ANNO I - N. 4 - OTTOBRE-DICEMBRE '82
SPEDIZ. ABBON. POST. GR. IV (70%)
PERIODICO TRIMESTRALE

PARAMITA

Quaderni di Buddhismo

4

Bilancio '82	pag.	2
L'Ottuplice Sentiero	»	3
I figli del Kahdampa	»	5
La Purificazione	»	6
Shunryu Suzuki	»	9
L'origine dell'Immagine	»	11
Costruire il Sangha	»	13
Mente e materia	»	15
Ricordando un Lama «romano»	»	16
Buddhismo e Teosofia	»	18
Al di là delle terapie	»	19
Il Tantra	»	22
Zan-shin, la Vigilanza	»	25
Il Bodhisattva	»	26
L'approdo di un laico	»	27
Iniziative	»	29
Glossario	»	31

BILANCIO '82

Siamo giunti alla fine del primo anno, rispettando l'impegno assunto nel primo quaderno: «Dal numero degli abbonati dipende la sorte di questo periodico, di cui peraltro è già garantita la pubblicazione per i 4 numeri dell'anno in corso».

Ed ora? Andremo avanti, con la speranza che i consensi ottenuti siano confermati e che altri potremo meritarcene.

Quanto ad apprezzamenti ed incoraggiamenti, il bilancio è positivo; altrettanto per le collaborazioni, che sono aumentate e migliorate, interessando tutte le tradizioni di Dharma ed allargandosi agli ambienti universitari e ad altre correnti spirituali, come pure a qualificati periodici buddhisti europei ed anche asiatici.

Tutto bene, dunque? Purtroppo è negativo il bilancio degli abbonamenti. Dovevamo raggiungere il migliaio, per garantire a PARAMITA il pareggio finanziario: allo scorso 31 ottobre avevamo 383 abbonamenti, di cui 46 sostenitori e 23 benemeriti. L'annata si chiuderà in passivo, nonostante la collaborazione gratuita della redazione e la concentrazione in poche mani volontarie del lavoro grafico, amministrativo e di spedizione.

La nostra speranza è ora che la situazione si normalizzi l'anno prossimo. Chiediamo agli abbonati, cui va tutta la nostra gratitudine, di rinnovare sollecitamente il proprio abbonamento e di procurare nuovi abbonati (il versamente può farsi in qualsiasi ufficio postale, sui moduli ivi reperibili). Chiediamo ai Centri di Dharma di rendere più effettivo l'appoggio promesso, perché PARAMITA intende essere sempre più utile per tutti i Centri. Nella prospettiva che questi appelli non cadano nel vuoto, con il 1983 passeremo da 32 a 40 pagine, in una veste grafica migliorata; assicuriamo in ogni caso che anche nel prossimo anno saranno pubblicati tutti i 4 quaderni previsti.

Sono cresciute e cresceranno ancora le spese di stampa e spedizione e l'inflazione non ci risparmia: per questo l'abbonamento 1983 sarà di lire 10.000 per l'ordinario, 20.000 per il sostenitore, 40.000 per il benemerito. L'abbonamento è sempre per anno solare e perciò alla fine dell'82 scadono tutti gli abbonamenti in corso, con diritto per tutti ai 4 quaderni usciti nell'anno.

Anche per il 1983 l'augurio di PARAMITA è quello formulato nel primo quaderno: «queste pagine possano contribuire a rendere migliori chi le scrive e chi le legge».

DIRETTORE RESPONSABILE: Vincenzo Piga.
REDAZIONE: Massimo Facchini, Maria Angela Falà, Heda Klein, Aldo Mastroianni, Pierpaolo Patrizi, Alessandro Quagliozzi, Vincenzo Tallarico.
CONSULENZA GRAFICA: Erasmo Calandri.
DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE: Roma, via della Balduina 73 — 00136 — tel. 06/3498800.
AUTORIZZAZIONE: Tribunale di Roma, n. 88/82 del 27/2/82.
STAMPA: PTG Polistampa, via dei Sabelli 215 — Roma.

Associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

L'OTTUPLICE SENTIERO

La quarta Nobile Verità insegnata dal Buddha ci parla della via che conduce alla liberazione. Questa via è il Nobile Ottuplice Sentiero, che porta all'estinzione della sofferenza orientando favorevolmente le attività dell'uomo.

Questo Nobile Ottuplice Sentiero è composto da:

1) la *retta visione (samyagdrsti)* che consiste nella giusta comprensione delle Quattro Nobili Verità sull'universalità della sofferenza, la sua origine, la sua cessazione e la via che porta a questa cessazione;

2) la *retta intenzione (samyaksamkalpa)* che consiste nella ferma intenzione di entrare nella via che conduce al *nirvāna*, liberando il pensiero da desideri sensuali, dalla cattiva volontà e dalla crudeltà;

3) il *retto discorso (samyagvāc)* che consiste nell'astenersi dalla falsità, dalla denigrazione, dal linguaggio aspro e dalle chiacchiere sciocche;

4) la *retta azione (samyakkarmānta)* che consiste nell'azione non egoistica, nell'astenersi dal rubare, dall'uccidere esseri viventi, dalle pratiche ascetiche eccessive, dalle inutili cerimonie, dagli atti violenti e crudeli. È la sopressione di ogni occasione di peccato;

5) il *retto modo di vivere (samyagājīva)* che consiste nel vivere liberi dalla menzogna e dall'inganno secondo costumi castigati ed onesti ed esercitando mestieri ed attività compatibili con una giusta moralità;

6) il *retto sforzo (samyagvyāyāma)* che soccorre l'uomo nel superamento di ogni ostacolo sulla via delle quattro Nobili Verità. Implica l'esatto impiego delle capacità individuali per rimuovere o evitare le tendenze cattive ed inutili in modo da sviluppare e mantenere le tendenze positive e benefiche, mediante la pratica dell'astensione e della concentrazione mentale;

7) la *retta presenza mentale (samyaksmrti)* consiste nella capacità di rappresentare e richiamare alla mente fatti e concetti (memoria). È la capacità di affrontare nel senso dovuto le situazioni più diverse e di conservare il pieno dominio di se stessi;

8) la *retta concentrazione (samyaksamādhi)* della mente che è rappresentata da un complesso esercizio mentale, che conduce nello stato della «cessazione della coscienza e della sensibilità» attraverso successivi gradi di meditazione sempre più estatica, che portano ad uno stato dove non c'è né coscienza, né non coscienza. La meditazione è lo sforzo costante per portare la mente in armonia con tutto ciò che esiste, il tentativo di liberarsi del proprio io e di arrivare alla verità.

L'espressione figurata «Nobile Sentiero» non deve essere interpretata nel senso che l'uomo deve avanzare grado per grado, seguendo questa enumerazione fino a raggiungere, dopo essere passato successivamente attraverso gli otto stati, la propria destinazione, il *nirvāna*. Se questo fosse il caso, un uomo dovrebbe aver realizzato prima di tutto la retta visione e la penetrazione della verità prima di poter sperare di procedere ai gradini successivi, retta intenzione e retto discorso, ed ogni stadio precedente sarebbe il fondamento indispensabile e la condizione di ogni stadio successivo. La retta visione delle quattro Nobili Verità è la base necessaria per lo sviluppo di tutti gli altri stadi del Nobile Sentiero, ma questi stadi devono essere realizzati contemporaneamente, il sentiero è come una via che corre su piani distinti ma paralleli.

L'arresto, la distruzione della sofferenza non può essere immediato, si realizza nel tempo mediante l'osservanza di una quantità di precetti e di tecniche che si fondano

sulla retta comprensione delle quattro Nobili Verità, comprensione confortata da una vita morale e dallo sforzo meditativo.

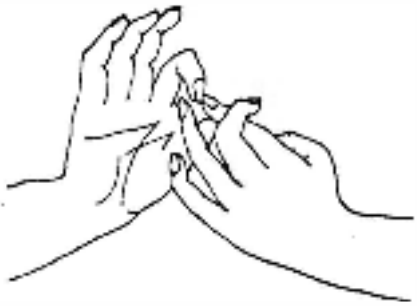
Nel Canone *pāli* vi sono diversi discorsi in cui il Buddha descrive come, attraverso il Nobile Sentiero, l'uomo possa fermare il dolore.

Noi abbiamo scelto una parte del *Sutra delle Analisi delle Verità* dal Majjhima Nikāya n. 141 che amplia e completa la descrizione di questa via già esposta ai lettori nel primo numero di Paramita.

Anche in questo discorso lo stile è iterativo, caratteristica dei Sutra. L'insegnamento è rivolto ai discepoli, indicati nel canone *pāli* con il termine *bhante*, tradotto con «venerandi»: questo termine esprime il profondo rispetto del Buddha per i propri discepoli.

«Qual è, venerandi, la Nobile Verità del metodo che porta all'arresto della sofferenza? È il nobile Ottuplice Sentiero, ossia: retta visione, retto discorso, retta azione, retto modo di vivere, retto sforzo, retto pensiero, retta concentrazione.

E qual è, venerandi, la retta visione? Quella che è, venerandi, la conoscenza della sofferenza, la conoscenza del sorgere della sofferenza, la conoscenza dell'estinzione della sofferenza; la conoscenza del metodo che porta all'estinzione della sofferenza, questa, venerandi, è chiamata retta visione.



La mudra *dell'insegnamento* (dharmacakramudra), *che rappresenta il gesto delle mani di far girare la ruota del Dharma, cioè di dare l'insegnamento.*

E qual è, venerandi, la retta intenzione? L'intenzione della rinuncia, l'intenzione della non violenza, l'intenzione dell'innocenza questa, venerandi, è chiamata retta intenzione.

E qual è, venerandi, il retto discorso? L'astenersi dalle bugie, l'astenersi dalle calunnie, l'astenersi da parole dure, l'astenersi dai pettegolezzi questo, venerandi, è chiamato retto discorso.

E qual è, venerandi, la retta azione? L'astenersi dal fare violenza alle creature, l'astenersi dal prendere ciò che non è dato, l'astenersi dal cadere nei piaceri dei sensi; questa, venerandi, è chiamata retta azione.

E qual è, venerandi, il retto modo di vivere? Quanto a questo, venerandi, un nobile discepolo, liberandosi di un modo di vivere sbagliato, vive la sua vita secondo un retto modo di vivere. Questo, venerandi, è chiamato un retto modo di vivere.

E qual è, venerandi, il retto sforzo? Quanto a questo, venerandi, un monaco produce desiderio, si sforza, mette in movimento dell'energia, esercita la sua mente e combatte per non far sorgere i cattivi stati mentali che ancora non sono sorti e per liberarsi dei cattivi stati mentali che sono già sorti, e per far sorgere i buoni stati mentali che non sono ancora sorti, e per mantenere, preservare, accrescere, far maturare, far sviluppare completamente i buoni stati mentali che sono già sorti. Questo, venerandi è chiamato retto sforzo.

E qual è, venerandi, la retta presenza mentale? In quanto a questo, venerandi, un monaco procede contemplando il

corpo nel corpo, le sensazioni nelle sensazioni, la mente nella mente, gli stati mentali negli stati mentali, chiaramente conscio di (questi), attento a (questi) in modo da controllare la bramosia e l'invischiamento con il mondo. Questa, venerandi, è chiamata retta presenza mentale.

E qual è, venerandi, la retta concentrazione? In quanto a questo, venerandi, un monaco, lontano dai piaceri dei sensi, lontano dai cattivi stati mentali, entra e rimane nel primo stadio di meditazione che è accompagnato dal pensiero iniziale e dal pensiero discorsivo, che è nato dal distacco ed è estatico e pieno di gioia. Dopo aver mitigato il pensiero iniziale e il pensiero discorsivo, con la mente soggettivamente tranquillizzata e fissata su di un solo punto, egli entra e rimane nel secondo stadio di meditazione che è vuoto del pensiero e del pensiero discorsivo, che è nato dalla concentrazione ed è estatico e pieno di gioia. Con l'indebolimento dell'estasi egli entra e rimane nel terzo stadio della meditazione... nel quarto stadio della meditazione. Questa, venerandi, è chiamata la retta concentrazione.

Questa. venerandi, è la Nobile Verità del metodo che porta all'estinzione della sofferenza».

I figli del Kahdampa

Questi versi sono stati tradotti dal tibetano dal Ghesce Jampel Senghe per i suoi primi discepoli romani. Sono chiamati figli o discendenti del *Kahdampa* i praticanti del *Vajrayāna*, seguaci della scuola *Kahdampa*, la più rigorosa per disciplina e dottrina fra le scuole buddhiste, fondata in Tibet intorno al 1050 dal filosofo indiano Atīśa e riorganizzata nel XV secolo da Tzong Khapa, con il nuovo nome di *Ghelupa*. Un breve opuscolo di Atīśa dal titolo: «La luce sul sentiero dell'Illuminazione» *(Bodhipatapravipam)* è considerato la «radice essenziale» del Buddhismo tibetano ed i versi che pubblichiamo sono l'essenza di questo testo, di cui pubblichiamo un estratto a pag. 17.

