

Jijuyu Zanmai (Il samadhi accolto e messo in atto in sé)

Rev. Kodo Takeuchi
Centro per gli Studi Soto Zen
Ricercatore Capo

Nel 1231, quattro anni dopo il ritorno dalla Cina, trasferitosi nel tempio Anyoin di Fukakusa a Yamashiro, Dogen Zenji scrisse *Bendowa* in risposta alle richieste dei suoi seguaci. Fin dal suo ritorno in Giappone, aveva nutrito la speranza di diffondere il vero Dharma e di salvare tutte le creature. *Bendowa* era l'espressione più matura di questa sua aspirazione. E' stato anche il primo passo per introdurre il suo insegnamento in Giappone.

All'inizio di *Bendowa*, spiega senza mezzi termini che il Buddha Dharma che aveva ricevuto secondo la corretta trasmissione, non è altro che Il samadhi accolto e messo in atto in sé, *Jijuyu Zanmai*.

I Buddha Tathagata che trasmettono ciascuno il meraviglioso dharma, realizzando l'insuperabile completo risveglio, hanno un'arte meravigliosa, suprema e incondizionata. Il samadhi accolto e messo in atto in sé è il suo segno, solo i buddha lo trasmettono ad altri buddha senza allontanarsene. Sedersi in posizione eretta in zazen è la porta autentica per aprire sé stessi al regno sconfinato di questo samadhi.

Anche se questo dharma inimmaginabile si ritrova in abbondanza in ogni persona, non si manifesta senza la pratica e non si raggiunge senza la realizzazione.

I buddha trasmettono il meraviglioso buddha dharma da maestro a discepolo. Tutti raggiungono il risveglio insuperabile. Il più grande metodo per questo risveglio è il samadhi accolto e messo in atto in sé. Dovremmo farne il nostro riferimento. Sedere eretti in zazen è la vera porta attraverso la quale entriamo liberamente in questo samadhi accolto e messo in atto in sé.

Fukanzazengi ("Istruzioni universalmente raccomandate per lo Zazen") ci offre istruzioni dettagliate su come sedersi in zazen come il vero ingresso nel samadhi accolto e messo in atto in sé: "Una stanza tranquilla è il luogo adeguato. Mangia e bevi con moderazione. Metti da parte ogni coinvolgimento e sospendi ogni attività. Non pensare "bene" o "male". Non giudicare vero o falso. Smetti ogni operazione mentale, intellettuale, cosciente: smetti di elaborare pensieri, idee e punti di vista. Non fare piani per diventare un Buddha".

Egli insegna che abbandonando l'atteggiamento mentale che cerca di raggiungere il risveglio attraverso la comprensione intellettuale, basata sullo studio di scritti come detti annotati e scritture, e praticando lo zazen per tornare all'io originale, il nostro spirito e corpo naturalmente è dismesso e si manifesta il nostro "volto originale". Se vogliamo raggiungere il volto originale, dobbiamo praticare lo zazen immediatamente.

Il samadhi accolto e messo in atto in sé e il risveglio, non sono separati. Il samadhi accolto e messo in atto in sé è la pratica del risveglio stesso, come spiegato nella seguente citazione tratta da *Bendowa*:

Ogni antenato e ogni buddha che afferma e difende il buddha dharma ha fatto del sedersi in posizione eretta il metodo vero per rivelare il risveglio, praticando nel bel mezzo del samadhi accolto e messo in atto in sé. Coloro che hanno raggiunto il risveglio in India e in Cina, hanno seguito questo metodo.

L'insegnamento di Dogen sul samadhi accolto e messo in atto in sé come riferimento fu propriamente tramandata a Keizan Zenji. Questo si evince chiaramente nel suo "Insegnamento per Myojo Zenij" nei *Sermoni* di *Tokoku Kaizan*. Egli spiega chiaramente in questo testo che il samadhi accolto e messo in atto in sé non è altro che la pratica dello zazen.

