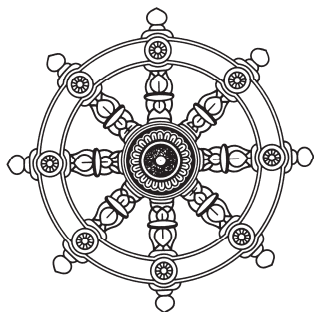


L'INSEGNAMENTO DEL BUDDHA



WHEEL OF DHARMA

"Ruota del Dharma" traduce la parola sanscrita "Dharmacakra". Come la ruota di un carro che continua a girare, simboleggia l'insegnamento del Buddha che continua a diffondersi sempre più e senza fine. Gli otto raggi della ruota rappresentano il nobile ottuplice sentiero, il più importante aspetto della pratica buddhista. Per nobile ottuplice sentiero si intendono la retta visione, il retto pensiero, la retta parola, la retta azione, i retti mezzi di sussistenza, il retto sforzo, la retta presenza mentale e la retta concentrazione. Anticamente, prima che fosse introdotta la rappresentazione iconica di statue e altre immagini del Buddha, era la Ruota del Dharma ad essere oggetto di venerazione. Oggi questa Ruota è il simbolo internazionale del buddhismo comune a tutte le tradizioni buddhiste.

Copyright © 1982, 2013 by **BUKKYO DENDO KYOKAI**

Qualsiasi parte di questo libro può essere citata liberamente senza previa autorizzazione. Chiediamo solo che la **Bukkyo Dendo Kyokai**, Tokyo, e il nome del traduttore siano menzionati, e che venga inviata una copia della pubblicazione. Grazie.

BUKKYO DENDO KYOKAI

(Society for the Promotion of Buddhism)

3-14, Shiba 4-chome,

Minato-ku, Tokyo, Japan, 108-0014

Phone: +81 (03) 3455-5851

Fax: +81 (03) 3798-2758

E-mail: bdk@bdk.or.jp <http://www.bdk.or.jp>

Sesta edizione rivista, 2013

Stampato da
Kosaido Co., Ltd.
Tokyo, Giappone

La saggezza del Buddha è immensa come un vasto oceano e il suo cuore è pieno di grande bontà amorevole.

Il Buddha non ha forma, ma si manifesta nella perfezione e ci guida con tutta bontà.

Questo libro merita attenzione perché raccoglie l'essenza dell'insegnamento del Buddha, tramandato in più di cinquemila libri pervenutici attraverso più di duemilacinquecento anni di storia, superando le frontiere e le barriere razziali del mondo.

Infatti, le parole del Buddha illustrano la reale situazione della vita e del cuore dell'uomo di sempre.

DHAMMAPADA

La vittoria genera l'astio; i vinti vivono nel dolore. L'uomo pacifico, invece, vive felice, incurante delle vittorie e delle sconfitte (Dhammapada, 201).

La più grave delle malattie è il desiderio; il corpo, il più grande dei mali. Consapevole della reale essenza di tutte le cose, il saggio realizza la suprema felicità (Dhammapada, 203).

Recidete i vostri desideri come se fossero dei lotti d'autunno sfioriti. Avanzate sull'antico e veritiero sentiero della pace. La felicità suprema viene insegnata dall'"Onorato" (Dhammapada, 285).

Nascere uomo è difficile; vivere da mortale è difficile; capire la verità sublime è difficile; vedere un Buddha è difficile (Dhammapada, 182).

Non è facile trovare un vero uomo. Costui non nasce ovunque. La famiglia ove egli nasce, vivrà nella felicità (Dhammapada, 193).

Benefica è la nascita di un Buddha; benefico è l'insegnamento della dottrina; benefica l'unione della grande comunità; benefici sono gli sforzi di coloro che sono uniti (Dhammapada, 194).

INDICE

IL BUDDHA

Capitolo primo: Il Buddha Śākyamuni	2
I. La vita del Buddha.....	2
II. Le ultime parole del Buddha	10
Capitolo secondo: Il Buddha eterno.....	15
I. La sua bontà amorevole e i suoi voti.....	15
II. L'aiuto del Buddha e i suoi metodi di salvezza	19
III. Il Buddha eterno	22
Capitolo terzo: La figura del Buddha e le sue virtù..	25
I. I tre aspetti del Buddha	25
II. Il manifestarsi del Buddha	29
III. Le virtù del Buddha	32

IL DHARMA

Capitolo primo: La legge di causalità.....	38
I. Le quattro nobili verità	38
II. La causalità.....	41
III. La catena delle cause	42
Capitolo secondo: La teoria della sola mente e il reale stato delle cose	46
I. Caducità e non-sè.....	46
II. La teoria della sola mente	49
III. Lo stato reale delle cose.....	52
IV. La via di mezzo	57

Capitolo terzo:	La natura di Buddha	65
I.	La purezza del cuore	65
II.	Il tesoro nascosto, ovvero la natura di Buddha...	71
III.	La natura di Buddha e il non-sè	75
Capitolo quarto:	Le passioni	81
I.	Le impurità del cuore	81
II.	La natura dell'uomo	88
III.	Allegorie sulla vita umana	90
IV.	La realtà della vita umana	95
Capitolo quinto:	La liberazione offerta dal Buddha ..	102
I.	I voti del Buddha Amida	102
II.	La Terra Pura del Buddha Amida	110

COME PRATICARE IL BUDDHISMO

Capitolo primo:	La via della purificazione	116
I.	La purificazione della mente	116
II.	Il modo corretto di comportarsi	123
III.	Antiche storie e la loro morale	134
Capitolo secondo:	La via della realizzazione	150
I.	La ricerca della verità	150
II.	Le vie della pratica	163
III.	La via della fede	176
IV.	Parole del Buddha, ovvero parole di salvezza ...	184

LA COMUNITÀ

Capitolo primo:	I doveri della comunità	194
I.	I religiosi	194

II. I laici	200
III. Guida pratica a un corretto modo di vivere	212
Capitolo secondo: Contruire una terra di Buddha	225
I. L'armonia della comunità	225
II. La Terra di Buddha	233
III. Gloriosi della Terra di Buddha	238
Fonti delle citazioni	245

Appendici

I. Una breve storia del buddhismo	258
II. Come venne trasmesso l'insegnamento del Buddha	268
III. Com'è nato "L'insegnamento del Buddha"	272
IV. Indice per argomenti	275
V. Glossario di termini sanscriti	283

La Fondazione per la propaganda e la diffusione de "L'insegnamento del Buddha"	290
---	-----

IL BUDDHA

CAPITOLO PRIMO

IL BUDDHA ŚĀKYAMUNI

I

LA VITA DEL BUDDHA

1. Ai piedi della catena dello Himalaya, sul versante meridionale e lungo il fiume Rohini, si trovava Kapilavastu, sede del clan degli Śākya. Il re Śuddhodhana Gautama vi aveva fatto costruire un grande castello e governava con saggezza tra il favore dei sudditi.

La regina Māyā era figlia dello zio del re, sovrano anche lui di un territorio vicino appartenente al medesimo clan degli Śākya.

Per venti anni, i due sposi non ebbero figli. Ma una notte, dopo un sogno singolare in cui vide un elefante bianco entrarle in seno dal lato destro, la regina Māyā rimase gravida. Il re ed il popolo attesero con gioia la nascita del principino. Come voleva l'usanza dei tempi, la regina tornò alla casa paterna (a Devadaha, capitale del piccolo stato dei Koliya, n.d.tr.) per dare alla luce il bambino. Durante il viaggio, ella sostò per riposarsi nel giardino di Lumbini, sotto uno splendido sole primaverile.

Il Buddha Śākyamuni

Fiori d'asoka le si protendevano attorno e proprio quando ella stese la mano destra per coglierne un ramo, il principe nacque. Tutti si rallegrarono per il lieto evento, glorificando la regina e il neonato; così pure la terra e il cielo. Era l'8 aprile, giorno memorabile.

Il re, al colmo della felicità, diede al figlio il nome di Siddhārtha, ovvero “Colui che porta a compimento ogni desiderio”.

2. Nel palazzo reale, tuttavia, alla gioia seguì presto la tristezza, per la morte repentina dell'amata regina Māyā. La sorella minore Mahāprajāpātī divenne la madre adottiva del bimbo e lo allevò amorevolmente.

A quel tempo, viveva fra le montagne non lontano dal palazzo un eremita di nome Asita. Egli notò un chiarore effondersi attorno alla dimora reale e, interpretandolo quale fausto presagio, scese al palazzo per vedere il bambino. “Se il principe rimarrà al palazzo, diverrà un grande sovrano e dominerà il mondo. Ma se lascerà la vita di corte per abbracciare la vita religiosa, diverrà un Buddha, il liberatore del mondo”: così Asita predisse.

Il re, dapprima lieto della profezia, cominciò ben presto a tormentarsi al pensiero dell'eventualità che il suo unico figlio abbandonasse il palazzo per diventare un anacoreta senza fissa dimora.

Il Buddha Śākyamuni

All'età di sette anni, il principe cominciò a studiare le arti civili e militari, ma a ben altro si volgeva spontaneamente il suo pensiero. Un giorno di primavera uscì dalla reggia con il padre e, insieme, guardarono un agricoltore al lavoro. Il principe vide allora un uccello scendere dal cielo ed afferrare un vermicello messo allo scoperto dall'aratro. Il principe si sedette all'ombra di un albero e si mise a riflettere sull'accaduto, dicendo fra sé: "Ahimé! Che tutti gli esseri viventi si uccidano gli uni con gli altri?".

Il dramma dei due piccoli esseri afflisse non poco il principe, orfano di madre poco dopo la nascita.

Questa ferita spirituale divenne sempre più profonda col trascorrere dell'adolescenza. Pari ad una piccola cicatrice in un alberello, la sofferenza della condizione umana affondò sempre più le radici nel suo cuore.

