

# LA SALVEZZA NEL BUDDISMO

GIAMPIETRO SONÒ FAZION

## Una tazza di té

C'è un delizioso racconto che narra di un maestro giapponese dell'era Meiji (1868-1912), di nome Nan-in, il quale un giorno ricevette la visita di un professore universitario che intendeva porgli delle domande sullo zen. Nan-in lo fece accomodare e poi servì il tè. Iniziò a versare il té nella tazza del suo ospite e, anche quando questa fu ricolma, continuò fino a farla traboccare.

"Basta!" disse il professore, "non vede che non ce ne sta più?"

"Lei è pieno di pensieri e opinioni come questa tazza" rispose Nan-in, "come posso spiegarle lo zen se prima non vuota la sua tazza?" (1).

Quando ci si inoltra in sentieri religiosi diversi da quello di appartenenza, diviene necessario "vuotare la tazza", fare accoglienza. Ciò non significa dover assumere le idee dell'altro, bensì l'accettazione dell'altro, della diversità, come possibilità speculare di noi stessi. "L'altro che mi interroga" diventa così "lo che interrogo me stesso".

Prima di procedere, penso siano necessarie alcune precisazioni. Spesso, quando sentiamo parlare di Buddismo, siamo portati a immaginare un sistema unico, indifferenziato: in realtà, ci troviamo invece in presenza di una visione composita che da un nucleo iniziale, considerato quasi una "matrice di sistemi", si è evoluta nel corso di molti secoli, adattandosi a civiltà diverse (si pensi alla sua diffusione nell'Asia centrale, meridionale, orientale e sud-orientale), a tutte offrendo il suo messaggio di salvezza, il cammino che dall'oscurità conduce alla luce, dal *samsāra* (questo mondo di doloroso percorrimto) alla misteriosa vacuità del *nirvāna*. Quasi sicuramente per l'assenza di un centro di riferimento dottrinale (nel Buddismo non vi è un papa) "sin dai primi tempi, nel Buddismo fu viva una forte tendenza a illustrare la Dottrina non come una serie di dogmi da accettare o da rifiutare, quanto come una medicina atta a curare ben determinate malattie spirituali". Ne deriva una visione della realtà assolutamente pragmatica, "che lega il valore di qualunque insegnamento al rispettivo beneficio spirituale" (2).

La differenziazione dottrinale, quindi, che nel cristianesimo è vissuta in modo drammatico, viene assunta

dai buddhisti come elemento di ulteriore arricchimento di un pensiero positivo: alle molte malattie dello spirito devono corrispondere medicine diverse.

Detto questo, va anche evidenziato il fatto che questa differenziazione da un nucleo originario è costantemente orientata dai concetti fondamentali dello stesso nucleo ispiratore (3). Questo trae origine a sua volta dalla vita e dal pensiero di Buddha, a cui è necessario riferirsi nel delineare gli elementi portanti della via di salvezza (liberazione) buddhista.

## Foglie che cadono

Una poesia cinese dice:

"Quando giunge l'autunno,  
piove molto sul monte;  
le foglie che cadono  
nessuno le raccoglie" (4).

E' l'impermanenza. Il vento e la pioggia percorrono la montagna e fanno cadere le foglie nell'autunno. La nostra esistenza è simile a rugiada e presto si dissolve. *Mujō*, in giapponese, è l'impermanenza: e l'impermanenza è alla base del risveglio di Siddharta ('colui la cui meta è realizzata'), il Buddha, lo Sveglato.

Siddharta nacque a Kapilavastu, nella parte meridionale dell'attuale Nepal, intorno all'anno 563 a.C., in quello straordinario sesto secolo che vide fiorire, oltre al buddhismo, il confucianesimo e il taoismo in Oriente, mentre da noi Talete dava inizio all'avventura del pensiero occidentale. Il padre era il *raja Śuddhodana* della stirpe del Gotama e la madre *Māyā*. *Śuddhodana* proveniva dalla tribù o clan dei *Śākya* (Buddha venne in seguito chiamato anche *Śakyamuni*, il saggio dei *Śākya*), e governava un territorio assai fertile abitato da circa 180.000 persone: del suo operato doveva rendere conto al re del Kosala, che risiedeva a *Śravastī*. Siddhartha, destinato a regnare, ricevette un'educazione adeguata e a sedici anni si sposò. Solo diversi anni dopo ebbe un figlio, *Rāhula*. La leggenda ci presenta Siddhartha che vive in mezzo ai piaceri e ai giochi propri della sua condizione finché un giorno non si imbatte in un vecchio, un malato, un morto e nella calma figura di un monaco errante. Quest'ultimo aveva la testa rasata, era vestito di stracci e l'unico suo bene era la ciotola con cui elemosinava il cibo. Il suo viso però era sereno, i suoi oc-

chi luminosi, come se egli fosse approdato a un'altra riva, in un luogo che la vecchiala, la malattia e la morte non potevano più toccare.