Esiste una zona di solitudine,
vuota del pensiero dell'Io.
Su un morbido cuscino
di accuratezza e diligenza
un uomo sta, fuggito dall'Ignoranza
verso l'Illuminazione, immobile,
le gambe incrociate
dell'attenzione e del ricordo,
vestito di morbida stoffa di modestia,
diligente.
La tazza della Mente,
piena del dolce latte d'Amore
e Bodhicitta,
poggia sul solido tavolo
della concentrata Meditazione,
senza macchia di impurità:
è la tersa superficie della tavola.
I vivaci colori dei fiori della Sapienza
brillano tutto intorno.
Il loro dolce profumo
è l'obbedienza alle leggi del Vinaya.
Nel bosco le piante offrono
fragranti frutti d'oro:
il Nirvāṇa del Mahāyāna.
Pura moralità e opinioni di Dottrina
brillano come cristalli.
Questa, in breve, è l'esistenza
dei discendenti del Kahdampa.

La Purificazione

Il brano che pubblichiamo come quarto capitolo della «Guida alla pratica», è tratto dal manuale «Esperienze orientali di meditazione» *di Daniel Goleman (Savelli editori, Roma 1982), di cui lo scorso numero di PARAMITA conteneva la «Presentazione» di R. Venturini. Questo brano riassume la prima parte del* Visuddhimagga *(= La via della purificazione), importante opera in lingua* pali *del monaco indiano Buddhagosa, scritta nel V secolo d.C. per esporre e commentare la sezione dell'*Abhidamma *relativa alla meditazione. L'opera di Buddhagosa, pur appartenendo alla tradizione* theravada, *è usata da tutte le scuole buddhiste. Fra i suoi più recenti commentatori citiamo: Bikhu Ñanamoli, Conze, Kalu Rimpoce, Lama Govinda, Kascyap e Nyanaponika Thera.*

L'estratto che segue è dedicato alla purificazione, intesa come retto comportamento del corpo, della parola e della mente, condizione necessaria per ottenere risultati positivi nella meditazione. Dopo quanto abbiamo pubblicato nei precedenti quaderni, era opportuno ricordare che le «tecniche» non bastano per avanzare, con la meditazione, verso la Liberazione. Come l'uccello ha bisogno di due ali per volare, così il praticante ha bisogno di due diversi impegni per avanzare lungo il Sentiero: tecniche meditative e purezza morale.

«La pratica della meditazione inizia con *Sīla* (virtù o purezza morale). Il punto focale su cui si concentrano gli sforzi del meditante per giungere all'alterazione della coscienza durante questa pratica, è l'esercizio sistematico della rettitudine del pensiero, della parola e dell'azione, che focalizza l'impegno del meditante sull'alterazione della coscienza nel corso della meditazione.

L'allontanamento dal retto pensare, per esempio fantasie sessuali o aggressive, distraggono dalla meditazione. Queste divagazioni costituiscono un grande dispendio di tempo e di energie per un meditante serio. La purificazione psicologica richiede l'allontanamento di tutti i pensieri che distraggono.

Il processo di purificazione è uno dei tre punti fondamentali dell'apprendimento nel modello buddhista, gli altri due sono *samādhi* (concentrazione meditativa) e *paññā* (intuizione).

L'intuizione (*insight*) va intesa nel senso particolare di «vedere le cose come sono». Purificazione, concentrazione e intuizione sono strettamente collegate. Gli sforzi per purificare la mente facilitano la iniziale concentrazione, che consentirà l'intuizione sostenuta.

Attraverso lo sviluppo della concentrazione e dell'intuizione, la purezza si realizza, per il meditante, naturalmente e senza sforzo, non come un atto di volontà.

L'intuizione rafforza la purezza, mentre aiuta la concentrazione; una forte concentrazione può avere come prodotti collaterali sia l'intuizione che la purezza. Non si tratta di una interazione lineare; lo sviluppo di una facilita le altre due. Non è necessariamente una progressione, quanto un andamento simultaneo a spirale di tutti e tre i fattori nel corso della meditazione.

Sebbene questa esposizione sia, di necessità, lineare, esiste una complessa interrelazione fra purezza, concentrazione e intuizione nello sviluppo del meditante. Esse sono tre aspetti di un singolo processo.

Nella tradizione del *Visuddhimagga*, la pu-

rificazione attiva inizia con l'osservanza delle regole di disciplina per i laici, i novizi ed i monaci ordinati. I precetti per i laici sono cinque: non uccidere, non rubare, non avere rapporti sessuali illeciti, non mentire, non far uso di sostanze tossiche.

Per i novizi la lista si allunga a dieci, con i primi cinque da osservare in modo molto più rigoroso.

Per i monaci ci sono infine duecentoventisette proibizioni e obblighi, che regolano in tutti i dettagli la vita quotidiana.

Anche se nella prassi la purificazione varia con i diversi sistemi di vita, il suo scopo è sempre lo stesso: è la necessaria preparazione per la meditazione.

Da un lato queste sono norme per un comportamento sociale corretto; ma dall'altro ciò è di secondaria importanza rispetto alla purezza motivazionale, che il comportamento corretto prefigura.

La purezza non va intesa solo nell'ordinario senso di correttezza esteriore, ma come un atteggiamento mentale che va al di là di quanto un discorso, un pensiero o una azione possano mostrare e da cui provengono il retto parlare, agire, pensare.

Così per esempio. il *Visuddhimagga* esorta il meditante a combattere pensieri lascivi che si presentano alla coscienza, immaginando il corpo nei suoi aspetti più disgustosi. Lo scopo è quello di liberare il meditante sia dai sentimenti di rimorso, di colpa, di vergogna, sia dall'attaccamento. La purezza morale ha come solo scopo la purezza mentale, la padronanza dei sensi fa parte del processo di purificazione. Il significato di tutto questo è la *sati* (attenzione). Il controllo dei sensi si attua abituandosi semplicemente a percepire gli stimoli, evitando quindi di sollecitare la mente con catene di pensieri. L'attenzione è la capacità di dare agli stimoli sensoriali soltanto la nuda attenzione. Quando l'attenzione si sviluppa in modo sistematico attraverso la pratica del *vipassana* (vedere le cose come sono), essa diviene la via d'accesso al *nirvāna*. In seguito, con la pratica quotidiana, l'attenzione conduce al distacco del meditante dalle sue percezioni e dai suoi pensieri, Egli, meno attirato verso la normale attività mentale, diviene spettatore del fluire della sua coscienza e si prepara così la via agli stati alterati.

Nelle fasi iniziali, prima di aver consolidato le basi dell'attenzione, il meditante è distratto dall'ambiente. Il *Visuddhimagga* fornisce perciò le istruzioni necessarie al neofita per il raggiungimento dello stile e dell'assetto di vita ottimale. Egli deve occuparsi del suo «giusto sostentamento», senza che la fonte della sua base economica divenga causa di apprensione; nel caso dei monaci, attività come astrologia, chiromanzia, interpretazione dei sogni, sono espressamente proibite, mentre si raccomanda la vita del mendicante. Le proprietà devono essere ridotte al minimo; un monaco possiede solo otto cose: tre vesti, una cintura, una ciotola per l'elemosina, un rasoio, un ago da cucito, i sandali. Deve mangiare con moderazione, quanto basta per mantenere il fisico in salute, e meno di quanto provocherebbe torpore e sonnolenza.

La sua abitazione deve essere lontana dal mondo, in un luogo solitario; chi ha famiglia e non può vivere in solitudine, dovrà destinare una stanza tranquilla della sua casa alla meditazione. Deve essere evitato tutto il superfluo e l'inopportuno per quanto riguarda il corpo, ma in caso di malattia il meditante deve poter avere i medicinali necessari.

Nell'acquisire questi quattro generi: oggetti personali, cibo, casa e medicine, il meditante si limiterà allo stretto necessario per stare bene. Questi oggetti andranno posseduti senza attaccamento, in maniera tale che la loro funzione materiale non venga contaminata da impurità. Poiché lo stato mentale di

una persona è influenzato da quello degli altri, il meditante serio avrà cura di circondarsi di compagni che abbiano le sue stesse motivazioni. Questo è un vantaggio dei *sangha*, definiti letteralmente come coloro che hanno realizzato lo stato di nirvana e in un senso più ampio come la comunità degli incamminati. La meditazione è facilitata da compagnie di persone attente e concentrate ed è invece disturbata da chi si mostra agitato, distratto e attirato da interessi mondani. Il modo di fare ed esprimersi degli individui agitati e materialisti non permetterà il distacco, l'assenza di passioni, la tranquillità, qualità che il meditante intende invece perseguire. Il Buddha realizzò un elenco dei più tipici e vani discorsi mondani intorno a

[...] re, ladri, ministri, eserciti, carestia e guerra; intorno al mangiare, al bere, al vestire e all'alloggiare; intorno a ghirlande, profumi, parenti, mezzi di trasporto, villaggi, grandi città e paesi; intorno alla donna e al vino, pettegolezzi delle strade e delle scale, discorsi intorno agli antenati e intorno a varie inezie, racconti circa l'origine del mondo, discorsi intorno a cose di tale o talaltra natura, e cose simili (Nyanaponika Thera, 1962, p. 172, ed. it., p. 167).

Col tempo, il meditante saprà riconoscere gli ostacoli fra quello che una volta gli era di aiuto.

Il *Visuddhimagga* elenca 10 categorie di potenziali attaccamenti, che impedirebbero di progredire nella meditazione: 1) ogni luogo di fissa dimora, se la manutenzione di quest'ultima può essere causa di apprensione; 2) la famiglia, se gli obblighi di assistenza causano preoccupazione; 3) voler raggiungere stima e reputazione, che implica spendere tempo con gli ammiratori; 4) un seguito di studenti o altre attività di insegnamento troppo impegnative; 5) i progetti, l'avere «qualcosa da fare»; 6) viaggiare; 7) persone care, le cui necessità richiedano attenzione; 8) malattie che necessitano di costanti cure; 9) studi teorici non accompagnati da una pratica; 10) poteri psichici supernormali, la cui pratica divenga più interessante della meditazione. Sollevarsi da questi obblighi lascia libero il meditatore di perseguire unicamente la meditazione: questa è la «purificazione» nel senso della liberazione della mente da questioni preoccupanti. La vita del monaco è organizzata per questo tipo di libertà. Al laico, brevi ritiri danno un temporaneo sollievo.

Altre pratiche ascetiche vengono considerate opzionali nella «via di mezzo» del Buddha. Il monaco serio le può praticare nel caso in cui le dovesse trovare utili. Ma deve essere discreto nella loro osservanza, praticandole in modo che non attraggano una eccessiva attenzione. Queste pratiche includono il vestirsi solo di stracci mangiare solo

una scodella di cibo una volta al giorno vivere nella foresta ai piedi di un albero, abitare in un cimitero o all'aperto, vegliare durante la notte. Benché facoltativi, il Buddha loda coloro che seguono questi modi di vita: «l'amore della frugalità, la contentezza, l'austerità, il distacco», mentre critica coloro che si vantano di praticare la austerità e disprezzano coloro che non la praticano. In tutti i momenti dell'addestramento, l'orgoglio dello spirito inquina la purezza. Quel che si guadagna con l'ascetismo, si perde con l'orgoglio. La meta della purificazione è semplicemente una mente libera da preoccupazioni esterne, calma e pronta per la meditazione.

SHUNRYU SUZUKI

La vita e l'insegnamento di SHUNRYU SUZUKI (nato in Giappone nel 1905, morto a San Francisco nel 1971), fanno parte delle biografie degli uomini che negli ultimi decenni hanno contribuito in modo determinante alla storia del pensiero e del mondo intellettuale ed artistico d'Occidente.

I semi sparsi da Suzuki sono diventati alberi ricchi di frutti, dei quali hanno beneficato oltre ai suoi discepoli diretti, vaste aree della cultura occidentale come la psicologia, la letteratura (Ginsberg, Snyder), la musica (Cage), la pittura (Tobey, Graves), ecc. Suzuki Roshi apparteneva alla scuola Soto del Buddhismo Zen, introdotta in Giappone nel 1227 da Dogen-zenji (1200-1253).

Il padre di Suzuki era egli stesso un maestro Zen e fu lui ad indicare al figlio Gyokujun So-on-daiosho, uno dei più grandi insegnanti di Zen Soto del periodo; naturalmente, Suzuki ebbe molti altri maestri ed intorno ai trent'anni fu riconosciuto maestro Zen. La sua carica in Giappone comprendeva la responsabilità di molti templi e di un monastero; inoltre doveva provvedere alla ricostruzione di molti templi.

In gioventù era stato attirato dall'idea di andare in America, ma già da molto tempo vi aveva rinunciato, quando un amico gli chiese di trasferirsi a San Francisco per un anno o due per presiedere alla comunità giapponese di Buddhismo Soto lì presente.