Il sovrano si tormentava ogni giorno di più al ricordo della profezia dell'eremita e cercava con ogni mezzo di rallegrare la vita del figlio per farlo pensare ad altro. Quando il principe ebbe diciannove anni, il re ne combinò il matrimonio con la principessa Yasódharā, figlia di Suprabuddha, Signore del Castello di Devadaha e fratello della defunta regina Māyā.

Il Buddha Śākyamuni

3. Per dieci anni, nei vari Padiglioni della Primavera, dell'Autunno e della Stagione delle Piogge, il principe si immerse nelle musiche, nelle danze e nei piaceri.

I suoi pensieri però tornavano sempre al problema della sofferenza, nel tentativo di riuscire a capire il senso vero della vita umana.

“I lussi della corte, la salute fisica, le gioie della giovinezza, che significato ha mai tutto questo per me?”, rifletteva. “Un giorno mi accadrà di ammalarmi, poi inveccherò e non potrò certo sfuggire alla morte! L'orgoglio degli anni verdi, l'orgoglio di essere sano, l'orgoglio di esistere: tutti gli esseri di buon senso dovrebbero accantonarlo!”.

“E' normale che un uomo in lotta per l'esistenza cerchi aiuto. Ora, due sono i modi per cercarlo: uno corretto ed uno errato. Ecco il modo errato: constatata l'impossibilità di evitare le malattie, la vecchiaia e la morte, aggrapparsi o dare valore a cose vuote, transitorie, effimere.

“Il modo corretto, una volta individuata la natura vera delle malattie, della vecchiaia e della morte, consiste nel cercare aiuto e nel dar valore a quel che è al di là di ogni sofferenza umana. In questa vita di piaceri mondani alla reggia, sto muovendomi, direi, nella direzione sbagliata”.

4. Fu così che la lotta spirituale si fece strada nel cuore

Il Buddha Śākyamuni

del principe fino al suo ventinovesimo anno d'età, quando gli nacque l'unico figlio, Rāhula. Quest'evento spinse la situazione agli estremi, sembra, poiché solo allora il principe decise di lasciare il palazzo per cercare la soluzione al proprio tormento interiore in un tipo di vita da mendicante senza fissa dimora. Il suo piano, l'attuò di notte: a cavallo del destriero preferito Kanthaka, bianco come la neve, seguito dal solo cocchiere Chandaka, abbandonò la reggia.

Non tacquero pertanto nel suo animo i pensieri tormentosi e molti demoni lo tentavano dicendogli: “Sarebbe meglio per te tornare al palazzo e trovare qualche altra soluzione: così il mondo intero sarà tuo”. Ma egli riuscì a ridurre al silenzio le voci demoniache, avendo compreso che nulla di mondano avrebbe potuto mai soddisfarlo. Si rasò quindi il capo e volse i suoi passi verso il sud, con in mano una ciotola per l'elemosina.

Il principe visitò dapprima l'eremita Bhagava e ne osservò le pratiche ascetiche; poi fece parte della scuola di Arada Kalama e di Udraka Ramaputra, volendo far propri i metodi per conseguire il *nirvana* tramite la meditazione. Praticatili però per un certo lasso di tempo, si convinse che non erano questi la via per ottenere l'Illuminazione. Raggiunse infine il Magadha e praticò l'ascetismo nella foresta di Uruvilva, sulle rive del Nairanjana, un fiume nei pressi del castello di Gaya.

Il Buddha Śākyamuni

5. I metodi delle sue pratiche ascetiche toccarono una rigidità estrema. Gli era di stimolo il pensiero seguente: “Nessun asceta nel passato, nel presente e nel futuro ha praticato, pratica né praticherà mai con un rigore superiore al mio”.

Nondimeno il principe non riusciva a raggiungere la meta prefissa. Dopo sei anni di vita nella foresta, rigettò ogni pratica ascetica. Si bagnò nel fiume ed accettò una ciotola di latte da Sujata, una serva che viveva nel vicino villaggio.

I cinque compagni che avevano vissuto per sei anni con il principe, condividendone la vita austera, si scandalizzarono nel vederlo accettare del latte dalle mani di una serva. Ritenendolo ormai degradato, l’abbandonarono (era infatti vietato a quei tempi, agli asceti, ricevere qualcosa direttamente da una donna, ritenuta un essere impuro, n.d.tr.).

E così il principe rimase solo. Era ancora debole ma, a rischio della vita, tentò un ennesimo periodo di meditazione, dicendosi: “A costo di depauperare il mio sangue, di disseccare la mia carne e di far cadere nella polvere le mie ossa, io non lascerò questo luogo senza aver conseguito l’Illuminazione”.

Fu allora una lotta intensa, senza paragoni. Il suo animo toccò la disperazione e si riempì d’idee confuse, cupe tenebre ne invasero lo spirito; egli venne assediato da tutte le lusinghe dei demoni. Ma con cura e con pazienza

Il Buddha Śākyamuni

egli le esaminò una ad una, eliminandole una dopo l'altra. Fu proprio una lotta dura: il suo sangue s'impovertì, la carne deperì, le ossa scricchiarono.

Tuttavia, al sorgere della stella del mattino ad oriente del cielo, lo scontro era finito e lo spirito del principe, chiaro e luminoso come l'aurora. Fu all'età di 35 anni che il principe divenne il Buddha; era l'8 dicembre.

6. Da quel momento, il principe divenne noto sotto diversi appellativi. Chi lo chiamava Buddha, chi l'Illuminato; chi ancora Śākya, chi infine l'Onorato.

Egli raggiunse dapprima Mrigadava (o Parco dei Daini) a Varanasi (Benares), dove si trovavano i cinque che per sei anni avevano condiviso con lui l'austera vita ascetica. Loro all'inizio cercarono di evitarlo ma poi, ascoltati i suoi sermoni, credettero in lui e divennero i suoi primi discepoli. In seguito, si recò al Castello di Rajagriha e convertì il re Bimbisara, da anni suo amico. Da lì, percorse l'intera regione, vivendo di elemosine e convincendo gli altri ad accettare il suo modo di vivere.

La risposta ai suoi appelli fu come quella di assetati alla ricerca d'acqua, o di affamati in cerca di cibo. Due grandi discepoli, Śāriputra e Maudgalyāyana, lo

raggiunsero con duemila adepti.

All'inizio, il padre del Buddha, il re Śuddhodana, ancora tutto rattristato dalla decisione del figlio di lasciare per sempre il palazzo, si tenne in disparte ma poi entrò nel novero dei suoi fedeli discepoli. Mahāprajāpātī, la matrigna del Buddha, e la di lui moglie principessa Yasódharā, assieme a tutti i membri del clan degli Śākya, credettero in lui e lo seguirono. Molti altri divennero suoi devoti seguaci.

7. Per 45 anni, il Buddha percorse l'India in lungo e in largo insegnando il Dharma. Ma, ormai ottantenne, mentre si trovava a Vaisali, tra Rajagriha e Shravasti, cadde malato e predisse che tre mesi dopo avrebbe conseguito il *nirvāṇa*. Viaggiò ancora fino a Pava, ove però venne colpito da un più grave attacco del male, dopo un pasto offertogli dal fabbro Chunda. Poi, malgrado le sofferenze e il forte indebolimento, a piccole tappe, raggiunse la foresta vicina a Kusinagara.

Là, coricatosi tra due grandi alberi di sala, continuò fino all'ultimo ad elargire il suo insegnamento ai discepoli. Quindi, terminata l'opera di sommo maestro spirituale, raggiunse la perfetta tranquillità.

Il Buddha Śākyamuni

8. Guidati da Ānanda, il discepolo prediletto del Buddha, i suoi amici cremarono la salma a Kusinagara.

Il re Ajātaśatru e sette sovrani dei territori vicini richiesero la spartizione delle ceneri. Dapprima il re di Kusinagara aveva opposto un diniego e ne era sorta una disputa che per poco non degenerò in guerra. Intervenne a quietare gli animi il saggio Drona e infine le ceneri vennero suddivise fra gli otto regni. Le ceneri del rogo funebre e la giara di terracotta ove erano stati deposti i resti mortali, furono donati ad altri due governanti che ne rimasero ugualmente onorati. Inoltre, vennero eretti gli Stupa, monumenti commemoranti il Buddha, per accoglierne i resti e le ceneri.

II

LE ULTIME PAROLE DEL BUDDHA

1. Mentre si trovava disteso sotto gli alberi di sala a Kusinagara, il Buddha si rivolse per l'ultima volta ai suoi discepoli e disse:

“Siate un'isola per voi stessi, prendete rifugio in voi stessi e non in altro! Che la vostra isola sia il Dharma, che il vostro rifugio sia il Dharma e non altro.

“Contemplete il vostro corpo e riflettete sulla sua impurità. Sapendo che i piaceri fisici sono, come i dolori, causa di sofferenza, come potete dar libero corso ai

Il Buddha Śākyamuni

desideri del corpo? Guardate il vostro “sè” ed osservate quanto muta! Come potete illudervi circa la sua natura e nutrire orgoglio ed egoismo, sapendo che questi sentimenti vi condurranno inevitabilmente alla sofferenza? Osservate la materia: vi trovate un elemento duraturo? Le cose sono forse altro che agglomerati destinati, presto o tardi, a disgregarsi e a disperdersi? Non abbiate timore di constatare l’universalità della sofferenza, ma seguite il mio insegnamento anche dopo il mio addio a questo mondo. Sarete così liberi dal dolore. Sì, fatelo e sarete veramente miei seguaci.

2. “Discepoli miei, non dimenticate mai quanto vi ho insegnato, né lasciate che si perda. Fatene tesoro, meditatelo sempre, praticatelo. Ottemperate ad esso e sarete sempre felici.

“L’importante, nel mio insegnamento, è la padronanza della mente. Respingete l’avidità e il comportamento sarà retto, puro lo spirito, sincera la parola. Se siete memori del carattere passeggero della vita, sarete in grado di tenere testa all’avidità e alla collera e potrete così evitare ogni male.

