

THOMAS CLEARY

# ***KENSHO***

***Il cuore dello Zen***

**EDIZIONI MEDITERRANEE**



Thomas Cleary

# *Kensho*

---

Il cuore dello Zen

*Traduzione dall'inglese  
di Renato Aprea*

This One



ZRJF-D2F-EHXB



**EDIZIONI  
MEDITERRANEE**



*Le EDIZIONI MEDITERRANEE  
pubblicano libri che ci aiutano nella ricerca  
della nostra personale chiave di lettura  
della vita e del mondo, per migliorarlo  
e migliorarci.*

Richiedete il  
catalogo gratuito a:  
Edizioni Mediterranee srl  
Via Flaminia, 109 - 00196 Roma  
Tel. 06/3235433 - Fax 06/3236277  
e-mail: [info@ediz-mediterranee.com](mailto:info@ediz-mediterranee.com)  
<http://www.ediz-mediterranee.com>

Finito di stampare nel mese di agosto 2000

ISBN 88 - 272 - 1298 - 1

Titolo originale dell'opera: *KENSHO: THE ART OF ZEN* □ ©  
Copyright 1997 by Thomas Cleary/First Edition by Shambhala  
Publications, Inc., Boston, Mass., USA □ Per l'edizione italiana: ©  
Copyright 2000 by Edizioni Mediterranee, Via Flaminia, 109 - 00196  
Roma □ Printed in Italy □ S.T.A.R. - Via Luigi Arati 12 - 00151 Roma.

# Indice

---

	Pag.
NOTA DEL TRADUTTORE	7
INTRODUZIONE	9
1. La vera mente	17
Fede	19
Terminologia	22
Sostanza	25
Funzione	28
Relazione tra sostanza e funzione	30
Confusione	32
Porre fine all'illusione	34
Postura	41
Ubicazione	44
Sottrarsi alla morte	46
Metodi diretti ed ausiliari	49
Virtù	52
Verificare la vera mente	54
Conoscenza	57
Destino	61



2. Applicazioni	65
Confusioni sottili	67
La nobile illuminazione	72
I veicoli inferiori	81
Assorbimento nell'estinzione	84
L'eclissi del sole	87
Le otto coscienze	91
Tempo empirico	99
I Cinque Gradi	105
Le quattro cognizioni	116
3. I koan Zen	127
1. Buddha occupa l'alto seggio	129
2. Vuoto	132
3. Invito ad un patriarca	135
4. Buddha indica il suolo	139
5. Il prezzo del riso	142
6. Bianco e nero	144
7. Occupare l'alto seggio	147
8. Una volpe selvatica	150
9. Uccidere un gatto	154
10. La donna di T'ai-shan	157
11. Due malattie	160
12. Coltivare i campi	164
13. L'asino cieco	167
14. Una tazza di tè	170
15. Piantare una zappa	172

## Nota del Traduttore

---

*La presente traduzione dall'inglese dell'opera di Thomas Cleary probabilmente non è più complicata di altre dello stesso autore e tuttavia – sia per la presenza di brani tratti da testi mai pubblicati in Italia, sia per la materia in essa discussa – non sono stati pochi i dubbi in merito alle parole e alla forma da scegliere per rendere in italiano quanto l'orientalista e sinologo americano ha tratto da opere scritte da maestri Zen coreani, cinesi e giapponesi.*

*Nel 1883, Friedrich Nietzsche, paventando un'inflazione nella diffusione della parola, scriveva che con altri cento anni di giornalismo tutte le parole avrebbero cominciato a puzzare. Considerando le novità quantitative e qualitative introdotte nei modi di diffondere la parola, si può forse dire che sono trascorse intere epoche, piuttosto che qualche centinaio di anni, da quando il filosofo tedesco – autentico facitore di parole – ha scritto quanto sopra riportato. Ciò nondimeno il bisogno di parole che illuminino la mente e il cuore dell'uomo è aumentato in proporzione al crescente disagio che distingue gli appartenenti alla nostra epoca. È quindi comprensibile che ci si rivolga agli antichi maestri di saggezza orientale per trovare una via di accesso alla nostra natura più profonda, alla nostra autenticità, ricorrendo ancora una volta*



*alle parole di cui si servivano questi maestri per infrangere gli ostacoli che impediscono una visione disincantata e rivelatrice della nostra essenza.*

*Nei brani qui riportati i vari maestri citati ci dicono meraviglie sulle potenzialità inerenti alla mente liberata dalle illusioni e dai condizionamenti; per di più descrivendola attraverso così espliciti dettagli da rendere davvero imbarazzante il confronto con il consueto modo di percepire il mondo e noi stessi che caratterizza la funzionalità della mente ordinaria. Eppure, sempre in accordo con i maestri Zen e con il Buddha, la mente ordinaria non differisce dalla mente illuminata. La mente ordinaria liberata dagli ostacoli è la mente-Buddha. E non mancano i metodi per realizzare questa inestimabile ricchezza.*

*Negli attuali monasteri Rinzai in Giappone, gli insegnamenti del maestro Hakuin qui riportati fanno parte delle fase conclusiva dell'addestramento: superati i koan – autentiche sfide all'intelletto – i monaci studiano gli aspetti, potremmo dire teorici, del processo di liberazione al fine di perfezionare il loro apprendimento e le loro potenzialità per aiutare gli altri oltre che se stessi. Per noi occidentali, sempre desiderosi di afferrare intellettualmente la realtà, questi insegnamenti riguardanti la sistemazione teorica della pratica dovrebbero risultare del tutto congeniali, rischiando però di rendere più difficile il superamento dell'ostacolo principale alla realizzazione della buddhità, ostacolo consistente nel pretendere di decifrare e capire la realtà piuttosto che percepirla direttamente.*

*Ai testi dei maestri citati, alle note introduttive e ai commentari di Cleary non sono state aggiunte note, e questo per due considerazioni: non appesantire il testo già sufficientemente denso; lasciare che i vari termini e concetti da Cleary stesso non tradotti dalle lingue originali conservino la loro indefinibilità. D'altro canto come tradurre la parola "kensho"? Con illuminazione? E quest'ultima cosa, infine, significa nella lingua a noi familiare? Evidentemente si tratta di un'esperienza da realizzare... anche con l'aiuto delle parole.*

RENATO APREA

# Introduzione

---

Il Buddismo Zen sorse in Cina quindici secoli fa come reviviscenza gnostica del Buddismo. In origine, secondo la tradizione, lo Zen fu essenzialmente una reazione al formalismo e alla conseguente sterilità spirituale nella quale era caduto il Buddismo.

Il fulcro peculiare della dottrina Zen fu divulgato in Cina dal famoso Hui-neng, al cui nome è associata la fondazione della cosiddetta Scuola Improvvisa dello Zen, circa tredici secoli fa.

*I discorsi completi di tutti i Buddha del passato, presente e futuro sono inerenti all'essenza dell'essere umano. Se non potete realizzare quest'essenza da voi stessi, allora è necessaria la guida di un maestro per vederla. Per coloro i quali la realizzano da se stessi, questi non hanno bisogno di cercare altrove.*

*Se insistete nel ritenere che per raggiungere la liberazione è necessario un maestro, sbagliate. Perché? Perché c'è un maestro nella vostra propria mente che v'illumina spontaneamente!*

*Se create confusione, falso pensare e illusione, nemmeno l'insegnamento di un maestro può salvarvi.*

*Se coltivate la percezione osservante della vera visione interiore, allora i falsi pensieri si estinguono immediatamente. E se cono-*



*scete la vostra propria essenza, con questa sola realizzazione giungerete all'illuminazione.*

Nella tradizione cino-giapponese, questa capacità di vedere a fondo nell'essenza del proprio essere, propria dello Zen, è chiamata *kensho*. Non c'è Zen senza *kensho*; il *kensho* totale è conosciuto come *satori*, il risveglio Zen. Questa realizzazione è paragonata al ritrovamento di un tesoro inesauribile, poiché significa il risveglio di tutta la potenzialità per l'esperienza dell'esperienza in sé.

Dogen, il maestro Zen che introdusse lo Zen in Giappone circa otto secoli fa, nel suo famoso saggio *La questione a portata di mano*, così spiegava ad un laico il cuore dello Zen:

*Apprendere la via dell'illuminazione significa apprendere il proprio sé.*

*Apprendere il proprio sé significa dimenticare se stesso.*

*Dimenticare se stesso significa essere illuminati da tutte le cose.*

Nello Zen il significato del vero sé non è altro che la natura-Buddha, definita dalla scrittura buddhista come "il proprio Sé Puro, Beato, Permanente".

Apprendere il sé nello Zen significa studiare il falso sé, ossia l'ego, e il vero sé, ossia la natura-Buddha. Apprendere il proprio sé in termini Zen, significa imparare a vedere attraverso le azioni dell'autoimmagine dell'io per trovare la natura del vero sé com'è in sé e per sé.

Vedere attraverso le azioni dell'io vano e suggestivo rende possibile essere immuni dalle sue seduzioni. Ciò è come "dimenticare se stessi", nel senso di lasciarsi alle spalle le debolezze di questa vanità.

Trovare la natura del vero sé rende possibile *essere* se stessi, senza sforzarsi in modo autoconsapevole. Anche questo è "dimenticare se stessi", nel senso di rinunciare alla propria importanza.

Quando le razionalizzazioni egocentriche non occupano la mente, allora sono le condizioni reali a permearla. Quando la consapevolezza spontanea apre la mente, allora sono i fatti reali ad informarla. Nello Zen, il sé risvegliato è come uno specchio grande quanto lo spazio cosmico, che in se stesso riflette l'intero universo.

Keizan, il popolare predicatore giapponese del XIV secolo, nel suo classico testo *La trasmissione della luce*, descrive ripetutamente questa pratica ed esperienza dello Zen:

“Anche se sembri un principiante, se per un istante la mente si volge attorno per rivelare le originarie qualità ad essa inerenti, ciò è quanto basta. Insieme con coloro che si sono realizzati tu ti identificherai con tutti i Buddha”.

Il canone Zen è il più voluminoso tra tutti i canoni buddhisti, ma non esiste una linea di condotta considerata la norma, né un testo ufficiale. Né tanto meno esistono dogmi abituali, rituali o pratiche che possano essere considerati autentici insegnamenti Zen poiché, come era solito dire uno dei grandi maestri, “il risveglio è la regola”.

Ciononostante, alcuni lavori particolari, focalizzati sull'essenziale esperienza del kensho, ne trattano in così espliciti dettagli da risultare un'utile introduzione per i laici.

Tra i tradizionali lavori Zen dedicati al kensho, esistono un certo numero di testi importanti attribuiti ad alcuni dei più grandi predicatori Zen della Cina, della Corea e del Giappone. Il testo *La scrittura dell'altare*, che si ritiene contenga i discorsi di Hakuin, fondatore della scuola del risveglio improvviso, è uno di questi. *La trasmissione della luce*, già citato, e *I dialoghi del sogno*, di poco precedente, sono due famosi esempi di manuali sul kensho giapponese.

Tutti questi testi sono libri voluminosi e di diverso formato. Di fatto, nessuna scuola è fondata su uno di questi testi, e tuttavia, abitualmente, essi sono letti dalle persone interessate allo Zen. Vi sono anche lavori più brevi, scritti da famosi predicatori Zen, imperniati perfino con maggiore intensità sul kensho e sulle complessità e sottigliezze della sua realizzazione e integrazione.



*La retta spiegazione della vera mente*, del predicatore Zen coreano Chinul (1158-1210), è uno dei più accessibili fra tutti i testi Zen. Mettendo in relazione il kensho, tipico dello Zen, con gli insegnamenti delle scritture e dei trattati buddhisti, Chinul conferisce un equilibrio contestuale alla comprensione e all'esperienza del risveglio. Chinul non ebbe uno specifico maestro e realizzò il risveglio attraverso le scritture buddhiste. Chinul, sia dal punto di vista spirituale che storico, fu chiaramente influenzato dalla residua importanza del lavoro svolto dalla scuola Zen Fa-yen, attiva in Cina e in Corea nel nono e nel decimo secolo. Lo Zen coreano era stato particolarmente influenzato dal lavoro del terzo grande maestro della scuola Fa-yen, Yung-ming Yen-shou; specialmente attraverso il suo capolavoro *Annali della fonte dello specchio*, il suo stimato opuscolo *Segreti della mente-sola* e i suoi numerosi discepoli coreani.

Alla fine, la scuola Zen di cui il predicatore Chinul è considerato il fondatore, a causa delle eccessive semplificazioni, irrazionalità, estremismo e influenze mondane, conobbe un ristagno spirituale. Molti di questi problemi furono dovuti al fatto di trascurare il grande equilibrio e armonia che avevano distinto l'insegnamento di Chinul, ironia tutt'altro che atipica nella storia delle religioni. Tuttavia, i lavori autorizzati dallo stesso Chinul rimangono come classiche introduzioni ai fondamenti dello Zen, anche se non sono più necessariamente appresi o praticati da tutti i seguaci della scuola di Chinul.

*La retta spiegazione della vera mente* è uno dei più stimati lavori di Chinul: quindici capitoli riguardanti il kensho dal punto di vista del suo oggetto, della sua pratica, della sua funzione e delle sue conseguenze. Scritto in un cinese dallo stile molto semplice, questo lavoro contiene numerosi riferimenti alle scritture, ai trattati e alla classica tradizione orale dello Zen.

Al lettore può essere d'aiuto per collegare l'esperienza del kensho con il Buddhismo in generale, così da mettere in rilievo l'informazione tecnico-critica disponibile nella grande varietà della letteratura buddhista.

In tempi successivi, lo scrittore più prolifico sul kensho è senza dubbio il famoso predicatore Zen giapponese Hakuin (1686-1769). Nello Zen, così come è conosciuto in Occidente, Hakuin è uno dei nomi più noti, e ciò in contrasto con il fatto che relativamente poca parte del suo lavoro vi sia stata introdotta e che il suo utilizzo, anche per quanto riguarda le moderne sette Zen giapponesi proclamanti una discendenza da Hakuin, è estremamente limitato. Ciò nonostante, come nel caso di Chinul, i lavori di Hakuin rimangono delle utili fonti di ausilio tecnico nell'apprendimento e applicazione pratica della visione interiore Zen.

Nato in un'epoca in cui lo Zen giapponese si trovava, da secoli, in una fase di decadenza, Hakuin, nel corso della sua gioventù, soffrì non poco nella ricerca dell'illuminazione, al punto di sperimentare un vero e proprio tracollo psicofisico. Intorno ai vent'anni poté studiare per soli otto mesi con la persona da lui considerata il suo vero maestro, sostenendo inoltre di non aver pienamente compreso il suo insegnamento che all'età di quarant'anni.

Hakuin, come mostrano i suoi lavori, anche dopo aver realizzato molti risvegli, piccoli e grandi, continuò a perseguire, instancabile, la completa illuminazione, utilizzando le complesse argomentazioni delle scritture buddhiste e la tradizione orale Zen al fine di aprire le risorse nascoste della percezione spirituale. Il suo lavoro, sempre caratterizzato da toni energici ed incalzanti e da un tagliente rilievo critico, denota gli aspetti di sofferenza e perplessità della vita di Hakuin, della sua personale ricerca e, infine, del suo confrontarsi con un mondo di forma privo di contenuto.

Nei suoi lavori Hakuin enfatizzava fortemente il kensho e tuttavia egli è ugualmente inflessibile circa l'importanza di andare oltre nel coltivare un'integrazione costruttiva con il mondo ordinario applicando la comprensione dello Zen a tutta la gamma dell'esperienza umana. La sua versatilità gli procurò amici d'ogni sorta, dai signori samurai ai mercanti e agricoltori locali, oltre che un gran numero di seguaci del suo studio progressivo dello Zen, così come eruditi d'altre tradizioni.



Un problema centrale con il quale si confrontarono Chinul e Hakuin, insieme con innumerevoli studenti dello Zen, fu il deterioramento della tradizione e la perdita di un'autentica trasmissione. Ciò era particolarmente avvertito nella scarsità d'insegnanti genuini e nell'oscurità dei koan utilizzati per orientare gli studenti più avanzati.

L'apparente paradosso del principio dell'insegnamento è che, secondo le inoppugnabili fonti classiche come Pai-chang, Lin-chi, Yun-men e Fa-yen, colui che si dichiara maestro Zen non lo è. Ciò non illustra il problema in tutta la sua ampiezza, in quanto la conseguenza di questo principio è che le parti che intendono interagire a tutti i livelli, hanno bisogno di esercitare le proprie percezioni e accettare le loro responsabilità per ciò che fanno.

L'ironia in qualche modo presente nell'oscura formulazione dei koan dipende principalmente dalla divergenza contestuale e linguistica tra il settarismo dello Zen in Corea e in Giappone, da un lato, e l'esauriente, classico Zen cinese, dall'altro. Propaggini delle sette coreane e giapponesi, non comprendendo la struttura dei koan, tendevano a trasformare quest'aspetto dello Zen in un culto segreto, misterioso e/o in una pura e semplice mistificazione.

Importato in Occidente, questo tipo di culto ha dato origine al conio di una nuova parola, *koanophobia*, "paura dei koan", evidentemente a causa di una loro utilizzazione destinata a creare disorientamento. In aggiunta alla premessa di segreti koanici d'estrema importanza, custoditi autoritariamente da un potentato autocratico e da un circolo elitario, in un ambiente culturale in cui l'autostima è considerata un valore centrale, l'approccio di tipo cultuale e misterico ai koan ha avuto l'effetto di intimidire e nello stesso tempo affascinare le persone ingenuie o interiormente disimpegnate e che tuttavia amano pensare bene di se stesse.

Come è successo ad altro materiale proveniente dal canone Zen, anche l'utilizzo improprio e l'incuria cui sono stati sottoposti i koan non hanno causato la loro scomparsa. Le chiavi per accedere al loro significato – che sono sia dissemi-

nate che concentrate in tutte le scritture e nei trattati del Buddhismo classico, come pure nella stessa tradizione orale dello Zen cinese – rimangono lo stesso in vita, indipendentemente dal loro uso, disuso o abuso. Questo fenomeno è chiamato dai buddhisti *dharmakaya*, o “Corpo dell’Insegnamento” che rimane attraverso il tempo indipendentemente dall’esistenza o dalla scomparsa di qualunque *sambhogakaya*, o “Corpo di Beatitude” dell’insegnamento, o di qualunque *nirmanakaya*, o “Corpo di Proiezione” dell’insegnamento.

Una delle grandi raccolte di koan, il cui piacere vivo e la cui proiezione sono scomparse, mentre il suo corpo dottrinario rimane, è costituita dal nobile *Libro della tranquillità*. Si tratta di una raccolta di commentari in prosa e in versi su cento koan Zen. I commenti in versi furono composti da un maestro Zen del dodicesimo secolo conosciuto dal nome della località di T’ien-t’ung. I commenti in prosa furono scritti per un laico da un maestro Zen del tredicesimo secolo conosciuto dal nome della località di Wan-sung.

In contrasto con gli oscuri e spesso ottusi commenti sui koan operati dai successivi cultori della persuasione irrazionale, i classici maestri Zen della Cina, sin dal nono secolo, fecero lucide analisi strutturali e spiegazioni analogiche dei koan. Un koan, il cui significato è “esempio oggettivo”, è paragonabile ad una formula tecnica, un disegno, rappresentante l’insegnamento buddhista in una forma altamente concentrata. La raccolta di koan facilita la pratica progrediente delle meditazioni buddhiste nel mezzo delle ordinarie attività mondane, a suo tempo una popolare tecnica Zen.

Il presente volume è concepito come introduzione ai fondamenti dello Zen secondo i materiali e metodi tradizionali destinati ai laici.

Dogen, il maestro Zen del tredicesimo secolo, uno dei fondatori dello Zen in Giappone, scrisse dello Zen nella vita quotidiana in questi termini: “Nella Cina dei giorni nostri, i governanti, i ministri e gli intellettuali, uomini e donne, tutti pongono il loro cuore nello Zen. Guerrieri e studiosi aspirano entrambi allo Zen. Certamente molti di coloro che nutrono questa



aspirazione illuminano il terreno della mente; è dunque evidente che gli obblighi mondani non ostacolano la via all'illuminazione".

THOMAS CLEARY

## *1. LA VERA MENTE*

---

*Chinul e* La retta spiegazione della vera mente



*Nel Buddhismo la fede è intesa come una facoltà (in sanscrito indriya) che può essere sviluppata in un potere (bala). Questa facoltà, questo potere, consentono ai ricercatori di giungere verso ciò che non hanno ancora sperimentato o personalmente realizzato.*

*Ora, considerato che la fede buddhista, in quanto facoltà e potere, non implica un'adesione incondizionata ad un dogma o ad un rituale, ne consegue che all'interno del Buddhismo sono possibili differenti tendenze di fede.*

*Nella spiegazione della vera mente da parte di Chinul, il potere derivante dalla fede intesa come facoltà è incentrato sulla intrinseca identità tra l'essenza della mente stessa e l'essenza della natura-Buddha.*

*Chinul insiste sulla necessità della fede, intesa come primo passo nel viaggio che porta al risveglio, e aggiunge che il primo passo deve essere corretto affinché il viaggio conduca alla realizzazione dello scopo. Conseguentemente, la fede deve combinarsi con la comprensione. In ogni caso, il potere della fede è sempre indispensabile, anche in presenza della comprensione intellettuale, perché la mente, ancora affascinata dai suoi propri pensieri, non conosce se stessa.*

*Solo quando la comprensione diventa realizzazione, e solo allora, la facoltà della fede ha il potere di portare totalmente la coscienza verso la verità praticamente sperimentata. Infine, con-*

*siderato che è il potere della fede a sostenere interiormente la capacità di sperimentare e realizzare la verità, è necessario innanzitutto esaminare la qualità e la direzione della fede. Ecco quindi come Chinul spiega il posto della fede nello Zen.*

## **Retta fede nella vera mente**

La *Scrittura dell'ornamento floreale* afferma: "La fede è la fonte della via, la madre delle virtù, il nutrimento delle radici di tutte le cose buone". Anche il *Trattato sull'unica rappresentazione* afferma: "La fede è paragonabile al cristallo che chiarisce l'acqua, capace di rendere chiare le acque scure". Sappiamo quindi che la fede guida lo sviluppo di tutte le cose buone. Ecco perché le scritture buddhiste cominciano con le parole "così ho udito".

Alcuni s'interrogano circa la differenza tra la fede così com'è nel contesto dello Zen e la fede così com'è nel contesto del Buddhismo in generale. Ci sono diversi tipi di fede. Agli uomini che credono nella causalità e che aspirano alla felicità, il Buddhismo dice di aver fede in dieci virtù come cause sublimi, e di avere fede nella natura umana e negli stati di coscienza superiori intesi come risultati piacevoli. Per coloro che godono della vuota tranquillità, la giusta causa è il credere nelle condizioni di nascita e morte, mentre la via che porta all'estinzione delle cause dell'infelicità costituisce il santo risultato. Per coloro che aspirano alla completa buddhità, la fede nelle sei perfezioni nel corso di tre eoni costituisce la grande causa; illuminazione e nirvana sono i grandi risultati.

In ogni caso, nello Zen, la giusta fede non è da ricercare in alcuna di queste possibilità indicate. Non si ha fede in alcuna causa o effetto artificiali: il sé intrinseco è originariamente il Buddha; questa è la sola fede necessaria.

La naturale, vera, intrinseca essenza è completa in tutti gli uomini; la sottile sostanza del nirvana è perfetta in ogni individuo. Non va ricercata presso qualcun altro; è sempre stata presente.



Il terzo patriarca Zen ha detto: “È completa come lo spazio, senza mancanza né eccesso; è solo a causa dell’avidità e della discriminazione che non siete così”. Il maestro Chih ha detto: “È il corpo privo di forma nel corpo della forma, la strada del non creato sulla strada dell’ignoranza”. Yung-chia ha detto: “La vera essenza dell’ignoranza non è altro che l’essenza dell’illuminazione; il corpo caduco non è altro che il corpo spirituale”. Sappiamo quindi che gli uomini sono originariamente dei Buddha.

Una volta sviluppata la giusta fede, è necessario comprenderla. Yung-ming ha detto: “La fede senza comprensione accresce l’ignoranza; la comprensione senza fede accresce le opinioni soggettive”. Sappiamo quindi che nel momento in cui fede e comprensione sono combinate, possiamo rapidamente accedere al sentiero che porta all’illuminazione.

Alcuni domandano se vi è un qualche beneficio quando si è risvegliata la fede ma non si può ancora intraprendere la via. Il *Trattato sul risveglio della fede* afferma: “Se gli uomini non diventeranno codardi nell’ascoltare questo insegnamento, essi prenderanno certamente il posto dei Buddha, e dai Buddha riceveranno indicazioni. Perfino se qualcuno potrà indurre tutti gli esseri dell’universo a comportarsi bene, ciò non è altrettanto positivo quanto il fatto che qualcuno contempi, correttamente, per un solo istante, questo insegnamento”. La *Scrittura sulla saggezza trascendentale* aggiunge inoltre: “Tutti coloro che concepiscono, anche per un solo istante, la pura fede, tutti loro, sono riconosciuti dal Buddha e visti dal Buddha”.

Così, dunque, gli uomini ottengono doni infiniti come quelli ora descritti. Naturalmente, quando ci si accinge a fare un viaggio di migliaia di chilometri, il primo passo deve essere quello giusto; se il primo passo è sbagliato l’intero tragitto sarà compromesso. Per accedere alla terra dove non c’è artificio, la fede iniziale deve essere quella giusta; se il credo iniziale è sbagliato, allora tutte le virtù spariscono. È questo il motivo per cui un patriarca Zen disse: “La più piccola mancanza è paragonabile alla distanza tra cielo e terra”.

# Terminologia

---

*Sebbene la sistemazione della fede Zen possa differire, nella struttura, dalle altre scuole buddhiste che si fondano su scritture e trattati classici, ciononostante la vera mente, o mente-Buddha, che è l'oggetto della fede Zen, viene anche rappresentata proprio in quelle scritture e trattati che formano le basi delle scuole dottrinarie.*

*Ciò è reso abbondantemente chiaro da Chinul con una lista di numerosi termini tratti da numerosi testi, tutti indicanti la vera mente. Chinul aggiunge inoltre un'altra lunga lista di speciali nomi Zen. In più, ogni nome è accompagnato da una specifica ragione che giustifica la scelta, scelta intesa come generica rappresentazione di una funzione, e questa come modello di una pratica. Allo stesso modo del saggio sulla fede, Chinul, nel suo saggio sulla terminologia, al fine di suscitare l'effetto Zen, combina la comprensione con l'assimilazione.*

## **Nomi diversi per la vera mente**

Una volta concepita la giusta fede, si potrebbe chiedere: che cos'è la vera mente? A questa domanda si può rispondere dicendo che il distacco da ciò che è falso è chiamato verità, mentre la consapevolezza è chiamata mente. Quest'ultima è



spiegata in modo esauriente nella *Scrittura Lankavatara*. Ci si può chiedere se è solamente chiamata la vera mente oppure se non esistono differenti termini.

La risposta a questa domanda è che lo Zen e il Buddhismo danno ad essa nomi differenti. Nel Buddhismo, i precetti del Bodhisattva la chiamano mente terrena, poiché essa produce tutte le virtù. Gli scritti sulla *Saggezza trascendentale* la chiamano risveglio, perché la consapevolezza è la sua essenza. *La scrittura dell'ornamento floreale* la definisce come l'universo delle realtà, perché essa pervade e contiene ogni cosa. *La scrittura del diamante* la chiama ciò che realizza la quiddità, perché non viene da alcun luogo.

Gli scritti della *Saggezza trascendentale* la chiamano Nirvana, perché è il luogo dove s'incontrano tutti i saggi. *La scrittura della luce dorata* la chiama essere così com'è, perché è eternamente immutabile. *La scrittura del puro nome* la chiama il corpo spirituale, perché esperienza e manifestazione dipendono da essa. *Il trattato sul risveglio della fede* la chiama pura quiddità, perché è non nata e imperitura. *La scrittura del Nirvana* la chiama natura-Buddha perché essa è la sostanza dei tre corpi del Buddha. *La scrittura della completa illuminazione* la chiama comando totale perché emana qualità virtuose. *La scrittura del ruggito del leone della regina Shrimala* la chiama la matrice della realizzazione della quiddità perché cela e contiene. *La scrittura della perfetta dottrina* la chiama completa consapevolezza, perché essa squarcia le tenebre e brilla da sola. Così, il maestro Zen Yung-ming, nel suo *Il segreto della mente sola*, scrive: "Una sola realtà ha mille nomi che la designano secondo le condizioni; tutti sono nelle scritture e nei trattati, troppo numerosi per essere citati tutti".

Ora che conosciamo come nel Buddhismo è considerata la mente, si può domandare: "E nello Zen?" A questa domanda si può rispondere dicendo che lo Zen pone fine a tutte le denominazioni e verbalizzazioni. Se non è stabilito neppure un nome come potrebbero esserci più nomi? Nondimeno, quando si tratta di rispondere a sensazioni e adattamenti alle potenzialità vi sono in realtà diversi nomi. Talvolta è chiamata il

sé, perché è l'essenza fondamentale di un essere vivente. Talvolta è chiamata il vero occhio, perché riflette tutte le apparenze. Talvolta è chiamata la mente meravigliosa, perché la sua aperta consapevolezza brilla serenamente. Talvolta è chiamata l'ospite o il maestro, perché ha trasportato il carico per tutto il tempo. Talvolta è chiamata la ciotola senza fondo perché la vita può essere vissuta ovunque. Talvolta è chiamata l'arpa senza corde, perché la sua melodia è al di là del presente. Talvolta è chiamata la lampada inesauribile, perché la sua luce vince i sentimenti illusori. Talvolta è chiamata l'albero senza radici, perché la radice e il tronco sono forti e stabili. Talvolta è chiamata la spada affilata come un rasoio, perché attraversa i sensi e gli oggetti. Talvolta è chiamata la terra della spontaneità, perché l'oceano è pacifico e i fiumi limpidi. Talvolta è chiamata la perla del saggio, perché salva il povero e l'indigente. Talvolta è chiamata la serratura senza chiave, perché rinchiusa i sei sensi. È anche chiamata il bue di creta, il cavallo di legno, la fonte della mente, il sigillo della mente, lo specchio della mente, la luna della mente, la perla della mente. Vi sono quindi troppi nomi diversi per poterli riportare tutti. Se giungete alla vera mente, tutti i nomi sono chiari; se ignorate la vera mente tutti i nomi non faranno che rallentare i vostri progressi. È quindi necessario essere molto attenti riguardo alla vera mente.



*Una delle fondamentali distinzioni concepite dal pensiero dell'Asia orientale è quella riguardante la sostanza e la funzione. In più, tale distinzione non è operata come un'astrazione filosofica bensì come una struttura pragmatica della percezione, della comprensione e dell'azione.*

*Chinul opera questa distinzione in relazione alla vera mente, e ciò nell'intento di aiutare il lettore ad evitare di confondere un prodotto della mente – come potrebbe essere un'idea o una sensazione – con la natura essenziale della mente stessa. La capacità di operare tale distinzione è cruciale per la realizzazione pratica del kensho.*

*Quando i testi Zen parlano di vacuità, vuoto, equanimità, purezza, oppure della natura della mente simile allo spazio, è proprio a quest'aspetto di "sostanza" che essi si riferiscono. La vacuità, il vuoto, l'equanimità, la purezza e la qualità simile allo spazio si riferiscono alla natura non concettuale e non emozionale dell'esperienza della sostanza o "corpo" della vera mente. Conseguentemente, le descrizioni della sostanza della vera mente sono paragonabili a parametri di attenzione, linee guida per concentrare l'attenzione necessaria per l'esperienza Zen.*

## La sottile sostanza della vera mente

Ora che conosciamo i nomi della vera mente, che cosa ne è della sua sostanza? Nella *Scrittura della saggezza radiante* si afferma: “La saggezza non ha forma, né alcun segno d’origine o di estinzione”. Il *Trattato sul risveglio della fede* afferma: “La sostanza della vera quiddità non è presente in misura maggiore né minore negli uomini ordinari, negli studenti, in coloro che si sono risvegliati allo stato di condizionamento, negli esseri illuminati, e nei Buddha. Non fu originata nel passato né perirà in futuro; in definitiva è eterna. È stata sempre, intrinsecamente, piena di tutte le qualità effettive”. Secondo le scritture e i trattati, la sostanza fondamentale della vera mente trascende la causalità e pervade il tempo. Non è né sacra né profana e non ha opposizioni. Proprio come lo spazio essa è onnipresente; la sua sottile sostanza è stabile e assolutamente pacifica, al di là di tutte le elaborazioni concettuali. È non originata, imperitura, né esistente né non esistente. È immobile, tranquilla, profondamente silenziosa ed eterna.

Ciò è chiamato l’ospite interiore che è sempre stato presente, oppure colui che precede i Buddha preistorici, o anche il sé prima dell’eone della vacuità. Uniformemente equanime, è perfetta e senza macchia. Tutte le cose pure ed impure – montagne, fiumi, terra, erbe, alberi, foreste, tutte le forme e apparenze – tutte provengono da essa. Pertanto *La scrittura del completo risveglio* afferma: “Il supremo reggente la Verità possiede un metodo di comando mentale chiamato consapevolezza completa che emana tutta la pura quiddità, illuminazione, Nirvana e le vie alla trascendenza, insegnando loro come illuminare gli esseri”.

Kuei-feng ha detto: “La mente è immateriale e immacolata, con radiante consapevolezza. Né viene né va, pervade tutto il tempo; né dentro né fuori, permea tutto lo spazio. Imperitura e non originata, non può essere scalfita dagli elementi materiali; al di là della natura e delle apparenze, non può essere resa cieca dagli oggetti dei sensi”.



Perciò Yung-ming, nel suo *Segreto della mente sola* afferma: “Questa mente, essendo monarca di tutti i credi, include tutte le meraviglie e tutte le percezioni; ed essendo madre di tutti i saggi è il rifugio di tutte le strade della libertà e di tutti i tipi di potenzialità”. Nobile in maniera unica, incomparabile, la vera fonte dell’illuminazione, essa è la vera essenza di tutti gli insegnamenti. Credete in essa, e gli esseri di tutti i tempi sulla via dell’illuminazione vi saranno compagni nello studio di questa mente.

I Buddha di tutti i tempi hanno avuto la stessa realizzazione, tutti hanno realizzato questa mente; ciò che gli insegnamenti di tutto il canone portano alla luce è proprio questa mente.