Nel 1958, a cinquantatré anni, arrivò finalmente in America dove si stabilì a San Francisco; ben presto arrivò molta gente che gli chiese di poter studiare Zen con lui. Rispose che faceva *zazen* (pratica formale di meditazione) ogni mattina presto e che se volevano potevano unirsi a lui.

Così si formò il gruppo di meditazione chiamato Zen Center, che sotto la guida di Suzuki si suddivise in sette centri, tra cui lo Zen Mountain Center, il primo monastero Zen in Occidente.

Cinquanta anni prima un altro Suzuki (Daisetz Suzuki) portò lo Zen in Occidente e la sua produzione letteraria, in particolare i tre volumi degli «Essays in Zen Buddhism», sono una raccolta non sistematica su vari aspetti della materia che, a mio modo di vedere, soddisfano più l'erudito e lo studioso, che l'ansiosa ricerca di serenità dell'occidentale moderno.

Shunryu Suzuki, a testimonianza della sua statura, ci ha lasciato una serie di discorsi raccolti insieme da due sue discepole.

Shunryu Suzuki-roshi.

Questi discorsi, che nell'edizione italiana (1) occupano un centinaio di pagine, sono l'essenza dello Zen, lo Zen nudo, diretto e inequivocabile: un mucchietto di semplici parole, che riecheggiano profondamente nell'anima, che d'improvviso si fa silenziosa.

«... *Anche se sorgono delle onde, l'essenza della vostra mente è pura; è proprio come acqua chiara con un po' di onde. In effetti, l'acqua ha sempre delle onde. Le onde sono la pratica dell'acqua. Parlare di onde a prescindere dall'acqua o di acqua a prescindere dalle onde è un errore, un'illusione. Acqua e onde sono una sola cosa*».

«... *Bisogna sempre vivere nel cielo buio e vuoto. Il cielo è sempre il cielo. Anche se vengono nuvole e lampi, il cielo non si turba. Anche se viene il bagliore dell'illuminazione, la nostra pratica dimentica tutto di esso. Allora è pronta per un'altra illuminazione. È necessario per noi avere un'illuminazione dopo l'altra, se è possibile, attimo per attimo. Ecco quello che si chiama illuminazione prima che si raggiunga e dopo che si è raggiunta*».

«... *L'illuminazione non consiste in una piacevole sensazione o in qualche particolare stato mentale. Lo stato mentale che sussiste quando sedete nella posizione giusta è di per sé l'illuminazione. Se non riuscite a sentirvi paghi dello stato mentale che avete nello zazen, significa che la vostra mente sta ancora vagando qua e là. Il corpo e la mente non dovrebbero ondeggiare o vagare qua e là. In questa posizione non c'è bisogno di parlare del giusto stato mentale. Lo possedete già. Ecco la conclusione a cui giunge il Buddhismo*».

Un commento a queste parole suona stonato, anzi è senz'altro conroproducente perché esse non parlano alla mente dell'uomo, ma puntano dirette al suo Centro e lo rendono per un attimo manifesto.

Questo è sicuramente il motivo fondamentale del successo che l'insegnamento di Suzuki ha avuto in Occidente: il suo insegnamento è talmente essenziale da scavalcare ogni tipo di limite, religioso, geografico, culturale.

Gli occidentali sono stanchi di orpelli, troni, istituzioni che riempiono gli occhi e lasciano vuoto il resto; hanno bisogno di qualcosa che non sia soggetta alle leggi del tempo e che sia viva e vivificante.

L'esempio e le parole di Suzuki Roshi con la loro trasparenza hanno soddisfatto queste esigenze, mostrandoci con chiarezza la Via da seguire.

Massimo Facchini

---

(1) Shunryu Suzuki: *Mente Zen, Mente di Principiante*. Roma, 1976, Ed. Astrolabio, traduzione dall'inglese di Mauro Bergonzi.

L'origine dell'immagine

La comparsa dell'immagine del Buddha si può datare all'incirca tra la fine del I sec. a.C. e l'inizio del I secolo d.C. Purtroppo non si hanno indicazioni cronologiche più precise al riguardo; gli studiosi sono riusciti ad individuare alcuni dei primi esempi nel reliquario d'oro di Bimaran e nel reliquario del re Kaniska, dove compare la figura umana del Buddha, finacheggiato da Indra e Brahma. Essa compare anche nelle monete del sovrano *Kusana* Kaniska, cosicché il problema della datazione della creazione dell'immagine del Buddha è strettamente connesso a quello della datazione del regno dei re *Kusana*, il più famoso dei quali è appunto Kaniska, grande protettore del Buddhismo, sotto il cui regno si svolse anche un famoso concilio buddhista.

Il Buddha era stato all'inizio rappresentato mediante simboli, come il trono vuoto, l'impronta dei piedi, l'albero dell'illuminazione; simboli spesso preesistenti alla formazione della filosofia buddhista e che esprimono anche la regalità spirituale. Ma rappresentare il Buddha in forma umana era parso inadeguato alla grandezza del soggetto, secondo un modo di pensare comune anche ad altre forme religiose.

In quest'arte arcaica buddhista abbiamo, solo per citare alcuni esempi maggiori, gli stupa di Bhārut e Sañcī, risalenti al periodo *Šunga* (185-72 a.C.).

Ma nel I sec. d.C. il Buddhismo comincia a diffondersi nell'Asia centrale, facilitato in ciò dall'espansione dell'Impero *Kusāna*, attraverso le carovaniere lungo cui si svolgeva il traffico commerciale tra le regioni occidentali dell'Asia e la Cina, la famosa «via della seta»

Il Buddhismo quindi, a contatto con le diverse culture di cui erano portatrici le tribù nomadi di varia provenienza, che si disputavano i territori centroasiatici, reagisce accogliendo e rielaborando i diversi influssi in un processo che porterà alla grande fioritura del Buddhismo del Grande Veicolo.

Al processo di formazione dell'immagine antropomorfica del Buddha, hanno senz'altro concorso influenze provenienti dal mondo classico. All'arte greca era da sempre usuale la rappresentazione delle divinità in forma umana e senz'altro gli artigiani indiani avranno avuto a disposizione modelli artistici greco-romani, come testimoniano gli scavi archeologici nella regione. È infatti da ricordare che un fondo di cultura classica persisteva in queste zone dall'epoca della spedizione di Alessandro Magno in India (330-327 a.C.) e si era preservato attraverso i regni indo-greci di Battriana. Abbiamo così nell'arte del Gandhāra le prime rappresentazioni del Buddha con la testa di un Apollo greco e con indosso la toga romana. Ma affermare che la creazione dell'immagine del Buddha sia dovuta esclusivamente ai suggerimenti arrivati dall'Occidente non sembra del tutto corretto. Se infatti a questo punto vengono accolti i suggerimenti dell'arte occidentale, è perché essi vengono incontro ad esigenze religiose che si fanno più forti. Tali suggerimenti trovavano inoltre riscontro in alcuni moduli rappresentativi indiani.

Infatti, mentre la scuola del *Gandhāra* accoglie profondi influssi di arte classica, la contemporanea scuola di *Mathurā* crea invece una figura antropomorfica del Buddha ispirandosi a modelli indiani, come le imma-

gini di *Yaksa*, semidivinità indiane associate con la natura.

È chiaro che con il diffondersi del culto, col penetrare in strati sociali più umili al di fuori delle cerchie intellettuali, si richiedevano moduli di rappresentazione più accessibili alla devozione del credente, indirizzata più verso immagini immediatamente riconoscibili, che verso principi astratti. Sintomatico è a questo proposito l'uso, tipico della produzione dell'arte del *Gandhāra*, di rappresentare storie della vita del Buddha Šakiamuni (*avadāna*) che servono da esempio di vita al credente, da supporto meditativo ed hanno anche scopo didattico per coloro cui i testi sacri erano inaccessibili. Nella produzione della scuola di *Mathurā*, invece, il Buddha viene di preferenza rappresentato in statue isolate staccate da un contesto narrativo.

Ma non si creda che tale rappresentazione sia scevra da simboli, anzi. Il Buddha, anche se rappresentato in forma umana, incarnava sempre un principio religioso-filosofico. Alla sua figura vengono imposti i 32 segni (*lakṣanā*) principali e 80 secondari del *Cakravartin*, il sovrano universale della mitologia indù, che gli conferiscono il valore di sovrano spirituale, essendo egli il vittorioso (*jina*) sulle forze negative.

Alcuni dei *lakṣanā* principali sono facilmente individuabili: l'*uṣṇiṣā* o protuberanza cranica, l'*ūrnā* o ciuffetto di peli tra le sopracciglia, il *jalalakṣanā* o membrana tra le dita della mani e dei piedi. Sarebbe troppo complesso qui cercare di individuare le probabili derivazioni artistiche o il valore religioso dei *lakṣanā*, ma è da sottolineare che l'arte buddhista, in quanto arte sacra, si avvale di segni e simboli che caricano l'immagine di valenze filosofiche e che, essendo riconoscibili o decifrabili in un dato ambiente culturale, parlano con chiarezza al fedele. Altre caratteristiche della raffigurazione antropomorfica del Buddha sono le particolari posizioni del corpo (*asana*) e della mani (*mudra*), come anche l'alone luminoso che circonda la testa o la figura intera dell'Illuminato.

Col tempo, furono rappresentate anche le storie delle vite anteriori (*jataka*) del Buddha storico, come anche dei Buddha del passato. Si differenziano anche i canoni per la rappresentazione dei vari Buddha e Bodhisattva. L'immagine antropomorfica così creata si diffonde in tutta l'Asia dove si modificherà a contatto con le culture locali, dando origine ad esempio alle tarde immagini di Buddha grassi e panciuti in Cina, ma mantenendo inalterate le caratteristiche fondamentali, che la connotano fin dall'inizio.

Kabul, Museo Nazionale dell'Afghanistan: Il Buddha stante (arte del Gandhara, IV-V secolo, stucco, altezza m. 1,20). Il Buddha è interamente avvolto nella veste monastica, il cui drappeggio ricorda la produzione ellenistica. I capelli sono raccolti nell'*ushnīsha*, la protuberanza cranica che è uno dei segni distintivi del Buddha.

Maria Luisa Giorgi

DIBATTITO

Costruire il Sangha

di Walpola Rahula

Dopo gli interventi di Elio Guarisco e Dagpo Rimpoce, pubblichiamo per questo dibattito una parte dell'articolo scritto da WALPOLA RAHULA per il n. 11 della rivista francese «*CAHIERS DU BOUDDHISME*». L'intervento prende in esame un aspetto particolare, ma non secondario, della «occidentalizzazione» del Buddhismo; altri aspetti saranno trattati da altri interventi, che auspichiamo continuino ad essere, come finora, sereni e costruttivi.

Walpola Rahula, di Sri-Lanka, ama definirsi «un monaco buddhista», per sottolineare che, al di là delle scuole, l'ordinazione monastica buddhista è unica. Erudito di fama mondiale, è professore alla Northwestern University dell'Illinois (Usa) e Rettore dell'Università di Sri-Lanka.

Devanampiya, re di Sri-Lanka, chiese un giorno a Mahinda Thera — figlio dell'imperatore indiano Aṣoka, che nel terzo secolo a.C. aveva introdotto e diffuso il Buddhismo in Sri-Lanka — se la nuova dottrina si fosse trapiantata nell'isola. Mahinda Thera rispose: «O grande Re, il Dharma è stato trapiantato, ma non ha ancora messo radici». «E quando le metterà?», domandò il re. La risposta di Mahinda Thera ha un grande valore: «Quando un ragazzo, nato in Sri-Lanka, da genitori singalesi, diventerà monaco in Sri-Lanka e potrà praticare nella lingua singalese, solo allora si potrà dire che il Buddhismo ha veramente messo radici in Sri-Lanka».

Prendendo alla lettera questa dichiarazione di Mahinda Thera, si può dire con certezza che il Buddhismo non avrà messo radici in Occidente, finché in Occidente non sarà stato saldamente costruito il Sangha. Ma bisogna distinguere il Sangha «spirituale» da quello «istituzionale», rappresentato quest'ultimo dalla Comunità dei monaci, ben visibile sul piano sociale e su quello religioso, organizzata, disciplinata e governata secondo i testi canonici del Vinaya. *Anche se da un punto di vista spirituale non c'è differenza fra un monaco e un laico per quanto riguarda la realizzazione della Verità, il Nirvāṇa, nella organizzazione buddhistica un monaco ha sempre la precedenza su un laico. Secondo una tradizione che risale all'epoca di Buddha, anche un laico molto avanzato nello sviluppo spirituale manifesta ossequio a un qualsiasi monaco, anche a quello che si trova sui gradini più bassi della scala spirituale.*

Guardiani del Dharma sono stati i monaci del Sangha «istituzionale», cioè i bhikku, che ne hanno assicurato la trasmissione durante 25 secoli. È il Sangha istituzionale che può costituirsi in un paese, come testimonianza visibile e organizzata del Sangha del Triplice Gioiello. Tutti coloro che desiderano la presenza e la diffusione del Buddhismo in Occidente devono preoccuparsi antitutto di costituire il «Sangha dei monaci» nelle proprie regioni.

