (pp. 137-138). Tale visione del mondo avrebbe finito, secondo Hartmann, per ridurre anche la storia e l'evoluzione ad una illusione priva di contenuto, fino a far "impantanare" l'uomo nella totale indolenza.

Proprio per questo il buddhismo, sempre secondo Hartmann, si dovrebbe incontrare con la visione giudaico-cristiana della religione, la quale in questo punto sarebbe decisamente superiore all'indiana proprio perché credente "nella realtà del tempo, della storia e dell'evoluzione" (p. 138). Tuttavia essa mostra tutta la sua debolezza nella "credenza nell'immortalità individuale e nella beatitudine eterna promessa all'uomo pio". "Con ciò", scrive Hartmann, "viene nutrito un egoismo metafisicamente più raffinato, ma tanto più pericoloso per la vera moralità, fondata sull'abnegazione, e la concezione pessimistica del reale mondo dato viene abbassata al livello di un momento che svanisce" (p. 139).

Per Hartmann l'uomo contemporaneo dovrebbe, invece, eliminare ogni forma di "sottile o grossolano egoismo" dalla morale e "cercare di annodare la morale al pessimismo mondano, il quale (nella sua forma non falsificata) non cerca di illudersi elevandosi sulla miseria dell'esistenza con l'inganno di un sognato al di là, ma per l'individuo come tale *conosce una sola aspirazione*: quella di liberarsi dal duro dovere di collaborare al processo dell'evoluzione, di *immergersi di nuovo* nel Brama come la schiuma nell'oceano, di *spegnersi* come una fiammella nel vento" (pp. 139-140). Un puro spirito religioso per lui non dovrebbe mirare "alla beatitudine ma alla pace e ad una unione con lo spirito universale completa e non più turbata da nessuna apparenza di separazione" (p. 140). E questo sarebbe uno dei fondamenti del buddhismo, la sola religione nella quale "il pessimismo viene espressamente utilizzato per fondamento della morale" (p. 143).

Giovanni Pascoli sembra rispondergli alla distanza nella sua seconda conferenza su Leopardi, intitolata *La Ginestra* (1898), quando sostiene che nella filosofia leopardiana "è un principio sul quale può edificarsi un inconcusso sistema di morale; e questo principio è la coscienza della nostra bassezza e fralezza" (cap. XI).

Ecco, dunque, il senso forse più riposto del nostro *buddismo posteriore*: il pessimismo 'mondano' e la coscienza del nulla che ne consegue non devono essere interpretati alla luce di una beatitudine individuale posta al di fuori dell'esistenza stessa, bensì devono divenire per Pascoli, come

[7] Éduard De HARTMANN, *La religion de l'avenir* (traduit de l'allemand), Paris, Libraire Germer Baillière 1876 e E. HARTMANN, *La Religione dell'avvenire*. Prima traduzione italiana di Angelo Treves, Milano, Edizioni Athena 1927.

per il buddhista, il fondamento di un'etica, di una morale, che si fonda e si risolve interamente nell'al di qua. Per il poeta sarebbe la poesia, e più in generale l'arte, ad avere l'ardito compito di far acquisire all'uomo questa coscienza e Leopardi con *La ginestra* avrebbe aperto la strada.

Proprio la riflessione sull'umana miseria, sulla *maladie du pessimisme*, che non deve essere sentita come la *maladie du siècle* alla De Musset, bensì come la radice di ogni religione e di ogni morale, e che era stata il punto di partenza di buddhismo e cristianesimo, dovrebbe divenire per Hartmann, e di riflesso per Pascoli, il punto della loro ricongiunzione.

Non è quindi un caso che, in modo coerente con alcune tendenze dell'orfismo europeo di quegli anni, come ha recentemente messo in luce anche Maurizio Perugi [**8**], il Pascoli giunga ad accostare Buddha nientemeno che a Dante Alighieri, il massimo poeta cristiano, quando scrive nella sua *Prolusione al Paradiso* (1903):

Quel poema [la Divina Commedia] ... è d'uno Shakya-Muni dell'occidente. Così il nostro Shakya, come lo Shakya indiano, così l'eremita come l'esule, a distanza di venti secoli, cominciano dalla profonda considerazione dell'umana miseria. Io vedo l'uno estatico a' piedi del fico, ashvattha ficus religiosa; l'altro errante nell'ombra della selva. E dalla miseria si elevano, l'uno per isvanire nel Nirvana, e l'altro per profondare nel Miro Gurge. E tutti e due dalla miseria escono ispirati a predicare a tutti la pace e l'amore: la felicità.