“Se vi accorgete che la vostra mente viene tentata trova nelle spire dell’ingordigia, sopprimetela e controllate la tentazione: siate padroni della vostra mente.

Il Buddha Śākyamuni

“E’ la mente a rendere l’uomo un Buddha o una bestia. Sviato dall’errore, l’essere umano diventa un demone; illuminato, diventa un Buddha. Controllate la mente e non lasciatela deviare dalla retta via.

3. “In conformità al mio insegnamento, abbiate rispetto gli uni per gli altri ed evitate le dispute. Non imitate l’acqua e l’olio nel loro mutuo respingersi ma piuttosto l’acqua e il latte, che si mescolano perfettamente.

“Studiate insieme, insegnate insieme, praticate insieme. Non disperdete la mente e il tempo nell’ozio e nelle dispute. Gioite dei fiori dell’Illuminazione nella loro stagione e raccogliete i frutti della retta via.

“I precetti che vi ho dato sono frutto della mia esperienza diretta di questa via. Seguiteli e conformatevi al loro spirito in ogni circostanza.

“Se li trascurate, è perché non mi avete mai veramente incontrato, è perché vi siete allontanati da me, pur standomi vicini. Se invece accettate e praticate il mio insegnamento, anche qualora foste dall’altra parte del globo, sarete con me.

4. “Discepoli miei! La mia fine è prossima, la nostra

Il Buddha Śākyamuni

separazione non tarderà a venire. Tuttavia, non date sfogo ai lamenti. La vita è mutamento perenne e nessuno sfugge al dissolversi del fisico. Ve ne darò ora prova: con la mia morte, il mio corpo sarà come un carro sconquassato.

“Non vi lamentate vanamente, ma prendete atto che tutto è impermanente, riconoscendo la natura effimera dell’esistenza umana. Non date ascolto al folle desiderio di voler vedere immutato quel che è transitorio.

“Il demone dei desideri mondani cerca sempre occasioni per ingannare la mente. Se una vipera fosse nella vostra stanza, non potreste dormire tranquilli se non dopo averla cacciata.

“Spezzate dunque i legami dei desideri mondani e scacciateli proprio come fareste con una vipera. Dovete seriamente proteggere la mente.

5. “Miei discepoli! Il mio ultimo istante è giunto, ma non dimenticate che la morte è solo la dissoluzione di questo organismo, nato da genitori e cresciuto con il cibo: gli sono inevitabili la malattia e il perire.

“Ma il vero Buddha non è un corpo umano: è Illuminazione. L’organismo si dissolve per legge, ma la saggezza dell’Illuminazione permane invece eterna nella

Il Buddha Śākyamuni

verità del Dharma, nella pratica del Dharma. Colui che vede soltanto il mio corpo, in realtà non mi vede. Solo chi accetta il mio insegnamento, mi vede davvero.

“Dopo la mia morte, il Dharma vi sarà maestro. Seguitelo e così mi sarete fedeli.

“Durante questi ultimi 45 anni, nulla ho nascosto del mio insegnamento. Non vi è né precetto celato, né un significato nascosto. Tutto vi è stato insegnato in modo chiaro ed aperto. Miei amati discepoli, ecco, ora è la fine. Fra un istante, raggiungerò il nirvāṇa. Queste le mie istruzioni!”

CAPITOLO SECONDO

IL BUDDHA ETERNO

I

LA SUA BONTÀ AMOREVOLE E I SUOI VOTI

1. Lo spirito del Buddha è un cuore tutto bontà amorevole. La grande bontà è la volontà di salvare con ogni mezzo tutti gli esseri; la grande compassione è quel sentimento che spinge ad essere malato con i malati, a soffrire insieme a chi soffre.

“La compassione dolore è il mio dolore e la vostra felicità è la mia felicità”, dice il Buddha. E proprio come l’affetto imperituro di una madre, così egli non abbandona mai neanche per un istante questo suo atteggiamento, per la bontà amorevole e piena di comprensione propria alla natura stessa del Buddha.

La compassione del Buddha è stimolata in proporzione alle necessità degli esseri umani; la fede dell’uomo è la reazione a questo spirito e lo guida all’Illuminazione, proprio come una mamma realizza il suo essere madre con l’amare il proprio figlioletto; il bambino allora, grazie a questo amore, si sente ben protetto e al sicuro.

Il Buddha eterno

Nondimeno, gli uomini non comprendono lo spirito del Buddha e si dibattono nelle illusioni e nei desideri generati dalla loro ignoranza; soffrono dei propri atti dovuti a passioni mondane ed errano fra montagne di illusioni, sotto il peso delle loro cattive azioni.

2. Non crediate che la compassione del Buddha si limiti alla vita presente; è piuttosto una manifestazione della bontà del Buddha eterno, al di là di ogni tempo, operante da quando il genere umano si è sperduto per ignoranza.

Il Buddha eterno si manifesta sempre agli esseri umani sotto le forme più accattivanti ed amichevoli per arrecare loro i più saggi metodi di salvezza.

Il Buddha Śākyamuni, principe di sangue della famiglia regale degli Śākya, rinunciò agli agi del proprio rango per una vita ascetica. Tramite la pratica della meditazione in silenzio assoluto, toccò la vetta dell'Illuminazione. Predicò il Dharma fra i suoi simili ed infine lo provò con la sua morte corporea.

L'opera del Buddha è eterna così come l'ignoranza umana è senza fine; e come la profondità dell'ignoranza è priva di fondo, così non ha limiti la compassione del Buddha.

Il Buddha eterno

Quando il Buddha decise di rompere i legami con la vita mondana, formulò quattro grandi voti: – salvare tutti gli esseri; – rinunciare a qualunque desiderio mondano; – imparare ogni insegnamento; – raggiungere la perfetta Illuminazione. Siffatti voti erano manifestazioni dell’amore e della compassione che sono qualità fondamentali della natura di Buddha.

3. Il Buddha si esercitò dapprima ad evitare il crimine di uccidere qualunque creatura vivente; poi espresse l’augurio che tutta l’umanità conoscesse le gioie della longevità.

Il Buddha si esercitò ad evitare il peccato del ladrocinio e grazie a questa virtù espresse l’augurio che ogni uomo possa possedere tutto quello di cui ha bisogno.

Il Buddha si esercitò ad evitare di commettere adulterio e grazie a questa virtù espresse l’augurio che tutti gli uomini possano conoscere la felicità di uno spirito puro e non tormentarsi più per desideri insoddisfatti.

Il Buddha, teso verso la meta, si esercitò a evitare ogni inganno, formulando l’augurio che a tutti sia dato di conoscere la tranquillità dello spirito che nasce dalla sincerità.

Si esercitò ad evitare ogni doppiezza, formulando l’augurio che ogni uomo possa conoscere la gioia dell’amicizia.

Il Buddha eterno

Si esercitò ad evitare d'ingiuriare gli altri ed auspicò che tutti possano avere la serenità di spirito che nasce dal vivere in pace con il prossimo.

Si guardò dalle parole futili ed augurò che tutti possano conoscere la gioia di capirsi senza malintesi.

Il Buddha teso verso la propria meta ideale, si esercitò ad essere libero dall'avidità; e grazie a questa virtù, augurò che tutti gli esseri viventi possano conoscere la pace che segue la rinuncia di ogni desiderio malsano.

Si esercitò ad evitare la collera, auspicando per gli uomini un amore reciproco.

Si esercitò ad evitare l'ignoranza, ed augurò che ogni uomo possa comprendere la legge di causalità e non ignorarla.

Così la compassione del Buddha abbraccia tutti gli esseri con instancabile sollecitudine per la loro felicità. Egli ama gli uomini come i genitori amano i propri figli ed augura loro la felicità più sublime, ovvero, la capacità di passare al di là di quest'oceano della vita e della morte.

II
L'AIUTO DEL BUDDHA E
I SUOI METODI DI SALVEZZA

1. E' ben arduo per le parole del Buddha dette dalla lontana riva dell'Illuminazione raggiungere coloro che si dibattono senza sosta nel mondo delle illusioni; così il Buddha torna di persona in questo mondo e mette in pratica i suoi metodi di salvezza.

“Ora vi racconterò una parabola”, disse il Buddha. “C'era un uomo, di condizioni agiate; un giorno la sua casa prese fuoco, in sua assenza. Al ritorno, trovò i figli così intenti a giocare da essere ignari delle fiamme, e quindi sempre all'interno. Il padre gridò: “Figlioli, presto, fuggite! Via di là! presto!” Ma non gli fu prestata attenzione.

Allora il padre, in preda all'ansia, gridò di nuovo: “Piccoli miei, ho qui dei meravigliosi giochi per voi: uscite e venite a prenderli”. Quella volta al suo appello i bambini accorsero dall'abitazione in fiamme.

Questo mondo è una dimora in fiamme, ma gli esseri umani, inconsci dell'incendio, rischiano di bruciarsi a morte. Allora il Buddha, nella sua bontà amorevole, escogita i mezzi per salvarli.

Il Buddha eterno

2. Il Buddha disse: “Vi narro ora un’altra storia. Un giorno, il figlio unico di un uomo ricco lasciò la casa e cadde in estrema miseria.

Il padre, partito per un lontano viaggio alla ricerca del figlio, ne perse ogni traccia. Il padre fece tutto il possibile per ritrovarlo, ma invano.

Passò del tempo e il figlio, ridotto alla miseria, errava nei pressi della casa paterna.

Il padre lo riconobbe presto ed inviò dei servi per ricondurre il vagabondo. Ma questi, intimorito dalla maestosità della dimora e sospettando di essere preso in giro, si rifiutò di seguirli.

Il padre mandò di nuovo i suoi servi con l’ordine di dargli del denaro con l’offerta di lavorare presso il loro ricco signore. Il figlio allora accettò, tornò con i servi alla casa paterna e divenne un servitore.

