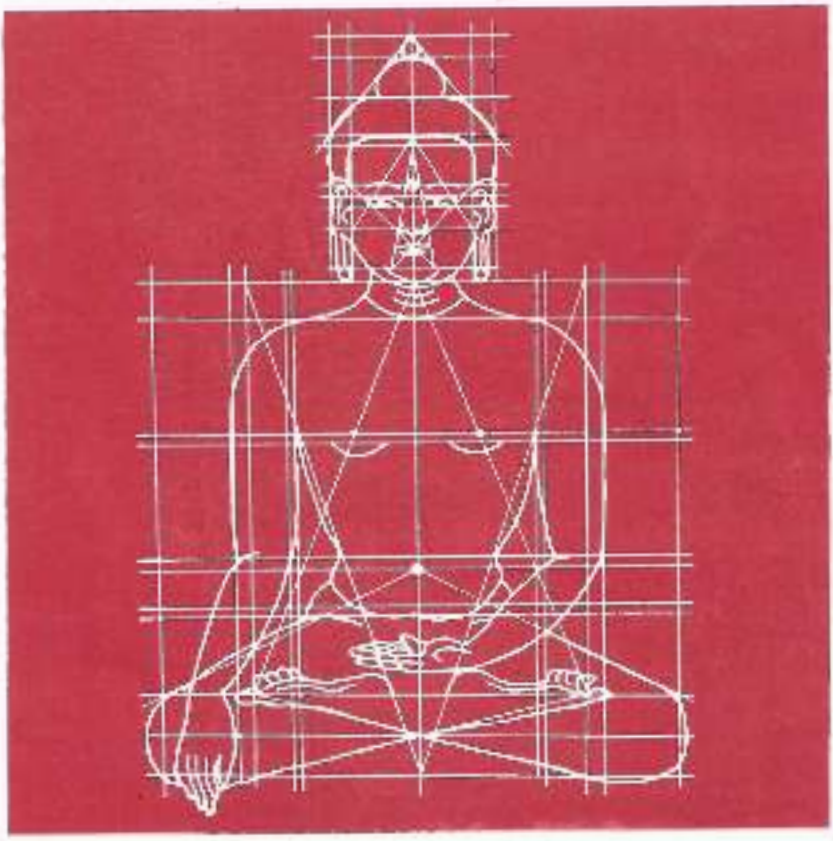
PARAMITA

Quaderni di Buddhismo



24

Anno VI - Trimestrale (ottobre-dicembre 1987) - Sped. abb. post. - Gruppo IV (70%)

PARAMITA - Quaderni di buddhismo

a cura della Fondazione Maitreya

Sommario del quaderno 24

Karma e rinascita (2) di Maria Angela Falà 1

La parabola del puledro 6

Consigli di un Lama a praticanti (e maestri) di Dagyab Rimpoce 7

Appello per un villaggio tibetano 10

Purificazione della mente, amicizia per la mente di Corrado Pensa 11

In ricordo di Trungpa 17

Attualità della meditazione buddhista tradizionale (intervista a Saya U Chit Tin) . . 18

L'ideale del Bodhisattva di Hammalawa Saddhatissa 23

I bodhisattva nell'arte gandharica di Arcangela Santoro 25

Meditazione zen e preghiera cristiana di Donald W. Mitchell 35

Il buddhismo nella filosofia italiana di Giangiorgio Pasqualotto 42

Le ricerche di A. David Neel di Miriam Campanini 45

Libri (a cura di L. Turinese e M.A. Falà) 47

PARAMITA per i centri di Dharma 49

Iniziative 50

Lettere a PARAMITA 53

Direttore responsabile: **Vincenzo Piga** - Condirettore: **Maria Angela Falà.**

Segretaria: **Giuseppina Petti.** Direzione, redazione, amministrazione: via della Balduina, 73 - 00136 Roma - Tel. 06/3498800.

Registrazione: Trib. di Roma n. 88/82 del 27-2-82 - Stampa: Tipolitografia Andreocci, via Gregorio VII, 116-a - 00165 Roma.

ABBONAMENTI 1987: ordinario 20.000; sostenitore 40.000; benemerito 60.000 (da versare sul conto corrente postale 35582006 intestato a «PARAMITA, via della Balduina, 73 - 00136 Roma»).

Abbonamento per l'estero: 30.000.

Numero singolo: 5.000 (nelle principali librerie, nei centri di meditazione e scuole di Yoga).

Questo quaderno è stato spedito prima del 15-10-87.

Associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

Karma e rinascita (II)

di Maria Angela Falà

Continuiamo il nostro discorso sulla dottrina del *karma* e sulle sue implicazioni nel campo della rinascita. Sorge ora il problema se tutte le azioni (*karma*) che si compiono, buone o malvagie, entrino allo stesso titolo nella produzione di nuovo *karma*, che costringe ad ulteriori rinascite, e quali siano le più utili per liberarsi dal *samsara*.

L'azione buona (*kusala karma*) è certamente superiore ad una cattiva, in quanto causa di effetti benefici sulla mente di chi la compie. Chi compie una buona azione non ha rimorsi, dicono i testi, non avendo rimorsi è felice; quando un uomo è felice il suo corpo è impassibile, la mente è concentrata e chi è concentrato comprende quale è la vera realtà del mondo fenomenico. Viene quindi puntata l'attenzione sugli effetti che si vengono a determinare dopo aver compiuto una buona azione, nella disposizione della mente (*citta*), che diviene tranquilla e felice, non toccata da soddisfazione né da insoddisfazione: la mente serena può meditare sulle vere determinazioni dell'esistente ed entrare nel Nobile Ottuplice Sentiero.

Perché un atto produca dei frutti, però, deve essere necessariamente causato da una volizione, che lascia una traccia nella psiche dell'autore ed influisce nel suo destino nel senso determinato dalla retribuzione di quell'atto.

Secondo il buddhismo, si distinguono gli atti in tre specie: *kusala* (buono), *akusala* (cattivo) e *avryakrta* (indifferente). I primi due sono quegli atti sui quali può essere dato un giudizio o una valutazione morale, il terzo è un atto moralmente indifferente, come dormire, nuotare, ecc., incapace quindi di venire a maturazione, di portare una qualsiasi conseguenza. Per il Buddha (M II, 181; A III, 186) gli atti intenzionali buoni, che producono frutti piacevoli, entrano nel meccanismo della rinascita allo stesso titolo degli atti intenzionali cattivi, che producono frutti abbondanti, qualora siano basati sul desiderio che genera attaccamento:

> **«Io dico che delle azioni intenzionali compiute e accumulate non può esserci cancellazione senza che si faccia esperienza dei loro risultati, sia che questo avvenga in questo mondo, sia che questo avvenga in altre condizioni».** (A V, 292)

«Il *karma*, sia esso buono che cattivo, è modificato dalle condizioni in cui è compiuto. In altre parole, un'azione buona o una cattiva può essere più o meno forte in dipendenza delle condizioni in cui è fatta. Le condizioni che determinano il peso o la forza del *karma* sono quelle che si riferiscono al soggetto, colui che compie l'azione, e quelle che si riferiscono all'oggetto, l'essere nei confronti del quale viene compiuta l'azione. Pertanto le condizioni che determinano il peso del karma si applicano al soggetto e all'oggetto dell'azione. In modo specifico, se prendiamo l'esempio dell'uccisione, affinché l'atto dell'uccidere abbia un potere completo e non mitigato, devono essere presenti cinque condizioni: un essere vivente, la consapevolezza dell'esistenza di un essere vivente, l'intenzione di uccidere l'essere vivente, lo sforzo o l'azione di uccidere l'essere vivente e la conseguente morte dell'essere vivente. Vediamo quali sono le condizioni soggettive e quelle oggettive. Le condizioni soggettive sono la consapevolezza dell'esistenza dell'essere vivente, l'intenzione di uccidere e l'atto di uccidere. Le condizioni oggettive sono la presenza dell'essere vivente e la sua

conseguente morte. Allo stesso modo ci sono cinque condizioni che modificano il peso del *karma*: l'azione persistente e ripetuta, l'azione fatta con grande intenzione e determinazione, l'azione fatta senza rincrescimento, l'azione compiuta contro esseri che posseggono qualità straordinarie e l'azione compiuta contro quelli che ci hanno beneficato nel passato. Anche qui ci sono condizioni soggettive e oggettive. Le condizioni soggettive sono l'azione ostinata, l'azione fatta con intenzione e senza rincrescimento. Se si compie un'azione malvagia ripetutamente, con grande intenzione e senza rincrescimento, il peso dell'azione si incrementerà. Le condizioni oggettive sono la qualità dell'oggetto nei confronti del quale viene compiuta l'azione e la natura della relazione. In altre parole, se uno compie un'azione buona o cattiva nei confronti di esseri viventi che posseggono qualità straordinarie come gli *arahant* o il Buddha, l'azione buona o cattiva compiuta avrà un peso maggiore. Il potere di un'azione buona o cattiva compiuta nei confronti di quelli che ci hanno beneficato nel passato, come i nostri genitori, i maestri e gli amici sarà maggiore. Le condizioni oggettive e soggettive determinano insieme il peso del *karma*. E' importante che comprendiamo questo, perchè così riusciremo ad afferrare meglio il fatto che il *karma* non è semplicemente bianco o nero, buono o cattivo » (1).

In quanto uomini siamo necessariamente costretti a compiere azioni; l'importante è essere consapevoli delle conseguenze che esse portano e soprattutto evitare di compierle con attaccamento, — come dice anche la Bhagavad Gita, cap. III — il quale ci lega sempre più al *samsara* e ci impedisce di vedere la realtà «così com'è» alla luce del Dharma. Le azioni cattive, comunque, conducono a rinascere in situazioni dolorose che allontanano l'essere dalla via della liberazione, mentre le azioni meritorie lo fanno rientrare nelle buone condizioni che favoriscono l'ascolto, lo studio e la pratica della dottrina buddhista. Poiché bisogna generalmente attraversare esistenze successive per avanzare lungo la difficile via che conduce alla liberazione, le buone azioni e i meriti che da esse derivano, aiutano alla realizzazione di questa (2).

«E' detto nobile discepolo colui che riduce e non accumula, che abbandona e non raccoglie, che disperde e non lega insieme, che soffoca e non attizza ». (S. III, 89)

«Chiunque abbandoni questo corpo e ne raccolga un altro, deve essere biasimato — questo io dico... Devi dunque addestrarti in questo modo: "Non mi attaccherò alle cose di questo mondo e così non sorgerà in me una coscienza dipendente da questo mondo. Poiché non mi attaccherò alle cose di questo mondo che sono qui viste, udite, percepite, riconosciute, ricercate, ponderate con la mente, non avrò una coscienza dipendente da esse». (M. III, 261)

Passiamo ora a considerare i risultati del *karma* nella vita futura, in altre parole parliamo ora della rinascita che, secondo il Buddha, è estremamente connessa all'idea di *karma*. Sorge subito una questione: se, per la dottrina buddhista, non c'è un'entità permanente, immutabile, un sé o un'anima (*atman*) che trasmigra da un corpo ad un altro, che cosa rinasce dopo la morte?

L'uomo è formato da elementi interdipendenti in continuo divenire, i cinque skandha: *rupa* (materia), *vedana* (sensazione), *sanna* (ideazione), *sankhara* (forze) (3) e *vinnana* (coscienza). Che accade allora all'uomo quando muore? I cinque *skandha* si dissolvono, ma, a causa del *karma* accumulato, si determina un nuovo gruppo di *skandha*. Ciò che opera nell'ambito di questo processo è uno *skandha* preciso, il *vinnana*, la coscienza.

L'ultimo processo creativo cosciente di una persona che sta per morire costituisce la scintilla sulla quale si edificherà il nuovo individuo, qualora siano presenti residui karmici. «La traslazione della coscienza, in tibetano *po-wa*, si riferisce alla pratica di influenzare la propria rinascita tramite il controllo mentale al momento della morte. Questo perché l'ultimo pensiero che si presenta a una persona prima di morire ha un influsso di vasta portata sulla natura della futura rinascita. Alcune persone vivono una vita virtuosa, ma, non avendo sviluppato raggiungimenti spirituali eleva-

ti, non posseggono alcun controllo sulla propria mente e al momento della morte sono sopraffatti da paura, ripugnanza e altre emozioni distorte e la conseguenza è una rinascita negativa. Ci sono anche casi di persone che pur avendo vissuto vite piuttosto negative sono state tanto fortunate da avere pensieri positivi in punto di morte e, di conseguenza, la natura della loro rinascita ne è stata influenzata favorevolmente. Lo yoga della traslazione della coscienza sfrutta questo fenomeno. Naturalmente il bene e il male che una persona crea durante la vita è conservato nella sua mente sotto forma di semi karmici, da affrontare in una vita futura; ma la rinascita immediata è fortemente determinata dalla struttura mentale nel momento esatto della morte e, se riusciamo ad ottenere una rinascita che ci permetta di approfondire la pratica, c'è la possibilità di poter purificare la mente dalle macchie karmiche» (4).

Il *vinnana,* concepito come qualcosa di estremamente sottile, rarefatto, contiene in sé le esperienze passate e le infinite possibilità del futuro in una continuità ininterrotta. Può essere quindi considerato, in un qualche modo, come l'elemento che passa da un'esistenza ad un'altra, l'*antarabhava,* come viene denominato da alcune scuole antiche, cioè l'esistenza intermedia fra una vita passata e una futura, determinata dal *karma* accumulato. Il *vinnana* che inizia la nuova vita rispecchia quello che conclude la precedente; tra essi intercorre lo stesso rapporto che c'è tra un'immagine e il suo riflesso. «Questo *antarabhava,* deve intendersi come un'esistenza intermedia, in una determinata serie individuale, fra una vita passata terminata alla morte ed una nuova vita che è la conseguenza del *karman* in quella accumulato; esso, secondo le scuole che lo ammettono, serve appunto di legame fra il *maranabhava,* l'esistenza-morte e l'*upapatthibhava,* l'esistenza-nascita... Esso, provvisto di tutti gli organi, delle dimensioni di un fanciullo di cinque o sei anni, nudo nella "sfera del desiderio" (*kamadhatu*), vestito se è *antarabhava* di un bodhisattva o di un essere che si trovi nelle "sfere del rupadhatu", visibile solo con l'occhio divino dell'asceta e del santo, della durata di una settimana secondo alcuni, di sette settimane secondo altri, quando vede, per forza del *karman* che lo spinge ad una nuova esistenza, un uomo e una donna destinati ad essere rispettivamente suo padre e sua madre, se è maschio sente desiderio per la madre, se è femmina per il padre. Ed allora illudendosi di essere lui medesimo che agisce entra nella matrice; in questo momento gli *skandha* si condensano e si solidificano e questo essere intermediario sparisce. Si determina quindi il processo della concezione e l'embrione si svilupperà secondo le sue leggi»(5).

Questa elaborata teoria dell'*antarabhava* si sovrappone alla teoria molto più antica e popolare del *Gandharva,* che appare nei testi canonici (M I, 265; Jataka 330) e che è propria del pensiero indiano in generale. Il *Gandharva* infatti, era un essere spirituale che, nella mitologia vedica, era musico degli dei e pronubo dei mortali. Secondo le scuole mediche indiane era l'elemento necessario al concepimento di un nuovo essere. Anche i testi buddhisti affermano che, affinché si nasca, ci vogliono tre elementi: l'unione tra il padre e la madre, la fecondità della madre e il *Gandharva.*

Non tutte le scuole, comunque, accettano questa teoria. I Theravadin, infatti, non l'accolsero. Dice il *Kathavatthu,* testo classico di ispirazione theravada sui punti di controversia tra le varie scuole, che il Buddha negò l'esistenza intermedia del *vinnana* tra due rinascite, in quanto affermava che ci sono solo tre stati di esistenza: il *kamadhatu,* il *rupadhatu* e l'*arupadhatu* (S II, 3) (6), ma non ha mai menzionato lo stato di *antarabhava* (7).

La teoria dell'esistenza dello stato intermedio tra la morte e la rinascita seguente fu invece accettata ed elaborata dalle scuole dei Sarvastivadin (8), dei Mulasarvastivadin, dei Sammaputriya e dei Purvasaila (9). In tale stato intermedio l'essere è composto ugualmente dai cinque *skandha* come lo era in vita. La morte, infatti, comporta lo scioglimento degli aggregati psicofisici che costituiscono l'individuo, ma l'evoluzione continua della coscienza per le sue latenze karmiche è capace di riaggregare i cinque *skandha* nello stato intermedio e passare all'esistenza successiva. Questo stato di esistenza intermedia può durare, come abbiamo visto, per alcune scuole una

settimana, mentre per altre sette settimane (quarantanove giorni), come il periodo massimo dello stato di *bardo* secondo la tradizione tibetana.

Nel buddhismo tibetano il termine *bardo* ha assunto il significato di stato intermedio tra morte e rinascita che, del resto, è il significato attribuito al termine *antarabhava.* Nello stato di *bardo* (vd. Paramita 9, p. 32) si matura la liberazione o la rinascita. Il principio cosciente dell'individuo, dopo la morte, sottoposto alle leggi del *karma,* passa attraverso lo stato di *bardo,* il giudizio e la eventuale reincarnazione. Il morto o il moribondo può essere aiutato in questo periodo di transizione per mezzo di riti e con la recitazione che un lama gli fa all'orecchio del *Bardo Thoedol,* cioè della «Dottrina che consente di ottenere la liberazione con il solo sentirla recitare quando si è nello stato di bardo» (10).

Nel corso dell'elaborazione del pensiero buddhista e con il passaggio al Mahayana, il concetto di *karma* e il suo ruolo nel processo della rinascita andò incontro a successive determinazioni e variazioni. Il *karma,* infatti, concepito dalle scuole antiche come metodo sottoposto a un inflessibile principio di causalità che nessun intervento può modificare — il *karma* matura senza che su di esso una forza esteriore possa esercitare un possibile influsso, ogni azione compiuta porta inevitabilmente il suo frutto a chi la compie — verrà invece reputato come qualcosa che l'onnipotenza dei Buddha e dei bodhisattva può modificare e come un seme che non necessariamente deve dare i suoi frutti, secondo l'idea che, come il seme è solo in potenza una pianta, così è anche l'azione del *karma.* Per passare dalla potenza all'atto sono necessari per il seme il fatto di essere piantato nel terreno, irrigato con l'acqua e scaldato dal sole; ugualmente per il *karma* sono necessarie delle circostanze accessorie.

E ancora di più, mentre secondo le scuole antiche il *karma* è assolutamente individuale, senza interferenze con quello di altri esseri, con il Mahayana si stabilisce la legge della *parinamana,* esposta compiutamente da Santideva nel suo *Bodhicaryavatara,* secondo cui è possibile per il Bodhisattva devolvere le proprie azioni meritorie e i meriti che ne derivano a favore di creature bisognose. Anche l'uomo comune può rinunciare ai propri meriti in favore di altri, specialmente dei propri parenti. Per esempio si trovano in Ladakh delle iscrizioni in cui è presente la seguente formula: « Che l'effetto prodotto da un'azione meritoria come l'erezione di un *corten,* di un muro *mani,* cioè coperto di lastre di pietre con incisa la formula *"om mani padme hum"* o di un tempio possa tornare a vantaggio di parenti defunti» (11).

Nel Mahayana troviamo anche l'idea di grazia, di intervento divino che salva l'uomo dalle implicazioni del *karma* compiuto. Il Buddha Amitabha, infatti, se viene invocato con fede sincera distrugge con il suo miracoloso intervento il meccanismo del *karma.* «In Tibet furono poi sviluppate complicate liturgie, fondate anche su preesistenti rituali bon, che si proponevano addirittura l'annullamento del *karma* e persino la trasformazione del *karma* cattivo in *karma* buono e che volevano garantire, quale risultato, una rinascita opposta a quella che si sarebbe dovuta avverare seguendo le leggi del *karma*» (12).

Con l'elaborazione del buddhismo tantrico si giunge a considerare la conoscenza iniziatica esoterica quale mezzo per produrre «un'immediata revulsione dal piano dell'esistenza fenomenica alla sfera della luce = coscienza essenziale che, annullando l'operazione del *karma,* ci dissolva immediatamente in quella» (13). La novità del buddhismo tantrico sta, infatti, nell'affermazione che si può raggiungere lo stato di Buddha anche in una sola esistenza e in modo immediato.

---

(1) P. DELLA SANTINA, *Fundamentals of Buddhism,* Singapore 1984, pp. 66-68.

(2) «I meriti accumulati danno una ricompensa. Una persona che abbia seguito le norme etiche può facilmente soddisfare i propri desideri. La crudeltà rende breve la vita ventura (M III, 203). Una persona con concezioni errate rinascerà o in un purgatorio o sotto forma di animale (M I, 388). Chi invece ha solo fede non può andare in un purgatorio (S V, 375)».

R.E.A. JOHANSSON, *La psicologia dinamica del buddhismo antico*, tr. it. Roma, Ubaldini, 1980, p. 142. Sul tema del parallelismo tra il tipo di vita condotto e il tipo di rinascita che ci spetta si può anche vedere l'articolo sul Karma in *Paramita 5*.

(3) *Sankhara* è uno dei termini del buddhismo di più difficile comprensione, fatto che si evince con chiarezza dal gran numero di traduzioni proposte; indichiamo qui le più frequenti: attività, forze, inclinazione abituale, formazione karmica, residuo karmico, condizione, fattore, parte costituente, elemento di esistenza, ecc.

(4) G.H. MULLIN, *La morte nella tradizione tibetana*, tr. it. Roma, Ubaldini 1986, p. 82.

(5) G. TUCCI, *Buddhismo*, Foligno 1926, p. 75.

(6) Il *kamadhatu* è la «sfera del desiderio», il *rupadhatu* è la «sfera materiale» e l'*arupadhatu* è la «sfera immateriale».

(7) Per la scuola theravada la serie individuale si svolge solo in base al *paticcasamuppada*, la produzione condizionata, in base alla quale ognuno di noi non è né diverso né uguale all'essere che è stato in precedenza, così come la pianta non è né la stessa né completamente diversa dal seme che l'ha generata. Esempi di questo tipo si possono trovare nel discorso del monaco Nagasena al re Milinda (tratto da *Milindapanha*), che abbiamo pubblicato nel numero scorso.

(8) La scuola dei Sarvastivadin aveva il suo centro principale nel Gandhara, nella media valle del Gange e nel Kasmir. Dal Kasmir esercitò una grande influenza sull'elaborazione del buddhismo in Tibet e Ladakh, come testimoniano le presenze nel canone tibetano del *Vinayapitaka* (Le regole della disciplina) dei Mulasarvastivadin e dell'*Abhidharmakosa* di Vasubandhu.

(9) Queste notizie sono tratte dall'importante studio di A. Bareau, sulle scuole buddhiste del Piccolo Veicolo. A. BAREAU, *Les sectes bouddhiques du Petit Vehicule*, Ecole Française d'Ext. Orient, Paris 1955.

(10) In italiano sono pubblicate diverse traduzioni del *Bardo Thoedol*; la prima in ordine di tempo è di G. TUCCI (ed. UTET, Torino 1972); è seguita da quella curata e commentata da Ch. TRUNGPA e F. FREMANTLE (ed. Ubaldini, Roma 1977) e la più recente è di NAMKHAI NORBU (Newton Compton, Roma 1983).

(11) Tratto da G. TUCCI, *Le religioni del Tibet*, ed. Oscar Mondadori, Milano 1987, p. 225.

(12) G. TUCCI, op. cit., p. 255. Qui viene anche descritta una di queste liturgie imperniata su una particolare reincarnazione di Vairocana.

(13) G. TUCCI, *Il libro tibetano dei morti*, Torino, UTET 1970, p. 23.

Documento dell'UBI sull'ora di religione

Auspicando che il principio costituzionale di libertà ed uguaglianza per tutti gli italiani in relazione ai loro orientamenti religiosi raggiunga finalmente quella piena attuazione che quarant'anni d'Italia democratica non sono bastati a garantire per tutti, l'Unione Buddhista Italiana esprime preoccupazione per le attuali polemiche sull'insegnamento religioso nelle scuole statali.

L'UBI ribadisce la ferma convinzione che a nessuna religione può giovare la ricerca di appoggi statali, meno che mai in condizioni privilegiate. Nessuna religione può attendersi una crescita del proprio patrimonio spirituale mescolandosi fra le materie d'insegnamento scolastico.

La scelta religiosa è diritto inalienabile della personalità, da realizzare nella sfera privata personale e familiare, che uno Stato laico e democratico ha soltanto l'obbligo di rispettare. Nella concreta situazione italiana questo rispetto presuppone l'abolizione del Concordato, fonte di inevitabili privilegi e di ingiustizie, e la sua sostituzione con una legge che collochi sullo stesso piano tutte le confessioni religiose, nello spirito della nostra Costituzione e della Dichiarazione approvata dall'ONU il 25 novembre 1981.

L'UBI si attende che questi suoi orientamenti siano condivisi dalle altre minoranze religiose del nostro paese e che si possa promuovere un'azione comune di tutte le minoranze religiose per un'autentica uguaglianza di tutte le confessioni, che dovrebbe incontrare comprensione ed adesione anche all'interno della maggioranza di fede cattolica.

La parabola del puledro

La parabola del giovane puledro è tratta dal discorso n. 65 del Majjhima Nikaya, il Bhaddalisutta. *Il discorso, nel suo complesso, verte sul problema del rispetto delle regole monastiche, della disciplina. L'interlocutore del Buddha è il monaco Bhaddhali che trova assai difficile seguire alcune norme, soprattutto quella riguardante l'assunzione di cibo una sola volta al giorno. Il Buddha afferma che bisogna seguire le regole dettate dal maestro perché esse sono state date con lo scopo di aiutare a raggiungere i vari livelli di perfezionamento. La pratica deve essere continua e graduale e l'obbligo del maestro, così come quello di un istruttore di puledri, è di far seguire all'allievo tutti i passaggi, di farlo sottostare alle regole emanate nonostante i tentativi di abbandono e rivolta, ma sempre con amore e comprensione, per ottenere alla fine un degno monaco, o un degno purosague. Seguire la disciplina è molto importante per una pratica fruttuosa.*

Un abile istruttore di cavalli, avendo ricevuto un bel puledro purosangue, per prima cosa lo educa ad abituarsi ad indossare il morso. Mentre esso si abitua ad indossare il morso, si contorce, scalpita, combatte perché viene abituato a fare una cosa a cui non era abituato. Tuttavia, con allenamento continuo e graduale, arriva alla perfezione, perfettamente allenato, domato rispetto alla precedente irrequietezza.

Quando, Bhaddali, il bel puledro è stato domato sotto questo aspetto con un allenamento continuo e graduale, l'istruttore lo educa ad abituarsi ad indossare i finimenti...

Quando, Bhaddali, il bel puledro è stato domato sotto questo aspetto con un allenamento continuo e graduale, l'istruttore lo educa ad abituarsi a muoversi, a correre in tondo, a non far rumore con gli zoccoli, a badare come alza le zampe da terra (tutte allo stesso livello), a galoppare, a nitrire, al « gioco reale » (gettarsi in acqua), all'acrobazia; viene abituato ad avere una velocità impareggiabile, una prontezza impareggiabile, un portamento impareggiabile... Mentre si abitua ad avere una velocità impareggiabile, una prontezza impareggiabile, un portamento impareggiabile, si contorce, scalpita e combatte poiché viene abituato a fare cose a cui non era abituato. Tuttavia, con allenamenti continui e graduali arriva alla perfezione sotto ogni punto di vista.

Quando il puledro è arrivato alla perfezioone sotto ogni punto di vista, l'istruttore lo adorna e lo pulisce. Bhaddali, un bel puledro purosangue, quando possiede queste dieci qualità diviene degno di un re, del tesoro reale e viene considerato come un attributo di regalità.

Proprio allo stesso modo, Bhaddali, se un monaco possiede le dieci qualità, è degno di offerte, di ospitalità, di doni, di essere salutato con le mani giunte, è un campo di merito incomparabile per il mondo.