Ciò che la confusione di tutti gli uomini confonde è questa mente; quando i praticanti risvegliano la comprensione, ciò che loro effettivamente risvegliano è proprio questa mente. Ciò che comunicano tutti i maestri Zen è questa mente; ciò che cercano tutti i ricercatori Zen è questa mente.

Quando giungete a questa mente, essa è ovunque; ogni cosa la rivela interamente. Fin quando sarete confusi riguardo questa mente, sarete illusi in ogni luogo e sempre pazzi. Questa sostanza è la natura-Buddha intrinseca ad ognuno, la radice primaria dell’evoluzione di tutti i mondi. Ecco perché il Buddha era silenzioso sul picco dell’Avvoltoio, perché Subhuti dimenticò le parole sul ciglio di un dirupo, perché Shaolin Bodhidharma guardò fisso verso un muro, perché Vimalakirti tacque a Vaisali; tutti loro stavano portando alla luce la sottile sostanza della mente. Così, coloro che si accingono ad entrare nello Zen, dovrebbero innanzitutto acquisire la conoscenza di questa sostanza della mente.

*Un comune errore riguardo allo Zen, in Oriente come in Occidente, consiste nel ritenere che esso implichi la distruzione della capacità di pensiero e ragione. Ora, mentre è vero che lo Zen implica distacco dai pensieri, ciò non significa che si tratti di un fine, quanto piuttosto di un mezzo che non include la distruzione o l'eclissi della ragione. Il distacco dai pensieri è un mezzo per indebolire le abitudini mentali automatiche e la razionalizzazione soggettiva coatta: non è inteso ad oscurare la mente o a diminuire l'intelligenza.*

*La realizzazione pratica della vera mente non annulla le sue abilità; al contrario, le libera. La domestichezza con la vera mente apre possibilità di percezione, di pensiero, di sensazioni in nuove dimensioni, in modo più accurato ed esauriente che mai, perfettamente e in maniera più completa di quanto possa essere raggiunto attraverso l'attaccamento a rigide convenzioni e a propensioni soggettive.*

### **La sottile funzione della vera mente**

Ora che conosciamo la sostanza sottile, qual è la sua sottile funzione? Un uomo dell'antichità disse: "Quando soffia il vento, la mente muove gli alberi; quando appaiono le nuvole,



la natura solleva polvere. Se chiarisci i fenomeni della quotidianità oscurerai l'essere umano autentico". Questa è la sottile sostanza che produce la funzione.

La sottile sostanza della vera mente è fondamentalmente immobile, calma e tranquilla, reale ed eterna. Quando la funzione sottile appare dalla vera sostanza, insieme con il flusso dei pensieri e sensazioni troverai la sua essenza. Perciò una poesia di un maestro afferma: "La mente opera per adattarsi a tutte le situazioni; il luogo del suo operare è del tutto recondito. Se, mentre vai insieme al flusso, sei in grado di riconoscere la natura essenziale, allora non vi è né gioia né dolore".

Così, tutte le attività, in tutti i tempi, sono manifestazioni della sottile funzione della vera mente. La gente ordinaria, illusa, semplicemente pensa di stare vestendosi quando veste, e pensa semplicemente di stare mangiando quando mangia; in tutte le sue faccende non fa che operare in conformità con le apparenze. Ecco perché "è nelle loro attività quotidiane senza che ne siano consapevoli; è davanti ai loro occhi senza che la conoscano".

Perciò, nei suoi insegnamenti, un maestro disse: "Nell'utero è chiamato spirito; nel mondo è chiamato una persona. Negli occhi essa vede, nelle orecchie sente, nel naso odora, nella bocca parla, nelle mani afferra, nei piedi cammina. Appare in ogni dove, include l'universo e nondimeno è concentrata in un singolo atomo". Coloro che la conoscono la chiamano natura-Buddha; coloro che non la conoscono la chiamano anima. Così un maestro lanciò un bastone di bambù, un altro tese un arco, un altro maneggiò un bastone biforcuto, un altro alzò un dito, un altro colpì il suolo; tutti loro non facevano che portare alla luce questa grande funzione. Se nel corso delle attività quotidiane non la confonderai, sarai naturalmente libero e senza ostacoli.

## Relazione tra sostanza e funzione

---

*Per motivi di opportunità sostanza e funzione della vera mente sono differenziate, e ciò al fine di evitare di confondere le sensazioni soggettive con la vera sostanza, e i pensieri condizionati con la vera funzione. In ogni caso, se sostanza e funzione dovessero restare separate, l'individuo sarebbe diviso tra quiete e attività, senza avere il modo di integrarle.*

*Ora, per stabilire un'unità fondata sull'esperienza senza per questo perdere l'utilità pragmatica della distinzione tra sostanza e funzione, Chinul dimostra come la sostanza e la funzione della vera mente possano essere viste sia come unite che come distinte, sia come distinte che come unite, e ciò evitando di causare confusioni sia di ordine logico che pratico.*

### **Unità e diversità di sostanza e funzione della vera mente**

Ci si può chiedere se la sostanza e la funzione della vera mente costituiscano un'unità oppure non siano distinte. Riguardo alle caratteristiche, esse non sono un'unità; riguardo all'essenza, esse non sono distinte. Conseguentemente, la sostanza e la funzione non sono un'unità e non sono distinte.



Come lo sappiamo? Proviamo a discuterne. La sostanza sottile è immutabile, al di là di tutte le opposizioni, lontana da tutte le apparenze; senza arrivare alla sua essenza e senza realmente sperimentarla, nessuno può penetrare il suo principio. La funzione sottile, a seconda delle condizioni, corrisponde a tutti gli schemi, crea apparenze illusorie, sembra avere forme. Secondo questa prospettiva, una ha forma e l'altra ne è priva; non sono quindi la stessa cosa.

E ancora, la funzione emerge dalla sostanza, la funzione non è divisa dalla sostanza. La sostanza è ciò che produce la funzione; così la sostanza non è distinta dalla funzione. Secondo questa prospettiva, in linea di principio, esse sono indivisibili, non sono quindi diverse.

È come l'acqua che contiene l'umidità come sua sostanza, perché la sostanza non ha movimento; le onde sono caratterizzate dal movimento, perché sono sollevate dal vento. L'umidità è la sostanza, le onde sono la funzione; quest'ultima è in movimento, l'altra è immobile: non sono quindi la stessa cosa. Ciononostante, non vi è acqua senza le onde, e non vi sono onde senz'acqua: la natura dell'umidità è una, non sono quindi differenti. L'unità e la differenza di sostanza e funzione possono essere riconosciute per analogia.

# Confusione

---

*Sebbene, in linea di principio, la vera mente sia universale, in pratica vi sono delle differenze nelle mentalità, e ciò a seconda dei condizionamenti. Confondere i pensieri temporanei con la natura della mente stessa è illusione; ciò impedisce all'individuo la realizzazione della vera mente così com'è. In ogni caso, ciò non significa che la vera mente non sia presente, altrimenti la stessa confusione non potrebbe allora esistere.*

## **La vera mente nella confusione**

Si può domandare: dato che sostanza e funzione della vera mente sono intrinseche ad ognuno, perché allora i saggi e gli uomini comuni non sono la stessa cosa? La risposta a questa domanda è che la vera mente è fondamentalmente la stessa nei saggi e negli uomini comuni, ma gli uomini comuni percepiscono le cose in modo arbitrario e soggettivo, perdendo di vista la pura essenza a loro inerente, per questo rimangono bloccati. Ecco perché la vera mente non può divenire manifesta, restando invece come l'ombra di un albero di notte, o come una primavera incipiente: è lì, presente, però, semplicemente, non è percepita.



Perciò una scrittura afferma: “Così come un gioiello chiaro riflette tutti i colori, e l’ignorante pensa che sia colorato, allo stesso modo la pura essenza della completa consapevolezza si manifesta nel corpo e nella mente secondo il tipo di individuo, e l’ignorante sostiene invece che la pura, completa consapevolezza realmente possiede quel tipo di identità fisica e mentale”.

Il *Discorso di Chao* afferma: “Nell’universo, all’interno del tempo e dello spazio, c’è un tesoro, nascosto nella montagna della forma”. Si riferisce alla vera mente che rimane celata. Tz’u-en afferma anche: “Il corpo della realtà è inerente, comune a tutti i Buddha; gli uomini comuni lo posseggono ma non lo realizzano perché nascosto dalle illusioni. Poiché le passioni lo celano, esso prende il nome di miniera della realizzazione della quiddità”.

Il maestro P’ei affermò: “Coloro che tutto il giorno sono completamente consapevoli, ma mai completamente consapevoli di esso, sono uomini comuni”.

Sappiamo quindi che la vera mente non è contaminata da problemi mondani, così come una bianca pietra di giada non cambierà colore se gettata nel fango.

## Porre fine all'illusione

---

*I testi Zen descrivono numerosi metodi per porre fine all'illusione e alla confusione e giungere così alla vera mente. Chinul, in conformità con le consuetudini Zen, chiama le basi di questi metodi "senza-mente", spiegando che questo non significa inconsapevolezza. Bisognerebbe anche spiegare che "senza-mente" non significa ignoranza o stupidità, come sembrerebbero suggerire alcuni moderni nei loro scritti e nei loro comportamenti; né tanto meno significa sconsideratezza e irrazionalità.*

*Chinul, traendoli dai tradizionali insegnamenti Zen, presenta dieci esercizi di base per la pratica detta "senza-mente". Ci sono anche centinaia di koan Zen che rappresentano questi dieci esercizi di base; di questi Chinul fornisce pochi esempi.*

*Secondo Chinul, non è necessario praticare tutti e dieci i metodi: ognuno di essi condurrà alla vera mente, sempre che sia adatto per l'individuo specifico. Chinul raccomanda di praticare qualunque di essi, purché vi sia affinità; ciò implica però la necessità di "saggiarli" tutti per conoscerli, e richiede l'abilità di distinguere l'affinità dall'attrazione.*

*Per esempio, una persona introversa potrebbe sentirsi attratta da un esercizio che comporti la "sparizione degli oggetti", ma l'affinità nel senso Zen è fondata sul bisogno e non sul desiderio. Usualmente l'oblio degli oggetti è probabilmente l'ultima cosa di cui necessita una persona eccessivamente introversa. Al contrario, una persona irriflessiva ed estroversa potrebbe essere*



*attratta solo dagli esercizi che comportano una comunione con il mondo nel senso più esteso del termine, laddove un simile approccio potrebbe appunto ingigantire tale particolare squilibrio individuale.*

*Pertanto, quando Chinul parla di affinità in accordo con le inclinazioni, ciò non significa indulgenza nei desideri soggettivi quanto, piuttosto, una comprensione oggettiva delle proprie inclinazioni per vedere qual è la necessità reale al fine di ottenere la condizione di "senza-mente" Zen, o la vera mente non soggettiva.*

*Chinul conclude questo saggio notando che questi esercizi non implicano uno sforzo deliberato; lo chiama "lavoro senza difficoltà". Un proverbio antico dice: "Se ti affretti non avrai successo". Il principio secondo il quale provare con troppa foga ritarda il progresso, è espresso chiaramente anche nel Taoismo. I culti Zen medioevali e delle epoche successive hanno troppo spesso ignorato questo principio in favore dell'ossessione e dell'eccesso.*

## **La vera mente pone fine all'illusione**

Ci si potrebbe chiedere: posto che siamo gente comune, finché la vera mente è illusa, come possiamo uscire dall'illusione e ottenere l'illuminazione? Per rispondere a questa domanda è meglio citare un antico detto: "Quando la mente illusa non è in alcun luogo, questa è l'illuminazione". Le scritture affermano: "Il corpo illusorio degli uomini perisce, così anche la mente illusoria perisce. Poiché perisce la mente illusoria, periscono anche gli oggetti illusori. Poiché periscono gli oggetti illusori, perisce l'illusorio perire. Poiché perisce l'illusorio perire, ciò che non è illusorio non perisce. È come pulire uno specchio; quando lo sporco è rimosso, appare la chiarezza". Yung-chia disse anche: "La mente è il senso, i fenomeni sono l'oggetto; entrambi sono paragonabili a delle imperfezioni in uno specchio. Quando le imperfezioni e le impurità sono rimosse, solo allora si manifesta la luce; quando sono dimenticati sia la mente che i fenomeni, la natura essen-

ziale si rivela". Ciò si riferisce alla fine dell'illusione e al raggiungimento della realtà.

Chuang-tzu affermò: "La mente scotta più del fuoco ed è più fredda del ghiaccio; è così veloce che copre ogni cosa al di là dei quattro mari nello spazio di tempo di un cenno. Quando riposa è profondamente calma, la sua azione prorompe dalla natura; tale è la mente umana". Questa è la prima spiegazione della intrattabilità della mente umana da parte del maestro Taoista Chuang-tzu; ci si può domandare: quali mezzi utilizza lo Zen per placare la mente errante?

La risposta a questa domanda è che per placare la mente errante utilizziamo i mezzi della "non-mente".

Si può allora dire: se gli uomini sono privi di mente, allora sono come le piante e gli alberi; dateci qualche conveniente metodo per applicare l'insegnamento del "senza-mente".

Riguardo a ciò si può rispondere dicendo che quando si parla di "senza-mente" non intendiamo questo termine come assenza della sostanza della mente; quando non ci sono cose nella mente, *ciò* è chiamato "senza-mente". È come per una giara vuota: essa è chiamata giara vuota perché non ha niente in essa, non perché la sostanza della giara stessa non sia presente. Un maestro disse: "Semplicemente non avere cose nella tua mente e mente nelle cose; sarai naturalmente vuoto e spirituale, sereno e sublime". Questa è l'essenza della mente; fondandosi su questo assunto, il significato pragmatico di "senza-mente" è che non c'è una mente illusa ed errante, e non che non c'è una sottile funzione della vera mente.

I maestri del passato hanno fornito vari e differenti modi per spiegare come eseguire degli esercizi di "senza-mente". Riassumiamo adesso, in dieci tipi di brevi spiegazioni, i principi più importanti.

1. *Vigile osservazione.* Nel corso del lavoro interiore interrompi i pensieri e previeni il loro sorgere. Nel momento in cui sorge un pensiero, lo penetri attraverso lo stato di risveglio. Quando i pensieri erranti sono penetrati dallo stato di risveglio, i successivi pensieri non sorgono; conseguentemente non hai più bisogno di questa conoscenza risvegliata. Quando confu-



sione e risveglio sono entrambi dimenticati, ciò è detto “senza-mente”. Perciò un maestro dava questo insegnamento: “Non temere il sorgere dei pensieri; semplicemente guardati dall’essere poco pronto nel divenire consapevole di essi”. C’è anche un verso che dice: “Non è necessario cercare la realtà, semplicemente non indugiare in punti di vista e opinioni”. Questo è il modo di lavorare alla fine dell’illusione attraverso l’osservazione vigile.

2. *Cessazione*. Quando lavori alla “non-mente”, non pensare al bene e al male. Quando la mente si ridesta, arrestala immediatamente; quando incontri oggetti, poni fine all’interessamento e desisti. Un antico affermò: “Sii come un pezzo di seta bianca; rimani calmo; sii come un incensiere in un tempio abbandonato”. Allora sarai libero dall’indeterminatezza e distaccato dalle false discriminazioni. Sii come un ignorante o un somaro, e allora otterrai una certa armonia. Questo è il lavoro per porre fine all’illusione mettendo a riposo la mente.

3. *La mente scompare mentre gli oggetti restano*. Quando lavori alla “non-mente” arresta tutti i pensieri casuali. Non prestando alcuna attenzione agli oggetti esterni, semplicemente arresta la tua mente. Una volta fermata la mente errante, quale può essere il disagio se vi sono oggetti? Questo è l’antico insegnamento di “togliere il soggetto ma non gli oggetti”. Perciò esiste un detto: “Ecco, qui c’è erba fragrante, ma non ci sono vecchi amici in città”. Il maestro laico P’ang disse: “Semplicemente non porre la mente su alcunché, che cosa importa allora se sei circondato da ogni cosa?” Questo significa lavorare a porre fine all’illusione attraverso la scomparsa della mente lasciando che gli oggetti restino.

4. *Gli oggetti scompaiono mentre la mente rimane*. Nel corso del lavoro interiore, guarda tutti gli oggetti, sia interni che esterni, come totalmente nulli e vuoti, semplicemente conservando la mente sola e indipendente. Perciò un antico diceva: “Non essere amico di una miriade di cose, non rapportarti ai dati dei sensi”. Se la mente si attacca agli oggetti, la mente è confusa; ora, se non ci sono oggetti, quale confusione può esserci? Allora la vera mente brilla da sola, non ostacolata dalla

Via. Questo è ciò che un antico maestro chiamava la rimozione degli oggetti ma non del soggetto. Perciò si dice: “Andando nel giardino trovi che i fiori sono già appassiti; ma i cavalli e i carri ancora occupano lo spazio”. Si dice anche: “Tremila guerrieri, dove sono adesso? Io ritengo solo Chuang-tzu capace di stabilire la grande pace”. Questo è il lavoro per fermare l’illusione lasciando che gli oggetti spariscano mentre la mente rimane.

5. *Mente e oggetti scompaiono entrambi.* Quando pratici, per prima cosa rendi gli oggetti esterni vuoti e silenziosi, poi estingui la tua mente interiore. Dato che la mente interiore e gli oggetti esterni sono entrambi silenziosi, da dove, in definitiva, può venire la confusione? Perciò un antico maestro disse: “Non ci sono mura nelle dieci direzioni, non vi sono cancelli nei quattro punti cardinali”. Sei pulito e nudo, puro e senza impedimenti. Questo è l’insegnamento dell’antico maestro sulla rimozione simultanea del soggetto e dell’oggetto. Al riguardo c’è un detto che suona così: “Le nuvole si sono disperse, l’acqua corre via; profondamente silenziose, il cielo e la terra sono vuote”. C’è anche un altro detto: “Quando il mandriano e il bue sono entrambi scomparsi, quello è il momento preciso in cui la luna è luminosa e chiara”. Questo è il lavoro per fermare l’illusione facendo scomparire sia la mente che gli oggetti.

6. *Lasciare che mente e oggetti rimangano.* Quando pratici, la mente dimora nel normale stato di mente, gli oggetti dimorano nel normale stato di oggetti. Ogni volta che la mente e gli oggetti si fronteggiano, la mente non afferra gli oggetti e gli oggetti non governano la mente; nessuno effettivamente raggiunge l’altro, così i pensieri confusi naturalmente non sorgono, e non ci sono ostacoli alla Via. Perciò la scrittura dice: “Questi fenomeni dimorano nel normale stato di fenomeni; le caratteristiche del mondo sono sempre presenti”. Questo è l’insegnamento consistente nel non rimuovere né il soggetto né l’oggetto, del quale si dice: “Quando l’unica luna sorge sull’oceano, quanta gente sale su a vederla!”. Si dice anche: “Tra la miriade di fiori di montagna, il viaggiatore non sa come



tornare indietro”. Questo è il lavoro per estinguere l’illusione lasciando che mente e oggetti rimangano.

7. *Sostanza totale, dentro e fuori.* Quando pratici, realizzi che tutte le cose – le montagne, i fiumi, la terra, il sole, la luna, le stelle e i pianeti, il corpo interiore e il mondo esterno – sono identiche alla sostanza della vera mente: profondamente calma, aperta e chiara; non c’è la minima differenza. L’intero universo diventa uno; dove trovi allora la mente confusa? Perciò il maestro di dharma Seng Chao disse: “Cielo, terra ed io stesso abbiamo la medesima radice; tutte le cose ed io stesso siamo l’identico corpo”. Questo è il lavoro per distruggere l’illusione attraverso la sostanza totale dell’interno e dell’esterno.

8. *Funzione totale, interna ed esterna.* Quando pratici, vedi tutte le cose, interne ed esterne – corpo, mente, e il mondo materiale, incluse tutte le azioni e le attività – come meravigliose funzioni della vera mente. Nell’istante in cui sorgono, tutti i pensieri nella mente sono manifestazioni della funzione miracolosa. Dato che tutto è funzione miracolosa, dove può essere la mente confusa? Perciò Yung-chia disse: “La vera natura dell’ignoranza è la natura-Buddha; il corpo vuoto e illusorio è il corpo della realtà”. Nei *Versi delle Dodici Ore* il Maestro Pao-chih ha scritto: “All’alba, una selvaggia potenzialità si nasconde entro il corpo del viandante; seduto, sdraiato, egli non sa che originariamente si tratta della Via. In tale fretta egli sente una pena amara”. Questo è il lavoro per fermare l’illusione attraverso la funzione totale interna ed esterna.

9. *Sostanza identica alla funzione.* Quando pratici, sebbene in modo sottile tu ti unisca alla realtà e vi sia un vuoto uniforme e silenzio, nondimeno vi è nascosta la luminosità vera; così la sostanza è identica alla funzione. All’interno della vera luminosità vi è nascosto il vuoto silenzio, così la funzione è identica alla sostanza. Perciò Yung-chia disse: “La tranquillità vigile è giusta, la tranquillità indifferente è sbagliata”. Ora, poiché l’indifferenza non è contemplata nella tranquillità, e i pensieri fortuiti non sono concepiti nello stato di vigilanza, come può manifestarsi la mente confusa? Questo è il lavoro

per distruggere l'illusione attraverso l'identità di sostanza e funzione.

10. *Passare attraverso e al di là della sostanza e della funzione.* Quando pratici, non dividi l'esterno dall'interno e non distingui l'est, l'ovest, il sud e il nord: prendi i quattro punti cardinali e le dieci direzioni e semplicemente fai di tutto una grande porta di liberazione. In questa perfetta circolarità, sostanza e funzione non sono divise. Non c'è la minima crepa, l'intero essere è uno. Dove può sorgere la confusione? Un antico disse: "Tutto l'essere è indiviso; sopra e sotto, tutto è una sfera". Questo è il lavoro per distruggere l'illusione passando attraverso e al di là della sostanza e della funzione.

Non è necessario utilizzare tutti i dieci metodi per svolgere il lavoro; semplicemente padroneggia un metodo, e quando il lavoro è compiuto l'illusione scomparirà spontaneamente e subito dopo emergerà la vera mente. Pratica un metodo qualsiasi con il quale hai affinità, secondo le tue facoltà e le inclinazioni esistenti.

Questo è un lavoro naturale, non uno sforzo deliberato. Riguardo a questi metodi per arrestare la falsa mente ho spiegato le parti più importanti, perché è questa la cosa più importante.



*Lunghe ore di disagio seduti a gambe incrociate: è questa una delle immagini popolari dello Zen promossa dai recenti impresari del culto. Da parte di alcuni predicatori, la pena di una posizione inconsueta è perfino spacciata in se stessa come un ingrediente dello Zen.*

*Ciò è senza dubbio conveniente per "insegnanti" che preferiscono tenere i loro "discepoli" in uno stato di inquietudine, ma non è questo l'insegnamento tradizionale, e Chinul ne dimostra chiaramente la sua fallacia.*

*Secondo le fonti tradizionali, il fatto di sedere per meditare è dovuto alla stabilità e facilità e non al disagio e alla pena. Traendole dalle fonti classiche, Chinul cita indicazioni per la pratica della meditazione, le quali non raccomandano autotorture. È degno di essere notato che tali indicazioni non invitano a sedute di gruppo, intese come sostituzione dell'autodisciplina, come così spesso è raccomandato dai cultori.*

*La connessione che il meditante deve mantenere non è con un gruppo limitato, autoselezionato ed esclusivo di devoti, quanto piuttosto con tutti gli uomini, con tutti gli esseri e con la Vita intesa nel senso più esteso del termine.*

## La vera mente e le quattro posture

Ci si può chiedere se la cessazione dell'illusione è realizzabile solo attraverso la pratica dello stare seduti, o non è realizzabile anche camminando, stando in piedi e così via. La risposta a questa domanda è che quand'anche le scritture e i trattati parlino prevalentemente di pratica seduta, ciò è dovuto alla facilità con la quale si svolge questa modalità; in ogni caso si parla anche di pratica che si può compiere camminando, stando in piedi e così via, affinché subentri un graduale sviluppo.

Il *Trattato sul risveglio della fede* dice: "Se ti appresti a praticare la cessazione mettiti in un posto tranquillo, siediti con la schiena eretta e diriggi la tua attenzione in modo che non si fermi sul respiro, o sul corpo, o sullo spazio, o sulla terra, acqua, fuoco, o aria, o su qualsiasi percezione o cognizione; liberandoti di tutte le immagini mentali appena giungono alla mente, metti da parte anche il pensiero di liberarsi di qualcosa. Poiché tutte le cose originariamente non hanno immagini mentali, in ogni istante di consapevolezza, esse sono non nate e non periture. In più, non si può, con piena presenza mentale, liberarsi della mente ogni qualvolta pensi agli oggetti fuori della mente; se la mente fugge via distraendosi, allora riconducila alla vera, piena presenza mentale.

Questa vera, piena presenza mentale, significa conoscere che c'è solo mente, che non vi sono oggetti esterni; una volta ritornati a questa mente, essa non ha forma di per sé. Momento per momento è inafferrabile.

Quando ti alzi dalla posizione seduta, nel tuo andare e venire e nelle varie attività, in ogni momento sii costantemente attento alla tecnica idonea, praticando l'osservazione in tutte le condizioni; dopo una lunga pratica del genere, essa diventerà priva di contrasti e pienamente matura e la mente acquisterà la stabilizzazione. Gradualmente, attraverso la stabilizzazione, diverrai potente ed acuto, capace di essere raccolto nella vera quiddità, in qualunque luogo. Soggiogando le affezioni psicologiche in profondità, la mente della fede cresce, sviluppandosi rapidamente senza regressioni. Semplicemente



liberati dal dubbio, dalla confusione, dalla scarsa fede, dalla calunnia, dai comportamenti cattivi, dalle cattive abitudini, dalla vanità e dalla pigrizia, altrimenti è impossibile ottenere successo". Fondandosi su questo passo, tutte e quattro le posture – seduto, in piedi, camminando e disteso – funzioneranno.

La *Scrittura della completa illuminazione* afferma: "Innanzitutto pratica la cessazione, così come ha insegnato il Buddha; rispettando i precetti per la sicurezza della comunità siediti tranquillo in una stanza quieta". Questa è la pratica di base. Yung-chia disse: "Praticando la meditazione, sia camminando che seduto, parlando o in silenzio, in attività o anche in quiete, il tuo essere è in pace".

A mo' di conclusione di questa discussione sul potere degli esercizi, se perfino sedendo non si riesce a fermare la mente, come è possibile che camminando, stando in piedi e così via si possa accedere alla Via? Se l'applicazione della tua pratica raggiunge la piena maturità, anche se migliaia di saggi dovessero avvicinarti non saresti sbigottito, e migliaia di mostri non ti indurrebbero a voltare la testa altrove; allora, come potresti non essere in grado di svolgere il lavoro mentre cammini, stai in piedi o siediti?

Supponi che qualcuno nutra rancore contro un altro e voglia vendicarsi. Qualunque cosa egli stia facendo, non riesce a dimenticare il suo odio implacabile. La stessa cosa vale per qualcuno che voglia fare l'amore con un'altra persona. Dato che le cose presenti nella coscienza ordinaria, come per esempio le emozioni, possono essere contenute nella mente cosciente, come si può dubitare che il lavoro sulla "non-mente" possa non essere costantemente presente in tutte e quattro le posture? La sola cosa da temere è il non credere e la mancanza di pratica; se pratici e credi, allora qualunque sia la tua postura non smarrirai la Via.

# Ubicazione

---

*Una volta introdotto il concetto di vera mente, si fa strada la tendenza a cercare la vera mente dal punto di vista concettuale. La vera mente è oscurata dalla ricerca immaginativa e in ogni caso, anche attraverso la comprensione razionale, la mente in fase di ricerca tende ad operare in termini ad essa familiari, attraverso concetti ai quali è stata abituata dalla coscienza temporale. Anche tentando di andare oltre questo limite, la coscienza condizionata proverà ad attribuire la vera mente ad una sfera ipotetica e separata; ciò è falsità e illusione. Chinul insiste sul fatto che la sostanza della vera mente si trova effettivamente in ogni dove, mentre la sua funzione diventa manifesta in maniera imprevedibile, secondo le circostanze. Lo scopo dell'enfasi è volto a fermare l'arbitrio presente nella mente in fase di ricerca.*

## **Dove è la vera mente**

Si potrebbe chiedere: se la vera mente appare quando la falsa mente è stata fermata, dove sono, in questo istante, la sostanza e la funzione della vera mente? La risposta è che la sottile sostanza della vera mente è ovunque. Come ha detto Yung-chia: "C'è una pace costante ovunque tu sia; se la cerchi, lo so, non puoi vederla". Una scrittura dice: "È vasta, immu-



tabile; non c'è origine o estinzione nella matrice della realizzazione della quiddità". Fa-yen affermò: "Ogni posto è la strada dell'illuminazione, ovunque è la foresta delle virtù". Qui è dove è la sostanza.

Per quanto riguarda la sottile funzione della vera mente, essa si manifesta con un'adattabilità dei sensi; è come una valle che rimanda l'eco di un richiamo. Fa-Teng disse: "Responso per sempre intatto, è chiaramente lì davanti ai tuoi occhi; di sera, un fiocco di nuvola sorge nella valle, una gru solitaria discende nel lontano cielo".

Ecco perché Yuan Hua-yen di Wei-fu disse: "Il Buddhismo è nelle attività quotidiane; è nel camminare, nello stare in piedi, nello stare seduti e nell'essere sdraiati; è nell'atto di mangiare e di bere, nel parlare e nella conversazione. Però, se ciò che fai eccita la tua mente e agita i tuoi pensieri, allora ciò non è giusto".

Sappiamo quindi che la sostanza è in ogni dove e ovunque può produrre la funzione. Si tratta semplicemente del fatto che la sottile funzione è indefinita perché indefinite sono la presenza o assenza delle condizioni causali; ciò non significa che non c'è la sottile funzione.

Se gli uomini che coltivano la mente vogliono entrare nell'oceano della spontaneità e attraversare lo scenario di tutte le nascite e morti, non si lascino confondere dalla ricerca del luogo dove sono la sostanza e la funzione.

# Sottrarsi alla morte

---

*I Buddhisti orientali utilizzano il termine samsara, in cinese tradotto come "nascita e morte", in differenti modi. Alcune volte con esso ci si riferisce alla vita mondana in generale, in particolare riguardo agli abituali modelli ripetitivi. In senso stretto, "nascita e morte" si riferisce al flusso costante e passeggero di pensieri che abitualmente occupano e interessano la nostra coscienza superficiale.*

## **La vera mente si sottrae alla morte**

Si può chiedere: sebbene si dica che coloro i quali vedono la natura essenziale sfuggano alla morte, nondimeno i maestri del passato – e tutti loro videro la natura essenziale – tutti nacquero e di fatto morirono; e anche coloro che oggi praticano la Via conoscono, ovviamente, la nascita e la morte; come si può dunque parlare di sfuggire alla nascita e alla morte?

La risposta a questa domanda è che nascita e morte sono fondamentalmente non esistenti: sono falsamente concepite come esistenti. Ciò è paragonabile ad un uomo dagli occhi malati che vede fiori nel cielo; se qualcuno libero da questa malattia dice che non vi sono fiori nel cielo, l'uomo che ne è affetto non vi crederà. Solo nel momento in cui la malattia è su-



perata, e solo allora i fiori spariranno da se stessi, egli crederà che i fiori non esistono.

Anche quando i fiori non sono scomparsi, lo stesso essi sono vuoto, poiché è l'infermo a interpretarli erroneamente come tali; di fatto essi non esistono. Ciò è paragonabile ad un uomo che percepisce erroneamente nascita e morte come esistenti, e a cui, da qualcuno libero da nascita e morte, viene detto che fondamentalmente non c'è nascita né morte. Se un giorno l'uomo sarà libero dall'illusione, nascita e morte scompariranno spontaneamente; solo allora egli realizzerà che nascita e morte sono fondamentalmente non esistenti. E perfino quando nascita e morte non sono scomparse, lo stesso non sono esistenti; esistono a causa di un'erronea interpretazione.

La scrittura afferma: "Le varie illusioni nelle quali, da tempo immemorabile, sono caduti gli uomini, sono paragonabili al modo in cui differiscono le quattro direzioni per qualcuno che si è smarrito. Essi intendono erroneamente gli elementi fisici come forme dei loro corpi, e assumono i riflessi degli oggetti dei sei sensi come forme delle loro proprie menti. Ciò è paragonabile agli uomini dagli occhi ammalati che vedono fiori nel cielo... Quando gli irreali fiori nel cielo scompaiono nello spazio, non si può dire che abbiano un luogo definito di scomparsa, in quanto non hanno un luogo di origine. Allo stesso modo, gli uomini percepiscono erroneamente nascita e morte laddove non vi è un'origine; ecco perché dicono che vi è un costante ritmo di nascita e morte".

Fondandoci su questo passaggio della scrittura, realizziamo che quando raggiungiamo l'illuminazione e il completo risveglio della vera mente, non c'è sostanzialmente né nascita né morte. Se conosci che non c'è nascita e morte, e nondimeno non puoi sfuggire alla nascita e alla morte, ciò avviene perché il tuo lavoro interiore è insufficiente. Per questo motivo negli insegnamenti si dice che una donna domandò a Manjushri: "Senza dubbio la vita è un fenomeno non nato; perché siamo trascinati via dalla nascita e dalla morte?". Manjushri disse: "A causa dell'insufficiente forza". La stessa domanda fu rivolta da qualcuno a Hsiu-shan; il maestro rispose: "I germogli

di bambù infine diventano bambù; possono però essere usati già adesso come materiale per intrecciare?”.

Così, conoscere che non c'è nascita e morte non è tanto buono quanto comprendere che non c'è nascita e morte. Comprendere che non c'è nascita e morte non è tanto buono come realizzare che non c'è nascita e morte. Realizzare che non c'è nascita e morte non è altrettanto buono quanto fare uso della libertà da nascita e morte.

Gli uomini oggi nemmeno sanno che non c'è nascita e morte, ancor meno comprendono che non c'è nascita né morte, né realizzano che non c'è nascita e morte e non fanno uso della libertà da nascita e morte. Così, se gli uomini che riconoscono la nascita e la morte non credono alla non esistenza di nascita e morte, non è tutto ciò comprensibile?