Il cristiano Dante e il materialista Leopardi si rispecchiavano così, in modi diversi, ma affini tra loro, entrambi nella vicenda del principe Shakya-Muni, che diveniva per Pascoli un sotterraneo punto di riferimento, una pietra di paragone, un pretesto di riflessione, lasciando aperti a lui e a noi ancora molti interrogativi.

[**8**] Maurizio PERUGI, *Dantismo pascoliano e orfismo europeo, in Operosa parva per Gianni Antonini*, Verona, Edizioni Valdonega 1996, pp. 322-3230

UN PONTE tra DHARMA E SCIENZA

di Francisco Varela

Direttore di ricerca presso il CNRS in Francia, Francisco Varela **é stato** praticante buddhista **e autore di opere fondamentali per l'incontro tra scienza e Dharma.**
È scomparso all'età di 55 anni lasciando un vuoto enorme per chi ne ha seguito le ricerche e il cammino, che lo hanno portato all'incontro creativo con il Dharma.

Un uomo di grandi qualità si è spento il 31 marzo scorso a Parigi. Francisco Varela, nato in Cile nel 1946, Ph.D. a Harvard in biologia, è stato uno spirito universale appartenente a quella generazione di ricercatori, che ha avuto il privilegio di essere giovane negli anni sessanta, periodo di grande creatività nella comunità scientifica.

Sin da giovane si interessò alle scienze biologiche e soprattutto alla neurobiologia, che fu la base di tutti i suoi lavori. Sotto l'influsso di Humberto Maturana, altro grande scienziato cileno, seguì un'educazione al di fuori degli schemi della scienza tradizionale e legata alla riflessione filosofica ispirata da de Ortega y Gasset, Sartre, Teilhard de Chardin, Husserl, Heidegger, Merleau-Ponty – che gli permise di comprendere meglio la natura della vita.

Fuoriuscito dal Cile in seguito all'avvento di Pinochet, pubblicò nel 1980 con Maturana negli Stati Uniti *Autopoiesi e cognizione*, (uscito in Italia da Marsilio nel 1985) secondo cui i sistemi viventi sono sistemi autonomi di cui lo stesso soggetto conoscente è parte. Un mondo di sistemi viventi chiusi e autoreferenziali di cui fa parte lo stesso osservatore.

Includere l'osservatore nell'osserva-

zione sarà la via che Varela seguirà nella sua ricerca. Si tratta di un cambiamento radicale e immaginativo del punto di vista, che non è più esterno all'oggetto osservato, il quale é parte dello stesso mondo dell'osservatore.

Da queste ricerche nacque il progressivo interesse di Varela per la tradizione sapienziale buddhista e in particolare per la tradizione Mahayana Vajrayana che del superamento del dualismo è la scuola fondamentale.

Scrive Varela in *Un Know-how per l'etica* (trad. it. Laterza 1992): ***"Il mondo nel quale ci manifestiamo è indissociabile dal punto nel quale le cose e gli altri appaiono a noi"***.

Successivamente si interessò alla natura sociale delle scienze avvicinandosi alla storia filosofica delle scienze con Alexandre Koyré, Georges Canguilhem e Gaston Bachelarde e alla comprensione del mondo della cibernetica e della teoria sistemica.

Sulla base di questa formazione ricca e poliedrica, Francisco Varela sviluppò una mente universale, diventando uno dei biologi più completi e interessanti dei nostri tempi.

Negli ultimi anni, divenuto direttore di ricerca del CNRS presso i laboratori di neuroscienze cognitive all'ospedale de La Salpetriére di Parigi, si consacrò allo studio di una 'biologia della coscienza' analizzata con un metodo 'magnetoencefalografico', che consiste nel registrare la forma secondo cui i diversi gruppi dei neuroni celebrali si sincronizzano in frazioni di secondo quando prendono coscienza di qualcosa, ottenendo risultati molto interessanti.