E quali dieci qualità? Un monaco è dotato della retta visione di chi segue la via, del retto pensiero di chi segue la via, del retto discorso di chi segue la via, della retta azione di chi segue la via, del retto modo di vivere di chi segue la via, del retto sforzo di chi segue la via, della retta consapevolezza di chi segue la via, della retta concentrazione di chi segue la via, della retta conoscenza di chi segue la via, della retta libertà di chi segue la via.

Bhaddali, se un monaco è dotato di queste dieci qualità, è degno di offerte, degno di ospitalità, degno di doni, di essere salutato con le mani giunte, un campo di merito insuperabile per il mondo.

Consigli di un Lama a praticanti (e maestri)

di Dagyab Rimpoce

Questa che pubblichiamo è una parte (lacunosa in alcuni punti per difetti di registrazione) dell'insegnamento svolto in lingua tedesca all'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia nell'aprile 1987 dal lama Dagyab Rimpoce. Questo testo — che in qualche passaggio richiama alla memoria lo stile del lama Thubten Yeshe — affronta con coraggiosa spregiudicatezza alcuni problemi che stanno emergendo nelle comunità buddhiste dell'Occidente e che sono in genere trascurati o affrontati senza la necessaria obiettività e correttezza. Sono significative in particolare le opinioni di Dagyab Rimpoce (trattandosi per di più di un maestro tantrico tibetano) sui rapporti tra maestro e discepolo, che — per immaturità del discepolo, ma talora anche per qualche apparenza di presuntuosità nel maestro — non sono sempre improntati a quella confidenza familiare ed amichevole che è necessaria affinché l'insegnamento diventi un aiuto valido nel processo di realizzazione del Risveglio.

1. *Il buddhismo si sta rapidamente espandendo in Occidente, ma capita ancora spesso che molti occidentali siano allergici ad esso, perché lo considerano culturalmente superato ed esotico. Questo giudizio trae alimento dall'abuso che si fa spesso negli insegnamenti buddhisti di parole antiche e straniere: sanscrite, tibetane, ecc. Così presentato, accade che l'insegnamento appaia esotico nella sua globalità. Si dimentica che il buddhismo è una dottrina ancorata alle condizioni reali di tutte le persone, è un insegnamento che si collega alla vita di ognuno, alle singole condizioni esistenziali. E' quindi importante che sia presentato con un linguaggio comprensibile e adatto a tutti. Più siamo in grado, maestri e discepoli, di conoscerlo e di praticarlo in maniera semplice e naturale, più grande sarà il beneficio per tutti. Si deve ricorrere con molta prudenza a parole straniere, specialmente nel rivolgersi a principianti. Il nostro modo di comunicare deve adattarsi alla mentalità dei nostri interlocutori; dobbiamo metterci al loro livello.*

2. *Trattiamo ora il rapporto maestro-allievo. Il maestro può essere considerato in due modi diversi: come oggetto di devozione, oppure semplicemente come un* partner, *un amico con cui discorrere e al quale ci si possa rivolgere in tutte le circostanze. Quale modo è più corretto? E' necessario abbandonare ogni atteggiamento verso il maestro che ostacoli un rapporto di confidenza ed impedisca il sorgere di un legame spontaneo e naturale. Avere confidenza con il maestro non è affatto in contrasto con il rapporto corretto che deve intercorrere fra un maestro e il suo discepolo. Fortunati quei praticanti che hanno la disponibilità di un maestro residente, al quale potersi rivolgere con naturalezza in ogni caso di bisogno.*

Esistono alcune circostanza oggettive che rendono difficile la relazione fra maestro e allievo. Molti maestri non conoscono e non parlano la lingua del paese in cui insegnano, la lingua materna dei loro allievi. In queste condizioni diventa difficile instaurare fra maestro e allievo un rapporto spontaneo e sincero; diventa difficile per il maestro scegliere i metodi di insegnamento e le pratiche più adatte al proprio allievo.

Non va infine dimenticato che in molti casi il maestro ha uno sfondo culturale diverso da quello dei propri discepoli. Un maestro tibetano, ad esempio, si è maturato nel clima culturale caratteristico del suo paese; è cresciuto in un ambiente diverso, da cui in un certo senso è stato condiziona-

to. Gli studenti che ascoltano i suoi insegnamenti appartengono a un altro sfondo culturale e le parole del maestro fanno i conti nelle loro menti con un diverso background. *Questa situazione può dar luogo negli allievi ad autentici* shock *culturali. Per evitare tutto questo, è assolutamente necessario che ci sia una comunicazione aperta e sincera fra maestro e allievo.*

3. *Il buddhismo non deve essere considerato un prodotto della cultura orientale non compatibile con le specificità culturali e storiche dell'Occidente. Da voi ha avuto un ampio sviluppo l'indagine razionale, la analisi logica e la ricerca scientifica e taluni ritengono che il buddhismo sia incompatibile con queste caratteristiche del pensiero occidentale. Così non è, il buddhismo è compatibile con qualsiasi cultura. Se si potesse trovare nei testi buddhisti anche una sola parola in contrasto con i principi di una « ragionevole logica », questa parola dovrebbe essere eliminata. Buddha ha insegnato che i suoi discorsi non sono da accettare come la fonte esclusiva e indiscutibile della saggezza; egli ha dichiarato con chiarezza che la validità del suo insegnamento era da verificare, come con idonei strumenti si verifica la genuinità e la purezza dell'oro. Solo dopo che una verifica personale ne ha dimostrato la validità, l'insegnamento potrà essere adottato e praticato. La dottrina buddhista non è da trattarsi come un oggetto di venerazione, ma come materia di esperimento. Si potrà allora riconoscere che, lo ripete spesso il Dalai Lama, in tutti i testi della letteratura buddhista non esiste un solo passaggio che possa entrare in conflitto con la logica.*

Esistono peraltro nelle scritture buddhiste alcune descrizioni del sistema cosmico e dell'Universo non conformi agli attuali risultati delle indagini scientifiche. Ebbene: queste parti delle scritture sono da considerarsi superate, perché sono in contrasto con la scienza. I risultati delle ricerche scientifiche devono essere accettati anche da noi. Questa posizione non è condivisa da qualche maestro molto tradizionalista (mi suscitano sempre qualche preoccupazione i maestri tradizionalisti!). Grande è il mio rispetto e salda la mia fiducia nelle scritture sacre e nella parola del Buddha, ma non ho esitazioni di sorta a rifiutare le descrizioni errate contenute in qualche testo buddhista e nel preferire le giuste visioni delle scoperte scientifiche, anche se sono in contrasto con le sacre scritture.

4. *Bisogna tenere conto delle caratteristiche culturali e della mentalità diffusa nel paese in cui si vive. Per questo non mi trova consenziente la situazione creatasi in questo istituto di Pomaia con l'approntamento di una sala di meditazione riservata ai soli monaci maschi. Sono un uomo anch'io e potrei quindi mettermi dalla parte dei maschi, ma non condivido residue abitudini patriarcali. Chi ha scelto la vita monacale e ne rispetta la severa disciplina, soprattutto nella condotta morale e nell'osservanza dei voti, merita grande ammirazione. Non dobbiamo dimenticare mai che le prostrazioni di un monaco accumulano molti più meriti delle prostrazioni di un laico, come le prostazioni di un bodhisattva o di chi ne ha preso i voti sono più meritorie delle prostrazioni di chi non ha preso questi voti e ancora più meritorie sono quelle di chi è impegnato con i voti tantrici. Tutto questo è vero, ma dobbiamo considerare le cose con mente aperta ed attenta.*

Il buddhismo è nato in India, un paese in cui erano e restano molto accentuate le differenze sociali, dove esistono ancora le caste e si è andata tradizionalmente affermando l'abitudine ad una specie di separatismo fra uomini e donne. Noi non abbiamo nessun bisogno, meno che mai qui in Occidente, di adottare simili tradizioni e meno che mai la separazione fra uomini e donne, che contrasta con l'odierna cultura occidentale. Atteggiamenti simili non sono ragionevoli e quindi non possono considerarsi conformi ad una corretta pratica buddhista.

Esistono in Tibet alcuni templi, dedicati a certi protettori, dove è vietato l'ingresso alle donne; esistono delle reliquie che le donne non possono toccare e nemmeno guardare. Io ho una sorella che si dimostra tuttora timorosa quando viene in contatto con certi oggetti religiosi. Si tratta di una mentalità che è innata nel mondo tibetano, la cui cultura tradizionale induce tuttora a

manifestazioni di questo tipo. Si tratta comunque di comportamenti che non hanno una base logica e sono anzi intimamente contradditori. Infatti, se una reliquia dà protezione a chi la porta o a chi la tocca, per quale motivo questa protezione dovrebbe essere riservata agli uomini e ne dovrebbero essere escluse le donne? Il buddhismo insegna che uomini e donne hanno bisogno di protezione in parti uguali.

C'è quindi un controsenso, una palese contraddizione nel separare i sessi. Sono questi atteggiamenti che inducono taluni a considerare il buddhismo una dottrina priva di logica, alimentando quella certa allergia verso il Dharma che si riscontra intorno a noi. Il buddhismo è invece adatto a tutte le persone, di qualunque ceto sociale, di entrambi i sessi, di ogni razza e di ogni cultura, senza distinzione alcuna, senza eccezioni di sorta, in modo uguale per tutti. Il Buddha ha insegnato per tutti gli esseri, non soltanto per i discepoli suoi contemporanei. Affermare questa uguaglianza, peraltro, non significa mettere in discussione il rispetto che un laico deve avere verso il monaco, un monaco verso il bodhisattva e un bodhisattva verso il praticante tantrico; si tratta di un rispetto giusto e logico, che ha un suo fondamento molto concreto.

5. *Nei primi tempi di diffusione del Dharma in Occidente si è assistito ad un fenomeno che ha seriamente danneggiato il buddhismo: si aggiravano giovani praticanti occidentali vestiti in modo strano, adorni di rosari e catenelle, con altri pendagli di ogni genere e si presentavano con occhi spiritati, barbe incolte, capelli in disordine o rapati a zero. Era tutta una mascheratura perché si riteneva che fosse necessario mettersi in evidenza come persone diverse, come seguaci di religioni esotiche e che l'autentico praticante buddhista si dovesse distinguere con una specie di uniforme. Questi atteggiamenti non potevano che danneggiare il significato profondo e la pratica corretta del buddhismo. Ero allora avvicinato da persone visibilmente preoccupate che mi dicevano: « Come sono strani questi buddhisti, parlano in modo incomprensibile, sembrano sporchi e trasandati, si comportano come dei matti ».*

Pare adesso che questa prima ondata stia terminando; forse non è ancora finita del tutto, ma finirà presto, non c'è dubbio. Potrebbe seguire peraltro una diversa ondata, di buddhisti tutti atteggiati come tanti gentlemen *o tante* ladies. *Certo: ci avrebbe uno spettacolo più attraente, ma se si trattasse di una nuova moda per apparire diversi e distinguersi dagli altri, si sarebbe ancora fuori strada. La tendenza a caratterizzarsi, a mettersi in uniforme altro non è che una manifestazione della sofferenza. Chi si mette in divisa intende ostentare le proprie idee, affermare il proprio ego, personale o collettivo che sia. E ci potrà essere un ego particolare dei tulku, un ego dei gheshe, un ego dei monaci, un ego dei praticanti tantrici. Si ricorre a mezzi esteriori per affermare e mettere in evidenza la propria personalità e così facendo non si fa che aumentare la sofferenza. Come buddhisti, non abbiamo bisogno alcuno di ostentare distintivi o di mascherarci con uniformi. Per quanto è possibile, cerchiamo di evitare ogni segno esteriore. Saremo così più vicini ad una corretta applicazione degli insegnamenti.*

(a cura di Vincenzo Piga)

Assegnato il premio per tesi di laurea

Il premio di un milione della Fondazione Maitreya (primo concorso per tesi di laurea sul buddhismo) è stato assegnato dall'apposita commissione al prof. Franco Ricca dell'Università di Torino, autore della tesi: « Origine indiana delle divinità terrifiche minori del Bar-do Thos-grol » (relatore Oscar Botto).

La Fondazione Maitreya ha indetto un secondo concorso con altro premio da un milione, cui possono partecipare i laureati di Università o Istituti Superiori italiani, che conseguino la laurea nell'anno accademico 1986-1987. I concorrenti dovranno far pervenire domanda di partecipazione, la tesi in triplice copia e il certificato di laurea con voto alla Fondazione Maitreya (c/o PARAMITA - Via della Balduina, 73 - 00136 Roma) entro il 30 aprile 1988.

Appello per un villaggio tibetano

Da circa ventotto anni parte del popolo tibetano, fuoriuscita dal proprio paese all'indomani dell'invasione cinese, vive in esilio in condizioni di estrema precarietà; si stima che siano 110.000 gli esuli tibetani, di cui circa la metà è composta da giovani al di sotto dei trent'anni. Sono questi giovani che rappresentanoil futuro del Tibet e che devono essere aiutati a poter far sopravvivere la propria cultura nonostante l'esilio e la dispersione. La cultura tibetana è, infatti, un tesoro che appartiene non solo ai tibetani, ma a tutta l'umanità. Oltre ai giovani, ci sono 6.000 anziani che hanno grande bisogno di assistenza, 12.000 persone in India completamente senza casa e mezzi di sostentamento e infine ci sono circa 15.000 tibetani di tutte le età che dal Buthan stanno per raggiungere l'India dove si troveranno anch'essi in condizioni di estrema indigenza.

Abbiamo dato queste cifre per dimostrare quanto ci sia da fare per aiutare questo popolo. I problemi sono gravi per gente che ha lasciato tutto nel proprio paese e si trova a fare i conti con la sopravvivenza quotidiana. Per cercare di contribuire sia alla sopravvivenza dei tibetani che alla sopravvivenza della loro cultura, è nata l'idea di costruire un villaggio organizzato e autosufficiente in India o in Nepal. Promotore di questo progetto è Namkhai Norbu con il patrocinio del governo in esilio del Dalai Lama.

L'idea, dice Norbu, è di costruire un vero villaggio in stile tibetano, non un luogo per « poveri e miserabili rifugiati », ma un posto in cui possano vivere in modo dignitoso dalle trecento alle cinquecento famiglie, con un ospedale, una casa per ogni famiglia, luoghi per lavorare, terra da coltivare, una scuola in cui i giovani tibetani possano ricevere un'educazione che sia tibetana in ogni senso dalla lingua alla cultura religiosa. Dal momento che l'aspetto spirituale è centrale nella vita del tibetano, centro del villaggio dovrà essere un tempio unico per tutte le varie tradizioni, in cui svolgere gli insegnamenti, le pratiche, invitare maestri, ecc.

Il villaggio deve essere autosufficiente attraverso le attività agricole e di artigianato. Per questo scopo si pensa di dotare ogni famiglia di alcuni acri di terreno per la produzione di riso, miglio, frutta e vegetali per il villaggio e, attraverso una cooperativa, per la vendita in altri mercati. L'allevamento delle pecore fornirà la lana per la produzione dei tipici tappeti tibetani che, accanto ad altre attività artigianali e artistiche e alle industrie alimentari, daranno possibilità di lavoro e sostentamento.

Il progetto è partito all'inizio di quest'anno con un incontro tra rappresentanti del Dalai Lama, Namkhai Norbu e rappresentanti della comunità Dzgochen. Esso richiede una disponibilità che va dai tre ai cinque milioni di dollari per acquistare la terra, costruire le case, le infrastrutture: strade, scuole, ospedale, tempio, ecc., per dotare le attività artigianali e manifatturiere di un certo capitale iniziale. C'è bisogno dell'aiuto di tutti, sia di privati che di associazioni e governi.

Si può collaborare in molti modi: con la propria esperienza o con donazioni. Più specificamente il comitato promotore chiede la collaborazione di esperti in tecnologie alternative, architettura o costruzioni, pianificazione della città, agricoltura, attività di import-export (per la vendita estera dei manufatti artigianali), pubbliche relazioni per diffondere il progetto e le sue finalità, medicina, educazione, assistenza agli anziani e per la ricerca di fondi e contributi.

Chiunque possa e desideri collaborare a questo progetto può contattare in Italia:

Andrea Dell'Angelo
Direttore del Progetto per un villaggio tibetano
c/o Dzogchen Comunity, Arcidosso (Grosseto)
tel. 0564/966837

Purificazione della mente, amicizia per la mente

di Corrado Pensa

1. L'essenza più concentrata dell'insegnamento buddhista è illustrata nei famosi versi del *Dhammapada:* « Mai fare il male, coltivare il bene (*kusala*), purificare la mente (*citta*) » (1). Ed è sufficiente una minima familiarità con la dottrina dell'Illuminato per sapere che la chiave del discorso sta nella purificazione: soltanto, infatti, purificando il *citta* o mente-cuore diventa possibile questa conversione di vita, così stupefacente, grazie alla quale non si fa più il male e si è interessati solo a far crescere il *kusala,* ossia ciò che è buono, salutare, vero, giusto, utile. Questa purificazione liberatrice, presente secondo varie forme in tutte le grandi tradizioni spirituali, è stata formulata dal Buddha in maniera particolarmente attenta e profonda. Vale perciò la pena fare qualche riflessione circa l'itinerario interiore dello stesso Siddharta Gautama, ricordando come lo stesso Buddha ritenne non già di avere inventato qualcosa di nuovo, bensì, piuttosto, di avere riscoperto il « sentiero antico » (*puranam anjasam).* Questa sua dichiarazione aiuta a guardare al suo itinerario come a un percorso archetipico, cioè esemplare di chi, purificando la mente, impara a fare solo il bene. Se la nostra motivazione è corretta, ogni volta che meditiamo, ogni volta che facciamo un ritiro, *noi in qualche modo replichiamo su piccola scala* quell'itinerario di purificazione liberante. Credo che sia importante tenere a mente questo. Altrimenti si rischia di immaginare il cammino come una eterna preparazione in vista di un evento irraggiungibile, la liberazione e questa immaginazione, questo concetto non può che condizionare pesantemente la nostra pratica spirituale. Vedere, invece, che ogni meditazione, ogni ritiro, ogni attimo di consapevolezza bene intesa e bene applicata è una piccola liberazione è vedere che, in realtà, il cammino è un *continuo succedersi di tante piccole liberazioni:* allora ogni momento del cammino diventa valore in sé, e non una premessa, un prima in attesa di un poi. Dogen (2) dice che praticare con tutto il cuore è l'illuminazione prima dell'illuminazione, ossia è *già* essere nella liberazione. E a chiunque sia accaduto di essere intimamente attento, presente e consapevole per la gran parte di una giornata, la tesi di Dogen non suonerà troppo astrusa. Una similitudine utile può essere quella dell'ologramma o fotografia ottenuta grazie a un raggio laser: in ogni parte o frammento della lastra è possibile scorgere l'intera fotografia. Così, appunto, ogni passo nel cammino di liberazione è una liberazione, è una infinitesima replica (sempre nuova) di quel percorso memorabile e archetipico che il Buddha ha indicato.

2. Ci conviene adesso soffermarci brevemente sul cammino di Gautama, soprattutto per vedere in che modo ciò possa aiutarci a comprendere meglio la purificazione mentale: a) anzitutto il principe Siddharta — il momento in cui decide di visitare il mondo fuori dai palazzi paterni — si accorge di *non sapere;* meglio, percepisce improvvisamente che gli manca una conoscenza, una comprensione fondamentale. La conoscenza circa la sofferenza, che gli si è manifestata nei famosi incontri con il vecchio, il malato, il morto, il monaco. Si accorge che non sa quale è l'origine della sofferenza e che non conosce ciò che è *kusala,* ossia che non conosce il bene o forza intelligente che sola può condurre al di là della sofferenza. Dunque in

questa fase ci troviamo di fronte a una prima virtù, l'umiltà. L'umiltà del riconoscimento di essere privi della conoscenza che più conta; b) questa umiltà è accompagnata da una decisione, la decisione di *volere sapere,* di volere comprendere e conoscere il bene, *kusala,* ciò che serve incondizionatamente. L'intuizione di non avere alcuna comprensione su ciò che veramente conta e l'assoluta decisione di voler sapere sono i due pilastri fondamentali della purificazione. Naturalmente tutto ciò implica uno sfondo di fede, cioè una intuizione di fondo che è possibile sapere, è possibile liberarsi. Fede-intuizione senza la quale la condizione di non sapere apparirebbe normale o comunque inevitabile e nessun desiderio di sapere potrebbe nascere; c) a questo punto Gautama intraprende, irrevocabilmente, l'*azione* per giungere all'intendimento del bene: *abbandona* tutto il suo mondo noto e consueto e va in un mondo diverso (la foresta e l'ascesi), in cui c'è soltanto *apprendimento* (i suoi maestri, l'ultimo dei quali sarà egli stesso) e solitudine, la quale, in effetto, fa parte dell'apprendimento. Perciò questa azione, nella quale consiste la parte attiva della purificazione mentale, è volta a promuovere la conoscenza della natura della mente in virtù di nuove condizioni di vita: la solitudine, i maestri, le tecniche di meditazione. Da notare che se questa fase, cioè l'azione volta a sapere il bene, è purificazione attiva, le due precedenti, ossia il riconoscimento del non sapere e la volontà di sapere, fanno anche esse parte della purificazione; d) dopo vari anni Gautama, fattosi nel periodo finale dell'apprendimento maestro a se stesso, e divenuto ormai puro (3), acquista il sapere trasformante nella sua forma più completa (illuminazione-liberazione); e) quindi si rende conto che è nella natura del bene di essere partecipato agli altri e decide perciò di *insegnarlo,* il che farà per il resto della sua vita. Alla decisione primitiva di cercare il bene fa seguito adesso, una volta trovatolo, la decisione di darlo. Sulla base del proprio percorso il Buddha elabora un insegnamento sistematico della purificazione mentale, nel quale spicca in particolare la dottrina dell'ottuplice sentiero per raggiungere la fine della sofferenza: retta intenzione, retta comprensione, retta parola, retti mezzi di sussistenza, retta azione, retto sforzo, retta concentrazione, retta consapevolezza (4). L'arte della purificazione in questo contesto sembra essere l'arte di sviluppare queste otto dimensioni nel modo più giusto (corretto, armonioso, bilanciato): p. es. rendere la parola giusta significa renderla veritiera, amabile, pacificante, utile.

Ora, in generale, non è difficile vedere come un ritiro, ad es., posto che sia alimentato da una retta intenzione, possa essere una ripetizione su piccola scala di queste varie tappe: dalla percezione che manchi nella nostra vita una intelligenza fondamentale, al desiderio di accedere a questa comprensione più profonda, all'abbandono del mondo conosciuto per entrare nell'ambito ascetico del ritiro, fatto di apprendimento e solitudine, a quel tanto di chirurgia interna che è frutto del ritiro, al desiderio di partecipare in qualche modo agli altri questa chiarezza che si è toccata. Più in particolare, tuttavia, vorremmo soffermarci su quel *cambiamento di rapporto con la propria mente* che è a fondamento della purificazione mentale e che è rappresentato dalla qualificazione *samma* (retto, giusto) che viene premessa a ciascun fattore dell'ottuplice sentiero. Più si depura la mente, più *samma* diventano gli otto fattori del cammino; e più giusti sono i fattori, più pura è la mente. Questa giustizia o rettitudine crescente che è causa ed effetto di puricazione ha molto a che fare con la dimensione dell'equanimità o accettazione attiva (5), che nel buddhismo riceve un'attenzione speciale e costante in tutte le scuole. Infatti una concentrazione più equanime, p. es., non può che essere più giusta, ossia meno colorata dall'egoismo; così uno sforzo più equanime sarà uno sforzo più giusto perché meno sbilanciato e connotato da tensione. In concreto possiamo domandarci: quale è la radice dell'equanimità e della sua virtù purificatrice? La sua radice sembrerebbe stare, appunto, in un mutamento di rapporto con la mente, più precisamente nello sviluppo graduale di un *atteggiamento amichevole nei confronti della propria mente,* capace di rimpiazzare gradualmente le varie forme di inimicizia che abitualmente prevalgono: da gradi drammatici di

odio di sé, a sfumature senza numero di sfiducia in sé e di sordità o indifferenza (cioè ostilità).

3. Infatti, come potrò mai essere equanime davanti a qualcosa che mi turba se non sono in buoni rapporti con la mente turbata che, in questi casi, soffre e giudica; se, cioè non sono in grado *di avvolgere di amicizia sollecita* la mente turbata? In realtà la pratica della meditazione di consapevolezza significa, se correttamente intesa, stabilire un rapporto sempre più amichevole con la propria mente. Non è un caso che si insista tanto sulla necessità che la consapevolezza meditativa abbia un carattere *non-giudicante* e accettante. E quanto meno giudichiamo, tanto più diventiamo amici. Tanto più la consapevolezza da semplice capacità di registrare diviene consapevolezza *partecipe,* ossia capacità di *familiarità,* di *intimità,* di *sollecitudine* nei confronti della mente. Capacità di non lasciare sola la mente, ma di *accompagnarla,* invece, in silenzio amichevole. Capacità di *essere vicini* alla mente, qualunque sia il suo stato. Col tempo, insomma, l'attenzione meditativa deve farsi più calda. E la possibilità di vedere di più (donde il nome *vipassana*) è molto legata a questa *imparzialità affettuosa.* Mentre fin quando siamo nella morsa della reattività e del giudizio compulsivo non c'è energia disponibile per vedere più a fondo la natura fluida e impersonale delle cose. Ricordando che non è la reattività o attaccamento che vincola, bensì, come sottolinea efficacemente Buddhadasa tra gli altri, il problema è « l'attaccamento non accompagnato da consapevolezza » (6). Infatti, siamo nella stretta della reattività solo se siamo identificati con essa; ma se investiamo di consapevolezza, minuto per minuto, la reattività, non ne siamo più prigionieri e siamo invece più liberi di vedere e di capire le cose così come sono. Come sa chiunque pratica, giudicarci male perché siamo reattivi è soltanto un'altra forma di identificazione e di non libertà. Perciò la vera consapevolezza, quella liberante, non può che essere amichevole. Un'*amicizia indiscriminata* per tutto l'incessante flusso della mente. Il che, naturalmente, non significa che noi siamo pronti a fare tutte le cose che la mente suggerisce, allo stesso modo che non prenderemmo per oro colato tutto quello che dice un nostro amico sofferente che stiamo assistendo affettuosamente. E più tardi l'amico ci sarà grato per non averlo preso alla lettera. Dunque: è possibile coltivare un'attenzione partecipe e sollecita quali che siano i contenuti della nostra mente al momento: leggeri o pesanti, gradevoli o sgradevoli, importanti o non importanti? E' possibile cioè stare vicino alla mente, *abbracciarla, sostenerla qualunque cosa accada?* Questo è certo un punto fondante del lavoro interiore, forse il più fondamentale. Significa aver capito che *la mente è la cosa più preziosa che abbiamo,* che tutto dipende dalla nostra mente; significa aver capito che *la nostra vita è la nostra mente* e che non ci cureremo mai sul serio della nostra vita fin quando non avremo cura della nostra mente. Accudire la mente, vegliare la mente, riscaldare la mente. Così come faremmo con un bambino. A chi si avvicina affettuosamente il bambino sorride, come se sentisse *più vita.* Al contrario, l'infante lasciato solo facilmente piange. La mente immatura ha un comportamento analogo: se è avvolta da attenzione sente *accrescere la vita,* se è lasciata sola entra nel disordine e nell'ansia.