## Metodi diretti ed ausiliari

---

*Quando le scuole buddhiste cominciarono a specializzarsi in alcuni tipi di pratiche e di procedure, era costume classificare i metodi in principali e ausiliari. In termini generali, gli esercizi spirituali la cui enfasi maggiore concerne specialità particolari sono chiamati principali, mentre gli esercizi che sostengono il nucleo più importante sono chiamati ausiliari. Alcune volte tutti i metodi che si differenziano dalle specializzazioni sono intesi come pratiche ausiliarie.*

*Nel caso presente Chinul considera "il lavoro della non-mente" come il metodo principale o "diretto", mentre fare buone azioni è generalmente considerato ausiliario. Chinul paragona il lavoro della "non-mente" alla pulizia di uno specchio polveroso, mentre l'essere buono è paragonato all'agente utilizzato per realizzare l'operazione di pulizia.*

### **La vera mente, metodi diretti e ausiliari**

Ci si può domandare: se si pone fine all'illusione, come è stato già spiegato, appare la vera mente; ma mentre l'illusione persiste, fermiamo solo la mente errante e lavoriamo sull'assenza di mente, o vi sono altri metodi per placare l'illusione?

La risposta a questa domanda è che i metodi diretti e ausiliari non sono la stessa cosa. Usare la vera mente per porre fine all'illusione è considerato diretto, mentre praticare ogni sorta di cose buone è considerato ausiliario. È come pulire uno specchio impolverato: lo si può lucidare a mano, ma è necessario usare un lucidante affinché la brillantezza dello specchio possa apparire. La polvere sullo specchio rappresenta le affezioni psicologiche, il lavoro della mano rappresenta il lavoro dell'assenza mentale, il lucidante rappresenta le virtù, e la brillantezza dello specchio rappresenta la vera mente.

Il *Trattato sul risveglio della fede* dice: "Che genere di mentalità si sviluppa attraverso la perfezione della fede? È triplice. Per un verso è una mentalità retta, per la presenza di un'attenzione diretta alla realtà della pura quiddità. In secondo luogo, è una mentalità profonda, perché mette insieme tutti i buoni comportamenti. In terzo luogo, è una mentalità veramente compassionevole, che desidera liberare tutti gli esseri dalle sofferenze.

Domanda: È stato spiegato che l'universo delle realtà è una unità, e la sostanza della natura-Buddha non conosce dualità. Perché non tenere presente soltanto la vera quiddità? Perché cercare di praticare buone azioni?

Risposta: Un gioiello può essere essenzialmente puro, ma è contaminato dai minerali di deposito; se gli uomini pensano solamente all'essenza del gioiello e non lo lucidano metodicamente, il gioiello non sarà mai pulito. La realtà della vera quiddità è essenzialmente aperta e pura, ma è presente una contaminazione rappresentata dalle innumerevoli affezioni psicologiche. Perfino se gli uomini sono pienamente consapevoli della vera quiddità, essi non la realizzeranno mai in maniera pura a meno che non usino mezzi idonei a coltivarla. Siccome la contaminazione è infinita e si estende a tutte le cose, noi coltiviamo tutti i tipi di buone azioni come rimedi. Perché se gli uomini praticano tutti i tipi di buone azioni, essi si troveranno in armonia con la realtà della vera quiddità.

Fondato su questo trattamento del soggetto, fermare la mente illusa è un metodo diretto, coltivare buone qualità, au-



siliario. Se coltivi tutte le cose buone, se sei in sintonia con l'assenza di mente, allora non ti afferri alla causa e all'effetto. Se ti afferri alla causa e all'effetto, allora sarai preso nella trappola delle ricompense umane e celesti sperimentate dai comuni mortali; in questo caso è impossibile testimoniare la vera quiddità e non sfuggirai la nascita e la morte. Sintonizzarsi con l'assenza di mente, è questa la tecnica essenziale per testimoniare la vera quiddità, sottrarsi alla nascita e alla morte e, simultaneamente, ottenere un grande beneficio".

La *Scrittura sulla saggezza adamantina* afferma: "Quando degli esseri illuminati agiscono senza indugiare nelle apparenze, allora i benefici sono inconcepibili". Ora, noi vediamo persone mondane, che hanno studiato un po' di Zen, fare cieco affidamento sulla realtà naturale non appena apprendono che esiste un'intrinseca natura-Buddha, senza coltivare le virtù. Di fatto, non solo falliscono nel giungere alla vera mente, ma in più diventano pigri. E non riescono nemmeno ad evitare cattive maniere, ancor meno a sottrarsi alla nascita e alla morte. La loro prospettiva è completamente sbagliata.

*La chiarificazione della vera mente, descritta come “senza-mente”, non si riferisce ad uno stato di vacuità, indifferenza o un vuoto mentale inteso in senso letterale, e ciò anche se alcuni aspiranti praticanti possano dare un’impressione del genere a chi li osserva dall’esterno. La chiarificazione permette alle inerenti “virtù” o qualità e capacità della mente di esprimersi in modo completo e spontaneo. Questo bagaglio naturale è in contrasto con le “virtù” concettualmente presupposte e coltivate in maniera deliberata, le quali, al contrario, possono alimentare autostima e orgoglio.*

## **Virtù della vera mente**

Si può domandare: La virtù consistente nel coltivare la piena presenza mentale della causa è indubitabile; ma da dove viene la virtù consistente nel coltivare lo stato di “senza-mente?”. La risposta a questa domanda è la seguente: Coltivare la piena presenza mentale della causa si risolve in effetti artificiali, laddove coltivare lo stato di “senza-mente” della causa rivela le virtù della natura essenziale.

Queste virtù sono intrinseche, ma non sono manifeste perché sono oscurate dall’illusione. Ora, una volta rimossa l’illusione,



compaiono le virtù. Perciò Yung-chia disse: “Le Tre Incarnazioni e le Quattro Conoscenze sono complete nella sostanza; le otto liberazioni e i sei poteri sono impressioni della mente essenziale”. Ciò si riferisce alle virtù della natura essenziale inerente alla sostanza.

Un’antica poesia dice: “Se qualcuno siede tranquillamente per un istante, ciò è meglio che costruire santuari di gioielli. I santuari di gioielli infine si trasformeranno in polvere, mentre un momento di pura mente raggiunge il vero risveglio”. Sappiamo quindi che il conseguimento dello stato di “senza-mente” è migliore della piena presenza mentale.

Shui-liao si rivolse all’Antenato Ma domandandogli: “Qual è il preciso significato dell’arrivo dello Zen attuale?”. In risposta fu preso a calci dall’Antenato Ma, dopodiché fu improvvisamente illuminato. Alzandosi batté le mani e con una risata disse:

“Che bellezza! Che meraviglia! Centomila meditazioni ed infiniti principi sublimi sono compresi e penetrati in un baleno, proprio alla loro fonte, sulla punta di un singolo capello!”. Dopo di che salutò rispettosamente e andò via. Fondandoci su questo esempio possiamo dire che le qualità virtuose non vengono dall’esterno ma sono intrinsecamente presenti.

Il quarto patriarca Zen disse al maestro Zen Lazy Jung: “In definitiva, tutti gli infiniti aspetti dell’Insegnamento si riferiscono al cuore; le virtù infinite sono tutte nella fonte della mente. Tutti i tipi di disciplina, concentrazione e conoscenza, tutti i poteri spirituali e le miracolose proiezioni sono inerenti e non separate dalla tua mente”. Secondo le parole del patriarca, le virtù dello stato di “senza-mente” sono numerose; si tratta solo del fatto che coloro che sono devoti al merito formale non credono nel merito della assenza di mente.

## Verificare la vera mente

---

*Intravedere o percepire la chiarezza della vera mente può risvegliare l'individuo lasciandogli presagire le sue vaste potenzialità, ma a meno che la viva coscienza della vera mente non sia verificata e temprata nell'esperienza e nell'azione ben difficilmente essa può essere stabilizzata.*

*Molti uomini cercano di realizzare la stabilizzazione attraverso il ritiro nei conventi e limitando l'ambiente intorno a sé, ma i fatali inconvenienti di questo approccio sono testimoniati dalla storia. Secondo una famosa storia contenuta nel tipico insegnamento della tradizione orale Zen, il secondo patriarca dello Zen cinese, dopo la sua illuminazione, trascorse personalmente trent'anni come manovale, verificando e cercando di armonizzare la sua mente. Chinul, fondandosi su questa tradizione, fornisce alcune precise istruzioni sul modo di verificare internamente la mente nel corso del processo di stabilizzazione.*

### **Sul modo di verificare l'efficacia della vera mente**

Una domanda che ci si può porre è la seguente: “Quando la vera mente diventa manifesta, come facciamo a sapere che si tratta della vera mente che ha raggiunto la maturità ed è libera dagli impedimenti?”.



La risposta a questa domanda è la seguente: “Quando gli uomini che apprendono la Via hanno già sperimentato manifestazioni della vera mente ma l’energia delle vecchie abitudini è ancora presente, in questi casi – in circostanze familiari – la loro attenzione può assopirsi”.

Ciò è paragonabile all’azione di riunire un bue alla mandria: per quanto l’animale possa essere bene addestrato, fino al punto di seguire docilmente ogni strattone della corda, pure nessuno oserebbe abbandonare del tutto corda e frusta. Lo si può lasciare solamente quando il suo cuore è addomesticato e il suo passo è divenuto tranquillo, al punto che perfino conducendolo in un semenzaio si può essere certi che non danneggerà le piantine.

A questo stadio non sono più necessarie la corda e la frusta del mandriano: del tutto naturalmente non ci sarà distruzione del semenzaio.

In maniera simile, quando gli uomini che sono sulla Via hanno raggiunto la vera mente, essi, per un certo periodo, innanzitutto cercano di preservarla e nutrirla, giacché solo con una grande e potente funzione è possibile aiutare gli altri.

Quando verificate la vera mente, per prima cosa scegliete le cose che vi sono sempre piaciute e immaginate che siano lì davanti ai vostri occhi; se, come prima, provate avversione o attrazione, ciò significa che la mente illuminata è immatura. Se invece non generate alcuna avversione o attrazione, allora la mente illuminata è matura.

Tuttavia, benché possiate raggiungere una tale maturità, questo non è ancora il livello nel quale, del tutto naturalmente, non producite né avversione né attrazione. Mettete di nuovo alla prova la vostra mente quando vi imbattete in cose che non vi piacciono o che vi piacciono: se generate avversione o attrazione, ciò vi indurrà ad afferrare quegli oggetti ripulsivi o attraenti. Se la mente non è scossa, allora è senza impedimenti, paragonabile ad un bue bianco su di campo aperto senza che danneggi le pianticelle.

Nei tempi antichi c’erano uomini che sgridavano i Buddha e ingiuriavano i patriarchi, ma costoro si erano armonizzati con

le loro menti. Per quanto concerne gli uomini dei giorni nostri che vogliono immediatamente imitare, non appena cominciano a studiare lo Zen, coloro che sgridavano i Buddha e ingiuriavano i patriarchi, prima ancora di conoscere quanto è lungo il viaggio; costoro hanno troppa fretta!



*La più sottile barriera sulla strada del kensho, la fondamentale visione interiore Zen, l'ostacolo più difficile da superare, è la barriera della conoscenza. Il superamento di questa barriera richiede la capacità di distinguere praticamente la percezione diretta dalla descrizione concettuale. Quando il Buddismo parla della vera mente in termini di assenza di conoscenza, il significato originario di questo assunto è che la percezione diretta è veritiera, mentre non lo è l'elaborazione concettuale. Sfortunatamente, i seguaci dello Zen deteriorato, privi della visione interiore, confondono l'ignoranza e la cecità, e perfino la pura stupidità, con la "non conoscenza" della percezione diretta. Chinul dimostra come "conoscere" e "ignorare" non siano opposti nell'esperienza del risvegliato.*

## **La vera mente non ha conoscenza**

Si può domandare: "Quando la vera mente e la falsa mente si trovano di fronte agli oggetti, come si può distinguere il vero e il falso?". La risposta a questa domanda è che quando una mente falsa o illusa si imbatte negli oggetti, essa ha conoscenza e, sapendo di oggetti piacevoli o spiacevoli, genera avidità e odio. In contesti neutrali essa produce anche stu-

pidità. Ora, dato che nella sua relazione con gli oggetti produce avidità, odio e stupidità, questa è una prova sufficiente che si tratta di una mente falsa, una mente illusa.

Un patriarca Zen disse: "Il conflitto tra opposizione e accordo è la malattia della mente". Sappiamo così che ciò che si riferisce all'approvazione e alla disapprovazione è una falsa mente. Per quanto concerne la vera mente, essa conosce senza conoscenza; si differenzia dalle piante e dagli alberi in virtù della sua equanime e multiforme consapevolezza; si differenzia dalla mente illusa perché non fa sorgere avversione né attrazione. Così, nei confronti degli oggetti è aperta e chiara, non respinge né è attratta, poiché ciò che conosce senza conoscenza è la vera mente.

Nei *Discorsi di Chao* si legge: "La mente dei saggi è sottile e non ha forma, non può quindi essere considerata esistente, e tuttavia quando viene applicata lavora in maniera particolarmente dura: non può quindi essere considerata non esistente.

Poiché è non esistente, essa conosce e tuttavia non ha conoscenza; poiché è non esistente, non ha conoscenza e tuttavia conosce". Qui il non conoscere è identico al conoscere, non c'è quindi nulla di cui parlare inteso come qualcosa che differisce dalla mente dei saggi. La mente falsa e illusa, però, si attacca all'esistenza nel contesto dell'esistenza e si attacca alla non esistenza nel contesto della non esistenza, sempre involta nell'estremismo dualistico essa non conosce la Via di Mezzo. Yung-Chia disse: "Se respingi la falsa mente per afferrare la reale verità, la mente che afferra e respinge crea astute artificiosità. Lo studente privo di conoscenza che basa la sua pratica su questo criterio, ad un livello profondo, ha scambiato un ladro per un figlio".

Se si tratta della vera mente, essa non cadrà nella trappola dell'essere o non essere, benché essa possa dimorare nell'essere o nel non essere. Un patriarca Zen disse: "Non perseguire le condizioni di esistenza, ma non vivere nell'accettazione del vuoto; con uniforme equanimità esse scompaiono da sole". I *Discorsi di Chao* dice: "Pertanto i saggi non sono esistenti nell'essere e non sono non esistenti nel non essere. E tut-



tavia sebbene non si afferrino all'essere e al non essere, lo stesso non abbandonano l'essere e il non essere; possono così armonizzare le loro illuminazioni con il mondo, attraversando tutti i modi di vita, venendo in pace e andando serenamente, tranquilli e spontanei e tuttavia capaci di fare ogni cosa". Questo passo ci dice come i saggi si modifichino per aiutare gli altri, circolando attraverso tutti i sentieri della vita per incontrare e trasformare gli uomini. Sebbene vengano e vadano non sono segnati dall'andare e dal venire. Una mente illusa non è come questa, quindi una mente illusa non è identica alla vera mente.

La vera mente è anche la mente normale, laddove una mente falsa o delusa non è normale. Si può domandare cosa sia la mente normale. La risposta è che ognuno è in possesso di una illuminazione spirituale, profonda come lo spazio stesso, presente in ogni dove. In contrasto con i fenomeni mondani, in via provvisoria, è chiamata essenza noumenica; in contrasto con la falsa coscienza è opportunamente definita vera mente. Totalmente libera da concettualizzazioni arbitrarie, non è oscurata dal contatto con gli oggetti; senza un singolo pensiero di afferrare o respingere, include ogni cosa che incontra. Non muta insieme con la miriade di oggetti e se, insieme con il flusso, raggiunge il prodigio non smarrisce mai la profonda calma dell'immediato. "Se la cerchi, ovviamente non vedi". Questa è la vera mente.

Si può chiedere: che cos'è ciò che chiamiamo la mente anormale, la mente che non è normale? La risposta è che gli oggetti possono essere sacri e profani, contaminati e puri, impermanenti e permanenti, principi e fatti, originati e distrutti, in movimento e in stasi, che vanno e vengono, belli e brutti, buoni e cattivi, cause ed effetti. In definitiva, vi sono innumerevoli differenze; in questo momento ho citato solo dieci opposizioni, che io chiamo oggetti incostanti. Quando la mente sorge e scompare insieme con questi oggetti incostanti, la mente sugli oggetti incostanti è opposta alla normale, costante, vera mente; perciò è chiamata una mente anormale, falsa. La vera mente è intrinsecamente completa e non produce ogni sorta

di distinzioni nel perseguimento degli oggetti incostanti, perciò è chiamata la normale, vera mente.

Si può domandare: Se la vera mente è costante e non ha elementi incongrui, perché il Buddha parla di causa ed effetto, bene e male, conseguenze e ricompense? La risposta a questa domanda è che la mente illusa persegue ogni genere di oggetti, fallisce nel comprendere ogni tipo di situazioni producendo quindi ogni genere di stato mentale. Buddha spiegò tutti i tipi di legge di causalità per rimediare a tutti i tipi di mentalità illuse: era necessario per definire cause ed effetti. Nel caso della vera mente, essa non persegue oggetti di ogni sorta, non producendo quindi mentalità di ogni sorta. Poiché il Buddha non ha esposto tutti tipi di insegnamento per la vera mente, di quale causa o effetto si parla?

Si può domandare se la vera mente è normalmente non nata.

La risposta è che la vera mente agisce di volta in volta, ma ciò non significa un eccitamento nel perseguimento degli oggetti. Si tratta solamente del gioco della funzione sottile, non cieca rispetto alla causalità.



*A volte la libertà della vera mente è chiamata libertà nella vita e nella morte o indipendenza lungo la linea che separa la vita dalla morte. I precedenti saggi di Chinul riguardano la libertà nella vita, quest'ultimo la libertà nella morte. Questa è la libertà di passare senza traumi attraverso la disintegrazione personale, consumando nella morte coltivata in vita la suprema libertà.*

## **Dove va la vera mente**

Si può domandare: gli uomini che non hanno raggiunto la vera mente creano cause buone e cause cattive perché ignorano la vera mente: quando creano cause positive essi sono rigenerati in senso positivo e quando creano cause cattive si avviano verso cattivi esiti; in più, non ci sono dubbi sul principio che la vita è condizionata dalle azioni, sebbene per coloro che hanno raggiunto la vera mente e sono svuotati dalle sensazioni illusorie e realizzano la vera mente non vi siano cause buone e cattive; allora, a che cosa rimane attaccato lo spirito dopo la morte?

In risposta a questa domanda, all'ipotetico interlocutore suggerirei inoltre di pensare che è certo meglio avere un luogo in

cui lo spirito possa ritrovarsi che non averlo, e che non avere una dimora dopo la morte è paragonabile all'essere un vagabondo nella vita, o un fantasma solitario. Può sembrare così, ma se arrivate alla natura essenziale non lo è.

Tutti gli esseri viventi sviluppano modi di agire abitudinari influenzati da sensazioni soggettive e affetti fondati sull'ignoranza dell'essenza della consapevolezza. Questi modi di agire abitudinari sono le cause di specifici modelli di vita nei quali sono sperimentate le conseguenze del bene e del male.

Per esempio se la causa è l'azione divina, saranno ottenuti solo risultati divini: sono accessibili solo quegli stati dell'essere consonanti con le proprie azioni abituali. Così, uno stato dell'essere consonante, poiché è in armonia con i propri modelli abituali, è considerato piacevole, mentre gli stati inaccessibili sono considerati spiacevoli. In questo modo gli stati conformi ai modelli abituali sono considerati come la dimora propria, mentre gli altri stati sono considerati come la dimora appartenente ad altri. Si stabilisce così un falso senso di realtà e quindi false cause e infine falsi effetti. Siccome ci sono falsi effetti, vi è un ricorso ad essi; a causa di questo ricorso ad essi si stabilisce una distinzione dell'altro da sé. Causata da questa distinzione dell'altro da sé, c'è approvazione e disapprovazione.

Ora, quando raggiungete la vera mente, vi unite con l'essenza che non ha nascita né distruzione e attivate la funzione sottile che non ha nascita ed è indistruttibile. La sottile sostanza è veramente eterna, fondamentalmente senza origine né distruzione; la sottile funzione, che si adatta alle condizioni, sembra avere origine e scomparire, ma dato che la funzione deriva dalla sostanza, è essa stessa la sostanza e non può avere alcuna origine o distruzione. Quando gli adepti manifestano la vera sostanza, quale può essere l'importanza degli inizi e delle cessazioni? È come l'acqua: l'umidità è la sostanza, le onde sono la funzione. Non c'è origine e distruzione nella natura dell'umidità; come può, dunque, l'umidità delle onde originarsi o morire? Dato che non possono esserci onde considerate a parte



dalla natura dell'umidità, conseguentemente anche le onde sono non nate e non periture.

Perciò un antico disse: "L'intero mondo è i due occhi del praticante; l'intero mondo è un santuario". Ogni parte di esso è il posto nel quale coloro che si sono risvegliati al principio vivono da estranei le proprie vite. Una volta arrivati alla vera mente, gli stati confusi scompaiono immediatamente e le montagne, i fiumi e in realtà l'intera terra, tutto è la vera mente: non può esserci alcuna dimora fuori da questa vera mente.

Una volta che non ci sono cause determinanti illusioni, sia nell'ambito del desiderio che della forma, o dell'astrazione priva di forma, non vi saranno comportamenti illusori come risultato. Senza risultati causati dall'illusione, di quale dimora si può mai parlare? Non c'è l'altro né l'io, né oggetto né soggetto, com'è dunque possibile approvare o disapprovare? Allora l'intero universo è soltanto una vera mente, l'intero corpo è da essa animato, non c'è quindi alcuna dimora speciale.

Inoltre, nel processo della manifestazione più spicciola, si rinasce a volontà, senza impedimento. Da ciò la storia contenuta nella *Trasmissione della luce*, dove si narra del primo ministro En Ts'ao il quale chiese a Kuei-feng: "Che fine fanno gli uomini illuminati dopo la morte?" Kuei-feng rispose: "Tutti gli esseri sono in possesso dell'essenza della consapevolezza, dell'illuminazione spirituale, non diversa da quella dei Buddha. Se vi risvegliate a questa essenza, essa è identica al corpo della realtà: poiché non proviene da alcun luogo, come potrebbe finire da qualche parte? Quando l'illuminazione spirituale non è oscurata, essa è sempre chiaramente consapevole. Non viene da nessuna parte e non va in alcun luogo. Semplicemente, prendete la piena serenità – e non il corpo fisico – come il vostro essere; considerate l'illuminazione spirituale – e non i pensieri erranti – come la vostra mente. Se sorgono i pensieri erranti non seguiteli affatto; così alla fine della vostra vita le abitudini coatte non potranno vincolarvi: anche se c'è uno stato intermedio, potete andare liberamente dove volete, dimorando in reami umani o celestiali a vostro piacimento". Ecco dove va la vera mente esistente dopo la fine del corpo.

## *2. APPLICAZIONI*

---

*Hakuin, maestro Zen*



## Confusioni sottili

---

*Il maestro Zen Hakuin visse al tempo in cui la scienza occidentale e il razionalismo stavano infiltrandosi nel Giappone feudale. I lavori di Hakuin sul simbolismo denotano quanto poco, in quel tempo, fossero compresi i testi classici buddhisti; e ciò sia da parte degli stessi aderenti al Buddhismo che da parte degli studiosi laici che allora attaccavano il Buddhismo per l'irrazionalismo che essi immaginavano di scorgervi.*

*Nel suo saggio Nei fori dei filamenti del loto, Hakuin si occupa di una storia mitica tratta dalle scritture buddhiste, storia familiare ai Buddhisti Zen e proveniente dal classico Rinzai-roku, o Annali di Lin-chi, una raccolta di detti di uno dei grandi maestri cinesi del nono secolo. In questo classico dello Zen, la storia di un titano fuggitivo che, insieme alle sue ottantaquattromila schiere di soldati, si nasconde all'interno delle fibre di un loto, è utilizzata per illustrare il principio secondo il quale il possesso di poteri straordinari non coincide con l'illuminazione. Analizzando la storia più dettagliatamente, Hakuin si spinge più in profondità indagando il suo contenuto e struttura: la battaglia dei titani e degli dei è interpretata come il risorgere di una sporadica attività mentale dopo aver raggiunto la quiete interiore nel corso della meditazione. La vittoria degli dei rappresenta il superamento di questo disturbo. Il nascondersi dei titani nelle fibre sottili rappresenta il ritiro degli impulsi, na-*

*scosti in sensazioni di gioia per il successo ottenuto, in sottili flussi di coscienza.*

*Infine Hakuin elabora un metodo per "recidere" le "fibre" che nascondono le sottili confusioni del pensiero. Questo metodo utilizza un famoso koan Zen: "Ha un cane la natura di Buddha? No!". Hakuin dice: "Rosicchialo verticalmente e orizzontalmente" intendendo con ciò di portarlo alla mente per trascendere immediatamente il pensiero casuale, e portarlo alla mente per spazzar via il pensiero casuale nel corso delle attività quotidiane. "Verticalmente" si riferisce al relativo sussunto dall'assoluto, al di là del tempo; "orizzontalmente" si riferisce all'assoluto che si manifesta nel relativo attraverso il tempo.*

*Questo esercizio è un'elementare pratica Zen stabilita con lo scopo specifico di raggiungere il livello del kensho; non si tratta di una regola da osservare permanentemente. Più tardi, nel corso del suo lavoro di insegnante, lo stesso Hakuin finì per preferire l'utilizzo del koan "Qual è il suono di una mano che applaude?". Probabilmente Hakuin presagì l'aberrazione rappresentata da coloro i quali pretendono di aver ereditato il suo lignaggio perché hanno gente che ripete, in modo udibile o in silenzio, la sillaba priva di senso "Mu" per incantarsi, con il pretesto che ciò significherebbe lavorare sul koan Zen. No.*

## **Nei fori dei filamenti del loto**

Il maestro Zen Rinzai disse: "Quando il re dei titani, combattendo contro il re degli dei, perse la battaglia, guidò le sue ottantaquattromila schiere a nascondersi nei fori dei filamenti del loto. Impossibilitato ad attaccarli in quel rifugio, il re degli dei si ritirò".

Questa è la storia contenuta in una scrittura buddhista. Al riguardo ero solito chiedermi perché mai un titano dotato di tali miracolosi poteri, una volta sconfitto in battaglia, dovesse andare a cercare proprio un foro nei filamenti di loto per nascondersi, laddove avrebbe potuto agevolmente nascondersi in qualsiasi altro posto: nell'occhio di una falena, nella narice di una zanzara, all'interno di un atomo, sulla punta di un ago. Anche se tutte le ottantaquattromila schiere si fossero nascoste



all'interno di una particella subatomica, neanche in questo caso sarebbe apparso un nascondiglio così circoscritto; perché dunque scegliere proprio i fori dei filamenti di loto?

In più, per il re degli dei, una volta ottenuta la vittoria, e considerato il grande potere e la leggendaria rapidità degli dei, quanto tempo sarebbe mai stato necessario per trovare uno stagno di loti, rompere il gambo di un loto, estrarne i filamenti e nascondervisi dentro? E anche supponendo che i titani fossero riusciti a nascondersi, essendo la percezione degli dei capace di abbracciare l'intero universo allo stesso modo di un cristallo nel palmo di una mano, come poteva loro sfuggire qualcosa?

E inoltre, cosa sarebbe successo qualora la battaglia avesse avuto luogo agli inizi della primavera, prima che spuntino le foglie di loto: non ci sarebbe stato alcun posto dove nascondersi. I titani, senza l'ausilio della fortuna, non avrebbero forse capitolato, macchiando con il loro sangue le armi degli dei?

In effetti, per lungo tempo mi sono chiesto quale fosse il significato di questa storia, fino a che, recentemente, mentre meditavo, ho avuto un'inaspettata visione interiore sull'intera faccenda. Incapace di contenere la mia gioia, decisi di scrivere al riguardo con l'intento di trasmetterla ai miei allievi.

Riflettendoci bene, sembra che l'intera faccenda sia una sottile metafora contenuta nella scrittura, intesa ad apportare benefici effetti a coloro che sono impegnati lungo la Via. Proverò a spiegare quanto detto.

Supponete di stare praticando: mentre sedete tranquillamente con la schiena eretta, il vostro corpo e la vostra mente passano in uno stato di quiete, tutte le cose sono vuote e silenziose. Il vuoto profondo è come lo spazio infinito.

Improvvisamente, simili a nuvole e nebbia che coprono tutto il cielo e a gigantesche onde che inghiottono maestose montagne, confusamente cominciano a sorgere sensazioni e pensieri. Rimbombano le valli, rumoreggiano le montagne, una fragrante foschia sputa chicchi di grandine, in una nebbia tossica si intravedono lampeggiamenti e si odono tuoni.



È questo il tempo in cui il titano prevale nella battaglia, manifestando un corpo gigantesco e così enorme da fare apparire poco profondo l'oceano e stretto il cielo. Scuotendo la preziosa sala del trono, urla e piange con rabbia, afferrando il sole e la luna, frustrato si abbandona ad una furia cieca. Da ciò è scosso il fondamento dello spirito e il cuore va in pezzi.

A questo punto se improvvisamente vi svegliate e riportate la mente alla massima che stavate contemplando, o anche se vi volgete verso ciò che a voi è inerente, ciò è come versare un mestolo pieno di acqua fredda in una pentola di acqua bollente. L'oceano della natura essenziale diventa calmo; la fonte della mente diventa aperta e consapevole.

Questo è il tempo in cui il re degli dei prevale in battaglia. I quattro re guardiani prendono il posto a loro consueto; tutti gli dei gioiscono insieme. La rete del cosmo ha infinite dimensioni, ognuna delle quali riflette ogni altra cosa, con infiniti centri e periferie.

A questo punto non c'è traccia degli ottantaquattromila combattenti che compongono le truppe dei demoni; non possono essere trovati né sopra né sotto, né in giro; nemmeno dai poteri psichici. Adesso saltate dalla gioia pensando che tutto sia sistemato. Ciò che non realizzate è che i demoni sono andati in quei sottili pensieri di gioia e lì, del tutto incolumi, si nascondono.

Che cosa sono questi pensieri sottili? Sono sottili flussi di coscienza, un pensare confuso, tanto difficili da eliminare quanto lo è il nascondersi nelle fibre del loto. Una volta nascosti nei sottili filamenti del loto del pensare confuso, si comprende come gli dei, incapaci di attaccare, si ritirassero.

Nei tempi antichi Gyozan chiese a Isan: "Per quanto tempo non hai avuto sottili flussi di coscienza?". Isan rispose: "Sette anni". Questa storia si riferisce al modo di liberarsi completamente delle fibre di loto.

Come si può fare ciò? I maestri che hanno insegnato dispongono di una intelligente tecnica che recide le sottili radici di nascita e morte allo stesso modo di un'enorme spada che raggiunge il cielo, frantumando, come se si trattasse di un mar-

tello di dieci tonnellate, il vostro vecchio nido di sensazioni illusorie. Un ricercatore chiese a Joshu: “Ha un cane la natura di Buddha?”. Il maestro rispose: “No”. Questa storia ha effetti miracolosi: gli studenti che vogliono raggiungere la condizione di vera pace e felicità dovrebbero essere sicuri di rosicchiare questa storia: rosicchiarla verticalmente, rosicchiarla orizzontalmente, e un giorno rosicchieranno la radice della vita, moriranno e ritorneranno in vita.

Tutto questo parlare è un impedimento. Vi esorto a non aspettare fin quando sarete divenuti vecchi e le lacrime scorreranno lungo le vostre guance.



## La nobile illuminazione

---

*In un saggio dal titolo Il Buddha Lampada Magnificamente Alta Hakuin riprende immagini dall'amato Vimalakirti-Nirdesa Sutra o Scrittura del puro nome una delle scritture classiche più spesso citata nella letteratura Zen, particolarmente stimata dai Buddhisti laici. Queste immagini sono imperniate sul simbolismo numerico, i cui pregi non sono comunemente resi espliciti, né nelle stesse scritture buddhiste, né nella tradizione orale Zen.*

*In questo saggio, il primo simbolo numerico ripreso da Hakuin riguarda la inconcepibile quantità cui si riferisce l'espressione "tanti granelli di sabbia quanti ve ne sono in trentasei fiumi Gange". Hakuin interpreta il tre e il sei come indicanti quelle che nella psicologia buddhista sono conosciute come le tre manifestazioni sottili e le sei manifestazioni grossolane della coscienza. Le tre manifestazioni sottili cominciano con la forza dell'abitudine (storica, culturale e personale) che attiva una particolare mentalità soggettiva, che si risolve in una percezione del mondo conforme alla mentalità soggettiva. Queste tre manifestazioni – abitudine, attivazione soggettiva, percezione oggettivata – successivamente diventano la sostanza psicologica delle sei manifestazioni grossolane.*

*Operando insieme alle tre manifestazioni sottili, le sei manifestazioni grossolane della coscienza cominciano con la cognizione soggettiva, che è fondata sulla terza manifestazione sottile, la percezione soggettiva dell'ambiente. La cognizione è tale da*

*apparire coerente, per continuità e ripetizione; questa è la seconda manifestazione grossolana. Questa continuità è costituita da un'area di attaccamenti concettuali ed emozionali, la terza manifestazione grossolana, che è stabilizzata e confermata dall'assegnare etichette, la quarta manifestazione grossolana. Concetti arbitrari ed etichette determinano l'azione confusa, la quinta manifestazione grossolana, la quale conseguentemente sfocia nella frustrazione, la sesta manifestazione grossolana.*

*Hakuin interpreta ora l'espressione, contenuta nella scrittura, di andare al di là di tanti mondi quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange, intendendo con ciò andare oltre le tre manifestazioni sottili e le sei manifestazioni grossolane per giungere alla vera fonte della mente.*

*Hakuin prosegue sostenendo che questa non è la realizzazione finale dello Zen. Per puntualizzare il suo discorso Hakuin cita, traendolo dalla scrittura, un gruppo di immagini che utilizzano il numero ottantaquattromila, tradizionalmente ritenuto sia il numero delle afflizioni cui possono essere soggetti gli esseri umani, sia il numero delle dottrine e delle pratiche in virtù delle quali il Buddismo pone ad esse rimedio. Qui l'intento dell'allusione simbolica di Hakuin è quello di equiparare le cose del mondo con le manifestazioni del risveglio di base.*

*L'immagine, tratta dalla scrittura, del Buddha alto ottantaquattromila leghe è successivamente trasformata in quarantaduemila leghe, manifestamente ridotta della metà. Ciò è interpretato da Hakuin sulla base del quattro e del due, che per lui stanno a simboleggiare i classici principi dei quattro tipi di pratica in cui impegnarsi e i due tipi di azioni. I quattro impegni sono: impegnarsi a liberare tutti gli esseri, porre fine a tutte le sofferenze, apprendere tutte le verità e il compimento della completa illuminazione. I due tipi di azione sono: azioni fatte per se stessi e azioni fatte per gli altri.*

*Infine Hakuin sintetizza il messaggio globale di questo saggio indivisibile in una citazione tratta da un famoso studioso buddhista Tendai dei tempi antichi, la quale spiega che "uguaglianza senza distinzione è falsa uguaglianza e distinzione senza uguaglianza è falsa distinzione".*



## Il Buddha Lampada Magnificamente Alta

Nel sesto libro della *Scrittura del puro nome*, è detto sull'inconcepibile: "Vimalakirti chiese a Manjushri: 'Hai viaggiato per innumerevoli terre; quale terra di Buddha ha il trono del leone fatto delle qualità più fini?'".