Il ricco signore gli accordò un graduale avanzamento di grado fino ad affidargli l’incarico del mantenimento di tutta la proprietà e delle sue ricchezze. Ma pur sempre il figlio non riconosceva il proprio genitore.

Il padre, soddisfatto della fedeltà del figlio, quando

Il Buddha eterno

sentì avvicinarsi la fine riuni familiari e amici e disse: “Amici, ecco il mio unico figlio, che ho cercato per lunghi anni. D’ora in poi, l’intera mia proprietà e tutti i miei tesori sono suoi”.

Il figlio, stupito dalla rivelazione paterna, disse: “Non solo ho ritrovato mio padre, ma anche tutti i suoi beni e tesori ora mi appartengono”.

L’uomo ricco della parabola simboleggia il Buddha, mentre il figlio errante rappresenta tutti gli uomini. La compassione del Buddha abbraccia ogni essere come l’amore di un padre per il suo unico figlio. Con quest’amore, egli escogita i metodi più saggi per guidare, insegnare ed arricchire gli uomini con tutti i suoi tesori.

3. Pari alla pioggia che cade in misura uniforme sulla vegetazione, così la compassione del Buddha si estende in modo uguale su ogni essere vivente. Ma come piante diverse ricevono benefici specifici dalla stessa pioggia, così, esseri di diversa natura e in circostanze diverse vengono resi felici con metodi differenti.

4. I genitori amano tutti i figli, ma il loro amore trova, per un figlio malato, espressioni particolari.

La compassione del Buddha, uguale per chiunque, si manifesta con cura speciale verso coloro che, per ignoranza, portano dei fardelli più schiacciati di mali e di sofferenze.

Il Buddha eterno

Il sole si leva ad oriente del cielo e fuga il buio senza pregiudizi né favoritismi per una regione in particolare. Così la compassione del Buddha circonda tutti gli esseri, incoraggiandoli nel giusto e guidandoli contro il male; in tal modo mette in fuga le tenebre dell'ignoranza e porta gli esseri all'Illuminazione.

Il Buddha è paterno nella sua compassione e materno nella sua bontà amorevole. Per ignoranza e per attaccamento ai desideri mondani, spesso gli uomini agiscono con zelo eccessivo. Anche il Buddha è pieno di ardore nella sua compassione verso tutti gli esseri, i quali sono privi di aiuto senza questa bontà del Buddha; qual figli del Buddha, essi ne dovrebbero accogliere i metodi di salvezza.

III

IL BUDDHA ETERNO

1. E' per lo più comune l'opinione che il Buddha, principe di nascita, apprese la via dell'Illuminazione da mendicante. In realtà, invece, lunga fu la preparazione perché il Buddha è sempre esistito, in un mondo che non ha inizio né fine.

Il Buddha eterno

Il Buddha, in quanto eterno, ha conosciuto tutte le genti e messo in pratica ogni sorta di metodi di salvezza.

Non vi sono punti falsi o ingannatori nel Dharma eterno, perché il Buddha conosce tutte le cose del mondo così come sono e le insegna agli uomini.

In effetti, è assai difficile capire il mondo nella sua realtà, perché, sebbene reale in apparenza, non lo è, e per quanto appaia illusorio, non lo è. È impossibile, per chi è accecato dall'ignoranza, comprendere la verità del mondo.

Solo il Buddha ha una comprensione vera e completa del mondo e non lo dichiara mai vero o illusorio, buono o cattivo. Mostra il mondo semplicemente qual'è.

Il Buddha insegna che tutti gli uomini dovrebbero coltivare le virtù secondo la propria inclinazione, i propri atti e credenze. Questo insegnamento trascende ogni affermazione e ogni negazione del mondo.

2. Il Buddha non insegna è solo con le parole, ma anche con la sua vita. E sebbene la sua vita sia senza fine, per guidare coloro che sono schiavi del desiderio, per tenerne desta l'attenzione, usa l'espedito della morte.

“Una volta, un medico era in viaggio e i figli, per circostanze accidentali, presero del veleno. Al rientro, il padre si accorse del loro malessere e preparò un antidoto.

Il Buddha eterno

Qualcuno dei figli, non gravemente avvelenato, ingerì il medicinale e guarì, ma gli altri stavano tanto male da rifiutare il farmaco.

Il medico, spinto dall'amore paterno, pensò di farli guarire ricorrendo a un partito estremo. Disse allora ai figli: "Devo partire per un lungo viaggio; sono vecchio e potrei morire da un giorno all'altro. Se fossi qui con voi, potrei prendermi cura di voi, ma se dovessi morire, voi stareste sempre peggio. Se verrete a conoscenza della mia morte, non esitate a prendere questo antidoto, e guarirete da questo avvelenamento sottile". Poi partì per il suo lungo viaggio. Dopo qualche tempo, inviò un messo ai figli per informarli della sua morte.

I figli, alla notizia, si commossero profondamente al pensiero della scomparsa del genitore e si resero conto che non avrebbero più goduto dei benefici delle sue cure amorevoli. Rammentandosi dell'ultimo desiderio espresso dal padre, con dolore e con lo sconforto di sentirsi ormai soli, presero la medicina e si ristabilirono.

Non è da condannare l'inganno perpetrato da questo padre medico; come quel genitore, anche il Buddha usa la finzione della vita e della morte per liberare gli uomini dalla schiavitù dei desideri.

CAPITOLO TERZO

LA FIGURA DEL BUDDHA E LE SUE VIRTÙ

I

I TRE ASPETTI DEL BUDDHA

1. Non tentate di conoscere il Buddha attraverso la sua figurazione o i suoi attributi poiché né l'una né gli altri sono il vero Buddha. Il vero Buddha, non altro che l'Illuminazione medesima. Il giusto modo di conoscere il Buddha sta nel conseguire l'Illuminazione.

Chi vede una rappresentazione artistica pur finissima del Buddha e crede così di conoscerlo, compie l'errore di un occhio ignorante, giacché il vero Buddha non può venire incorporato in una forma o figura né essere visto con occhi umani. E neppure si può conoscere il Buddha tramite una descrizione perfetta dei suoi attributi, perché le parole degli uomini non bastano a definirli.

Pur parlando della sua forma, il Buddha eterno non ha una figura definita ma è in grado di manifestarsi sotto qualunque aspetto. Pur delineando noi degli attributi, il Buddha eterno non ha attributi definiti ma può manifestarsi con ogni perfezione.

La figura del Buddha e le sue virtù

L'uomo che vede in modo distinto la figura del Buddha o discerne con chiarezza i suoi attributi, senza però restare legato alla figura o agli attributi del Buddha, è in grado di vederlo e di conoscerlo.

2. Il corpo del Buddha è l'Illuminazione stessa. Non avendo forma né sostanza, è sempre esistito ed esisterà sempre. Non è un corpo fisico da nutrire con cibo. E' un corpo eterno la cui sostanza è la saggezza. Il Buddha, dunque, non conosce timori né afflizioni: è eternamente immutabile.

Dunque, il Buddha non svanirà fintantoché esista l'Illuminazione. E' questa la luce della saggezza che desta a nuova vita e che fa rinascere nel mondo del Buddha.

Coloro che se ne rendono consapevoli, divengono i figli del Buddha; ne seguono il Dharma, ne onorano l'insegnamento e lo trasmettono ai posteri. Nulla è più miracoloso del potere del Buddha.

3. Il Buddha ha un triplice corpo: l'aspetto dell'essenza o Dharma-Kāya; l'aspetto delle perfezioni spirituali o Sambhoga-Kāya; e l'aspetto della manifestazione o Nirmāna-Kāya.

La figura del Buddha e le sue virtù

Il Dharma-Kāya è la sostanza del Dharma, ossia della Verità stessa. In quanto aspetto dell'essenza il Buddha non ha né forma né colore e come tale non viene da nessun luogo né va in alcun luogo. Come il cielo azzurro copre ogni cosa, e poiché egli è tutte le cose non manca di nulla.

La sua esistenza non dipende dal fatto che qualcuno pensi che esista; e neanche scompare perché viene dimenticato. Non ha alcun obbligo di apparire quando gli uomini sono felici e al sicuro, né è tenuto a scomparire quando sono disattenti e pigri. Il Buddha trascende ogni direzione immaginabile del pensiero umano.

Sotto questo aspetto, il corpo del Buddha pervade ogni angolo dell'universo: raggiunge ogni luogo, esiste in eterno sia che gli uomini credano in lui sia che dubitino della sua esistenza.

4. Il Sambhoga-Kāya significa che la natura del Buddha, che è l'unione di compassione e saggezza e quindi una natura spirituale priva di immagine, si manifesta tramite i simboli della nascita e della morte, tramite la formulazione dei grandi voti, della pratica e della rivelazione del suo nome, per condurre tutti gli uomini alla salvezza.

La figura del Buddha e le sue virtù

La compassione è l'essenza del suo corpo ed è nelle intenzioni del Buddha usare ogni mezzo per liberare tutti coloro che sono disposti alla liberazione. Come un fuoco, una volta acceso, non si spegne fino all'esaurimento del combustibile, così la compassione del Buddha non verrà mai meno fino all'esaurimento di tutte le passioni mondane. E come il vento manda via la polvere, così la compassione del Buddha, in questo corpo, scaccia la polvere delle sofferenze umane.

Il *Nirmāna-Kāya* significa che, per completare la salvezza offerta dal *Sambhoga-Kāya*, il Buddha è apparso nel mondo in una forma tangibile e ha mostrato agli esseri umani, secondo la loro singola natura e le loro singole capacità, gli aspetti della nascita, della rinuncia al mondo e dell'Illuminazione. Per guidare gli uomini, il Buddha, in questo corpo, impiega tutti i mezzi ivi comprese le malattie e la morte.