Ma il «Sangha dei monaci» è regolato dal Vinaya *e bisogna quindi dedicare qualche parola al* Vinaya. *Precisiamo intanto che il* Vinaya *è tutt'altra cosa del Dharma: il* Vinaya *non è l'immutabile Verità Ultima, è solo una raccolta di regole comunemente accettate per il buon funzionamento di una comunità di tipo particolare. In quanto tale, il* Vinaya *può essere modificato per tener conto di circostanze particolari di tempo e di luogo. Lo stesso Buddha ha modificato alcune regole del* Vinaya *e a più riprese (ad esempio la regola dei pasti in comune è stata cambiata 7 volte dallo stesso Buddha, per tener conto di circostanze particolari) [...].*

Una attenta lettura del Vinaya-piṭaka *mostra chiaramente che le regole di disciplina sono state modificate e rielaborate per adattarle alle condizioni economiche e sociali delle varie epoche e dei diversi paesi. Buddha aveva un modo veramente democratico di dirigere il Sangha e ne abbiamo l'esempio più famoso al momento del* Pari-nirvāṇa *del Maestro: egli convoca Ananda e gli comunica che i maestri del Sangha possono modificare e abrogare questa o quella regola non fondamentale del Vinaya [...].*

Dopo quanto abbiamo detto, come si presenta il problema in Occidente? Affinché il Buddhismo possa mettere radici in un paese occidentale, bisogna edificarvi saldamente il Sangha. Questo implica l'esistenza di un monastero, dove si possano celebrare i riti del Vinaya, *ad esempio la cerimonia dell'Ordinazione.*

Ma evidentemente i monaci che si trovano in paesi occidentali non possono vivervi come lo fanno nei paesi asiatici; dovranno adattarsi a qualche cambiamento, per intonarsi con il modo di vita occidentale, proprio come vuole la tradizione buddhista. Certe pratiche dovranno essere modificate o addirittura abbandonate [...].

Adottando la stessa apertura mentale del Buddha, è conveniente e ragionevole per i monaci insediati nei paesi occidentali ispirarsi alle usanze delle religioni locali, a condizione, s'intende, che non si tocchi l'essenza dell'insegnamento del Maestro. E ne sarà modificata non solo la vita quotidiana dei monaci, ma anche molte pratiche, usanze, cerimonie e riti. Il Dharma rimarrà sempre tale e quale, è identico in Oriente e in Occidente, ma le forme esteriori sono già diverse tra Sri-Lanka, Giappone e Tibet e questo non impedisce che le basi del Buddhismo siano le stesse in questi paesi.

Il Buddhismo non è una religione etnocentrica; esso travalica ogni limite etnico, tribale e nazionale, non si porta dietro usi e costumi di un paese particolare. Pur esercitando una profonda influenza nei paesi asiatici dove ha prosperato, il Buddhismo si è sempre adattato senza difficoltà alle diverse culture nazionali, donde la straordinaria varietà delle culture buddhiste, da quella tibetana del Nord a quella singalese del Sud, da quella indiana dell'Ovest a quella giapponese dell'Est. Ma, sotto queste diverse culture, si ritrova l'unità essenziale del Dharma, che le tiene insieme, come un filo di seta tiene insieme le perle di una collana [...].

Uno dei più profondi insegnamenti del Buddhismo è che ogni cosa condizionata è impermanente e soggetta al cambiamento: sabbe sankhāra aniccā. *Ora, le regole del* Vinaya, *i costumi, i riti, le cerimonie sono tutte cose condizionate e come tali sono soggette al cambiamento e devono cambiare. Chi accetta questa verità non può lamentarsi di fronte ai cambiamenti. Ma ci sono tanti devoti buddhisti che non sembrano d'accordo su questo; non vogliono cambiare niente, sono fanaticamente attaccati alle forme, alle regole, ai riti, alle cerimonie [...].*

Se il Buddhismo non dovesse adattarsi alla cultura occidentale, sarà come una pianta tropicale in una serra, non si svilupperà nei paesi occidentali. Qualcuno, per curiosità, andrà a dare un'occhiata a questa pianta esotica, ma non potrà trapiantarla nel proprio giardino. C'è gente che si accontenterà di tale situazione e questa è una cosa molto spiacevole.

Mente e materia

A cura delle Editions DHARMA *(Les Jacourets — 06530 Peymeinade) è appena uscito il libro* «Entretiens avec le Dalai Lama», *versione francese delle «conversazioni», che l'americano John F. Avedon ha avuto con il massimo esponente del Buddhismo Vajrayana tra il '79 e l'80. Ne pubblichiamo un estratto, da cui emerge un aspetto inedito della personalità del Dalai Lama, cioè una sua vocazione che potrebbe definirsi scientifica. Lo facciamo anche a conclusione della sua recente visita in Italia, caratterizzata da larga affluenza di folla a Roma e Milano e conclusa con una iniziazione tantrica di centinaia di discepoli a Pomaia.*

D. — Qual'è la concezione del Buddhismo sull'origine dell'Universo?

R. — Per quanto riguarda la materia, la forza generante è l'energia. Per quanto riguarda gli esseri viventi o le persone fornite di coscienza, la forza generante si trova nelle loro stesse azioni, che li conducono a rinascere in una forma determinata.

D. — Occupiamoci intanto dell'aspetto materiale, cioè della materia inanimata. Qual'è l'energia che ha dato origine ai fenomeni?

R. — In termini di elementi, viene prima di tutto il vento, perché la sua base è lo spazio. Il vento acquista movimento e da questo movimento nasce il calore. Si forma quindi l'umidità (l'elemento acqua) e la solidità, cioè l'elemento terra. Se si dovesse spiegare donde trae origine il vento primordiale, si potrebbe dire che esso deriva forse dalla fase di vuoto del precedente sistema di mondi. Si tratta comunque di un argomento che non finisce mai: se prendete in considerazione un solo mondo all'interno di un determinato sistema di un miliardo di mondi, allora potete far riferimento ad un inizio; altrimenti la cosa diventa praticamente impossibile.

D. — E qual'è la causa diretta o primitiva dello spazio e di questo vento o energia, cui vi siete riferito?

R. — Se prendete in considerazione i fatti esterni, allora si tratta di quanto ho appena spiegato: la fase di vuoto del precedente sistema di mondi.

D. — Nel senso che l'energia nasce spontaneamente dal vuoto?

R. — Si tratta di un fatto naturale e non di qualcosa di costruito, tuttavia vi è qui da sottintendere la forza karmica.

[....]

D. — Abbiamo dunque da un lato questo fenomeno di chiarezza e conoscenza che è la mente ed è senza inizio; dall'altro lato c'è la materia. Qual'è il legame universale, cosmologico, fra questi due?

R. — C'è un primo tipo di spazio, fatto di luce e di oscurità; è quello di un campo esteso, come ciò che appare alla nostra vista. E c'è un altro tipo di spazio, che è una pura e semplice negazione, cioè una assenza di contatto ostacolante. Quest'ultimo è permanente e perciò non cambia. Tuttavia, il primo spazio dipende da cause e condizioni ed è per questo che dobbiamo affermare che il suo *continuum* è senza inizio, perché deve derivare da cause che siano in un rapporto di concordanza o di analogia con la natura propria di questo *continuum*. Lo spazio di cui parlavo prima, cioè quello che è di base per il vento e quest'altro spazio, che è impermanente, ma con un *continuum* senza inizio, sono probabilmente identici. Non ho qui l'occasione per addentrarmi in una spiegazione più minuziosa. Credo comunque che sarebbe difficile o piuttosto impossibile sostenere che la coscienza deriva dalla materia, o al contrario che la materia deriva dalla coscienza.

Ricordando un Lama «romano»

Il 26 novembre 1981 lasciava questa esistenza a Roma, dopo lunghi mesi di dolorosa malattia, Ghesce Jampel Senghe, uno dei più eruditi tra i Lama tibetani, che ha vissuto da cittadino romano, nell'affetto della moglie e della figlia, gli ultimi vent'anni di una vita, tutta dedicata allo studio, alla pratica e all'insegnamento del Dharma rigorosamente puro. Ha promosso la fondazione dell'Istituto Samantabhadra, al quale doveva dedicare le sue ultime energie. A ricordo di questo Maestro, pubblichiamo alcuni appunti biografici, preparati dal suo connazionale ed amico Ghesce Kedup, residente a Rikon (Svizzera). Sono appunti che di un Maestro indicano, per tradizione, le tappe della formazione culturale, lasciando in ombra il ruolo svolto nella gerarchia monastica e nell'insegnamento. Inoltre, nella pagina seguente e a pag. 5, pubblichiamo due brevi composizioni, che lo stesso Ghesce ha tradotto dal tibetano per i propri discepoli.

Ghesce Jampel Senghe nacque nel 1914 nella provincia del Kham, in Tibet orientale. Ancora fanciullo, seguì la famiglia a Kompo, nel Tibet centrale, dove fu ammesso in un monastero Bon e qui imparò a leggere e a scrivere. A 17 anni, accompagnò alcuni monaci di Kompo a Lhasa, capitale del Tibet ed entrò nel monastero di Sera Bassa, dove cominciò lo studio dei sistemi fondamentali della logica buddhista, secondo la tradizione monastica tibetana, che alterna alcuni mesi di sessioni di dibattito con periodi dedicati ad insegnamenti individuali, iniziazioni, ritiri e studio.

Ventenne, Jampel Senghe studiò per 3 anni «L'ornamento delle chiare realizzazioni», un commentario sulle Paramita *(= perfezioni), che comprende la generazione di* Bodhicitta *(= la mente risvegliata) e i diversi livelli e configurazioni specifiche del sentiero.*

Nei due anni seguenti studiò brani scelti dai «Definiti ed indefiniti eleganti detti» di Je Tzong Khapa. I «detti definiti» sono quelli che non richiedono ulteriori interpretazioni, mentre i «detti indefiniti» sono quelli che sono spiegabili in natura. In aggiunta a ciò, studiò brani scelti del commentario chiamato «Forma e concentrazioni», i «20 testi del Sangha» e

Il Lama Ghesce Jampel Senghe, con il mantello dei Ghesce tibetani.

un commentario sull'originazione dipendente, che mostra il modo in cui i fenomeni esistono attraverso una continua produzione e disintegrazione dipendente da cause e condizioni.

In seguito passò entrambe le classi del «nuovo» e «vecchio» Mādhyamika, *per qualificarsi come candidato al titolo di Ghesce. Questo studio era basato su di un commentario scritto dal grande santo ed erudito Candrakirti, «La Via del Sentiero di Mezzo». In dieci capitoli vi si discutono i 10 livelli del Bodhisattva e le qualità di ognuno. Vi si stabiliscono inoltre le più alte dottrine dell'insegnamento buddhista nella sua descrizione del vuoto. Nella «classe del vecchio Mādhyamika» ottenne il punteggio massimo all'esame di dibattito, qualificandosi quindi come un candidato al titolo di Ghesce. Compiuti i trent'anni, iniziò 4 anni di studi sugli insegnamenti buddhisti sulla moralità, incluso lo studio dei vari livelli di ordinazione per monaci e monache ed i voti particolari di ogni livello. Dai 34 ai 37 anni, passò attraverso le classi superiori. Lo studio principale in quei tempi era la metafisica dell'*Abhidharma-Kośa, *scritta dal Pandit indiano Vasubandhu. Lo scritto include uno studio della formazione dell'Universo e una discussione dettagliata sulla legge di causa ed effetto.*

Nel 1955 ebbe il suo esame di dibattito di fronte a circa 30.000 monaci venuti dai tre più grandi monasteri del Tibet: Sera, Ganden e Drepung. Questo accadeva durante la grande festa della preghiera a Lhasa. Ottenne il più alto titolo di Ghesce all'età di 37 anni.

In seguito entrò nell'alto collegio Tantrico per studiare i Tantra Buddhisti. Ricevette insegnamenti su entrambi i livelli del Guyasamaya Tantra, lo stadio di generazione e lo stadio di compimento e mise in pratica questi insegnamenti. Portava uno speciale interesse alla segreta e profonda comprensione del Mandala e fece uno studio completo su questo aspetto dei Tantra. Nel tempo che gli restava disponibile, studiava la Letteratura Tibetana. In questa maniera divenne un rinomato praticante ed un Ghesce preparato, sia nei Sutra che nei Tantra.

Nel 1959, in seguito all'invasione cinese del Tibet, fuggì in India, dove continuò gli studi sui Tantra nell'Alto Collegio Tantrico di Dalhousie e qui superò l'esame sui Tantra. In India cominciò anche a studiare inglese ed hindi, per mettersi in grado di insegnare agli indiani ed agli occidentali senza la mediazione di un traduttore.