La capacità di stare vicino alla mente secondo amicizia richiede un lungo tirocinio, il tirocinio, appunto, della pratica meditativa. Se non abbiamo questo tirocinio e, p. es., siamo in preda a un malessere, ci diremo magari « coraggio » ma non succederà molto, perché non abbiamo sviluppato la capacità di adesione, di *stare con* la mente. Quell'incoraggiamento è un attimo di vicinanza, poi ci allontaniamo di nuovo. Ma se noi assistiamo un amico malato non ce ne andiamo: rimaniamo seduti accanto al letto e forse *avviciniamo* ancora di più la sedia vedendo la sua sofferenza. Siamo tutti stati in questa circostanza e sappiamo la gioia, nella sofferenza, dell'arrivo della persona cara e di quella vicinanza. La mente è come noi: se è accudita e accompagnata ha più forza e più vita. Se è sola, se non è assistita dalla consapevolezza, uno scoraggiamento diventa pesante e duro come un macigno. Se invece siamo in grado di accogliere lo scoraggiamento con attenzione as-

sidua, silenziosa e partecipe, è come se lo scoraggiamento diventasse meno meccanico, meno cieco, *meno nemico:* infatti, grazie all'attenzione sollecita abbiamo stabilito una relazione con lo scoraggiamento. E relazione significa meno dualismo, meno separazione, più unità. E' stato detto in proposito: « Non bisogna mai scappare via dal diavolo o cercare di buttarlo fuori; e tanto più forte è il diavolo, tanto più abbondante il bene che ne può emergere. Perché il diavolo sono io. La sua forza è un buon indice del mio potere di bene. Io lo guardo, ma solo guardo, senza desiderio, odio o paura... Questo guardare sia *costante e minuto*... Ma il mio guardare non deve tenere l'oggetto a distanza. *Lo sguardo freddo non guarisce, anzi, sparge sale nella ferita*... Questo significa che accanto alla percezione analitica ci deve essere *un abbraccio caldo e intimo* di questo diavolo-io. Rimanendo vulnerabile, senza offrire resistenza, lascio che la mia psiche lo assorba pienamente mentre esso entra nel mio essere... Altrimenti rimango *spaccato, diviso*... con un *osservatore separato* che guarda il diavolo » (7). E ancora il medesimo autore: « La mia prima reazione davanti a uno stato spiacevole o negativo è quella di sbarazzarmene. Posso tentare di dimenticare o di ignorare, di sopprimerlo o di fuggirlo; per disperazione posso anche tentare di distruggerne la causa. Tutto ciò è futile, perché la violenza e l'odio non possono mai essere curate dalla violenza e dall'odio. Invece, debbo essere pienamente osservante e spassionato e *assorbirlo con delicatezza* nella mia psiche così da consentire che il mio male si trasformi in compassione e in comprensione. Ciò che è doloroso e ciò che è brutto è *l'occasione mandata dal cielo per esercitare la consapevolezza* e sviluppare il suo potere terapeutico al massimo grado possibile. Perciò *io non debbo essere preoccupato anzitutto di sbarazzarmi dello stato spiacevole* o negativo. Ma debbo essere il più possibile attento ad esso ed imparare tutto ciò che può insegnarmi: questo è il discepolato » (8).

4. Questi passi molto lucidi sull'amicizia per la mente ci consentono alcune ulteriori precisazioni. La prima si può formulare così: se non si è ben guidati, la consapevolezza può essere usata per aumentare lo stato di separazione e di paura invece che per alimentare un atteggiamento caldo e unitivo. Infatti se noi stiamo attenti allo scopo di controllare, per tenere tutto sotto controllo, noi abbiamo semplicemente messo l'attenzione al servizio della paura. Tutto questo va in direzione *esattamente opposta* rispetto alla qualità guaritiva della meditazione e fa pensare a quella celebre metafora classica secondo la quale il Dharma è come un serpente: se non lo sappiamo prendere nel modo giusto ci morde. Per questo motivo mi sembra di importanza vitale insistere sull'amicizia, sullo spirito di sollecitudine affettuosa come tratti fondamentali della consapevolezza meditativa. Fondamentali, perché senza questa amichevolezza interna nessuna reale purificazione può avere luogo. Purificazione piccola o grande, iniziale o avanzata, dai veleni dell'attaccamento, avversione e confusione. Quando noi cominciamo a capire la necessità vitale di esercitare la consapevolezza per accrescere la vita è segno che siamo un poco più liberi dal veleno della confusione. Grazie a ciò e grazie dunque alla consapevolezza, ci è dato di prender contatto con gli altri due veleni, l'attaccamento e l'avversione e percepiamo una cosa che prima percepivamo poco o nulla, ossia *quanta sofferenza* è generata da attaccamento, avversione e confusione. Questa comprensione, questo *insight* è la condizione primaria perché l'opera di purificazione si sviluppi in profondità: infatti ora che *sappiamo* che viviamo procurandoci abitualmente sofferenza, lo sguardo della consapevolezza sulla nostra mente non può non tingersi di sollecitudine, di amicizia, di desiderio di stare vicini, di sorreggere e di accudire. Ed è qui, da questa specifica qualità di amichevolezza non giudicante — lo sottolineamo ancora una volta — che risiede il fattore depurante per eccellenza. Per la semplice ragione che *qualsiasi altro atteggiamento diverso da questo non potrebbe che rinforzare l'attaccamento-avversione.* Non sarebbe cioè che una nuova versione, più insidiosa, proprio di ciò di cui vogliamo liberarci. Così, p. es., se pratico con il desiderio di tenere tutto sotto controllo non farò che alimentare la paura dell'ignoto e,

insieme, l'attaccamento a una certa immagine di me. Oppure se pratico con l'aspirazione (inconfessata e sicché ancora più potente) a diventare pressoché invulnerabile, immaginando che ciò voglia dire equanimità, io, in effetto, sono terrorizzato dalla sofferenza e aumento la sofferenza. In realtà l'equanimità che abbiamo menzionato prima come effetto e causa di purificazione è intrinsecamente fondata sull'amicizia per la mente. Perché, appunto, equanimità non significa né infrangibilità, né insensibilità bensì *capacità, spaziosità* interna. Una capienza interna, dove la continua consapevolezza amichevole riduce progressivamente i veleni che causano sofferenza, rendendoli più innocui. E' importante capire che *al cuore dell'equanimità c'è calore,* c'è lo sguardo benevolente e amico. E se non c'è questa amicizia, questa non-violenza, non c'è vera equanimità, non c'è possibilità di *non accumulare più* attaccamento avversione confusione.

Un'altra precisazione riguarda il rapporto con gli altri. Abbiamo parlato di amicizia per la *propria* mente: ma gli altri che fine fanno? La risposta è semplice, dato che gli altri arrivano a noi attraverso la nostra mente. Perciò il rapporto con gli altri sarà esattamente conforme al nostro rapporto con la mente: se c'è amichevolezza interna ci sarà amichevolezza esterna. Ma se non c'è amicizia per la nostra mente, amicizia che è la radice della purificazione e dell'equanimità, non potrà esserci una capacità amichevole nell'interpersonalità. E anzi il rapporto con gli altri sarà fonte di continua sofferenza: se non accogliamo, infatti, con paziente e vigile cordialità *tutte* le incessanti ondate emotive di gratificazione e di frustrazione che percorrono la nostra mente in virtù del contatto con gli altri, noi saremo soffocati dalle nostre reazioni, cercheremo vari modi di difesa e di sopravvivenza e, in ultima analisi, *non entreremo veramente in relazione con gli altri.* Sicché lo scotto per il fatto di non essere in relazione con la propria mente è enorme, *è perdere gli altri.* Ma se c'è invece amicizia per la nostra mente, che è fittamente popolata dagli altri, ci sarà, finalmente, l'incontro reale con gli altri. Inoltre se noi ci volessimo curare del mondo e degli altri trascurando la coltivazione della nostra mente, ossia trascurando proprio ciò attraverso cui li vediamo, li sentiamo, li giudichiamo, noi in realtà *non* ci cureremo degli altri. E senza pensare che se non ho intimità con la mia mente non potrò capire la mente degli altri che voglio aiutare. Schumacher filosofo ed economista, dice: « E' un grave errore accusare la persona che persegue la conoscenza di sé di voltare le spalle alla società. Sembrerebbe essere più vero l'opposto, e cioè che colui che non si adopera per conseguire l'autoconoscenza è e rimane un pericolo per la società perché egli tenderà a fraintendere tutto quello che gli altri fanno e dicono e inoltre a rimanere beatamente inconsapevole del significato di molte cose che fa » (9). E se Schumacher ha parlato ai giorni nostri, il Buddha parlando della pratica della consapevolezza meditativa ha detto: « Io proteggerò me stesso. Così dovrebbero essere praticati i fondamenti della consapevolezza. Io proteggerò gli altri. Così dovrebbero essere praticati i fondamenti della consapevolezza. Proteggendo se stessi si proteggono gli altri, proteggendo gli altri si protegge se stessi » (10).

5. Dunque purificazione significa soprattutto amicizia interna poiché solo una virtù positiva così forte sembra in grado di disinnescare la violenza e la stupidità che ci abitano; solo la coltivazione di questa virtù sembra capace di portarci a un benefico svuotamento da ciò che ci opprime e causa sofferenza. Di modo che, tolta la violenza dell'attaccamento e dell'avversione e tolta la stupidità o confusione possano affiorare la solidarietà e la saggezza. Ma questo processo non sempre è chiaro, sia per una certa predilezione per la terminologia negativa da parte del buddhismo classico, sia a causa di una tendenza contemporanea a vedere il progresso interiore esclusivamente in modi psicologici. Può essere perciò utile concludere queste note con un confronto fra spiritualità buddhista e spiritualità cristiana; confronto che sembra additare con chiarezza la dimensione transpersonale verso cui è volta l'opera di purificazione. Ricordiamo quel discorso del Buddha, certo fondamentale, dove si afferma che così come i sensi sono la base (o luogo,

o rifugio) della mente, così la mente è la base della consapevolezza (*sati*) e così la consapevolezza è la base della liberazione (11). Perciò, allorché ci diamo da fare per coltivare questa « cosa » tanto ovvia e tanto misteriosa che è la consapevolezza, ossia la capacità di guardare la mente amichevolmente (perché se non c'è amichevolezza non sveleniamo la mente), noi ci stiamo occupando di qualcosa di più grande di ciò che appare a prima vista. Perché, da quello che dice il Buddha sembrerebbe che la *sati* o consapevolezza, cioè la facoltà più a portata di mano e più comune, abbia la facoltà di maturare all'infinito.

Ora se guardiamo alla tradizione contemplativa cristiana troviamo, secondo una terminologia variabile, la tripartizione tra corpo, anima (psiche) e spirito, quest'ultimo identificato ora nel centro dell'anima secondo alcuni mistici, ora nella punta dell'anima secondo altri, ora infine nel fondo dell'anima secondo altri ancora. L'incontro con Dio si reputa aver luogo nel centro o punta o fondo dell'anima ossia, per usare il termine comune, nello spirito o parte divina dell'anima (12). L'analogia col buddhismo, al di là di una terminologia e di uno sfondo dottrinario diversi, sembra evidente. Così come l'anima o mente-cuore è la base dello spirito, così lo spirito è il luogo di Dio, la scintilla divina, l'intersezione tra finito e infinito; allo stesso modo nel buddhismo la *sati* o consapevolezza che è basata sulla mente è, a sua volta, base per la liberazione-*nirvana*.

---

(1) *Dhammapada* 186.

(2) Cf. p. es. K. TANAHASHI (ed.), *Moon in a Dewdrop*, San Francisco 1985, p. 12 e *passim* e F.D. COOK, *How to raise an ox*, Los Angeles 1978, p. 43.

(3) Cf. la tradizione tibetana, *sans rgyas* del nome Buddha, ove *sans* è il verbo che designa purificazione.

(4) Tra le trattazioni recenti, molto buona quella di BHIKKU BODHI, *The Eightfold Noble Path*, Kandy, Buddhist Pubblication Society, 1984.

(5) Si può vedere dello scrivente *Equanimità e retta intenzione* in PARAMITA 18 (1986), pp. 19-25.

(6) BUDDHADASA, *Another Kind of Birth*, Phattalung, Thailandia, 1969, p. 12.

(7) P.D. MEHTA, *The Heart of Religion*, Boulder, 1976, p. 299; trad. e corsivi nostri.

(8) Ivi, p. 303.

(9) E. SCHUMACHER, *A Guide for the Perplexed*, New York, 1977.

(10) *Samyutta-Nikaya* 47, 19.

(11) Ivi, 48, 5, 2.

(12) Cf. *Dictionnaire de Spiritualité*, Paris, Beauchesne, s.v. *âme*, vol. I, cl. 433 sg.; anche cf. riferimento ad « anima » in *Un itinerario di contemplazione*, Paoline 1986, pp. 454-55; per considerazioni attuali, utile Y. RAGUIN, *Maestro e discepolo*, Bologna, Dehoniane, 1987, pp. 10 e 59.

ERRATA CORRIGE: *le prime due righe dello scritto « La Luna » di Dogen Zenji (a pag. 30 di PARAMITA 23) sono state sottratte dall'intraprendenza di un tipografo all'articolo di Corrado Pensa pubblicato nello stesso quaderno a p. 36, di cui costituivano l'inizio. Preghiamo i lettori di restituirle al legittimo autore.*

In ricordo di Trungpa

A ricordo di Chogyam Trungpa, morto ad Halifax (USA) lo scorso aprile (era nato nel '40 in Tibet e, dopo l'invasione cinese, si stabilì in India, poi in Scozia e, dal 1970, negli Stati Uniti) pubblichiamo una delle sue poesie, scritta nel 1969, in risposta alle polemiche suscitate dalla sua decisione di lasciare l'abito monacale e di prendere moglie. Autore di molti libri che hanno largamente contribuito alla inculturazione del buddhismo in Occidente (ricordiamo, tradotti in italiano: *Al di là del materialismo spirituale, L'alba del Tantra, Viaggio senza meta,* tutti editi da Ubaldini), fu per 15 anni instancabile e talora discusso animatore di integrazioni tra buddhismo e cultura occidentale, soprattutto con l'avanguardia artistica americana, al Naropa Institute di Boulder (Colorado), da lui fondato e diretto.

« Arrivederci ». « Benvenuto ». « Piacere di conoscervi ». « Come va? ».
Tutto questo ho sentito
che echeggiava nelle grotte degli incontri in società
e l'eco andava e andava
fino a morire nelle profondità montane.
Impotente a riflettere.
Ma, o mondo, o Universo,
il mio viaggio verso il continente, oltre il mare
non chiede diritti d'autore.
Perché non è stato condotto allo stesso modo.
E' il fresco incontro di un uomo vivente.
E' il pellegrinaggio,
la grande odissea di cui non ho paura,
poiché non ho esitato a fluire con la corrente del fiume.
E' con spirito benevolo e saggio che scrivo questa poesia.
Sono libero una volta e per tutte,
in mezzo agli amici che irradiano amore.
Amore per voi tutti.

(trad. dall'inglese di M.A. Falà)

Attualità della meditazione buddhista tradizionale

(intervista a Saya U Chit Tin)

Pubblichiamo la prima parte dell'intervista fatta a Saya U Chit Tin (maestro birmano di vipassana*) dal nostro collaboratore Flavio Pelliconi.*

Che tipo di mediazione insegnate?

Noi insegniamo la meditazione buddhista *theravada.* Dico « noi » perché insegno insieme a mia moglie, che i nostri allievi conoscono come Madre Sayama.

Chi fu il vostro maestro?

Nostro maestro fu un laico di nome U Ba Khin, che era Presidente della Corte dei Conti di Birmania quando il nostro Paese riottenne l'indipendenza dagli inglesi nel giugno 1948. U Ba Khin era un uomo straordinario: riuscì non solo a ricoprire brillantemente la sua carica, che implicava grande responsabilità, ma anche a dedicare attenzione alla famiglia e a insegnare meditazione. In un certo periodo fu addirittura in grado di ricoprire a tempo pieno e contemporaneamente quattro incarichi di capodipartimento. Poche persone riuscirebbero a fare altrettanto, anche se i meditanti si accorgono che, grazie alla pratica, riescono a migliorare sensibilmente le loro capacità.

Come siete giunti a insegnare la meditazione?

Mia moglie ed io abbiamo goduto del grande privilegio di stare molto vicini a Sayagyi U Ba Khin all'International Meditation Center di Rangoon, in Birmania. Egli era il mio capo alla Corte dei Conti, dove lavoravo come contabile, quando incominciò a insegnare Vipassana in ufficio, nel 1951. Ebbi così la fortuna di imparare questa pratica sotto la sua guida. C'erano anche molti altri a meditare con lui. Con alcuni di loro, nello stesso anno, egli fondò la *Vipassana Association* che esiste ancor oggi e che allora constava di dieci membri. Io ero uno dei dieci. Nel 1952 quest'associazione fondò a Rangoon l'*International Meditation Center,* dove s'incominciò a tenere ogni mese un corso di meditazione di dieci giorni.

Mia moglie ed io collaborammo con Sayagyi durante i corsi, in particolar modo mia moglie che, al contrario di noi, era libera da impegni di lavoro. Era in grado di assistere Sayagyi, sostituendolo quando andava a lavorare in ufficio. Gli studenti birmani apprezzarono la sua opera al punto di chiamarla Madre Maestra (*Sayama,* in birmano). Gli studenti occidentali, poi, hanno continuato a rivolgersi a lei con questo appellativo.

Dopo la scomparsa di Sayagyi, avvenuta nel gennaio del 1971, abbiamo continuato a insegnare al Centro di Rangoon, insieme cogli altri membri della *Vipassana Research Association,* l'associazione che ha la responsabilità del Centro e dell'insegnamento.

Come mai siete venuti in Occidente?

Quando Sayagyi U Ba Khin insegnava al Centro di Rangoon, venivano molte persone da tutte le parti del mondo per seguire i suoi corsi di meditazione. Gli stranieri continuarono a venire a Rangoon anche dopo la sua morte, per meditare sotto la nostra guida. Ma, mentre ai tempi del nostro maestro si vedevano soprattutto persone di mezz'età, gli ultimi arrivati erano per lo più giovani occidentali.

Soggiornavano al Centro da tre a sei volte l'anno: si fermavano a Rangoon sette giorni alla volta e poi andavano avanti e indietro da Bangkok, in Thailandia, perché a quei tempi si poteva ottenere solo il visto turistico di sette giorni. Sembrava che facessero a chi meditava di più, spendendo tutto quel che guadagnavano per venire ogni anno al Centro. Furono loro che infine chiesero a Madre Sayama e a me di venir via dalla Birmania per insegnare. « Possiamo provvedere a voi agevolmente — ci dissero — e farci carico delle spese per il vostro mantenimento e per l'organizzazione dei corsi. Così potremo meditare di più e nello stesso tempo risparmiare un po' di soldi ». Erano molto desiderosi di mettere il massimo impegno nella pratica della meditazione.

Così, nell'ottobre del 1978, dopo aver insegnato all'IMC di Rangoon per otto anni dopo la morte di Sayagyi, venimmo in Occidente. Venendo qui, ottenni un impiego adatto per provvedere correttamente al mio sostentamento. Oggi risiediamo al centro di meditazione d'Inghilterra, pur viaggiando in molti altri Paesi per tenervi corsi. Abbiamo dedicato le nostre vite alla trasmissione degli insegnamenti del Buddha (il *Dhamma* di Buddha), ed è una soddisfazione per noi vedere così tante persone, in tutto il mondo, trarre vantaggio da questi insegnamenti. Sayagyi U Ba Khin comprese quanto fosse importante il *Dhamma* di Buddha nel mondo moderno, ed era suo desiderio che la tecnica da lui insegnata, dimostratasi così efficace per le persone comuni, rimanesse disponibile per tutti coloro che sono sinceramente interessati.

Come sorse l'International Meditation Center d'Inghilterra?

Dopo aver lasciato la Birmania nel 1978, gli studenti ci organizzarono i corsi di meditazione di dieci giorni in posti come il Buddhist Center di Oxford. Sebbene questo posto fosse molto adatto, non lo erano altrettanto altri luoghi che furono scelti per tenervi i vari corsi estivi. Così, quando il *Sayagyi U Ba Khin Memorial Trust* (ente morale, registrato in Gran Bretagna nel Charities Act del 1960), acquistò un terreno con una casa di campagna del XVIII secolo conosciuta come « Splatts House », nel 1979, venne fondato l'International Meditation Center. Esso si trova ai margini di un tranquillo villaggio del Wiltshire, ed è diventato un centro per persone di tutto il mondo alla ricerca dell'illuminazione, del risveglio, ossia della pace interiore *nibbanica*.

Il centro si propone di promuovere la pratica della vera meditazione buddhista in accordo con gli insegnamenti del Buddha. Esso opera sotto la nostra direzione, con l'assistenza di un certo numero di maestri locali, nostri allievi.

Ci sono anche numerosi volontari che vengono da ogni parte del mondo per meditare e per servire tra un corso e l'altro, sbrigando ogni sorta di lavori al centro: dalla cucina al giardinaggio, dalla verniciatura al coordinamento e ai lavori d'ufficio. Noi maestri abitiamo al centro e la nostra attività si svolge con corsi residenziali di dieci giorni che cominciano ogni primo e terzo venerdì del mese.

Gli allievi e i maestri regionali provengono da ogni classe sociale, professione, religione, razza, nazione e cultura. Quando noi siamo all'estero, un maestro regionale volontario conduce i corsi in nostra vece. In questo modo il nostro centro può offrire due corsi di meditazione al mese.

L'insegnamento è gratuito, ma si chiede agli studenti di contribuire con 75 sterline complessive per il vitto e l'alloggio dei dieci giorni. Viene servito un sano e gustoso cibo vegetariano in abbondante quantità, e si cerca di accontentare, nei limiti del possibile, anche coloro che seguono una dieta su prescrizione medica. Il centro d'Inghilterra è una filiale diretta del centro di Rangoon.

Che cosa comporta la meditazione theravada?

La meditazione buddhista *theravada* è la pratica del Nobile Ottuplice Sentiero, così come lo insegnò il Buddha Gotama più di 25 secoli fa col suo primissimo discorso, il *Dhamma-cakka-pavattana-sutta,* ossia la messa in moto della ruota del *Dhamma.* L'Ottuplice Sentiero si può suddividere in tre parti: 1) esercizio della moralità (*sila*), 2) esercizio della concentrazione (*samadhi*), e 3) esercizio della saggezza (*panna*).

La *moralità* è il denominatore comune di tutte le religioni. Al Centro tutti osservano i Cinque Precetti (*panca-sila*), cui si attengono anche gli studenti per dieci giorni durante i corsi. Questi cinque precetti morali sono la base per ogni vero buddhista. Essi comprendono l'astensione dalle cinque principali azioni sbagliate. Ci asteniamo dall'uccidere, dal rubare, dall'adulterio (al Centro e durante i corsi si osserva la castità totale), dal mentire e dall'uso di droghe e alcolici. Con la pratica diligente della moralità si purifica la condotta fisica e verbale. Senza questa base non può esserci buona concentrazione. Chi vive una vita morale si rende conto di essere meno distratto da sensi di colpa o dalla preoccupazione che le sue mancanze vengano scoperte. Vivendo moralmente si ottiene la capacità di lavorare bene per il controllo della mente.

Concentrazione: dopo aver cominciato mettendo le basi nella buona condotta, si insegna come concentrarsi. La tecnica usata è la meditazione *anapana,* la consapevolezza del respiro. Imparando, nei primi quattro giorni a calmare e a controllare la mente, lo studente potrà presto apprezzare i benefici derivanti da una mente stabile ed equilibrata. Se la concentrazione non è buona, non si può praticare l'introspezione per giungere alla saggezza (*panna*).

La terza parte dell'insegnamento concerne lo sviluppo della saggezza introspettiva tramite la pratica della meditazione *vipassana,* in cui ci si applica nei giorni restanti, fino al decimo. La mente, quand'è concentrata, può essere usata dal meditante per acquistare saggezza. *Vipassana* è un processo che mette lo studente in condizioni di sviluppare concentrazione e consapevolezza e, tramite l'esperienza personale, di ampliare la propria comprensione delle verità dell'impermanenza (*anicca*), della sofferenza (*dukkha*), e dell'impersonalità (*anatta*). Con la pratica diligente, il graduale processo di purificazione mentale conduce all'estinzione della sofferenza e al pieno risveglio, al *nibbana.* Questo è in breve quel che implica la meditazione buddhista.

Soprattutto mettiamo l'accento sull'esperienza diretta che ognuno può fare tramite la tecnica insegnata. Grazie al Nobile Silenzio, ossia evitando di parlare tra studenti, si crea l'atmosfera adatta per lavorare come si deve, mentre i discorsi dei maestri il mattino presto e la sera chiariscono la pratica. Inoltre, vi sono colloqui quotidiani coi maestri per ulteriori istruzioni e l'aggiustamento individuale della tecnica.

Quali benefici derivano dalla pratica di questa meditazione?

Mia moglie ed io seguiamo da oltre trent'anni questa tradizione, e la nostra pluridecennale esperienza nell'insegnamento di questa meditazione, tanto in Birmania quanto altrove, ci ha dimostrato che la vera meditazione buddhista può arrecare innumerevoli benefici. Per spiegare quali siano questi benefici, preferirei citare uno scritto del nostro maestro Sayagyi U Ba Khin, intitolato *The real values of true Buddhist Meditation* (pubblicato dal Sayagyi U Ba Khin Memorial Trust, U.K., Dhamma Text Series 1). Egli scrisse:

« I frutti della meditazione sono innumerevoli. Li troviamo elencati nel discorso sui vantaggi della vita del samana, *il* Samannaphala Sutta. *Il vero scopo del* samana, *ossia del monaco, è quello di seguire con scrupolo e diligenza il Nobile Ottuplice Sentiero, non soltanto per godere i frutti* (phala) *di* sotapatti, sakadagami, anagami *e* arahatta *(rispettivamente, il primo, il secondo, il terzo e il quarto stadio d'illuminazione), ma anche per acquisire tante facoltà diverse. Una persona qualunque che intraprenda la meditazione per fare un'esperienza di prima mano della realtà ultima, dovrà lavorare nello stesso modo e, se ha un buon potenziale, anch'egli potrà condividere il beneficio di questi frutti e facoltà. (...) Con la purificazione e lo sviluppo della mente, sostenuti da una chiara visione della realtà ultima della natura, si può arrivare a fare una gran quantità di cose, nel modo giusto, a beneficio del genere umano. (...) Vi sono, perciò, sicuramente molti vantaggi che può trarre una persona che si sottoponga con buon esito a un corso per apprendere la meditazione, sia essa un religioso, un funzionario, un politico, un uomo d'affari, o uno studente.*

« Il mio caso può servire come esempio. Parlo di me stesso, in verità, solo per il de-

siderio di illustrare i benefici concreti che può trarre una persona che pratichi la meditazione buddhista, e non con altri fini. I fatti sono fatti e, pertanto, non si possono negare.

« Intrapresi seriamente la pratica della meditazione buddhista nel gennaio del 1937 La mia biografia riportata nel Who's who *della* Guardian Magazine *del dicembre 1961 elenca gli incarichi e i posti di responsabilità che ho ricoperto di volta in volta. Andato in pensione all'età di 55 anni il 26 marzo 1953, sono tuttavia rimasto in servizio fino ad ora* (questo scritto risale al 1961; egli si ritirò definitivamente nell'agosto del 1967, a causa dell'età avanzata e del cattivo stato di salute. N.d.r.) *con le mansioni più disparate, occupando per lo più due o più posti equivalenti a quello di capo-dipartimento nello stesso tempo. In un certo periodo occupai contemporaneamente tre posti differenti a livello di capo-dipartimento per circa tre anni e, in un'altra occasione, addirittura quattro posti del genere simultaneamente per circa un anno.*

« In aggiunta a ciò ebbi anche un certo numero di altri incarichi speciali come quello di membro di comitati permanenti nel dipartimento del primo ministro e della Pianificazione Nazionale o come presidente o membro di comitati ad hoc...

« Il risultato di tutto questo lavoro dimostra chiaramente quale riserva di calma e *di* energia *si possa creare con la meditazione buddhista, allo scopo di edificare il benessere della società ».*

Ma si può praticare la meditazione buddhista senza porsi come meta il Nibbana?

Sayagyi U Ba Khin insegnò la meditazione a persone che professavano i credi più diversi. Egli non pretese mai che una persona rinunciasse al proprio credo. E anche il Buddha istruiva la gente a seconda delle capacità e possibilità di apprendere di ciascuno: egli adattava sempre i propri discorsi agli ascoltatori.