La forma del Buddha è all'origine unicamente il *Dharma-Kāya*, ma poiché la natura degli esseri varia, appare differenziata. Benché la forma del Buddha vari secondo i diversi desideri, azioni e capacità degli individui, non è in realtà altro che la verità del Dharma.

Benché il Buddha abbia un corpo triplice, il suo fine è unico: salvare tutti gli uomini.

La figura del Buddha e le sue virtù

Il Buddha si estrinseca in ogni circostanza in tutta la sua purezza; tale manifestazione non è però il Buddha, perché il Buddha non è una forma. La natura del Buddha pervade tutto; egli fa dell'Illuminazione il suo corpo, e in quanto tale, appare a chiunque sia in grado di vedere la verità.

II

IL MANIFESTARSI DEL BUDDHA

1. E' raro che un Buddha appaia nel mondo. Quando accade, egli raggiunge l'Illuminazione, espone il Dharma, disfa la rete dei dubbi, allontana le lusinghe dei desideri e le loro radici, tampona le fonti del male; indi, senza ostacoli di sorta, percorre il mondo liberamente. Nulla è più grande della venerazione di un Buddha.

Il Buddha appare nel mondo della sofferenza perché non sa abbandonare i sofferenti; l'unico suo fine è diffondere il Dharma e rendere felici tutti gli uomini con questa Verità.

E' ben arduo presentare il Dharma in un mondo pieno di ingiustizie e di falsi valori in vana lotta con desideri insaziabili e afflizioni. Il Buddha fa fronte a queste difficoltà grazie al suo immenso amore e compassione.

2. Il Buddha è un buon amico per tutti. Se incontra un

La figura del Buddha e le sue virtù

uomo oppresso dal peso delle passioni mondane, ne condivide il fardello. Davanti a un uomo afflitto dalle sue illusioni, metterà in fuga le tenebre dell'errore con la pura luce della sua saggezza.

Come un vitello cerca sempre la madre, così chi ha inteso l'insegnamento del Buddha non vuole più staccarsi dai precetti che gli apportano felicità.

3. Quando la luna tramonta, si dice che essa scompare, e al suo sorgere si dice che appare. In realtà, la luna né viene né va, ma brilla immutata nel cielo. Il Buddha, proprio come la luna, non appare né scompare. Sembra fare così, solo per amore degli uomini, per insegnare loro la retta via.

Chiamiamo “plenilunio” una fase lunare e “luna crescente” un'altra fase, ma in realtà, la luna è sempre perfettamente rotonda, non cresce né decresce. Il Buddha è proprio come la luna. Agli occhi degli uomini sembra cambiare in apparenza, ma in verità non muta.

La luna si leva ovunque, al di sopra di una città popolosa, di un villaggio silente nella quiete notturna, di una montagna, di un fiume; si specchia nelle profondità di

La figura del Buddha e le sue virtù

uno stagno, in una brocca d'acqua, nella goccia di rugiada su una foglia. Se un uomo viaggia per centinaia di miglia, la luna lo accompagna. Agli esseri umani la luna appare mutevole, e quando in realtà non muta. Il Buddha, come la luna, segue i mortali in tutte le circostanze mutevoli, manifestandosi in modi diversi: eppure nella sua essenza non muta.

4 L'apparire e scomparire del Buddha si può spiegare con la causalità: se le cause e le condizioni sono propizie, il Buddha appare; se queste non sono favorevoli, il Buddha sembra scomparire dal mondo.

Che il Buddha appaia o scompaia, la buddhità non muta. Conoscendo tale principio, si deve seguire la via dell'Illuminazione e raggiungere la perfetta saggezza senza lasciarsi turbare dai mutamenti apparenti dell'immagine del Buddha, delle condizioni del mondo o delle fluttuazioni del pensiero umani.

Il Buddha, lo si è già detto, non è un corpo fisico, ma è l'Illuminazione stessa. Un corpo si può considerare un ricettacolo. Se il ricettacolo è pervaso dall'Illuminazione, può essere chiamato Buddha. Ecco perché chi rimanga legato al corpo fisico del Buddha e ne pianga la scomparsa sarà incapace di vederlo.

La figura del Buddha e le sue virtù

In realtà, la vera natura di tutti i fenomeni trascende il dualismo dell'apparire e scomparire, andare e venire, bene e del male. Tutto è perfettamente omogeneo e privo di sostanza.

Sono i giudizi erronei di chi vede i fenomeni a causare la discriminazione. La vera figura del Buddha, ricordiamolo, non appare né scompare.

III LE VIRTÙ DEL BUDDHA

1. Il Buddha merita il rispetto del mondo per le sue cinque virtù: condotta superiore; punto di vista superiore; saggezza perfetta; capacità superiore d'insegnamento e abilità nel guidare gli esseri umani a mettere in pratica la sua dottrina.

Inoltre, otto virtù distinte permettono al Buddha di accordare benefici e felicità agli uomini: recare al mondo benefici immediati tramite la pratica del suo insegnamento; discernere correttamente il bene dal male, il vero dal falso; guidare gli esseri umani verso l'Illuminazione insegnando loro la retta via; guidare tutti gli uomini secondo un metodo adeguato; evitare l'orgoglio e la vanagloria; fare quel che ha detto e dire quel che ha fatto e compiere, così, i voti del suo cuore compassionevole.

La figura del Buddha e le sue virtù

Grazie alla pratica della meditazione il Buddha mantiene uno spirito calmo e pacifico irradiante bontà amorevole, compassione gioia ed equanimità. Agisce in modo equo verso tutti gli uomini, purificandone lo spirito da ogni macchia e accordando loro la felicità in perfetta unità spirituale.

2. Il Buddha, per gli uomini, è un padre e una madre. Durante i sedici mesi successivi alla nascita del figlio, i genitori devono rivolgersi al bimbo con termini infantili e poi, gradualmente, lo abitua ad esprimersi da adulto.

Parimenti il Buddha dapprima si prende cura degli esseri umani, poi lascia che si curino da sé; prima, dona loro di che soddisfare i loro desideri e poi li conduce a un rifugio tranquillo e sicuro.

Quel che il Buddha insegna nel suo linguaggio, gli uomini lo accolgono e l'assimilano nel proprio linguaggio, come se destinato esclusivamente a loro.

Lo stato mentale del Buddha trascende i pensieri umani; non è esprimibile verbalmente ma si può solo lasciare intendere con parabole.

Un fiume è intorbidato dal calpestio dei cavalli e degli elefanti, agitato dal nuoto dei pesci e delle tartarughe; ma il fiume scorre puro e indisturbato da queste inezie. Il

La figura del Buddha e le sue virtù

Buddha è come un grande fiume. I pesci e le tartarughe delle altre dottrine nuotano nelle sue profondità e vanno contro corrente, ma invano. Il Dharma del Buddha scorre, puro e imperturbato.

3. La perfetta saggezza del Buddha si guarda dagli estremi dei pregiudizi e conserva una sublime moderazione indescrivibile. Onnisciente, il Buddha conosce i pensieri e i sentimenti di tutti gli uomini, vede e comprende all'istante ogni cosa.

Come gli astri celesti si specchiano nella calma del mare, così i pensieri e i sentimenti umani, insieme a tutte le circostanze, si riflettono nella profondità della saggezza del Buddha. Ecco perché il Buddha è chiamato "l'Illuminato perfetto", l'Onnisciente.

La saggezza del Buddha rinfresca l'arido spirito dell'uomo, illumina e gli fa conoscere il significato di questo mondo, le sue cause e i suoi effetti, il suo apparire e scomparire. Infatti, senza l'aiuto della saggezza del Buddha, quale aspetto del mondo sarebbe comprensibile agli uomini?

4. Il Buddha non sempre appare come un Buddha. Ora sceglie di incarnarsi in un essere maligno, ora in una donna, in un dio, in un re o in un uomo di stato, ora in un bordello o in una casa da gioco.

La figura del Buddha e le sue virtù

In un' epidemia, egli prende l'aspetto di un medico, in guerra, insegna la pazienza e la pietà per i sofferenti. A chi crede eterne le cose, mostra il fugace e l'incerto. Ai fieri e agli egoisti, insegna l'umiltà e il sacrificio di sé. A chi è impigliato nella rete dei piaceri mondani, rivela la miseria del mondo.

L'opera del Buddha è di manifestare in ogni cosa e in ogni occasione la pura essenza del Dharma-Kaya, ossia la sua natura assoluta; così l'amore e la bontà piena di comprensione del Buddha emanano dal Dharma-Kaya in una vita infinita e in una luce senza limiti, recando la salvezza all'umanità.

5. Il mondo è come un edificio in fiamme, in un succedersi inarrestabile di fasi di distruzione e di ricostruzione. Gli uomini confusi dal buio dell'ignoranza, smarriscono il loro spirito nella collera, nell'insoddisfazione, nella gelosia, nei pregiudizi e nelle passioni mondane. Sono simili a bambini bisognosi della madre; ognuno si rifugi nell'amore del Buddha.

Il Buddha è un padre per chiunque in questo mondo; tutti gli esseri umani sono figli del Buddha; egli è il più santo fra i santi. Il mondo è in fiamme per la vecchiaia e la morte; dovunque regna la sofferenza, ma gli uomini,

La figura del Buddha e le sue virtù

attirati dalla vana ricerca dei piaceri mondani non sono saggi abbastanza da rendersene conto.

Il Buddha capì che il palazzo del piacere, in realtà, era una casa in fiamme; dunque, se ne allontanò e trovò rifugio e pace nella calma della foresta; là, nella solitudine e nel silenzio, mosso dalla sua grande compassione, ci parla: “Mio è questo mondo di mutamenti e di sofferenze; questi sventati per ignoranza sono i miei figli; io solo posso salvarli dalle loro illusioni e miserie”.