Manjushri rispose: 'Ad est, al di là di terre tanto numerose quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange vi è un mondo chiamato Magnificamente Alto. Ivi il Buddha è chiamato Lampada Magnificamente Alta. Egli è attualmente esistente. Quel corpo di Buddha è alto ottantaquattromila leghe' ". E così via.

Questa è la metafora più sottile contenuta nella scrittura; il suo significato recondito è molto profondo. Non desta meraviglia che perfino agli antichi, a volte, sfuggisse il significato. È l'occhio degli insegnamenti e l'essenza di questa scrittura. Centrata sul mettere in evidenza il profondo principio della non-dualità trascende l'ambito di ciò che è concepibile. Se gli studenti la leggeranno attentamente e in modo esauriente, studiando a fondo nella realtà, essa può dischiudere alla serenità il vero occhio della visione interiore universale.

Avendo letto per la prima volta questa scrittura in gioventù, mi sono realmente interrogato al riguardo. La scrittura dice che, al di là di terre tanto numerose quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange, vi è un mondo chiamato Meravigliosamente Alto. Tra me pensavo: "Di quanti trilioni di terre si deve trattare?". Avevo sentito dire che il fiume Gange è enorme: chi mai può conoscere l'incommensurabile quantità di sabbia contenuta nel suo letto, specialmente pensando alla sua sabbia fine come la farina! Sarebbe davvero difficile contare tutti i granelli perfino in un secchio di sabbia, per non dire dei granelli di sabbia in un letto di un fiume così enorme come il Gange! Perfino fantasmi e spiriti non potrebbero contare la sabbia di un solo Gange, tanto meno di due, o di tanti quanti sono trentasei fiumi Gange!

Naturalmente si tratta di un ammontare incommensurabile, di un numero incalcolabile; però, se è incommensurabile e

incalcolabile, perché allora specificare il numero trentasei? Non si tratta forse di un'inutile immagine che confonde i praticanti? Manjushri fu il maestro di sette Buddha: avrebbe quindi pronunciato parole inutili per raggirarci? Potrebbe aver veramente inventato supernumeri fantastici, o è presente uno speciale, profondo principio? Se effettivamente c'è un profondo principio, perché nessuno lo ha mai portato alla luce?

Sin dal tempo in cui è entrata in Cina, questa scrittura è passata per le mani di numerosi uomini molto intelligenti. Anche i traduttori erano straordinari: c'era Yen Fo-t'iao dell'ultima dinastia Han, Chih-ch'ien della dinastia Wu, Dharmapala e Chu Shu-lan della Cina Occidentale e Hsuan-tsang della dinastia T'ang. Il grande maestro Chih-che della dinastia Sui ogni estate era solito tenere lezioni su questa scrittura, destando una tale impressione che venivano ad ascoltarlo perfino monaci indiani. Nella dinastia della Cina Orientale c'era Gitamitra; nella dinastia Yao Ch'in, ottocento insigni studiosi si radunavano nel Giardino della Libertà. Per quanto riguarda Kumarajiva, la sua erudizione includeva l'intero canone, e la sua percezione coglieva ogni cosa dell'India. Tra i suoi discepoli, Tao-sheng e Seng-chao erano sommamente illuminati, mentre Seng-jui e Seng-jung erano estremamente esperti. Quando si trattava dei principi della scrittura, nulla poteva loro sfuggire; e tuttavia non decifrarono questo messaggio nascosto. Perché?

Perfino il grande maestro Chang-shui della dinastia Sung fece solo un breve commento scrivendo: "L'altezza di ottantaquattromila leghe del corpo del Buddha rappresenta il corpo completo della ricompensa costituito di ottantaquattromila perfezioni. L'altezza del suo trono, di ottantaquattromila leghe, rappresenta gli ottantaquattromila aspetti dell'assenza di paura realizzata attraverso il vuoto". Secondo me questa spiegazione non è del tutto adeguata.

Il libro sull'inconcepibile è la chiave della scrittura, e il discorso sui granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange è il filo conduttore della scrittura. Ponendomi per lungo tempo domande riguardo a questa scrittura, sentivo come se avessi sempre qualcosa tra i denti. In ogni caso, recente-



mente, mentre ero in meditazione, di colpo ho scoperto il sottile mistero della scrittura, che ora, con mia incomparabile gioia, mi appariva del tutto chiaro. Al mattino, chiamai i miei studenti e dissi loro della mia scoperta; c'erano però ancora di quelli che, come se fossero sordi e muti, non la recepivano; ho così deciso di scrivere al riguardo e passarlo a voi, con la sola speranza che possiate raggiungere la stessa gioia che io ho provato.

Coloro che porranno particolare attenzione nel leggere questa modesta analisi nella sua interezza, sicuramente proveranno una grande gioia. Una volta sperimentata questa gioia, allora molte delle inafferrabilità nascoste nella *Scrittura del puro nome* diverranno ovvie. Non ostinatevi quindi a sfrondare la mia povera analisi: proverò a spiegarla anche se altri diranno che il vecchio Hakuin sta masticando cibo per bambini.

Se volete comprenderne il significato, dovete per prima cosa ripulire a fondo il campo rappresentato dalla coscienza-deposito. Una volta ripulito a fondo vedrete il Re Buddha, Lampada Magnificamente Alta; altrimenti per l'intero arco della vostra vita non riuscirete mai a raggiungere una soluzione.

Nell'espressione "al di là di tante terre quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange", *al di là* ha lo stesso significato della parola "superare" utilizzata per definire le sei vie di trascendenza, o sei perfezioni; *superare* significa "divenire liberi" e ha il significato di trascendere, di andare al di là. Il numero trentasei si riferisce alle tre manifestazioni sottili e alle sei manifestazioni grossolane nel campo della coscienza-deposito.

Che cosa sono le tre manifestazioni sottili? La manifestazione delle influenze storiche, la manifestazione dell'eccitamento attivo, e la manifestazione delle apparenze. Questi sono i fenomeni presentati dalla coscienza-deposito; quando li comprendete, essi sono come fiori nel cielo.

E per quanto riguarda le sei manifestazioni grossolane? Esse sono le manifestazioni della cognizione, della continuità, dell'attaccamento, dell'assegnare etichette, dell'agire coatto, e delle sofferenze causate dalla schiavitù all'azione coatta. Questi

sono fenomeni della coscienza intellettuale e quando li comprendete essi sono come fiori nel cielo.

Se il praticante cerca con mente indivisa e in concentrazione, allora i pensieri emozionali gradualmente si spengono, e gradualmente si tornerà alla fonte della propria mente. Ciò è espresso con "a est". La direzione orientale è associata al tuono e al legno e alla stagione della primavera. È la direzione associata con l'inizio delle cose ed è perciò chiamata la radice di tutte le cose.

Il significato della coscienza cognitiva e intellettuale raccolta nel fondo della coscienza-deposito di base è chiaro.

Una volta che la coscienza cognitiva guarda indietro nella sostanza intrinseca della stessa coscienza-deposito, immediatamente andate al di là dei limiti delle tre manifestazioni sottili e delle sei manifestazioni grossolane. La concettualizzazione si arresta, spariscono i pensieri emozionali e c'è totale tranquillità, senza traccia di agitazione. Ciò significa tornare indietro alla fonte della mente, profondamente silenziosa, l'immobile, calma matrice della realizzazione della quiddità. Questo è il significato dell'enunciazione contenuta nella scrittura e che dice: "Al di là di tanti mondi quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange vi è un mondo chiamato Magnificamente Alto".

A ciò si riferiscono, spesso erroneamente, gli uomini di ogni dove considerandola come la casa del sé, l'intrinseca, perfetta mente-Buddha. Quel che essi non realizzano è che si tratta di ciò che Ch'ang-sha chiamava il più evidente segno della routine circolare che va avanti dall'inizio del tempo; è il "buco nero" temuto da Rinzai. I veri praticanti della Via non considerano il suo raggiungimento come il raggiungimento dell'illuminazione; non lo considerano sufficiente. Se procedono decisamente avanti senza ritirarsi, prima che sia trascorso molto tempo si risveglierà una certa potenzialità.

Ciò è chiamato il tempo in cui nel campo della coscienza-deposito viene fatta una pulizia di fondo. Chi avrebbe mai previsto che adesso la coscienza-deposito si trasforma in cognizione universale rispecchiante; la coscienza intellettuale di-



venta cognizione dell'uguaglianza; la coscienza cognitiva diventa cognizione osservante, mentre gli occhi e gli altri sensi di base della coscienza diventano la cognizione per svolgere compiti? Allora per la prima volta crederete che i tre corpi e le quattro cognizioni dei Buddha sono perfette all'interno del vostro essere. Come potrebbero paragonarsi a ciò i frutti delle virtù sociali o gli stati estatici?

A questo punto, le erbe, gli alberi e la terra, gli esseri animati e inanimati, i paradisi e gli inferni, i reami dei Buddha e i clan dei demoni sono tutti una sola luce spirituale nella cognizione universale rispecchiante. Se non si tratta del Re Buddha Lampada Magnificamente Alta, che cos'è?

Quando risplende la luce della Lampada Re Buddha, le ottantaquattromila sofferenze delle azioni appassionate sono esse stesse simbolo di buon auspicio e ornamenti della Lampada Re Buddha. Ora anche il trono prezioso è alto ottantaquattromila leghe; anche il mondo misura ottantaquattromila leghe, anche il capello bianco tra gli occhi del Buddha misura ottantaquattromila leghe e il cumulo delle offerte è anch'esso alto ottantaquattromila leghe.

Domanda: Posso accettare che nella cognizione universale rispecchiante passioni e illuminazione, puri reami e terre contaminate, siano una singola incarnazione di Buddha; ma perché mai considerare proprio le ottantaquattromila passioni come l'incarnazione del Buddha?

Risposta: L'incarnazione del Buddha è molto bella, mentre le passioni sono molto brutte. Il punto principale di questa scrittura è il principio della non-dualità che rivela l'intuizione dell'uguaglianza. Ed è per questo che sono utilizzate le misere e ordinarie passioni per indicare la più sublime incarnazione del Buddha. La scrittura dice: "Shariputra disse a Vimalakirti: 'Questo seggio è così alto e ampio che non riesco ad arrivarci' ". Questo avviene perché i Due Veicoli della liberazione individuale svuotano totalmente le passioni, e dopo di ciò vogliono vedere l'incarnazione del Buddha. Come avrebbero potuto immaginare che le stesse ottantaquattromila

passioni sono la purpurea, dorata incarnazione del Buddha, la massa di decorazioni e il prezioso trono di tutti i Buddha?

Questo non può essere compreso da coloro che hanno una potenzialità inferiore; era quindi del tutto appropriato che il discepolo Shariputra non potesse raggiungere il seggio. Vimalakirti disse: "Ehi, Shariputra, porta rispetto al Re Buddha Lampada Magnificamente Alta e allora potrai ottenere un seggio!".

E la scrittura non dice forse che questo Buddha esiste attualmente? In questo momento dov'è la Lampada Re Buddha? Non commettere l'errore di fissare lo sguardo lontano, verso Est, oltre tante terre quanti sono i granelli di sabbia contenuti in trentasei fiumi Gange! Il Buddha non è forse il viandante indipendente, intrinsecamente completo in ognuno, e che in questo momento sta ascoltando l'insegnamento? Proprio questo intendeva Manjushri quando diceva che Buddha è ora esistente. Una volta realizzato ciò, è possibile che un singolo atomo manifesti innumerevoli troni, ed è possibile che innumerevoli troni siano contenuti in un singolo atomo. Che voi crediate o meno dipende solo dal grado di forza del vostro convincimento e dal grado di profondità della vostra percezione; se è tenue, è così tenue che il vostro spirito è desolato e la vostra anima annientata; se è vicino, è così vicino che entrambi, soggetto e oggetto, scompaiono.

Il *Loto della verità* dice: "Tutti i Buddha prendono il vuoto di ogni cosa come il loro seggio". Il *Trattato sulla saggezza* dice: "Ovunque sieda un Buddha, su di una sedia o a terra, è sempre chiamato un trono di leone, come un leone cammina solo tra gli esseri a quattro zampe, dominando tutto senza paura". Il *Libro sulle terre del Buddha* dice: "Le terre del Buddha sono come lo spazio". Ciò è la stessa cosa del seggio del vuoto universale; come potrebbe essere simile ad un comune pezzo di mobilia, modellato e intagliato come un oggetto di valore?

La scrittura dice: "L'essere illuminato trasformò il suo corpo elevandolo all'altezza di quarantaduemila leghe e sedette sul trono del leone". Un commentario sintetico dice: "In un primo



momento fu spiegato che il Buddha è ottantaquattromila leghe alto; ora, l'essere illuminato nello stato di causa che differisce l'effetto, è alto solo la metà". Anche questo è imperfetto. Le ottantaquattromila passioni di tutti gli esseri viventi sono immediatamente il corpo di realtà dei Buddha. Perfino gli esseri illuminati, una volta compreso ciò, confidano sui quattro tipi di pratica in cui sono impegnati, e incarnano due tipi di azioni, per se stessi e per gli altri; sembra essere questa la ragione per cui si parla di "quarantaduemila".

La limitata interpretazione che io ho qui fatto non è inverosimile. Nei tempi antichi il grande Maestro di Sokei interpretò le "cento e otto terre" che ci separano dalla Pura Terra Occidentale come significanti i dieci mali e le otto perversioni. Rinzai interpretò "sedere per dieci eoni sul posto dell'illuminazione" come rappresentante le dieci vie trascendentali. Un altro antico di valore interpretò "trasportare olio per venticinque miglia" come riferentesi all'esistenza nei venticinque stati mondani dell'essere. Non sto imitando i saggi, sto solo emendando commentari sintetici e testi incompleti.

Ci si può chiedere se io in questo modo intenda dire che dovremmo totalmente ignorare i fenomeni e attenerci ai noumeni. La risposta è no. Non esistono noumeni al di fuori dei fenomeni. Dovreste saperlo. Il Cardinale del Tempio di Eshin disse: "L'uguaglianza senza distinzione non è in accordo con il Buddhismo, perché è un'uguaglianza sbagliata. La distinzione senza uguaglianza non è in accordo con il Buddhismo, perché è una distinzione sbagliata". Perché è così? "Di ciò posso solo godere in me stesso, non posso donarlo a voi".

## I veicoli inferiori

---

*Hakuin, nel suo saggio Le sabbie dei quarantadue fiumi Gange, fornisce un'altra interpretazione simbolica del numero quarantadue. Dato che questa analisi non è la stessa di quella precedente, qui Hakuin spiega anche come la sua lettura differisca in accordo con il contesto.*

*In questo caso, Hakuin interpreta il numero quarantadue come significante le quattro verità e le dodici condizioni, ossia i punti basilari dell'insegnamento buddhista, le strutture elementari delle pratiche buddhiste.*

*Le quattro verità sono: l'esistenza della sofferenza, la causa della sofferenza, la cessazione della sofferenza, e il modo di porre fine alla sofferenza. Le dodici condizioni sono le seguenti: l'ignoranza condiziona l'azione; l'azione condiziona la coscienza; la coscienza condiziona il nome e la forma; nome e forma condizionano i dati dei sensi; i dati dei sensi condizionano il contatto; il contatto condiziona la sensazione; la sensazione condiziona la brama, la brama condiziona l'attaccamento; l'attaccamento condiziona il divenire; il divenire condiziona la nascita; la nascita condiziona la vecchiaia e la morte.*

*I seguaci dei cosiddetti Due Veicoli dell'Hinayana o Veicolo Inferiore del Buddhismo, che aspirano all'illuminazione individuale, focalizzano la loro attenzione su questi fenomeni e si sforzano di trascenderli attraverso la visione interiore. Il loro scopo è il Nirvana, la perfetta pace interiore.*



## Le sabbie dei quarantadue fiumi Gange

Nella *Scrittura del puro nome*, il Libro sul Buddha chiamato Massa di Fragranza dice: “Allo zenit, oltre tante terre di Buddha quanti sono i granelli di sabbia contenuti in quarantadue fiumi Gange, c’è una terra chiamata Molte Fragranze”. Generalmente, quando le scritture parlano di granelli di sabbia nel fiume Gange, o in due fiumi Gange, o in tre fiumi Gange, fino a giungere a trentasei fiumi Gange, quarantadue fiumi Gange e così via, si riferiscono a numeri impensabili, a calcoli inconcepibili, ma la definizione di numeri come trentasei o quarantadue ha usualmente una base simbolica.

Nel corso delle mie lezioni, una volta arrivato a questo punto, volevo trovare delle prove, e così esaminavo alcuni commentari: quando consideravo la faccenda dei granelli di sabbia in quarantadue fiumi Gange trovavo che alcuni commentari non ne trattavano affatto, mentre altri erano dubbiosi e incerti.

Poi qualcuno pubblicò degli appunti sostenendo che di fatto esisteva una spiegazione scritta dallo stesso Grande Maestro Yomei (Yung-ming). La nota diceva: “La venticinquesima pergamena degli *Annali della fonte dello specchio* dice: ‘Dire che la Massa di Fragranza è distante da qui tanti mondi quanti sono i granelli di sabbia contenuti in quarantadue fiumi Gange significa sperimentare gli insegnamenti e i metodi dei quarantadue stadi della mente’”. Ora, lo specchio della saggezza del Grande Maestro Yomei era sublime e puro e la misura della sua conoscenza immensamente vasta, perfino al di là della capacità – per quelli come noi – di concepirlo; eppure rimaneva qualche dubbio.

Avevo sentito dire che la Terra della Dimora Comune è abitata sia da gente ordinaria che da santi, la Terra dell’Opportunità con Residuo è abitata da quelli dei Due Veicoli, la Terra delle Schiere della Pura Ricompensa è abitata dagli esseri illuminati, e la Terra della Eterna Luce Silenziosa è abitata solo dai Buddha. Sperimentare i quarantadue stadi, come diceva la nota, si riferisce ai quarantadue stadi come sono defi-

niti nella *Scrittura dell'ornamento floreale*, attraverso i quali sono realizzati i quarantadue gradi della Via di Mezzo. Non è questo il raggiungimento della completa Buddhità, la Terra dell'Eterna Luce Silenziosa abitata solo dai Buddha? E tuttavia nella scrittura è detto: "A quel tempo, il Buddha si era appena seduto a pranzo con gli esseri illuminati. C'erano semidei, tutti chiamati Schiera di Fragranza". È chiaro: questa non è la Terra dell'Eterna Luce Silenziosa abitata solo dai Buddha!

In sintesi, questa scrittura critica il pregiudizio e la limitatezza dei Due Veicoli e mette in luce il grande potenziale degli esseri illuminati. Pertanto ciò a cui si riferisce la scrittura, dicendo di andare oltre tante terre quanti sono i granelli di sabbia contenuti in quarantadue fiumi Gange, significa andare oltre la Terra dell'Opportunità con Residuo abitata dai Due Veicoli, fondata sulle quattro verità e i dodici anelli del condizionamento, per volgersi verso la Terra delle Schiere delle Vere Ricompense abitata dai grandi esseri illuminati.

Cosa si nasconde sotto questo ragionamento? La scrittura dice: "In quella terra, perfino i nomi dei seguaci e dei singoli illuminati non esistono; ci sono solo i puri, grandi esseri illuminati, per i quali il Buddha espone l'Insegnamento". Da questa prospettiva le sabbie dei quarantadue fiumi Gange sembrano rappresentare le quattro verità e le dodici condizioni. Lasciamo che sia il sapiente a discernere.



## Assorbimento nell'estinzione

---

*Hakuin, nel suo breve saggio La settima stabilizzazione della coscienza, si occupa di un termine tecnico problematico, la cui tradizionale interpretazione non pare sia chiara.*

*L'interpretazione di Hakuin è che il termine "la settima stabilizzazione della coscienza" si riferisca di fatto alla cosiddetta trance (estasi) da assorbimento nell'estinzione. Questa trance era praticata dagli antichi asceti "indù", che la confondevano con il Nirvana, e da alcuni seguaci del Buddhismo che in origine la utilizzavano come preparazione al Nirvana; in seguito, anche questi ultimi finirono per confonderla con il Nirvana stesso. Il modo in cui Hakuin integra questa pratica nell'universalismo panbuddhista del Mahayana è, da un punto di vista metafisico e ispirato, accurato; tuttavia rivela uno specifico problema, una debolezza all'interno della pratica propria di Hakuin e, inoltre, manifesta particolari effetti problematici nella scuola dei suoi seguaci, in seguito dominanti il più recente Zen Rinzai in Giappone.*

### **La settima stabilizzazione della coscienza**

Il settimo libro della *Scrittura del puro nome*, sulla Via del Buddha, dice: "La settima stabilizzazione della coscienza è un seme". Kumarajiva commenta: "Nel primo stadio di medita-

zione, dopo lo stato del Re Brahma e gli stati del Brahma minore all'inizio dell'eone, il riposo è una stabilizzazione della coscienza". A me sembra che questo commento di Kumarajiva sia poco accurato; probabilmente non ha visto del tutto bene, qualcosa gli è sfuggito: in base a quale scrittura si può sostenere che i vari stati di Brahma all'inizio dell'eone nella prima meditazione siano divisi in sette coscienze? In seguito l'interpretazione dice anche che dovrebbero esservi sette coazioni, ma ciò non sembra avere una base chiara. Il significato della settima coscienza è imperfetto, e la parola *stabilizzazione* non è accuratamente definita. Pertanto, fornirò una sintetica esposizione del mio ben ponderato punto di vista e, come un dono del dharma, ve lo offro; sarete poi voi a decidere se accettarlo o rifiutarlo.

A me sembra che "settima stabilizzazione della coscienza" si riferisca alla concentrazione sul vuoto praticata da estranei alla tradizione, oppure all'assorbimento nell'estinzione praticato da coloro che seguono i Due Veicoli del Buddhismo Hinayana. Questi, quando vogliono raggiungere questa concentrazione, lavorano alla quiete delle profondità della coscienza-deposito, costantemente temendo di scivolare nelle attività della coscienza sensitiva e cognitiva. In ogni caso, per quanto possano evitare di finire rapidamente verso la coscienza sensitiva e cognitiva, non hanno ancora ottenuto il frutto della Via, e non possono ritirarsi nella stessa coscienza-deposito: rimangono nell'ambito della coscienza intellettuale, la settima coscienza, dove trascorrono eoni. Questa è chiamata "la stabilizzazione della settima coscienza".

Domanda: Non sono il vuoto e l'estinzione entrambe false concentrazioni? In seguito, nella scrittura, ad esse ci si riferisce come ad altopiano o terra secca. Come è possibile riferirsi ad esse considerandole come semi della buddhità?

Risposta: Quando le menti dei praticanti in concentrazione improvvisamente si dischiudono nella loro interezza, la luce della visione interiore brilla innanzi, fendendo perfino una particella atomica per svelare l'intero corpo del Buddha Vairochana. Allora i demoni e i Buddha sono una sola quiddità.



Sbagliato e giusto sono simultanei. Tutti gli esseri, animati e inanimati, sono, senza eccezione, elementi del seme di Buddha.

Per quanto riguarda la metafora dell'altopiano e della terra secca, questa scrittura include la non-dualità per realizzare una funzione critica, guidando il piccolo verso il grande. È questa l'unica ragione per un simile discorso. Infatti tutti gli esseri hanno la natura-Buddha; quindi come potrebbe una qualunque cosa non essere parte di un seme di Buddha? Ah, ah!

## L'eclissi del sole

---

*I primi Buddhisti, i quali traevano i materiali educativi dall'ambiente locale, naturalmente utilizzavano le immagini e il simbolismo dell'antica mitologia indiana. Ciò non implica una struttura fissa di credo da parte dei Buddhisti che utilizzavano questa tradizione, ma di fatto riflette strutture di credo della gente a cui il Buddha e i Buddhisti originari indirizzavano i loro discorsi. In termini tecnici, quest'uso docetico di elementi tratti dalla cultura ospitante è chiamato upaya-kaushalya o "abilità nei mezzi".*

*In ogni caso, tale è la natura del tradizionalismo ripetitivo, che perfino i seguaci del Buddismo avrebbero col tempo dimenticato la natura provvisoria delle loro costruzioni didattiche, prendendo alla lettera il figurato. Nel suo saggio Il Titano Rahula eclissa il sole, Hakuin risponde ad una domanda fondata proprio su questo fraintendimento. La natura speciosa di molti argomenti fondati sul "divario culturale" e utilizzati contro il Buddismo nelle civiltà non indiane (incluse le moderne culture occidentali) è qui chiaramente illustrata, poiché Hakuin mostra di nuovo il metodo per pervenire al contenuto attraverso e oltre l'apparenza superficiale per ritrovare le strutture essenziali e quindi i significati interiori.*



## Il titano Rahula eclissa il sole

Un giorno, negli anni intorno al 1740, durante una serie di lezioni che stavo dando sulla scrittura del *Loto della verità*, un monaco venne nella mia stanza, mi ossequiò e disse: “Un commentario sulla scrittura del *Loto della verità* dice che ‘Rahula’ significa ostruire: vale a dire, ostruire il sole e la luna. Quando il titano Rahula alza la mano egli blocca il sole e la gente crede che vi sia un’eclissi; quando esclude la luna la gente pensa che vi sia un’eclissi lunare. Sono sempre rimasto confuso al riguardo.

Ultimamente, Scintoisti e Confuciani vanno di pari passo nel deridere i Buddhisti per idee come questa che spiega l’eclissi solare, ne negano la validità e le rigettano. I Buddhisti dicono che quando i titani combatterono contro il re degli dei, l’armata celestiale fu sconfitta e fuggì, cosicché il re dei titani acquistò un grande potere: si levò sull’oceano, afferrò il sole e la luna e li oscurò; tutte le eclissi solari e lunari sono quindi opera sua.

Questa spiegazione è molto sospetta. La maggior parte delle eclissi solari cade verso la fine del mese lunare, mentre la maggior parte delle eclissi lunari cade pressappoco verso l’inizio del mese lunare. Riflettiamo bene: perché mai le armate celestiali sarebbero sconfitte tre o quattro volte l’anno? E perché circoscrivere le loro sconfitte alla fine e all’inizio del mese lunare? Se le armate celestiali perdono in battaglia ogni anno, allora il sole sarà costantemente eclissato; se l’eclissi lunare significa un’invariabile perdita in battaglia, quando cominciò questa guerra e quando finirà? Potrebbe andare avanti per bilioni di eoni?

E cosa pensare di questi calendaristi: sono maghi o dei Buddha dotati di poteri soprannaturali? Perfino gli esperti in scienze militari non possono predire con certezza sconfitta e vittoria, cionondimeno questi calendaristi vedono le vicende dei celesti immortali 178500 miglia in alto come se guardassero un pezzo di frutta nelle loro mani, e possono calcolare con accuratezza le eclissi dei palazzi solari e lunari nelle mani del

titano. Determinano le direzioni del sorgere e del tramontare, dall'ovest, est o nord; stampano tutto ciò e lo fanno circolare. I calendaristi dicono di potere, con accuratezza, fare dei calcoli sul calendario perfino in anticipo di decadi; dicono che nessuno dei corpi celesti è fuori della loro portata, e che la loro scienza è tanto meravigliosa che i loro calcoli non possono essere sbagliati perfino se il fuoco potesse produrre il freddo e l'acqua il caldo. Dicono inoltre che la loro arte è incomparabilmente superiore alle dottrine prive di senso dei Buddhisti.

Bene! Io non sono stato assolutamente in grado di rispondere a queste sfide; che cosa pensate di tutto ciò?"

La mia risposta fu che anch'io, per lungo tempo, ebbi dei dubbi su questa dottrina. Questa dottrina è spiegata in varie scritture, ma l'affermazione che la gente riferisce ai fenomeni in questione – come eclissi solare e lunare – è un'affermazione dell'interrogante: io non ho mai letto niente del genere. Il Grande Maestro di Tendai per ben quindici volte ebbe accesso al tesoro di Vairochana, memorizzò ciò che aveva trovato e lo spiegò; perché non avrebbe potuto dare un'interpretazione contemplativa di questo problema? Che peccato non aver ascoltato il nobile discorso del grande maestro! Questa spiegazione deve esserci: forse il documento si è perso col tempo?

Buddha originariamente tenne tre tipi di discorsi: discorso sul principio; discorso metaforico; spiegazione della causalità. La dottrina qui in discussione rientra tra i discorsi metaforici, nei quali cose illusorie del mondo sono utilizzate per illustrare la vera realtà. Voi, gente con gli occhi di capre e di pecore e l'intelligenza di volpi e di tassi, vedete soltanto le cose illusorie del mondo e non potete comprendere la verità così come essa realmente è. Così, arbitrariamente, finite per deformare le parole dell'illuminato. Una volta caduti nell'inferno, non c'è speranza di venirne fuori. Che peccato!

Per le mie recenti lezioni sulla scrittura ho usato il commentario del Maestro di Tendai, *Terminologia*, che dice: " 'Rahula' significa ostruire; si tratta di una bestia che ostruisce il sole e la luna. Il suo corpo è alto ottantaquattromila leghe, la



sua bocca è vasta migliaia di leghe”. Ho finalmente realizzato che ciò significa riferirsi all’ignoranza di base, qui rappresentata dal titano Rahula.

Quale ne è la ragione? Il titano ha una notevole forza soprannaturale: quando vince in battaglia, manifesta un corpo talmente gigantesco da far apparire stretto il cielo e poco profondo l’oceano; quando perde in battaglia, manifesta un corpo minuscolo e conduce i suoi ottantaquattromila seguaci a nascondersi nei fori dei filamenti del loto. Ovviamente la misura del corpo del titano è inconcepibile in termini di alto e basso: è infinita; allora perché è detto che è ottantaquattromila leghe?

Qui il re degli dei rappresenta il monarca della mente, l’ottava coscienza, la coscienza-deposito. Il titano Rahula rappresenta l’ignoranza di base; le ottantaquattromila leghe rappresentano le ottantaquattromila passioni nella caverna dell’ignoranza, mentre la bocca di migliaia di leghe rappresenta i dieci mali. Il sole e la luna rappresentano la luce dell’intelligenza intrinseca in ognuno, il sole della saggezza originario, non creato.

Buddha disse: “Rahula non inghiotte il sole e la luna; gli arti di Rahula fremono, correndo e sudando”. Se si pratica con mente indivisa, l’antico Buddha, da tempo realizzato, finalmente appare: allora il titano Rahula e le sue ottantaquattromila truppe improvvisamente perdono, per intero, il loro corpo; non si coprono soltanto di sudore!

Che peccato che gli uomini non possano, tutti, portare alla luce l’eterno Buddha a loro inerente! Chi sa quanti sono coloro che siedono sul posto dell’illuminazione con il loro sole della saggezza eclissato? Ciò è chiamata la perenne eclissi solare di nascita e morte.

## Le otto coscienze

---

*Sin dalle sue origini in Cina lo Zen autentico è sempre stato intimamente connesso con gli insegnamenti classici buddhisti e con le tradizioni. Molti dei grandi maestri Zen in Cina, Corea e in egual misura in Giappone, erano anche maestri di altre scuole buddhiste, di altre scritture e di altre scienze.*

*Il vijñānavāda buddhista, o "dottrina della coscienza", chiamata anche yogācāra, o "pratica dell'unificazione", è uno dei maggiori filoni del Buddhismo mahāyāna, cui lo Zen è tradizionalmente associato fin dalla sua fondazione. Un posto centrale nella scienza psicologica di questa parte del Buddhismo è occupato dalla dottrina delle otto coscienze, una costruzione intellettuale utilizzata per descrivere la totalità e la diversità delle principali funzioni della mente.*

*Hakuin, nel suo saggio Gli otto principi, prende un'immagine da una storia tratta dalle scritture dove si narra di otto principi reali per simboleggiare le otto coscienze. Poi, nonostante la scarsità del suo apprendimento formale, procede con particolare abilità nel definire e descrivere le otto coscienze facendo riferimento, come sempre con decisa energia, alle realtà pragmatiche ed esperienziali sottostanti i termini e i simboli che lui utilizza.*

*Infine, a conclusione del suo saggio, Hakuin ricorre ad un'intera serie di altre immagini tratte dalle scritture che illustrano il vasto ambito di funzioni inerenti all'ottava coscienza, la cosiddetta coscienza-deposito che costituisce la base dell'esperienza perso-*



*nale. Manifestando in maniera caratteristica la sua enfasi sul kensho, Hakuin mette in relazione questo intero spettro di immagini che simboleggiano le funzioni mentali, con la pratica Zen della percezione diretta.*

## **Gli otto principi**

Il capitolo introduttivo della scrittura il *Loto della verità* dice: “L’ultimo Buddha, prima di lasciare la società, aveva otto bambini reali. Il nome del primo era Permeato di Intelligenza”. Dice un commentario: “L’antico Buddha aveva otto bambini, il Buddha presente aveva un bambino. L’uno e l’otto sono ipotetici: sono solamente differenti rappresentazioni. ‘Uno’ rappresenta la purezza della sola Via; ‘otto’ rappresenta l’ottuplice giusto sentiero”.

Quando lessi questo passo, tra me e me pensai che questo commento non è molto preciso. Il Grande Maestro di Tendai disse che in ogni passaggio di questa scrittura possono essere trovate le contemplazioni; ora, dato che questi otto principi sono un tema importante come potrebbe non esserci un’interpretazione contemplativa? Le riflessioni dei saggi del passato non devono essere trattate con leggerezza; io, tuttavia, ho una mia personale opinione che non riesco a sopprimere quando mi viene in mente nel corso delle lezioni; esporrò quindi una discutibile analisi offrendola ai miei colleghi. Non è per tutti: se prenderla o lasciarla dipende solo dalla vostra propria percezione discriminante delle cose.