Quello che a noi interessa particolarmente è stato il suo incontro con il buddhismo per mezzo di Chogyam Trungpa, chè via via ha sentito vicino non solo nello spirito della sua ricerca scientifica, ma anche e soprattutto per la sua ricerca personale.

Da questo cammino sono scaturiti gli incontri con il Dalai Lama e altri scienziati sulle principali problematiche che la moderna ricerca scientifica offre alla nostra riflessione, in italiano abbiamo *Ponti Sottili, conversazioni del Dalai Lama con i grandi scienziati dell'occidente sulla natura e i poteri della mente* curata da Varela con J. Hayward e pubblicata nel 1998 da Neri Pozza, Vicenza.

Vogliamo ricordare quest'uomo dagli interessi poliedrici, con una vita da esule, ricco di umanità e di gentilezza proponendo uno dei suoi ultimi discorsi pubblici tenuto durante il Congresso "Unità nella diversità, per un'etica e una responsabilità globale", organizzato dall'Unione

Buddhista Europea a Parigi nel novembre scorso. Varela, con Lama Denys e Ananda Guruge ha aperto le tavole rotonde dell'incontro con un dibattito sul tema "Buddhismo e modernità".

Ecco la sua testimonianza.

DHARMA E MODERNITÀ

Francisco Varela

Ringrazio gli organizzatori di avermi invitato a questo incontro, che ritengo sia molto importante per il Dharma in occidente. Cercherò di affrontare il tema di questa tavola rotonda '*Buddhismo e modernità*' da un punto di vista molto personale e non accademico e spero che le mie parole risuonino per alcuni tra di voi qui presenti.

Inizio con una constatazione storica: dopo venticinque secoli di storia del Dharma, ogni volta che esso è migrato sia verso sud in India e nel sud est asiatico o, a nord in Cina, Giappone, Tibet ha dimostrato una grande capacità di adattamento, di trasformazione interna. Questa vitalità proviene dal nucleo fondamentale delle sue verità di base, che vengono riformulate secondo il luogo e l'epoca.

Ciò che mi interessa e mi impressiona nella storia del Dharma è lo slancio costante per ridire, **riesprimere,** riformulare le sue verità essenziali .

Qui a Parigi, nel contesto dell'EBU, la modernità è relativamente circoscritta, europea e occidentale e non universale, nel resto del mondo a ciascuno il suo destino, quindi ciò che dico è relativo a questa modernità europea e nordamericana.

Ho incontrato il Dharma trent'anni fa, a metà della mia vita. Sono stato colpito dalla sua forza e dalla sua verità che ha trasformato la mia vita. E man mano che il tempo passa sento, e ciò che dico è molto personale e forse lo sente anche qualcuno tra voi, amici sullo stesso sentiero, sento e comincio ad intravedere che una parte del nostro destino, della nostra vita consiste nel cominciare il processo di **ridire** il Dharma, di ridirlo nelle nostre lingue, nei modi e nelle maniere che ci sono propri, con le novità che verranno da noi, che saranno basate sulla tradizione, rispettose di essa ma che saranno anche un **passo in avanti.**

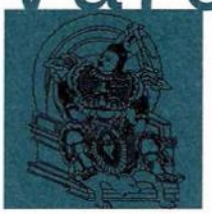
E' un **passo rischioso** ma è essenziale, la modernità in Europa o in Nord America consiste proprio in questo inizio, nella messa in moto, nella reinvenzione, riespressione, nel ridire ciò che nel Dharma è centrale. E'

qualcosa di unico e ci vorrà del tempo, ma bisogna mettersi in marcia.

Cominciamo ad intravedere questa forma di Dharma ma è **un'avventura**. Disponiamo di forme, mezzi, materiali appartenenti alla ricca cultura occidentale in cui le scienze e le tecnologie sono dei fenomeni culturalmente importanti e ricchi. In modo molto diretto direi che a mio parere non c'è una sola possibilità che il Dharma sviluppi delle radici profonde creative e viventi in Occidente se non ci sarà il dialogo, l'interpretazione e la simbiosi con la tradizione scientifica occidentale.