Quando Siddhārtha abbracciò la vita del mendicante nomade aveva ventinove anni. Nei sei o sette anni che precedettero il risveglio, egli sperimentò la via dello yoga con alcuni maestri che avevano le loro scuole nei dintorni di Rajagrha. Il giovane dovette eccellere in questa disciplina, se gli stessi maestri, ormai anziani, lo invitarono a prendersi cura delle loro comunità. Siddhārtha rifiutò: attraverso lo yoga era capace di raggiungere piani estatici purissimi, ma uscendo dalla meditazione la dolorosa realtà del mondo rimaneva inalterata. Insoddisfatto si diresse verso Uruvilva dove, trovato un luogo adatto nella foresta, si sottopose a dure pratiche ascetiche. Se i metodi che si rivolgevano all'interno, come la meditazione estatica, avevano fallito, poteva darsi che una dura disciplina, domando il corpo, portasse a quei risultati spirituali che egli disperatamente cercava.

Neppure l'ascesi, però, riuscì a dare pace a Siddhārtha. Egli cercava - e in questo è da vedere la diversità con altri religiosi del suo tempo - qualcosa che andasse al di là della propria salvezza personale, individuale. Non era un comune ricercatore di santità: al fondo della sua irrequietudine stava il desiderio di conoscere le leggi che governano la realtà e di conseguenza i mezzi per condurre tutti gli esseri alla liberazione. Con il fallimento dell'esperienza ascetica egli si rese conto che qualità come l'equanimità, la purezza del cuore, la compassione amorevole verso gli esseri senzienti e insenzienti, la nonviolenza, non potevano essere acquisite con la violenza, in questo caso contro se stessi.

Abbandonò quindi quelle pratiche che lo avevano condotto quasi alla morte e, lasciata la foresta, si recò in un luogo vicino (l'odierna Bodhgaya): si sedette in meditazione sotto un albero di pīpal (*figus religiosa*), deciso a non muoversi di lì se non avesse conseguito l'illuminazione, la visione della via di salvezza. Questa si realizzò, secondo la tradizione, nella notte del primo plenilunio del mese di vesākha (aprile-maggio): Siddhārtha, che a quell'epoca doveva avere circa trentacinque anni, divenne in quella notte un Buddha, un risvegliato, un illuminato.

Nella sconvolgente visione che gli rivelò le sue vite precedenti, Siddhārtha-Buddha fece esperienza dell'impermanenza di tutte le cose condizionate, della legge che governa inesorabilmente la loro origine e dissoluzione, della via che conduce alla salvezza, all'uscita dal ciclo delle nascite, al nirvana.

Profondamente commosso, rimase per parecchi gior-

ni assorto in meditazione, probabilmente anche tentato di dedicarsi unicamente al proprio autoperfezionamento. Quando decise di rendere partecipi tutti gli uomini della sua scoperta, si avviò verso Benares dove, a poca distanza da questa, nel Parco delle Gazzelle di Sarnath, espose ai suoi compagni di ascetismo, che avevano visto con disappunto il suo allontanamento dalle rigide pratiche, il suo pensiero nel primo sermone, il Dhammacakkappavattanasutta, l'Avvio della ruota del Dhamma <sup>(5)</sup>.

## Percorrere la Via

La via di salvezza enunciata da Buddha delinea un cammino di conoscenza e di prassi. Egli accoglie l'inesorabile legge karmica che ci sospinge in continue rinascite, ogni volta ritornando nelle forme che le azioni positive o negative della vita precedente ci hanno assegnato <sup>(6)</sup>. Questa legge, presente nella cultura del tempo, costituiva lo sfondo generalizzato di ogni ricerca religiosa.