Secondo la mia analisi gli otto principi sembrano rappresentare le otto coscienze: la coscienza deposito, quella intellettuale, quella cognitiva, e cinque coscienze dei sensi. Il padre dei principi, il cui nome, come un Buddha, era Lampada come il Sole e la Luna, rappresenta la nona coscienza, la pura coscienza. Questa è chiamata la fondamentale, vera cognizione, o la cognizione universale riflettente. La Miniera della Virtù, l’essere illuminato che ricevette la guida per il futuro dal

Buddha Lampada, rappresenta la conoscenza temporale acquisita come conseguenza del risveglio.

Se i praticanti progrediscono con mente indivisa senza tentennare né retrocedere, l'attività del pensare sparirà, i pensieri emotivi svaniranno e la fonte della mente sarà profondamente silenziosa, immobile, calma come lo spazio stesso, totalmente chiara, assolutamente senza macchia. Questa è chiamata l'ottavo dominio, la coscienza deposito: è l'avanguardia e la retroguardia, la radice di nascita e morte, ciò che contiene tutti gli elementi, buoni e cattivi. Ciò che molto sottilmente vi fluisce, raccogliendo in modo poco appariscente e trattenendo i ricordi, è chiamata la settima coscienza, la coscienza intellettuale che comunica e trasmette. Qui vi è qualcosa che appare e scompare nei recettori dei cinque sensi, afferrando e respingendo miriadi di oggetti, veloce come il vento, rapida come la luce, sempre rumorosa, sempre in tumulto; questa è chiamata la sesta coscienza, la coscienza cognitiva.

Gli occhi possono vedere i colori e le forme, ma non distinguono tra bello e brutto. Il naso può sentire l'odore, ma non conosce differenza tra la fragranza e ciò che è nauseante. Le orecchie possono sentire i suoni, ma non fanno distinzione tra ciò che è melodico e ciò che suona aspro. Il corpo può sentire la trama, ma non discrimina tra il soffice e lo scivoloso. Queste sono chiamate le cinque coscienze primarie; queste cinque e l'ottava coscienza non conoscono discriminazione, mentre la sesta e la settima hanno una conoscenza cognitiva.

Sebbene le cinque coscienze primarie non abbiano una conoscenza cognitiva, ognuna di esse ha una specifica capacità; sono perciò chiamate Permeate di Intelligenza. Non hanno alcun tipo di falsa idea, sono perciò chiamate Buona Intelligenza.

La sesta, o coscienza cognitiva, contiene i fulcri della qualificazione e della quantificazione, ed è perciò chiamata Intelligenza Infinita. Quando i praticanti sono ispirati, attraverso l'abile applicazione delle tecniche convenienti, raggiungeranno infine il Tesoro Trovato della completa illuminazione; si



tratta della stessa cosa, ed è quindi chiamata Intelligenza Preziosa.

La settima, o coscienza intellettuale, è quella che trasmette informazioni, comprende quanto si dice e guarda alle azioni del passato, sempre in aiuto del compimento del lavoro sulla Via; è così chiamata Intelligenza Accrescente. Con adeguate convinzioni e una comprensione aperta, essa rimuove le illusioni sottili; è perciò chiamata Intelligenza che Rimuove i Dubbi.

Per quanto riguarda l'ottava, o coscienza-deposito, nell'esaminarla essa si rivela ampiamente aperta, immateriale e immobile, assolutamente senza forma; però, nel momento in cui è stimolata esercita le sue funzioni sottili nei recettori dei sei sensi, proprio come una valle vuota trasmette gli echi. È perciò chiamata Intelletto Riverberante. La valle vuota, senza forma, così come descritta più sopra, contiene tutte le cose: fenomeni mescolati e fenomeni non mescolati, gli esseri viventi, i dieci reami, le dieci quiddità, centinaia di reami, migliaia di quiddità; una trasformazione, e ciò che resta è soltanto la realtà di un solo veicolo per completare l'illuminazione. È quindi chiamata Intelligenza Vera.

Domanda: Dato che la settima e l'ottava coscienza sono distinte, perché vengono tutte chiamate con il nome di Intelligenza?

Risposta: Sebbene le cinque primarie e la settima e l'ottava sembrano essere distinte, l'intelletto ignobile le perseguita, facendo di loro il suo campo di gioco: così sembra che vi sia un intelletto in tutti i recettori dei sensi; così tutte prendono il nome di Intelligenza. Fondamentalmente esse sono gli otto bambini non nati della casa della immutabile quiddità, nati in base alle specifiche condizioni, attraverso le relazioni di oggetti-genitori illusori.

Alcuni parlano dell'ottava coscienza come del re della mente. La *Scrittura del puro nome* la chiama la profonda, oscura fossa dell'ignoranza nel mondo dell'immobilità; è ciò che turbinava in tondo dinanzi agli esseri viventi, trasformando lo specchio di cristallo delle azioni nella tavoletta di ferro del

re dell'inferno. Se i praticanti la coltivano con mente indivisa e riescono a portarla alla luce, allora essa si rovescia per divenire la cognizione universale riflettente, mentre l'intelletto diviene la cognizione dell'uguaglianza. La sesta, la coscienza cognitiva diventa cognizione che osserva con precisione, e le cinque coscienze primarie diventano cognizione pratica.

Tutte queste sono funzioni sottili inerenti allo specchio universale. L'universo dai bilioni di mondi, i campi di Buddha numerosi come granelli di sabbia nel fiume Gange, paradisi e inferni, terre dei fantasmi e palazzi dei diavoli, sono tutte immagini riflesse che appaiono nello splendore dello specchio universale.

Poiché riflette ogni cosa è chiamato il Buddha Lampada Luminosa come il Sole e la Luna. La *Scrittura del puro nome* lo chiama Buddha Lampada Magnificamente Alta.

Tutti i Buddha di tutti i tempi e luoghi sono così. È affatto congruo che due trilioni di Buddha abbiano lo stesso epiteto.

Non solo due trilioni: ma Buddha tanto numerosi quanti i granelli di sabbia contenuti in centinaia di migliaia di trilioni di fiumi Gange sono così!

Domanda: Se è così, non si tratta di un numero incalcolabile? Perché parlare solo di due trilioni?

Risposta: Questa è una buona domanda! C'è una dualità in tutte le cose e in tutti gli esseri. Per esempio, quando le due modalità dell'energia si dividono, vi sono cielo e terra, vi sono yin e yang; quindi le quattro forme, gli otto trigrammi e i sessantaquattro esagrammi si presentano in un processo ordinato. Governanti e governati, padre e figlio, marito e moglie, vecchio e giovane, alto e basso, intelligente e stupido, abile e inetto, in movimento e fermo, spiacevole e piacevole, sé ed altro, questo e quello, giusto e sbagliato, bello e brutto, odio e amore, familiare e inconsueto, luce e tenebra, forma e vuoto, essere e non essere, guadagno e perdita, lungo e corto, attività e riposo, povero e ricco, in ascesa e in declino, dare e prendere. Come eco al suono, come ombra alla forma, appena un singolo atomo viene alla vita, inevitabilmente si manifesta la dualità.



Questa dualità pervade tutti i fenomeni, senza eccezione. Ecco perché le scritture parlano spesso di luoghi di venti leghe quadrate, e dicono che il vero insegnamento durerà per venti eoni medi, e che anche l'insegnamento imitativo durerà venti eoni medi. Ovviamente il numero due è universale.

È quindi assolutamente ridicolo il modo in cui studiosi medioevali del canone cancellarono la parola *trilione* per timore che il numero fosse troppo grande. Ho sentito dire che c'erano testi che contenevano la parola *trilione*, e il Principe del Giappone Shotoku, lamentando che la versione giunta in Giappone mancasse di questa parola andò in un tempio sul monte sacro in Cina per trovarne una. Ero solito chiedermi: poiché c'erano sessantanovemila altri caratteri nei quali rimanere impigliati, perché mai il Principe Shotoku si interessava tanto e si innervosiva tanto a proposito della sola parola *trilione*? Ora capisco il suo vero valore!

La scrittura dice anche: "E tutti loro hanno lo stesso soprannome, Bharadvaja". Il commentario *Hsu* cita un lavoro nel quale questo nome è tradotto come Doppio Vessillo. Quando lessi questo passo, immediatamente il rinoceronte del dubbio aprì i suoi occhi. Perché? Perché la parola *vessillo* è affatto contraria all'intento della scrittura. Dovrebbe essere *pupilla*. Deve essersi trattato di un errore del copista, poiché i caratteri cinesi sono simili.

Esaminai allora dozzine di copie della scrittura portate da partecipanti alla lezione, ma nessuna di esse conteneva la parola *pupilla*. Pensai quindi che anche se altri scrivono "vessillo", io la cambierò in "pupilla" e la analizzerò secondo questo significato. Perché? Perché la pupilla dell'occhio è essenziale per l'intero corpo; e la doppia pupilla è il segno di un saggio! Bharadvaja, o Doppia Pupilla, deve rappresentare i due tipi di conoscenza dei Buddha, temporale e assoluta. Perché? La conoscenza è l'occhio degli esseri viventi, e i due tipi di conoscenza sono la linea vitale dei Buddha. Chi potrebbe respingere questa spiegazione?

Mi capitò però di pensare anche che il nome *vessillo* poteva essere stato ottenuto come risultato delle numerose offerte di

vessilli e baldacchini fatte in passato ai Buddha. Se è così, sono stato un ignorante. Molto male, non ci sono buoni traduttori in giro. A questo punto il rinoceronte del dubbio immediatamente fece capolino.

Poi venne un monaco portando un quaderno di appunti scritto in cremisi, e disse che si trattava di un studio particolare del maestro Koyo Toko. Questo quaderno di appunti citava un riferimento al libro sui tre fratelli Kashyapa contenuto nella scrittura *Compendio delle azioni passate*, che dice: “Bharadvaja significa Doppia Pupilla. La versione tradizionale del commentario *Hsu* è sbagliata”. Quando lessi questo sentii come se avessi trovato una lampada di giada in una strada buia. Adesso il rinoceronte del dubbio tornava a rilassarsi.

La scrittura dice anche: “Allora il Buddha Lampada come il Sole e la Luna sorse dall’assorbimento e sedette calmo per sessanta eoni minori esponendo la scrittura del Grande Veicolo chiamata il Loto della Verità, insegnamenti per gli esseri illuminati, tenuti in mente da tutti i Buddha, consiglio per gli esseri illuminati, Luce Sublime. A quel tempo, anche l’assemblea sedette in un singolo posto per sessanta eoni minori, immobile nella mente e nel corpo, ascoltando ciò che il Buddha diceva, pensando al tempo che passava come se fosse quello necessario per mangiare un pasto. Nessuno dell’assemblea tentennò, né fisicamente né mentalmente”.

Questo è il segreto della scrittura, ma è un punto critico nel quale è difficile credere, difficile da capire, difficile a percepirne il significato, difficile ad entrarvi. Non preoccupatevi, uomini simili ai praticanti del parco dei cervi del tempo del Buddha: perfino uomini dalla matura potenzialità per l’insegnamento speciale o insegnamento completo possono dubitare o disprezzare questa scrittura. Perché? Perché gli uomini possono essere giovani o vecchi, forti o deboli, di vita lunga o vita breve, intelligenti o stupidi, ma nessuno riesce a sedere come una roccia senza tentennamenti per sessanta eoni minori senza mangiare o dormire. Non è quindi comprensibile che Confuciani e Scintoisti indichino ciò come un esempio di sciocchezza buddhista?



Sebbene sia inappropriato mischiare un principio profondo come questo con una interpretazione arbitraria, tenterò una spiegazione.

I sessanta eoni minori rappresentano i sei campi della percezione: niente nel mondo è al di là dei sei campi della percezione. Quando il Buddha Lampada espose il *Loto della verità*, nello stesso tempo i fiumi, gli uccelli, le piante e le foreste lo esposero e lo ascoltarono simultaneamente; un bilione di eoni erano uguali allo schioccare delle dita. Così non poteva esserci alcun tentennamento.

Che cosa è giusto per voi in questo momento?

Chi potrebbe saperlo? L'affermazione della *Scrittura del diamante* che tutti i tipi di esseri viventi sono iniziati dal Buddha al Nirvana senza residuo, rappresenta lo stesso modello di assorbimento contenuto nel *Loto della verità*, condiviso da uomini idonei all'insegnamento completo. Non dite che la saggezza trascendentale è come la cagliata, il culmine di un processo graduale, laddove il *Loto della verità* è come il burro chiarificato (*ghee*), caratterizzato da completezza ed equilibrio. Non è questa una contraddizione?

Perché? È a mezzanotte che lo spazio digrigna i denti.

## Tempo empirico

---

*Nel suo saggio Cinquanta eoni minori nel libro sull'emersione dalla terra, Hakuin si occupa di un'immagine tratta dall'amato Saddharmapundarika-sutra, o Scrittura del loto della verità, uno dei più eccellenti tra i testi universalisti buddhisti. Il Loto della verità rivela l'insegnamento dell'Ekayana o Buddismo dell'Unico Veicolo, che è nello stesso tempo la base originaria e l'espressione definitiva del Mahayana o Buddismo del Grande Veicolo. I principi di base del Buddismo Ekayana sono che di fatto c'è una sola, vera, oggettiva realtà; che tutti gli esseri hanno la capacità di essere consapevoli di questa realtà secondo le loro capacità individuali; e che l'insegnamento complessivo del Buddismo costituisce perciò una sola unità, la quale cionondimeno è ricevuta e assorbita in una varietà di modi dipendenti dalle facoltà individuali di coloro che ascoltano.*

*Hakuin, fedele all'enfasi centrale sul kensho, interpreta l'universale natura-Buddha dell'Unico Veicolo nel senso della cosiddetta Mente Unica, il terreno di fondo della mente. Con questa realizzazione, Hakuin intende i cinquanta eoni minori come simbolo degli elementi di tutti i possibili stati della sensazione, della percezione e dell'esistenza all'interno della totalità dell'esperienza immediata.*



## Cinquanta eoni minori nel libro sull'emersione dalla terra

Il quinto libro della scrittura del *Loto della Verità* dice: “Questi grandi esseri illuminati emersero dalla terra e lodarono il Buddha con gli elogi degli esseri illuminati. Passarono così cinquanta eoni minori durante i quali Shakyamuni Buddha sedette in silenzio, e gli uomini dei quattro gruppi rimasero anch’essi silenziosi”.

Alcuni dicono: “Ho udito che il Buddha era uno che non mentiva, che non parlava in disaccordo con la verità. Perfino gli dei rendono omaggio alle enunciazioni del linguaggio universale e perenne del Buddha. Questo non è neanche concepibile per gente come noi”. Tuttavia, qui c’è qualcosa da chiedersi al riguardo e io vi prego di lasciarmi tentare una discussione in merito.

La scrittura dice che gli esseri illuminati cantarono le lodi del Buddha per cinquanta eoni minori. Anche un solo eone è un tempo immensamente lungo, per non dire di cinquanta eoni minori. Quando la scrittura dice che il Buddha fu lodato per cinquanta eoni minori, a quale Buddha si riferisce? Se si riferisce al nostro maestro delle origini, al Buddha storico, le scritture del *Loto della verità* e del *Nirvana finale* furono entrambe esposte nel corso di un periodo di otto anni; lo stesso Buddha aveva ottanta anni quando morì, e il suo discepolo Ananda morì anch’egli all’età di ottant’anni. Il resto degli ottantamila santi buddhisti morirono tutti prima di aver interamente compiuto cent’anni. Come potrebbe quindi un Buddha, che visse ottant’anni, essere lodato per cinquanta eoni minori? Tutto ciò è davvero strano!

Un commentario Tendai dice: “È come quando la gente è in una condizione di sofferenza: un tempo breve sembra lungo; quando si stanno divertendo un tempo lungo sembra breve. Questa è semplicemente una forma di rispetto per l’insegnamento”. Nelle *Note sulla fraseologia* si legge: “Determinando il fatto che cinquanta eoni minori appaiano come mezza giornata illustra l’inconcepibile capacità del Buddha di espan-

dere e contrarre il tempo, rivelando il potere d'indipendenza del Buddha".

Queste interpretazioni sono del tutto sommarie: possono essere chiamate spiegazioni arbitrarie. Lasciando da parte, per il momento, il potere del Buddha di espandere e contrarre il tempo indipendentemente, come si accordano i cinquanta eoni minori con il periodo di ottant'anni? Inoltre, le popolazioni delle città dove il Buddha insegnò – come Benares e Vaisali – in cinquanta eoni sarebbero scomparse senza lasciare traccia. Si dirà che il tempo può essere espanso tanto quanto può il Buddha, ma non esiste una cosa come cinquanta eoni minori! Anche considerando il fatto che il Buddha era un uomo libero, poiché la gente che lo vedeva manifestare poteri spirituali ne traeva tanto beneficio, infine egli non avrebbe potuto fare altro che esibire capacità miracolose. Ora, in riferimento a questo specifico episodio – dove egli espande mezza giornata in cinquanta eoni – chi, tra gli ottantamila lì riuniti, ne trasse grande beneficio? Se si suppone l'assenza di benefici, allora si sarebbe trattato solo di un gioco da bambini. Sarebbe stato sufficiente parlare di elogi tributati al Buddha per mezza giornata; perché mettersi nei guai parlando di cinquanta eoni minori?

Si può sperimentare la durata di tutta una vita di alti e bassi nel breve spazio di tempo di un sogno; certamente rientra nelle capacità di un Buddha con Dieci Poteri espandere una mezza giornata in cinquanta eoni, ma qual è il fondamento che giustifica la contrazione di cinquanta eoni in mezza giornata? Che cosa si vuole provare?

Supponiamo qualcuno colpito da ogni sorta di pene e miserie: egli considera mezza giornata su questa terra alla stregua di cinquanta eoni minori in inferno. Quando lo salva la compassione universale di Buddha, si può dire che cinquanta eoni minori sono stati contratti alla misura di mezza giornata. Ciò si può anche chiamare il potere di Buddha di espandere e contrarre il tempo indipendentemente.

Sebbene critiche come quelle che seguono siano prive di fondamento, se diciamo che cinquanta eoni minori sono con-



tratti in mezza giornata, sicuramente ci sarà gente che considererà questa come una tipica sciocchezza buddhista. In tempi recenti, è successo spesso che Confuciani e Scintoisti sentano parlare di discorsi del genere e deridano il Buddhismo perché non sono in grado di immaginare la sua misteriosa sottigliezza, definendola senza significato, inutile e indegna di fede. Ciò è del tutto comprensibile: perfino noi Buddhisti, che crediamo e mettiamo in pratica ogni parola dell'insegnamento, non siamo liberi dal dubbio; come potrebbero esserlo gli altri, incorreggibili ignoranti i cui crimini contro la verità li condurranno all'inferno! Ora, se qualcuno di alta intelligenza riuscisse ad opporsi al Buddhismo con abbastanza lucidità da causargli seri danni, questa sì sarebbe un'eventualità da temere!

Ho anch'io una piccola interpretazione che mi piacerebbe proporre. La scrittura dice chiaramente che Shakyamuni Buddha sedette in silenzio, e fecero lo stesso gli altri membri dei quattro gruppi. Questo è il punto focale del capitolo. Ditemi: questo sedere in silenzio si riferisce al presente? Si tratta dell'Altro Versante, quello trascendente? È uno star seduti senza vita nel silenzio dell'oblio? È un guardare nell'oceano della conoscenza?

Come per la Montagna Spirituale, lasciamo questo da parte per un momento. Cosa fanno il vecchio e i quattro gruppi mentre rimangono seduti nel momento presente in questa condizione d'illuminazione – sono in uno stato di agitazione o di quiete? Sono ignoranti o veri saggi?

Quando potrete vedere con chiarezza, riconoscerò che avrete penetrato personalmente i cinquanta eoni minori. E non appena avrete compreso i cinquanta eoni minori, quando “sedendo in silenzio” vedrete, allora, in quel preciso istante, inferno e paradiso saranno silenzio, e saranno silenzio anche i campi di Buddha e i regni dei demoni: che cosa ci sarà di strano nei cinquanta eoni minori? Diversamente, avete proprio sognato di vedere il *Loto della verità*, la scrittura della completa dottrina del Grande Veicolo?

La scrittura dice anche che questo tempo durante il quale il Buddha fu lodato durò cinquanta eoni minori. Che cosa si-

gnifica questo? “Questo tempo” è l’impenetrabile mistero della scrittura: cinquanta eoni minori *sono* “questo tempo”, e “questo tempo” è esso stesso cinquanta eoni minori. Qui i campi dei cinque sensi, i cinque gruppi, i cinque maggiori costituenti e i cinque elementi si uniscono per formare cinquanta eoni minori; visti con il vero occhio, tutti questi non sono oltre l’istante del momento di consapevolezza dell’immediato presente.

Domanda: Se è così, allora la durata di un migliaio di vite, di miriadi di eoni, perfino di trilioni di eoni, non sono per niente al di là dell’istante dell’immediato presente; perché allora scegliere di indicare specificamente cinquanta eoni minori? Voi dite che tutti i fenomeni non sono al di là degli ambiti dei cinque sensi – forma, suono e così via – e tutti gli esseri coscienti non vanno oltre i cinque gruppi di materia, sensazione e così via. Perfino se si dice soltanto cinquanta eoni minori, in definitiva si tratta sempre di un numero infinito, di una misura smisurata; è il momento in cui la lingua giunge in un vicolo cieco, un punto nel quale la costruzione mentale non ha alcun oggetto, dove tutti i saggi e santi rinunciano al loro corpo e abbandonano le loro vite. A questo punto finiscono i panegirici del Buddha, il voto di diffondere la scrittura è completato e sia gli esseri animati che quelli inanimati raggiungono l’illuminazione e divengono dei Buddha nello stesso tempo. Questa è l’essenza della scrittura e il fondamento del suo detto secondo il quale “c’è un Solo Veicolo, non due e non tre”. Per favore, datemi una dimostrazione.

Risposta: Avete ragione, ma sfortunatamente non siete ancora riusciti a sfondare. La vostra esposizione è una comune spiegazione intellettuale che gioca con una palla di fango.

Questo principio è il segreto difficile da penetrare della scrittura, il mistero difficile da credere, una chiara manifestazione della grande, compassionevole abilità nei mezzi propria del Buddha. I Buddha e gli illuminati dello Zen utilizzano comunemente questo segreto per guidare quelli in possesso del più alto potenziale; i mediocri e gli uomini di scarsa capacità non possono neanche sognare di vederlo.



È per questo motivo che il Buddha disse: “I miei discepoli che hanno raggiunto la santità non possono comprendere questo principio; solo i grandi esseri illuminati possono comprenderlo”. Quanto è vero!

Questo principio è l’itinerario essenziale per diffondere la scrittura nei tempi moderni, un aureo terreno di coltura per preservare l’insegnamento in un’epoca inquinata. Se i miei studenti comprenderanno questo principio, trascenderanno bruscamente il processo graduale dei quattro stadi della realizzazione e dei tre stadi della saggezza, per arrivare immediatamente al tesoro trovato dei grandi esseri illuminati.

Dunque, i più avanzati tra gli uomini impegnati nello studio dell’inesplicabile conosceranno il punto essenziale a prima vista. Se invece vi rivolgete ai vostri spenti quaderni di appunti e parlate di cosa dice questo, quello o l’altro commentario, allora non riuscirete mai a venirne a capo. Perché? Perché state di fatto ripudiando la scrittura, e per questo motivo questa è la punizione che ricevete.

Se volete sinceramente e correttamente comprendere questo principio, innanzitutto dovete veramente vedere il vero aspetto del loto della verità. Se volete vedere il vero aspetto del loto della verità, dovete vedere la vostra vera natura. Una volta vista la vostra vera natura, immediatamente comprenderete il principio in questione e percepirete direttamente il vero aspetto del loto della verità.

È per questo motivo che la *Scrittura sul Nirvana* dice che gli esseri illuminati percepiscono visivamente la natura-Buddha, e dice anche che coloro che raggiungono la realizzazione della quiddità vedono la natura-Buddha con i propri occhi. Il fondatore dello Zen disse inoltre: “Chi vuole compiere la Via dei Buddha, dovrebbe prima vedere la natura essenziale”. Perché? Se i bambini non sono abituati a vedere carri e cavalli, correranno confusamente fuori e si nasconderanno nel canneto.

## I Cinque Gradi

---

*I maestri classici dell'epoca aurea dello Zen in Cina – tra l'ottavo e il decimo secolo – concepirono una considerevole gamma di sistemi simbolici per incapsulare gli elementi essenziali dei loro insegnamenti, delle loro pratiche e delle loro esperienze. Uno dei sistemi escogitati è il famoso sistema dei Cinque Gradi dell'Assoluto e del Relativo, sviluppato nel nono secolo dai maestri cinesi Tung-shan (Tozan in giapponese) e Ts'ao-shan (Sozan).*

*Le radici all'origine dei Cinque Gradi sono da ricercare nella metafisica contemplativa della scuola dell'Ornamento Floreale del Buddhismo cinese, con la quale erano familiari tutti i maestri classici dello Zen. I Cinque Gradi sono rappresentati anche simbolicamente nella scrittura del Loto della verità, comunemente letta ed esposta oralmente dai Buddhisti Zen cinesi come dagli stessi seguaci di altre scuole. Nella tradizione letteraria dello Zen cinese, il nucleo dei Cinque Gradi si trova in un lavoro chiamato Focalizzare lo specchio prezioso, che fu trasmesso a Tung-shan (Tozan) dai suoi predecessori e da questi al suo successore Ts'ao-shan (Sozan). Il primo maestro definì i Cinque Gradi e li espresse in versi; il secondo maestro e il suo erede Ts'ao-shan II espressero questi ultimi in prosa e li utilizzarono per fare delle analisi strutturali dei Kung-an Zen (in giapponese, koan), storie intese a risvegliare e illuminare la mente.*



*Ai tempi di Hakuin (circa mille anni dopo il periodo dei maestri classici), la politica del governo feudale giapponese promuoveva il formalismo – quanto fosse arido non importava – in tutti gli ambiti della vita, inclusa la religione. I sacerdoti buddhisti, anche nello Zen, erano incoraggiati a dedicarsi con cura al cerimoniale e allo studio scolastico, con il risultato che in quel tempo fu prodotta un' enorme quantità di insulsi e, dal punto di vista buddhista, sterili rituali, liturgie ed erudizione fine a se stessa. Le insuperate sottigliezze metafisiche e sapienziali dei Cinque Gradi andarono chiaramente perse con le generazioni di studenti buddhisti dello Zen giapponese, e sull'argomento fu scritta una rilevante, cospicua quantità di sciocchezze, insieme con pochi lavori veramente accurati e ricchi di intuito. Hakuin sviluppò uno spiccato interesse per i Cinque Gradi: ciò fu forse determinato dell'enfasi posta dal suo maestro sull'argomento, o probabilmente a causa della sua frustrazione nel cercare di trovare autentici maestri nella scuola Soto Zen, attraverso la quale, fino a quel tempo, erano in gran parte trasmessi i Cinque Gradi. L'approccio di Hakuin ai Cinque Gradi è puramente pragmatico: non si addentra negli aspetti filosofici o nei commenti letterari; si limita ai Cinque Gradi intendendoli come aspetti consecutivi della pratica e dell'esperienza Zen. Inoltre, le descrizioni di questi stadi fatte da Hakuin non sono astratta psicologia ma vividi resoconti degli stati interiori generati lungo il cammino dello Zen. Nel corso di questa discussione, Hakuin spiega la necessità di una pratica progressiva e di un graduale perfezionamento rigettando, come inefficaci e privi di valore, approcci allo Zen semplicistici e soggettivamente prevenuti.*

## **Segreti dei Cinque Gradi del Soto Zen**

Il testo *Focalizzare lo specchio prezioso* dice: “Nelle sei linee dell'esagramma del doppio *Fuoco*, relativo e assoluto si scambiano. Disposte l'una sull'altra, fanno tre; quando la trasformazione è completa, fanno cinque”.

La paternità di *Focalizzare lo specchio prezioso* è sconosciuta. Il lavoro fu trasmesso segretamente da maestro a maestro – da Sekito a Yakuzan a Ungan – senza che facili accessi

lo facessero andare disperso. Quando fu trasmesso al Maestro Tozan, egli fu il primo a scrivere dei livelli dei Cinque Gradi, apponendo un verso a ogni grado allo scopo di portare alla luce il modello complessivo della Via del Buddha. Ciò potrebbe essere chiamata una lampada preziosa in una strada buia; una barca, una zattera che attraversa il porto della confusione.

Come è triste l'aridità delle scuole Zen contemporanee! Celebrano l'ottusa ignoranza come se si trattasse del trascendentale metodo diretto dello Zen; considerano insuperati tesori spirituali come *Focalizzare lo specchio prezioso* e i Cinque Gradi alla stregua di logori utensili di una casa antiquata, non prestando loro alcuna attenzione. Sono come ciechi che gettano via i loro bastoni dicendo che sono inutili, restando poi invischiati nel fango di una prospettiva di elementare realizzazione, mai capaci di sbarazzarsene in tutta la loro vita.

In particolare essi non sanno che i Cinque Gradi sono una nave attraverso il mare avvelenato dello stato assoluto, un disco prezioso che ruota attraverso la prigione dei due vuoti. Dal momento che essi non conoscono la strada essenziale dell'apprendimento progressivo e sono del tutto estranei a questi segreti, finiscono con l'affondare nell'acqua stagnante dei seguaci e degli illuminati individuali, inciampano nell'oscuro fosso di germogli bruciati e di semi guastati, giungendo infine al punto dove perfino lo stesso Buddha potrebbe difficilmente salvarli.

Ciò che ricevetti quarant'anni fa da Shojū Rojin, lo offro adesso come un dono dell'insegnamento ai genuini studenti del mistero che hanno sperimentato la grande morte. Poiché non fu predisposto per gente di media ed inferiore potenzialità, questo insegnamento dovrebbe essere passato in via privata. Attenti a non prenderlo troppo alla leggera!

Ah, l'oceano dell'insegnamento è immensamente vasto, con innumerevoli dottrine e metodi. Tra questi vi sono trasmissioni esoteriche e segreti passati a viva voce, ma non ho mai visto qualcosa di così corrotto come i Cinque Gradi. Noiosi commentari sull'esagramma del doppio *Fuoco* e discorsi che spac-



cano il capello sul “disporre l’uno sull’altro” e sulla “trasformazione”, aggiungono rami a rami, legacci di vite a vite, finendo con l’ignorare il principio per il quale furono predisposti i Cinque Gradi. Ciò rende gli studenti sempre più confusi, tanto da sembrare che perfino i più intelligenti abbiano serie difficoltà nel discernere.

Davvero i nostri antenati misero su delle sciocchezze, ingannando i loro discendenti senza alcuna ragione? A lungo mi interrogavo al riguardo finché studiai con Shoju, dopo di che il rinoceronte del mio primo dubbio crepò. Se gli studenti praticano progressivamente su questa base, ne trarranno beneficio. Non dubitate di questo insegnamento fondandovi sul fatto che non si tratta di una trasmissione a viva voce da parte di un maestro appartenente alla tradizione Soto. Dovreste sapere che Shoju, prima di fare le sue analisi, fece uno studio speciale dei versi di Tozan. Non disprezzatelo fondandovi sul fatto che non si tratta di una trasmissione a viva voce da parte di un maestro appartenente alla tradizione Soto!

Ci sono molte spiegazioni complicate sul senso dell’avvicinarsi, del disporsi l’uno sull’altro, e della trasformazione. Fra queste prendiamo qui in esame le analisi di due scrittori della dinastia Ming. Prendendo in considerazione la seconda, la terza e la quarta linea fra le sei dell’esagramma del doppio *Fuoco* emerge il trigramma del *Vento*, che rappresenta il relativo all’interno dell’assoluto. Prendendo in considerazione la terza, la quarta e la quinta linea si delinea il trigramma del *Lago*, che rappresenta l’assoluto all’interno del relativo. A questo punto guardate l’esagramma della *Preponderanza del Grande*, con il trigramma del Lago sopra a quello del Vento. Prendendo la seconda, la terza e la quarta linea dalla *Preponderanza del Grande* emerge il trigramma del Cielo, che rappresenta la provenienza dall’assoluto. Questa è la loro spiegazione della frase “disposti l’uno sull’altro fanno tre”.

Tutto ciò sembra perfetto, ma non è più tale se si esaminano le parole “quando la trasformazione è completa fanno cinque”.

Infine, quando Shoju mi trasmise l’insegnamento dei Cinque Gradi, solo allora ne ricevetti un senso di completezza. Ma seb-

bene fossi soddisfatto, c'era ancora qualcosa di cui lamentavo la mancanza: gli insegnanti non avevano analizzato in modo esaustivo il significato dell'avvicinarsi dell'assoluto e del relativo; era come se avessero gettato via la parola *avvicinarsi* trascurandola del tutto. A questo punto il rinoceronte del dubbio fece di nuovo capolino.

Un estate, mentre ero in uno stato di concentrazione, improvvisamente scoprii la segreta profondità dell'avvicinarsi del relativo e dell'assoluto, così chiaramente che era come se stessi guardando il palmo della mia mano. Il rinoceronte del dubbio cadde stecchito. Ero così felice che volevo passare ad altri la mia realizzazione, ma ero imbarazzato riguardo al fatto di ingozzare la bocca dei ricercatori con una pappa tirata su a forza.

Se volete trovare la fonte profonda, dovete cercare attraverso la vostra personale esperienza. Vi ho combattuto per trent'anni: non pensate sia facile! Finché non avrete raggiunto "la distruzione della casa", non considerate sufficiente la vostra realizzazione: fate il voto di penetrare fino in fondo attraverso sette, otto e anche nove macchie di rovi. E, per altro, quando sarete passati attraverso le macchie di rovi, non considerate ciò sufficiente: promettete di scoprire il segreto dei Cinque Gradi.

Per gli ultimi otto, nove anni, ho voluto incoraggiare i miei colleghi ad investigare questa grande questione; è passato il tempo e ancora una volta essi l'hanno considerata un insegnamento di un'altra setta, trascurandola del tutto. Sfortunatamente ci sono state solo poche eccezioni al riguardo. Che cosa ne è del voto di studiare gli infiniti insegnamenti? È questo l'ordine della Via del Buddha? È questa la strada essenziale dello studio dello Zen?

