

LAMPI di ZEN

di Kodo Sawaki

Da un quaderno di note, alcuni fulminanti pensieri per rompere le nostre comuni certezze.



Tratto da
NOTIZIARIO
DELL'AZI
Association Zen
Internazionale

Qualcuno ha detto che io, Kodo Sawaki ho sprecato tutta la mia vita in zazen! Anche se mi chiamano “Kodo senza casa”, la gente non mi disprezza. Mi hanno chiamato così perché non ho mai avuto né un tempio né una casa. Di fatto, tuttavia, tutti noi siamo senza casa. E' un errore pensare di avere una casa fissa.

➤ **Fare zazen è fare se stessi da se stessi con se stessi.**
Fare zazen è entrare in intimità con l'Io.

➤ **State seduti , immobili!** Sarete allora oltre ogni standard di superiorità o inferiorità degli esseri umani.

➤ **Chi ha lasciato la propria casa dovrebbe essere uno che crea la propria vita.**

Il nostro zazen è vedere il mondo completamente rinnovato dopo un lungo sonno invernale.

Lo zazen in cui non fate nulla è il migliore. Di solito, quando facciamo qualche cosa, siamo stati semplicemente forzati da qualche demone.

La gente oggi cerca spesso di creare dei gruppi e di farne parte.

Ognuno di essi è solo afflitto dalla stupidità di gruppo. Fare sottogruppi o sette è ancora più stupido e tipico di questa ristretta mentalità. Fermare questo genere di stupidità di gruppo, e diventare l'Io che è solo se stesso, è zazen.

Che cos'è il "vero ego"? Piuttosto che un bianco foglio di carta, direi che è come il limpido cielo azzurro. Il vero Io è indiviso e unito con ogni altra cosa.

➤ **A che serve fare zazen? Zazen non serve a niente!** A meno che non comprendiate in pieno, facendo semplicemente quello che non serve a niente (senza scopo) con tutto il cuore, la vostra pratica non servirà davvero a niente.

Sebbene ciascuno di noi abbia un proprio karma differente, è importante essere guidati dal Buddha nello stesso modo. *Shinjin datsuraku* (abbandonare corpo e mente) è abbandonare l'egocentrismo, è credere totalmente nel Buddha ed essere guidati dal Buddha e dallo zazen.

Praticare la via del Buddha è non distogliere lo sguardo. Siate in unità con tutto quello che incontrate proprio adesso, proprio qui. È questo il *samadhi* o *shikan* (fare semplicemente qualcosa con tutto il cuore). Non mangiate per andare al gabinetto, non andate al gabinetto per fare coccia. Oggigiorno i più pensano di andare a una scuola superiore per entrare all'Università, e pensano di entrare all'Università per ottenere poi un buon lavoro.

Nel Dharma del Buddha la cosa più importante è evitare la profanazione. È profanazione quando un capo di industria agisce orgoglioso della sua posizione. Purificarsi da ogni tipo di profanazione, - quello è *shikan*.

Non è possibile mantenersi esclusivamente da soli. Quando l'Io abbandona l'Io, allora diviene l' Io che è tutt'uno con l'intero universo.

Il cielo e la terra fanno offerte. L'aria, l'acqua, le piante, gli animali, gli esseri umani, tutti fanno offerte. Ogni essere fa offerte all'altro. Noi viviamo solo all'interno di questa relazione di reciproca offerta. E questo non ha niente a che vedere con il fatto di essere grati o meno.

Satori significa solo non andare più incontro a un sacco di problemi per raggiungere qualcosa o una meta particolare prefissata, speciale. È semplicemente essere naturali.

Il *satori* è come un ladro che entra in una casa vuota. Non c'è nulla da rubare. Non c'è bisogno di scappare, nessuno arriva di corsa per acciuffarvi. Anche questo è non-profitto.

A meno che non riesaminate gli esseri umani da un punto di vista che vada oltre l'umanità, non potrete vedere quello che realmente sono gli esseri umani.

Lo *shikantaza* del maestro Dogen è esattamente quello del Buddha. È l'osservazione del nostro vero aspetto, in particolar modo è vedere senza finzioni il profilo delle nostre illusioni. Le nostre inclinazioni negative assomigliano a delle bolle che fanno le capriole. Questo è il merito dello *zazen*.