Per Buddha ognuno di noi è contaminato da tre tipi di oscuramento, da tre radici insane, brama, avversione, illusione (quest'ultima si presenta spesso come una forma di razionalizzazione o giustificazione delle due primarie radici), che occultano la visione della realtà <sup>(7)</sup>. L'antidoto contro questa malattia di citta (mente-cuore) è rinvenibile nelle quattro nobili verità enunciate dallo Svegliato dopo l'illuminazione.

La prima delle verità indicate, semplice, riconducibile alla nostra personale esperienza, è la verità di dukkha. Recita il Mahāsatiṭṭhānasutta:

*"E cosa è, o monaci, la nobile verità sul dolore? Nascita è dolore, vecchiaia è dolore, morte è dolore, angoscia, lamento, dolore, sofferenza, agitazione, sono dolore, non soddisfare un desiderio anche questo è dolore"* <sup>(8)</sup>.

Dukkha è la dolorosa motilità che governa tutte le cose. Buddha delineò un universo instabile, fluido, formato da blocchi costruttivi inscindibili ulteriormente (il dharma) <sup>(9)</sup>: questi vengono descritti come lampeggiamenti momentanei provenienti da una sorgente sconosciuta <sup>(10)</sup>: essi sono "vuoti di sé". Al concetto di sostanza si sostituisce quello di relazione, tutte le cose sono prive di natura propria, permanente, di esistenza indipendente (compreso l'io, l'ātman), e rimangono ad altro in una serie infinita di relazioni che si risolvono solo nella imprevedibile quiete del nirvāna. L'impermanente anela al permanente, il relativo all'eterno. Lo Svegliato comunque, che era cresciuto in mezzo alla bellezza e ai piaceri, non nega l'esistenza di stati positivi nella vita: solo che, inevitabilmente, so-

no impermanenti, e la loro perdita dolorosa. Il vento che passa fa cadere anche i fiori più belli.

La seconda verità indica l'origine della sofferenza nell'attaccamento, nella brama di possesso, sete insaziata che ci tiene legati al ciclo delle rinascite. Quante volte abbiamo provato la sofferenza che nasce dal voler trattenere a tutti i costi, autocondannandoci a non lasciar andare, a non aprire le mani! Racconta il Goldstein <sup>(11)</sup> che in certi luoghi in oriente, per catturare le scimmie, praticano una piccola apertura in una noce di cocco che poi fissano saldamente a un albero: da quell'apertura può passare solo la mano aperta della scimmia. Nell'interno viene messo qualcosa di buono. La scimmia si avvicina, infila la mano nella fessura, afferra il dolce, ma il pugno chiuso le impedisce di allontanarsi. Quando gli uomini arrivano correndo, la scimmia non lascia la presa che la porterà alla morte. Se aprisse la mano, sarebbe salva.

Capire questo processo causale rende possibile uscire dalla gabbia in cui ci teniamo rinchiusi. L'estinzione dei desideri di attaccamento ("sete di brama, sete di esistere, sete di resistere"), dovuta a questa ampia comprensione che ne evidenzia l'irrealtà è la condizione necessaria alla nostra liberazione. Questa è la terza nobile verità. Spersi in un doloroso sonno, risvegliati alla visione della realtà così com'è, privi di illusioni, ci avviamo velocemente verso la salvezza. Ciò che manca alla scimmia agitata è la calma comprensione della causa per cui si trova intrappolata. Se la capisce, apre subitaneamente la mano e si salva sugli alti alberi della foresta.

Nella quarta nobile verità Buddha indica un cammino praticabile per liberarsi dalla sofferenza, una via mediana, situata in equilibrio tra gli opposti di una vita condotta tra sonnolenti mollezze o dannose automortificazioni. È un ottuplice sentiero che egli delinea, composto da una retta visione, retta intenzione, parola, azione, retti mezzi di sussistenza, retto sforzo, presenza mentale, contemplazione. Al termine del cammino, con l'estinzione dell'io egoico, l'arresto dei condizionamenti samsarici, l'entrata nel nirvāna. Buddha non spiegò mai quest'ultimo termine, evitando così di addentrarsi nelle infinite dispute dottrinali di cui egli stesso aveva fatto esperienza in passato e che, al di là dei concetti di vero e di falso, riteneva di ostacolo al cammino in quanto di impossibile soluzione. Alla base di questo comportamento esisteva la convinzione profonda della impossibilità di definire l'incondizionato nei termini del fenomenico. Il nirvāna trascende il pensiero ed è comunque un positivo assoluto. Esiste un punto dove Buddha, rispondendo a una precisa domanda di un discepolo circa l'esistenza del nir-

vāna, afferma:

*"Vi è, o monaci, il non-nato, il non-divenuto, il non-fatto, il non-composto. Monaci, se questo non-nato, non-divenuto, non-fatto, non-composto non fosse, non si conoscerebbe modo di sfuggire a questo nato, divenuto, fatto, composto. Perciò, o monaci (...), si conosce rifugio da questo nato, divenuto, fatto, composto"* <sup>(12)</sup>.