Su richiesta di ambienti accademici italiani, il Dalai Lama nel 1960 designò Ghesce Jampel Senghe per il riordino della vasta collezione buddhista tibetana — la più ampia e importante d'Europa - esistente nella biblioteca dell'ISMEO a Roma. In questa città ha lavorato intensamente per oltre vent'anni; ha studiato l'italiano per poter insegnare senza traduttori, si è prodigato in corsi di Dharma e corsi di lingua tibetana, ha fatto anche molti viaggi, per offrire insegnamenti buddhisti in altri centri italiani ed in altri paesi dell'Europa Occidentale.

Il Guru-radice di Ghesce Jampel Senghe è stato Kyabye Paponka Rimpoce, uno dei più grandi Lama della tradizione Ghelupa, autore di profondi commentari ai testi buddhisti in undici volumi.

Buddha ha così detto:
«La grande ignoranza
è credere che quanto vedo
è indipendente assoluto».
A causa di ciò, si cade
nel grande oceano
della confusione samsarica.
Ponendo la mente in uno stato
di concentrazione continuo,
senza distrazioni,
unendo SCINÈ e LAKTONG,
quando si ha tale esperienza
nasce la chiara
realizzazione di ŚUNYATA,
chiara come un cielo
senza nuvole.(1)

(1) Dal testo: BODHIPATAPRADIPAM (La luce sul sentiero dell'Illuminazione) del pandit indiano Atīśa Dipamkara — tradotto dal tibetano da Ghesce Jampel Senghe, per l'Istituto Lama Tzong Khapa.

Buddhismo e Teosofia

Tra il Buddhismo e la Teosofia vi è uno stretto rapporto storico e dottrinale, in quanto la prima opera di esposizione sistematica della Teosofia moderna, compilata da A.P. Sinnett nel 1882, portava il titolo controverso di «Buddhismo Esoterico» (1).

A prescindere da ciò, è noto che i due principali fondatori della Società Teosofica Internazione, H.P. Blavatsky e H.S. Olcott, recandosi a Ceylon nel 1880, pronunciarono i voti del «pañca Sila», *mentre il capo della Comunità buddhista del Picco di Adamo si iscrisse alla Società Teosofica e ne fu eletto vicepresidente.*

È noto altresì che il Presidente-fondatore della Società Teosofica, il col. H.S. Olcott, si prodigò tanto per l'emancipazione del Buddhismo in Ceylon, che ancora oggi è ricordato come un eroe nazionale ed a Colombo, in una piazza importante, gli fu eretto un monumento, nella ricorrenza del cinquantenario della sua morte, il 17 febbraio 1967, alla presenza del Governatore generale W. Gopallawa e dell'Ambasciatore degli Stati Uniti, Cecil B. Lyon (2).

Si deve inoltre a H.S. Olcott la compilazione nel 1881, del primo «Catechismo Buddhista», secondo il canone singalese, tradotto in 20 lingue orientali, del quale furono fatte ben 44 edizioni. Questo «Catechismo» fu approvato dalle autorità delle diverse Scuole Buddhiste di Ceylon, Birmania, Siam, Nepal, Giappone, ecc.

*La Società Teosofica fu la prima a promuovere l'educazione nazionale nel Ceylon, istituendo scuole buddhiste di ogni grado, di cui ben 229 furono fondate e dirette da teosofi. Il col. H.S. Olcott cercò pure di conciliare il Buddhismo del Sud (*Theravāda*) con il Buddhismo del Nord (*Mahāyāna*) sulla base di 14 Proposizioni del Buddhismo, comuni a tutte le scuole buddhiste. Forse è bene ricordare pure che uno dei più prestigiosi Presidenti della Società Teosofica Internazionale, fu il dr. C. Jinarajadasa, buddhista nativo di Ceylon.*

A sua volta, H.P. Blavatsky, notoriamente, visse in diverse riprese nel Tibet ed in particolare a Lhasa ed a Tashi-lhumpo per apprendere di prima mano gli insegnamenti fondamentali del Buddhismo tibetano, che poi diffuse in Occidente con i suoi scritti.

Il celebre filosofo giapponese D.T. Suzuki, che insegnò nell'Università di Oxford e Tokio, scrisse: «Indubbiamente Madame Blavatsky in qualche modo era stata iniziata nell'aspetto più profondo dell'insegnamento Mahayana e poi diffuse quanto le sembrava saggio, nel mondo occidentale con la Teosofia... non vi è dubbio che il movimento teosofico fece conoscere al mondo in generale le fondamentali dottrine del Buddhismo Mahayana...» *(3). A sua volta il prof. W.Y. Evans-Wentz, nell'introduzione al «Libro Tibetano dei Morti», dice:* «Per il significato dei 49 giorni del Bardo, consultare la "Dottrina Segreta" di H.P. Blavatsky; contrariamente ad alcuni critici, il Lama Kazi Dawa Samdup (docente di tibetano nell'Università di Calcutta) riteneva che H.P. Blavatsky doveva aver realmente ricevuto un elevato insegnamento lamaico...» *(4).*

Tuttavia, H.P. Blavatsky afferma che «Teosofia non è Buddhismo» più di quanto non sia Cristianesimo, Induismo, Ebraismo o Islamismo nel loro aspetto exoterico, popolare; bensì è l'insegnamento essenziale, sottinteso, esoterico, comune a tutte le Religioni e filosofie antiche. In altri termini, se tutte le Religioni del mondo venissero sfrondate dalle sovrastrutture accessorie, si ridurrebbero ad alcuni insegnamenti essenziali, comuni a tutte e questi insegnamenti, formulati in termini moderni, costituiscono la Teosofia moderna o religione scientifica, intesa a conciliare le Religioni tra di loro, in base a comuni denominatori, per eliminare i secolari antagonismi e promuovere la «fratellanza universale senza distinzioni» che è lo scopo principale della Società Teosofica.

Esaminando tutte le Sacre Scritture del mondo sotto questo profilo, troviamo che si riducono ad alcuni elementi variamente formulati: i) costituzione psicologica dell'uomo, ii) la legge del

Karma, *iii) la Reincarnazione, iv) l'evoluzione della vita e della coscienza, v) la possibilità per l'uomo di emanciparsi dal ciclo della necesità, ecc.*

Tutti questi concetti, comuni a tutte le Religioni, sono formulati nel Buddhismo nel modo più esplicito e più completo e questi stessi elementi sono razionalmente dimostrabili ed accessibili all'esperienza diretta dell'uomo.

Una più approfondita conoscenza delle Religioni nel loro aspetto essenziale permetterà non solo il giusto apprezzamento delle Religioni stesse, ma anche la riscoperta di quella saggezza, che potrà salvare l'umanità dalla catastrofe incombente, ritornando agli autentici valori dello spirito.

La coraggiosa iniziativa dei promotori di PARAMITA è perciò quanto mai opportuna per mettere in evidenza il pristino pensiero buddhista, pur nelle diversità di espressioni scolastiche, in modo da far conoscere le fonti, alle quali attinse una delle più antiche civiltà del mondo.

Edoardo Bratina

(segretario generale della Società Teosofica Italiana)

(1) A.P. Sinnet: «Esoteric Buddhism», Ed. Trübner & Co, London, 1881.

(2) Howard Murphet: «Hammer on the Mountain», Thesophical Publishing House, Wheaton, Ill. USA, 1972.

(3) D.T. Suzuki: «The Easter Buddhist», vol. V, p. 377, London.

(4) W.Y. Evans Wentz: «Bardo Thödol», Ed. Spartaco Giovene, Milano, p. 6.

Al di là delle terapie

di Carl Gustav Jung

Il rapporto di Carl Gustav Jung con l'Oriente fu nel complesso più problematico e dialettico di quanto si sia portati a credere. Presentandosi come psicologo ed «empirista» (e non filosofo metafisico), fu nel campo della fenomelogia della mente che riconobbe e ammirò l'estrema fertilità del suo incontro con lo spirito dell'India e del Tibet, della Cina e del Giappone. Non si stancò di sottolineare la necessità di riconoscere le nostre radici: le configurazioni archetipiche nel nostro inconscio collettivo e la disposizione della mente «naturaliter christiana» *ma nel contempo invitò a rendersi coscienti del mondo storico in cui viviamo.*

Lo scritto che pubblichiamo è l'introduzione ad un libro di K.E. Neumann «I discorsi di Gautama Buddha» *(tratto dal volume delle «Opere complete» di C.G.Jung - Boringhieri, 1981).*

«Non è stata la storia della religione né quella della filosofia ad avvicinarmi al mondo concettuale buddhistico; è stato il mio interesse personale di medico che si propone di curare sofferenze condizionate dalla psiche, che mi ha spinto a voler conoscere le concezioni e i metodi di quel grande maestro dell'umanità, preoccupato soprattutto del dolore del mondo, della vecchiaia, della malattia e della morte. Se la liberazione dal dolore è ciò che sta anzitutto a cuore al medico, egli non può trascurare il fatto che non pochi stati di malattia e di sofferenza, non suscettibili di cura diretta, devono trovare medico e paziente preparati a considerarli non eliminabili. Anche se non del tutto incurabili, questi stati di malattia passano quasi sempre per fasi che appaiono insopportabili, stazionarie o senza prospettiva di guarigione, e che vanno perciò curate come il sintomo diretto della malattia; che richiedono cioè quel certo atteggiamento morale che una fede religiosa o una convinzione filosofica possono suscitare. Sotto questo aspetto lo studio delle opere buddhistiche mi è stato di non

scarsa utilità, in quanto esse avviano a un'oggettivazione della sofferenza, nonché a una generale valutazione delle sue cause. Come Buddha, secondo la tradizione, ha salvato in modo esemplare la propria coscienza dal disperdersi in un'infinità di direzioni e la sua vita emotiva dal rimanere impigliata nel groviglio di emozioni e illusioni mediante la contemplazione oggettiva della concatenazione delle cause, così anche il malato e il sofferente che appartengono alla nostra sfera culturale occidentale, estranea e spesso quasi incommensurabilmente opposta all'Oriente, possono ricavare un notevole vantaggio dall'atteggiamento spirituale buddhistico.

In merito, i discorsi di Buddha nell'elaborazione di Neumann hanno un'importanza da non sottovalutare. Per non parlare del loro profondo significato, anche dalla loro forma per così dire rituale di solenne *praefatio* si sprigiona una penetrante irradiazione che edifica e affascina, alla quale a lungo andare il sentimento riesce difficilmente a sottrarsi. Contro questo uso del patrimonio spirituale orientale si potrebbe obiettare dal punto di vista cristiano (ed è accaduto di frequente) che la fede dell'Occidente è fonte di un *consolamentum* almeno altrettanto considerevole, e che non vi è necessità alcuna di rivolgersi allo spirito del buddhismo, con il suo atteggiamento in massimo grado razionale. A prescindere completamente dal fatto che, nella maggior parte dei casi, quella fede cristiana di cui si parla non esiste e non si vede da dove potrebbe esser presa (esclusa una *providentia specialis* di Dio), è risaputo che ciò che si conosce diviene, con l'uso frequente, talmente familiare e formale da perdere un po' per volta il proprio significato e con questo anche la propria efficacia; mentre ciò che è estraneo, sconosciuto ed essenzialmente diverso può dischiudere porte fino a quel momento chiuse e possibilità nuove. Insista quanto vuole un cristiano sulla sua fede, che non lo aiuta neanche a superare una nevrosi: quella fede è vana, e allora val meglio prenda umilmente quel che gli occorre dove lo trova, se gli si fa incontro soccorrevole. Non c'è nessun bisogno che il cristiano, per il fatto che va a prestito dal buddhismo, rinneghi le proprie concezioni religiose, ché, così facendo, mette in pratica l'invito dell'apostolo: «Esaminate ogni cosa, tenete ciò che è buono» (da: *I Tessalonicesi, 5,21*).

A questo bene da conservare appartengono senza dubbio molti degli insegnamenti di Buddha, che per di più hanno molto da offrire anche a colui che non può vantare convinzioni cristiane. Essi offrono all'occidente delle possibilità di disciplinare la sua vita interiore psichica, di cui le varie fedi cristiane fanno spesso sentire gravemente la mancanza. La dottrina buddhistica può inoltre dimostrarsi un utile sistema educativo appunto là dove il rito cristiano o la forza delle idee religiose falliscono, il che avviene fin troppo spesso nei disturbi psicogeni.