L'atmosfera, lo spirito del gruppo di pratica, del *dojo*, del Sangha è molto importante. Ci deve essere armonia e abbandono delle visioni e di tutte le richieste di tipo personale. Qualcuno ogni tanto, dopo lo *zazen*, viene di filato a bussare alla mia porta per discutere quello che ho detto. Questa gente ha una comprensione limitata al proprio ego. Se avesse veramente imparato a osservare se stessa, è lo stesso tipo di gente che otterrebbe veramente l'abbandono dell'ego. Solo che non possono, perché cercano di affermare loro stessi e così non entrano nella vera relazione maestro-discepolo, che li renderebbe felici e liberi. Mettere in dubbio la realizzazione e l'insegnamento del proprio maestro significa non averlo incontrato e questo, rende inutile lo *zazen*; sedersi in tale stato d'animo è profanare *zazen*.

La nostra vita non è che un sogno, un mondo che fluttua e galleggia; non è che un nome, una parola. Nella vita la gente passa tutto il tempo a parole. Quando nascono tutti sono nudi. I nostri genitori ci hanno dato un nome, dei vestiti. Abbiamo succhiato un seno. È la vita che inizia. Poi l'educazione la rende complicata, e si cambia, si cambia sempre più, si diventa complicati... Tutti appena nati erano molto graziosi, poi non più. Non esiste una vera educazione. Tutti vogliono essere forti, intelligenti, meglio degli altri, tutti sperano di diventare famosi, ricchi, farsi "un nome" ... Nient'altro che parole. Si vuole essere senza problemi, ma non vogliono andare a scoprire la causa prima di tutti i problemi... e così fino alla tomba! Alla fine ritorniamo nudi, spogli, si deve entrare davvero nella bara. La parola non ha alcun valore.

➤ **L'uomo si inganna perché non ha radici.** E come un bambino che piange per avere del cioccolato e sorride quando gliene danno. La maggior parte della gente è così fino a cent'anni.

➤ **Se vinciamo non dobbiamo deviare dalla Via.** E quando ci sentiamo vinti non dobbiamo, solo per questo, fuggire dalla Via.

➤ **Io parlo durante lo *zazen* perché è più efficace.** Chi mi ascolta con l'ego non capisce, discute. Chi si lascia attraversare dall'insegnamento, qualunque sia, senza il minimo movimento dello spirito, guarisce. Faccio anche delle conferenze, perché sono un monaco, un bodhisattva, ma non mi piace tanto perché mi sembra di essere al mercato...



Kodo Sawaki

(1880-1965)

Maestro zen contemporaneo vissuto come un mendicante per le strade del Giappone odierno disorientato dal progresso e dal ricordo della bomba atomica. Sulla sua vita si può vedere: G.S. Fazion,

Vita di Kodo Sawaki, monaco zen, La Spiga, Libri di una sera, Milano 1995.

► **Zazen ha un sapore giusto, neutro, un non-sapore semplice.**
Dargli un sapore è dargli il nostro gusto personale, un gusto umano. Lo Zen non va interpretato con un gusto personale. Così, la realtà non va vista, interpretata secondo i gusti personali, il karma, altrimenti è illusione, e vediamo letteralmente ciò che non è invece di ciò che è solo così. Così capiamo che i fenomeni sono solo fenomeni ed è la mente di Buddha vivente. Niente è attraente, niente è repellente.

Zazen disturba. Il Buddha disturba il nostro ego illuso. Ci si sente spesso disturbati da zazen e più ci si oppone a zazen e all' insegnamento, più si soffre e ci si sente disturbati. Talvolta sino al punto di piangere. Ma questo diventa la più grande fortuna, la vita più felice. Se non lo comprendete e se non lo accettate con tutto il cuore, davvero la pratica è solo la pratica dell'ego e non gusterete mai la vera libertà.

La vera religione è vivere una vita con un Io sempre rinnovato, mai delusi da nulla.

Fare zazen è ritornare al grembo materno, originario, - così zazen non ha uno scopo.

Vera religione non è filosofia, ma qualcosa che va praticato con il corpo intero.

La pratica della religione è qualcosa di reale, non un elenco di effetti benefici di una medicina.

Non dobbiamo praticare per ottenere un *satori*, piuttosto praticare per venire maltrattati dal *satori*.

Essere malvisti a causa dello zazen, essere ammoniti dallo zazen, essere impediti a causa dello zazen, essere maltrattati dallo zazen, piangere tutta la vita, questo dev'essere il modo più felice di vivere.

Più sobri si diventa, più si vede che non siamo niente di buono.

Quando litigate con la vostra sposa non vi accorgete di essere preda dell' illusione. Ma quando vi sedete in zazen, vedete che era solo un' illusione

Perseverare, continuare nella pratica è talvolta duro, anche per Shakyamuni fu così, ma quelli che perseverano sono i più felici.

Gli uomini accumulano conoscenze, ma io penso che il fine ultimo sia di poter sentire il suono della valle e guardare il colore della montagna..

► L'oscurità dell'ombra dei pini dipende dalla luminosità della luna.

(trad. dal francese di Ezio Zanin)