Vale forse la pena di soffermarsi un momento su questo ottuplice sentiero di salvezza, considerato dai buddhisti come una buona medicina per curare le nostre infermità (brama, avversione, illusione) <sup>(13)</sup>.

La retta (corretta) visione deriva dalla conoscenza delle quattro nobili verità e costituisce l'interpretazione buddhista della realtà. Chi è ben saldo in questa, ha già compiuto buona parte del cammino.

La retta intenzione (o pensiero) conduce la persona alla liberazione dai desideri sensuali, dalla collera e dal desiderio di danneggiare gli altri. È quindi alla base dello sviluppo della rinuncia, dell'amore-benevolenza e della compassione attiva.

La retta parola significa astenersi dalle parole cattive, dalla menzogna, dal parlare ozioso e, in positivo, è un invito a usare le parole per favorire la pace e l'armonia tra gli individui.

La retta azione consiste nell'astenersi dall'uccidere esseri viventi (quindi anche gli animali), dal prendere il non dato, da una errata condotta nei rapporti sessuali.

I retti mezzi di sussistenza richiamano la necessità di astenersi da professioni dannose ad altri esseri.

Il retto sforzo è quello che ci deve sostenere nell'evitare il male e coltivare il bene.

La retta presenza mentale (o attenzione) significa illuminare ogni momento della nostra vita con la luce della consapevolezza, essere attenti a ciò che accade, in modo da procedere da svegliati in questo mondo.

E infine la retta concentrazione significa l'acquisizione di alti stati meditativi, minuziosamente descritti nel buddhismo primitivo: essa costituiva un potente richiamo alla necessità di accedere quotidianamente alla meditazione (in giapponese, zazen), considerata il motore immobile che attiva tutti gli altri stadi del sentiero. Ad una mente agitata è impossibile qualsiasi corretta visione, acquisizione. È come l'acqua di uno stagno mossa dal vento, che diviene torbida e oscura e impedisce di vedere il fondo: solo con il ritorno alla calma, l'acqua ridiviene limpida e chi osserva potrà vedere le mille forme di vita prima occultate. Così descrive lo stato meditativo un grande monaco zen, Dōgen (1200-1253), fondatore dello zen śō tō in Giappone:

"Riuniti per lo zazen della sera, vediamo venire il mattino.

E' il momento migliore e non si ha voglia di dormire.

La voce della valle arriva alle mie orecchie,

La luce della luna viene ai miei occhi.

Così, assorto nello zazen,

Non c'è nulla su cui portare la propria attenzione. Nulla" (14).

Ha detto il maestro zen Taiten Fausto Guareschi:

"Quando non ascoltiamo nulla in particolare, le nostre orecchie intendono tutti i suoni dell'universo" (15).

## Di nuovo in cammino

Buddha continuò per più di quarant'anni ad annunciare agli uomini il suo messaggio di salvezza. E' grandiosa la figura di quest'uomo, vecchio e ormai malato, che percorre ancora le strade dell'India di città in villaggio predicando senza posa:

"Ecco la virtù, ecco la meditazione, ecco la saggezza. La meditazione sviluppata sulla virtù è di grande frutto; la saggezza sviluppata sulla meditazione è di grande frutto; la mente sviluppata sulla saggezza è libera da tutti gli influssi" (16).