Mi è stato rimproverato di considerare e valutare le religioni per così dire dal punto di vista dell'«igiene mentale». Si perdoni al medico la sua professionale autolimitazione e la sua modestia, se non si dichiara pronto a dimostrare delle affermazioni metafisiche o a fare professioni di fede, accontentandosi d'indicare l'importanza psicoterapeutica di un generale atteggiamento verso il problema della sofferenza psichica e di mettere in rilievo il significato degli elementi che concernono la visione del mondo. Una sofferenza incompresa è notoriamente difficile da sopportare, e d'altro canto è spesso sorprendente vedere che cosa un uomo può sopportare, se ne comprende la causa e il fine. I mezzi necessari gli vengono dati da premesse di ordine superiore o di natura religiosa o filosofica che si dimostrano perlomeno metodi di guarigione di tipo psichico, e ciò nel significato proprio della parola. Perfino Cristo e i suoi discepoli non hanno disdegnato di guarire i malati, dimostrando così la virtù terapeutica della loro missione. Il medico deve in ogni modo venire a un chiarimento con la sofferenza concreta, e sa che dietro le sue spalle non c'è più altro che il mistero del governo del

C.G.Jung a Bollingen (lago di Zurigo) nella sua casa di campagna nel 1958. «A Bollingen mi trovo nella mia più vera natura, in ciò che esprime profondamente me stesso. Sono, per così dire, l'antichissimo figlio della madre. [...] Ho rinunciato alla corrente elettrica: io stesso accendo il focolare e la stufa e a sera accendo le vecchie lampade. Non vi è acqua corrente e pompo l'acqua da un pozzo; spacco la legna e cucino il cibo. Questi atti semplici rendono l'uomo semplice: e quanto è difficile essere semplici!» (da «Ricordi, sogni e riflessioni» *di C.G.Jung - Ed. BUR, Milano 1978)*

mondo. Non c'è perciò da meravigliarsi se egli elogia come sistemi "terapeutici" idee e atteggiamenti religiosi e filosofici, qualora essi di dimostrino soccorrevoli, e se egli riconosce anche Buddha (la cui dottrina ha come problema centrale la liberazione dal dolore attraverso il massimo sviluppo della coscienza) come uno dei più importanti ausili sulla via della guarigione. I medici hanno cercato fin dall'antichità una panacea, una medicina *catholica*, e grazie ai loro sforzi incessanti si sono inconsciamente avvicinati, e in misura sorprendente, alle idee centrali della religione e della filosofia orientale.

Chiunque conosca il metodo di suggestione ipnotica sa che suggestioni plausibili agiscono con maggior efficacia e rapidità di quelle che troppo si oppongono alla natura del paziente. Così il medico è stato indotto, volente o nolente, a sviluppare concezioni che corrispondessero possibilmente alle condizioni psicologiche esistenti. Ne è derivato un complesso di concezioni che non soltanto ha elaborato il patrimonio di pensiero tradizionale, ma ha preso anche in considerazione la costellazione dell'inconscio, che compensa l'inevitabile unilateralità di quel patrimonio di pensiero; e cioè tutti quei fattori che la filosofia cristiana dominante non soddisfaceva. Tra di essi, non erano pochi gli aspetti che la filosofia orientale, ignota all'Occidente, aveva già sviluppato fin da tempi antichi.

Se perciò io, dal punto di vista medico, riconosco l'aiuto multiforme e l'incoraggiamento che devo proprio alla dottrina buddhistica, mi muovo su una linea tracciata, nella storia spirituale dell'umanità, da circa due millenni».

IL TANTRA

Nella sezione dedicata al Vajrayāna *pubblichiamo queste note sul Tantrismo, per ricordare la differenza fra Tantra buddhisti e Tantra induisti e per chiarire il significato di immagini o parole, che un'interpretazione superficiale potrebbe considerare (e spesso ha considerato) di carattere erotico. Il testo è tratto dal volume:* I fondamenti del misticismo tibetano, *di Lama Anagarika Govinda (Ubaldini Editore, Roma 1972).*

L'influenza del Buddhismo tantrico sull'Induismo è stata così profonda che, sino ai giorni nostri, la maggioranza degli studiosi occidentali hanno operato sotto l'impressione che il Tantrismo fosse una creazione induista, ripresa successivamente da scuole buddhiste più o meno decadenti. Contro questo modo di pensare, depone l'antichità e il consistente sviluppo nel Buddhismo delle tendenze tantriche. (...) Sembra probabile che il sistema tantrico buddhista si sia fissato in forma definita verso il III secolo d.C., come possiamo vedere dal ben noto Tantra *Guhyasamaja*.

Soltanto coloro che non hanno una conoscenza diretta della letteratura tantrica possono considerare il Tantrismo buddhista come un prodotto dello Scivaismo. Un confronto tra i Tantra indù e quelli del Buddhismo (conservati soprattuto in tibetano e che, quindi, sono rimasti per lungo tempo sconosciuti agli indologi), non solo dimostra una straordinaria divergenza dei metodi e nei fini (malgrado le somiglianze esteriori), ma prova la priorità spirituale e storica e l'originalità dei Tantra buddhisti.(...)

La principale differenza è che il Tantrismo buddhista non è *Shaktismo*. Il concetto di *Śakti* del *potere* divino, dell'aspetto femminile creativo del Dio supremo (*Šiva* o le sue emanazioni, non hanno alcun ruolo nel Buddhismo. Mentre nei Tantra indù il concetto di potere (*śăkti*) costituisce il centro dell'interesse, nel Buddhismo tale centro è la *prajñā*: conoscenza, saggezza.

Per il buddhista, *śakti* è *maya*, cioè la potenza che crea l'illusione da cui solo la *prajña* può liberarci. Non è tuttavia suo scopo acquisire la potenza, o unirsi alle potenze dell'universo per divenire loro strumento o loro padrone; anzi, egli tenta di liberarsene perché dall'eternità lo tengono prigioniero del *samsāra*. Egli lotta per percepire queste potenze, che lo hanno costretto nel giro della vita e della morte, per liberarsi dal loro dominio. Tuttavia il buddhista non tenta di negarle o di distruggerle, ma di trasformarle nel fuoco della conoscenza, sì che possano divenire forze dell'illuminazione, le quali, anziché creare ulteriori differenziazioni, fluiscono in direzioni opposte, verso l'unione, la pienezza, la completezza.

L'atteggiamento dei Tantra indù è diverso, se non opposto. «Unito alla *Śakti*, sii pieno di forza» dice il *Kulacudamani-Tantra*. «Dall'unione di *Šiva* e *Śakti* è stato creato il mondo». Il buddhista, invece, non vuole la creazione e lo spiegamento del mondo, ma vuole il ritorno allo stato «increato», «non-formato», della *śūnyatā*, da cui procede ogni creazione (se si può inserire l'inesprimibile nel linguaggio umano).

La presa di coscienza di questa *śūnyatā* (tibetano: *ston-pa-nid*) è la *prajñā* (tibetano *ses-rab*): la conoscenza suprema. La realizzazio-

Ādibuddha, *il Buddha primordiale, in una stampa tibetana. È il simbolo dell'universalità, dell'eternità e della pienezza della mente illuminata; è la fonte non originata della Mente Universale. «Il termine* Ādibuddha *può essere più esattamente tradotto come spiegamento della vera natura dell'uomo» (Gunther).*

È rappresentato nell'aspetto di unione (sanscrito: yuganaddha; *tibetano:* yab-yum*) del principio maschile* upāya *(= il metodo) con il principale femminile* prajñā *(= la saggezza) nello stato supremo della Buddhità.*

ne in vita di queta conoscenza suprema è l'illuminazione (*bōdhi*; tibetano: *byan-chub*); vale a dire che, quando la *prajñā* (o *śūnyatā*), il principio femminile passivo che tutto abbraccia, da cui ogni cosa procede ed a cui ogni cosa ritorna, è unita al principio maschile dinamico dell'amore e della pietà universali e attivi, che rappresenta il mezzo (*upāya*; tibetano: *thabs*) per la realizzazione della *prajñā* e della *śūnyatā*, verrà raggiunta la perfetta Buddhità. Poiché l'intelletto senza sentimento, la conoscenza senza amore, la ragione senza pietà portano alla pura negazione, all'irrigidimento, alla morte spirituale, al vuoto, mentre il sentimento senza ragione, l'amore senza conoscenza (amore cieco). la pietà senza comprensione portano alla confusione e alla dissoluzione. Laddove, invece, le due parti sono unite, laddove ha avuto luogo la grande sintesi del cuore e della testa, del sentimento e dell'intelletto, dell'amore più alto e della conoscenza più profonda, viene ristabilita la completezza e raggiunta la perfetta Illuminazione:

Il processo dell'Illuminazione viene quindi rappresentato dal simbolo più chiaro, più umano e, nel contempo, più universale: l'unione del maschio e della femmina nell'estasi dell'amore in cui l'elemento attivo (*upāya*) è rappresentato dal maschio e quello passivo (*prajñā*) da una figura femminile. Ciò è in contrasto con i Tantra indù, in cui l'elemento femminile è rappresentato come *Śakti* cioè il principio attivo, e quello maschile come *Śiva*, lo stato puro della coscienza dell'«essere», cioè il principio passivo che «riposa nella propria natura».

Nel simbolismo buddhista, Colui che sa (Buddha) diventa una cosa unica con la sua conoscenza, proprio come l'uomo e la sua donna diventano una cosa sola nell'abbraccio dell'amore, e questo divenire uno è la più alta, indescrivibile felicità (*mahāsukha*; tibetano: *bdemchog*). I *Dhyāni Buddha* (cioè i Buddha ideali visualizzati in meditazione) ed i *Dhyāni-Bodhisattva* come incarnazioni dell'impulso attivo dell'Illuminazione che trova la propria espressione nell'*upāya*, l'amore e la pietà che tutto abbracciano, sono quindi rappresentati nell'amplesso della loro *prajñā*, simbolizzato a sua volta da una divinità femminile, incarnazione della conoscenza suprema (...).

Confondendo il Tantrismo buddhista con il Śaktismo dei Tantra indù, si è creata un'enorme confusione che ha impedito sino ad ora una chiara comprensione del *Vajrayāna* e del suo simbolismo, nell'iconografia come nella letteratura, particolarmente in quella dei *Siddha*. Questi ultimi usavano, come abbiamo già detto, una sorta di linguaggio segreto in cui spesso il più alto era mascherato nelle vesti del più basso, il più sacro nelle vesti del più ordinario, il trascendente in quelle del più terreno e la conoscenza più profonda era presentata sotto forma del più grottesco paradosso. Era non solo un linguaggio per iniziati, ma una sorta di terapia shock resasi necessaria in seguito all'eccessiva intellettualizzazione della vita religiosa e filosofica di quei tempi.

Come Buddha era stato un rivoluzionario in lotta contro il ristretto dogmatismo di una privilegiata classe sacerdotale, così i *Siddha* furono rivoluzionari in lotta contro l'autocompiacenza di una ben protetta esistenza monastica, che aveva perso ogni contatto con la realtà della vita. Il loro linguaggio era anticonvenzinale come la loro vita e coloro che ne prendevano le parole alla lettera o erano fuorviati verso lo sforzo di ottenere poteri magici e felicità terrene, o venivano respinti da ciò che sembrava loro blasfemo. Non fa dunque meraviglia che, dopo la scomparsa della tradizione buddhista in India, questa letteratura sia caduta nell'oblio o sia degenerata nel crudo culto del Tantrismo popolare.

Nulla sarebbe più sbagliato del trarre conclusioni sull'atteggiamento spirituale dei Tantra buddhisti (o dei genuini Tantra indù) basandosi su queste forme degenerate di Tantrismo. Esso non può essere spiegato teoricamente con paragoni e studi sulla letteratura antica, ma solo attraverso l'esperienza pratica a contatto con le tradizioni tantriche ancora esistenti ed i loro metodi di contemplazione, così come vengono praticati nel Tibet e in Mongolia o in certe Scuole del Giappone, come Shingon e Tendai.

ZEN

Zan-shin, la Vigilanza

Nella sezione dedicata allo ZEN pubblichiamo una nota sulla Vigilanza (giapponese: *Zan-shin*), anche per confermare l'identità dell'insegnamento ZEN con quello delle altre scuole buddhiste, per quanto riguarda gli elementi essenziali della Dottrina.

Il breve testo è tratto dal volume: *Cent clés pour comprendre le Zen* (ed. Le courrier du livre, Parigi 1976) di Claude Durix, discepolo francese del giapponese Deshimaru Rôsci, che è stato Presidente dell'Associazione Zen d'Europa. Anche l'ideogramma a sinistra (che si legge: *Zan-shin*, la Vigilanza) è tratto dallo stesso volume.

Zan-shin, *la vigilanza, è la virtù fondamentale in tutte le religioni. «Vegliate e pregate», disse Cristo nell'Orto degli olivi, ultimo consiglio ai discepoli prima del Calvario. «O monaci: siate vigilanti, siate vigilanti», furono le ultime parole di Buddha ai propri discepoli.* Zazen *è un comportamento di vigilanza assoluta, di attenzione pura.*

Un giorno, un uomo chiese al maestro di Zen IKKYU di calligrafargli una frase edificante, che potesse aiutarlo nella vita. Il maestro impugnò il pennello e scrisse: Attenzione. E l'uomo, deluso: «Maestro, aggiungete qualche altra cosa». Il maestro riprese il pennello e scrisse per due volte: Attenzione, Attenzione. L'uomo allora disse: «Vi ho chiesto una massima edificante, ma non trovo niente d'interessante in quello che mi avete scritto».