Allo stesso modo è accaduto durante il **Rinascimento in Italia**, che è frutto della simbiosi tra la tradizione araba e la tradizione europea che hanno creato la nuova scienza. La matematica, la medicina, la filosofia trasmesse dagli arabi erano elementi estranei e strani, esotici all'epoca così come il buddhismo è stato ed è ancora estraneo alla nostra cultura. Ma i fermenti creativi della matematica, dell'algebra araba sono stati dei fattori di forte rinnovamento.Il caso del Rinascimento è un esempio interessante di come un fermento di creatività abbia potuto trasformare qualcosa che veniva da lontano, qualcosa di altro, in una ricchezza, che ha dato vita a un qualcosa di nuovo, simbiosi tra le due culture, la classica umanista e l'araba: **la scienza moderna.** Ugualmente sta accadendo per il Dharma. Il dialogo, la mutua trasformazione tra il Dharma e la scienza deve essere intrapreso a fondo e in modo molto alto, non si deve restare a un livello comparativo ma bisogna rischiare, avere degli scambi, trasformarsi.

Francisco Varela



Sono uno scienziato, la scienza per me è una passione, mi trovo nella situazione di essere un tramite tra le due tradizioni ed è da questo punto di vista che parlo.

Ecco come vedo le cose: questo prenderà una dimensione generazionale e quindi generativa.

La prima constatazione è che **l'ostacolo principale** per il pieno inserimento del Dharma in occidente è vedere il buddhismo come una religione. Il buddhismo è molto più vicino alla scienza con cui condivide lo stesso amore per l'esperienza diretta, il non dogmatismo e lo spirito critico. Tutto ciò che è importante deve passare al vaglio dell'esperienza e dello spirito critico. C'è certamente la comprensione profonda tramandata dai nostri antenati ma anche questa deve essere convalidata dall'e-

sperienza, dalla meditazione, dalla pratica del Dharma altrimenti resta lettera morta.

In campo scientifico accade la stessa cosa, il giovane scienziato deve mettere le mani in pasta, senza questo la conoscenza diventa astratta e non ha vita, la vita appare quando le persone iniziano a giocare, a fare propri gli schemi e nasce quindi lo spirito critico. Ecco perché mi sembra assai evidente che c'è una grande facilità di dialogo tra Dharma e scienza.

Da circa quindici anni mi incontro con Sua Santità il Dalai Lama e scienziati occidentali di alto livello per discutere su alcune questioni tecniche e specifiche, sulla realtà, la vita, la morte, la mente, la coscienza ecc... l'interessante è vedere questi scienziati, spesso assolutamente estranei al Dharma, seduti attorno a un tavolo con il Dalai Lama, che cominciano a parlare in modo molto creativo, nessuno pretende di essere l'autorità assoluta, il detentore della verità, **allora il dialogo diventa fluido e facile**. E' una constatazione assai importante e a mio parere bisogna ridare al buddhismo ciò che gli dobbiamo: il lato umanista, laico incarnato nella vita ordinaria degli esseri.

Prendiamo per esempio la pratica dell'interdipendenza e della codipendenza di tutti i fenomeni, che è una nozione evidente per tutti gli studenti. Appartiene alla nozione di causalità che si apprende in fisica, ecologia, biologia. E' una nozione evidente, non rivoluzionaria. In occidente è già acquisita.

Il principio della non sostanzialità ovvero che niente esiste di per sé, che tutto esiste nei legami con altri fenomeni proposto dal Dharma ha tutto da guadagnare nel rapporto con la scienza moderna per la semplice ragione che la nozione di **esistenza-non esistente** è pienamente acquisita come l'apparizione di un fenomeno come la cellula, il laser, i fenomeni atmosferici, i fenomeni del linguaggio o della mente, che hanno una esistenza tangibile ma anche non sostanziale che viene organizzata come esperienza emergente. E anche se l'esperienza è tangibile, la nostra mente agisce nel mondo che conosce e quindi oggi che rimane della nozione aristotelica di sostanza nella scienza moderna che propone un'esistenza evanescente e fragile, in un rapporto di interdipendenza con altri fenomeni composti?