Il Vecchio Shojū diceva che i maestri che insegnano per prima cosa approntano i Cinque Gradi come un compassionevole espediente per guidare gli studenti all'esperienza delle quattro cognizioni. Ciò è del tutto diverso da un discorso dottrinale.



Le quattro cognizioni sono: la cognizione universale rispecchiante, la cognizione dell'uguaglianza, la cognizione osservante, la cognizione pratica. Anche se per molti eoni avete diligentemente coltivato la disciplina, la concentrazione e la conoscenza, finché non avrete sperimentato le quattro cognizioni non potete essere chiamati veri Buddhisti.

Quando i seguaci della Via cercano veramente e correttamente – così da sfondare la buia caverna del deposito dell'ottava coscienza – la luce preziosa della cognizione universale rispecchiante immediatamente brilla innanzi. Ma, cosa piuttosto strana, la luce dello specchio universale è buio pesto. Questo è chiamato il grado del relativo assoluto.

Qui la cognizione universale rispecchiante è parzialmente sperimentata; proseguite quindi per entrare nel grado dell'assoluto relativo. Quando per lungo tempo avrete coltivato la focalizzazione dello specchio prezioso, se avrete veramente successo nel realizzare parte della cognizione dell'uguaglianza, per la prima volta entrerete nel reame della realtà, dove noumeno e fenomeno non sono separati.

Ciò non è ancora sufficiente per un praticante: entrate con domestichezza nel “venire dall'assoluto” e per mezzo dell’ “arrivare in entrambi”, realizzerete, completamente, le quattro cognizioni, inclusa la cognizione osservante e la cognizione pratica. Infine giungerete al grado della “realizzazione di entrambi”, al che, “in ultima analisi ritornerete a sedere nella cenere”. Che cosa significa? L'oro puro che è stato lavorato diecimila volte non diventa di nuovo il metallo che era all'inizio.

La sola cosa da temere è quella di considerare sufficiente una piccola realizzazione. La cosa preziosa riguardo i Cinque Gradi, del relativo e dell'assoluto, e del raggiungimento e della realizzazione, è che in questo modo non solo realizzate le quattro cognizioni, ma portate a compimento anche i tre corpi nel vostro essere. Non avete letto l'*Ornamento delle scritture universaliste* dove è scritto: “Trasforma le otto coscienze nelle quattro cognizioni; unisci le quattro cognizioni e avrai i

tre corpi?”. Perciò il grande maestro di Sokei compose una poesia che diceva:

La tua natura  
contiene i tre corpi;  
quando li discerni,  
essi costituiscono le quattro cognizioni.

E disse anche: “Il corpo della pura realtà è la tua natura essenziale, il corpo della completa ricompensa è la tua conoscenza, e il corpo di emanazione infinitamente moltiplicantesi è la tua attività”.

*Versi sui Cinque Gradi*  
del maestro Tozan Ryokai

*Il relativo assoluto*  
Nella terza ora,  
all'inizio della notte,  
prima che splenda la luna,  
non interrogarti  
sull'incontro senza riconoscimento;  
ancora tenuta nascosta nel cuore  
è la bellezza dei primi giorni.

Il grado del relativo assoluto si riferisce allo stato assoluto, nel quale sperimentate la grande morte, esplodete, vedete la Via, e penetrate il noumeno. Quando i praticanti genuini hanno rafforzato la capacità di realizzazione nella ricerca interiore e sono pieni della forza dell'applicazione nascosta, se improvvisamente sfondano, allora lo stesso spazio svanisce e le montagne di ferro si frantumano. Sopra, non c'è una sola tegola a proteggere la vostra testa; sotto, non c'è un centimetro di terra sul quale poggiare. Non c'è né afflizione né illuminazione, né samsara né Nirvana. È totalmente vuoto e immobile, senza suono, senza odore, come un chiaro stagno senza fondo, come lo spazio senza tracce.



Succede spesso che la gente prenda questo grado come la conclusione dell'intera questione; considerandolo come la realizzazione della buddhità vi si attaccano ossessivamente, mai lasciando la presa. Ciò è chiamato Zen nell'acqua stagnante, dove si diventa un fantasma che frequenta abitualmente un cadavere in una bara. Anche se trascorrete trenta o quarant'anni dediti a questo stato, non riuscirete a venir fuori dalla caverna della realizzazione minore del risveglio individuale e dell'auto-comprensione.

Per questo motivo è detto che se la potenzialità non lascia il suo stato, essa precipita nell'oceano di veleno. Questo è ciò che il Buddha chiamò il grande folle che cerca di afferrare la realizzazione nello stato assoluto. Anche se avrete chiarito la vera cognizione dell'uguaglianza, non potrete attivare la sottile cognizione osservante vedendo tutte le cose senza impedimento. Perciò, sebbene l'interno e l'esterno possano essere perfettamente chiari, fintanto che vi nasconderete lontano, in un posto solitario dove c'è assoluta quiete e niente da fare, lo stesso – non appena la percezione sfiorerà situazioni mondane differenti, con tutto il loro clamore ed emozione – sarete senza forza e tormentati da una pletora di sofferenze. E fu con l'intento di curare questa seria malattia che il grado dell'assoluto relativo fu definito.

#### *L'assoluto relativo*

Una donna che ha dormito troppo  
incontra un antico specchio;  
vede chiaramente il suo volto:  
non c'è altra realtà.  
Cionondimeno, ancora prende  
la sua immagine riflessa per la sua testa.

Se i praticanti finiscono col fissarsi sul grado del relativo assoluto, la loro cognizione sarà sempre affetta da attrazione e avversione e il loro punto di vista sarà sempre condizionato dal pregiudizio. Ecco perché gli esseri illuminati di facoltà superiori siedono e si adagiano sempre nel bel mezzo della va-

rietà di differenti situazioni attive: ogni cosa davanti ai vostri occhi la vedete come il vostro volto originale, vero, pulito; proprio come se guardaste il vostro volto in uno specchio.

Vedendo ogni cosa in questo modo, dopo mesi e anni tutte le cose divengono il vostro specchio prezioso, e voi siete il loro specchio prezioso. Dogen disse: "Sperimentare miriadi di cose con il fardello dell'io è illusione; sperimentare se stessi nella manifestazione di miriadi di cose è illuminazione". Ecco quel che ciò significa.

A questo punto, siete mentalmente e fisicamente liberati. Mente e corpo liberi e a loro agio. Come due specchi riflettentesi l'un l'altro senza alcuna immagine tra essi, mente e oggetti sono una sola quiddità, cose e io non sono separati. "Un cavallo bianco va tra fiori bianchi". "La neve si accumula in una ciotola d'argento". Ciò è chiamato focalizzare lo specchio prezioso.

A questo si riferisce la *Scrittura del Nirvana* quando dice che coloro che realizzano la quiddità vedono la natura-Buddha con i loro occhi. Quando andate dentro questo punto focale, il "grande bue bianco" non si allontanerà, anche se spinto; la cognizione dell'uguaglianza appare davanti a voi. Questo è ciò che si intende quando si dice che c'è un solo veicolo, la via di mezzo, la manifestazione della realtà, la verità definitiva. Se gli studenti che hanno raggiunto questo stato lo considerano sufficiente, allora come esseri illuminati essi ciononostante cadono dalla sommità in una fossa. Perché? Essi non conoscono la condotta degli esseri illuminati e non comprendono le condizioni della terra di Buddha. Fu con lo scopo di rimediare a questo problema che i maestri definirono ancor meglio il grado venire dall'assoluto.

*Venire dall'assoluto*

Nel nulla c'è una strada

libera dalla polvere;

semplicemente sii capace di evitare di violare

il presente nome interdetto

e supererai persino



l'eloquenza del tempo antico  
che fa tacere ogni lingua.

In questo grado, gli esseri illuminati del veicolo superiore non indugiano nello stato che essi hanno realizzato; dall'oceano della spontaneità essi irradiano una grande compassione incondizionata: cavalcano i quattro, puri voti universali; fanno girare la ruota dell'insegnamento; cercano l'illuminazione sopra mentre edificano la gente sotto.

Questo è ciò che è chiamato ritornare andando via, andare via ritornando. È anche imperativo conoscere che c'è un tempo in cui "luce e tenebra sono una coppia". Perciò è definito anche il grado dell'arrivare in entrambi.

*Arrivare in entrambi*

Quando si incrociano due lame,  
nessun bisogno di fuggire;  
un esperto è come  
un loto nel fuoco:  
chiaramente c'è uno spirito  
che spontaneamente s'innalza.

In questo grado, i potenti esseri illuminati girano la ruota del principio della non-dualità di luce e tenebra. Nel mezzo della polvere rossa, con il capo coperto di cenere e la faccia infangata, essi agiscono liberamente in compagnia di suono e forma: come un fiore di loto, il cui colore e fragranza diventano più freschi e più chiari nel fuoco, essi vanno in mezzo al mercato stendendo le mani, agendo per gli altri.

Questo è ciò che è chiamato essere per strada senza lasciare la casa, lasciare la casa senza essere per strada. Si tratta di una persona ordinaria? Di un saggio? Demoni ed estranei alla dottrina non possono discernere una tale persona; perfino i Buddha e i maestri Zen non possono farci niente.

Cercare con agitazione di raggiungere questa condizione è come dire che un coniglio con le corna e una tartaruga pelosa sono andati su un'altra montagna. Perfino questo non può es-

sere considerato un posto per sedere in pace. Ecco perché si dice che “chiaramente c’è uno spirito che spontaneamente s’innalza”. E dell’ultimo stadio? Dovete sapere che c’è un altro grado, realizzare entrambi.

*Realizzare entrambi*

Se non sei intrappolato  
nell’essere o non essere  
chi può osare unirsi a te?  
Tutti vogliono lasciare  
la corrente ordinaria,  
ma in ultima analisi  
tu ritorni  
e siedi nella cenere.

Se gli studenti vogliono sperimentare il grado della realizzazione in entrambi di Tozan, devono innanzitutto studiare la seguente poesia:

Quel vecchio inutile attrezzo di Nuvola di Virtù:  
quante volte è venuto giù  
dalla sommità delle meraviglie!  
Aiuta altri folli saggi  
a trasportare neve per riempire un pozzo.



## Le quattro cognizioni

---

*La tradizionale formula Zen “vedere l’essenza, realizzare l’illuminazione” – originariamente intesa ad illustrare l’inefficacia della conoscenza formale e della pratica senza la percezione interiore della realtà – lasciò i seguaci dello Zen dei tempi successivi con una visione eccessivamente semplificata di ciò che stavano cercando. Anche i seguaci della scuola di Hakuin, a causa della tremenda enfasi da lui posta sul kensho, caddero nella stessa trappola. Hakuin, nel suo saggio Le quattro cognizioni, contrasta tali tendenze riduzioniste definendo una successione di stadi della realizzazione, nella quale, gradualmente, si dipana uno spettro più completo delle capacità umane.*

*Il saggio comincia con il problema della relazione tra realizzazione improvvisa e pratica graduale, tra potenzialità e attuazione. In questo saggio Hakuin rappresenta il compimento attraverso le classiche costruzioni buddhiste dei tre corpi e delle quattro cognizioni proprie della buddhità.*

*I tre corpi sono: il corpo della realtà, corrispondente all’essenza; il corpo della perfetta beatitudine, corrispondente alla visione interiore; il corpo di emanazione, corrispondente all’attività. Questi tre “corpi” della buddhità sono associati – si potrebbe anche dire sono permeati – con i quattro tipi di cognizione. La prima delle quattro è chiamata la cognizione universale rispecchiante, che percepisce le cose come esse sono senza interpretazioni concettuali, come se la mente fosse uno specchio che ri-*

*flette, in modo imparziale, ogni cosa posta di fronte ad esso. La seconda è la cognizione dell'uguaglianza, la visione interiore dell'essenza universale delle cose. La terza è la sottile cognizione osservante, che, in contrasto con la natura unitaria e non discorsiva delle prime due cognizioni, tratta la differenziazione. La quarta cognizione, la cognizione pratica, si riferisce all'azione in armonia con la visione interiore e la conoscenza realizzate attraverso le altre tre forme di cognizione. Complessivamente, queste quattro cognizioni costituiscono l'integrità totale della mente illuminata.*

*Come al solito, Hakuin è parco nell'uso di astratti tecnicismi metafisici, preferendo puntare la sua attenzione sulla prassi. In questo saggio, egli mostra come praticare l'esercizio Zen di "far girare la luce in differenti direzioni" attraverso stadi successivi di perfezionamento.*

## **Le quattro cognizioni**

Alcuni domandano: "I tre corpi e le quattro cognizioni sono inerenti, oppure sono nella sfera della conoscenza realizzata dopo l'illuminazione? Sono realizzate improvvisamente, oppure sono coltivate gradualmente?".

La risposta è che sebbene esse siano complete in ognuno, non possono essere realizzate se non sono portate alla luce. Quando avete accumulato lo sforzo nello studio e nell'investigazione e improvvisamente appare la natura-Buddha, immediatamente realizzate la realtà interiore; tutto è realizzato in una singola realizzazione.

Ma sebbene raggiungete lo stadio del risveglio senza passare attraverso gradi e stadi, se non coltivate gradualmente la pratica sarà impossibile completare l'onniscienza, la conoscenza indipendente e la grande illuminazione finale.

Qual è il significato della realizzazione improvvisa? Quando fulmineamente è infranta la mentalità discriminatoria e fulmineamente appare l'essenza dell'illuminazione, la trama dell'universo con la sua luce sconfinata è chiamata la cogni-



zione dello specchio universale, il corpo puro della realtà. Questa è la coscienza-deposito trasmutata.

Realizzare tutte le cose nei sei campi della percezione – vedere, ascoltare, discernimento e conoscenza – significa realizzare la vostra natura d'illuminazione, chiamata la cognizione dell'uguaglianza, il corpo compiuto della perfetta beatitudine.

Discernere i principi delle cose attraverso la luce della vera conoscenza è chiamata la sottile cognizione osservante. Questo è il corpo della perfetta beatitudine, e include anche il corpo di emanazione.

Tuttavia, nondimeno la vostra percezione della Via non è perfettamente chiara e il potere della vostra luminosa visione interiore non è ancora del tutto maturo. Perciò, se non vi perfezionate, sarete come un mercante che conserva il suo capitale e non s'impegna nel commercio: non prospera, e va perfino in bancarotta spendendo per conservare le apparenze.

Il perfezionamento graduale è paragonabile ad un mercante che si dedica al commercio, spendendo cento pezzi d'oro per realizzarne mille in profitto. Infine accumula una ricchezza incalcolabile e diventa libero di fare ciò che meglio crede del suo bottino.

Sebbene non vi sia differenza nella natura dell'oro, è impossibile divenire ricchi senza fare affari come quelli descritti. In maniera del tutto simile, anche se la vostra percezione della realtà è genuina, non potete abbattere le barriere delle azioni abituali fintanto che il potere della vostra luminosa visione interiore rimane debole. A meno che la vostra conoscenza della differenziazione non sia chiara, non potete aiutare le persone secondo la loro potenzialità. Dovete perciò conoscere la strada essenziale del perfezionamento graduale.

Che cos'è la cognizione dello specchio universale? Quando volete comprendere questa grande questione, per prima cosa dovete sviluppare una grande volontà e una grande fede; determinati a vedere nella vostra intrinseca natura-Buddha dovrete costantemente chiedervi chi è che ospita il vostro vedere e ascoltare. Non importa cosa state facendo, se state cammi-

nando, se siete fermi o in piedi, se siete seduti o sdraiati, se siete in attività o in silenzio, se vi trovate in circostanze piacevoli o spiacevoli; affondate il vostro spirito in questa domanda: che cos'è ciò che vede ogni cosa qui e ora? Che cos'è ciò che ascolta?

Domandando in questo modo, ponderando in questo modo, chiedendosi che cos'è, continuando senza sosta a porsi la stessa domanda, guidati dal coraggio e dalla coscienza, i vostri sforzi diventeranno naturalmente unificati e solidi, trasformandosi in una singola massa di domande che pervade l'universo. Il vostro spirito è soffocato, la vostra mente tormentata, allo stesso modo di un uccello in gabbia, allo stesso modo di un topo che striscia in un tubo di bambù senza potersi girare.

In questa situazione, se andate avanti senza ritirarvi, sarà come entrare in un mondo di cristallo: l'intera massa, all'interno e all'esterno, pavimenti e soffitti, case e palazzi, campi e montagne, erba e alberi, uomini e animali, utensili e merci, tutte queste cose appariranno come se fossero illusioni, sogni, ombre, nebbia.

Quando con una chiara presenza mentale aprite gli occhi e vedete con certezza, allora apparirà un inconcepibile reame che sembra, allo stesso tempo, esistere e non esistere. Questo è chiamato il tempo in cui la natura della coscienza diventa manifesta. Se pensate che questa condizione è magnifica e straordinaria e con gioia diventate infatuati e attaccati a questa esperienza, dopo tutto finirete per cadere nei rifugi dei due veicoli della liberazione individuale, o di coloro che sono estranei, o dei diavoli molesti e non vedrete mai la reale natura-Buddha.

A questo punto, se non restate vincolati al vostro stato e con uno sforzo che viene dal profondo del cuore innalzate il vostro spirito, di tanto in tanto esplorerete una cosa come dimenticare che siete seduti quando siete seduti, dimenticare che siete in piedi quando siete in piedi, dimenticare il vostro corpo, dimenticare il mondo intorno a voi. Se allora continuate ad andare avanti senza ritirarvi, lo spirito cosciente si frantumerà e apparirà improvvisamente la natura-Buddha. Ciò è chiamata la cognizione dello specchio universale.



Questo è il significato della perfetta, completa illuminazione al primo stadio dell'ispirazione. Potete discernere la fonte delle ottantamila dottrine e i loro sottili, infiniti significati improvvisamente. Quando si perviene all'essere, tutto perviene all'essere; quando ci si disintegra, tutto si disintegra. Non manca niente, nessun principio è incompleto.

Tuttavia, mentre come neonato del Buddha l'iniziato essere illuminato rende visibile il sole della saggezza della natura-Buddha, ancora non sono scomparse le nuvole dell'abitudine.

Dato che il vostro potere nella Via è inadeguato e la vostra percezione della realtà non è perfettamente chiara, la cognizione universale rispecchiante è associata all'est e ad essa ci si riferisce come alla porta dell'ispirazione.

È come il sole che sorge ad est: per quanto le montagne, i fiumi e la terra ricevano dei raggi, esse non sono ancora riscaldate dalla luce del sole. Sebbene un giorno vediate chiaramente la Via, fintanto che il potere della vostra luminosa visione interiore non è grande e forte, siete facilmente ostacolati dalle abituali affezioni istintuali e psicologiche, e non siete ancora liberi e indipendenti sia nelle circostanze piacevoli che in quelle sfavorevoli.

Ciò è come cercare un bue: sebbene un giorno possiate riuscire a vedere il vero bue, se non reggete fermamente la cavazza per tenerlo a freno, presto o tardi scapperà via.

Perciò, una volta visto il bue, fate che il vostro maggior interesse sia costituito dall'apprendimento dei metodi per accudire i buoi. Senza questo perfezionamento dopo l'illuminazione, molte persone che hanno visto la realtà perdono l'occasione.

Pertanto, la cognizione dell'uguaglianza della realtà non si sofferma nella cognizione universale rispecchiante. Procedendo sempre oltre, vi concentrate sul perfezionamento nelle conseguenze del risveglio.

Per prima cosa usate l'intima esperienza della vera essenza che avete visto per illuminare tutti i mondi con una radiante visione interiore. Quando vedete qualcosa, risplendete attraverso essa. Quando ascoltate, risplendete attraverso ciò

che ascoltate. Risplendete attraverso il vostro corpo, la vostra sensazione, percezione, azione e coscienza. Risplendete attraverso i sei campi dei dati della percezione.

Davanti e dietro, a sinistra e a destra, attraverso ogni sorta di sconvolgimento e ogni tipo di caduta, entrate nella condizione di assorbimento della radiante visione del tutto, vedendo attraverso tutte le cose interne ed esterne, risplendenti attraverso esse.

Una volta consolidato questo tipo di lavoro, la percezione della realtà è perfettamente chiara, tanto chiara che sarà come guardarvi il palmo della mano. A questo punto, continuando ad utilizzare sempre di più questa conoscenza cristallina e la visione interiore, nel bel mezzo delle afflizioni risponderete attraverso le afflizioni, nel mezzo dell'illuminazione risplenderete attraverso l'illuminazione, in circostanze piacevoli risplenderete attraverso circostanze piacevoli e in circostanze spiacevoli risplenderete attraverso circostanze spiacevoli.

Quando sorge il desiderio, risplendete attraverso il desiderio.

Quando sorge la rabbia risplendete attraverso la rabbia. Quando sorge la follia, risplendete attraverso la follia. Quando il veleno del desiderio, della rabbia e della follia, cessano di infettare la vostra mente, in questo modo divenuta pura, risplendete attraverso la mente pura.

Sempre, ovunque, risplendete attraverso tutte le cose, siano esse desideri o sensazioni, guadagno o perdita, giusto o sbagliato, perfino visioni di Buddha e visioni di verità; risplendete attraverso tutte loro con tutto il vostro corpo. Se la vostra mente non ricade nella discriminazione, la natura creata dalle vostre abitudini e azioni si dissolverà spontaneamente, e realizzerete un'inconcepibile libertà. Allora il vostro agire sarà in accordo con la vostra comprensione, principio e fatto sono completamente fusi, corpo e mente non sono due, essenza ed apparenza non si ostacolano a vicenda.

La realizzazione di questa condizione, il reame della vera equanimità, è chiamata la cognizione dell'uguaglianza della natura della realtà.



Ciò non significa che la non-dualità si fonde in una omogeneizzata visione di identità priva di forme. La cognizione dell'uguaglianza della realtà si riferisce al punto essenziale della vera, serena liberazione, realizzata attraverso il costante perfezionamento del vostro stato.

Benché, in linea di principio, i punti di vista siano uguali, non sono tuttavia uguali nella sostanza dei fatti. Se restate coinvolti in oggetti che vi riportano alle vecchie, abituali emozioni conflittuali, la vostra visione interiore e potere nella Via saranno bloccati e non sarete completamente liberi.

Perciò, questo perfezionamento nella pratica successivo al risveglio, è chiamato cognizione dell'uguaglianza della vera natura ed è associato con il sud e chiamato la porta del perfezionamento. È paragonabile al momento in cui il sole è a sud e la sua luce è piena, illuminante tutti i posti nascosti nei profondi burroni, sciogliendo il duro ghiaccio e asciugando il terreno bagnato.

Benché un essere illuminato abbia occhi per vedere la realtà, senza passare dalla porta del perfezionamento, è impossibile che riesca a rimuovere tutti gli ostacoli determinati dal bagaglio emozionale ed intellettuale, ed è perciò impossibile che riesca a raggiungere lo stato di liberazione e infine la libertà. Sarebbe un vero peccato, una vera perdita!

Successiva a questa è la cognizione osservante. Una volta raggiunta la sfera non-duale dell'uguaglianza della vera realtà, a questo punto è essenziale realizzare una chiara comprensione dei principi profondi di differenziazione degli esseri illuminati e padroneggiare le tecniche per aiutare la gente.

Altrimenti, anche se avrete coltivato e raggiunta una conoscenza senza impedimenti, infine resterete nel rifugio del veicolo minore e sarete incapaci di realizzare l'onniscienza, la conoscenza senza impedimenti e la libertà di cambiare in tutti i modi per aiutare la gente; sarete incapaci di illuminare voi stessi e gli altri o di raggiungere la grande illuminazione finale, nella quale consapevolezza e azione sono completamente perfezionate.

Per questa ragione è essenziale concepire un'attitudine di grande compassione e impegno nell'aiutare la gente in ogni luogo. Allo scopo di penetrare i principi delle cose nella loro infinita varietà, per prima cosa dovete studiarli giorno e notte attraverso gli insegnamenti verbali dei Buddha e dei fondatori dello Zen.

Verificando e analizzando una per una le profondità delle Cinque Case e delle Sette Scuole dello Zen, così come le meravigliose dottrine degli Otto Insegnamenti elargiti nei cinque periodi di insegnamento della vita del Buddha, se ancora vi resta energia dovrete chiarire le strutture sottostanti le varie e differenti filosofie.

In ogni caso, se studiare questo e quello dovesse risultare troppo complicato, allora si tratterebbe solo di uno spreco delle vostre facoltà, senza alcun vantaggio. Se investigate pienamente i detti dei Buddha e dei fondatori dello Zen, difficili da penetrare, e arrivate chiaramente al loro significato essenziale, allora la perfetta comprensione brillerà davanti a voi e i modelli e i principi di tutte le cose dovrebbero spontaneamente divenire chiari. Questo è ciò che chiamiamo l'occhio per leggere le scritture.

Ora, gli insegnamenti verbali dei Buddha e dei maestri Zen sono estremamente profondi e non dovrebbero essere considerati acquisiti dopo averli penetrati una o due volte. Quando vi arrampicate sulle montagne, più vi arrampicate tanto più esse sono alte; quando vi tuffate nell'oceano, più andate in profondità tanto più esso è profondo. È lo stesso in questo caso.

Ciò è anche paragonabile all'atto di forgiare l'acciaio per farne una spada: mettere l'acciaio nella forgia più e più volte è considerato la miglior cosa da fare; continuamente rifinendolo. Sebbene si tratti della stessa forgia, a meno che non mettiate la spada nel fuoco più e più volte e la rifiniate centinaia di volte, difficilmente ne verrà fuori una spada di valore.

Uno studio penetrante non è diverso da ciò. A meno che non entriate nella grande forgia dei Buddha e dei maestri Zen, difficile da attraversare, e vi produciate in ripetuti sforzi di perfezionamento, lottando con tutte le vostre forze, l'onni-



scienza e la conoscenza indipendente non potranno emergere. Proprio la ripetuta penetrazione delle serrate barriere dei Buddha e dei maestri Zen, e la capacità di rispondere, in ogni luogo, alle potenzialità degli uomini con maestria e libertà di mezzi, proprio queste capacità sono chiamate la sottile cognizione osservante.

Non si tratta di un'investigazione per mezzo delle considerazioni intellettuali. La conoscenza per salvare se stessi e la conoscenza per liberare gli altri, quando completamente compiute e padroneggiate, insieme sono chiamate la sottile cognizione osservante. Questo è lo stato del corpo di beatitudine perfettamente compiuto; è associato con l'ovest ed è chiamato la porta dell'illuminazione.

È come il sole che dopo mezzogiorno gradualmente declina verso ovest. Finché la cognizione universale dell'uguaglianza è esattamente nel mezzo, non potrete percepire le facoltà degli uomini e non potrete chiarire gli insegnamenti di differenziazioni tra le cose.

Se non vi fermate nel reame dell'autoilluminazione intesa come realizzazione interiore, ma proseguite oltre nel coltivare la sottile cognizione osservante, allora avete fatto ciò che potete. Avendo svolto il vostro compito, raggiungete la terra del riposo. Questo non è il senso del sole che tramonta: il suo significato è quello di realizzazione di tutte le cognizioni, il completamento dell'illuminazione, perché l'illuminazione di sé e degli altri – compimento di consapevolezza e azione – è considerato la vera, definitiva illuminazione.

Successiva a questa è la cognizione pratica. Questa è la segreta porta di accesso al comando mentale nel reame della liberazione definitiva. È chiamata la conoscenza incontaminata e la virtù non creata. Se non realizzate questa cognizione, non sarete capaci di grande libertà nel fare ciò che deve essere fatto per aiutare se stessi e gli altri.

Che cos'è quindi la spontaneità? Poiché la precedente sottile cognizione osservante è adempiuta grazie ad una pratica dal buon esito, e si trova nel reame del perfezionamento e della realizzazione – raggiungimento attraverso lo studio – essa è

chiamata conoscenza con sforzo. Questa cognizione pratica, in contrasto, trascende i limiti della pratica, della realizzazione e del raggiungimento attraverso lo studio: è oltre le possibilità di indicazione e spiegazione.

Per esempio, la sottile cognizione osservante è paragonabile allo sbocciare del fiore della completa illuminazione e della pratica, mentre la cognizione pratica – conoscenza di ciò che deve essere fatto – è paragonabile al fiore in fase calante della completa illuminazione e della pratica e alla formazione del vero frutto. Questo non lo potete vedere neanche in sogno, a meno che non abbiate penetrato il passo finale, trascendentale dello Zen. Ecco perché si dice che finalmente arrivate all'indistruttibile barriera, all'ultima parola.

Il modo di indicare la direzione non sta nelle spiegazioni verbali. Se volete arrivare in questo reame, semplicemente perfezionate la cognizione osservante nelle storie differenziate che sono difficili da superare, fondendo e forgiando centinaia e migliaia di volte, sempre daccapo.

Anche se avete penetrato alcune di esse, ritornateci su più volte, esaminandole meticolosamente. Che cos'è questa verità di trascendenza oltre tutte le convenzioni? Se non regredite nell'esaminare i detti degli antichi, un giorno potrete arrivare a conoscere questo luogo di meraviglia.

Tuttavia, se non cercate un maestro illuminato e personalmente vi sottoponete ad un perfezionamento, non potrete scandagliare le profonde sottigliezze. L'unico rincriscimento è che i veri insegnanti Zen sono estremamente rari qui e difficili da trovare.

Ma se in questo compito esercitate la vostra energia con il massimo vigore e lo penetrate chiaramente, raggiungerete la liberazione in tutti i modi, trascenderete i reami dei Buddha e dei demoni, e tuttavia andrete liberamente vagabondando nei reami dei Buddha e dei demoni. Risolvendo tutti i problemi difficili, rimuovendo i vincoli, estraendo chiodi e cavicchi, guidando gli uomini verso il reame della purezza e della serenità.



Questa è chiamata la cognizione pratica, associata con il nord: è chiamata la porta del Nirvana.

È paragonabile al momento in cui il sole raggiunge il punto cardinale del nord, quando è mezzanotte e l'intero mondo è buio. Quando giungete nella sfera di questa cognizione, non si tratta più di capire o comprendere. Perfino i Buddha non possono vedervi, ancor meno gli estranei e i demoni.

Questo è lo stato di completa pace della pura realtà dei Buddha e dei maestri Zen, la foresta di spine dove i praticanti Zen siedono, giacciono e camminano per ventiquattro ore al giorno. Ciò è chiamato grande Nirvana con quattro attributi: eternità, beatitudine, purezza e sé.

È anche chiamata cognizione della natura essenziale del cosmo, nella quale le quattro cognizioni sono totalmente complete. Il centro ha il significato di compendiare le quattro conoscenze; l'essenziale natura del cosmo rappresenta l'essenza dell'illuminato, maestro degli insegnamenti, totalmente libero.

Spero che i Buddhisti in possesso di una grande fede concepiranno grande fiducia e impegno e coltiveranno la grande pratica per la realizzazione di queste quattro cognizioni e della vera illuminazione. Non mollate la presa su questa grande questione di miriadi di eoni per l'orgoglio della vostra opinione del momento.

### *3. I KOAN ZEN*

---



## 1. Buddha occupa l'alto seggio

---

Wan-sun dice: “Chiudere la porta e schiacciare un pisolino è una lezione per quelli dotati della più alta potenzialità. Notare, rispecchiare e sforzarsi sono dettagli per il mediocre e l'inferiore. Se a questa rappresentazione aggiungete una sedia buffa e gli occhi di un demone giocherellone, non siate sorpresi se si fa avanti uno spettatore in disaccordo”.

*Al percettivo non c'è bisogno di dire alcunché; le elaborazioni dell'insegnamento e la pratica sono per coloro che non sperimentano la verità direttamente. È per questo che un insegnamento non dovrebbe essere valutato esclusivamente per le sue apparenze esterne, bensì per il suo effetto globale su di un uditorio. Rituali allestiti con abilità e istrionismo possono passare per religione tra coloro che sono abituati a vivere ad un livello superficiale e artificioso, ma ciò non significa che si tratti di vera religione, o che ci si possa aspettare che ognuno l'accetti semplicemente per evitare di provocare guai.*

Un giorno il Buddha montò su un alto seggio. Manjushri, spirito di superna saggezza, fece risuonare un segnale e dichiarò: “Vedete in piena verità la religione del maestro di religione: la religione del maestro di religione si sostanzia nell'“essere così”.

Allora il Buddha scese dal seggio.

*Il Buddha non montava un alto seggio quando insegnava ai suoi discepoli mendicanti. È solo nel contesto del Mahayana o Buddismo Universalista che Buddha monta su un alto seggio; ciò sta a simboleggiare il seggio dell'insegnamento basato su di una prospettiva universale, da un punto di vista posto al di là delle opinioni del mondo che creano divisioni e conflitti.*

*Manjushri, il Glorioso, è uno dei principali archetipi del bodhi-sattva, o esseri illuminati, associati con l'insegnamento del Buddha. Manjushri rappresenta la saggezza e la conoscenza, sia trascendentali che temporali. La sua dichiarazione della religione dell' "essere così" fu enunciata prima che il Buddha avesse parlato, allo scopo di allertare l'uditorio alla immediata completezza dell'universale Essere Così, all'interno della quale l'essere così di ogni individuo trova il suo posto in un nesso di relazioni infinitamente ricco.*

*Dal momento che non c'era più nulla da dire – poiché davvero la religione dell'essere così è compresa solo dall'essere così – il Buddha non disse niente e immediatamente scese dall'alto seggio.*

*C'è inoltre un'altra ragione per la quale il Buddha "discese": mostrare che dopo il risveglio (ossia ciò che "Buddha" rappresenta) ognuno di noi deve "discendere" dall'esperienza dell'Essere Così universale all'esperienza della responsabilità individuale per essere così. Lo scopo e il significato del risveglio sta nel legame essenziale tra l'Essere Così universale e l'essere così individuale. Imparare coscientemente a mantenere e salvaguardare questa connessione nel mezzo del mondo quotidiano è la "discesa dall'alto seggio" e la riassunzione della responsabilità individuale al più alto livello, anche nell'ordinaria condizione dell'esistenza terrena. È anche per questo motivo che il Buddha può essere rappresentato – ad un livello di tradizione – con indosso dei "cenci" anche dopo il raggiungimento della buddhità: questa immagine simboleggia la sua consapevole ripresa dell'umana esistenza temporale nel mondo dopo la realizzazione della liberazione.*

In una poesia T'ien-t'ung diceva:



Un sapore di realtà – capisci?