Dopo la sua morte vennero indetti vari concili (è impossibile in questa sede darne esposizione dettagliata e va tenuto conto che la successiva evoluzione del pensiero buddhista avvenne durante l'arco di molti secoli), nei quali venne fissato, prima oralmente e poi verso la fine del I secolo a. C. per iscritto in lingua pāli, il messaggio di Buddha (che come Gesù non scrisse nulla) (17), e si affrontarono i numerosi problemi sorti dalle prime differenziazioni. L'ideale delineato dalla prima comunità era quello del santo (arhat), conseguibile attraverso la vita monastica. In questo modo però il ruolo dei laici si configurava in modo marginale, e ciò contrastava col sempre crescente numero di coloro che si avvicinavano al buddhismo senza lasciare la casa. Sorsero varie scuole, e quelle che si riconoscevano nell'ideale dell'arhat furono definite del Piccolo Veicolo (di salvezza), mentre le altre si riconoscevano nel Grande Veicolo (rispettivamente Hināyāna e Mahāyāna), noto anche come Veicolo del Bodhisattva (Bodhisattvayāna).

Nel Mahayana il centro della scena non è più occupato dal santo solitario, ma dalla figura del bodhisattva, un essere illuminato e compassionevole che mantiene la sua presenza nel mondo delle trasmigrazioni al fine di aiutare tutti gli esseri viventi ad emanciparsi. Egli sente il sé degli altri come il proprio sé: tutti gli uomini indistintamente, monaci e laici, possono far na-

scere in loro la bodhicitta, la mente del risveglio, facendo voto di condurre tutti gli esseri sulla via del Dharma, anche a costo della propria vita.

Il Vimalakīrtinirdeśasūtra (L'insegnamento di Vimalakīrti), un sutra mahāyāna scritto in India verso il I secolo d. C. particolarmente caro ai seguaci dello zen, presenta pagine toccanti al riguardo. Vimalakīrti, un grande bodhisattva laico, giace malato. Al Bodhisattva Mañjuśrī, che su richiesta di Buddha va ad informarsi della sua salute, risponde:

"Mañjuśrī, la mia malattia durerà finché negli esseri dureranno l'ignoranza e la sete di esistenza. La mia malattia viene da lontano, dalla prima origine della trasmigrazione. Finché gli esseri saranno malati, anch'io sarò malato; quando essi guariranno, anch'io guarirò" (18).

Il bodhisattva esercita delle verità (pāramitā): esse consistono nella generosità (dāna), moralità (śīla), pazienza (ksānti), energia (vīrya), meditazione (dhyāna), saggezza (prajñā). Questa suprema saggezza-conoscenza (prajñā) coincide con la percezione della vacuità e si raggiunge attraverso karuṇā, la compassione amorevole.

Alla figura del bodhisattva si giunse sviluppando qualità proprie del buddhismo primitivo, quali l'amichevolezza, la compassione attiva, la gioia altruistica e l'equanimità. Si riflettè inoltre sugli esempi delle vite precedenti di Buddha durante le quali egli si era prodigato, rivestendo diverse forme anche animali, per il bene di tutti gli esseri, nonché sul fatto che egli, dopo l'illuminazione, aveva operato instancabilmente per diffondere la via di liberazione dall'instabile realtà samsarica.

Non si trattò dunque di un capovolgimento dottrinale, bensì dell'accentuazione di motivi che un'attenzione rivolta non solo alla predicazione, ma anche alla vita reale dello Svegliato, veniva a porre in luce.

Nello stesso tempo i fedeli, che non si rassegnavano alla totale scomparsa di un così grande punto di riferimento per un imprecisato nirvāna che toglieva loro ogni possibilità di comunicazione e devozione, cominciarono a pensare che il Buddha storico altro non fosse che la manifestazione terrena di un'Essenza cosmica, di una Legge universale: questa visione favorì il sorgere della fede in Buddha e Bodhisattva celesti e la relativa devozione (bhakti). Tra tutti ricordiamo i notissimi Avalokiteśvara (Kannon, per i giapponesi), il Bodhisattva della compassione, e Amithāba (Amida, in giapponese), il Signore dalla luce infinita.

La valorizzazione della figura del bodhisattva, cioè di un essere destinato a diventare un Buddha (lo stesso Śākyamuni nelle sue vite precedenti era stato un bo-

dhisattva), indusse a riflessioni ulteriori su alcuni punti fondamentali del pensiero dello Svegliato.