Si potrebbe cercare di esprimere la tradizione dharmica della comprensione della mente come apparizioni momentanee di diverse tendenze interiori alla nostra vita cosciente, per mezzo di un linguaggio ancorato nella comprensione naturale, scientifica del mondo e il Dalai Lama è

d'accordo con questo modo di riesprimere l'esperienza che permette di ascoltare, comprendere in modo più diretto per le menti europee e nord americane. Egli desidera inoltre che questi **materiali siano tradotti** per i giovani e i monaci tibetani affinché questi abbiano una comprensione, un vocabolario alternativo totalmente compatibile con il mondo moderno.

Anche la scienza è trasformata.

Le circostanze storiche sono estremamente ricche. L'errore di oggi è nella disconnessione tra la mente scientifica e l'esperienza personale. Non c'è impegno personale. *"La scienza rinuncia ad abitare nei fenomeni"* ha detto Merleau Ponty. All'interno della scienza contemporanea c'è però una nuova tendenza, un'apertura per il fatto che gli scienziati si devono confrontare con il bisogno proprio della loro ricerca, di spiegare, comprendere, **entrare nei fenomeni** anche della stessa coscienza, che finora sono stati lasciati da parte in quanto considerati non scientifici. Da circa venti-trent'anni abbiamo assistito all'emersione della **scienza della coscienza** che non può fare a meno dell'esplorazione della mente e della capacità introspettiva. La tradizione buddhista è ricca di esplorazione della coscienza, insegna a meditare, ad abitare nella propria mente. E questo sapere rappresenta delle pepite d'oro per le nuove generazioni di scienziati della coscienza. L'esplorazione e la pratica della mente definita dal Dharma sono i mezzi della saggezza tradizionale, che bisogna tradurre per rivestire il fenomeno della coscienza analizzato dalla scienza.

Francisco Varela

Ci sono certo notevoli differenze tra scienza e Dharma, ma anche una grande capacità ad influenzarsi reciprocamente. Per il futuro immagino non una rottura tra scienza e Dharma ma piuttosto l'incorporazione tra le due. La scienza può essere infusa dalla tradizione spirituale senza rottura con il mondo naturale perché la coscienza è un fenomeno naturale e la natura è una manifestazione della mente.

JEROME LISS
L'apprendimento attivo

Armando Editore 2001, pp. 128
L. 24.000 - Euro 12,39

Imparare cose essenziali divertendosi: così recita il sottotitolo di quest'opera, che infatti diverte, grazie anche alle sue semplici ed esilaranti illustrazioni.
Non è invece molto chiaro se il piacere, che il metodo attivo promette, possa essere effettivamente importato nell'attuale sistema scolastico, in cui gli insegnanti sono sottopagati, frustrati e a volte cinici ed esauriti.
Inoltre, vi è il problema della passività e dell'apatia studentesca.
L'apprendimento attivo invece implica piena partecipazione degli studenti.
Lo scopo di questo metodo innovativo è quello di ridare motivazione agli insegnanti e di rendere la scuola un'esperienza valida per gli studenti, presentando il chiaro esempio di un'alternativa entusiasmante nel campo dell'istruzione, nella speranza che, abitudini ormai consolidate, possano modificarsi.