Alcuni dei nostri allievi intraprendono il loro primo corso di meditazione con strane idee esotiche sulla pratica: si aspettano visioni mistiche o esperienze emotive fuor del comune. Ma poi si rendono conto che la tecnica è molto terra-terra e semplice e che le esperienze straordinarie non sono l'obiettivo della pratica, ma soltanto distrazioni.

Sayagyi U Ba Khin evidenziò il fatto che mentre indù, musulmani e cristiani coltivano pratiche finalizzate alla percezione della *luce divina,* questa è considerata dal buddhismo solo un segno di concentrazione mentale. Molte persone ritengono sia molto difficile giungere a tanto, ma Sayagyi scrisse: *« I nostri esperimenti, comunque, dimostrano che con la guida appropriata chiunque può pervenire alla pace interiore e alla percezione della luce, non importa quale sia il suo credo o la sua religione. Tutto quel che ci vuole è sincerità e disponibilità a seguire le istruzioni del maestro durante il periodo del corso ».*

Desidero citare, a questo punto, due lettere scritte da discepoli non buddhisti di Sayagyi:

A. N. David, Delegato alla Corte dei Conti, esponente di rilievo della comunità cristiana, scrisse così a Sayagyi il 24-9-1954:

« La pace che il mondo oggi ricerca potrebbe essere raggiunta in modo stabile se ogni uomo, donna o bambino cercasse e trovasse in sé stesso la pace del cuore. Questo sarebbe un vero contributo alla pace nel mondo. La dedizione con la quale mi avete insegnato il vostro metodo per conseguire purezza mentale e pace interiore, metodo che non interferisce colla mia fede, *mi ha messo in condizione di comprendere anche:*

1) la verità della sempiterna mutevolezza dell'esistenza;

2) come ottenere con la meditazione pace interiore giorno per giorno, ogniqualvolta mi contamino con le forze negative di questo mondo.

Per questi benefici che non hanno prezzo, che sono più preziosi dell'oro, e per la vostra guida, sono molto in debito con voi ».

A. Muthia, delegato alla Corte dei Conti di Birmania, notabile della comunità induista, così scrisse il 30 maggio 1949 in una lettera indirizzata a Sayagyi:

« Vergo queste poche righe con molta gratitudine per avermi fatto vedere la "Luce Divina", con la vostra guida nella vita spi-

rituale. Devo confessare, alla fin fine, che nonostante tutte le mie pretese di conoscere la materia spirituale, anche se non in modo approfondito, non sapevo che si potesse vedere la luce proprio davanti agli occhi, com'è accaduto a me grazie ai vostri poteri spirituali. Io sapevo solo una cosa, ossia che quando la conoscenza spirituale viene tradotta in pratica, gli uomini possono vedere la "Luce Divina" con l'occhio della mente. Ma tutto questo era per me solo teoria, e nessuno mi aveva ancora detto che questa luce si vede davvero e che può anche essere mostrata ad altri.

« Dovunque io sia andato, da Haridwar, nell'Himalaya, che visitai nell'ottobre del 1942, all'estremo sud dell'India, a Capo Comorin, che visitai in pellegrinaggio nel 1949, ho udito solo prediche religiose, dissertazioni teologiche e speculazioni metafisiche, ma mai una parola a proposito del mostrare la "Luce Divina" (...).

« Prima di rivolgermi a voi per ricevere l'illuminazione (egli qui intende la percezione della luce. N.d.r.) *mi ero domandato più volte se la meritassi davvero e se sarei mai riuscito a ottenerla. Ma mi rincuorai quando appresi da voi che avevate avuto successo con molti discepoli, tra i quali alcuni uomini spiritualmente meno evoluti di me. Pertanto mi feci coraggio, mi rivolsi a voi e mi fu mostrata la luce (...).*

« Mi sia concesso di concludere affermando che voi rendete un servizio molto utile all'umanità nel suo insieme, che contrasta vivamente con la tendenza del resto del genere umano sempre incline al materialismo e all'egocentrismo ».

(continua)

I nostri benemeriti e sostenitori

(secondo elenco)

Agli abbonati benemeriti e sostenitori, di cui abbiamo pubblicato l'elenco su PARAMITA 22, si sono aggiunti negli ultimi mesi i seguenti:

BENEMERITI: Marco Barreira di Cagliari, Laura Drighi di Firenze, Lorenzo Giovannini di Roma, Giovanna Pescetti di Barberino Val D'Elsa, Arcangela Santoro di Roma, Alessandro Scornajenghi di Cosenza, Gigi Zocco di Torino.

SOSTENITORI: Riccardo Asquini di Novara, Isabella Cidonio di Roma, Michel Combet di Ispra, Seigo Coquoz di Verona, Dario Farinati di Rovereto, Massimo Galati di Savona, Fiorenzo Gitti di Brescia, Alberto Laurenza di Milano, Oslavia Milano di Domodossola, Riccardo Moraglia di Sassari, Maria Rosa Ricciuti di Torino, Angelo Tolu di Villaguardia, Loretta Zanobbi di Viterbo.

« Scopo e risultato della meditazione non è una conoscenza nel senso della spiritualità occidentale, ma uno spostamento della condizione della coscienza; una tecnica che ha per fine supremo una pura armonia, una collaborazione simultanea e paritetica del pensiero logico e del pensiero intuitivo ».

HERMANN HESSE

L'ideale del Bodhisattva

di H. Saddhatissa

Pubblichiamo una parte della conferenza tenuta a Roma il 27 marzo 1986 dal ven. Hammalawa Saddhatissa per la Fondazione Maitreya.

Tutti quanti al mondo aspirano a una felicità perenne e inalterabile. Questa felicità è per il Buddhismo lo scopo della vita, è il Nibbana, termine meglio noto nella forma sanscrita di Nirvana. Il Buddha ha detto: « Il Nirvana è la felicità suprema ». E, dunque, il fine supremo del buddhista è conseguirlo. Occorre realizzarlo dentro se stessi e da soli. Ci sono tre vie per realizzare il Nirvana: 1) conseguire la *Sravakabodhi,* ossia lo stato di arhat; 2) conseguire la *Pratyekabodhi,* o 3) conseguire la *Samyaksambodhi.*

Per *Sravakabodhi* si intende l'illuminazions propria dell'Arhat che ha raggiunto il Nirvana percorrendo il sentiero additatogli da un Buddha auto-illuminato (*Sammasambuddha*). Per questo motivo tale illuminazione è conosciuta come l'illuminazione del discepolo (*sravaka*). Si suppone che, una volta che gli *sravaka* abbiano compreso la verità, seguano l'esempio del Buddha e predichino il Dharma a beneficio degli altri. Il Buddha esortò i suoi discepoli ad andare per il mondo predicando il Dharma per il benessere e la felicità degli uomini. Seguendo l'esortazione del Buddha, gli arhat e i loro discepoli — gli anziani (*sthavira*) — hanno insegnato e predicato la sublime dottrina per il bene e la liberazione dell'umanità fin dai tempi del Buddha. Il Buddha ha detto: « Che uno si radichi prima in ciò che è giusto, poi istruisca gli altri. Un simile saggio non sarà mai macchiato ». « Egli dovrebbe agire secondo quanto insegna agli altri. Dovrebbe dirigere gli altri essendo perfettamente in grado di dirigere se stesso; perché difficile è, in verità, dirigere se stessi ». « Per amore degli altri, per quanto grande, non si trascuri se stessi ». Gli anziani, che preferirono predicare, scelsero di studiare il Dharma (*ganthadhura*), mentre quelli che optarono per la vita contemplativa si ritirarono nella foresta per condurvi una vita esemplare. La predicazione e la guida di questi anziani è stata ed è tuttora di enorme beneficio. E' dunque evidente che l'ordine monastico dei Theravadin non è affatto inattivo e indolente. Lo stato di arhat si raggiunge soltanto sradicando ogni forma di egoismo. L'egoismo, ossia il credere nella propria personalità, è uno dei dieci vincoli di cui ci si deve liberare per conseguire lo stato di arhat, e il nobile ideale di quel conseguimento è assolutamente scevro da egoismo. Innumerevoli uomini e donne, pieni di saggezza, trassero vantaggio dalla preziosa opportunità offerta dal Buddha e da altri individui santi e raggiunsero l'illuminazione nel corso di una sola vita.

La *Pratyekabodhi,* la seconda via di realizzazione del nirvana, è l'illuminazione autonoma di un essere altamente evoluto che raggiunge la sua meta grazie ai propri sforzi, senza la guida di un istruttore illuminato. Egli raggiunge la perfetta visione, ma scompare senza proclamare al mondo la verità. Sebbene consegua l'illuminazione per se stesso, non possiede il dono di illuminare gli altri. Tuttavia l'umanità può trarre vantaggio dall'ispirazione rappresentata da questo supremo esempio di rinuncia e di vita virtuosa.

Per *Samyaksambodhi* — la terza via — s'intende la suprema illuminazione propria di un Buddha, ossia di un individuo perfettamente illuminato. Diversamente dal Pratyeka Buddha, quest'ultimo possiede il dono di illuminare gli altri. Chi consegue tale illuminazione viene chiamato *Samyaksambuddha* (in pali *Sammasambuddha*) letteral-

mente: perfetto auto-illuminato. Un unico Buddha supremo si manifesta in un determinato periodo, proprio come su certe piante fiorisce un unico fiore. Chi aspira al conseguimento della *Samyaksambodhi* prende il nome di Bodhisattva. *Bodhi* significa saggezza o « Illuminazione »; *sattva* significa essere razionale. Un *Bodhisattva,* quindi, è un individuo che dedica tutti i suoi sforzi alla illuminazione.

Tre sono i veicoli o vie (*yana*) che conducono alla meta. La terza di queste era nota anticamente come la via del Bodhisattva (*bodhisattva-yana*), e più tardi prese il nome di via maggiore (*mahayana*). Questo perché il Bodhisattva mirava alla suprema illuminazione a vantaggio di tutti gli esseri. Chi era interessato solo alla propria liberazione dalla sofferenza fu visto come un seguace della via minore o *hinayana.* Sebbene esista uno *yana* dei *Pratyekabuddha,* questi ultimi non necessitano in senso stretto di un "veicolo", ai fini del loro *iter* solitario e della loro illuminazione. Un Bodhisattva si sforza di diventare un Buddha conseguendo la perfetta *bodhi,* laddove l'Arhat si contenta semplicemente di raggiungere il nirvana.

Il Bodhisattva predica la pratica delle perfezioni (*paramita*). Egli ha preso il grande voto: « Non entrerò nel *nirvana* definitivo prima che tutti gli esseri non siano stati liberati ». Il *Mahayana* ha predicato l'ideale della Buddhità Compassionevole per tutti. Il *Saddharmapundarika sutra* insegna chiaramente questa verità religiosa: « Tutti diventeranno dei Buddha ». Il termine *Bodhisattva* è molto antico e ricorre nei *Nikaya* pali. Gotama Buddha parla di sé come di un *Bodhisattva* riferendosi al periodo precedente la sua Illuminazione. Al termine *Bodhisattva* fa poi ricorso anche in riferimento alle sue vite precedenti, come nei racconti dei *Jataka.* In entrambe le scuole del buddhismo — mahayana e hinayana — si attribuisce alla grande saggezza (*mahaprajna*) e alla grande compassione (*mahakaruna*) una pari importanza.

L'iter del *Bodhisattva* comincia con la produzione del pensiero dell'illuminazione (*bodhicitta*). Egli quindi: 1) pensa di diventare un Buddha per la prosperità e la liberazione di tutti gli esseri; 2) a questo fine formula determinati voti; 3) la sua futura grandezza è predetta da un Buddha vivente. Questi tre eventi segnano la evoluzione di un individuo ordinario in *Bodhisattva.* Più tardi i filosofi buddhisti introdussero una sorta di noviziato rappresentato da fede, culto, preghiera, aspirazione e devozione come necessari presupposti che portano al sorgere del *bodhicitta.* Shantideva parla in prima persona dell'ideale del Bodhisattva in questi termini:

« Possa io essere tesoro inesauribile per le misere creature! Possa io eccellere nel servirle con molteplici e svariati strumenti e requisiti!

Io rinuncio al mio corpo, ai miei piaceri e ad ogni merito passato, presente e futuro, così che tutti gli esseri conseguano il bene e raggiungano la prosperità. Quanto a me, io non desidero queste cose.

Ho votato questo corpo alla prosperità di tutte le creature. Che senza sosta mi dileggino o mi lordino di fango; si trastullino col mio corpo e mi deridano e si prendano gioco di me; sì, che mi uccidano pure. Ho donato loro il mio corpo; perché dovrei darmene pensiero?

Possa io essere il protettore del debole. Possa io essere la guida del viandante! ».

« Oggi non si tratta più di convertire i giapponesi al cristianesimo, gli europei al buddhismo o al taoismo. Noi non dobbiamo né vogliamo convertire o essere convertiti, bensì aprirci ed espanderci; riconosciamo la saggezza orientale e quella occidentale non più come potenze antagoniste in conflitto, ma come poli tra i quali corre una feconda vitalità ».

HERMANN HESSE

3. I bodhisattva nell'arte gandharica

di Arcangela Santoro

Nel precedente articolo (PARAMITA, 22) abbiamo esaminato le raffigurazioni gandhariche relative ai quattro grandi miracoli *della vita del Buddha storico. Riprendiamo ora il cammino per considerare una particolare immagine, quella del* bodhisattva, *ampiamente diffusa nell'arte di questo periodo.*

Uno dei significati (1) *di questo termine è* l'essere candidato al Risveglio, *in una delle prossime esistenze (è questo il caso del protagonista dei* jataka*) o nella vita presente. Il Buddha storico prima della conquista della* bodhi *è il* bodhisattva *Siddhartha e come tale è raffigurato in tutti gli episodi anteriori all'assalto di Mara, dal fidanzamento con Yasodhara ai quattro incontri, dalle gare ginniche alla Grande Partenza. Fra le immagini del* bodhisattva *Siddhartha ne proponiamo una (fig. 1) in cui è rappresentata la* prima meditazione. *I testi raccontano che un giorno il futuro Buddha fu condotto dal padre a vedere il lavoro dei campi e fu preso da profonda compassione per la faticosa e dolorosa esistenza di uomini ed animali. Si mise allora a meditare sotto un albero e la tradizione vuole che l'albero mantenne immobile la propria ombra sul capo del principe. Nell'esempio riprodotto l'ambientazione dell'episodio è relegata sulla base del seggio, sul quale è raffigurato Siddhartha, in* padmasana *e* dhyanamudra, *sotto un albero. Il* bodhisattva *indossa un ampio* paridhana, *ha il torace nudo ed un lungo scialle* (uttariya) *drappeggiato e arrotolato intorno al braccio sinistro. Collane, bracciali ai polsi e sulle braccia, pesanti orecchini lo adornano. Sul capo un elaborato turbante, decorato con pietre preziose. L'abbigliamento descritto e la ricca gioielleria sono identici a quelli utilizzati per le immagini di principi o ricchi laici raffigurati in molti bassorilievi gandharici. Tuttavia la riconoscibilità del* bodhisattha *è resa possibile dalla presenza dell'*urna *sulla fronte e dell'alone dietro la testa, per non parlare dell'*asana *e della* mudra.

Fig. 1 - Peshawar, Museo. Da Sahri Bahlol. La prima meditazione del *bodhisattva* Saddhartha (Da Lyons-Ingholt, fig. 284).

Un secondo suggestivo esempio del bodhisattva *Siddhartha è presentato nella figura 2, nella quale è rappresentato Siddhartha digiunante. E' a tutti noto come il futuro Buddha, dopo la Grande Partenza, praticò per sei anni una vita di rigorosa ascesi e meditazione nel tentativo di trovare la via della liberazione: qui è illustrato drammati-*

Fig. 2 - Lahore, Museo. Da Sikri, Siddhartha digiunante (Da Lyons-Ingholt, fig. 52).

camente lo stato fisico in cui Egli si ridusse, il corpo scheletrico, le orbite degli occhi profondamente incavate, i tendini e le vene rilevati e gonfi sotto il velo della pelle. Rispetto alla iconografia della prima meditazione, *spicca l'assenza dei gioielli, che il futuro Buddha aveva consegnato al suo fedele scudiero nel momento in cui cominciò la vita di ricerca. Come già nella prima immagine, la narrazione è relegata sulla base del seggio, ove compaiono sei monaci che venerano un altare del fuoco.*

Siddhartha non è però il solo bodhisattva *raffigurato nell'arte del Gandhara: si può addirittura dire che le immagini sicuramente identificabili con il futuro Buddha* (2) *costituiscono una parte minima delle numerose rappresentazioni di* bodhisattva *gandharici giunte fino a noi. La frequenza di statue isolate di* bodhisattva *è paragonabile solo con quella di immagini del Buddha, e questa ampia diffusione a livello figurativo è prova e testimonianza dell'affermazione nella religiosità buddhista di un orientamento di pensiero nel quale l'ideale del* bodhisattva *occupa un posto di estremo rilievo, vale a dire il Mahayana, noto anche come Bodhisattvayana.*

L'equivalenza « diffusione delle immagini di diversi bodhisattva */ affermazione del Mahayana » può essere considerata sostanzialmente corretta, ma potrebbe generare qualche equivoco: non sarà inopportuno perciò soffermarsi un po' sul problema.*

« E' opinione comune fra gli studiosi del Buddhismo che il concetto o la dottrina del bodhisattva *appartenga alla fase Mahayana del Buddhismo ». Così inizia un recentissimo ed interessante articolo di Y. Krishan* (3) *che si occupa della « origine e sviluppo » della dottrina del* bodhisattva, *offrendo un contributo assai importante alla chiarificazione di questo problema. Assai spesso, infatti, si è detto e si dice che mentre il Theravada ha come suo ideale l'*arhat *(il santo), il Mahayana ha come suo centro ideale e devozionale il* bodhisattva, *aggiungendo poi che il primo si propone un fine personale ed egotico, laddove il secondo è animato da altruismo, sacrificio, amore. Questa schematica e rigida contrapposizione, che ha le proprie radici nell'antica polemica fra le due scuole, era già stata sottoposta a revisione critica da Walpola Rahula* (4), *che, riesaminando i testi del Theravada, aveva individuato più passi in cui viene sottolineata l'importanza che anche questa corrente attribuiva all'ideale del* bodhisattva.

Nell'articolo di Krishan la questione è affrontata nella sua interezza e complessità e qui di seguito saranno indicati solo alcuni dei numerosi aspetti di cui il lavoro si occupa. Essi possono essere sintetizzati dai diversi significati che il termine bodhisattva *assume nei vari testi buddhisti. «* Bodhisattva *significa: a) una persona che è sulla strada del raggiungimento della perfetta conoscenza, cioè un potenziale o futuro Buddha; b) uno che pronuncia il voto di rinunziare al suo* nirvana *personale per la salvezza dell'umanità; c) "uno la cui essenza è la conoscenza perfetta" cioè che come il Buddha è perfettamente illuminato e possiede poteri soprannaturali, anzi divini »* (5).

I primi due significati sono comuni ad entrambe le scuole, e si potrebbe dire che

il primo esempio del significato indicato sotto la lettera b) è fornito dallo stesso Buddha storico nel momento in cui decide di « mettere in moto la ruota della Legge », vale a dire di cominciare la sua opera di predicazione e diffusione della Verità conquistata per il beneficio dell'umanità. L'ultimo significato è caratteristica esclusiva del Mahayana, ed indica non solo l'essere illuminato che pospone o rinuncia al mahaparinirvana *per la salvezza ed il beneficio dell'umanità, ma indica anche « il grande essere* (mahasattva) *che è venerato per ottenere la salvezza, la protezione, e soprattutto per sfuggire alle conseguenze del cattivo* karma » (6).

Se la ricostruzione proposta è esatta — e la ricca e serrata documentazione fornita lascia pochi dubbi al riguardo — è chiaro che l'equivalenza più volte riproposta Hinayana = arhat, *Mahayana* = bodhisattva *va quanto meno corretta. Bisogna tuttavia sottolineare che solo il Mahayana dedica a questo personaggio una ricca e specifica letteratura, sviluppando ed approfondendo la concezione di una pluralità di* bodhisattva, *evidenziando le singole caratteristiche individuali, creando intorno ad essi una vera e propria mitologia, facendone l'oggetto di un culto e di una devozione che permetterà al fedele addirittura di far propri i meriti maturati dal* bodhisattva *stesso.*

E ritorniamo adesso alla produzione figurativa. Abbiamo già detto come accanto alle raffigurazioni di Siddhartha esistano numerosissime immagini di altri bodhisattva. *Aggiungiamo qui che, grazie a specifiche caratteristiche iconografiche, è possibile dare un nome ad alcune di esse. Le caratteristiche comuni a tutti i* bodhisattva *sono quelle già indicate per il futuro Buddha: aspetto giovanile,* paridhana *e* uttariya, *ricchi gioielli, il tutto integrato e completato da particolari* lakshana, *quali l'alone, l'*urna, *talora la ruota della Legge sul palmo della mano.* Asana *e* mudra *servono poi ad indicare e completare visivamente l'atteggiamento interiore del personaggio. L'identificazione nominale diviene possibile quando agli elementi comuni sopra elencati si aggiunge la presenza di un particolare attributo, che può essere sia un oggetto tenuto in mano, sia una specifica acconciatura.*

Fra i bodhisattva *gandharici riconosciuti con sicurezza un posto di primo piano spetta senz'altro a Maitreya, rappresentato in numerosissime immagini. Due, fondamentalmente, le caratteristiche iconografiche che ne consentono l'identificazione: egli porta in mano il vaso* (kamandalu) *dei brahmani — chiaro riferimento fra l'altro alla sua ultima nascita nella casta brahmanica — ed ha i lunghi capelli parzialmente raccolti in un fiocco* (jatamukuta). *Così è raffigurato in un bassorilievo gandharico ove compare ad affiancare e completare i sette Buddha*

Fig. 3 - Roma, Museo Nazionale d'Arte Orientale. Il *bodhisattva* Maitreya (Da Bussagli, pag. 109).

del passato, lui che unanimemente la tradizione buddhista indica come il Buddha del futuro evo cosmico.

Maitreya (il benevolo, da maitri = *benevolenza) è oggetto di culto e devozione anche nel Buddhismo Theravada (7). Considerato come il successore del Buddha storico, si inserisce agevolmente nella lista dei Buddha del passato e del futuro, che hanno preceduto o seguiranno Shakyamuni. In alcuni testi* (8) *il* diritto di successione *di Maitreya viene fatto derivare da una diretta predizione dello stesso Buddha, quasi a garanzia della sua legittimità. Secondo A. Foucher* (9) *già nello* stupa *di Sanchi, accanto alla Illuminazione dei Buddha del passato e del Buddha storico è raffigurata anche la* sambodhi *di Maitreya. Dopo il* mahaparinirvana *(estinzione totale) di Shakyamuni le speranze e le ansie soteriologiche dei fedeli si proiettano nell'attesa della venuta del Buddha Maitreya, un'attesa che ha consentito di parlare di un « messianismo » buddhista* (10), *tuttora vivo nella religiosità asiatica. Pur riconoscendo l'esistenza di un culto di Maitreya in entrambe le scuole, va tuttavia rilevato che nel Mahayana il Buddha del futuro appare anche come dio della luce, guida delle anime dopo la morte, consolatore che riceve la confessione dei peccati. In attesa di discendere sulla terra come Buddha, Maitreya risiede nel cielo dei Tushita (=soddisfatti, appagati): ivi rinasceranno (o saliranno) coloro che hanno sufficienti meriti e fede, per attendere con lui il momento del ritorno sulla terra* (11).

Fig. 4 - Lahore, Museo. Da Karki. Il *bodhisattva* Maitreya in *abhayamudra* (Da Lyons-Ingholt, fig. 299).

Assai numerose, come già si è detto, sono le immagini del bodhisattva *Maitreya nella produzione gandharica e questa ampia diffusione è la chiara testimonianza del culto e della devozione di cui egli era oggetto. Si tratta per lo più di statue isolate del tipo di quella qui illustrata alla figura 3. Esaminiamola da vicino. Il* bodhisattva *è raffigurato stante su un piedistallo ornato da una fila di rosette, la mano destra — ormai mutila — doveva essere atteggiata in* abhayamudra *(il gesto della rassicurazione), nella sinistra il vaso riccamente decorato. Indossa il* paridhana *ed un ampio scialle che ricade sulla gamba destra e risale ad avvolgersi intorno al braccio sinistro: l'estremità che pende dal braccio destro è caratterizzata da una nappa frangiata. Assai ricca la gioielleria, dai sandali (decorati con pietre preziose) ai bracciali ai polsi e sulle braccia, alle collane: il torace è attraversato diagonalmente da un cordone cui sono appesi degli amuleti. Dalle orecchie pendono pesanti orecchini. I lunghi capelli sono in parte raccolti in un nodo e intrecciati con pietre preziose. Sulla fronte spicca rilevata l'*urna *ed il capo è cinto da un alone.*

Come secondo esempio consideriamo una statua di Maitreya seduto (fig. 4). Il bodhisattva *è raffigurato assiso in* padmasana *su un seggio ricoperto da un drappo ricamato e fiancheggiato da due leoni. Nella mano sinistra porta la fiaschetta, la destra è atteggiata in* abhayamudra *e sul palmo compare rilevata una ruota. Sulla fronte è incisa l'*urna *ed i capelli sono raccolti in una sorta di* usnisa: *si tratta di una variante rispetto all'acconciatura a fiocco, relativamente diffusa e priva, con ogni probabilità, di particolari valori simbolici. Dietro il capo com-*

(segue a pag. 29)

pare l'alone decorato da due circonferenze di raggio diverso.

Un terzo esempio è illustrato nella figura 5. Il bodhisattva *è assiso in* padmasana *su un trono con protomi leonine ed è atteggiato in* dharmacakramudra *(il gesto della predicazione). I capelli sono in parte raccolti in un* usnisa *e riccamente adorni di gioielli. Siamo qui in presenza di una particolare soluzione: poiché entrambe le mani sono atteggiate nel gesto della predicazione, la fiaschetta, segno caratteristico e distintivo di questo* bodhisattva, *è collocata sulla faccia anteriore del trono ed affiancata da devoti in* anjalimudra. *La scena rappresentata sulla base integra, come già nella figura 1, l'immagine sovrastante.*

Particolare importanza per la storia del pensiero buddhista in questo periodo rivestono alcuni piedistalli in cui il bodhisattva *Maitreya è raffigurato seduto, con le gambe incrociate all'altezza delle caviglie* (12) *nell'atto di predicare ad un gruppo di devoti. Nell'esempio che proponiamo (fig. 6) Maitreya, in* dharmacakramudra *e nell'*asana *già descritto, è rappresentato al centro di una struttura architettonica e domina, con le sue proporzioni, la composizione. Lo affiancano in basso quattro figure di devoti in costume kushana, in alto quattro* deva *(?). Alle due estremità due* yaksini, *di proporzioni gigantesche, raffigurate sotto un albero di cui toccano le fronde (PARAMITA 22, fig. 5). Secondo M. Taddei e J.M. Rosenfield* (13) *scene di questo genere raffigurano Maitreya nel cielo dei Tushita e costituirebbero quindi una tappa assai importante nella concezione dei così detti « paradisi buddhisti ». Se interpretiamo gli auditori del bassorilievo come devoti di Maitreya ascesi dopo la morte al cielo dei Tushita, questa immagine diverrebbe la testimonianza visiva di una speculazione Mahayanica assai avanzata. La idea che il culto di Maitreya abbia raggiunto nel periodo gandharico un approfondimento ed una complessità rilevante è stata di recente sostenuta da J. Huntington* (14). *Lo studioso ha riesaminato attentamente la iconografia del Gandhara proponendo delle nuove ed interessanti letture simboliche dalle quali risulterebbe che già in questa fase si può parlare dell'esistenza della dottrina delle "Terre Pure"* (15).

Fig. 5 - Peshawar, Museo. Da Sahri Bahlol. Il *bodhisattva* Maitreya in *dharmacakramudra* (Da Lyons-Ingholt, fig. 308).