Non dovresti dubitare di ciò. Se non lo comprenderai pienamente in questa vita, quando avrai la possibilità di chiarire la grande questione? Se desideri chiarire la grande questione, non c'è niente di meglio che il samadhi accolto e messo in atto in sé. Il samadhi accolto e messo in atto in sé non è altro che lo zazen.

Abbiamo quindi compreso che il samadhi accolto e messo in atto in sé è uno stato di risveglio durante lo zazen e quindi non è separato dallo zazen. Pertanto, dobbiamo capire che il samadhi accolto e messo in atto in sé è collegato direttamente con il fondamento degli insegnamenti Soto Zen.

Shobogenzo "Tashintsu" ("Il potere di conoscere la mente degli altri") è un fascicolo molto importante per aiutarci a capire perché Dogen Zenji enfatizza il samadhi accolto e messo in atto in sé e prima di tutto per capire che cosa mai sia questo samadhi accolto e messo in atto in sé. Questo fascicolo riguarda una storia a proposito di Nanyo Echu descritta nel capitolo ventottesimo del *Keitoku Dentoroku*. Al Maestro Nazionale Nanyo Echu, un discepolo del sesto maestro antenato Eno, fu ordinato dall'imperatore di mettere alla prova il maestro del Tripitaka Daiji proveniente dall'India, che sosteneva di aver raggiunto la capacità di vedere la mente altrui .

In questa storia Echu chiese a Daiji di individuare la sua (di Echu) posizione tre volte. Daiji riuscì a individuare la posizione di Echu le prime due volte, ma non ci riuscì la terza volta. Echu allora gli disse gridando: "Sei posseduto dallo spirito di una volpe selvatica (sei uno pseudo praticante Zen)!" Dogen Zenji cita i commenti di cinque maestri Zen sul perché Daiji non fu in grado di rispondere la terza volta. Questi cinque maestri sono Joshu Jushin (778-897), Geisha Shibi (837-908), Gyosan Ejaku (807-883), Kaie Shutan (1025-1072) e Seccho Myokaku (980-1025). Il fascicolo "*Tashintsu*" comprende la critica di Dogen ai commenti di ciascuno di questi cinque grandi maestri.

Dogen in particolare sottolinea l'importanza di non ignorare l'incomprensione di Gyosan Ejaku riguardo al samadhi accolto e messo in atto in sé. Ejaku afferma che la ragione per cui il maestro del Tripitaka Daiji non può individuare la posizione del Maestro Nazionale Echu la terza volta, è che, "le prime due volte Echu era coinvolto in circostanze esterne. Poi Echu entra nel samadhi accolto e messo in atto in sé. Ecco perché Daiji non può vederlo".

Non si tratta del fatto che la mente coinvolta in circostanze esterne e il samadhi accolto e

messo in atto in sé siano diversi. Egli non avrebbe dovuto dire che Daiji non aveva visto Echu perché la mente coinvolta in circostanze esterne e il samadhi accolto e messo in atto in sé sono diversi. Quindi, anche se Gyosan ha proposto una ragione per la quale Daiji non ha visto Echu la terza volta, la sua dichiarazione non è ancora una dichiarazione corretta. Se uno non vedesse l'altro nel samadhi accolto e messo in atto in sé, il samadhi accolto e messo in atto in sé non manifesterebbe e metterebbe in atto il samadhi accolto e messo in atto in sé. Se Gyosan suppone che Daiji abbia individuato la posizione di Echu le prime due volte, allora non può essere uno che ha compreso il Buddha dharma.

Dogen Zenji scrive che Gyosan ha commesso un duplice errore nel distinguere tra mente coinvolta in circostanze esterne e il samadhi accolto e messo in atto in sé, e nel sostenere che uno non può vedere l'altro nel samadhi accolto e messo in atto in sé. Egli critica Gyosan in modo particolarmente forte. Se qualcuno non può vedere il samadhi accolto e messo in atto in sé, diventa impossibile per lui/lei sapere se lui/lei è nel samadhi accolto e messo in atto in sé. Questo nega totalmente la possibilità di pratica-realizzazione.