NICOLA COLAJANNI
Tutela della personalità e diritti della coscienza

Cacucci editore, Pagg 246,
£ 38.000 - Euro 19,63

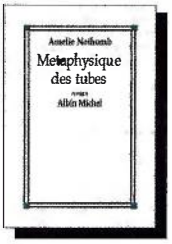
Il mondo occidentale, nel corso dei secoli della sua storia religiosa, ha man mano proceduto a modificare il proprio atteggiamento nei confronti delle religioni diverse dal cattolicesimo; dalle guerre dirette, alla tolleranza, alla convivenza, fino agli ordinamenti statali di chiara e raffermata posizione laica ed equidistante. Questa posizione non significa che uno Stato non consideri né tuteli le religioni presenti sul suo territorio nazionale e noi, praticanti di una delle diverse confessioni religiose presenti in Italia, non riusciamo a renderci conto di come ed a quali livelli questa tutela venga attuata. Già l'uso del termine 'tutela' determina la posizione specifica di salvaguardia, protezione, rispetto, messa in atto nell'ordinamento giuridico italiano e con questo testo l'autore presenta l'ampio spettro di questa tutela statale: già a livello di Costituzione viene presentato il processo di studio e approfondimento, che ha portato a definire i concetti di libertà di coscienza e quindi di religione, come si è andata formando nell'evoluzione della giurisprudenza costituzionale.
Esiste anche il livello penale, applicato per tutelare i praticanti, che si sviluppa essenzialmente nella protezione del sentimento religioso inteso come uno dei beni

fondamentali del singolo cittadino, poiché "*..si tratta di un aspetto importante della personalità, di un dato inerente allo svolgimento della persona umana, che, in quanto si manifesta all'esterno ed è riconoscibile, è pure esposto ad attacchi offensivi provenienti dall'esterno...*"(p. 88).
Se poi ci soffermiamo su alcuni aspetti non marginali delle attività di ogni confessione religiosa, dal matrimonio alle festività, dal trattamento delle salme alla macellazione, fino alla legislazione del lavoro, vedremo l'impatto che questi possono avere nella vita quotidiana a contatto con altre situazioni simili nella forma, ma differenti nel contenuto.
Anche qui si parla dunque di tutela civile che lo Stato mette in atto in questo scenario di riconoscimento della specifica confessione religiosa.
L'autore, consulente giuridico dell'Unione Buddhista Italiana nelle trattative per l'Intesa con lo Stato italiano, riporta la specificità del Buddhismo nella sua posizione apparentemente ateistica e non-cultuale, a cui il Consiglio di Stato con un parere di straordinaria importanza ha applicato la legge che disciplina l'erezione in ente morale degli istituti di culti diversi dalla religione cattolica (p. 194). Il testo poi prosegue esaminando quelle forme di imposizioni culturali da parte di chiese o gruppi religiosi che tendono ad occupare posizioni di rilievo istituzionale con l'intento di "*..contribuire in tal modo alla difesa dei valori etico-culturali prevalenti in quella collettività.. accompagnato dall'obiettivo di vincere la 'concorrenza' e di contrastare quanti si sottraggono ad un'influenza religiosa*" (p. 222).
Sicuramente questo testo ci dà il metro di quanto oggi le manifestazioni della spiritualità debbano confrontarsi con le regole del mondo laico e della società organizzata e se queste regole portano ad una tutela, ad un rispetto, non certo ad un riconoscimento, ben venga anche una Intesa.

Leopoldo Sentinelli

AMELIE NOTHOMB
Métaphysique des tubes

Parigi, Albin Michel, 2000



È possibile concepire una metafisica dei tubi?
Sembrerebbe di sì, anche se preferiremmo parlare piuttosto di una psicologia archetipica di queste entità in qualche modo paradossali: "*I tubi sono delle singolari mescolanze di pieno e di vuoto, materia cava, membrana d'esistenza che protegge un fascio di non esistenza.*"
Nella sua nobiltà geometrica il tubo può essere visto come immagine di Dio stesso: "*Dio aveva la morbidezza del [tubo] flessibile ma restava tuttavia rigido e inerte, confermando così la sua natura di tubo. Egli conosceva la serenità assoluta del cilindro. Filtrava l'universo e*