Il Buddha, da grande sovrano del Dharma, può elargire il suo insegnamento a chiunque nel modo desiderato. Così, si manifesta al mondo per rendere felici gli esseri umani e per liberarli dalle sofferenze insegna loro il Dharma. Gli uomini, però, sordi, non gli prestano attenzione: i loro orecchi sono intorpiditi dalla brama.

Chi ascolta però i suoi insegnamenti, si libera dalle illusioni e dalle miserie del vivere. Egli ha detto: “Gli uomini non si possono salvare facendo leva solo sulla propria saggezza; devono penetrare con fede il mio insegnamento”. Dunque, è bene prestare orecchio alla dottrina del Buddha e metterla in pratica.

IL DHARMA

CAPITOLO PRIMO

LA LEGGE DI CAUSALITÀ

I

LE QUATTRO NOBILI VERITÀ

1. Il mondo è pieno di sofferenze. Nascere è sofferenza, la vecchiaia è sofferenza, la malattia è sofferenza, la morte è sofferenza; incontrare qualcuno che si detesta è sofferenza; separarsi da un essere amato è sofferenza; non poter soddisfare i propri desideri è sofferenza. In breve, una vita schiava dei desideri e delle passioni implica sempre sofferenza: questa è la verità della sofferenza.

Quanto alla causa delle sofferenze umane, non c'è dubbio che esse nascono dagli appetiti del corpo fisico e le illusioni delle passioni mondane. L'origine di queste passioni, eccola radicata in tutti i desideri intensi legati agli istinti. Tali desideri, fondati su un imperiosa voglia di vivere, cercano di impadronirsi di tutto quanto si percepisce come desiderabile, lasse pure la morte. Questa è la verità sull'origine della sofferenza.

Se si riesce a sradicare il desiderio, la passione si estingue e la sofferenza ha fine. Questa è la verità sulla cessazione della sofferenza.

La legge di causalità

Per entrare nello stato in cui non vi è più alcun desiderio, né sofferenza, occorre seguire un sentiero. Otto sono le diramazioni che vi confluiscono, ovvero: la retta visione, il retto pensiero, la retta parola, la retta azione, i retti mezzidi sussistenza, il retto sforzo, la retta presenza mentale e la retta concentrazione. Questa è la verità che guida alle cessazione della sofferenza.

E' bene tenere sempre presenti con nitida chiarezza queste verità, perché il mondo è pieno di sofferenze e chi desideri sfuggirle deve sciogliere i nodi delle passioni mondane, unica causa di sofferenza. Solo l'Illuminazione permette di conoscere uno stato scevro da passioni e da dolori, e l'illuminazione si ottiene solo grazie alla disciplina del nobile ottuplice sentiero.

2. Coloro che cercano l'Illuminazione non possono ignorare le quattro nobili verità. Altrimenti, errano senza fine nel dedalo delle illusioni del mondo. Se un uomo comprende queste quattro nobili verità, si dice che ha acquisito "l'occhio dell'Illuminazione".

Accogliere l'insegnamento con tutto il cuore ed approfondire bene il significato delle quattro nobili verità, è indispensabile. In tutti i tempi, un santo, per essere

La legge di causalità

veramente tale, le ha conosciuto a fondo e le insegna egli altri.

Solo alla chiara luce di queste quattro nobili verità, il Nobile ottuplice sentiero porta alla libertà dalla brama, non si litiga con nessuno, non si uccide, non si ruba, non si commette adulterio, non si mente, non si calunnia, non si adula, non si invidia, non ci si inquieta e, mai dimentichi del carattere passeggero della vita, non si commettono ingiustizie.

3. Seguire il Nobile sentiero è come entrare in una camera buia, con una candela in mano: il buio si dilegua e la luce rischiara e pervade la stanza.

Chi comprende il significato delle nobili verità e segue il Nobile sentiero, possiede la luce della saggezza che scaccia le tenebre dell'ignoranza.

Il Buddha guida gli esseri umani unicamente mostrando loro le quattro nobili verità. Sono esse a rendere capaci di guidare e di sostenere gli altri in questo mondo disorientato. Sono degne di fiducia. Col comprendere le quattro nobili verità tutte le fonti delle passioni mondane si prociugano e coloro che arrivano a comprenderle alla perfezione raggiungono l'Illuminazione.

La legge di causalità

Alla luce di queste quattro nobili verità, i discepoli del Buddha possono comprendere tutti gli altri precetti, attirarsene i benefici e conquistare la saggezza con cui coglieranno il senso profondo delle cose e saranno in grado d'insegnare liberamente a chiunque.

II LA CAUSALITÀ

1. Per ogni sofferenza c'è una causa ma anche il mezzo per porvi fine. E perché? Perché ogni cosa in questo mondo risulta da un vasto concorso di cause e di condizioni e tutto scompare col mutare di esse.

Che piova o soffi il vento, che una pianta fiorisca o cadano le foglie, nulla sfugge alla legge secondo cui tutto nasce e perisce in base al mutare di cause e condizioni.

Un bambino nasce da condizioni determinate dai genitori, poi il suo organismo si sviluppa col cibo e la mente con l'educazione e l'esperienza.

Il corpo e la mente dipendono da condizioni e mutano al mutare di queste.

La legge di causalità

Le maglie di una rete sono tenute insieme dai nodi che le uniscono. Così in questo mondo tutto è connesso da una serie di legami. Sarebbe un grave errore ritenere che una maglia di rete possa sussistere da sola.

Una maglia di rete è tale perché vi sono le altre maglie: ognuna è necessaria all'esistenza delle altre.

2. Un fiore si schiude per il concorrere di varie cause e le foglie cadono anch'esse per il concorrere di più cause, senza le quali il fiore non sboccia e la foglia non cade. Il fiore si schiude grazie a certe condizioni e la foglia non cade da sé, fuori stagione; lascia il suo ramo in seguito a determinate condizioni. Tutto dunque è soggetto al mutamento; nulla può esistere di per sé, indipendente, né può rimanere senza mutare.

Una sola cosa non muta, in questo mondo, ma detta legge in terra e in cielo: tutto muta, nasce da una causa e perisce per un'altra causa.

III LA CATENA DELLE CAUSE

1. Donde provengono la sofferenza, il dolore, la pena e l'angoscia? Dall'ignoranza e dal desiderio.

La legge di causalità

L'uomo in genere si ostina a volere una vita di ricchezze e di onori, di benessere e di piacere, una vita di eccitazioni e di egoismo, ignaro che il desiderare tutto questo causa di per sé sofferenza.

Dall'inizio, il mondo è afflitto da ogni sorta di calamità, inevitabili da sempre: le malattie, la vecchiaia e la morte.

Nondimeno, se ci si ferma a riflettere, la tristezza e il dolore sussistono perché esistono i desideri. Se solo si riuscisse a mettere fine ai desideri, la tristezza e il dolore svanirebbero.

La causa del desiderio è l'ignoranza che riempie l'animo umano.

L'ignoranza consiste nel fatto di ignorare la vera legge e la ragione del succedersi dei fenomeni.

L'ignoranza e l'avidità sprigionano desideri incontrollabili e irrealizzabili dietro i quali gli uomini si perdono in una ricerca cieca e ostinata.

Sono ancora l'ignoranza e l'avidità a far fare

La legge di causalità

discriminazioni laddove, in realtà, non esistono. Compiere dunque una distinzione fra il bene e il male nella condotta umana è frutto di ignoranza.

A causa dell'ignoranza, gli uomini hanno sempre idee sbagliate e perdono il modo corretto di vedere. Per ignoranza, si attaccano al loro ego e compiono atti sbagliati, smarrendosi nelle vie dell'errore.

Ecco un paragone allegorico: il campo delle azioni, ossia il Karma, è un terreno; il pensiero discriminante è il seme; lo si copre con l'ignoranza; lo si annaffia con l'egoismo e i cattivi desideri fanno da fertilizzante; vi si aggiunge il concetto del male e nasce così l'errore che poi l'uomo si trascina dietro.

2. In realtà, tutto questo accade nella mente. E' dunque la mente a causare il mondo delle illusioni, delle sofferenze, delle pene, dell'angoscia.

È un mondo – ombra, creato dalla mente. Eppure, è sempre dalla mente che nasce l'Illuminazione.

3. Tre i punti di vista errati in questo mondo. Un asservimento ad essi non dà via d'uscita.

La legge di causalità

Il primo, è credere il mondo retto dal destino. Il secondo, è pensare che tutto sia opera di creazione di un dio alla cui volontà tutto è sottomesso, il terzo, è affermare che tutto viene dal caso, negando l'esistenza di cause o di condizioni.

Qualora tutto dipendesse dal destino, il bene e il male, la felicità e l'infelicità, sarebbero prestabiliti, nulla sfuggirebbe alla predestinazione. In tal caso, sarebbe impossibile dire: "Bisogna comportarsi così e non fare in quel modo". Gli uomini perderebbero la speranza e il piacere dell'impegno e degli sforzi; il mondo non conoscerebbe progresso.

Asserire che ogni evento è sotto la volontà di un dio sconosciuto o del cieco caso, non porterebbe l'umanità a una completa e servile sottomissione? Se così fosse, non vi sarebbe alcuna ragione di impegnarsi ad evitare il male ed a compiere il bene.

Questi tre modi di vedere sono errati in quanto tutto nasce da una causa, ossia da una catena di cause e di situazioni, e perisce per un'altra serie di cause.

CAPITOLO SECONDO

LA TEORIA DELLA SOLA MENTE E IL REALE STATO DELLE COSE

I

CADUCITÀ E NON-SÈ

1. Poiché il corpo e lo spirito si manifestano per un concorso di cause e di condizioni, ne consegue che non esiste un ego duraturo. Il corpo, fatto di carne, in quanto aggregato di elementi non è duraturo.

Se il corpo fosse un sè, potrebbe agire di sua volontà.

Un re ha il potere di ricompensare e di punire a suo beneplacito, ma suo malgrado cade malato, invecchia, e la fortuna raramente si accorda con i suoi desideri.