L'arte del Gandhara comprende anche un buon numero di bodhisattva *che non sono né Siddhartha, né Maitreya. Fra gli studiosi vi è generale accordo nel riconoscere, fra le raffigurazioni, anche quella di Avalokitesvara, un personaggio destinato a giocare un ruolo assai importante nel buddhismo dell'Estremo Oriente.*

Fra tutte le interpretazioni proposte per questo nome (16) *la più accettabile, almeno per il periodo che stiamo considerando, sembra quello di G. Tucci* (17). *Secondo lo studioso, alle origini Avalokitesvara sarebbe nient'altro che la deificazione dello « sguardo compassionevole » che il Buddha rivolge alle sofferenze degli esseri viventi: egli può quindi essere considerato il dio della* karuna *(=compassione, simpatia nel senso etimologico). Il suo collegamento con Amitabha, il Buddha della luce, sarebbe avvenuto solo*

in una fase più tarda. Questa connessione è espressa in una leggenda secondo la quale Avalokitesvara sarebbe stato generato da un raggio di luce proiettato dall'occhio destro di Amitabha mentre era in estasi.

L'identificazione di questo bodhisattva *nell'arte del Gandhara si fonda sostanzialmente sulle presenza, nel medaglione che decora il turbante, di una immagine di Buddha in* dhyanamudra *(il gesto della meditazione), elemento iconografico, questo, che è alla base della codificazione dell'immagine avvenuta in tempi successivi. Con qualche esitazione viene identificato come Avalokitesvara anche il* bodhisattva *con un loto in mano (Padmapani), considerato in tempi posteriori una forma di Avalokitesvara. Se sia lecito o meno utilizzare elementi iconografici fissati in tempi posteriori per identificare immagini realizzate in epoche precedenti è questione assai controversa.*

Nella figura 7 è riprodotta l'immagine di un bodhisattva *identificato da Ingholt* (18) *con Avalokitesvara. La statua è purtroppo notevolmente danneggiata: tuttavia l'ornamento del turbante è intatto e al centro del medaglione è perfettamente riconoscibile il Buddha, in* padmasana e dharmacakramudra. *La mano destra ormai mutila doveva essere atteggiata in* abhayamudra, *e la sinistra stringe una ghirlanda ripiegata. Questo primo esempio, rispetto alle indicazioni iconografiche sopra elencate, è diverso per il gesto in cui è atteggiato il piccolo Buddha. Affinché questo elemento non sia sopravvalutato bisogna però ricordare che nell'arte del Gandhara si tende sì ad una normalizzazione iconografica, ma non si può ancora parlare di una rigida codificazione, fenomeno che appartiene ad una fase ben più tarda dell'arte buddhista. Un esempio di varianti rappresentative è stato già con-*

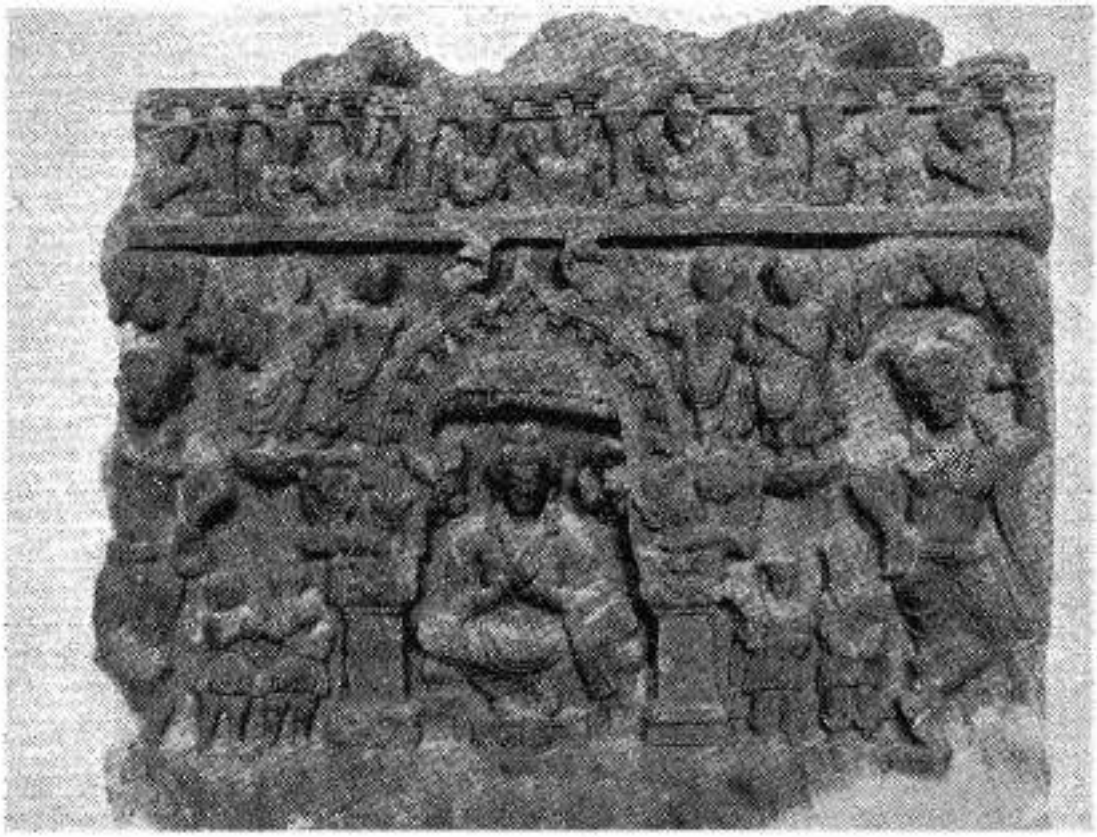


Fig. 6 - Kabul, Museo. Da Shotorak. Piedistallo con Maitreya in *dharmacakramudra* nel cielo dei Tushita (Da M. Taddei, fig. 30).

Fig. 7 - Peshawar, Museo. Da Sahri Bahlol. Il *bodhisattva* Avalokitesvara (Da Lyons-Ingholt, fig. 326).

siderato parlando dell'acconciatura di Maitreya.

Ugualmente appartenente al periodo Kushana (19), *ma proveniente dal centro di Mathura, è una statua di Avalokitesvara recentemente pubblicata* (20) *e qui riprodotta alla figura 8. Il* bodhisattva *è seduto nella posa nota come* lalitasana *(posizione del rilassamento o del gioco), indossa sandali ingioiellati (il destro giace vuoto sul poggiapiedi), tiene la mano sinistra poggiata sulla gamba e la mano destra è portata sulla guancia nell'atteggiamento del* bodhisattva *« pensoso », presente in molte immagini di vari* bodhisattva. *Sul palmo della destra è scolpita una ruota. Ha il capo coperto dal turbante nel cui medaglione centrale è rappresentato un Buddha, in* padmasana *e* dhyanamudra. *Dell'ampio alone riccamente decorato che gli cingeva il capo rimane solo la parte inferiore. Anche in questo caso l'abbigliamento è costituito da uno scialle e dal* paridhana, *il cui tessuto è trattato come un velo aderente, tanto che esso è visibile solo nell'orlo sopra le caviglie. Ai due lati del poggiapiedi rimangono tracce di figure di devoti in costume kushana.*

Con la figura 9 proseguiamo con Avalokitesvara ed insieme iniziamo a considerare un altro aspetto figurativo e religioso della iconografia gandharica. Il rilievo è dominato al centro dall'immagine del Buddha in padmasana, *su un seggio costituito da un fiore di loto, e in* dharmacakramudra *sotto un albero riccamente adornato. Lo affianca-*

Fig. 8 - New York, Metropolitan Suseum. Collezione Kronos. Da Matura. Il *bodhisattva* Avalokitesvara (Da M. Lerner, fig. 7, pag. 33).

no in secondo piano a destra Indra e a sinistra Brahma. In primo piano sono raffigurati due bodhisattva, *entrambi in* paridhana *e* uttariya, *ingioiellati e con sandali adorni di pietre preziose. Quello a sinistra è identificabile (per l'acconciatura e i residui del vaso) con Maitreya; quello di destra ha sul turbante l'immagine di un Buddha in meditazione e potrebbe quindi essere Avalokitesvara. Sullo zoccolo dell'immagine una iscrizione, datata all'anno 5, nella quale il donatore dichiarava di fare la sua offerta in onore della madre e del padre defunti* (21). *Questa formula esprime un concetto proprio del Mahayana, la possibilità del trasferimento dei propri meriti ad altri, in special modo ai defunti. Quanto al soggetto raffigurato, steli assai simili a questa sono state a lungo identificate come una raffigurazione del* miracolo di Sravasti (22), *ma è assai più probabile, come già suggeriva P. Mus* (23) *che in esse debba essere riconosciuta la rivelazione della gnosi* (prajna) *all'assemblea dei* bodhisattva, *sintetizzata qui in due sole immagini.*

Una vera e propria folla di bodhisattva *riempie fittamente lo spazio in una serie di steli di cui proponiamo qui (fig. 10) un esempio. La composizione è dominata al centro da un Buddha assiso su un trono di*

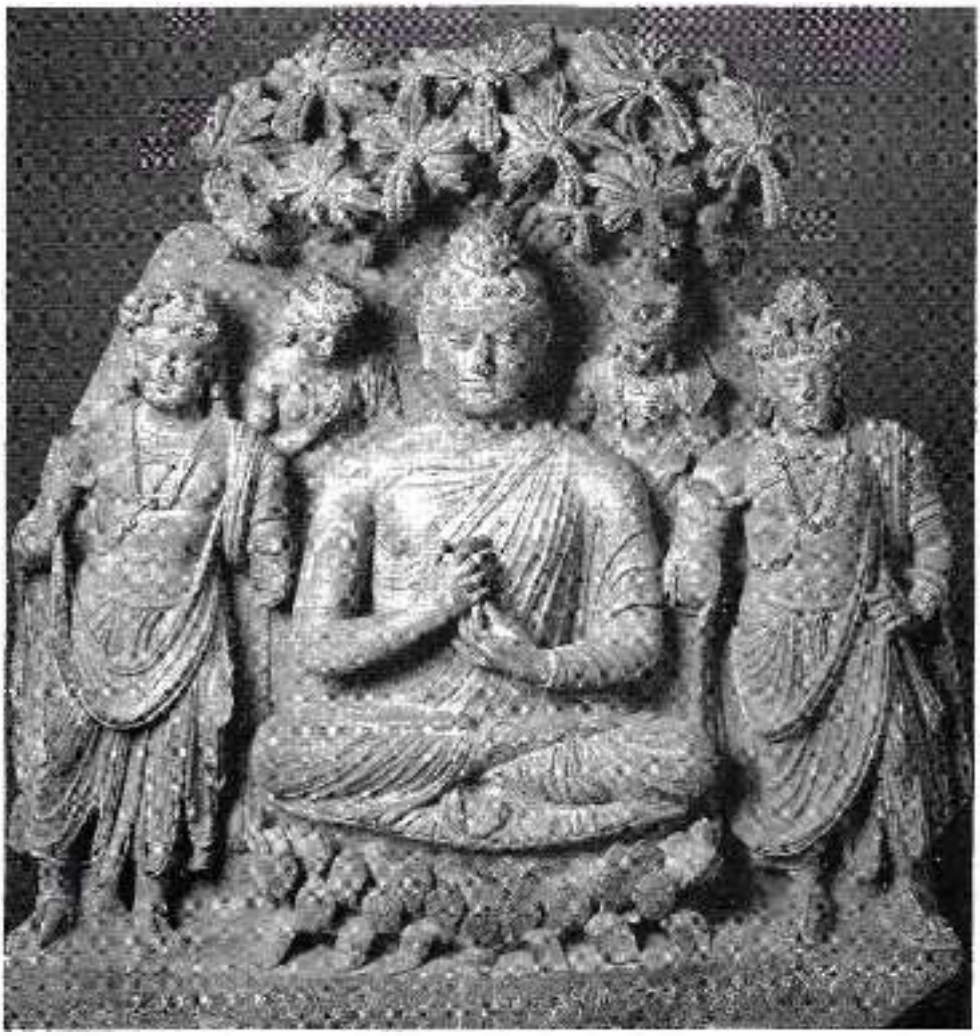


Fig. 9 - Bruxelle., Collezione de Marteau. Il Buddha fra due *bodhisatva* (Da M. Bussagli, p. 107).

Fig. 10 - Peshawar, Museo, Stele raffigurante il Buddha che predica ad un'assemblea di *bodhisattva* (nel paradiso di Amitabha?) (Da J. Marshall, fig. 151).

loto ed in dharmacakramudra. *Intorno a lui numerose immagini di* bodhisattva *in atteggiamenti diversi, ma tutti collocati su fiori di loto. Per immagini di questo genere la possibilità di identificazione nominale dei singoli* bodhisattva *è non solo assai scarsa, ma priva di importanza. Una prima interpretazione di raffigurazioni di questo tipo è indubbiamente quella già indicata per l'immagine precedente; una seconda lettura — che è precisazione ed integrazione della prima — identifica la sede in cui la perenne rivelazione ha luogo: essa sarebbe la Sukhavati, il paradiso d'Occidente ove risiede eternamente Amitabha, il* dhyani-*Buddha dalla luce incommensurabile* (24). *In entrambi i casi le immagini dimostrano inequivocabilmente l'avanzato sviluppo del Mahayana già nel III-IV sec. d.C.*

Riassumiamo per concludere gli elementi ricavati dalla lettura delle immagini presentate, che costituiscono solo un campione della documentazione a noi pervenuta.

La produzione figurativa del periodo gandharico è caratterizzata dall'affermazione e dall'ampia diffusione di immagini di bodhisattva. *In questa fase il termine* bodhisattva *non indica più solo il candidato alla Illuminazione, ma l'essere che, in uno slancio di amore e compassione che abbraccia tutti gli esseri viventi, rinuncia a tempo indefinito a spegnersi nel* nirvana *per soccorrere tutti. In questa ottica il* bodhisattva *diviene insieme modello di ispirazione per la condotta dell'uomo, ed oggetto di culto e devozione, come dimostrano le numerosissime immagini isolate. Accanto al* bodhisattva *Siddhartha, esempio rinnovato e storico del protagonista dei* jataka, *si diffonde l'immagine e il culto di Maitreya, che da un lato testimonia la fede e l'attesa della nascita di un nuovo Buddha (attesa proiettata nel remoto futuro del successivo evo cosmico), dall'altro (con le immagini lette come Maitreya che predica ai devoti nel cielo dei Tushita) una capacità di agire anche nel presente: tutti coloro che hanno sufficienti meriti e devozione possono ascendere al cielo di Maitreya e attendere con lui il momento della sua nascita come Buddha per ritornare sulla terra. Quanto alla presenza di Avalokitesvara essa è senza dubbio testimonianza di un processo destinato ad ampia fortuna: quello della deificazione o ipostatizzazione di particolari atteggiamenti o aspetti della vita del Buddha storico che tanto peso ebbe nella formulazione della dottrina dei* dhyani-*Budda o Buddha mistici.*

Un posto particolare occupano, nella ricostruzione del pensiero religioso, le steli affollate da una miriade di bodhisattva *che rivelano la presenza nel nord-ovest dell'India di un aspetto della speculazione buddhista, quello dei paradisi o delle « terre pure », destinato ad avere ampia fortuna e diffusione nella iconografia e nel pensiero dell'Estremo Oriente.*

Le rappresentazioni figurative, a misura che vengono lette ed interpretate, dimostrano sempre più l'esattezza della frase di P. Mus (25), *secondo cui accanto alle « Tre ceste* (Tripitaka) *» letterarie del buddhismo esiste una* quarta cesta, l'arte, *che esprime e documenta dinanzi ai nostri occhi, purtroppo assai miopi, una spiritualità da riconquistare.*

---

(1) Mentre vi è sostanziale accordo sul significato del termine *bodhi*, varie sono le traduzioni del termine *sattva*. Per una sintesi delle diverse interpretazioni proposte si veda H. DAYAL, *The*

Bodhisattva Doctrine in Buddhist Sanskrit Literature, Delhi 1978, spec. pp. 4-9.

(2) Assai spesso l'identificazione è basata sull'aspetto giovanile o sulle analogie nell'acconciatura dei capelli con il Buddha. Così, per esempio, in I. LYONS, H. INGHOLT, *Gandharan Art in Pakistan*, New York 1957, p. 131.

(3) Y. KRISHAN, *The Origin and Development of the Bodhisattva Doctrine*, East & West, 1984, pp. 199-232.

(4) *L'Idéal du Bodhisattva dans le Theravada et le Mahayana*, Journal Asiatique, t. 259, 1971, pp. 63-70.

(5) *Op. cit.*, p. 208.

(6) *Ibidem.*

(7) E. LAMOTTE, *Histoire du Bouddhisme Indien*, Louvain 1976, pp. 775-788.

(8) *Ibidem*, pp. 779-783.

(9) J. MARSHALL, A. FOUCHER, *The Monuments of Sanchi*, Calcutta 1940, vol. I, p. 200.

(10) *LAMOTTE, loc. cit.*

(11) *Ibidem.*

(12) Per l'associazione di questa posizione con Maitreya e per altre osservazioni sulla iconografia si veda M. TADDEI, *Harpocrates-Brahma-Maitreya: a Tentative Interpretation of a Gandharan Relief from Swat*, Dialoghi di Archeologia, 1969, pp. 364-390.

(13) J. M. ROSENFIELD, *The Dynastic Arts of the Kushans*, Berkeley & Los Angeles, 1967, pp. 229-235 e figg. 98-100; M. TADDEI, *op. cit.*, p. 379.

(14) J.C. HUNTINGTON, *The Iconography and Iconology of Maitreya Images in Gandhara*, Journal of Central Asia, 1984, pp. 133-165.

(15) Ci occuperemo della iconografia delle «Terre Pure» in uno dei prossimi articoli. Una chiara e sintetica esposizione di questa dottrina, con riferimento specifico alla Sukhavati di Amitabha in H. DE LUBAC, *Aspetti del Buddhismo*, Milano, 1980, pp. 159-203.

(16) H. DE LUBAC, *op. cit.*, pp. 231-257 si occupa dettagliatamente di questo *bodhisattva* con particolare attenzione al suo culto in Estremo Oriente e offre (pp. 231-233) una sintesi delle varie traduzioni del nome. Per l'iconografia rimane fondamentale M. TH. DE MALLMANN, *Introduction à l'Etude d'Avalokitesvara*, Paris, 1948.

(17) G. TUCCI, *Buddhist Notes*, Mélanges Chinois et Bouddhiques, 1951, ristampa *Opera Minora*, Roma 1971, vol. II, pp. 489-527, p. 491.

(18) LYONS-INGHOLT, *op. cit.*, pp. 142-143.

(19) Come è già stato detto (PARAMITA, 21) è questo il nome della dinastia sotto la quale fiorì l'arte del Gandhara e quella di Mathura.

(20) M. LERNER, *The Flame and the Lotus*, New York 1985, fig. 7, pp. 30-35. L'opera è attribuita al II sec. d.C.

(21) G. FUSSMAN, *Documents Epigraphiques Kouchans*, Bulletin de l'Ecole Française d'Extreme-Orient, 1974, pp. 54-58.

(22) Così ancora INGHOLT, *op. cit.*, pp. 123-125.

(23) P. MUS, *Le Bouddha paré*, B.E.F.E.O., 1928, pp. 153-278, pp. 195-196.

(24) J. C. HUNTINGTON, *A Gandharan Image of Amitayus' Sukhavati*, AION, 1980, pp. 651-672. La particolare immagine discussa in questo articolo dallo studioso è la stele di Mohammed Nari, pubblicata in PARAMITA, 21, p. 35.

(25) P. MUS, *Barabudur*, Paris 1930, p. 75.

FONTI ICONOGRAFICHE

M. BUSSAGLI, *L'Arte del Gandhara*, Torino 1984.

M. LERNER, *The Flame and the Lotus*, New York 1985.

I. LYONS, H. INGHOLT, *Gandharan Art in Pakistan*, New York 1957.

J. MARSHALL, *The Buddhist Art of Gandhara*, Cambridge 1960.

M. TADDEI, *Harpocrates-Brahma-Maitreya: a Tentative Interpretation of a Gandharan Relief From Swat*, Dialoghi di Archeologia, 1969, pp. 364-390.

« Non devi aspirare a una perfetta dottrina, ma a un perfezionamento di te stesso. Il divino è in te, non nei concetti e nei libri ».

HERMANN HESSE

Meditazione zen e preghiera cristiana

di Donald W. Mitchell

Il dialogo interreligioso sarà tanto più ricco di risultati positivi quanto più si rivolgerà a concrete esperienze spirituali, piuttosto che a dispute teologiche e quanto più ogni interlocutore sarà disponibile a ricevere qualcosa umilmente dall'altro, piuttosto che a far valere superbamente la propria presunta superiorità. In un modo o nell'altro, è quanto sostengono i più quotati protagonisti del dialogo: Panikkar, Buddhadhasa, Pensa, Lassalle, Zago, Yamada, Merton, ecc. L'articolo che segue — scritto per PARAMITA da Donald W. Mitchell, della « Purdue University » (USA) — offre un chiaro esempio di come pratica zen e misticismo cristiano possano scambiarsi reciproche occasioni d'arricchimento spirituale, pur salvaguardando le proprie distinzioni e prescindendo da postulati metafisici, a condizione che nello zen si vada oltre la calma mentale e nel misticismo cristiano oltre la « notte oscura dell'anima ». Riprenderemo questi temi con prossimi articoli del gesuita Lassalle, organizzatore di corsi zen per cristiani e del buddhista Yamada Roshi, erede degli insegnamenti del maestro zen Mumon.

Quando la maggior parte della gente pensa alla preghiera cristiana, pensa spesso a una preghiera di petizione, che chiede a Dio di soddisfare un particolare bisogno. La mia esperienza mi ha dimostrato che questo è ciò che molti buddhisti pensano della preghiera cristiana. Infatti, la parola giapponese per preghiera, *inori*, indica una richiesta agli dei di vantaggi materiali. Certamente questo tipo di preghiera è molto diverso dallo *zazen*, la pratica buddhista zen della meditazione. Tuttavia nella tradizione mistica esistono altri tipi di preghiera cristiana, forse più simili allo *zazen*. Ed è possibile che questi tipi di preghiera cristiana alimentino una trasformazione personale e una qualche realizzazione simili a quelle che si trovano nel buddhismo zen. Non voglio con ciò sostenere che pratica e risultati siano gli stessi in entrambe le tradizioni, ma che siano molto più simili di quanto riterrebbe chi fosse convinto che la preghiera cristiana sia per sua natura di petizione.

Vi sono state nella storia della spiritualità cristiana delle persone che si sono particolarmente consacrate a una profonda vita mistica di preghiera. Sarebbe impossibile mettere in rapporto lo zen con le molte varietà di misticismo cristiano fiorite nei secoli; così ho scelto solo uno dei più importanti ed ortodossi mistici, Santa Teresa d'Avila, la grande mistica spagnola del XVI secolo. Penso che S. Teresa offra una fenomenologia particolarmente chiara di preghiera mistica cristiana molto vicina all'esperienza zen (1). Cercherò qui di delineare qualche tratto della concezione della preghiera in S. Teresa, dopo di che farò qualche considerazione sul rapporto fra la meditazione zen e le forme più mistiche della sua preghiera cristiana.

S. Teresa è l'autrice de *Il Castello interiore* considerato uno dei principali classici della tradizione mistica occidentale (2). In questo libro S. Teresa presenta un'immagine dell'anima simile a un castello circolare con molte dimore disposte in sette cerchi concentrici conducenti alla stanza più interna nella quale si trova l'estrema presenza di Dio. Così per S. Teresa il viaggio verso la realtà ultima è un viaggio intimo nella profondità del proprio essere. Yves Raguin paragona al buddhismo zen questa direzione del viaggio spirituale in S. Teresa: «Se la maggior parte delle statue rappresentano Buddha seduto sotto un albero e che guarda in basso e non in alto è perché egli è assorbito nella sua stessa esperienza al centro di se stesso. Egli ha improvvisamente l'intuizione della sua "natura originale". Chi pratica la meditazione zen è, allo stesso modo, rivolto verso il centro del proprio essere» (3).

Per S. Teresa, i sette livelli di dimore attraverso cui si passa nella via verso il Centro indicano i modi sempre più profondi della preghiera. In realtà, la parola spagnola per "dimora" è *morada* dal verbo *morar* che vuol dire "abitare". Pertanto alcuni interpreti hanno suggerito che le sette dimore sono i sette modi di abitare con Dio.

Oppure, queste indicano i modi progressivamente più profondi di risiedere nella nostra "Casa-fondamento", per usare un termine del grande filosofo buddhista giapponese Keiji Nishitani.

La prima forma di preghiera che possiamo distinguere nella trattazione di S. Teresa è chiamata "orazione vocale". Questa è importante per volgere la mente dalle molte distrazioni esterne al castello o al sé, verso la vita più profonda e spirituale. Fuori del castello vi sono "rettili e vipere e creature velenose" (4), che rappresentano sia le cose, sia i desideri egoistici che infettano ed avvelenano una persona. L' "orazione vocale", poiché è un tipo di preghiera forte e sensoriale, aiuta a riorientare l'attenzione da queste creature del buio alla luce che proviene dal "sole", dalla presenza di Dio al centro del castello.

Il secondo tipo di preghiera si trova nella terza dimora ed è chiamato "meditazione". Questo tipo di meditazione è del tutto differente dallo *zazen*. Negli scritti di S. Teresa si trovano due tipi di meditazione. La prima è la "meditazione discorsiva" nella quale si riflette sulle Scritture o su qualche oggetto sacro usando il pensiero, la ragione la riflessione. Questa forse, è simile alla "meditazione analitica" che si pratica nel buddhismo dei Sutra. La seconda è la "meditazione affettiva", meno funzione dell'intelletto e più del cuore. Essa comporta la nascita dell'amore e della compassione, della gratitudine e della riconoscenza, della riverenza e del rispetto. Passando dal primo al secondo tipo di meditazione, si scopre una semplificazione della preghiera e un acquietarsi della mente e si può recitare sia una preghiera da ripetere in continuazione, una specie di mantra cristiano, sia la *Preghiera di Gesù* delle tradizioni orientali ortodosse.

Man mano che la preghiera diventa semplice e quieta, ci si muove verso le dimore più interne della "contemplazione". La contemplazione differisce dalla meditazione in quanto non è qualcosa che uno fa con la mente o con il cuore, ma è l'esperienza di come la mente e il cuore si acquietino in una dimensione più profonda dell'essere. Le idee e le immagini sembrano schiarirsi. Nella consapevolezza emerge il centro del castello interiore; si esperimenta l'esistenza della "Casa-fondamento" e la "casa" diviene silenziosa. Questo è l'inizio della vita mistica.

Il primo tipo di contemplazione è detto "ricordo" (*recollection*) (5). Questo termine di "ricordo" non ha niente a che fare con il nostro ricordare. Piuttosto vuol dire che i diversi elementi della personalità sono ri-accordati insieme, in un profondo stato di pace e silenzio. Non è che uno ricordi se stesso volontariamente, piuttosto sente la mente ed il cuore involontariamente acquietati, come una tartaruga che si ritira nel suo guscio. Un simile tipo di contemplazione è chiamato "orazione di quiete" (6). Questa implica una sospensione più profonda del pensiero che dura circa un minuto. C'è una profonda quiete dell'intero essere, nella quale la persona è immobile e neppure sembra respirare. Effetto di entrambi questi tipi di contemplazione è un intenso aumento della compassione e della libertà.