non tratteneva nulla."
Tubo come sinonimo di assenza di ogni desiderio e attaccamento, ma anche di morte, tubo la bambina affetta da inerzia patologica come l'Autrice si descrive nei primi due anni di vita (se il termine 'vita' è consentito!). Stiamo parlando di Amélie Nothomb, trentaduenne scrittrice di origine belga, francofona, già al suo nono romanzo, questo - autobiografico - intitolato appunto ***Methaphysique des tubes***, insignita del Grand prix du roman dell'Académie Française (1999) per quello precedente, ***Stupeur et tremblement*** (in italiano, *Stupore e tremore*, uscito per le edizioni Voland e Robin, come gli altri primi sette). Figlia di un diplomatico belga in servizio a Kobe, viene risvegliata alla vita dalla nonna paterna che compie il miracolo portandole del cioccolato bianco dal Belgio. La descrizione del suo terzo anno di vita (il romanzo si conclude col compimento del terzo anno), la conquista del linguaggio, la contrapposizione del ricco mondo interiore di bambina alla superficiale considerazione che gli adulti hanno di lei, le esperienze di interpretazione della realtà, la costruzione di un ordine simbolico in cui collocare genitori, fratelli e altri, costituiscono un'affascinante opera di psicologia dell'infanzia e, in particolare, di un'infanzia troppo felice, passata in Giappone, in quella età in cui il bambino è considerato una divinità ("Handicappata da un'infanzia troppo felice, sono abbonata alla nostalgia", dice di sé l'A.). Felicità che viene presto al suo termine quando le viene annunciato quello che non avrebbe mai creduto possibile: un prossimo trasferimento in un altro Paese (lei che si sentiva e parlava giapponese), il dover sottostare a eventi che seguono una logica estranea e incomprensibile, comprendere ciò che ogni essere umano un giorno o l'altro comprende: che ciò che ami lo perderai. "*'Ciò che ti è stato dato ti sarà ripreso': è così che mi formulavo il disastro che doveva diventare il leitmotiv della mia infanzia, della mia adolescenza e delle peripezie susseguenti. 'Ciò che ti è stato dato ti sarà ripreso': la tua vita intera sarà ritmata dal dolore."*
La perdita della felicità si tramuta in un improvviso lasciarsi andare, un apparecchiarsi alla morte nel laghetto di casa, ove ha il compito di nutrire le carpe che la disgustano, tubi anch'esse, dalle bocche (lacaniane!) sempre beanti. Così, improvvisamente, sente di cedere alla tentazione di tornare a essere tubo senza reattività, scivolando nell'acqua: *"La cosa che diviene sempre meno vivente si sente ridivenire il tubo che non ha mai cessato d'essere. Presto il corpo non sarà più che un tubo. Si lascerà invadere dall'elemento adorato che dona la morte. Infine, sgombra delle sue funzioni inutili, la canalizzazione consentirà il passaggio all'acqua — e a nient'altro."*
Amélie si vive giapponese tanto da condividere,

perfino il "*vecchio principio nipponico di non salvare mai la vita di qualcuno, perché ciò lo costringerebbe a una gratitudine troppo grande per lui.*"
In una precedente situazione, in cui aveva già rischiato di annegare, era rimasta atterrita guardando delle persone che, fedeli a quel principio, a loro volta la guardavano morire con attenzione. Ma la seconda volta, sentendosi nella calma che precede la morte 'scelta', la bambina vede attraverso le acque il volto della cameriera Kashima-san che le sembra sorridere mentre la osserva annegare, per poi andarsene senza fretta. Adesso le sembra di capire:
"*Ora, grazie a te, io li comprendo. Erano calmi come te. Non volevano perturbare l'ordine dell'universo, il quale esigeva la mia morte per acqua. Sapevano che non serviva a nulla salvarmi. Colui che deve annegare annegherà. [...] Tu hai ragione di sorridere. Quando il destino di qualcuno si compie, bisogna sorridere. Sono felice di sapere che non andrò più a nutrire le carpe e che non lascerò mai il Giappone.*"
Nella casa lavorano due cameriere giapponesi: una, Kashima-san, ostile agli stranieri, chiusa nella sua superbia nazional-tradizionalistica , e una seconda, Nishio-san, in umile adorazione della piccola 'divinità' che ricambia il suo amore: sarà lei la salvatrice. Se, in termini psicologici, possiamo vedere nelle due cameriere la scissione kleiniana tra 'seno buono' e 'seno cattivo', in termini spirituali siamo spinti a tornare alla 'scissione' tra saggezza (per cui tutto è composto e compiuto) e compassione (per cui i giochi non sono mai fatti e il mondo è sempre e tutto da salvare). La cameriera che si allontana senza fretta dal luogo in cui sta per compiersi la tragedia, non ci può non ricordare l'aneddoto di Joshu che finge di cadere nel pozzo e di Nanzen che, contando lentamente, si accinge a 'salvarlo'. E, ancora, libertà e dipendenza, accidentato confine tra aiuto e crescita indipendente...
La felicità totale e la successiva violenta perdita dell'innocenza di fronte al male hanno segnato la vita dell'Autrice. La famiglia viene trasferita prima a Pechino (vivendo da stranieri supercontrollati e dove era vietato parlare con la gente: "*Se si discute con un cinese non lo si rivede mai più. Sono piccola, ma realizzo che qualcosa non va*"), poi a New York ("*formidabilmente eccitante*" e dove si può camminare liberamente!) e, infine, nel Bangladesh (con i cadaveri dei morti per fame nelle strade, la miseria allo stato puro): Amélie si nutre di tristezza e di rabbia, attraversa l'esperienza dell'anoressia, perde i capelli e pesa 36 kg. Poi a Bruxelles, studia filosofia e ottiene l'agrégation nella disciplina, torna in Giappone nel tentativo di integrarvisi, ma non rivivrà il paradiso infantile. Comincia la 'carriera' di scrittrice: il successo è immediato e travolgente (Stupeur et tremblement supera le 300.000 copie), uno scrivere che se non le restituisce la felicità