Quello che ne deriva è che uno stato di samadhi accolto e messo in atto in sé praticando lo zazen nell'unità di pratica e realizzazione, non è una funzione speciale della mente ed è possibile per un praticante sapere se lui/lei è nel samadhi accolto e messo in atto in sé.

Questa funzione della mente, che si manifesta quando ci si siede in zazen esercitando una corretta postura e l'atteggiamento di rinuncia alle "operazioni della mente, dell'intelletto e della coscienza e [di blocco] di elaborazione di pensieri, idee e punti di vista", è diversa dall'intelletto e dalla percezione ordinaria. Questo è spiegato in *Bendowa* come segue:

Queste varie influenze reciproche non si mescolano nelle percezioni di questa persona seduta, perché hanno luogo dentro all'immobilità silente, senza alcuna fabbricazione e sono la realizzazione stessa.

Pertanto, anche quando molte cose appaiono nella mente, sono ben lontane dalle attività umane e rappresentano il diretto operare del risveglio.

L'intenzione di Dogen di insegnare espressamente che il Buddha Dharma che gli è stato correttamente trasmesso è il samadhi accolto e messo in atto in sé dello zazen, sembra essere legata al fatto che in quel periodo in Cina la scuola Rinzai era fiorente. Lo Zen dell'osservare i detti (*kanna zen*), istituito da Daie era molto dominante. Lo Zen dell'osservare i detti di Daie si proponeva di raggiungere l'illuminazione con il lavoro sui koan. Egli criticava duramente lo Zen dell'illuminazione silente (*mokusho Zen*) della scuola di Soto come ingannevole e fuorviante per se stessi e per gli altri e la definì stroncandola come lo "Zen maligno del Soto".

Lo Zen dell'illuminazione silente insegna che l'operare della natura di Buddha si manifesta di per sé attraverso lo star seduti in silenzio. Si tratta di una tradizione dello Zen ortodosso del Sud che ha avuto origine con il sesto antenato Daikan Eno. Non enfatizza in modo particolare il raggiungimento dell'illuminazione. Pertanto, corre sempre il pericolo di cadere nell'idea non-Soto dell'illuminazione spontanea, basandosi sulla naturalezza del puro sé. Questo è il punto che Daie ha

criticato. Non è difficile immaginare che Dogen Zenji era fortemente consapevole della critica dello Zen dell'osservazione dei detti nei confronti dell'illuminazione silente, quando scrisse del samadhi accolto e messo in atto in sé all'inizio di *Bendowa*.

Dopo Dogen Zenji e Keizan Zenji, lo zazen del samadhi accolto e messo in atto in sé è stato poco a poco dimenticato nella Scuola di Soto e ogni sotto-setta ha sviluppato il proprio stile di pratica utilizzando i koan. Dopo un lungo periodo in Giappone, che si estende a partire dalla metà del Medioevo fino al periodo di Edo, gli adepti hanno cominciato a riesaminare il samadhi accolto e messo in atto in sé.

Menzan Zuiho (1683-1769) è ben noto come una grande autorità dei moderni studi Soto Zen. Uno dei suoi numerosi scritti è appunto *Samadhi accolto e messo in atto in sé* (1738). In questo libro ha raccolto molti detti di Dogen sullo zazen tratti da "*Bendowa*", "*Zazenshin*" e da altri fascicoli dello *Shobogenzo*, dallo *Shobogenzo Zuimonki* e così via. Utilizzando queste citazioni, egli ha semplicemente dimostrato che lo zazen nella tradizione Soto dovrebbe essere lo zazen del samadhi accolto e messo in atto in sé, in cui lo stato durante lo zazen è in sé uno stato di risveglio, invece di essere lo zazen dello spegnimento delle illusioni e dell'aumento dell'illuminazione.

Scritto originariamente in giapponese dal Rev. Kodo Takeuchi

Tradotto dal Rev. Issho Fujita

Assistito dal Rev. Tonen O'Connor e Rev. Zuiko Redding