Ininterrottamente la madre dell'evoluzione corre il suo telaio avanti e indietro,

Tessendo un antico broccato contenente le forme della primavera,

Niente da dire sulla rivelazione manifestata dal Signore dell'Oriente.

*Il sapore della realtà è "essere così". Lo capite? Non si tratta di una questione superficiale. Essere come si è – allo stesso modo della Creazione che tesse un arazzo senza tempo – non è nient'altro e non può essere illustrato o descritto. Il Signore dell'Oriente è Manjushri, la personificazione della conoscenza. La vera realtà è effettivamente lì, sia che noi ne siamo consapevoli sia che non lo siamo, sia che ne discutiamo sia che non ne discutiamo, sia che la definiamo sia che non la definiamo. Infatti, discussioni e definizioni possono solo servire ad oscurare l'immediata realtà. Un proverbio Zen dice: "Ogni giorno la gente ordinaria la usa, ma senza conoscerla".*

## 2. Vuoto

---

Wan-sung dice: “Qualcuno che per tre volte presentò ad un re un gioiello in uno stampo non sfuggì al castigo. Gettate una perla luminosa: sono pochi quelli che non reagiscono ponendosi sulla difensiva. Possono esserci invitati improvvisati, ma non anfitrioni improvvisati; ciò che può essere opportuno in via temporanea, non è opportuno nella realtà. Se i tesori e le rarità non possono essere usati, presentate qualcosa il cui prezzo non può essere nominato”.

*Un insegnamento può non essere visibile per chi cerca attraverso le apparenze esterne. Anche il consiglio di maggior valore può essere rigettato quando giunge in una forma o in un modo inaspettate. I ricercatori si avvicinano ad una fonte di insegnamento con ogni sorta di aspettative arbitrarie, ma un vero insegnante non accondiscende a queste immaginazioni soggettive: per comunicare veramente può essere necessario trovare una convenzione, ma questo è solo un mezzo provvisorio, non una vera finalità. Dramma ed eccitazione non servono quando si giunge alla percezione oggettiva della realtà, un'esperienza così autenticamente unica che “nessuno è in grado di dirne il prezzo”.*

L'imperatore Wu di Liang chiese al grande maestro Bodhidharma: “Qual è il significato definitivo delle sante verità?”.



Bodhidharma rispose: “Vuoto, senza santità”.

L'imperatore disse: “Chi è che sta qui di fronte a me?”.

Bodhidharma rispose: “Non so”.

L'imperatore non ne afferrò il senso, e così Bodhidharma attraversò il Lungo Fiume. Arrivato a Shaolin, rimase a fissare un muro per nove anni.

*Talvolta, le persone che desiderano seguire il Buddhismo, realmente non riescono ad accettare l'essere così, e finiscono invece per vestire i loro migliori costumi recitando simulazioni. Tutta la santità supposta dei pazzi pii e dei pretesi ricercatori non è altro che molta vanità e illusione.*

*Bodhidharma è considerato il fondatore dello Zen in Cina. Tagliando corto con la scolastica e i rituali allestiti con abilità, rifuggendo la politica mascherata con abiti religiosi, egli puntò direttamente all'ineffabile essenza del risveglio, tradizionalmente definita come il coltello che taglia ma non taglia se stesso, come l'occhio che vede ma non vede se stesso. Ecco perché il maestro dice “non so” quando l'imperatore gli chiede chi sia. Vedendo il modo in cui l'imperatore non comprende l'essenziale, il maestro sa che non può insegnargli più di tanto; e lascia così il dominio dell'imperatore. Il Buddhismo non può essere comprato o venduto.*

*Fissare un muro rappresenta la saldezza della mente raggiunta attraverso la realizzazione dell'essenza universale della coscienza. Nove anni rappresentano le nove strutture del tempo: passato, presente e futuro del passato; passato presente e futuro del presente; passato presente e futuro del futuro. Sperimentare direttamente la natura essenziale dell'assoluto, che è privo di tutte le costruzioni immaginarie e immutato in ogni momento del tempo, è la via fondamentale dello Zen.*

Tien-t'ung disse in versi:

Vuoto, senza santità – l'approccio parte da lontano.

Il successo è come roteare un'ascia senza causare danni;

Il fallimento è come rompere una brocca senza guardare indietro.

Distaccato tranquillamente seduto a Shaolin,

Silenziosamente espresse il vero ordine.  
La chiara luna d'autunno mostra il suo gelido disco;  
La Via Lattea dirada, l'Orsa Maggiore di notte abbassa il  
suo manico.

L'abito e la ciotola del lignaggio sono passati ai successori;  
Di ciò la gente ne ha fatto sia medicina che malattia.

*Le aspettative dell'imperatore circa qualcosa di grandioso furono rese vane dal maestro che annientò le sue pie concezioni. Il successo del maestro consistette nell'indebolire un'illusione senza arrecare danno alla vera potenzialità. Il maestro non lasciò che il fallimento consentisse all'imperatore di dare per certo che da quel momento poteva tentare di impegnarlo in compromessi o allettamenti: una volta rotta la brocca, egli sapeva che non aveva senso guardarsi indietro. Tranquillamente seduto e distaccato significa essere proprio così, senza raccontarsi storie o darsi a vivaci riunioni di gruppo. Questo è ciò che esprime la fondamentale verità sulla natura inventata delle nostre concezioni soggettive riguardo noi stessi e il mondo.*

*La chiarezza della verità priva di abbellimenti è "fredda", e non ammette sentimentalismi. Solo quando il flusso della coscienza è libero dai pensieri che producono attaccamenti il mistero diventa accessibile all'occhio della mente.*

*Sebbene forme e metodi di tecniche liberatorie siano state trasmesse da tempo immemorabile, la loro efficacia dipende dall'uso che se ne fa. Per la persona sincera possono essere medicina, mentre la persona ossessiva le trasforma in malattia.*



### 3. Invito ad un patriarca

---

Wan-sung dice: “La potenzialità non manifestata anteriore al tempo – una tartaruga nera si gira verso il fuoco. L’unica esposizione trasmessa separatamente al di fuori del dogma – sul bordo di un mortaio sbocciano fiori. Ditemi, c’è una qualche accettazione e approvazione, un leggere e un esporre?”.

*La tartaruga nera rappresenta lo stato assoluto, nello Zen chiamato il cuore del Nirvana; girarsi verso il fuoco rappresenta il punto di svolta degli stadi Zen, conosciuto come venire dall’assoluto e arrivare nel relativo.*

*L’unica enunciazione trasmessa separatamente al di fuori del dogma si riferisce all’esperienza della percezione diretta, che non può essere descritta a parole o definita attraverso concetti. Il bordo di un mortaio lungo il quale sbocciano fiori rappresenta l’inconcepibile attività della potenzialità della vita che opera spontaneamente, apparendo come per miracolo al genuino cuore del Nirvana.*

*Come è possibile che pratiche artificiali possano catturare questo stato?*

Un re dell’India orientale invitò il ventisettesimo patriarca Prajnatarā ad un pranzo vegetariano. Il re domandò: “Perché non leggi le scritture?”.

Il patriarca disse: “Quando inspiro non mi soffermo sugli aggregati e sugli elementi del corpo e della mente; quando espiro non sono coinvolto in alcun oggetto. Continuamente espongo questa scrittura – centinaia, migliaia, milioni di pergamene”.

*Ci sono numerosi esercizi di concentrazione che implicano la coordinazione della respirazione e dell'attenzione. Molti culti pseudo Zen insegnano a contare i respiri e chiamano questo zazen o meditazione, ma la concentrazione senza la visione interiore è pericolosa in quanto, di fatto, rende ancora più dura la corazza dell'io e condensa le sostanze psicologiche inquinanti piuttosto che rimuoverle.*

*Si può supporre che il patriarca buddhista – di Prajantara si pensava che fosse stato il maestro di Bodhidharma, il fondatore dello Zen in Cina – stesse illustrando un metodo di piena presenza mentale concentrata sulla respirazione. Guardate però la disposizione della sua attenzione: si può dire che stesse praticando la piena presenza mentale sul respiro? È attento o non lo è? Su che cosa è attento? Questo esercizio è infinitamente più sottile di quanto possa apparire a prima vista; ecco perché Wan-sung ci chiede se è possibile che lo si possa formulare e trasmettere oppure se non può essere realizzato che attraverso l'esperienza diretta.*

Tien-t'ung disse in versi:

Un rannuvolato rinoceronte si gode il chiaro di luna, fulgore colmo di luminosità;

Un cavallo di legno sgambetta nella primavera, agile e senza impedimenti.

Sotto i sopraccigli, un paio di freddi occhi verdi;

Come può la lettura della scrittura giungere a trapassare la pelle del bue?

Una mente chiara pura produce immensi eoni,

Il potere eroico virile schianta il doppio recinto.

Il meccanismo spirituale è fatto per imperniare

L'apertura della sottile rotondità.



Uno dimenticò la strada dalla quale era venuto;  
L'altro lo ricondusse, prendendolo per mano.

*Il rinoceronte rannuvolato e il cavallo di legno sono la vera potenzialità latente all'interno della mente umana; godersi la luna e sgambettare nella primavera rappresentano la vera potenzialità liberata, non più vincolata agli oggetti.*

*Gli occhi verdi si riferiscono al patriarca buddhista. Nello Zen cinese, alla gente che veniva dall'Occidente – l'Asia centrale e il subcontinente indiano – qualche volta ci si riferiva come a uomini aventi gli occhi azzurri o verdi. Per i Cinesi dei primi secoli dell'Era Volgare, ciò si fondava sulla sorprendente impressione causata dall'apparizione dei Buddhisti dell'Asia Centrale aventi occhi verdi o grigi. Gli occhi del patriarca sono "freddi" in quanto egli vede la realtà senza abbellimenti e per questa ragione rifiuta di intrattenere il re con uno spettacolo.*

*Trapassare la pelle del bue si riferisce alla visione interiore penetrante, che non può essere ottenuta dal solo intelletto discorsivo ma richiede anche il risveglio della percezione diretta a cui, nel sanscrito buddhista dei patriarchi, ci si riferisce come pratyaksha-pramana o pratyaksha-darshana. La lettura delle scritture in modo accademico non utilizza né ridesta questa esperienza diretta; devono essere lette nella maniera buddhista, con la totalità dell'essere. Ecco perché il verso pone ciò come una domanda: come può la lettura della scrittura giungere a trapassare la pelle del bue? A noi stessi viene chiesto di distinguere la formalità dalla realtà, la lettura concettuale dalla lettura basata sull'esperienza.*

*La chiara pura mente che produce eoni rappresenta l'espansività dell'esperienza della mente liberata dalla dipendenza dagli oggetti. Il potere eroico che schianta un doppio recinto descrive la pratica del patriarca di non fermare l'attenzione né sugli oggetti interni né sugli oggetti esterni, mentali o fisici, astratti o concreti.*

*L'apertura della sottile rotondità sembra rinviare al meccanismo della respirazione, ma in realtà si tratta del sottile spazio della consapevolezza non inibita, che consente al meccanismo spirituale dell'attenzione di operare liberamente.*

*Colui che dimenticò la strada dalla quale era venuto è il re, alienato, a causa dei suoi preconcetti, dalla percezione diretta*

*della realtà naturale – la fonte di ogni cosa – e perciò alla ricerca di qualcosa di speciale come potrebbe essere una “pratica religiosa”. Colui che lo prende per mano per ricondurlo è il patriarca, che rivolge l’attenzione al recondito punto centrale della libertà, e fa ciò in una maniera priva di complicazioni, tanto semplice e diretta come l’atto di accompagnare qualcuno per mano.*



## 4. Buddha indica il suolo

---

Wan-sung dice: “Nel momento in cui è sollevata una particella, il mondo intero è contenuto in essa. Chi può aprire i confini ed estendere la terra come un cavaliere solitario in possesso di una sola lancia, così da essere il maestro in ogni luogo e trovare la fonte in ogni cosa?”.

*Se tutto è interdipendente, allora tutto è parte dell'esistenza d'ogni singola cosa. Utilizzando questa sola, quintessenziale comprensione dell'universale interdipendenza, è possibile estendere gli orizzonti della coscienza per mezzo della rete infinita della causalità. In questo modo noi siamo nel cuore dell'illimitato persino nel mezzo del finito; ciò che determina la profondità e l'ampiezza del nostro mondo è la ricchezza o la povertà della nostra percezione.*

Una volta, mentre il Buddha camminava lungo una strada insieme con un gruppo, indicò il suolo e disse: “Questo posto è adatto per costruire un santuario”.

Shakra, imperatore dei Deva, conficcò un filo d'erba nel terreno e dichiarò: “La costruzione del santuario è fatta”.

Il Buddha sorrise.

*Buddha viaggiava in compagnia di tutti gli esseri. Shakra, l'imperatore dei Deva, è anche chiamato Indra. Nell'insegnamento Avatamsaka, la rete di perle di Indra, riflettente in alto il mondo sottostante, rappresenta la rete infinita di fenomeni e principi interdipendenti.*

*Buddha indica il suolo e dice che è adatto per un santuario: ciò rappresenta il principio universale, che è in ogni luogo. Indra pianta un filo d'erba nel terreno e dichiara costruito il santuario: ciò rappresenta la concreta manifestazione del principio nei fenomeni. Realizzare la perfetta corrispondenza dell'astratto e del concreto è il terzo dei quattro reami della realtà nel Buddhismo Avatamsaka e il terzo dei Cinque Gradi nella scuola Ts'ao-Tung del Buddhismo Ch'an.*

Tien t'ung disse in versi:

Primavera infinita nelle cento erbe:

Raccolta così come viene, è usata con familiarità.

La gloriosa incarnazione di qualità virtuose,

Senza fretta Buddha conduce per mano nella polvere rossa,

Capace di essere maestro nella polvere;

Un visitatore risalta dall'esterno della Creazione,

Vita sufficiente così com'è ovunque egli sia,

Senza dispiacersi se non è intelligente come gli altri.

*La primavera infinita nelle cento erbe è il principio universale alla base dei fenomeni. Quando questo principio universale è realizzato, può essere illustrato attraverso qualsiasi cosa.*

*Un'incarnazione di qualità virtuose rappresenta Buddha inteso come colui che incarna le verità astratte nelle manifestazioni concrete. La pratica dell'illuminazione è attuata nel mondo ordinario, mentre l'illuminazione dei praticanti è indipendente dagli oggetti.*

*L'imperatore dei Deva è l'ospite che viene dall'esterno della Creazione. In questo caso, l'idea di essere "fuori della Creazione" si riferisce ad una prospettiva totale sull'essere completo, piuttosto che ad una prospettiva limitata frutto di un punto di vista isolato. La sufficienza della sua vita ovunque egli sia si rife-*



*risce alla sua abilità nello sperimentare ogni cosa come parte d'ogni altra cosa; il disinteresse per la sua insufficiente intelligenza comparata agli altri, si riferisce all'effettiva realtà dell'interdipendenza universale, che non necessita di essere costruita artificialmente per essere vera.*

## 5. Il prezzo del riso

---

Wan-sung dice: “Siddhartha cavò la propria carne per nutrire i suoi genitori, ma questo episodio non è incluso nelle leggende dei discendenti devoti; Devadatta fece cadere una montagna per schiacciare Buddha, ma non ebbe timore di un improvviso rombo di tuono, non è vero? Attraversare una foresta di spine, abbattere un albero di sandalo, quando l’anno è finito, l’incipiente primavera è ancora fredda come sempre; dov’è il corpo di realtà dei Buddha?”.

*Siddhartha è il nome di Gautama Buddha prima della sua rinuncia alla condizione mondana. Devadatta era il cugino di Siddhartha, che senza vergogna si oppose al Buddha ed è conosciuto come un nemico acerrimo del Buddhismo. L’atto di devozione di Siddhartha non compare negli annali secolari; una buona azione non ha bisogno di essere resa nota. Devadatta fu incorreggibile nel suo tradimento; un atto malvagio può non essere riconosciuto da chi lo compie.*

*Passare attraverso una foresta di spine significa affrontare la vita così com’è; abbattere un albero di sandalo significa superare le pie fantasie. Quando finite di sognare, la realtà è come sempre; non è che fosse da qualche altra parte e improvvisamente viene in evidenza.*



Qualcuno chiese a Ch'ing-yuan: "Qual è il grande significato del Buddismo?".

Ch'in-yuan disse: "Qual è il prezzo del riso in città?".

*Il prezzo del riso è "essere così". Anche conoscendo ciò, è pur sempre necessario domandare cosa significa il Buddismo e qual è il prezzo del cibo; è necessario comprendere insieme la verità definitiva e la verità condizionale, senza né confonderle né alienarle. Se pensate che una risposta fissa significhi comprensione, allora non conoscete nemmeno i prezzi nella vostra stessa città.*

T'ien-t'ung disse in versi:

L'opera del governo di Halcyon è senza forma;  
Le maniere dei vecchi campagnoli sono pure e incontaminate.

Tutti loro sanno cosa sono le canzoni del villaggio e le riunioni festose;

Cosa importa loro delle virtù di un antico re?

*Questa poesia riguarda la non artificiosità, niente di più; vale a dire la finestra sull'essere così, il prezzo del riso in città. C'è un proverbio Zen che dice: "È difficile sostenere una falsa dottrina". Ciò significa che le false complicazioni sono intrinsecamente gravose, non importa se rivestite di molti colori o ripetute dramaticamente. Solo dei vani carrieristi potrebbero annoiare con simili artificiosità; solo dei vani sognatori potrebbero mettere su cose del genere.*

## 6. Bianco e nero

---

Dice Wan-sung: “Quando nulla può essere detto, un uomo privo di lingua può parlare; dove neanche un gradino può essere intrapreso, un uomo privo di gambe può camminare. Se cadete entro la sfera di un altro e di fronte ad un’enunciazione rimanete senza parole, come potete raggiungere una qualsiasi forma d’indipendenza? Quando siete oppressi dagli elementi, come potete entrare nel regno della libertà?”.

*Un uomo senza lingua rappresenta uno che non ha alcuna forma rigida di abitudini di pensiero; una tale persona può comprendere ed esprimere ciò che non è accessibile al pensiero convenzionale. Un uomo senza gambe è uno che non dipende da alcunché; una tale persona può andare dove la dipendenza non trova alcun sostegno.*

*Come può essere ottenuta una tale libertà se restate entro i limiti imposti da un altro? Come può essere realizzata la libertà se trasformate ogni cosa in un cliché? Come potete emanciparvi se ogni cosa opprime la vostra mente?*

Un ricercatore chiese al Grande Maestro Ma: “Lasciando da parte tutte le proposizioni possibili, datemi per favore un’indicazione diretta sul significato del Buddismo attuale”.



Il grande maestro disse: “Oggi sono stanco, non posso spiegartelo. Chiedi a Chih Tsang”.

Il ricercatore chiese a Chih Tsang, il quale disse: “Perché non lo chiedi al maestro?”.

Il ricercatore replicò: “Il maestro mi ha detto di chiedere a te”.

Chih Tsang disse: “Oggi ho mal di testa, non posso spiegartelo. Chiedi al fratello Hai”.

Il ricercatore chiese a Hai. Hai rispose: “A questo punto non capisco”.

Il ricercatore riferì ogni cosa al grande maestro. Il grande maestro disse: “La testa di Tsang è bianca, la testa di Hai è nera”.

*Questo ricercatore voleva giungere all'esperienza diretta, al di là della comprensione logica. Il grande maestro, senza ulteriore strepito, gli mostrò il modo, ma il ricercatore non lo comprese; così Tsang, l'allievo illuminato del maestro, ripeté la lezione. Il ricercatore ancora non capì, così un altro degli allievi illuminati del maestro – quello chiamato Hai – gli mostrò che questo tipo di realizzazione non è la stessa cosa di una comprensione concettuale.*

*Il maestro dice che la testa del primo allievo è bianca, poiché egli dà la sua lezione nei termini del mondo temporale, condizionale; mentre la testa del secondo allievo è nera, poiché la sua lezione si riferisce all'inconcepibile assoluto. La completa realizzazione Zen racchiude sia il condizionale che l'assoluto, senza né confusione né contraddizione.*

T'ien-t'ung disse in versi:

La medicina che causa la malattia è evidenziata dagli antichi saggi;

Perché la malattia sia medicina, chi lo richiede?

Testa bianca e testa nera sono i capaci eredi della casa;

Enunciazione e non enunciazione sono accorgimenti per stroncare il flusso.

La maestà che comanda arresta la strada del discorrere,

Risibile il silenzioso Buddha dei tempi antichi.

*La medicina che causa la malattia si riferisce al fatto di confondere se stessi pensando soggettivamente riguardo ai principi dell'insegnamento buddhista. Gli antichi saggi lo dimostrano chiarendo lacune e crepe della comprensione. Perché un ricercatore o una ricercatrice possano risvegliarsi attraverso la dimostrazione degli errori da loro fatti sul cammino, è necessario che ci sia uno in possesso di una visione obiettiva, così come è necessaria un'attitudine flessibile e ricettiva da parte dei ricercatori.*

*Il relativo e l'assoluto sono entrambi parte dell'esperienza Zen; ciò che è manifesto e ciò che non lo è sono entrambi veicoli di realizzazione. L'attenzione dovrebbe essere indirizzata al concreto per interrompere preoccupazioni relative alle astrazioni; per converso, l'attenzione dovrebbe essere riversata all'astratto per interrompere preoccupazioni relative al concreto.*

*Il Buddha silenzioso dei tempi antichi si riferisce a Vimalakirti, un Buddha laico, famoso per la sua silenziosa risposta ad una domanda concernente l'accesso alla non dualità. Il suo silenzio è detto risibile in modo che la gente non lo imiterà in maniera falsa, tentando di spacciare l'ignoranza per saggezza, e non diventerà ossessionata da una esagerata concezione dell'assoluto inteso come silenzio bell'e buono e inezia.*



## 7. Occupare l'alto seggio

---

Wan-Sung dice: “Gli occhi, le orecchie, il naso e la lingua hanno ognuno una funzione, mentre le sopracciglia rimangono sopra; guerrieri, agricoltori, artigiani e mercanti hanno ognuno un lavoro, mentre coloro che non hanno una specializzazione sono sempre liberi. Come fa un vero maestro della fonte ad elaborare gli espedienti?”.

*Le funzioni dei sensi e le classi professionali rappresentano l'ambito dell'azione e della fatica, mentre le sopracciglia e coloro che non hanno una specializzazione rappresentano il non artificio e l'assenza di difficoltà. Si può cominciare sforzandosi, ma finché non si realizza l'assenza di sforzo la realtà dell'essere così non diventa chiara.*

Una volta, allorché Yao-shan non aveva occupato l'alto seggio per lungo tempo, l'abate del tempio gli disse: “Il gruppo è da tempo desideroso di ricevere istruzioni; vi prego di dare una lezione sull'insegnamento”.

Yao-shan fece dunque suonare la campana e, una volta che il gruppo si fu riunito, andò a sedersi sull'alto seggio. Dopo un lungo silenzio, scese dal seggio e ritornò nelle sue camere.

L'abate lo seguì chiedendogli: "Avevate appena detto che avreste esposto la dottrina al gruppo; perché non avete detto una parola?".

Yao-shan disse: "Per le scritture ci sono professori di scrittura, per i trattati vi sono professori di trattati; come potete biasimarmi?".

*Il vero insegnamento non è una sequela di parole: è l'esperienza della stessa realtà. Se le persone sono condizionate, aspettandosi di ricevere l' "insegnamento" secondo formule e forme preconcepite, cessano di ricevere effettivamente questo "insegnamento". Coloro che cadono in quest'abitudine stanno ripetendo dei cliché piuttosto che studiare la realtà. Se non sono andati troppo lontano, una lezione come quella data dal maestro Yao-shan può risvegliarli dal loro torpore.*

T'ien-t'ung disse in versi:

Un ingenuo bambino si agita per il "denaro" che serve a non far piangere;

Un buon cavallo rincorre il vento, notando l'ombra della frusta.

Nuvole percorrono rapidamente l'eterno cielo; annidandosi nella luna, una gru,

Fredda chiarezza andata nelle sue ossa, tale che non può dormire.

*Il "denaro" per fermare il pianto è una classica rappresentazione degli insegnamenti buddhisti, che sono un insieme di mezzi concepiti per arrestare l'illusione. Secondo una storia tratta dalle scritture, una madre offre una manciata di foglie gialle al figlio in lacrime, dicendogli che gli darà questo "denaro" se smette di piangere. Ciò significa che gli insegnamenti sono degli espedienti liberatori, non dogmi vincolanti.*

*Il maestro Yao-shan offre quindi all'abate una lezione per fermare il suo piagnucolio. Sebbene non disse nulla, un "buon cavallo", ossia un allievo sveglio, avrebbe recepito all'istante il messaggio. Di un allievo sveglio si dice che è come un buon cavallo che galoppa via alla vista della mera ombra della frusta e*



*non ha bisogno di essere veramente battuto. Allo stesso modo, uno studente perspicace accoglierebbe il silenzioso messaggio della "lezione" non proferita di Yao-shan e non avrebbe bisogno di molte parole.*

*L'eterno cielo è l'eterno vuoto, l'inafferrabile, inconcepibile fondamento della realtà. Le nuvole che percorrono rapidamente il cielo sono gli eventi transitori del mondo condizionale, la cui effettiva caducità sta sempre a dimostrare il vuoto dell'eternità. La luna rappresenta la consapevolezza dell'assoluto, l'"alto seggio" occupato da Yao-shan, che è così freddo, così vuoto di attaccamenti sentimentali alle consuete abitudini di pensiero, che non è possibile cadere nel sonno dei cliché convenzionali. Ecco ciò che rappresenta il rifiuto di Yao-shan di intrattenere la truppa; il suo scopo era di illuminarli non di divertirli.*

## 8. Una volpe selvatica

---

Wan-sung dice: “Se vi ricordate anche un solo puntino di una *i*, andrete all’inferno come una freccia scagliata; se ingoiate anche una goccia di bava di una volpe selvatica, non riuscirete a sputarla fuori per trent’anni. Non è perché l’ordine in India sia rigoroso, bensì perché l’ignorante è oppresso dalle abitudini coatte. C’è mai stato qualcuno che non ha commesso un errore?”.

*Gli insegnamenti buddhisti non sono fatti per essere memorizzati e vomitati agli altri alla minima occasione. Se memorizzate un fascio di slogan e di cliché, pensando che si tratti dell’illuminazione, diventerete solo più insopportabili, a voi stessi e agli altri; se ingoiate la bava di falsi maestri che illudono gli altri approfittando dell’irresponsabilità e di vaghi desideri, essa vi si attaccherà alle costole, appesantendovi.*

*Non si tratta di una questione di principio dogmatico ma della realtà naturale. Se siete attaccati ad idee preconcelte, la vostra attenzione non ha spazio per nient’altro; fintanto che sarete pieni di autocompiaciute razionalizzazioni, le vostra facoltà mentali non potranno digerire e assorbire alcunché della verità oggettiva.*

*C’è qualcuno che non ha mai commesso un errore? Se pensate che questo possa scusare gli errori, vi sbagliate.*



Ogniqualevolta Pai-chang esponeva all'assemblea il suo insegnamento, tra gli ascoltatori era sempre presente un vecchio. Abituamente, andava via con il pubblico, ma un giorno non lo fece. Pai-chang gli chiese quindi chi fosse.

“In un tempo assai lontano, al tempo del Buddha Kashyapa, vivevo su questa montagna”, spiegò il vecchio, “allorquando uno studente mi chiese se le persone molto dotte siano o meno ancora soggette alla causalità. Risposi che non sono soggette alla causalità, e finii per incarnarmi in una volpe selvatica per cinquecento vite. Ora vi chiedo di dirmi una parola al riguardo”.

Pai-chang disse: “Non essere cieco alla causalità”.

A queste parole il vecchio fu immensamente illuminato.

*L'idea che la pratica buddhista sia un modo per sfuggire ai problemi senza affrontarli e comprenderli è tipica dell' avido e del pigro. L'idea della libertà intesa nel senso di libertà dalle responsabilità è tipica dell'avventato e dell'aggressivo. Coloro che offrono a tutti, indistintamente, intense meditazioni ipertensive – come se, in pochi giorni, potessero realizzare una qualche sorta di esperienza spirituale – segretamente si appellano non ad un'aspirazione spirituale, ma all'avidità, alla pigrizia, alla svenatezza e all'aggressività comuni agli adulti irresponsabili, emozionalmente e intellettualmente immaturi.*

*Spesso tali persone rappresentano o allestiscono rappresentazioni di esercizi ritualizzati ad intervalli regolari, e infine illudono se stessi nel pensare inconsciamente, senza dirlo, che essi sono trascendentalmente giustificati e che non sono soggetti alla ordinaria causalità. Lo stesso maestro della storia, il grande Pai-chang, disse inoltre: “Coloro che si attaccano al potere di concentrazione finiscono per disperdersi e rinascere in un altro dominio, totalmente inconsapevoli”.*

*Ecco perché le persone che sono realmente molto dotte “non sono cieche alla causalità”.*

T'ien-t'ung disse in versi:

Un piede d'acqua, un braccio di onda,  
Smarrito per cinquecento vite.

Sia che diciate non soggetto  
Sia che diciate non cieco,  
State pur sempre sfilacciando la vostra via  
In un nido di complicazioni.  
Se siete liberi, non impediti,  
Non vi preoccuperanno le mie chiacchiere.  
Canti sacri e danze nei templi  
Da se stesse formano un'armonia,  
Battendo le mani negli intervalli e cantando ritmicamente.

*Un piede d'acqua può essere una parola, un atto o un pensiero. Il braccio d'onda è l'insieme totale di risultati e conseguenze derivanti da un singolo evento. Un piede d'acqua e un braccio d'onda possono quindi anche significare, in un senso speciale, pratica e realizzazione. Essere smarrito per la durata di cinquecento vite si riferisce a ciò che è chiamata l'emancipazione orizzontale, lavorare a modo proprio nel mondo senza avere la sensazione di "fare" qualcosa. Nel caso del vecchio che diventa una volpe, le conseguenze del negare la causalità furono "cinquecento vite" di eventi, mostrandogli la pratica necessità di non essere cieco alla causalità.*

*Il problema della libera volontà non è un argomento teorico. Anche essendo in grado di padroneggiare il proprio comportamento, non necessariamente è possibile controllare l'ambiente complessivo, e quindi non necessariamente è possibile controllare tutti gli effetti e le conseguenze causate e risultanti dal proprio comportamento. Conseguentemente, il grado in cui è possibile sfuggire alla soggezione alla causalità dipende dal grado in cui si riesce a superare l'ignoranza della causalità.*

*Perciò una discussione accademica fra "non soggetto" e "non cieco", come se si trattasse di "posizioni" dogmaticamente polarizzate, non condurrebbe da alcuna parte tranne che in un nido di complicazioni, e certamente non alla liberazione e all'illuminazione.*

*Se vogliamo percepire la causalità in modo oggettivo, non possiamo farlo restando attaccati a nozioni preconconcette di causa ed effetto. Solo nel momento in cui siamo "chiari e liberi" dai preconconcetti distorti e limitati possiamo discernere il reale significato degli eventi.*



*Una volta in grado di discernere in questo modo, troviamo le leggi della realtà naturale attuarsi da sé, nel modo a loro proprio. Noi siamo già parte di questi avvenimenti; il problema è se siamo o meno partecipanti coscienti e responsabili. Non abbiamo bisogno di velare ogni cosa con idee fisse e dogmi rigidi: ciò che dobbiamo imparare a fare è tenere il passo con il ritmo della realtà e sintonizzarci alla sua armonia.*

## 9. Uccidere un gatto

---

Wan-sung dice: "Dai un calcio all'oceano, e la polvere vola sulla terra. Dirada le nuvole, e lo stesso cielo andrà in frantumi. La rigida esecuzione dell'imperativo assoluto non è che la metà della questione; come si sostanzia la manifestazione completa della più grande potenzialità?"

*Mutamenti mentali interiori determinano cambiamenti nel comportamento verso l'esterno. Quando smettete di proiettare, i conflitti fondati sulla disparità delle percezioni soggettive spariscono.*

*Le persone che cercano ciò che loro immaginano sia la liberazione e l'illuminazione senza rinunciare alla pigrizia, suppongono che tutto ciò che essi debbono fare è ottenere un'esperienza dell'assoluto e tutti i loro problemi saranno risolti per sempre. Poche cose potrebbero essere più lontane dal vero.*

*In primo luogo, tali persone non riusciranno nemmeno a intravedere il vero assoluto. Si arrovellano alla ricerca di trance intossicanti o di torpore in abiti da cerimonia. Di una condizione del genere si dice "non arrivare né al negozio che sta davanti, né giungere al villaggio che sta dietro".*

*È essenziale realizzare la trascendenza dell'assoluto e comprendere la relatività del temporale. Un antico maestro disse: "Per prima cosa andate verso l'Oltre, per sapere che esiste; tornate poi al qui-e-ora per agire". Wan-sung disse: "Compa-*



*rativamente è facile realizzare il cuore del Nirvana, più difficile chiarire la conoscenza della differenziazione”.*

Un giorno i gruppi orientali e occidentali del monastero di Nan-ch’uan stavano disputandosi un gatto. Vista la situazione, Nan-ch’uan sollevò il gatto e disse: “Se dite qualcosa non lo ucciderò”.

Nessuno aveva una risposta.

Nan-ch’uan uccise il gatto, tagliandolo in due.

In seguito Nan-ch’uan raccontò l’accaduto a Chao-chou e gli chiese il suo parere. Chao-chou immediatamente si tolse i sandali di paglia e uscì ponendoseli in testa.

Nan-ch’uan disse: “Se fossi stato qui avresti salvato il gatto”.