perduta si rivela essere il suo modo di combattere contro il 'nemico interno', contro la morte ("*Per me la scrittura è il momento del combattimento, il solo in cui mi sento abbastanza forte*"). Lo aveva capito già da bambina, quando si ripeteva: "*Poiché tu non vivrai sempre in Giappone, poiché sarai cacciata dal giardino, poiché perderai Nishio-san e la montagna, poiché quel che ti è stato dato ti sarà ripreso, tu hai il dovere di rievocare questi tesori. Il ricordo ha lo stesso potere della scrittura.*"
Scrittura come ricordo, rievocazione dell'oggetto perduto, ritorno attraverso il 'fantasma' alla pienezza inattingibile degli eventi infantili di 'fondazione'. Perché, come dicono le parole con cui il libro si chiude: "*In seguito, niente è più successo.*"

Riccardo Venturini

M. I. MACIOTI
Immigrati e religioni

A cura di Maria Immacolata Macioti - Liguori editore, Roma , pp.361 - £ 37.000

Un aspetto non considerato sui mass-media a proposito di immigrazione è quello culturale e religioso, per di più nel contesto di un paese qual è l'Italia, con radici così cristiane e cattoliche. Questa mancanza informativa viene ampliamente soddisfatta dal testo in oggetto che spazia dal contesto sociologico a quello culturale e storico, fino ai casi di problemi psichiatrici ed a situazioni legali (matrimoni misti). Tutte le analisi e le ricerche presentate nei diversi settori di indagine e approfondimento spingono verso una autoriflessione critica per quanto riguarda le nostre modalità interiori di approccio e conoscenza dell'altro, dell'immigrato. Ed a fianco dell'immigrato esiste l'altra metà del fenomeno che è l'immigrata, cioè la ragazza, la donna, la madre che arriva sola o come moglie; anche questa metà dell'immigrazione porta con sé altre e diverse problematiche che vengono presentate come esperienze specifiche. Si spazia quindi dalle religioni tradizionali africane, al ritualismo della comunità senegalese, dai mussulmani del Veneto, alle comunità cinesi nell'area fiorentina; vengono inoltre ricordati i vari passi internazionali, dalla Pace di Westfalia del 1648, fino alle ultime risoluzioni dell'ONU, che hanno portato ad ufficializzare il concetto di rispetto della libertà di pensiero, di coscienza e di religione. Nel testo non si miminizzano le difficoltà della reciproca integrazione ma sicuramente si porgono gli strumenti per una informazione che squarci il velo della non conoscenza, si getta un ponte sopra i reciproci arroccamenti, per il miglioramento di una situazione che non è più eludibile né procrastinabile.

(L. S.)