Nemmeno la mente è un sè. Anch' essa è un aggregato di cause e di condizioni in perenne mutamento.

Se la mente fosse un sè, potrebbe agire di propria volontà. Ma la mente non sempre compie le azioni che sa

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

corrette e senza volerlo rincorre il male. Nulla accade proprio secondo i nostri desideri.

2. A chi domanda se il corpo è duraturo o meno, si è obbligati a rispondere: “non duraturo”.

A chi domanda se l’esistenza non duratura comporta felicità o sofferenza, si risponderà, di solito: “sofferenza”. A chi domanda se l’esistenza non duratura comporta felicità o sofferenza, se e cosa provi ogni essere umano nell’invecchiare, nell’ammalarsi e nel morire, si risponderà, di sicuro: “sofferenza”.

Crede che una cosa così fugace, sempre in movimento e piena di sofferenze, sia un ego, è un errore ben grave.

La mente è essa pure non duratura e piena di sofferenze; non ha dunque nulla che possa farla chiamare un “io”.

Ne consegue che sia il nostro fisico sia la mente – elementi della vita di un individuo –, sia il mondo esterno che ci circonda, sono privi del concetto dell’“io” e del “mio”.

E’ solo perché la mente viene offuscata dai desideri impuri e resa allora impenetrabile alla saggezza che ci si ostina a pensare in termini di “io” e di “mio”.

Poiché il corpo e l’ambiente nascono da cause e

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

condizioni precise, essi sono in perpetua e inarrestabile trasformazione.

Nel suo mutare all'infinito la mente umana somiglia o all'acqua di un fiume che scorre senza sosta, o alla fiamma di una candela accesa; simile ad una scimmia, salta da un luogo all'altro, instancabile.

Constatato tutto questo, il saggio deve spezzare ogni forma di legame fisico e spirituale, se vuole raggiungere l'Illuminazione.

3. Cinque le cose impossibili in questo mondo: smettere di invecchiare mentre si sta invecchiando; non essere malato quando lo si è; non morire mentre si sta rendendo l'ultimo respiro; impedire il disfacimento laddove è in corso; arrestare il processo di estinzione.

In questo mondo, si finisce presto o tardi per scontrarsi con queste situazioni estreme. Nondimeno, chi ha accolto l'insegnamento del Buddha non ne soffre più, conscio di come siano inevitabili.

Vi sono quattro verità al mondo: la nascita ha per causa l'ignoranza; qualunque desiderio è caduco incerto e pieno di sofferenze; tutto quello che esiste è temporaneo,

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

instabile e pieno di sofferenze; nulla si può designare come “io” o come “mio”.

Caducità e non-sè: verità incontestabile, che ci sia o meno un Buddha nel mondo; conscio di tali verità, il Buddha predica il Dharma a tutti gli uomini.

II

LA TEORIA DELLA SOLA MENTE

1. Figlie entrambe della mente, l'ignoranza come l'Illuminazione, tutti i fenomeni risultano quindi opera delle attività mentali, in tutto simili ai trucchi di un prestigiatore.

Non vi sono limiti alle attività della mente: sono queste a creare l'ambiente vitale. Una mente impura si circonda di elementi impuri, mentre a una mente pura piace avere intorno cose pure. Tutto quel che ci attornia non ha limiti, pari alle attività della nostra mente.

Come un quadro viene dipinto da un pittore, così tutto quello che ci circonda è opera della nostra mente. L'ambiente creato dal Buddha è puro e libero da legami, mentre quello fatto dall'uomo non è tale.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Un'infinita varietà di dettagli regna in un quadro. Allo stesso modo, la mente umana crea il proprio ambiente. Non vi è nulla al mondo che non sia opera della mente. Anche il Buddha, come la mente umana, crea e ugualmente fanno tutti gli uomini: da questo punto di vista, la mente dell'uomo e tutti gli esseri umani sono uguali, senza differenze, al Buddha.

Il Buddha sa perfettamente che tutto viene creato dalla mente. Chi riesce a comprendere questa verità può vedere il vero Buddha.

2. La mente, artefice del proprio mondo, non è mai del tutto libera dalle proprie "ombre"; rimpiange infatti il passato, paventa l'avvenire e piange il presente, per ignoranza e soggezione alle passioni.

Il mondo delle illusioni nasce dall'ignoranza e dai desideri: tutto il vasto insieme di cause e di condizioni interdipendenti esiste solo nella mente e non altrove.

Anche la vita e la morte sorgono dalla mente, esistono nella mente. Quando la mente passa, il mondo della vita e della morte passa con lei.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Una vita non illuminata e piena di errori nasce da una mente smarritasi nel proprio mondo di illusioni e di inganni. Se ci si rende conto che il mondo degli errori non esiste al di fuori della mente, la nostra mente torna ad essere libera. Chi smette di dar vita a un mondo impuro, consegue l'Illuminazione.

Dunque, il mondo della vita e della morte è opera della mente, è asservito alla mente, dominato dalla mente, timone di ogni situazione. Il mondo delle sofferenze nasce da una mente in errore.

3. Tutto, quindi, è dapprima controllato e dominato dalla mente creatrice. Come le ruote seguono il bue che tira il carro, così la sofferenza non abbandona una mente avvinghiata a pensieri impuri e a passioni umane.

Se qualcuno parla ed agisce con intenzione salutare, la felicità lo accompagna pari a un'ombra. Chi compie del male si rammenta poi di aver agito in modo scorretto ed è questo ricordo che si annida in lui a pesare inevitabilmente sulle vite successive. Chi agisce per buone ragioni, si rallegra del bene compiuto ma esulta ancor più al pensiero della felicità che ne verrà nelle vite successive.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

La via, per una mente impura, sarà impervia e faticosa e il piede inciamberà: non poche le cadute e i dolori. Se invece la mente é pura, il cammino sarà piano e il viaggio sereno.

Colui che conserva la purezza fisica e spirituale compie grandi progressi verso la natura di Buddha, spezzando la rete dell'egoismo, dei pensieri impuri e dei cattivi desideri. Chi possiede una mente calma, vive in pace e sa farla progredire con assidua ed ininterrotta cura.

III

LO STATO REALE DELLE COSE

1. Non esiste una distinzione fondamentale fra le cose, dal momento che tutto, in questo mondo, nasce da un concorrere di cause e di condizioni. Le distinzioni, apparenti, sorgono dai pensieri discriminanti ed assurdi degli esseri umani.

Il cielo non conosce distinzioni fra oriente e occidente; è l'uomo a distinguere così e a crederlo vero.

In matematica, i numeri dall'uno all'infinito sono tutti completi in sé ed ognuno di essi non comporta in sé qualità differenti; pertanto, gli uomini compiono delle distinzioni per comodità propria nell'effettuare le varie operazioni.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Nel processo universale del divenire, non vi è distinzione intrinseca fra il processo della vita e quello dell'estinzione; è l'uomo ad opporre alla nascita la morte. In un azione, non esiste discriminazione fra il vero e il falso, ma è l'uomo a giudicare in questo modo secondo il proprio errato comodo.

Il Buddha si guarda da siffatti arbitrî e considera il mondo come una nube di passaggio. Per lui, ogni cosa definita è illusoria; egli sa che tutto quel che la mente afferra e respinge è privo di consistenza. In tal modo, evita la trappola delle apparenze e del pensiero discriminante.

2. L'uomo si avvinghia a quel che ritiene di sua convenienza; si aggrappa così alla salute, alle ricchezze, agli onori e si attacca disperatamente alla vita.

Distinzioni arbitrarie fra l'esistenza e la non esistenza, fra il bene e il male, fra il vero, il giusto e il falso fanno della vita umana una catena di desideri e di affezioni, donde viene necessariamente l'inganno delle pene e delle sofferenze.

C'era un tempo un uomo che intraprese un lungo

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

viaggio. Giunto in riva al fiume, disse tra sé: “Questa sponda è ardua e rischiosa ma l’altra mi sembra più facile e sicura; il fiume, però, come attraversarlo?” Si costruì una zattera con rami e giunchi ed arrivò sano e salvo all’altra riva. Allora si disse: “Questa zattera mi è stata di grande utilità nell’attraversare il fiume: invece di lasciarla marcire, me la porterò dietro”. E finì con il caricarsi di un fardello tutt’altro che necessario. Quest’uomo era forse saggio?

La parabola suggerisce che anche una cosa buona, una volta divenuta un peso inutile, deve essere abbandonata alle nostre spalle; a maggior ragione, poi, una cosa cattiva! Il Buddha, di evitare le discussioni futili e vane, ne ha fatto una regola di vita.

3. Le cose né vengono né vanno via; non compaiono né scompaiono; ecco perché non vi è nulla da guadagnare, nulla da perdere.

Il Buddha ci insegna che le cose non appaiono né scompaiono, in quanto esse trascendono sia l’affermazione dell’esistenza sia la negazione della medesima. Ne consegue che ogni fenomeno, quale risultato del concorrere e del succedersi di cause e di condizioni, non esiste in realtà di per sé e si può dunque dire che non esiste. Ma nel

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

contempo, proprio in quanto risultato di cause e di condizioni, non si può neppure affermarne la non esistenza.

Aderire ad una cosa per la sua bellezza è la causa primaria dell'errore. Se non ci si aggrappa a tale bellezza, l'immaginazione mistificante e l'inganno assurdo non vi saranno. L'Illuminazione è la saggia capacità di vedere questa verità e di evitare un errore così insulso.

Il mondo, in verità, è proprio come un sogno; i suoi tesori, un miraggio seducente. Pari alla prospettiva in pittura, le cose non sono reali in sé, ma sono simili ad una nebbia al sole.

4. Credere nell'eternità delle cose create da una serie incalcolabile di cause è quel grave errore cui si dà il nome di teoria della permanenza. Ma è ugualmente un non lieve inganno credere nella teoria della non esistenza, ossia ritenere che le cose scompaiano del tutto.