Innanzitutto venne ripreso il concetto, prima abbandonato, di ātman (io vero, sè, contrapposto ad anātman, non-lo). Per il buddhismo anātman era una delle tre caratteristiche principali dell'esistenza (assieme a duhkha, la sofferenza e anitya, l'impermanenza). L'individuo è formato da cinque tipi di aggregati in dinamica interrelazione: dietro a questi però non può essere rinvenuto nessun io permanente <sup>(19)</sup>. La successiva evoluzione del pensiero mahayana venne gradatamente a identificare anātman con l'io egoico, illusorio, che con la sua ottusa corposità occulta la visione del vero io, del sè, l'ātman. Noi siamo già dei Buddha, ma dei Buddha senza luce e la nostra vera natura, la natura buddhica, è oscurata dalla brama, dall'avversione, dall'illusione.

Dobbiamo quindi risvegliarci alla realtà del sè. Per aiutarci Buddha indicò vari mezzi che tenevano conto del grado di comprensione o in generale di evoluzione dei suoi ascoltatori. Il Mahayana sviluppò con grande ricchezza la dottrina dell'insegnamento dei mezzi abili, dei mezzi adatti a condurre al risveglio qualsiasi essere. Uno dei testi fondamentali a questo riguardo è il Sūtra del Loto della Buona Legge (Saddharmapundarikasūtra): il bodhisattva, pur di poter esercitare la sua grande compassione, a volte frequenta ambienti o compie azioni che apparentemente possono sembrare riprovevoli. Si racconta a questo proposito che un devoto giapponese aveva compiuto piccoli furti e si era fatto arrestare più volte per poter diffondere in prigione il culto di questo grande sūtra assai venerato in estremo oriente in quanto ritenuto capace di condurre, da solo, alla liberazione. Riguardo alla dottrina dei mezzi abili, numerose sono le parabole e gli esempi contenuti nel Sūtra del Loto. L'insegnamento del Buddha è come la pioggia che cade imparzialmente su tutte le piante: ognuna di esse assorbe poi quella parte d'acqua utile alla sua natura specifica <sup>(20)</sup>. Shunzei, un poeta giapponese del XII secolo, compose questi versi:

*"La delicata pioggia di primavera  
sia là in fondo sia qui vicino  
sia sugli alberi sia sulle erbe  
tutto ugualmente tinge  
dovunque del suo fresco verde" (21).*

I mezzi, dunque, hanno valore relativo e non assoluto: concorrono tutti egualmente a condurre gli esseri alla buddhità. Così le differenziazioni dottrinali, operando al medesimo fine, si trovano collocate all'interno di un Unico Veicolo (Ekayāna), e sono perciò non

solo tollerate, ma considerate elemento ineludibile di realizzazione. Questa visione ha impedito che nel buddhismo si verificassero quelle terribili lotte che hanno storicamente costellato le dispute dogmatiche di altre religioni. Anzi, quando nei secoli XI e XII le armate dell'islam dilagarono in India, furono migliaia i monaci buddhisti che si lasciarono uccidere senza opporre resistenza. "La storia del buddhismo è ricca di persone che si sono distinte nell'instaurare un rapporto tollerante, nonviolento e amorevole con tutti i viventi" <sup>(22)</sup>.

### La vera casa

A questo punto mi rendo conto di non aver detto nulla. Dovevo portarvi il mare, e sono venuto con una tazza di tè. Potrei ricominciare d'accapo e dirvi solo che buddhismo significa conoscere se stessi, il proprio vero sè.

Ha scritto il maestro Dogen:

*"Studiare la via del buddhismo è studiare se stessi. Studiare se stessi è dimenticare se stessi. Dimenticare: e stessi è percepire se stessi come ogni cosa. Realizzare ciò è abbandonare il proprio corpo e il proprio spirito e abbandonare il corpo e lo spirito degli altri. Le tracce dell'illuminazione scompaiono, la pura luce si espande - senza fine" (23).*

Qui si coglie il valore della nostra esistenza individuale in relazione con il grande universo. Per questo, bisogna sedere in meditazione, calmare il lago agitato della mente per vedere la perla adagiata sul fondo, in contrasto con questo nostro tempo violento e senza pace che ci riempie di sensazioni inutili e illusorie. Fermarsi, divenire calmi, alzarsi al mattino all'alba e sedersi in meditazione (zazen) significa, come ha detto il maestro Taiten Guareschi, far finire ogni volta un sogno, un'illusione. Nella tradizione cristiana è Paolo ad esortare (1 Tess, 5, 17): "Pregate senza posa", per poter realizzare l'uomo nuovo, colui che ha operato una "completa trasformazione della propria mente" (Rm, 12, 2). Buddha stesso, richiamando l'impermanenza di tutte le cose, raccomandò prima di morire: "Esercitatevi con zelo" <sup>(24)</sup>. L'uomo nuovo, colui che ha illuminato la propria natura buddhica o cristica è, nel buddhismo come nel cristianesimo, "mani vuote", l'essere nel mondo ma "non del mondo" (Vang. di Giovanni 17, 14), è, in definitiva, l'uomo che ha ritrovato la propria casa, e che vive il nirvāna già in questa vita (samsāra).