Tuttavia questa crescita non sempre è facile e piana. A questo stadio del viaggio spirituale cristiano si trova spesso ciò che è chiamato l'oscura notte dell'anima. S. Teresa non tratta a lungo di questo fenomeno spirituale ne *Il Castello interiore*; ma il suo amico e direttore spirituale S. Giovanni della Croce ne discute dettagliatamente ne *L'Ascensione del Monte Carmelo* e *La Notte Oscura* (7). Questa "notte" è un periodo di oscurità e grande lotta. Tutta la pace spirituale sembra svanire e uno diviene incapace di pensare o ragionare chiaramente. Si sente come in una nuvola o in una stretta prigione. Fa esperienza dell'angoscia e del dolore ed è costantemente disturbato da distrazioni, tentazioni e pensieri di dubbio. Tutto è sforzo e tutto sembra inutile e senza significato. Uno si sente molto solo e abbandonato. Quando questo avviene, l'intero processo di acquietamento e semplificazione sembra andare distrutto dallo sconvolgimento mentale. Ma invece è proprio l'opposto. E' come essere accecati e spinti nell'oscurità dalla troppa luce piuttosto che dalla sua assenza. E poco dopo il buio diventa luce. Uno si sente libero come la notte che dà il via all'alba, la morte alla nuova vita, l'agonia alla pace. La rivolta, la rigidità e la negazione vengono sostituite dall'accettazione, dalla dolcezza e dall'affermazione.

Il risultato di questa purificazione è che la luce e la vita di Dio nel suo Centro sono

sempre più la luce e la vita dell'intera persona. S. Teresa dice che è come una farfalla che esce dal bozzolo (8). L'egoismo è purificato, c'è una diminuzione dell'attaccamento e dei desideri egoistici e un corrispondente aumento della libertà e della compassione. La persona ascende a una relazione più intima con Dio, relazione di "unione" a cui S. Teresa fa riferimento con gli ultimi tre gradi delle dimore nel castello interiore.

Vi sono tre differenti tipi di preghiere contemplative di unione. Il primo tipo, quello che è spesso chiamato preghiera di "semplice unione", è molto simile all'orazione di quiete ma è più profonda e più sostenuta. S. Teresa dice che è come lo spillare acqua da una profonda sorgente intima, al Centro, che quietamente si riempie dall'interno. Uno si sente assorbito in quella realtà interiore e fuso nella sua vita mistica. Ciò porta al secondo tipo di unione, l'unione "estatica". Qui uno può sperimentare alcuni fenomeni mistici come le estasi e le visioni.

Facilmente si identifica il misticismo cristiano con questi fenomeni che si vedono come il fine della vita mistica. Ecco perché alcuni buddhisti, soprattutto zen, concludono facilmente che lo zen e il misticismo cristiano sono molti diversi. E tale giudizio potrebbe essere esatto se questi fenomeni mistici fossero il centro e il fine della preghiera contemplativa cristiana. Ma non è così: questi fenomeni accadono nella sesta e non nella settima dimora. Inoltre alcuni mistici non li esperimentano affatto. Sebbene questi fenomeni accadano e possano avere un effetto positivo sulla propria vita religiosa, è pericoloso e sbagliato ricercarli o cercare di coltivarli. Questa prudenza è simile a quella dei buddhisti riguardo ai fenomeni soprannaturali (*siddhi*), che sono visti come non indispensabili per la crescita religiosa.

Nell'ultima delle sette dimore, si trova la preghiera duratura di unione "trasformante" in Dio. S. Teresa sostiene che a questo stadio è "come se in una stanza ci fossero due grandi finestre attraverso le quali fluisce la luce: essa entra da luoghi diversi, ma diviene una" (9). Inoltre più avanti dice: "è qui che muore la piccola farfalla di cui abbiamo parlato, e con la gioia più grande, perché è Cristo ora la sua vita" (10). Questa "assenza di ego" a cui si riferisce S. Teresa si collega a quella trasformazione mistica che interessa sia i membri della scuola di Kyoto di buddhismo zen, sia Keiji Nishitani e Masao Abe. "Non sono più io che vivo, ma è Cristo che vive in me" (*Gal.* 2:20).

Come è colui che riesce a raggiungere questo stato? Chi si mantiene in questa profondità di unione col Centro è molto pacifico e tranquillo, semplice e naturale. Nell'acquietarsi e nel pacificarsi ha raggiunto to una importante meta. Gioisce di quello che S. Teresa chiama "oblio del sé" (11), che è donato dalla compassione che è il movimento spontaneo del proprio centro. La compassione nasce al di là dello svuotarsi di sé e del distacco. Sebbene la vita spirituale in unione con Dio comporti una indubbia saggezza, la persona è estremamente umile. Tuttavia questa umiltà non implica debolezza. Al contrario, come fu specialmente il caso di S. Teresa, si ha una personalità molto forte e originale. Questa forza non proviene da una volontaria auto-affermazione. Piuttosto deriva da un Centro più profondo che permette di perseverare attraverso le sofferenze della vita e di trasformarle nella compassione e nell'amore benevolente. E, forse, è questo lo scopo reale della vita mistica cristiana, il risultato veramente profondo di una più intima unione con Dio.

Ho così completato la mia molto sommaria fenomenologia della preghiera mistica cristiana, attraverso le intuizioni de *Il Castello interiore* di S. Teresa. Ora il problema è vedere se questa fenomenologia mostra qualche somiglianza col buddhismo zen. Più precisamente se vi sono delle analogie: con la pratica dello *zazen,* con la trasformazione personale prodotta dallo *zazen,* e infine con la realizzazione del *satori.* Basandomi sui miei anni di pratica e di studio dello zen e sulla mia più recente pratica e studio della spiritualità cristiana (specialmente quella dei Focolari) penso che ci siano delle significanti somiglianze. Ma penso anche che esistano alcune importanti differenze. Esaminiamo prima quelle che a me sembrano le somiglianze.

Possiamo intanto individuare qualche somiglianza con la pratica dello *zazen.* Abbiamo visto che nello sviluppo della preghiera mistica c'è un importante passaggio da una meditazione orientata su un oggetto a

una forma di ricordo meno oggettivizzata. Questa transizione nella preghiera è caratterizzata dall'acquietarsi e dalla semplificazione. In alcuni monasteri degli Stati Uniti e dell'Europa per facilitare questa transizione viene usata la pratica dello *zazen* (12). I cristiani hanno scoperto che lo *zazen* può essere un valido aiuto per muoversi verso la meditazione cristiana meno oggettivizzata. Quindi il movimento verso la preghiera più profonda e l'approfondimento dello *zazen* sembrano paralleli l'uno con l'altro, al punto che lo *zazen* può essere addirittura usato per aiutare l'approfondimento della preghiera cristiana.

P. H. M. Enomiya Lassalle, il grande maestro zen cristiano in Giappone, si è spinto anche oltre, fino ad affermare che la profondità dello *zazen*, la concentrazione accentrata del *samadhi*, è "psicologicamente identica alla preghiera di ricordo" (13). E ha anche notato che c'è un tipo di "quiete perfetta", che si verifica durante lo *zazen*, che è analoga alla preghiera cristiana di quiete (14). Io posso aggiungere che per S. Teresa le preghiere di ricordo e di quiete hanno un grande effetto purificatore. E anche nel buddhismo zen al *samadhi* e ai relativi stadi di meditazione profonda è riconosciuto un effetto purificatore sul meditante.

Un'altra somiglianza appare esserci in questa importante transizione della preghiera cristiana. Collegato a questo passaggio alla preghiera di ricordo, vi è quello alla contemplazione. La contemplazione è detta essere una forma "infusa" di preghiera, si sente che si sta vivendo l'esperienza della preghiera. Non è che uno si *faccia* calmo, ma sente che è un *essere fatto* calmo. Allo stesso modo, nello *zazen* c'è un punto in cui uno sente che non è lui o lei che *medita* volontariamente ma che, passivamente, è un essere meditato, per così dire. Per esempio uno non sente più che *respira* attivamente ma che è passivamente un *essere respirato*. In entrambi i casi, zen e cristiano, l'effetto trasformante è molto profondo. Uno percepisce che cambia quel preciso carattere che sembra essere radicato nella profondità del proprio essere.

Questi cambiamenti ci portano al secondo campo che presenta analogie tra zen e spiritualità cristiana, e cioè la trasformazione personale. Ecco una interessante analogia da fare riguardo alla profondità di questa trasformazione. Masao Abe, in un recente articolo inedito sulla volontà libera nel buddhismo afferma: «Nel buddhismo sia le buone che le cattive azioni sono egualmente considerate negative nel senso più profondo e fondamentale per cui entrambe sono determinate non solo da stimoli esterni e da interne motivazioni conscie, ma anche da una volontà cieca e inconscia profondamente più intima e così ci imprigionano nel mondo della trasmigrazione senza fine dalla vita alla morte e viceversa» (15).

Nel buddhismo c'è una profonda inconscia "volontà cieca" che bisogna sradicare nel contesto della pratica meditativa proprio per operare un mutamento fondamentale del proprio carattere. La vera libertà, secondo Abe, implica una liberazione da questa volontà cieca, da realizzare attraverso la meditazione e l'illuminazione.

Io penso che la purificazione da questa volontà cieca sia simile a ciò che accade nell'esperienza cristiana della oscura notte dell'anima sopra menzionata. S. Teresa dice che l'ultima trasformazione non può essere raggiunta solo attraverso un'azione morale conscia e volontaria. Ciò perché l'azione morale nella vita religiosa è spesso compromessa da un più profondo auto-accentramento. E questo accentramento su di sé non può essere rimosso semplicemente compiendo un maggior numero di buone azioni. Può essere superato con la scoperta di un Centro ancora più profondo, attraverso la purificante notte dell'anima.

Come ho detto, questa notte oscura è in realtà causata da una immensa grazia sperimentata come luce accecante. Ciò può essere somigliante a quello che Abe chiama "oscurità abbagliante", dove l'illuminazione e la compassione emergono da un "luogo" (Gr. *topos*, Giap. *basho*) che è completamente buio e completamente luce allo stesso tempo, cosicché, alla fine, improvvisamente, il buio diventa luce (16). Nello zen questo moto dal buio alla luce è il movimento dal dolore e dalla disperazione del Grande Dubbio verso la Grande Morte. Sotto questo fenomeno — in cui il sé, gli altri e tutta l'esistenza confluiscono in una "massa di grande dubbio" trascendendo tutte le divisioni e le dualità — c'è la Grande Illumi-

nazione. E un giorno, all'improvviso, la massa-dubbio si rompe e fuori dal buio viene la luce, la Grande Illuminazione. Oltre la morte emerge una nuova vita di libertà, una vita compassionevole di "mani tese", ovvero mani aperte ad aiutare gli altri (17).

Nell'esperienza cristiana del movimento dall'oscurità alla luce, anche la notte oscura che ho sopra descritto realizza una trasformazione personale attraverso una specie di morte e rinascita a nuova vita. Essa determina una vita di distacco e libertà come base sia per la saggezza e la compassione, sia per le altre virtù. E se osserviamo le qualità virtuose di questa vita santa già descritta con riferimento alle sette dimore e alle virtù del maestro zen, vediamo ancora maggiori somiglianze. Per esempio, ci sono unite gentilezza e forza, umiltà e fermezza. In entrambi i casi si trovano le virtù buddhiste dell'amore benevolente (*metta*), compassione (*karuna*), gioia altruistica (*mudita*) ed equanimità (*upekkha*). C'è anche un profondo senso di gratitudine e rispetto per tutti gli esseri e tutte le cose esistenti.

Queste virtù non appaiono forzate dalla volontà, ma spontanee e naturali come è implicito nella nozione giapponese di "*jinen*", o funzionamento spontaneo della propria natura di Buddha. E, infine, questa qualità della vita liberata è contagiosa. Semplicemente col vivere in questo modo, le vite degli altri vengono trasformate. Come l'illuminato buddhista dipinto nel decimo quadro dell'addomesticamento del bue, uno non ha bisogno di alcun potere soprannaturale (*siddhi*) perché è in compagnia degli altri; basta toccarli e "gli alberi morti sono in piena fioritura".

Ma circa la terza area di comparazione? Cosa possiamo dire sul *satori* zen paragonato alle intuizioni della mistica cristiana? Qui dobbiamo stare molto attenti. Ma forse qualcosa può essere detto. Kitaro Nishida, il grande filosofo zen giapponese, ha scritto la seguente poesia (*waka*):

Qualcosa di insondabile
Dentro di me io sento.
Per quanto tumultuose siano le onde
Di gioia e dolore
Non riescono a raggiungerlo. (18)

Nel *satori* uno si rende conto di questa profondità insondabile: raggiunge l'ultimo orizzonte dell'esistenza, la pura pienezza di sé che si identifica con ogni cosa che è; intravvede il puro "fatto" dell'esistenza in un modo che trascende la dualità di soggetto e oggetto. E così percepisce l'essenza dell'evento della vita stessa.

Il *satori* è di incalcolabile valore per tutti i religiosi, compresi i cristiani. I cristiani che hanno raggiunto questa esperienza l'hanno immediatamente riconosciuta come una esperienza di Dio. Deve trattarsi di quel Centro che il cristiano scopre in quella che S. Teresa chiama la dimora finale. Il buddhista zen riconosce il *satori* nella sua purezza e chiarezza e quindi vive compassionevolmente nella sua illuminazione. Un cristiano che raggiunge il *satori* attraverso un *training* zen riconoscerà ulteriormente che "questa è un'esperienza di Dio" (19) e quindi vivrà compassionevolmente nella sua illuminazione con una fede più forte e una vita religiosa più consacrata. Così il *satori*, come lo *zazen*, sembrano avere un valore religioso universale.

Ci sono cristiani che scoprono qualcosa della loro esperienza di Dio nella visione buddhista, e buddhisti che scoprono qualcosa della loro visione nell'esperienza cristiana di Dio. Un buon esempio è Yamada Koun Roshi di Kamakura, Giappone. Yamada Roshi si trova in una posizione singolare tra i buddhisti nipponici: tanto per fare un esempio, insegna a un grande numero di cristiani nel suo Zendo. Recentemente ha citato un passo della *Vita e miracoli di S. Benedetto* di Papa S. Gregorio Magno: "L'intero mondo era raccolto davanti ai suoi occhi in un unico raggio di luce" (20). Egli suggerisce che è possibile che in quel momento S. Benedetto sperimentasse il *satori*. Per quello che conosco di Yamada Roshi, posso dire che questa "ipotesi" non è basata solo sulla lettura del testo, ma è derivata dalla sua esperienza personale di guida ai cristiani nella pratica zen.

Questa esperienza di S. Benedetto in cui egli vide tutte le cose in un unico raggio di luce non è insolita nel misticismo cristiano. E' un'esperienza di vedere tutte le cose in unità con Dio. S. Teresa racconta di una visione "senza oggetto" in cui veniva rivelato all'anima come tutte le cose sono viste in Dio e come dentro di sè Egli tutte le contiene" (21). S. Teresa continua dicendo che sebbene questa esperienza "passi in

un momento, rimane impressa nell'anima" (22). Posso aggiungere che questa unità di tutto con Dio è una unità in cui è compreso il sé. In un passo sopracitato S. Teresa ha descritto una delle sue più alte esperienze di Dio come trovarsi in una stanza nella quale la luce fluiva attraverso due grandi finestre: "essa entra da luoghi diversi, ma diviene una" (23).

Così nella preghiera contemplativa cristiana uno trova il proprio definitivo "luogo" (*basho*) dove tutti i luoghi hanno la loro "Casa-terreno". In quel viaggio, *zazen* e preghiera cristiana possono puntare nella stessa direzione, verso lo stesso Centro. E allora possono produrre un'analoga trasformazione della persona e analoghe visioni sulla natura della realtà. Posso essere d'accordo con il suggerimento di Yamada Roshi: "Dobbiamo ulteriormente indagare per scoprire se il Regno di Dio, che cerchiamo e troviamo dentro di noi, e il mondo essenziale... sono diversi o la stessa cosa" (24).

In questa indagine, personalmente amo sottolineare le analogie tra pratica zen ed esperienza cristiana. Ma ci sono anche delle importanti differenze che non devono essere trascurate. In tutta la vita cristiana di preghiera e di trasformazione spirituale c'è una approfondita esperienza dell'amore personale, della grazia e della presenza di Dio. Per il cristiano questo amore, grazia e presenza di Dio sono messi a fuoco in una intima relazione con Cristo. La fede, quale affidamento a questa relazione, si trova qui all'inizio, nel mezzo e alla fine del viaggio verso il Centro. Così, mentre può esserci un'esperienza cristiana di Dio simile al *satori* zen, data questa relazione vi sono altre esperienze, tipicamente cristiane. Queste possono essere più di presenza che di identità, più di "unità spirituale" che di vuoto senza forma. Attraverso l'abitare di Cristo in noi, per esempio, uno fa esperienza di una penetrazione nel proprio Centro o "Casa-fondamento", che rivela una realtà trinitaria di amore e di unità. E dentro si è "colmi dell'intera pienezza di Dio" (*Ef.* 3.19). Il cristiano è spinto, da questa realtà trinitaria che si trova al Centro più profondo del proprio essere, a vivere una vita compassionevole dedita a tradurre in realtà qui sulla terra questo amore ed unità tra tutte le persone e tutto il creato.

Perciò, data questa motivazione, i cristiani oggi cercano i mezzi per costruire ponti per un dialogo interreligioso che realizzi questa unità con popoli di altre tradizioni religiose, inclusi i loro amici buddhisti. E come ho cercato di dimostrare in questo scritto, in quel dialogo stiamo trovando molto in comune tra la nostra pratica di preghiera e la pratica di meditazione buddhista zen. Troviamo somiglianze anche tra i tipi di trasformazione personale e gli *insights* che quelle pratiche favoriscono. Naturalmente esistono anche importanti differenze. Ma nell'accettare le nostre differenze ci ritroviamo arricchiti e incoraggiati dai nostri amici buddhisti sia nel nostro viaggio spirituale verso il Centro, sia nel nostro impegno a 'incarnare' l'amore e l'unità di quel Centro in un mondo più unito, senza attaccamento (*alobha*), senza avversione (*adosa*) e con la pienezza della libertà nella verità (*amoha*).

(trad. dall'inglese di Nadia Berardi)

---

(1) Anche YVES RAGUIN, S. J. cita questa somiglianza in *St. Teresa of Avila and Oriental Mysticism, Asian Religious Traditions and Christianity.* Manila, 1983, pp. 183-197.

(2) Mi riferirò a: S. TERESA D'AVILA, *The Interior Castle.* Tr. e ed. di E. Allison Peers, New York, 1961. Per una nuova e più aggiornata traduzione vedi: *The Collected Works of St. Teresa of Avila,* Volume secondo. Tr. di O. Rodriguez e K. Kavanaugh. Washington D.C.: Institute of Carmelite Studies, 1980; ed. it. in *Opere,* Postulazione generale dei Carmelitani Scalzi, Roma.

(3) Y. RAGUIN, p. 185.

(4) S. TERESA D'AVILA, pp. 40-41.

(5) *Ibid.*, pp. 85-94.

(6) *Ibid.*, pp. 80-85.

(7) SAN GIOVANNI DELLA CROCE, *The Collected Works of St. John of the Cross.* Tr. Kavanaugh e Rodriguez. Washington, D.C.: Institute of Carmelite Studies, 1973; ed. it., *Opere,* Postulazione generale dei Carmelitani Scalzi, Roma 1985.

(8) S. TERESA D'AVILA, p. 104.

(9) *Ibid.*, p. 215.

(10) *Ibid.*

(11) *Ibid.*, p. 219.

(12) STEPHEN BODIAN, *Interview David Steindl-Rast,* «Update» (Vol. 10, No. 2, 1986), p. 37.

(13) H.M. ENOMIYA LASSALLE, *Zen Meditation for Christians*, La Salle, Ill.: Open Court, 1974, p. 41; tr. it. *Meditazione zen e preghiera cristiana*, Roma, Paoline, 1979.

(14) *Ibid.*

(15) MASAO ABE, *Free Will in Buddhism*, Inedito, p. 3.

(16) MASAO ABE, *Kenotic God and Dynamic Sunyata*, Inedito, p. 62.

(17) Per una buona analisi di questo fenomeno nel pensiero di Keiji Nishitani, vedi: H. WALDENFELS, *Absolute Nothingness*, New York: Paulist Press, 1980, pp. 64-92.

(18) WILLIAM JOHNSTONE, *The Still Point*, New York, Fordham University Press, 1982, p. 50.

(19) Ciò mi fu confermato da parecchie persone che istruivano cristiani nella pratica zen in Giappone e negli Stati Uniti, compreso P. H. M. Enomiya Lassalle.

(20) YAMADA KOUN, *On Christianity and Zen*, «Japan Quarterly» (Vol. XXXI, No. 3, 1984), p. 247.

(21) S. TERESA D'AVILA, p. 194.

(22) *Ibid.*

(23) *Ibid.*, p. 215.

(24) YAMADA KOUN, p. 248.

Portigliatti è presidente dell'UBE

Oltre 30 delegati hanno partecipato ai lavori della XII Assemblea Plenaria dell'Unione Buddhista Europea, svoltasi alla Besant Hall di Huizen in Olanda dal 3 al 6 settembre 1987.

Tema centrale della discussione è stata la revisione dello Statuto per la quale è stata nominata una speciale commissione di cui fanno parte oltre che al Presidente ed al Vice-Presidente i seguenti membri: Arthur Burton-Stibbon (Gaan Bretagna), Dr. Vincenzo Piga (Italia), Dr. Jesus Martinez Bueno (Spagna), Karl Schmied (Germania) e Dharmachari Subhuti (Gran Bretagna).

La nuova costituzione servirà innanzitutto per ottenere le agevolazioni consentite dallo charitable status *e prevederà una sede centrale con indirizzo permanente.*

Il Dr. Ananda Gurugé, Ambasciatore di Sri Lanka a Parigi ha esposto le agevolazioni da parte dell'UNESCO per accogliere i lavori della XIII Assemblea Plenaria che si svolgerà a Parigi la prima settimana di settembre del 1988 e del General Meeting *al quale saranno invitati tutti i gruppi buddhisti europei.*

In particolare verranno proposti 5 gruppi di lavoro per trattare i seguenti temi: Buddhismo e cultura europea, Buddhismo e scienza, Buddhismo e società (educazione, funzioni sociali, ecc.), Buddhismo e ambiente, integrazione e cooperazione con i buddhisti asiatici residenti in Europa.

E' stato inoltre deciso di fissare i lavori della XIV Assemblea Plenaria per il 1989 a Budapest su invito della Buddhista Missio e del Governo Ungherese e per il 1990 presso l'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia su invito dell'Unione Buddhista Italiana, della FPMT e della Fondazione Maitreya.

Presidente dell'Unione Buddhista Europea è stato eletto all'unanimità l'italiano Bruno Portigliatti e Vice-Presidente l'olandese Tonny Kurpershoek-Scherft.

Il nuovo Presidente ha convocato l'Administrative Council per il gennaio 1988 a Parigi per definire il programma del General Meeting *e contemporaneamente si riunirà la Commissione incaricata della revisione dello Statuto.*

Sir Arthur Burton-Stibbon, che è stato per 2 anni Vice-Presidente e 4 anni Presidente, è stato nominato Presidente onorario dell'UBE.

Il buddhismo nella filosofia italiana

di Giangiorgio Pasqualotto

Questo articolo è il primo di una serie — che ci proponiamo numerosa ed auspichiamo feconda con il contributo di qualificati collaboratori — dedicata ai valori filosofici del buddhismo e ai rapporti di questa dottrina con la filosofia occidentale soprattutto contemporanea. E' ormai pacifico che il grande edificio culturale edificato in Oriente sulle fondamenta dell'insegnamento di Sakyamuni ha una valenza multidisciplinare: non è soltanto una religione molto sui generis, *ma anche una psicologia, una filosofia, ecc. L'insegnamento buddhista può dare un più valido contributo allo sviluppo integrale della personalità se viene studiato e praticato nella interezza dei suoi diversi aspetti spirituali e culturali. E' questione vana chiedersi se il Buddha sia da classificare tra i filosofi o tra i profeti, perché il suo unico scopo è stato quello di risolvere il problema della vita. Sulla base delle proprie esperienze, Egli insegna che questo scopo si raggiunge realizzando la natura ultima dei fenomeni e quindi superando il dualismo soggetto-oggetto, giungendo così all'estinzione del desiderio: con un impegno che ci coinvolge spiritualmente e intellettualmente.*

La recente iniziativa della città di Cattolica di dedicare un ciclo di incontri al pensiero orientale rappresenta una felice eccezione nell'attuale silenzio, pressoché assoluto, che caratterizza la filosofia italiana nei confronti del buddhismo. Contrariamente a quanto avviene in Francia, in Germania e soprattutto in Inghilterra, qui in Italia l'attenzione ai temi e agli aspetti filosofici del buddhismo è assente sia dagli studi degli *storici* della filosofia, sia da quelli dei « filosofi » veri e propri, ossia di coloro che si dedicano alla filosofia teoretica, morale ed estetica. Questa mancanza di interesse solo in parte è spiegabile storicamente. E' vero, infatti, che gli studi orientalistici italiani si sono caratterizzati prevalentemente in senso filologico e antropologico piuttosto che filosofico, ed è vero anche che, in generale, hanno spesso scontato un notevole scarto, sia quantitativo che qualitativo, rispetto agli studi orientalistici francesi, tedeschi, inglesi e statunitensi. Tuttavia, se si dà uno sguardo retrospettivo ai contributi italiani dedicati agli aspetti filosofici del buddhismo, se ne possono trovare un numero non esiguo e alcuni anche di buon livello.

Per esempio, sfogliando la bibliografia redatta da Giovanni Vacca per la « Rivista di studi orientali » (V, 5, 1913, sez. VIII) dove sono indicati i lavori relativi al periodo 1861-1911 si trovano due opere di Carlo Puini (*Studi intorno alla religione buddhistica,* del 1873 e *Il Buddha, Confucio e Lao-Tse* del 1878) che non sfigurano eccessivamente al confronto di opere equivalenti di autori stranieri del medesimo periodo. Se, poi, si considera la *Bibliografia degli studi orientalistici in Italia dal 1912 al 1934* redatta da Giuseppe Gabrieli nel 1935, si constata la presenza di un buon numero di lavori dedicati al buddhismo e non solo ai suoi aspetti religiosi: *Il Buddhismo e i suoi critici cristiani* (1913), *Filosofia e Buddhismo* (1913), *I principi generali del Buddhismo* (1923), *Lo spirito scientifico del buddhismo* (1923) e *Buddha e la filosofia* (1926) di C. Formichi; *Studi di filosofia buddhistica* (1923) di L.P. Tessitori; *Idealismo e nichilismo buddhista* (1920) di C. Puini; *Morale buddhista* (1920) e *India e buddhismo antico* (1926) di G. De Lorenzo; *Il Buddhismo* (1926) di G. Tucci.

Sappiamo peraltro che solo Tucci si occupava professionalmente di filosofia, insegnando Religioni e Filosofia dell'India e del-

l'Estremo Oriente a Roma (ma il Garin non lo cita mai, né in *Storia della filosofia italiana* né in *Cronache di filosofia italiana*); degli altri, Puini insegnò Storia e Geografia dell'Asia Orientale a Firenze, Formichi insegnò Sanscrito e Indologia all'Università di Roma, e il De Lorenzo insegnava « addirittura » Geologia all'Università di Napoli.

Nel periodo 1935-1986 abbiamo un buon numero di lavori dedicati al buddhismo, concentrati soprattutto attorno agli anni 1967-69 (14 su 23), ma si tratta quasi sempre di introduzioni generali o, in qualche caso, assai raro, di confronti tra pensiero buddhista e filosofie occidentali; in pochi casi si può constatare la presenza di approcci e di approfondimenti di natura filosofica ai temi e ai problemi gnoseologici, etici, cosmologici presenti nelle varie scuole buddhiste: nel breve articolo di P. Cerqua: *Logica e mistica nel Buddhismo Madhyamika karika* (« Filosofia e Vita », 4, 1969); nel volume di G. Macaluso *Conferenze e scritti sul Buddhismo* (1969; nell'articolo di M. Bergonzi: *Osservazioni su « Samatha »* e *« Vipassana » nel Buddhismo Theravada* (« Rivista di Studi Orientali », 1980); in quello di C. Pensa: *Meditazione buddhista intensiva: esperienze e riflessioni* (« Conoscenza religiosa », 1978); e in quello di L. Martinelli: *Etica buddhista ed etica cristiana* (« Buddhismo scientifico », 1971). Un discorso a parte meriterebbe il libro di J. Evola: *La dottrina del risveglio* (1943) sui cui pregi e limiti si è già soffermato A. Morganti (PARAMITA, 17, 1986). Eccezionale lavoro di chiarimento e di approfondimento dell'aspetto gnoseologico del buddhismo, esso presenta il difetto enorme, rilevato dallo stesso Morganti, di tentare di utilizzare le tecniche meditative del buddhismo al fine di un rafforzamento dell'io; ma presenta il non meno enorme errore — questo, invece, *giustificato* dal Morganti — di voler vedere nell'insegnamento del Buddha vistose tracce di uno spirito guerriero ariano (cfr. Parte I, Capitolo II).