*Il gatto rappresenta tutte le cose; Wan-sung dice: “In quel momento tutti gli esseri dell’intero universo, animati e inanimati, sono lì insieme nelle mani di Nan-ch’uan, implorando per le loro vite”.*

*La Scrittura dell’ornamento floreale dice: “Gli esseri insegnano, le terre insegnano, tutte le cose in tutti i tempi insegnano, costantemente, senza interruzione”. La disputa non è il modo di ascoltare questo insegnamento; mentre le vostre emozioni e il vostro intelletto stanno argomentando su questo e su quello, la realtà vi passa accanto, e voi “inciampate nel passato senza esserne consapevoli”.*

*Questa situazione fa diventare un peso ciò che dovrebbe essere una protezione. Le emozioni e l’intelligenza sono come scarpe che ci permettono di camminare, di agire efficacemente, mitigando l’impatto con il mondo nel senso più ampio. L’emozione ci protegge rendendoci attenti alle istintive sensazioni di attrazione e pericolo, mentre l’intelligenza ci protegge rendendoci in grado di dare un senso ad un mondo altrimenti caotico. Mettersi queste scarpe sulla testa piuttosto che ai piedi significa lasciare che l’emozione e l’intelligenza rappresentino l’ego piuttosto che fare di esse degli strumenti del vero sé, che è l’essenziale natura-Buddha. Un caso simile potrebbe valere per la relazione tra intuizione e ragione. La linea di condotta che divide conduce all’argomentazione, mentre l’altra – integrazione da una più alta prospettiva – conduce alla risoluzione.*

Tien-t'ung disse in versi:

Due gruppi di vagabondi, tutti in rissa;  
Il maestro poté distinguere il giusto dallo sbagliato.  
Il coltello affilato tronca, indifferente alla forma,  
Per sempre rendendo caro agli uomini il vero adepto.  
Questo Sentiero non è scomparso;  
Un conoscitore deve essere apprezzato.  
Solo Re Yu poté far defluire il Diluvio,  
Solo la Signora Wa poté riparare il cielo.  
Il Vecchio Chao-chou ebbe una vita;  
Andò da qualche parte con i sandali in testa.  
La sua differenza dagli altri è manifestamente evidente;  
È vero oro non mischiato con la sabbia.

*Questa poesia semplicemente descrive la storia. Il conoscitore da apprezzare è Chao-chou. Il Re Yu, l'eroe dell'antica storia che scavò le chiuse per salvare la Cina dalla Grande Inondazione, rappresenta Nan-ch'uan. La Signora Wa, un'eroina di una civiltà ancora più antica, che riparò il cielo dopo che il pilastro del cielo si ruppe, rappresenta Chao-chou. Gli ultimi quattro versi concernono tutti Chao-chou. Nel gergo Zen, avere una vita significa ritornare all'ordinario dal pinnacolo della trascendenza; "andò da qualche parte con i sandali in testa" sta a significare che questo gesto non era una banalità, bensì un'ordinaria dimostrazione di follia rispecchiante, per far sì che gli uomini vedano se stessi. Andando al di là della disputa, Chao-chou fu dunque trascendente, ma non la ignorò e non mancò di compassione in quanto sacrificò la sua dignità allo scopo di mostrare ad altri quanto fossero confusi. Sebbene nel bel mezzo di questa confusione, Chao-chou non è confuso; sebbene non ignori la disputa, non vi partecipa. Questo è l'oro non mischiato con la sabbia.*



## 10. La donna di T'ai-shan

---

Wan-sung dice: “Che raccolga o lasci andare, egli ha sempre il suo equipaggiamento con sé; capace di uccidere e capace di dare la vita, l'equilibrio è nelle sue mani. Gente mondana, demoni ed estranei, tutti confidano nella sua guida; le montagne e i fiumi di tutta la terra sono i suoi giochi. Che reame è questo?”.

*Raccogliere e lasciare andare sono termini Ch'an e stanno per essere inaccessibile ed essere accomodante; un vero maestro è in grado di raccogliere o lasciare andare in accordo con quanto richiesto dalla situazione, sempre in possesso di questo “equipaggiamento” o abilità a portata di mano. Uccidere e dare la vita sono termini paralleli usati in riferimento all'assoluto e al relativo: l'assoluto “uccide” l'illusione; il relativo “dà vita” alla conoscenza. L'equilibrio di queste operazioni complementari della mente Ch'an sta nelle mani dell'adepto.*

*Quando avete raggiunto questo livello di maestria, sarete capaci di fare uso di ogni cosa in maniera illuminata, anche della confusione; non influenzato dall'eccitazione e dal ristagno del mondo, potrete partecipare liberamente e in maniera indipendente. Ma come verificate l'autenticità di questo ambito di esperienza?*

Sulla strada per la montagna sacra di T'ai-shan viveva una certa donna. Ogniqualevolta un monaco pellegrino le chiedeva quale fosse la strada per T'ai-shan, la donna era solita rispondere: "Procedi dritto avanti a te". Poi, non appena il monaco seguiva quella direzione, la donna era solita dire: "Un bravo chierico! E così va!".

Un monaco raccontò questa storia a Chao-chou. Chao-chou disse: "Aspetta finché non l'avrò esaminata".

Chao-chou rivolse alla donna la stessa domanda. Il giorno dopo dichiarò: "Ho messo alla prova la donna per te".

*I maestri Ch'an non incoraggiano la gente a fare pellegrinaggi alle montagne sacre o ai luoghi santi. "Fissando la luna nel cielo", recita il proverbio Ch'an, "non vedi la perla nella tua mano".*

*Interrogata sulla strada per la montagna sacra, la donna rispondeva sulla strada per essere così: "Avanti dritto".*

*La successiva osservazione da parte della donna, "E così va", è una verifica per vedere in che modo l'interrogante ha capito la risposta.*

*Quando un monaco pellegrino raccontò la storia al grande maestro Ch'an Chao-chou, può darsi che stesse chiedendo qualcosa riguardo la donna, o che stesse mettendo alla prova lo stesso Chao-chou. In risposta, Chao-chou fece entrambe le cose: mise alla prova ed insegnò al monaco pellegrino, mostrandogli come deve essere fatto.*

*Se pensate che qualcosa manca in questa storia, non avete sottoposto voi stessi ad una verifica. Non si tratta di un gioco di parole o di un indovinello, ma di un rimando a ciò che manca; non è nella storia, ma non è assente dalla storia. La storia è completa, e tuttavia qualcosa manca. Vale a dire che facciate da voi la vostra verifica. Ecco il messaggio del viaggio di Chao-chou.*

Tient-t'ung disse in versi:

Maturare alla perfezione, non trasmettere in errore,  
Il vecchio Buddha Chao-chou succedette a Nan-ch'uan.

La fine mortale della tartaruga causata dai disegni sul suo guscio,



I più veloci destrieri sono impediti dalle cavezze e dalle briglie.

Se avete esaminato il Ch'an della donna,  
Non vale alcunché dirlo ad altri.

*I primi due versi elogiano Chao-chou. Il suo maestro, Nanch'uan, era famoso per il fatto di far saltare tutte le fissazioni, specialmente le fissazioni religiose mascherate da vera spiritualità.*

*I secondi due versi continuano ad elogiarlo in termini specifici. L'idea che le tartarughe siano uccise perché la gente – per i propri fini – vuole i loro gusci, e che dei potenti cavalli siano imbrigliati perché la gente – per i propri fini – vuole la loro velocità, è un modo per enunciare l'ideale buddhista di libertà, rappresentato attraverso un contrasto. Questi versi sono anche un particolare elogio alla libertà dalle complicazioni contenuta nella risposta di Chao-chou alla domanda del monaco pellegrino.*

*I due ultimi versi si concentrano ancor più specificamente sulla natura e sul contenuto della risposta di Chao-chou, dimostrando la bellezza pragmatica della sua comprensione e sottigliezza. Il motivo per il quale non vale alcunché dirlo ad altri non ha nulla a che vedere con la donna, tranne che per la malandrina verifica di voi tutti a cui vi sottopone Tien-t'ung per vedere se ne avete colto il senso. La ragione per la quale non vale alcunché dirlo ad altri è che dovete vederlo da voi stessi. Ecco ciò che ci ha mostrato Chao-chou. Per quanto fosse vecchio, ancora andava a vedere di persona. Ora tocca a noi.*

## 11. Due malattie

---

Wan-sung dice: “Quando il senza corpo soffre di malattia, il senza mani prepara la medicina; il senza bocca la prende, il senza sensi guarisce. Ma riguardo una malattia mortale – come la curi?”.

*La malattia del senza corpo è illusione, in definitiva irreale; la medicina preparata dal senza mani è la tecnica di insegnamento liberatoria a cui non si presta fede come ad un dogma. Il senza bocca che prende la medicina è l'utilizzo dell'insegnamento senza assumerlo come un oggetto in sé; il senza sensi che guarisce significa il risveglio senza attaccamento all'idea o alla sensazione del risveglio.*

*E riguardo la malattia mortale? La domanda, basata sulla precedente descrizione della “guarigione” buddhista, è ciò che costituisce la “malattia” e, in primo luogo, ciò che la “rende mortale”. Porre a voi stessi questa domanda equivale a chiedere a voi stessi come si sente a stare così. Non come voi vi sentite, ma come si sente a stare così.*

Il grande maestro Yun-men disse: “Quando l'illuminazione non penetra nella liberazione, ci sono due tipi di malattia.

Una è quando non è dappertutto chiaro, e c'è qualcosa davanti a voi.



Quando siete riusciti a penetrare il vuoto di tutti i fenomeni, ancora, in maniera sottile, sembra esserci qualcosa; anche questo è fallimento dell'illuminazione nel penetrare la liberazione.

Inoltre, anche l'assoluto ha due tipi di malattia. Una è quando avete raggiunto l'assoluto ma la vostra personale visione è ancora presente, perché non vi siete liberati della fissazione assolutista, e cadete così nella trappola del reame dell'assolutismo.

Quand'anche lo superiate, non funzionerà se lasciate che gli errori continuino; persistete nell'esaminare per vedere se vi sia un solo respiro rimasto, poiché anche questo è malattia".

*Alcune esperienze psicologiche possono indurre la gente a credere di aver realizzato la liberazione trascendentale, tuttavia quando arriva una spinta a scuoterli essi sono ancora ostacolati dall'esistenza. Pertanto si dice che la luce dell'illuminazione non penetra liberamente. Le persone che troppo a lungo si concentrano intensamente senza un'incisiva visione interiore spesso contraggono una malattia come questa. Anche il maestro Ch'an Mi-an, vissuto secoli dopo Yun-men, riferì a proposito di questo fenomeno: "Proprio perché non hanno mai personalmente realizzato il risveglio, la gente temporaneamente arresta la sensazione che rinviano gli oggetti, confondendo poi quel poco di luce che brilla davanti ai loro occhi con l'illuminazione definitiva. Ciò è molto penoso".*

*La fissazione sull'assolutismo è un altro difetto comune che è dato vedere nella pratica buddhista deteriorata. Qui il termine originario fa-shen o dharmakaya è usato nel senso di "Nirvana", uno dei suoi principali significati nella terminologia classica buddhista. L'attaccamento alla pace del Nirvana, o alla sensazione "Io ho realizzato il Nirvana" è una parte di ciò che nello Zen è conosciuto come l'ego religioso; non si tratta, naturalmente, dell'autentico Nirvana nel vero senso della parola.*

*In ogni caso, anche se si riesce a penetrare nel Nirvana assoluto, è pur sempre un'illusione immaginare che solo per questo uno è purificato da tutti gli impulsi provenienti dall'energia delle abitudini. Un'esperienza del genere può illudere qualcuno a pensare che per questo motivo non commetterà più alcun tipo di er-*

*rore; è quindi sbagliato lasciarsi andare con sollievo. A questo punto si deve investigare il più piccolo respiro del più lieve movimento dell'afferrare e della coazione, poiché questa è una malattia, una fonte di sofferenza.*

Tien-t'ung disse in versi:

La totalità delle forme è davvero inimmaginabile,  
Ma penetrare nell'infinito oscura gli occhi.  
Chi ha la forza di ripulire il suo giardino?  
Nascosto nel cuore degli uomini, si trasforma in sensazioni.  
Una barca attraversa un guado campestre, immersa nell'azzurro dell'autunno,  
Spinti dai remi nel canneto i fiori riflettono la luce della neve lontana  
Un vecchio pescatore con una pezza di seta la porta al mercato;  
Lievemente fluttuando nel vento, una singola foglia attraversa le onde.

*La totalità delle forme è davvero inimmaginabile, ma dire che penetrare nell'infinito oscura la vista significa che la via del vero buddhista è attraverso il mondo, non evitando le sue difficoltà, non sprofondando nell'oblio dell'assoluto.*

*Chi ha il coraggio di ripulire il suo giardino? Il vuoto dell'assoluto non è realizzato respingendo o negando le cose, o cercando di oscurare la mente.*

*Nascosto nel cuore degli uomini, si trasforma in sensazioni; se vi fissate sul "vuoto" come un principio o stato della mente, ciò vi darà l'impressione di qualcosa di presente, che ostruisce la penetrante illuminazione della visione interiore.*

*Una barca che attraversa un guado campestre immersa nell'azzurro dell'autunno si riferisce alla stagnazione nell'immobilità dell'assoluto; spinti dai remi nel canneto i fiori riflettono la luce della neve lontana, ciò si riferisce all'essere abbagliati dalla diretta percezione dell'assoluto. Wan-sung riporta: "Quando la pura luce risplende negli occhi, vi sembra di aver smarrito la casa; concentrandovi sulla pura chiarezza cadete in quello stato".*



*Gli ultimi due versi descrivono ciò che è conosciuto come “entrare nel mercato con le mani tese”, transcendendo la trascendenza per rientrare nel mondo ordinario, “senza evitare il vento e le onde”, né reificando né negando le cose, realizzando la non resistenza dell’assoluto senza peraltro farne un oggetto, essere nel mondo ma non del mondo, libero di venire e andare. Wan-sung dice: “Con la sua malattia curata, sente pietà per i disturbi degli altri”. Avverte però: “Con molti disturbi, apprendete l’uso delle medicine; ma solo se ottengono risultati osate dare una prescrizione”. Attenzione alle sanguisughe.*

## 12. Coltivare i campi

---

Dice Wan-sung: “Gli studiosi arano con la penna, gli oratori con la lingua. Noi che pratichiamo il Ch’an, pigramente osserviamo un bue bianco sul campo aperto, indifferenti alle erbe di buon auspicio prive di radici. Come passi le giornate?”.

*Il bue bianco sul campo aperto è un simbolo contenuto nelle scritture e sta per quiddità, la pratica universale e individuale dell’essere così. Sorvegliare ciò “pigramente” significa essere sempre pienamente presenti all’essere come è senza diventare interiormente affannati e ossessionati dall’idea di essere così. Indifferenti alle erbe di buon auspicio prive di radici significa non entusiasinarsi per le esperienze straordinarie che possono capitare lungo il viaggio. Come passi le giornate? Questo problema è risolto dal come passate le giornate, e non dal come parlate circa il modo di trascorrere le giornate.*

Ti-tsang chiese a Hsiu-shan: “Da dove vieni?”.

Hsiu-shan rispose: “Dal Sud”.

Ti-tsang chiese: “Come va il Buddhismo nel Sud in questi giorni?”.

Hsiu-shan disse: “Ci sono un sacco di discussioni”.

Ti-tsang osservò: “Come si può paragonare questo a me che sto qui a coltivare i campi e a fare palle di riso da mangiare?”.



Hsiu-shan domandò: "E delle cose del mondo?".

Ti-tsang replicò: "Che cosa intendi per cose del mondo?".

*I Buddhisti hanno un modo di dire che recita: "Non c'è nulla di vero nel mondo che non sia vero nel Buddhismo, e non c'è nulla di vero nel Buddhismo che non sia vero nel mondo". Si dice anche: "Se con esse non siete sentimentali, le cose del mondo diventano insegnamenti buddhisti; se con essi non siete sentimentali, gli insegnamenti buddhisti diventano cose mondane".*

*Il Sutra del diamante dice: "Il Buddhismo non è l'Insegnamento del Buddha". Gruppi che si riuniscono e consorterie dei cosiddetti Buddhisti che parlano senza sosta del loro supposto Buddhismo non è ciò che insegnò il Buddha. Il Buddha insegnò a vivere senza illusione. Come è possibile paragonare un cumulo di chiacchiere all'attività costruttiva? Se pensate che la vita così com'è sia mondana, che cosa intendete per mondano? Che cosa pensate che sia la vita? Perché di essa pensate così mondanamente? Ti-tsang, il cui nome significa "Tesoro della Terra", ha posto a noi stessi tutte quelle domande, se vogliamo conoscere l'effettiva verità, così com'è.*

T'ien-t'ung disse in versi:

Sette e dottrine sono tutte invenzioni;

La trasmissione di seconda mano già fallisce dall'orecchio alla bocca.

Coltivare i campi e fare palle di riso sono faccende ordinarie,

Ma solamente quelli che hanno studiato a fondo conoscono;  
Avendo studiato a fondo, sanno chiaramente che non c'è nulla da cercare.

Il guerriero vittorioso non si cura d'aver ricevuto l'investitura come un nobile;

Incurante delle opportunità, come i pesci e gli uccelli, ritorna,

A bagnare i piedi nel fiume, le nebbiose acque d'autunno.

*L'essere così è descritto come ordinarietà, ma ciò non significa l'ordinarietà dell'uomo non rigenerato. È solo dopo la realizzazione del fine della religione e della dottrina che possiamo raggiungere la realtà verso la quale la religione e la dottrina sono designate a guidarci; e solamente dopo questo raggiungimento possiamo capire cosa significhi dire che religioni e dottrine sono tutte invenzioni.*

*E tuttavia, finché abbiamo bisogno degli strumenti forniti dalle religioni e dalle dottrine per orientare la nostra attività mentale verso la realtà, non possiamo ritenere la realtà della religione e della dottrina alla stregua di una diffusione ripetitiva, di un passaggio automatico dall'orecchio alla bocca, da questa all'orecchio e così via. Ci sono alcune cose che noi tutti dobbiamo fare per noi stessi; come dice il Dhammapada, l'illuminato mostra solo la via. Noi dobbiamo fare il nostro lavoro e assumerci le nostre responsabilità; solamente dopo aver messo i veri principi in pratica, nella vera pratica, ci armonizziamo con la realtà oggettiva. Allora e solo allora siamo liberi in casa nostra, per così dire; solamente allora realizziamo che non c'è niente da cercare, poiché la realtà è proprio lì che ci insegna, sempre. Ma di questo ne abbiamo conoscenza solo quando lo conosciamo direttamente, e siamo in grado di agire sulla realtà solo quando concretamente lo facciamo.*

*In più, quella conoscenza e quell'azione non equivalgono a dichiarazioni e ostentazioni, e nemmeno a prediche e attivismo. "Entrano nell'acqua senza determinare un'increspatura", recita il detto, descrivendo coloro che hanno acquisito una maestria di se stessi, fondendosi senza strepito alla Vita nel suo più ampio significato, in tutte le sue più svariate manifestazioni, adempiendo con semplicità il loro unico compito: essere quello che sono.*



## 13. L'asino cieco

---

Wan-sung dice: “Quando siete completamente assorbiti nell'aiutare gli altri, non siete coscienti di voi stessi. Dovreste esercitare la legge al massimo grado, senza prestare attenzione all'assenza del popolo; è necessario che abbiate la crudele abilità di azzannare un blocco di legno. Cosa dovreste fare quando siete in procinto di andarvene?”.

*Se porgete la mano ad un altro con lo scopo di aiutarlo per poi sentirvi virtuosi o superiori, oppure perché un altro vi sia grato o si senta indebitato nei vostri confronti, allora non state realmente aiutando un altro. Trattenere la verità per le vostre proprie ragioni sentimentali – ad esempio perché temete una reazione personale oppure ostilità – non è il modo di aiutare la gente che di fatto è in cerca della verità e non di essere rabbonita. Tutta una parte dell'insegnamento Ch'an riguarda il modo di trattare le risposte che i ricercatori danno in occasione di impatti inconsueti. Quando un maestro è prossimo a morire – e quindi non sarà più a portata di mano per controllare e correggere le reazioni degli studenti – cosa dovrebbe fare per lasciare una lezione duratura?*

Quando Lin-chi era prossimo a morire diede delle istruzioni a San-sheng: "Dopo la mia morte, non distruggere il mio tesoro di percezione della verità".

San-sheng rispose: "Come potrei mai distruggere il tesoro di percezione della verità del maestro?"

Lin-chi chiese: "Se qualcuno ti chiede qualcosa al riguardo, come risponderai?"

San-sheng gridò.

Lin-chi disse: "Chi avrebbe mai potuto immaginare che il mio tesoro di percezione della verità si sarebbe estinto con questo asino cieco!"

*Al cuore del Buddhismo ch'an ci si riferisce come a qualcosa di inafferrabile che non può essere trasmesso, perfino di padre in figlio. Wan-sung nota: "In realtà, non è niente di più quand'anche nel mondo possano emergere migliaia di Buddha, e niente di meno anche quando muoiono un migliaio di saggi".*

*Quando Lin-chi interrogò il suo erede spirituale, San-sheng, quest'ultimo mostrò d'aver compreso che il Ch'an di Lin-chi non è un mucchio di termini, dottrine e teorie, ma esperienza diretta della realtà indescrivibile che giace al di là dell'immaginazione soggettiva. Wan-sung spiega il grido di San-shen in questo modo: "Se non fermi ciò che andrebbe fermato, porti piuttosto confusione". Un mero seguace, alla domanda di Lin-chi, avrebbe spiatellato qualcosa, manifestando ignoranza nel tentativo di mostrare comprensione.*

Tien-t'ung dice in versi:

Le cose della fede trasmesse a mezzanotte a un operaio

Agitano i settecento monaci della Prugna Gialla;

L'occhio della verità del ramo di Lin-chi

Si estinse con l'asino cieco, vincendo l'odio altrui.

Le menti si approvano a vicenda, i maestri passano la Lampada,

Appianando oceani e montagne, producendo un gigantesco uccello.

Questo Stesso non può essere nominato o detto;



Il metodo completo è conoscere come volare.

*La prugna gialla è il nome della montagna associata alla comunità del quinto patriarca del Buddhismo ch'an. Sebbene nel monastero ci fossero settecento discepoli eruditi, il patriarca passò le cose della fede ad un lavoratore illetterato che aveva realizzato ciò che è conosciuta come la conoscenza che non ha maestro. Quando scoprirono che un semplice operaio aveva ottenuto il patriarcato a preferenza dei loro io eruditi, i settecento discepoli protestarono. Questa classica storia simboleggia la differenza tra l'apprendimento acquisito e la percezione diretta, e come il primo può di fatto impedire il secondo.*

*Le menti si approvano a vicenda, i maestri passano la Lampada: niente è veramente dato o ricevuto; la "trasmissione" del Ch'an è un riconoscimento da mente a mente. Solamente quando lo "studente" è arrivato al livello dove ciò è possibile, il "maestro" può effettivamente "riconoscere" la loro comunicazione. In più, soltanto l'osservatore genuinamente percettivo è in grado di distinguere ciò dalla suggestione e dall'imitazione.*

*Il "grido" di San-sheng tronca tutte le complicazioni concettuali e dottrinarie, "appianando oceani e montagne", manifestando nello stesso tempo il potere dell'uomo realizzato, "producendo un gigantesco uccello". In ogni caso, queste sono semplici metafore per ciò che non può essere racchiuso in concettualizzazioni convenzionali. La realtà della percezione diretta della verità non può effettivamente essere descritta, poiché può essere conosciuta solo da chi la percepisce. Non c'è alcuna via stabilita o sentiero, poiché tutti i mezzi possono diventare un fine nelle mani dei non illuminati; "il metodo è conoscere come volare", perché la diretta percezione è un'esperienza della propria natura, accessibile solamente alla stessa percezione diretta. Non potete "camminare" sulle gambe dei vostri concetti ordinari partendo dalla base della realtà convenzionale al cielo della suprema realtà; è necessario essere in grado di "volare" sulle ali dell'ineffabile risveglio.*

## 14. Una tazza di tè

---

Wan-sung dice: “Il bastone per saggiare in mano, cinto da un’incannucciata senza apertura, qualche volta avvolge una pezza di seta nel ferro, qualche volta avvolge una pietra speciale nella seta. È certamente giusto comporre la flessibilità con la fermezza; che dire dell’essere debole quando s’incontra la forza?”.

*Verificare è parte del cammino del Ch’an: i ricercatori verificano i maestri, i maestri verificano i ricercatori. Una delle debolezze dell’imitazione moderna dello Zen è la carenza di metodi di verifica accurati e adeguati.*

*Il bastone per saggiare e l’incannucciata senza apertura si riferiscono ai metodi indiretti di verifica attraverso l’interazione. La combinazione e l’alternanza di cedevolezza e fermezza caratterizzano l’uso dell’interazione per vedere la gente e le situazioni da differenti prospettive.*

Il servitore Huo chiese a Te-shan: “Dove sono andati i saggi da tempo immemorabile?”.

Te-shan disse: “Eh, che cosa?”.

Huo disse: “L’ordine era per un cavallo focoso, spicca invece un debole lumacone”.

Te-shan non disse niente.



Il giorno dopo, mentre Te-shan usciva dal bagno, Huo gli porse una tazza di tè. Te-shan gli diede una pacca sulle spalle. Huo disse: "Vecchio mio, finalmente ti si è aperto un barlume". Ancora una volta Te-shan non disse nulla.

*Il servitore stava facendo la sua propria rimostranza; questo era quanto gli aveva mostrato il suo maestro. Il maestro non fece alcun tentativo di autoaffermazione; facendo asserzioni dogmatiche sarebbe caduto nella trappola tesagli dal suo servitore. Una delle prove di un falso maestro è la coazione a recitare il ruolo del guru, con un cospicuo cripticismo adatto a tutte le occasioni.*

Tien-t'ung disse in versi:

Confrontati faccia a faccia, uno che è esperto sa;  
In questa situazione, perfino scintille e lampi sono lenti.  
Lo stratega che perse la sua occasione aveva un ulteriore motivo;

Il militarista che cerca di ingannare il nemico non pensò al seguito.

Ogni colpo un sicuro centro,  
Chi lo avrebbe preso alla leggera?  
Se le mascelle sono visibili da dietro, l'uomo non deve essere confuso con esse;

Lui con gli occhi sotto le sopracciglia è chi ne ha tratto beneficio.

*I primi due versi descrivono il servitore di Te-shan impegnato in una doppia sfida. Il terzo e il quarto verso descrivono il tentativo di Huo di mettere alla prova Te-shan, ed è invece lui stesso ad essere messo alla prova. Il quinto e il sesto verso mettono in risalto che l'apparente naturalezza di Te-shan nasconde una frecciata: egli non sta prendendo alla leggera la sfida di Huo, benché colpisca nel segno con facilità. Gli ultimi due versi concludono con il nocciolo della lezione pratica di Te-shan: l'illuminazione ch'an è poco appariscente, assoluta normalità, non contrassegnata da esagerazioni e stranezze.*

## 15. Piantare una zappa

---

Wan-sung dice: “Ciò che è conosciuto prima di essere detto è chiamato discorso silenzioso; ciò che senza chiarificazione diventa manifesto da se stesso è chiamato potenzialità nascosta. Salutarsi alla porta esterna e passeggiare nell’ingresso hanno un certo significato; e del danzare nel cortile o scuotere la testa fuori dalla porta posteriore?”.

*Una comprensione reciproca senza ricorrere alla intermediazione della spiegazione verbale è una delle specialità dell’insegnamento ch’an. Ogni tipo di falsificazione può e di fatto entra in questo silenzio, pertanto vengono attuati esami e verifiche. In questo contesto, salutare e passeggiare rappresentano l’attività convenzionale; danzare e scuotere la testa rappresentano l’attività non convenzionale. Un membro di una cultura è capace di discernere i significati accettati delle azioni che in quella cultura sono convenzionali; e delle azioni non convenzionali? Queste ultime sono “senza significato”, o hanno un significato speciale? Decadenza e ciarlataneria nello Zen sono particolarmente diffuse nell’ambito del non convenzionale, cosicché la pratica dell’assenza mentale degenera in stupidità, e la trascendenza dei limiti della ragione degenera in irrazionalità. È dunque convenzionale verificare il non convenzionale, anche se deve essere fatto*



*attraverso mezzi non convenzionali così come attraverso mezzi convenzionali.*

Kuei-shan domandò a Yang-shan: “Da dove vieni?”.

Yang-shan rispose: “Dai campi”.

Kuei-shan domandò: “Quanta gente c’è nei campi?”.

Yang-shan conficcò la sua zappa nel terreno, giunse le mani in segno di saluto e restò sul posto.

Kuei-shan disse: “C’è tanta gente a tagliare le canne sulla Montagna del Sud”.

Yang-shan tirò su la sua zappa e uscì.

*Kuei-shan e Yang-shan erano rispettivamente maestro e allievo. In molte storie che ritraggono questi due personaggi, il secondo è già lui stesso un maestro.*

*Da dove vieni? In questa domanda è inclusa ogni cosa del proprio essere temporale, dalla storia culturale e personale alle attitudini psicologiche nei confronti delle attività correnti.*

*In questa storia, Yang-shan è al livello di uno che non è più legato alla storia personale o culturale, e tuttavia non rimane nello stato di emancipazione individuale. A questo punto, egli è “nel campo”, a lavorare nel mondo, e nello stesso tempo ritorna alla fonte di una conoscenza superiore – rappresentata dal maestro Kuei-shan – per un ulteriore perfezionamento ed espansione della sua visione.*

*Quanta gente c’è nei campi? Questa è una domanda che riguarda le condizioni generali in un ambito o sfera di attività, e contiene anche una domanda, in senso lato, riguardo la presenza di persone con una visione interiore. Può essere anche un invito rivolto all’operaio Yang-shan a mostrare le “personalità” o “ospiti anfitrioni” che egli utilizza per rapportarsi alla diversità di situazioni incontrate nel mondo.*

*Piantando la sua zappa nel terreno, illustrando la natura secondaria delle cose temporali e degli accorgimenti opportuni, Yang-shan rimane al suo posto con rispetto e dignità per manifestare la solitaria libertà dell’individuo indipendente.*

*Kuei-shan, il maestro, risponde a questa dimostrazione mettendo in risalto che il significato autentico della libertà, dell’indipendenza e dell’individualità riposa nel contributo che si dà, libe-*

*ramente e indipendentemente, all'impresa collettiva della Vita, la questione dell'essere così, vale a dire in ogni evento che accade in tutti i tempi e in tutti i luoghi.*

*Come un buon cavallo che non ha bisogno di essere spronato, Yang-shan raccoglie l'allusione. Prende di nuovo la sua zappa e torna, fuori, a lavorare.*

Tien-t'ung disse in versi:

Il vecchio illuminato è sentimentale, pensando ai suoi discendenti;

Proprio adesso, è imbarazzato d'aver trovato una casa.

Ricordiamo le parole riguardo la Montagna del Sud,

Incise nelle nostre ossa, iscritte sulla nostra pelle, mentre insieme rendiamo grazie.

*I primi due versi avvertono l'osservatore a non pensare alle relazioni spirituali allo stesso modo delle relazioni politiche, sociali o emozionali. La confusione tra l'emozionalità e la spiritualità è uno dei segni distintivi dei culti Zen imitativi dei giorni nostri.*

*Gli ultimi due versi ricordano all'osservatore che l'attività dell'illuminazione buddhista, l'essere grati alla vita per la vita, si realizza nel più ampio contesto della vita, in compagnia di tutti gli esseri.*



E. Herrigel  
LA VIA DELLO ZEN

Lu K'uan Yü  
CH'AN E ZEN

Lu K'uan Yü  
BUDDHISMO PRATICO

S. Sekiguchi  
ZEN PER L'OCCIDENTE

D.T. Suzuki  
SAGGI SUL BUDDHISMO ZEN

*Vol. 1 - Una spiegazione chiara e precisa dello Zen*

*Vol. 2 - La pratica del Koan*

*Vol. 3 - La trasformazione del Buddhismo e l'influenza dello Zen  
sulla cultura Giapponese*

D.T. Suzuki  
VIVERE ZEN

*Sintesi degli aspetti teorici e pratici del Buddhismo Zen*

---

*Edizioni Mediterranee - 00196 Roma - Via Flaminia 109*

*Tel. 06/32.35.433- Fax 32.36.277*

*e-mail: [info@ediz-mediterranee.com](mailto:info@ediz-mediterranee.com)*

*<http://www.ediz-mediterranee.com>*

E. Taino

L'ILLUMINAZIONE NELLA VITA QUOTIDIANA

*Il koan della vita - A cura di Renato Aprea*

C. Trungpa

LA PRATICA DELLA MEDITAZIONE

J. van de Wetering

LO SPECCHIO VUOTO

*Esperienze in un monastero zen giapponese*

K. von Dürckheim

HARA

*Il centro vitale dell'uomo secondo lo Zen*

K. von Dürckheim

LO ZEN E NOI

---

*Edizioni Mediterranee - 00196 Roma - Via Flaminia 109*

*Tel. 06/32.35.433- Fax 32.36.277*

*e-mail: [info@ediz-mediterranee.com](mailto:info@ediz-mediterranee.com)*

*<http://www.ediz-mediterranee.com>*



**THOMAS CLEARY** ha conseguito la laurea in Lingue e Civiltà dell'Asia Orientale presso l'Università di Harvard ed è membro dell'Università di Kyoto (Giappone). Ha tradotto decine di opere divulgative tratte dalle tradizioni asiatiche; le Edizioni Mediterranee hanno pubblicato *I Ching Taoista* da lui tradotto e commentato.

## **THOMAS CLEARY KENSHO**

### **Il cuore dello Zen**

Il *Kensho* è lo sguardo che trasforma e rivela la vera natura di tutte le cose. Nella pratica dello Zen, il *Kensho* è un'esperienza tanto cruciale da essere paragonata al ritrovamento di un inesauribile tesoro che rivela le potenzialità, esistenti in ogni momento, per raggiungere la consapevolezza pura, libera dalle proiezioni dell'ego. Tra le opere Zen tradizionali vi sono un certo numero di importanti testi incentrati sulle profonde sottigliezze di questo essenziale risveglio Zen e sui metodi utilizzati per la sua realizzazione.

I brani scelti da Cleary sono estratti da:

- *La retta spiegazione della vera mente*, del Maestro Zen coreano Chinul (1158-1210), concernente l'equilibrio necessario per comprendere il *Kensho* collegandolo ai più vasti insegnamenti delle scritture e dei trattati buddhisti.
- Numerose opere del Maestro Zen giapponese Hakuin (1686-1769), i cui insegnamenti svelano le tecniche usate nel perfezionamento e nell'applicazione del *Kensho*, e l'importanza di superare questa stessa esperienza per applicare la visione interiore Zen a tutto l'agire umano.
- *Il libro della tranquillità*, una raccolta di koan cinesi dei secoli XII e XIII, con chiose che dimostrano la dimensione concreta di tale classica pratica.

Ogni brano è corredato da un'ampia nota introduttiva e da un dettagliato commento del traduttore che aiutano il lettore a capire il vero significato di questa fondamentale esperienza Zen.

**L. 25.000**

**€ 12,91**

ISBN 88-272-1298-1