Nello zen, l'illuminazione è rappresentata dalla luna. Dice questa piccola poesia giapponese:

*"Perso tra i bamboo - ma quando spunta la luna*

ecco la mia casa" (25).

#### NOTE

1. 101 storie Zen, a cura di N. Senzaki e P. Reys, Adelphi, Milano 1988, p. 13.
2. Paul Williams, Il Buddhismo Mahayana, Ubaldini, Roma 1990, p. 10.
3. A questo riguardo v. Kogen Mizuno, I concetti fondamentali del buddhismo, Cittadella Editrice, Assisi 1990.
4. Wang Wei e Pei Ti, Poesie del fiume Wang, Einaudi, Torino 1980, p. 41.
5. Dhamma (pali) e Dharma (sanscrito): il termine suggerisce il significato di "sostenere", "mantenere". Di volta in volta può indicare: a) la dottrina: in questo senso rappresenta l'insegnamento di Buddha; b) la realtà ultima, l'ordine universale di cui la dottrina di Buddha sarebbe espressione; c) i dhamma, che designano i fenomeni.
6. Karma (scr.): "azione" e anche "il risultato dell'azione". E' la legge di causa ed effetto, per cui le azioni positive o negative che compiamo in questa vita pre-determinano in modo automatico la forma di una successiva esistenza.
7. Su questo argomento v. Bikku Khantipalo, Calma e visione profonda, Ubaldini, Roma 1982, pp. 34-37.
8. Mahāsatipatthānasutta, 18.
9. Paul Williams, op. cit., pp. 24-26.
10. Theodore Stcherbatsky, La concezione centrale del Buddhismo, Ubaldini, Roma 1977, p. 31.
11. J. Goldstein, L'esperienza della meditazione, Laterza, Bari 1974, p. 108.
12. Udana, VIII, 3.
13. Vedi anche Kogen Mizuno, op. cit., pp. 165-176.
14. Taiten F. Guareschi, Il pensiero religioso di Taisen Deshimaru Rōshi, Il Cerchio, Rimini 1987, p. 131.
15. Taiten F. Guareschi, Ibid., p. 131.
16. Mahāparinibbānasutta, I, 12.
17. Il Canone buddhista venne redatto nello Śrī Lanka (Ceylon) e va sotto la denominazione di Tiṭṭakā (Tre canestri): esso è formato da: 1) il Vinayapitaka, o Canestro della disciplina monastica; 2) il Suttapitaka, o Canestro dei sermoni che, assieme al Vinayapitaka, riporta i discorsi e il pensiero di Buddha; e 3) Abhidhammapitaka (lett. "Dhamma superiore"), di epoca più tarda, che commenta per lo più i sermoni del maestro delineando, attraverso l'indagine filosofica e psicologica, una via completa di addestramento mentale.
18. Vimalakīrtinirdeśasūtra, IV, 6.
19. Questi aggregati sono chiamati skandha e sono: il corpo (rūpa) con gli organi sensoriali: le sensazioni (vedanā); le percezioni (samijñā); gli impulsi spirituali (samskāra), intesi come idee, volizioni, pensiero; e infine la coscienza (vijñāna).
20. The Threefold Lotus Sutra, Kosei Publishing Co., Tokyo 1988, pp. 126 sgg.
21. Paul Williams, op. cit., p. 174.
22. Gianpietro Sono Fazio, Viaggio nel buddhismo Zen, Cittadella Editrice, Assisi 1990, p. 254.
23. Heinrich Dumoulin, Geschichte des Zen-Buddhismus, Franke Verlag, Bern 1985, Vo. II, p. 67.
24. Mahāparinibbānasutta, VI, 7.
25. Poesie Zen, a cura di L. Stryck, Newton Compton, Roma 1983, p. 78; l'haku è di Issa (1763-1827).