In definitiva, quindi, dobbiamo constatare che in più di cinquant'anni gli studi *filosofici* sul buddhismo sono stati pochissimi, quasi tutti di scarso rilievo teorico. Quali potrebbero essere i motivi di questo debole interesse? Abbiamo già accennato all'arretratezza generale di cui hanno sofferto gli studi orientalistici in Italia; tuttavia, se tale arretratezza è stata in gran parte superata nei settori *filologico* e *storico*, perché non è stata superata anche per quel che riguarda il settore filosofico? Si potrebbe avanzare l'ipotesi che il buddhismo non si presta ad approfondimenti di natura filosofica in quanto si basa anche su una *esperienza* concreta e non solo su una serie di schemi intellettuali e di dottrine metafisiche; ma proprio per questo sarebbe interessante indagare la capacità del buddhismo di indicare modi e strumenti per superare o per conciliare teoria e pratica, termini di un problema e di un'opposizione che hanno crucciato da sempre quasi tutta la filosofia occidentale. Ma poi: il richiamo ad un'esperienza di vita — e non solo ad una visione del mondo — non è prerogativa del buddhismo; è propria dello stesso cristianesimo, con il quale la filosofia occidentale si è sempre confrontata.

Certo, questo confronto appare ovvio in quanto il cristianesimo è la religione che ha più impregnato la nostra civiltà da quasi duemila anni; tuttavia da più di duemila anni appartiene alle radici della nostra civiltà anche il pensiero dei Greci al quale, per molti aspetti, è più vicino il buddhismo che il cristianesimo. Non solo: la filosofia occidentale non è *tutta* appiattita sul confronto-scontro con il pensiero cristiano, ma presenta moltissimi sviluppi *autonomi* che sovente trovano nel buddhismo una serie di corrispondenze non superficiali, come nel caso dei Presocratici e di Socrate, dello Stoicismo, dello Scetticismo antico e moderno, del Neoplatonismo, di Bruno, Spinoza, Leibniz, Goethe, Kant, Schopenhauer, Nietzsche, Whitehead, Heidegger e Wittgenstein, per citare solo gli esempi più significativi.

Il disinteresse della filosofia italiana per il buddhismo può essere allora dovuto al fatto che questo appare ancora come una « cosa » lontana, esotica ed esoterica? Ma i testi buddhisti sono lì, tradotti in tutte le principali lingue occidentali, spesso dotati di ottimi commenti e introduzioni (come nel caso della recente edizione italiana della Utet, curata da Gnoli), e poi il sanscrito, lingua insegnata presso le Università delle

principali città italiane, non è molto più difficile del greco antico. Infine, la lontananza geografica, che giustificava in parte l'etichetta « esotico », oggi non sussiste quasi più: l'India, il Tibet, la Birmania, Ceylon, dove si possono studiare le diverse tradizioni del pensiero buddhista, sono facilmente raggiungibili quanto la California e il Giappone è ormai, sotto molti aspetti, parte integrante del « mondo occidentale ».

Dobbiamo allora pensare che l'indifferenza della filosofia italiana per il buddhismo sia imputabile al fatto che esso non appartiene a tutti gli effetti alla nostra tradizione? Anche questo sembra più un pretesto che una giustificazione: i veri pensatori non sono mai stati vittime delle tradizioni in cui si sono trovati a nascere; anzi, spesso hanno contribuito a *liberarsi* dalle tradizioni. O si deve credere che gli attuali pensatori italiani tradiscano questa tradizione dei grandi pensatori innovativi? Forse che il disinteresse filosofico per il buddhismo sia dovuto ad un atteggiamento di sufficienza rispetto ai suoi aspetti etici e teoretici? La bibliografia straniera, in particolare francese e inglese, indica che tale atteggiamento di sufficienza non sarebbe affatto giustificato, ma che, anzi, è legittimato il contrario, ossia la possibilità di un grande ventaglio di studi di filosofia comparata (la rivista *Philosophy East and West,* con i suoi trentacinque anni di onorata attività, è lì a testimoniare questa possibilità). E allora? Forse che i nostri filosofi sono meno curiosi di quelli di altri paesi per gli argomenti che si muovono ai confini della filosofia accademicamente intesa? Non credo: il fatto che un Severino scriva e parli con profondità di ogni aspetto della vita contemporanea, che un Cacciari si occupi da anni il misticismo o che addirittura un filosofo della scienza come Giorello cominci ad occuparsi di teologia, testimonia, casomai, il contrario.

Dobbiamo allora rassegnarci ad attendere ancora a lungo un'apertura della filosofia italiana al buddhismo, o dobbiamo concludere che i pensatori nazionali, permeabili come pochi altri a sollecitazioni culturali di ogni tipo, di ogni provenienza e di ogni epoca, sono refrattari proprio alle idee e alle esperienze offerte dalla religione più filosofica della storia?

« Il contenuto filosofico del buddhismo è solo una metà dell'opera di Buddha; l'altra metà è la sua vita, è esistenza vissuta, lavoro assolto, fatto, realizzato. E' qui attuata e insegnata una disciplina, un'autodisciplina di livello elevatissimo, della quale non hanno alcuna idea quegli sprovveduti che parlano, a proposito di Buddha, di "quietismo" e di "fantasticherie indiane" o roba del genere, negandogli la virtù cardinale dell'Occidente, lo spirito di intraprendenza. Noi vediamo piuttosto che Buddha esercita per sè e per i suoi discepoli un lavoro, che pratica una disciplina, una determinazione, una coerenza di fronte a cui anche gli autentici eroi dell'attivismo europeo non potrebbero che sentire il più profondo rispetto ».

HERMANN HESSE

Le ricerche di A. David Neel

di Miriam Campanini

Alexandra David Neel si trovava sull'Himalaya, in eremitaggio in una caverna situata a 3.900 metri, quando venne a sapere che nei pressi delle abitazioni dei pastori poste a valle, era stato rinvenuto e soccorso un indiano moribondo, sconosciuto a tutti. In seguito alle cure ricevute l'uomo, il cui nome era Ram Dars, guarì e raccontò di provenire dal sud dell'India, dove aveva vissuto fino a due anni prima esercitando il mestiere di sarto. L'uomo, profondamente religioso e devoto, rivelò di avere lasciato il suo paese affrontando le privazioni di un lungo pellegrinaggio per realizzare il fine a cui tendeva con tutte le forze del suo spirito: raggiungere un luogo, forse mitico, che pensava situato in una precisa zona del Tibet, dove credeva si fosse fatto trasportare, sentendo prossima la morte, un santo filosofo induista. A Ram Dars, per gli eccessivi patimenti subiti e per altre cause, non era stato possibile proseguire il viaggio e portare a termine la sua ricerca. Ristabilitosi del tutto, decise di ritornare al suo villaggio. Nonostante la forzata rinuncia il suo animo era sereno e pago per la esperienza vissuta ed arricchito nella fede.

La David Neel ci spiega che il non riuscire a raggiungere lo scopo, il fine, la meta prestabilita, non è mai vissuto da un orientale come un fallimento, ma è semplicemente considerato un episodio non concluso. Nella breve vicenda che è il corso di una vita umana, segnerà l'inizio di qualcosa che potrà essere compreso nella completezza dei significati in successive vite. La Neel descrive nel libro Le sortilège du mystère *alcuni tra i più interessanti incontri avuti con occidentali che si erano recati in Oriente con la speranza di risolvere inquietanti problemi interiori nell'incontro con una cultura molto attenta agli aspetti della psicologia del profondo. Sappiamo per esperienza quanto ancora oggi sia difficile non scontrarsi con l'intolleranza, per un occidentale che decida di vivere la ricerca interiore ed esprimere apertamente le profonde ragioni spirituali che lo hanno motivato nella sua scelta, così come Ram Dars era stato indotto a compiere la sua. La valutazione di questo particolare problema è di grande rilievo per la scoperta di soluzioni costruttive nei confronti di una crescita del buddhismo in Occidente.*

In tale valutazione potrebbe essere utile analizzare le ragioni in base alle quali la Neel raccolse e riferì, con molto rispetto umano, le confidenze ottenute. Evidentemente riteneva che in esse fossero contenute informazioni preziose che non sempre condizioni favorevoli o fortunate coincidenze avrebbero potuto darci l'opportunità di conoscere. La Neel espose chiaramente, in tutti i suoi scritti, quegli aspetti che, anche ora, sono considerati, e non a torto, strettamente riservati nella loro comprensione più profonda alla sensibilità orientale, ed interpretabili soltanto nel contesto di tale cultura. Le profonde affinità che legarono la studiosa francese alla spiritualità orientale convinsero un importante erudito indiano a manifestarle, in una lettera scritta intorno al 1913, la sua grande ammirazione. Stupito, metteva in rilievo l'eccezionalità del fatto che una donna straniera di religione buddhista fosse invitata a presenziare ad una delle principali cerimonie religiose indui-

ste, ed inoltre, cosa davvero non comune, le fosse chiesto di illustrare la sua dottrina.

Ricercatrice e studiosa, soprattutto del buddhismo tibetano, la Neel seppe dimostrare la verificabilità degli assiomi dell'esoterismo: condusse ricerche in questo campo, in modo particolare su alcuni aspetti inerenti al lamaismo e su contenuti di altri sistemi filosofici, sempre però relativi o vicini al buddhismo. Nel famosissimo libro Maghi e mistici del Tibet *ribadisce il suo punto di vista: afferma e precisa quanto le sue intenzioni fossero ben lontane dal voler giudicare od insegnare qualsiasi dottrina. Desiderava far conoscere fatti che rientravano nel campo degli studi psicologici, raccogliendoli in un paese dove la tradizione in tal senso era molto ricca. Le esperienze e le conoscenze che realizzò non sono facilmente raggiungibili neppure oggi, pur giovandosi di una ben più larga diffusione del buddhismo in Occidente. Se si esamina il personaggio Neel non si può non riconoscere come abbia vissuto fino in fondo l'insegnamento del Buddha, che indica come valido risultato soltanto ciò che viene realizzato con mezzi e capacità personali.*

Questa donna intrepida ricercò e ritrovò in se stessa le qualità introspettive e creative del profondo. La sua esperienza spirituale si può considerare un valido punto di riferimento e di confronto.

Un valore particolare assumono in questo caso le lettere inviate al marito Philippe Neel, durante gli anni trascorsi come ricercatrice in Oriente dal 1911 al 1938. Gli scritti, ora raccolti in due volumi, non furono in origine destinati alla pubblicazione e proprio il loro carattere personale, a volte intimo, guida alla conoscenza psicologica della studiosa. Nella raccolta delle lettere, provenienti dalle località in cui la Neel di volta in volta sostò, è testimoniata la crescita graduale della maturazione spirituale di questa donna, la cui vita fu così ricca di interessi e di mete che perseguì e raggiunse con grande forza di volontà, intelligenza e fede. Da esse traspare anche una modernissima ansia di ricerca per una completa identità psicologica e culturale. Tentò di trovare risposte o di formulare considerazioni su quei contenuti che oggi impegnano larga parte della spiritualità del nostro secolo e che sono aperti a nuove soluzioni e verifiche.

Opere di A. David Neel tradotte in italiano:

— Maghi e mistici del Tibet, Ed. Ubaldini.
— Le iniziazioni nel Buddhismo Tibetano, Ed. Ubaldini.
— Gli insegnamenti segreti delle sette buddhiste tibetane, Ed. Arcana.
— Lama Mipam, Ed. Arcana.
— Il Buddhismo di Buddha, Ed. Basaia.

« L' "io" sul quale l'intero sistema del pensiero extraeuropeo, a differenza della scienza europea, è da tremila anni impegnato, non è l'uomo singolo, come egli stesso si percepisce e si intende, ma è il nucleo più intimo ed essenziale di ciascuna anima: è quello che l'indiano chiama "Atman" e che è divino et eterno. Chi trova questo io — con la via di Buddha o dei Veda, di Lao Tze o di Cristo — è nel più profondo del suo essere collegato al tutto, a Dio, e agisce d'intesa con lui ».

HERMANN HESSE

LIBRI (a cura di Luigi Turinese e M.A. Falà)

TAITEN F. GUARESCHI: « Il pensiero religioso di Taisen Deshimaru Roshi, Maestro Zen del XXI secolo » - Il Cerchio, Rimini 1987, p. 226, L. 25.000.

Dopo la morte del Sesto Patriarca Hui Neng (713), nel seno dello Zen si svilupparono diverse scuole, due delle quali sono ancora fiorenti ai nostri giorni: la scuola Rinzai e la scuola Soto.

Le peculiarità della prima ci sono note soprattutto attraverso i numerosi lavori di Daisetz Teitaro Suzuki e per un po' di tempo la conoscenza che l'Occidente ha avuto dello Zen si è limitata alla sua variante Rinzai.

In Giappone, tuttavia, la scuola Soto, che si fa risalire a Dogen (XIII sec.), conta un numero di gran lunga maggiore di seguaci. Essa conferisce molta importanza allo zazen (meditazione seduta) praticato senza alcuno scopo e in particolar modo allo shikantaza *(nient'altro che sedersi), che costituisce l'essere qui e ora in piena presenza e facendo a meno di qualsiasi supporto meditativo (respiro, mantra, ecc...).*

Nel 1965 il roshi (maestro) Kodo Sawaki morì, lasciando la Trasmissione della sua linea Soto *a Deshimaru. Questi, nel 1967, si trasferì in Francia e in capo ad alcuni anni fondò numerosi centri di Zen in Europa e in Africa. Il lavoro di quest'uomo energico e deciso desta ogni meravigliata ammirazione e si è protratto fino alla morte, avvenuta nel 1982.*

La grande autorevolezza di Deshimaru gli è valsa una schiera di discepoli devoti, che stanno continuando la sua opera. Uno di questi, Taiten Fausto Guareschi, ha ricevuto tre anni or sono, in Giappone, la Certificazione per la Trasmissione dell'Insegnamento e oggi anima con grande energia il movimento Zen Soto d'Italia.

Questo libro rappresenta un affettuoso omaggio di Guareschi a Deshimaru, definito argutamente Maestro del XXI secolo, per sottolinearne la portata anticipatrice e al di là del tempo.

C. LUX (LU K'UAN YU): « I segreti della meditazione cinese » - Ubaldini Editore, Roma 1965, p. 253, L. 16.000.

L'autore presenta un'esaustiva descrizione delle diverse scuole di meditazione fiorite in Cina. Da questa rassegna si ricava l'immagine di una forte ibridazione culturale, tipica peraltro del pensiero cinese, sempre aperto a feconde sintesi tra dottrine autoctone e idee di provenienza straniera.

Così le antiche tecniche meditative taoiste, incentrate sulla regolazione della postura e del respiro, saranno un buon terreno per l'innesto delle pratiche buddhiste. Nel libro sono altresì esposti il metodo della Scuola della Pura Terra, dove la salvezza si ottiene semplicemente per mezzo della fede in Amitabha Buddha, e le tecniche del buddhismo Ch'an, precursone cinese dello Zen, in cui viceversa lo studio della mente è assai sviluppato: si pensi all'espediente kung an *(giapponese* koan*), che consiste nella risoluzione di indovinelli apparentemente assurdi dal punto di vista logico, con la funzione di sottrarre la mente ai condizionamenti psico-linguistici, ponendola in uno stato di risveglio.*

Di grande interesse è il metodo che va sotto il nome di chih-kuan, *attribuito alla scuola T'ien-T'ai. « Il* chih *ferma... la falsa (e ingannevole) mente... Nella pratica del* chih, *il primo passo consiste nel fissare la mente su un oggetto... Lo scopo del metodo* chih *è di inchiodare la mente vagante a un punto fisso nello stesso modo che si lega una scimmia a un paletto: questo le impedisce di vagare. Vi sono diversi modi di arrestare la mente, ma quelli consueti sono due:*

1) fissandola sulla punta del naso;

2) fissandola immediatamente sotto l'ombellico.

...Dove la falsa mente si arresta, la realtà appare... Il kuan, *indispensabile per estirpare l'ingannevole illusione, ...consiste nell'osservare, esaminare, scrutarsi nel profondo » (pp. 172-173).*

E' facile riconoscere nel chih-kuan *la variante cinese del samatha-vipassana, metodo comune a molte scuole buddhiste e particolarmente sviluppato nel buddhismo theravada.*

Nel sesto capitolo del libro vi è un minuzioso resoconto dei fenomeni fisiologico-energetici messi in atto da alcune tecniche meditative, mentre l'ultimo capitolo tratta di metodi di guarigione e di autoguarigione secondo lo yoga cinese. Un glossarietto dei termini tecnici chiude il lavoro.

ABHAYADATTA: « Le vite degli ottantaquattro Mahasiddha », Poteri e gesta degli antichi maestri tantrici dell'India buddhista - Ed. Ghe Pel Ling, Milano 1986, p. 355.

Tra il VII e l'XI secolo si sviluppò in India un movimento spirituale extramonastico destinato a rivitalizzare il buddhismo indiano e a portare creativamente il buddhismo in Tibet. Esso proponeva la pratica del Dharma per tutti, al di fuori di uno stile di vita speciale o specializzato. Per questa sua caratteristica fece presa soprattutto sui ceti più umili, sui fuori casta; ma anche i nobili, incoraggiati a percorrere il Nobile Ottuplice Sentiero nei loro palazzi senza doversi rasare il capo e prendere il bastone e la ciotola per le elemosine, furono attratti dal nuovo movimento.

Seguire la via dell'Illuminato senza dover rinunciare ai piaceri della vita: questa la « rivoluzione » proposta dai Siddha, evidentemente sostanziata di tantrismo. La via di trasformazione propria del Tantra converte gli ostacoli nel sentiero spirituale. « Ciò che condiziona la persona ordinaria libera il saggio »: mediante il distacco e l'equanimità viene trascesa ogni concezione dualistica. In questa prospettiva la stessa distanza tra samsara e nirvana si riduce fino a sfumare. Dice Tilopa al suo celebre discepolo: « O Naropa, non sono le apparenze che ti condizionano, ma l'aggrapparti ad esse ».

Il Canone tibetano raccoglie le biografie di ottantaquattro Perfetti (Mahasiddha) comuni alle tradizioni tantriche buddhista e shivaita. Essi hanno in comune l'aver dedicato la propria vita all'aiuto degli altri, realizzando questo nobile obiettivo mahayanico nei modi più semplici. Spesso i Siddha svolgono attività comuni (tessitori, calzolai, ecc...) o frequentano gente che l'occhio convenzionale definirebbe « di bassa lega ». E' proprio in queste condizioni che essi realizzano la trasformazione del metallo vile in oro.

Il libro di Abhayadatta, ottimamente curato da Elio Guarisco, diventa così un piacevole « livre de chevet », una raccolta di aneddoti spiritosi non meno che edificanti: esso ricorda al laico — e in ciò è di grande attualità — che la perfezione è anche alla sua portata.

MASSIMO OLMI: « Italiani dimezzati » - Napoli 1986, Edizioni Dehoniane, p. 175, L. 14.000.

Pur limitandosi a delineare la situazione in cui vivono le minoranze linguistiche in Italia, questo libro ha il pregio di rompere la tradizione di pensiero che vede l'Italia tutt'una come lingua e religione. Molto ricco di dati relativi a tutte le minoranze etnico-linguistiche non riconosciute giuridicamente, al contrario di quelle tedesche dell'Alto Adige o di quelle francesi della Val d'Aosta, il libro offre una panoramica che spazia dagli italo-albanesi ai sardi catalani di Alghero, ai grecanici, alle minoranze slave, alle comunità germanofone non altoatesine, ai ladini, agli occitani, al valdesi e franco-provenzali fino agli zingari.

Il capitolo primo attira di più la nostra attenzione in quanto cerca di definire il concetto di « minoranza », che va oltre lo specifico della minoranza linguistica. La nostra costituzione prevede la tutela delle minoranze, ma ben poco è stato fatto da quarant'anni a questa parte, come attesta questo libro in merito alle questione delle minoranze etnico-linguistiche, ma come attesta anche la lentezza con cui, per esempio, procede il riconoscimento della presenza di culti religiosi « minoritari » in Italia, tra cui il buddhismo.

L'ambizione dell'autore è solo quella di promuovere il riconoscimento di questi diversi, di tutte le minoranze « etniche, linguistiche, sociali e culturali », come prevede anche lo statuto del Gruppo italiano per i diritti delle minoranze.

GLENN H. MULLIN: « La morte nella tradizione tibetana » - Ubaldini Editore, Roma 1986, p. 237, L. 25.000.

Il problema del morire e della propria morte è per tutti gli uomini di importanza centrale. Nelle moderne società industriali si è assistito in questi ultimi decenni ad una progressiva rimozione di questa realtà dell'esistenza umana. Malattia, invecchiamento e morte sono diventati argomenti tabù.

Sta però rinascendo in Occidente un nuovo interesse da parte della psicologia per la tanatologia o studio della morte e dei suoi effetti e i tanatologi moderni hanno portato dati significativi a sostegno della teoria che la consapevolezza della morte e dell'impermanenza ci aiuta a vivere una vita più equilibrata ed armoniosa.

Questo è un fatto ben conosciuto per il buddhismo, che ci richiede di essere sempre consapevoli della nostra impermanenza. Per il buddhismo l'esperienza della morte è principalmente un fenomeno interiore, psichico. Al momento della morte tutto quello che abbiamo fatto e imparato viene sottoposto alla prova finale.

Mullin ha cercato con questo suo lavoro, in cui sono raccolte le traduzioni di nove opere di vari autori tibetani, di indicare i diversi atteggiamenti e le diverse pratiche in uso in Tibet riguardo la morte,

con lo scopo non di fornire una serie di interpretazioni filosofico-dottrinali (su tale tema si può invece vedere l'interessante libro di Lati Rimpoce e Jeffrey Hopkins, Morte, stato intermedio e rinascita, *tr. it., Roma, Ubaldini 1980), quanto piuttosto di mostrare la pratica e la tradizione tibetana della morte e del morire in quanto tradizione spirituale vivente.*

Il materiale scelto con cura mostra la struttura di pensiero, di pratica e di atteggiamenti propria di tutte le varie tradizioni del buddhismo tibetano e fornisce una visione panoramica dei vari tempi e aspetti sviluppati sulla concezione della morte in Tibet nel suo insieme. L'autore ha individuato e tradotto opere che coprono sette aspetti principali delle tradizioni: le istruzioni per chi desidera prepararsi alla morte con una pratica meditativa specifica, scritti che ispirano tale meditazione, racconti sulla morte di grandi santi e yogi, metodi di interpretazione di sogni profetici di morte prematura, metodi per ottenere la longevità, metodi per addestrare la morte nel po-wa *o trasferimento della coscienza dopo l'abbandono del corpo, testi da leggere ai morenti per facilitare questa transizione.*

Il presente libro vuole dare quindi una panoramica del pensiero tibetano sulla morte in quanto approccio olistico alla vita e alla morte.

PARAMITA per i centri Dharma

Riteniamo opportuno portare a conoscenza dei lettori la circolare che in questi giorni abbiamo inviata a tutti i centri di Dharma.

« PARAMITA sta completando la sua sesta annata di pubblicazione: un'annata importante, durante la quale è stato raggiunto il traguardo dei mille abbonati ed è stato ottenuto il riconoscimento, da parte del ministero per i Beni Culturali, di "elevato valore culturale" per il nostro periodico, con conseguente contributo di tre milioni.

Con il conforto di questi risultati, intendiamo assumere nuovi impegni a sostegno dei centri di tutte le tradizioni buddhiste. Pertanto, per tutto il 1988:

1) saranno riportate su ogni quaderno più ampie notizie sulle iniziative dei centri (da comunicarci entro novembre per il n. 25, entro febbraio per il 26, entro maggio per il 27, entro agosto per il n. 28);

2) saranno pubblicati testi ricavati da insegnamenti dati nei centri, cui offriremo fino a 100 copie dei relativi estratti (ogni copia in più, a lire mille);

3) invieremo in omaggio ai centri 5 copie di "Sei anni di PARAMITA", un fascicolo con gli indici analitici degli articoli pubblicati nei primi 24 quaderni (ogni copia in più, a lire mille);

4) sarà praticato lo sconto del 50% sul prezzo di copertina delle seguenti pubblicazioni: "Come meditare" di K. Mc Donald; "L'insegnamento del Buddha" di W. Rahula; "25 secoli di Buddhismo" di Omodeo Salè; "La meditazione buddhista" di A. Solè-Leris; "Buddha", biografia in grande formato a colori della Mondadori (prezzo speciale per i centri: lire 4.000); "Buddha" altra biografia illustrata a colori edita da Futuro (prezzo speciale per i centri: lire 4.000); fascicoli di PARAMITA.

5) saranno offerti ai centri contributi finanziari per iniziative di particolare importanza, da concordare con PARAMITA e/o con la Fondazione Maitreya.

Siamo disponibili per ogni altra forma di collaborazione e di sostegno che ci venisse proposta. Inviamo a tutti i centri, ai loro dirigenti e ai loro frequentatori i più cordiali auguri di buon lavoro ».

Questa circolare è stata inviata ai seguenti centri: Rabten Maitri di Torino - Milarepa di Pinerolo - Centro d'Informazione buddhista di Giaveno - Tekciok Samling di Belvedere - Karma Ling di Viganella - Rabten Ghepeling di Milano - La Terra delle Dakini di Milano - Associazione Zen di Milano - Karma Ling di Brescia - Gian Ciub di Bergamo - International Meditation Center di Ponte all'Olio - Tzong Khapa di Treviso - Karma Ling di Verona - Vajrasattva di Reggio Emilia - Cenresi di Bologna - Kagyu Kumkiab di Bologna - Karma Choeling di Castagneto - Monastero Zen di Salsomaggiore - Terra Ewam di Firenze - Istituto Lama Tsong Khapa di Pomaia - Merigar Dzog-chen di Arcidosso - Monastero Lin-chi di Scaramuccia - Gruppo vipassana di Roma - Urasenke di Roma - Samantabhadra di Roma.

INIZIATIVE

Seminario buddhista a Milano

Il programma dettagliato del « Seminario buddhista », che si svolgerà a Milano ogni sabato pomeriggio del prossimo mese di Novembre, dalle ore 15 alle 19, con il patrocinio dell'Assessorato alla cultura del Comune di Milano, nell'ambito della XI edizione di « Milano per Voi », è stato concordato fra tutti i centri interessati, l'UBI e la Fondazione Maitreya in una riunione del 19-20 settembre a Milano. Esso prevede:

7 novembre: 1) la tradizione buddhista theravada: meditazione vipassana e presenza mentale (John Coleman);

2) audiovisivi con commento di Flavio Pelliconi.

14 novembre: Il buddhismo e la società italiana (comunicazione della prof. Conio sul dialogo interreligioso, relazione del presidente G. Molinari per il primo congresso nazionale dell'Unione Buddhista Italiana, interventi e conclusioni, comunicazione di G. Pasqualotto su « Buddhismo e Filosofia », dibattito pubblico).

21 novembre: Il buddhismo tantrico (L'esperienza di Milarepa, esposta dal lama Cian Ciub - Audiovisivi con poesie del VI Dalai Lama - I Sentieri sutra e tantra descritti dal lama Gonsar Rimpoce - Meditazione tibetana, guidata dai gheshe Ciampa Ghiatzo e Tenzin Gompo - dibattito pubblico).

28 novembre 1) La rivoluzione del buddhismo in Cina (Engaku Taino);

2) Lo Zen come trasmissione di una postura, la postura del Risveglio (Fausto T. Guareschi).