Ed allora IKKYU, con gentilezza, scrisse tre volte di seguito: Attenzione, Attenzione, Attenzione. «Ma insomma — gridò l'uomo ormai furioso — che significa tutto ciò?». Ed IKKYU gli rispose: «Attenzione significa attenzione».

Prima del Teisho, *il sermone sulle scritture sacre, si canta in certi casi questo testo, scritto dal maestro Daito nel 1326: «O monaci che vi trovate qui, in questo monastero di montagna, ricordate che vi siete riuniti per amore della religione e non per attaccamento alle vesti e al cibo. Finché abbiamo un corpo, dobbiamo vestirlo; finché abbiamo una bocca, dobbiamo mangiare. Ma sia sempre presente alla vostra mente, lungo tutte le 12 ore del giorno, la vostra dedizione allo studio dell'impensabile. Il tempo vola via come una saetta. Non lasciatevi turbare da preoccupazioni mondane; siate sempre e sempre sul chi vive. O monaci, siate vigilanti, siate vigilanti».*

Ma essere vigilanti in che cosa? Fare attenzione a cosa? In primo luogo alla giusta posizione, alla giusta respirazione, al giusto stato d'animo. Tutto il resto vi sarà offerto per sovrappiù. E non confondete la vigilanza, che è una virtù, con l'ansia, che è un difetto. Tutti voi che siete ansiosi: la pratica di Zazen *trasformerà la vostra ansia in vigilanza. E più sarete vigilanti, più i vostri motivi di turbamento scompariranno dalla vostra mente, qui ed ora.*

RECENSIONE

Il Bodhisattva

La lettura de «La discesa nel cammino dell'illuminazione o del risveglio» (I) (*Bodhicaryāvatarā*, del mistico e filosofo indiano Śāntideva, vissuto tra il 685 e il 763 d. C.), ci pone nel vivo della grande filosofia del *Mahāyāna*. Ma non solo questo: il *Bodhicaryāvatarā* è anche un poema di un lirismo straordinario che, attraverso descrizioni fantasiose, in cui l'autore dà sfogo alla sua emozione di fronte alla materia da svolgere, ci espone «tecnicamente» la via graduale che il *Bodhisattva* percorre per raggiungere il *nirvāna* fittizio (*apratisthitanirvāna*), in modo da non sparire dal mondo e poter aiutare tutti gli altri esseri a vincere la sofferenza in cui sono immersi.

La professoressa Amalia Pezzali, insigne specialista della scuola filosofica buddhista della «Via di Mezzo», propone ora al pubblico italiano una nuova traduzione completa di questo poema, aggiungendo in appendice le stanze introduttive de «La raccolta delle istruzioni» (*Śiksāsamuccaya*). Già da tempo l'Autrice si interessa a questo mistico del Buddhismo (A. Pezzali: *Śāntideva, mystique bouddhiste du VII° et VIII° siècles* - Firenze 1968) ed aveva approntato una prima traduzione (Bologna 1967), oramai esaurita, del *Bodhicaryāvatarā* per i suoi allievi dell'Università.

Per colmare questa lacuna — e per la lingua italiana le lacune in questo campo sono purtroppo numerose — e per avvicinare il maggior numero di lettori a quest'opera, l'Autrice propone una nuova traduzione dal sanscrito, diretta ad un vasto pubblico.

A questo fine, la traduzione, mantenendosi correttissima nell'interpretazione, evita i passaggi in lingue orientali e le citazioni di traduzioni e testi in lingue non europee, e così rende la lettura scorrevole ed avvincente, per lettori che in numero crescente si interessano di Buddhismo, pur senza interessarsi di sottigliezze filologiche. Una accurata introduzione presenta la vita di Śāntideva, le sue opere ed il pensiero *mahāyāna* nel quale esse si collocano. Molto interessante è il capitolo: «*Śāntideva di fronte ai grandi problemi del mahāyāna*», che ci propone uno Śāntideva dialettico e mistico nello stesso tempo.

Il cammino ascetico per Śāntideva è uno sviluppo graduale per conquistare tutte le perfezioni (*pāramitā*) e raggiungere la saggezza, che altro non è che il riconoscere la vera natura delle cose, la loro vacuità (*śūnyatā*). La conoscenza, in quanto tale, è sempre conoscenza di qualcosa, è sempre una teoria particolare; la verità assoluta è al di là del particolare, dell'apparente, al di là di quel qualcosa: è la vacuità. Non c'è sostanza in questa vacuità, essa è *nirvāna* ed inoltre l'idea stessa di vacuità deve sparire nel momento della sua comprensione, come è già sparita in precedenza ogni altra idea.

Il cammino della Via di Mezzo che approda alla vacuità non è quindi una teoria, altrimenti ci legherebbe ancora ai falsi problemi di dover definire la sostanza di questa vacuità; è un processo gnoseologico, alla cui fine

«bisogna astenersi dall'affermare e dal negare», perché nulla più resta. «Se si giunge a conoscere la vacuità, l'ignoranza sarà distrutta, non si crederà né all'individualità, né ai *dharma*, si spezzerà la legge della produzione condizionata e si otterrà l'onniscenza.». (Intr., pag. 43).

Questa vacuità, di cui non è possibile predicare nulla, diventa qualcosa di profondamente mistico. Solo attraverso un cammino graduale, dopo essersi liberato dai peccati e dalle impurità, il *bodhisattva* arriverà ad affermare la *śūnyatā*.

Il *Bodhicaryāvatarā* è un grande canto mistico avvicinabile all'«*Imitazione di Cristo*» di Thomas da Kempis, per quel desiderio, comune ad entrambe, di andare oltre la realtà mutevole ed oscillante della propria psiche, in una vita dedita alla contemplazione. «Ma l'uomo saggio, bene edotto nello spirito, conserva la sua stabilità in tutto codesto variare e non si preoccupa di ciò che sente in sé o da quale parte soffi il vento dell'incostanza, bensì tiene volta tutta l'attenzione dello spirito al raggiungimento del fine retto e desiderato». Questo è l'insegnamento dell'«*Imitazione di Cristo*» (III,33). Ed anche di Śāntideva: nel primo caso il fine è arrivare all'unione con Cristo rinnegando se stessi ed il mondo, nel secondo è arrivare alla comprensione della vacuità del mondo e disperdersi in essa; un levarsi al di sopra di se stessi, al di là dello stupore, della meraviglia, della beatitudine.

Maria Angela Falà

---

(1) *A. PEZZALI: Śāntideva e il* bodhicaryāvatarā - *Editrice Missionaria Italiana, Bologna 1982, pp. 236, Lire 12.000.*

ESPERIENZE

L'approdo di un laico

Amadeo Solé-Leris, nato a Barcellona (Spagna) nel 1927: catalano di nascita, britannico di nazionalità, compì gli studi a Barcellona, Zurigo e Londra. Graduato dell'Università di Londra, fu negli anni 50 insegnante di Lingua e Letteratura Spagnola nel King's College di essa. Dal 1961 abita a Roma, dov'è funzionario della FAO. Studioso di *pāli* e buddhismo, professa il buddhismo Theravāda dal 1974; ha tradotto selezioni di testi del Canone pāli in catalano e spagnolo ed ha pubblicato studi buddhistici in ispagnolo ed inglese. Dal 1979 porta il nome buddhista di *Aśoka Dhammaviriya.*

Diventai buddhista dal momento in cui capii che il «buddhismo» vero e proprio non era una religione — *cioè una fede in una Divinità e in una relazione, comunque articolata, fra noi ed Essa — ma un* umanesimo, *e più concretamente un sistema etico-psicologico che, abbandonando come inutili le elecubrazioni metafisiche e teologiche, ci propone impostazioni e metodi concreti per raggiungere, qui ed ora, la piena realizzazione ed integrazione delle potenzialità umane.*

Fu quando capii che il Buddha (lo Svegliato) non pretendeva essere un Dio (come Gesù), nemmeno un profeta (come Maometto) ma, semplicemente, l'esempio supremo di quello che l'essere umano può diventare, che mi dissi: «Questo sì, che ha un senso». Lo Svegliato che ci insegna a svegliarci anche noi. Ma ci volle del tempo, per capire questo. Ci volle del tempo perché l'insegnamento del Buddha, il Buddha-Dhamma, *è stato tante e tante volte «interpretato» in sensi diversi. In Occidente è stato spesso interpretato in senso più o meno «teistico» (Buddha = Dio, o rappresentan-*

*te/manifestazione di Dio). In Oriente, non solo subì le influenze (storicamente inevitabili) delle culture e religioni con cui entrava in contatto mentre si espandeva in Tibet, Cina, Indonesia, Korea e Giappone, ma fu inoltre, e soprattutto, sottoposto per secoli agli sforzi dell'induismo (specie quello rappresentato dal Vedântismo e dagli Upanishad) per ricondurre all'ovile della ortodossia vedica questa scomoda eterodossia, che dichiara anche il supremo Brahman, l'*anima mundi, *una illusione della nostra mente. Così in India si afferma anche oggi che Buddha non fu che un* avatar *di Vishnu, che il Nibbāna* (Nirvāṇa) *non è altro che l'esperienza della identità ātman, Brahman, ecc.*

È così, anche se interessato già da giovane all'Oriente (ventenne, studiai gli Yoga-Sûtra *di Patañjali e per più di vent'anni, dal 1949, praticai assiduamente il* Hatha Yoga*) andai avanti per molto tempo convinto che il Buddhismo non fosse altro che una varietà d'induismo, cioè un altro modo di cercare l'unione mistica o (secondo i presupposti metafisici) l'identità essenziale dell'«io» con una entità trascendentale, postulata come unica, reale, eterna, ecc.*

Nemmeno i contatti personali stabiliti nel corso di frequenti viaggi in Italia e in Estremo Oriente — inevitabilmente frettolosi e superficiali, e condizionati dalle esigenze del lavoro riuscirono a dissipare il malinteso. Finalmente, dieci anni fa, in Sri-Lanka fui fortunato: in questo paese di antichissima, ininterrotta tradizione buddhista (dove, come in Birmania e in Thailandia, la tradizione Theravāda ha sostanzialmente mantenuto l'insegnamento originale, così come si trova nei discorsi del Buddha conservati nei testi in lingua pāli*), conobbi delle persone che mi misero davanti le parole (in traduzione inglese, allora), con cui lo stesso Buddha spiegava quello che lui stesso aveva sperimentato, proponendo ad altri la sua stessa esperienza. E così scopri la straordinaria semplicità, e l'impostazione profondamente pratica e concreta, dell'insegnamento del Buddha.*

Le Quattro Nobili Verità mi compirono con tutta la forza della evidenza. L'Ottuplice Sentiero — combinazione armonica di disciplina etica (sīla), *addestramento mentale* (samādhi) *e conoscenza* paññā) *— e l'affermazione della Via Mediana, che evita tutti gli estremi, mi parvero una splendida guida per la vita. Le quattro virtù cardinali del buddhista — l'amore universale per tutti gli esseri* (mettā), *la compassione* (karunā), *la partecipazione nelle gioie altrui* (muditā) *e l'equanimità* (upekkhā) *—, non sono le più preziose delle qualità, supremamente benefiche sia per l'individuo che per la comunità? La dottrina dell'origine condizionata di tutte le cose può essere non troppo facile da capire all'inizio (non perché sia recondita, ma perché attinge alla radice stessa delle illusioni che ci riesce difficile abbandonare), ma un poco di riflessione, e il più possibile di esercizio pratico di meditazione (cioè d'igiene psicomentale) presto ce ne fanno provare la ben fondata verità.*

Per quanto riguarda il nibbāna, *ben poco c'è da dire. il Buddha, infatti, si limitò a precisare che è «l'estinzione della brama* (rāga), *dell'odio* (dosa) *e dell'offuscamento* (moha)», *e che è una realtà «patente, immediata, invitante, orientatrice, accessibile ad ogni saggio con lo proprio sforzo». Costituisce, cioè, una integrazione e depurazione definitiva delle strutture psicomentali di natura tale che non è riducibile alle categorie del discorso logico-verbale. Ogni tentativo di definizione sarebbe vano. Il* nibbâna *è un fatto che va vissuto, non discusso.*

Questo mio primo incontro con il Buddha-Dhamma non adulterato risale al 1972. Studiai in profondità i testi e anche la lingua pāli, per poter accedere direttamente alle fonti. Nel 1974 feci con il maestro indo-birmano S.N. GOENKA professione di Buddhismo: cosa semplicissima, poiché, anche se si può organizzare una piccola cerimonia, per diventare buddhista basta, nell'intimità della propria coscienza, affidarsi al Triplice Rifugio, cioè accettare la validità, come guida di vita, del Buddha, del Dhamma e del Sangha ed impegnarsi ad osservare, nella vita quotidiana, i 5 precetti fondamentali di condotta morale. Nel 1975 iniziai la pratica regolare di meditazione vipassana (meditazione di presenza mentale).