Le manifestazioni si svolgeranno nel Salone del Museo della Scienza e della Tecnica di via S. Vittore (con ingresso libero e gratuito), ad eccezione del congresso dell'UBI del 14 novembre, che avrà luogo nella Sala Biancamano, in via Olona, 6. Il comitato coordinatore è composto da: Mario Barlesta, Francesco Gringeri, Flavio Pelliconi, Vera Rovesti, Laura Vassallo e Fabio Zagato.

Informazioni: tel. 02/8392018 (Vera Rovesti).

A KYOTO DOPO ASSISI

Si sono incontrati il 4 agosto a Kyoto (Giappone), nel protomonastero buddhista zen del Monte Hiei che celebrava il XII centenario della propria fondazione, rappresentanti di tutte le religioni del mondo, come era stato concordato lo scorso anno a conclusione dell'incontro di Assisi, per la seconda giornata mondiale delle religioni per la pace. Raccolti attorno al venerabile Eitai Yamada, l'ultranovantenne abate del monastero, esponenti di ogni fede (il Vaticano era rappresentato dal Cardinale nigeriano Francis Arinze, presidente del segretariato per i non cristiani) hanno rinnovato l'appello di Assisi agli uomini religiosi di operare concretamente in ogni paese per risolvere i conflitti in corso e per suscitare sentimenti di pace fra tutti i popoli.

Questo appello è stato lanciato nello spazio dai solenni rintocchi della grande campana in bronzo, rame e oro del santuario buddhista giapponese, percossa da un tronco di bambù, cui hanno risposto contemporaneamente le campane dei principali centri religiosi del mondo. In Italia hanno suonato le campane di Assisi, ma sono rimaste mute quelle di S. Pietro in Vaticano, per malintesi... burocratici.

IN FRANCIA IL TEMPIO DEI MILLE BUDDHA

Il tempio dei « Mille Buddha » — costruito su tre piani e su un'area di 500 metri quadri, qualificandosi così come il più grande tempio buddhista d'Occidente — è stato inaugurato lo scorso agosto a Toulon-sur-Arroux, nei pressi del castello di Plaige (Francia), alla presenza di oltre duemila persone, tra cui numerosi monaci della tradizione Kaghiupa. Nel discorso inaugurale, l'ultraottantenne monaco tibetano Kalu Rimpoce, giunto appositamente dal lontano Sikkhim, ha detto tra l'altro: « Tutte le religioni, dall'islamismo al buddhismo, al cristianesimo, vanno nella stessa direzione e lavorano per il benessere e la pace interiore ».

MEDITAZIONE VIPASSANA

L'International Meditation Center-Italia organizza due corsi intensivi di meditazione vipassana:

— dal 30 ottobre al 7 novembre, condotto da John Coleman;

— dal 13 al 22 novembre, condotto da Fabio Zagato.

I corsi avranno luogo al centro « La Meridiana », località Montesanto-Ponte dell'Olio (Piacenza).

Informazioni: tel. 0523/878334; oppure: 02/587296.

ISTITUTO TSONG KHAPA - POMAIA

16-18 ottobre: Aromaterapia, con S. Fischer;

16-18 ottobre: Psicologia buddhista, con Peter Della Santina;

23-25 ottobre: « Integrare il Dharma », con Renato Sulli;

31 ottobre-1° novembre: « Imparare a morire », incontro con C. Miller.

8-14 novembre: Ritiro di Vipassana, con Corrado Pensa;

11-16 novembre: « Gli 84 Siddha », con Ciampa Ghiatso;

27-29 novembre: « Eufonia », con Levy;

4-8 dicembre: « Omaggio a Buddha Sakyamuni », con Ciampa Ghiatso;

4-6 dicembre: « Simbologia dell'albero », con Olga Amman;

6 dicembre: Iniziative di Heruka Bianco, con Ciampa Ghiatso;

6-8 dicembre: Energia della Danza, con Anna Maria Epifania;

13 dicembre: Jandac Day;

15 dicembre: Gaden Ngacho;

27 dicembre-3 gennaio: « Le Paramita di Pazienza e Concentrazione », con Yeshe Thobten;

8-24 gennaio: Ritiro di Krya Avalokitesvara.

Informazioni: tel. 050/68976.

UN TEMPIO ZEN SOTO A MILANO

E' in via di allestimento un tempio Zen Soto a Milano, per andare incontro alle specifiche esigenze dei praticanti in grandi città. Con sedute di meditazione, conferenze, periodi di pratica secondo gli insegnamenti di Dogen Zenji, fondatore e primo patriarca dello Zen Soto in Giappone, il centro si propone la diffusione, l'iniziazione, lo studio e l'approfondimento del buddhismo secondo la tradizione Soto.

Informazioni: via Baldinucci, 1 - Milano - tel. 02/6886262.

MONASTERO LIN-CHI - ORVIETO SCALO

Continua a svolgersi il programma delle sesshin *mensili, che di regola cominciano con la cena del venerdì e si concludono con il pranzo della domenica; la notte fra il sabato e la domenica viene trascorsa tutta intera in meditazione. Prossime date: 6-7-8 novembre; 5-6-7 dicembre. Al di fuori delle* sesshin, *il monastero è sempre in funzione e si svolgono regolari sedute di* chan *al mattino e alla sera, pratica di* Tai-chi *e di Yoga ed altre attività del corpo, oltre a lavori agricoli. Un venerdì notte al mese si pratica la meditazione seduta fino al mattino.*

Informazioni: tel. 0763/25054.

CENTRO CENRESIG - BOLOGNA

Prossimi programmi:

18 dicembre: Insegnamenti preliminari all'iniziazione, con Chiampa Ghiatzo;

19 dicembre: Iniziazione di Manjushri Nero, con Ciampa Ghiatzo;

20 dicembre: Commentario alla pratica di Manjushri Nero, con Ciampa Ghiatzo;

21 gennaio: Conferenza pubblica di Sonam Gianciub sul tema « Il Karma, la legge di causa ed effetto nel buddhismo tibetano »;

22-24 gennaio: « Il Sutra del Cuore », con Sonam Gianciub.

Informazioni: 051/226953.

CENTRO MILAREPA - PINEROLO

In aggiunta al programma pubblicato su PARAMITA 23, annunciamo quanto segue:

1) uno dei 4 reggenti del lignaggio Karma Kaghiu, il rimpoce Jamgon Kontrul, sarà in Italia in ottobre e visiterà i centri Kaghiu di Pinerolo, Verona e Brescia. Il 9 ottobre terrà una conferenza a Torino sul tema: « Le basi filosofiche del buddhismo tibetano ». Al Castello di Miradolo a San Secondo (TO) il 10 ottobre conferirà l'iniziazione di Ghyalwa Giatzo e l'11 ottobre l'iniziazione di Dorje Pamo, cui seguirà l'insegnamento su « Il significato della pratica dello Ydam »;

2) il lama Gian Ciub dirigerà a Pinerolo dal 5 all'8 dicembre un ritiro sulla pratica del Buddha Amitabha e dall'1 al 6 gennaio un ritiro sulla pratica del Powa;

3) per chi desidera praticare ritiri individuali, il centro Milarepa mette a disposizione una roulotte di sua proprietà, al prezzo di lire 10.000 al giorno (ai pasti dovrà provvedere il praticante).

Informazioni: tel. 0121/77927 (ore 19-21).

CENTRO RABTEN GHE-PEL-LING - MILANO

Prossimi programmi:

16-18 ottobre: « Coscienza, cultura e consapevolezza », con Francesco Pazienza;

30-31 ottobre: « L'esperienza della meditazione », con Yeshe Thobten;

2 novembre: « La visualizzazione », discorso di Alexander Berzin;

15-16 novembre: Commentario alla pratica della breve sadhana di Yamantaka Ekavira, con Tenzin Gompo;

22 novembre: « Come ascoltare, riflettere e meditare », con Tenzin Gompo;

4-6 dicembre: « Lo stadio di generazione e di completamento delle 4 classi del Tantra buddhista », con Gonsar Rimpoce;

11-13 dicembre: « Il rilassamento Kum-Nye », con Marco Valli;

15 dicembre: Puja delle mille lampade, in occasione del Parinirvana di Tzong Khapa;

18 dicembre: « Nel profondo del Nepal », diapositive e commento di Salvatore De Paola.

Informazioni: tel. 02/3084328.

INCONTRO DI INDUISTI, BUDDHISTI E CRISTIANI AD ASSISI

Dal 23 al 27 agosto si è svolto ad Assisi un convegno sul tema « Induisti, buddhisti e cristiani: una convivialità profetica » organizzato dalla Cittadella, dal Centro Henri Le Saux, dalla Comunità di Camaldoli e dall'Istituto Tzong Khapa. E' stato un importante incontro interreligioso, in cui si sono alternate conferenze, tavole rotonde, gruppi di studio, meditazioni, filmati, ecc.

Tra i suoi principali animatori, ricordiamo: Seno Uchida, ambasciataore del Giappone presso la Santa Sede: Sabino Acquaviva, sociologo; Caterina Conio dell'Università di Pisa; Ciampa Ghiatso dell'Istituto LTK; Sri Satyananda del Sadhana Ashram di S. Presto; Raimundo Panikkar, Peter Della Santina, Connie Miller e Marco Valli.

FONDAZIONE MAITREYA - ROMA

I Garanti della Fondazione Maitreya (Mauro Bergonzi, Heda Klein, Corrado Pensa, Amadeo Solè-Leris e Riccardo Venturini) hanno nominato, con il concorso del fondatore Vincenzo Piga, il nuovo Consiglio di amministrazione della Fondazione per il triennio 1987-1990, che è ora così composto: Laura Catalano, programmatrice dell'Istituto Lama Tzong Khapa; Vincenzo Piga, direttore di PARAMITA; Arcangela Santoro, dell'Università di Roma. Si stanno costituendo le sezioni regionali della Fondazione nel Veneto, in Lombardia, a Roma, in Toscana e in Emilia; esse avranno il compito di organizzare nelle rispettive zone, con il concorso di centri buddhisti d itutte le tradizioni e di personalità ed organizzazioni culturali del luogo, le attività operative per il 1988, di cui daremo notizia nel prossimo quaderno.

IKEBANA A ROMA

Si è costituito a Roma un grupop di studio, collegato alla scuola giapponese Sogetsu, per insegnare e diffondere l'autentica pratica dell'Ikebana, basata sul rapporto con i fiori e con le loro composizioni. E' una pratica di antiche tradizioni, sorta nell'ambito dello zen, di cui è considerata una delel tante vie, il cosidetto Ka-Do, per raggiungere un perfetto equilibrio con se stessi e con tutta la natura.

Informazioni: Lina Alicino - tel. 06/5204239.

CONVEGNO INTERRELIGIOSO A MILANO

La Fondazione « Comunità » ha indetto da sabato 31 ottobre a lunedì 2 novembre a Milano un convegno sul tema: « Pace, cultura, religioni », presso l'Auditorium Don Bosco, via Melchiarre Gioia, 48 - Milano. Il convegno è organizzato, con la collaborazione della Curia Arcivescovile di Milano, dall'Associazione italiana Zen, dal centro « La Terra delle Dakini », dalla Comunità greco-ortosossa di Roma, dal Pontificio Istituto Missioni Estere, dal Centro Islamico e dalla rivista « I quaderni di Avallon ».

GRUPPO DI CONSAVOLEZZA MEDITATIVA (VIPASSANA) DI ROMA

Sono in programma le seguenti attività, guidate dal professor Corrado Pensa:

sabato 31 ottobre (dalle 17,30 alle 20,30): Introduzione alla consapevolezza meditativa (vipassana), Seminario teorico-pratico;

sabato 28 novembre (dalle 8,45 alle 19): Intensivo di vipassana per non principianti;

sabato 12 dicembre (dalle 8,45 alle 19): Intensivo di vipassana per non principianti.

Per « non principiante » si intende chi ha fatto almeno un corso o un ritiro o un intensivo di vipassana.

Gli incontri avranno luogo al Circolo culturale « Orfeo » in Roma, vicolo d'Orfeo 1 (presso Borgo Pio). Poiché i posti sono limitati, occorre prenotarsi per tempo, telefonando al n. 06/3610123 (prima delle 8,15 del mattino, oppure la sera).

Lettere a PARAMITA

L'ABORTO NEL BUDDHISMO

Recentemente è tornata agli onori della cronaca la questione dell'aborto, nelle sue implicazioni non soltanto legali ma, soprattutto, etiche e religiose. Dalla stampa e dalla tv, però, è pressoché impossibile conoscere opinioni o dogmi, che non siano quelle dei cattolici e dei cosiddetti laici. Credo che ai lettori di PARAMITA, buddhisti e non, riuscirebbe gradito conoscere il punto di vista, o i punti di vista, del buddhismo, nelle sue varie espressioni, su un così importante problema. Perché, dunque, non dedicare un articolo della rivista alla dottrina buddhista circa l'aborto, tenendo conto delle varie scritture, dei commenti tradizionali, delle opinioni delle moderne autorità buddhiste, nonché della stessa legislazione in uso, ieri e/o oggi, nei paesi di tradizione buddhista? Un simile articolo potrebbe anche essere di ausilio al dibattito sulla liceità dell'aborto sorto all'interno del movimento ecologista, che sembra esser rimasto intrappolato nelle categorie della cultura egemone, che si esprime appunto nel bipolarismo cattolicesimo-laicismo.

Sandro Consolato - Bagnara Calabra

E' una richiesta molto opportuna, cui daremo risposta con un articolo nel prossimo quaderno di PARAMITA.

DIALOGARE CON TUTTE LE RELIGIONI

Ho notato che l'argomento del dialogo interreligioso in senso generale e quello più particolare del dialogo tra buddhisti e cristiani è una «costante» in quasi tutti i numeri della rivista, e giustamente.

E' evidente che il dialogo interreligioso — che poi dovrebbe essere un dialogo interumano a livello profondo, coinvolgente non solo le ideologie e i loro catechismi, ma sentimenti-archetipi come la Fratellanza o la Compassione (intesa come compartecipazione alla gioia e al dolore) latente nel cuore di ogni uomo — rappresenti oggi una esigenza di grande importanza. Attraversiamo un momento particolarmente denso di conflitti, grava su tutti noi il pericolo di una catastrofe nucleare e viviamo il dissesto psicologico ed economico tipico dei periodi di transizione da un modello di convivenza umana ad un altro, da un'era astrologica ad un'altra (siamo già entrati nell'Acquario), con mutazioni profonde in atto, paragonabili a quelle che si verificarono tra Medio Evo ed Età Moderna. Capirsi ed accettarsi significa contribuire alla pace dell'Umanità.

Ora, mi sembra che il dialogo interreligioso così come Voi lo avete promosso finora si sia svolto in una prospettiva ristretta, di fatto (tranne una o due eccezioni) sempre con lo stesso interlocutore privilegiato: la burocrazia religiosa del Cattolicesimo.

Non è stato aperto, o tentato, il dialogo con i vertici delle altre religioni, con i musulmani, con gli induisti, con i rabbini del giudaismo (come ascolteremo volentieri la parola profonda del rabbino E. Toaf!), con i testimoni di Geova, e con quella parte così consistente del cristianesimo che sono i protestanti.

Mi rendo conto però, pur esprimendo l'esigenza di un dialogo aperto a tutti in modo imparziale, delle difficoltà operative che quanto da me auspicato significa. Paramita è una rivista di elite dalla diffusione limitata e probabilmente con uno staff redazionale poco numeroso. Tuttavia un dialogo aperto non solo ai cattolici, o ai cristiani in generale, mi sembra necessario. Sarebbe un primo passo per cercare un dialogo anche con la gente, superando le ideologie e il pensiero «morto» che molte religioni si trascinano dietro per via della sclerotizzazione delle caste al potere.

Essere sensibili a questa richiesta è parte della comprensione del periodo storico che stiamo vivendo. Il Buddhismo, così ricco di metodi e di tecniche di liberazione, può offrire molto in un dialogo diretto, non solo alle gerarchie, ma all'uomo in generale.

Devo dire però che il lavoro svolto da Voi, di informazione precisa ed imparziale dell'attività di tutti i gruppi che si riconoscono nelle

varie tradizioni del buddhismo, dallo Zen al Theravada o al Tantra; la qualità elevata degli articoli teorici, è semplicemente prezioso ed insostituibile. In fondo, questo è già un modo di parlare alla gente, poiché deve essere chiaro che il nostro non può essere un discorso di massa, ma diretto a quelli che hanno orecchie per intendere.

C'è ora un ultimo punto sul quale vorrei fermarmi, perché rientra anch'esso, e come, nel vasto tema del dialogo interreligioso.

Si tratta dell'insegnamento della religione nella scuola italiana.

Come padre di due studenti liceali sono particolarmente interessato a questo problema, e vorrei invitare gli altri genitori che leggono Paramita ad occuparsi dell'argomento, giacché questo tocca da vicino la libertà religiosa. Non tutti si rendono conto che malgrado la Costituzione e la legge entrata in vigore recentemente, tutto è rimasto presso a poco come prima. L'ora di religione è sempre un territorio di caccia riservato ad una parte sola; e siamo ben lontani dal vedere nelle nostre scuole un Lama tibetano o un rabbino spiegare agli studenti la loro filosofia. In alcuni istituti c'è una gran confusione, per esempio al liceo Giulio Cesare di Roma una parte degli studenti segue l'ora di religione cattolica, una parte ha scelto la materia alternativa, e una terza parte autogestisce quell'ora in biblioteca o in un'aula trattando un argomento prescelto. In un altro liceo la materia alternativa comporta ricerche scritte e un voto, cioè una penalizzazione. Si ha l'impressione di manovre tese a ritardare in tutti i modi l'applicazione effettiva delle leggi.

Comunque, nella scuola italiana il dialogo interreligioso non è ancora cominciato.

Ruggero Fiorillo - Roma

Per dialogare, bisogna essere in due; solo negli ultimi mesi si sono offerte possibilità di avere interlocutori anche fra protestanti, ebrei, musulmani ecc. Inoltre PARAMITA, con la Fondazione Maitreya, partecipa all'organizzazione di un convegno sulle minoranze religiose in Italia, che discuterà anche il problema della religione nelle scuole.

I SETTE LIVELLI DELL'ESSERE

Ci sono Maestri che non parlano mai dei «Sette Corpi» (o Sette Livelli della Mente, o Sette Livelli dell'Essere) e Lao Tzu è tra questi, mentre altri sottolineano le varie tappe della evoluzione interiore facendo una suddivisione, appunto, in sette livelli: fisico, eterico, astrale, mentale, spirituale, cosmico, nirvanico. Mi appare chiaro il senso di tutti questi stati dell'essere tranne uno: il terzo. Potreste darmi delle indicazioni al riguardo? Farmi qualche esempio? Per quanto riguarda gli altri livelli, faccio una brevissima panoramica, seguendo un po' la linea di Rajneesh.

Il 1° livello riguarda il corpo umano che è in primo luogo la sede dell'inspirazione e dell'espirazione.

Il 2° livello riguarda la sfera emotiva, l'amore e l'odio, l'allegria e la tristezza, l'attrazione e la repulsione, l'altalenare delle passioni.

Il terzo livello?

Il 4° livello è il mentale, riguarda l'attività psichica: un pensiero entra, un pensiero esce. A questo livello si comprende la natura della mente, della sua funzione, dei suoi processi, se ne possiede il controllo.

Il 5° livello riguarda l'ego. La massima fioritura della personalità. Si acquisisce un centro stabile, si impara a signoreggiare sugli eventi, sia interiori che esteriori.

Nel 6° livello cade l'ego, dalla dimensione personale si passa ad una dimensione transpersonale. La prigione dell'ego è rotta, il centro non c'è più, ogni cosa è il centro. Ci si identifica con il Tutto.

Nel 7° livello il Tutto diventa Nulla, che è l'essenza di ogni cosa, come intuì il Buddha alcuni millenni or sono, e come i fisici stanno ora confermando attraverso le più recenti scoperte scientifiche.

Sarei molto riconoscente se qualche lettore di PARAMITA spiegasse lo stato del terzo livello, quello astrale e le eventuali connessioni di queste dottrine con quella buddhista.

Paola Bacchin - Treviso

SUNYATA E VUOTO QUANTISTICO

Ho visto con vivo interesse la lettera del signor Renzo Mammini, pubblicata sul n. 22 di PARAMITA sotto il titolo «Scienza e Dharma». I paralleli fra la fisica contemporanea — di cui si fanno sempre più evidenti le implicazioni filosofiche — e i fondamenti del pensiero buddhista sono tali da meritare uno spazio maggiore nello scambio culturale fra pensiero orientale e occidentale. Oggi tali paralleli sono andati molto oltre la prima considerazione di Einstein sull'identità dei concetti di materia ed energia, viste come un unico «ente». Infatti, dopo l'enunciazione del principio di intermediazione di Heisenberg (1927) e le sue conseguenze

sulla fisica quantistica, è svanita anche la separazione fra spirito e materia-energia. Tuttavia, per una naturale inerzia delle idee, numerosi sono coloro che insistono nel difendere le precedenti posizioni cartesiane, da cui è nato il pensiero corrente della nostra cultura.

Il principio di Heisenberg rende indispensabile, per dare ai fenomeni una qualche sorta di «realtà», la presenza dell'«osservazione», cioè di un aspetto mentale. L'impossibilità di descrivere un mondo oggettivo non è dovuta a una limitazione dei nostri strumenti o dei nostri sensi, ma discende da una proprietà intrinseca dell'universale. Questa interpretazione è stata confermata da tutti gli studi successivi. Ne conseguono:

— l'inconsistenza del concetto di «realtà oggettiva»;

— la scomparsa dei concetti di «pieno» e «vuoto», sostituiti con l'idea del «vuoto quantistico», una entità da cui può essere presa a prestito energia per tempi definibili. Si tratta di un «vuoto» con energia non-nulla, ricco di un continuo sorgere-sparire delle cosiddette particelle virtuali.

In sostanza, nella fisica quantistica di oggi, non si possono separare neanche concettualmente l'osservazione e il fenomeno, il soggetto e l'oggetto, lo spirito e la materia: diventano perciò evanescenti distinzioni come reale-immaginario, scoperta-invenzione, esistente-non esistente, ecc. Il concetto di vuoto quantistico è molto simile a quello di *sunyata* ed è ben descritto da espressioni dei *Sutra* che hanno più di 2000 anni: «Questa sostanza immateriale e priva di forma contiene funzioni innumerevoli come le sabbie del Gange, funzioni che corrispondono infallibilmente alle circostanze, cosicché è descritta come non-vuota». «La forma è vacuità e la vacuità è forma; la vacuità non differisce dalla forma, la forma non differisce dalla vacuità; qualsivoglia cosa sia forma, quella è vacuità; qualsivoglia cosa sia vacuità, quella è forma».

Guido Dalla Casa - Vercelli

TRA BUDDHA E CRISTO

Permettete che aggiunga anch'io due parole alla discussione se sia lecito essere cristiani e contemporaneamente aspirare al buddhismo. Schematicamente, propongo per una riflessione queste considerazioni:

1) occorre tener presente la nostra impurità di fondo;

2) in tale impurità, decidere tra Buddha e Cristo potrebbe essere un'opzione essenziale, dualistica, laddove verosimilmente non c'è dualismo alcuno. (Personalmente, sono portato a considerare Buddha e Cristo due espressioni fenomenologicamente distinte, due « contenitori » della stessa Luce Pura);

3) non ritengo importante — se non per delle necessarie forme « storiche » dell'impegno — cercare differenze e optare per esse, prima ancora di avere acquisito una visione purificata di ciò che unisce;

4) mi pare più proficua una « sospensione di giudizio » e quindi una fiduciosa pratica del Dharma (leggi: dell'Amore), cercando, come insegna il buddhismo e anche Krishnamurti, di perdere il conosciuto; mi sembra in sostanza che dobbiamo cercare un approccio veramente semplice;

5) forse è proprio perché non siamo ancora semplici, cioè unificati, interiormente, che abbiamo bisogno di particolari « puntelli » spirituali.

Sergio Bertocchi - Bologna

UN LETTORE RINGRAZIA

Ho terminato in questi giorni di leggere l'intera raccolta di PARAMITA, a cui qualche tempo fa mi sono abbonato richiedendo contemporaneamente le annate arretrate. Poche volte mi era capitato di essere tanto soddisfatto di un acquisto fatto in qualche modo « al buio »: avevo visto il n. 21, ma ciò non poteva darmi la certezza che i venti precedenti mi sarebbero piaciuti.

La lettura integrale della collezione, nella quale ho voluto seguire brutalmente l'ordine cronologico, mi ha fatto rivivere e misurare il vostro percorso: un percorso di continuo e costante progresso nella veste come nell'impostazione e nei contenuti. E se il fascino dei primi fascicoli poteva essere attribuito per gran parte all'elevatezza dell'oggetto proposto, cioè la dottrina buddhista (ma già si notavano scelte precise di rigore e di apertura insieme), gli sviluppi successivi non possono che andare a merito di tutti voi di *Paramita*. Questo penso e sento di dovervi dire. Così come sento di dovervi ringraziare per il piacere e il bene che mi ha fatto il leggervi: i quaderni come merce ve li ho pagati al prezzo richiesto e non vi debbo null'altro, ma il loro contenuto e ciò che ha prodotto in me non si paga in lire italiane o in altra moneta corrente, per cui, ripeto, vi ringrazio.

Giuseppe Amadio - Alessandria

Gli autori di questo quaderno

Miriam Campanini: diplomata all'Accademia di Belle Arti di Firenze con una tesi sui monumenti megalitici del Tibet, studiosa di testi buddhisti, collabora a riviste culturali su temi di arte contemporanea; vive a Merano.

Dagyab Rimpoce: monaco tibetano della tradizione Ghelupa, detiene anche il lignaggio completo della linea Shangpa-Kagyu e parte della trasmissione Sakyapa; ha conseguito il grado di Gheshe Larampa all'Università monastica di Drepung ed è specializzato nel Tantra e nell'astrologia tibetana. Dal 1966 vive in Germania, dove insegna all'Università di Bonn e dirige il centro di Dharma a Langenfeld.

Maria Angela Falà: laureata in filosofia orientale con una tesi sul Milindapanha pubblicata dall'editore Ubaldini, si occupa da diversi anni di dottrina buddhista, che ha approfondito in un soggiorno in Sri Lanka.

Donald W. Mitchell: professore associato dell'americana Purdue University (dipartimento di filosofia), è studioso di dottrine orientali ed impegnato, anche attraverso l'organizzazione dei « Focolari », nel dialogo cristiano-buddhista.

Giangiorgio Pasqualotto: professore associato di Storia della Filosofia all'Università di Padova, autore di vari testi sulla filosofia contemporanea e sull'estetica, esperto di zen, collabora a diverse riviste culturali.

Corrado Pensa: ordinario di Religioni e Filosofie dell'India e dell'Estremo Oriente all'Università « La Sapienza » di Roma, si occupa attivamente di meditazione vipassana in Italia, Inghilterra e Stati Uniti.

Hammalawa Saddhatissa: monaco buddhista della tradizione Theravada di Sri Lanka, studioso del Canone Pali e coordinatore dei centri theravada in Europa, è stato per molti anni presidente della British Mahabodhi Society e del London Buddhist Vihara.

Arcangela Santoro: professore associato di Archeologia e Storia dell'Arte dell'Asia Centrale all'Università di Roma « La Sapienza », collabora a riviste scientifiche nel campo dell'iconografia buddhista; autrice con il professore Mario Bussagli del volume « Architettura Orientale ».

Luigi Turinese: medico omeopatico, è impegnato con attività varie in diversi centri italiani di yoga e di meditazione nella diffusione di una concezione globale della salute, comprensiva degli aspetti spirituali.

Le citazioni di Hermann Hesse pubblicate in questo quaderno sono tratte dal libro: « Il mio Credo » - Rizzoli Editore, Milano 1980. Hesse è nato nel 1877 a Calw (Germania), figlio di un pastore protestante, ed è morto nel 1962 a Montagnola (Svizzera).