È così che sono diventato buddhista, prendendo una strada che è certo molto lunga, ma che ad ogni passo mi appare più giusta e più benefica.

Amadeo Solé-Leris

Iniziative

Unione Buddhista D'Europa

Il già annunciato congresso paneuropeo dell'Unione si svolgerà dal mattino del 14 al pomeriggio del 16 settembre 1983 presso la Scuola di Studi orientali ed africani dell'Università di Londra. I partecipanti possono alloggiare al John Adams Hall, residence dell'Università di Londra. L'iscrizione costa 6 sterline e l'alloggio 15 sterline al giorno.

Il tema del congresso, «Come praticare il Buddhismo in Europa» è stato scelto per discutere su come adattare l'insegnamento di Buddha e la sua pratica alla cultura e al modo di vita dei paesi europei. Comunicare l'adesione di massima entro il 5-12-82 al Centro d'Informazione buddhista, Via Rolla 71, Giaveno (TO) — oppure al Segretariato del congresso: 58 Eccleston Square, London SWIV IPH - England.

Associazione Buddista Italiana - Firenze

È uscito il nuovo numero del periodico dell'Associazione «Buddhismo Scientifico», diretto da Luigi Martinelli. Nel sommario: Editoriale — Indriyabhavanasutta — Piyajatikasutta — *Un metodo semplice ed efficace.*

Sede dell'Associazione: Via Fra' Bartolommeo 46 — 50132 Firenze, tel. 573991 e 226888.

Centri Zen

Il Centro ZEN di Roma comunica il nuovo orario settimanale delle sessioni di Za-Zen: ogni martedì e venerdì dalle 20,30 alle 22 (al centro Danza Incontro, via Porcari 6 presso la stazione metro Ottaviano). Il martedì il maestro ENGAKU TAINO darà anche lezioni di Tai-chi e Patuan-chi. Per informazioni tel. 7486998, ore serali.

Al monastero Rinzai di Scaramuccia (Orvieto) la prossima riunione di meditazione (Se-shin) è in programma nei giorni 4-5-6-7 dicembre — tel. 0763/25054

Università di Bologna

Nel quadro del corso di laurea in Storia a indirizzo orientale, è in programma un insegnamento di Filosofia dell'India e dell'Asia Orientale; docente prof. dott. Amalia Pezzali, con questo svolgimento:

LO SVILUPPO STORICO E FILOSOFICO DEL BUDDHISMO:

1) Il piccolo mezzo di progressione spirituale:

a) storia e letteratura (la vita del Buddha e sua autenticità; i concili buddhisti; le sette; il canone; la comunità);

b) dottrina e ascesi (le 4 nobili verità; la classificazione degli elementi dell'esistenza; le facoltà e le tappe della vita religiosa; il mondo e le tre sfere; l'atto che determina il destino degli esseri; la tecnica dell'ascesi).

2) Il grande mezzo di progressione spirituale:

a) nuove tendenze (le origini del grande veicolo; i Mahāyānasutra*; la letteratura della* Prajnapāramitā*; Buddha e bodhisattva; la spiritualità);*

b) scuole filosofiche (Nagarjuna e la scuola del sentiero di mezzo; evoluzione della scuola del vuoto; Asanga e la scuola yogacara*; i logici buddhisti; la fase tantrica).*

3) La diffusione del Buddhismo in Asia.

CANDRAKIRTI E LA PRASANNAPADA. Analisi del primo capitolo: i problemi presi in esame dalla scuola madhyamaka.

Le lezioni si tengono all'Università di Bologna, via Zamboni 38, IV piano, aula VI, a parti-

re dal 29 novembre. Tutti possono assistervi come uditori; orario particolare per studenti lavoratori il martedì dalle ore 18 alle 19.

Centro Maitri - Torino

Alla fine di settembre ha organizzato un corso su: «Aspetti del Tantra buddhista; Tara», svolto da Gonsar Rimpoce, discepolo a traduttore di Ghesce Rabten. Per le prossime settimane è in programma un corso di Ghesce Ciampa Ghiatso, Lama residente dell'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia, sullo Yoga tibetano. A dicembre è previsto un intervento di Claudio Risè, psicanalista junghiano. Il 16 dicembre P. Anthony Elejimittam, in occasione della pubblicazione del suo ultimo saggio, Dhammapada, *incontrerà il gruppo buddhista torinese.*

Per informazioni, telefonare a Magda Casati (593097, ore pasti; oppure 837403, la sera).

Centro Milarepa - Pinerolo

Il Centro è ora diretto da un Lama residente, che da Kalu Rimpoce è stato scelto nella persona di Lama GIAN-CIUB, tibetano, discepolo di Jangon Kontrul di Secen, da cui ha ricevuto le iniziazioni e le istruzioni di Dzog-cen, e Mahamudra *e poi, in India, ha avuto da Kalu Rimpace gli insegnamenti della scuola* Shampa Kagiu. *Sono in programma ogni sabato sera sessioni di meditazione ed istruzioni sui Preliminari, la domenica pomeriggio iniziazioni e lettura rituale, la domenica sera insegnamenti generali e meditazione* Scinè. *Il 24 ottobre, con il Centro di informazione buddhista di Giaveno, ha celebrato la «Giornata di meditazione per la pace», indetta dalla Conferenza mondiale delle Religioni per la Pace.*

Centro Ghe-Pel-Ling (Milano)

Prossimi corsi: Entro diecembre sono in programma un corso di insegnamenti di Ghesce Rabten e un altro successivo di Kalu Rimpoce.

Dal 17 al 27 gennaio sarà tenuto un corso da Serkong Rimpoce.

Istituto Lama Tsong Khapa-Pomaia

Dopo l'impegnativo lavoro per la lunga visita del Dalai Lama, l'Istituto prosegue senza soste la propria attività, con il seguente programma:

19 - 21 novembre: «Le tre porte della Liberazione», corso tenuto da Ghesce Nawang Darghye;

26 - 28 novembre: «Il massaggio Shiatzu e la medicina orientale», corso tenuto da G. Patregnani e Maria Teresa Pinardi;

19 - 21 dicembre: «Il sentiero graduale e le pratiche preliminari», corso tenuto dal Lama residente;

18 dicembre - 10 gennaio: «I Sei Yoga di Naropa», seminario diretto dal Lama Thubten Yesce;

14 - 16 gennaio: «Tai Chi Chuan, la Meditazione in movimento», corso tenuto da Grant Muradoff;

21 - 23 gennaio: «La bioenergetica, i sentieri per scoprire se stessi», corso tenuto da Jules Grossman;

Associazione Internazionale Studi Buddhisti

Si è svolta ad Oxford dal 16 al 21 agosto la Quinta Conferenza dell'Associazione Internazionale di Studi Buddhisti, presieduta dal venerando Walpola Rahula, fondatore della Università Buddhista Internazionale con sede in Sri-Lanka e principale fautore di una sintesi filosofico-religiosa tra l'Hīnayāna e il Mahāyāna. La conferenza è stata articolata in una sessione generale sui temi centrali della Dottrina e in varie sessioni speciali (Logica ed epistemiologica buddhista; Arte ed iconografia; Antropologia del buddhismo; Pensiero filosofico e religioso del Tibet). A queste sessioni ha fatto necessario complemento una sessione plenaria in cui sono stati illustrati i progressi degli studi buddhisti nelle varie università internazionali e nelle accademie. Per l'Italia hanno partecipato la professoressa Amalia Pezzali dell'Università di Bologna (che ha presentato la comunicazione: «Nagarjuna, il suo valore e il suo merito») *e la nostra redattrice Maria Angela Falà. La prossima conferenza si terrà in Giappone dal 31 agosto al 7 settembre 1983.*

GLOSSARIO

(a cura di Maria Angela Falà)

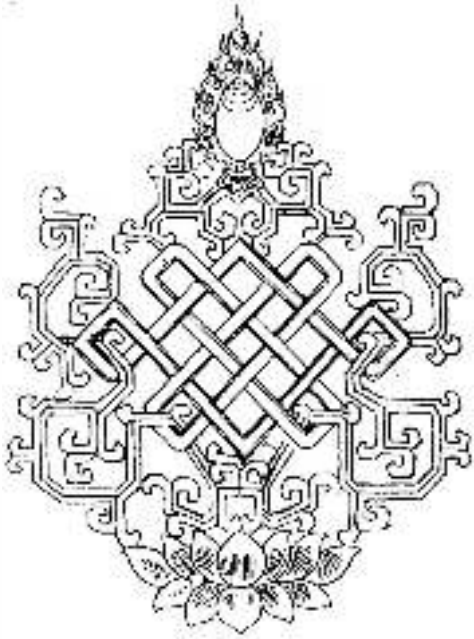
Da questo Quaderno, adottiamo per il glossario l'ordine alfabetico, raggruppando ogni volta vocabili collegati nel significato. Per la grafia, nel glossario e nell'insieme dei testi useremo per il sanscrito, il pāli, il cinese e il giapponese la trascrizione scientifica.

ANATMAN (pāli:*anattā*): Significa non-sé, non-io, non sostanzialità, impersonalità; è l'ultima delle tre caratteristiche dell'esistenza (la prima è l'anicya e la seconda è il dukkha, come vedremo qui sotto). La dottrina dell'anātman insegnata dal Buddha dimostra che né dentro, né fuori di qualunque fenomeno mentale o fisico dell'esistenza può essere trovato un qualche cosa che sia identificabile con un «io», un'anima e un interno principio vitale. Non esiste un «io», una persona che compie le azioni. Quello che noi indichiamo come «io», come persona, è solo un nome, una denominazione, che si usa per abitudine quando si vuole indicare l'insieme dei 5 *skandha* che costituiscono l'uomo. Al di là di questo aggregati, che si combinano insieme per formare un essere vivente e cosciente, non c'è nulla, non c'è un *ātman*, un'entità al di sotto di essi. La teoria dell'anātman è centrale per il Buddhismo e non si può avere una reale comprensione del *Dharma* ignorando questa teoria

ANICYA (pāli:*anicca*): è l'impermanenza, la prima delle tre caratteristiche dell'esistenza. Tutti i fenomeni sorgono, trascorrono, cambiano, scompaiono; essi non si mantengono nello stesso stato nemmeno per un tempo infinitesimo, ma trapassano continuamente da uno stato ad un altro fino a disgregarsi. È da questa fondamentale impermanenza di tutte le cose appartenenti al mondo fenomenico che scaturiscono le altre due caratteristiche dell'esistenza: il dolore (*dukkha*) e la non-sostanzialità (*anātman*). Per raggiungere la Liberazione, bisogna comprendere profondamente l'impermanenza e la non-sostanzialità dei fenomeni, che, in quanto tali e legati alla catena del Duodecuplo Nesso Causale (cioè i 12 anelli del *Nidana*), sono avviati verso il dissolvimento e la morte.

AVIDYA (pāli:*avijjā*): è la non-conoscenza, l'ignorare la propria ignoranza. Questa è la radice primaria di tutto il male e la sofferenza del mondo, perché avidya vela l'occhio mentale dell'uomo impedendogli di comprendere la vera natura delle cose. Questa non-conscenza fa credere agli esseri che la vita è felice, permanente e bella, impedendo loro di comprendere che in realtà ogni cosa è impermanente, soggetta alla sofferenza, vuota di un «sé» e fondamentalmente impura. L'ignoranza è definita come il non conoscere le Quattro Nobili Verità (la Verità della sofferenza, la Verità della sua origine, la Verità della sua cessazione e la Verità dell'Ottuplice Sentiero che porta alla cessazione). Poiché l'ignoranza, quale fonte del desiderio, è la base di tutte le azioni che legano al samsara, è il primo anello della formula dell'origine condizionata dei fenomeni.

DUKKHA (pāli:*dukkha*): è il dolore, la sofferenza, la sensazione dolorosa sia fisica che mentale, esprime anche lo sconforto, la frustrazione, la disarmonia con l'ambiente. È la prima delle Quattro Nobili Verità, la seconda delle tre caratteristiche dell'esistenza (preceduta da anicya e seguita da anātman). Esprime la natura insoddisfacente e la naturale insicurezza di tutti i fenomeni condizionati, incluse anche le esperienze piacevoli, che, a causa della loro impermanenza, dell'essere vuote di un «sé», finiscono sempre con il procurare all'uomo dolore e delusione, essendo votate a dissolversi e sparire. La prima Nobile Verità non nega l'esistenza di esperienze piacevoli, ma insegna che anche queste appartengono al mondo dell'imperrmanenza e del condizionato e perciò sono causa di sofferenza.



ABBONAMENTO 1982: *ordinario* *L. 7.000*
sostenitore *L. 15.000*
benemerito *L. 30.000*

Versare sul c.c.p. N. 35582006
intestato a: «Paramita
Via della Balduina, 73 - 00136 Roma»

Una copia: L. 2.000