Le nozioni di vita eterna e di morte eterna, di esistenza o meno non si legano alla natura essenziale degli eventi ma solo alle loro apparenze esterne che colpiscono lo sguardo offuscato dell'uomo. Spinto dai suoi desideri, l'uomo si attacca a queste apparenze esterne, mentre invece, nella loro natura più profonda, le cose sono libere da ogni discriminazione e attaccamento.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Giacché tutto viene creato da un concatenamento di cause e di condizioni, l'apparenza delle cose varia senza sosta. Prova, questa, della mancanza di un'essenza durevole propria delle vere sostanze. Il perenne mutamento di apparenza ci induce ad amare le cose simili a un miraggio o a un sogno. Ma, a dispetto dei mutamenti continui di apparenza, le cose non cambiano nella loro essenza: sono costanti.

Un fiume, a un uomo, sembra un fiume, ma a un demone affamato per il quale l'acqua è come il fuoco quello stesso corso d'acqua somiglia al fuoco. Ecco perché parlare ad un uomo della presenza di un fiume ha un senso, sconosciuto invece all'essere demoniaco.

Lo stesso si può di ogni fenomeno: "Le cose sono illusorie, non si può affermare né che esistono, né che non esistono".

Inoltre, non si può asserire la coesistenza, accanto al mondo dei mutamenti e delle apparenze, di un altro mondo immutevole e vero. E' erroneo, in entrambi i casi, considerare questo mondo o effimero o reale.

Ma gli ignoranti lo credono reale e tendono ad agire secondo quest'assurdo concetto. Poiché però il mondo non

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

è altro che un'illusione, i loro atti basati sull'errore, portano inevitabilmente al male e alla sofferenza.

Il saggio invece, riconoscendo illusorio il mondo, non si comporta certo come se questo fosse reale, e sfugge così alla sofferenza.

IV

LA VIA DI MEZZO

1. Per chi scelga la via dell'Illuminazione, due sono gli estremi da evitare: uno è l'abbandono ai piaceri. Vi è poi l'estremo opposto, che consiste in una disciplina ascetica eccessiva e in un'irragionevole tortura fisica e spirituale.

Il Nobile Sentiero, che trascendendo i detti estremi porta all'Illuminazione, alla saggezza, alla pace del cuore, può definirsi la via di mezzo. Che via è dunque? E' retta, il Nobile Ottuplice Sentiero: retta visione, retto pensiero, retta parola, retta azione, retti mezzi di sussistenza, retto sforzo, retta presenza mentale e retta concentrazione.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Come si è detto, ogni cosa appare e scompare in relazione ad un infinito concatenamento di cause. L'ignoranza porta a pensare alla vita in termini di esistenza e di non esistenza. La saggezza, invece, fa vedere la vita al di là dell'esistenza, come un qualcosa che trascenda l'una e l'altra. Un modo siffatto di vedere è proprio alla via di mezzo.

2. E' come un travicello su un fiume. Se non affonda, se non è preso da qualcuno o distrutto, finirà col giungere al mare. La vita è come un travicello nella corrente di un grande fiume. Se non ci si aggrappa alla ricerca di gratificazioni e se non ci si avvinghia, avendo rinunciato alla vita, ad un'esistenza di mortificazioni; se non ci si inorgoglisce delle proprie virtù, né ci si lega ad atti cattivi; e se, nel cercare l'Illuminazione, non si diventa sprezzanti, o timorosi dell'errore, si è nella via di mezzo.

Nel seguire detta via, l'importante è evitare di lasciarsi prendere e trascinare da uno degli estremi: ossia occorre camminare sempre sulla via di mezzo.

Consapevole del fatto che le cose non sono né esistenti né non esistenti e rammentandosi che la natura di tutto è simile ad un sogno, l'uomo deve cercare di non lasciarsi dominare dall'orgoglio legato all'io o dalle lodi per le sue buone azioni; deve evitare di venir preso e

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

trascinato da altro.

Per sfuggire al turbine dei propri desideri è bene imparare dapprima a non avvinghiarsi alle cose, per tema di abituarsi ad esse e di attaccarvisi. Non bisogna legarsi né all'esistenza né alla non esistenza, né a nulla che sia dentro o fuori di noi, né al bene né al male, né al vero né al falso.

Se ci si aggrappa alle cose sia pure per un istante, comincia subito a vivere l'illusione erronea. Chi percorre la retta via dell'Illuminazione non rimpianga il passato, né paventi l'avvenire. Dovrà invece, con spirito equo e pacifico, prendere le cose come vengono.

3. L'Illuminazione non ha una forma definita, né una natura tramite la quale manifestarsi; non vi è nulla dunque, nell'Illuminazione in sé, che debba essere illuminato.

Essa esiste soltanto perché vi sono l'ignoranza e l'errore; se questi scomparissero, l'Illuminazione pure si dileguerebbe. Ma anche il contrario è vero: l'ignoranza e l'errore non esistono che in rapporto con l'Illuminazione: al cessare dell'Illuminazione, cessano ugualmente l'ignoranza e l'errore.

Ne consegue che è bene guardarsi dal considerare l'Illuminazione come un "oggetto" di cui impadronirsi, altrimenti diverrà essa stessa un ostacolo. Quando la mente passa dall'oscurità all'Illuminazione, essa "passa"; e con

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

questo “passare”, anche quel che definiamo “Illuminazione” viene meno.

Finché agognerete l’Illuminazione come un oggetto da fare vostro, vorrà dire che siete ancora schiavi dell’errore: ecco perché, percorrendo la via dell’Illuminazione, non vi ci dovete attaccare, e se raggiungete l’Illuminazione, non dove te attardarvi.

Conseguire l’Illuminazione in tal senso significa che ogni cosa è l’Illuminazione in sé, tal quale: ecco perché va seguita la via dell’Illuminazione finché, nei propri pensieri, le passioni mondane e l’Illuminazione non si identifichino, così come sono in realtà.

4. Il concetto dell’unità universale, ovvero dell’assenza di segni distintivi delle cose, nella loro natura essenziale, è ciò che si definisce “śūnyatā”: la non sostanza, il non nato, l’assenza di una natura propria, la non dualità. In una parola: il “vuoto”. E’ proprio perché le cose, in sé, non hanno né forma né caratteristiche, che si può affermare che non nascono e non vengono distrutte. Nulla, nella natura essenziale delle cose, è descrivibile in termini di discriminazione: ecco perché diciamo che non esiste sostanza nelle cose.

Come si è già sottolineato, ogni fenomeno appare e

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

scompare secondo il diverso fluire di cause e condizioni. Nulla esiste in modo completamente indipendente; ogni cosa è sempre in rapporto con altro.

Ovunque sia la luce, ecco anche le tenebre; accanto alla lunghezza, c'è la brevità; c'è il bianco laddove spicca il nero. Parimenti, poiché la natura propria delle cose non esiste in modo indipendente, si dice che le cose siano prive di sostanza.

In virtù del medesimo ragionamento, l'Illuminazione non può esistere senza l'ignoranza, né la seconda senza la prima. E se le cose non differiscono nella loro natura essenziale, come può esservi la dualità?

5. Gli uomini, di solito, si credono legati alla nascita e alla morte, ma siffatte concezioni non sono conformi alla realtà.

Quando si è capaci di intendere questa verità, si comprende la verità della non dualità della nascita e della morte.

E' perché si accarezza l'idea di un io che ci si aggrappa all'idea del possesso; ma poiché non vi è un "io", non può esservi "possesso". Se si presta ascolto a tale verità, si può intendere quella della non dualità.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

Gli uomini si attaccano alla distinzione fra il puro e l'impuro, inesistente invece nella natura delle cose; essa proviene solo dalle immagini false ed assurde create della mente.

L'uomo opera parimenti una distinzione fra il bene e il male, ma il bene e il male non esistono l'uno indipendentemente dall'altro. Chi segue la via dell'Illuminazione sa che non esiste dualità e dunque non loda il bene condannando il male né trascura il bene giustificando il male.

L'uomo teme per natura le disgrazie ed aspira alla felicità. Se si analizza però con attenzione questa dicotomia, si nota che l'infelicità porta spesso alla felicità e viceversa. Il saggio impara ad affrontare le circostanze mutevoli della vita con animo equo e sereno, senza esaltarsi del successo e senza deprimersi per l'insuccesso. E' in tal modo che mette in pratica la verità della non dualità.

Tutti i termini dunque indicanti una dualità – quali esistenza e non esistenza, passioni mondane e vera conoscenza, purezza e impurità, bene e male –, tutti, non sono né espressi né riconosciuti nella loro natura intrinseca, in quanto nel pensiero dell'uomo si scontrano con i loro opposti. Se l'uomo si mantiene libero da queste parole e dalle emozioni che esse suscitano, solo allora egli intende la verità universale della Śūnyatā.

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

6. Proprio come i fiori di loto, puri e profumati, crescono nel fango di una palude piuttosto che nel fertile terreno pulito in altura, così, dal fango delle passioni mondane scaturisce la pura Illuminazione dello stato di Buddha. Persino la visione erronea di chi si trova immerso nell'errore e nelle illusioni prodotti dalle passioni mondane può essere "in nuce" lo stato di Buddha.

Il pescatore di perle deve scendere nel fondo marino, sfidando tutti i pericoli, non ultimi le dentellature dei coralli e l'attacco vorace dei pescecani. L'uomo, dunque, deve far fronte agli attacchi delle passioni mondane se vuole impadronirsi della perla preziosa dell'Illuminazione. Egli deve dapprima perdersi tra le rocce scoscese dell'egoismo e dell'orgoglio perché si desti in lui il desiderio di trovare una via che lo guidi all'Illuminazione.

Un'antica leggenda narra di un eremita così desideroso di trovare la retta via da scalare una montagna di spade e gettarsi nel fuoco, accettando tutto per amore della sua ricerca. Chi voglia affrontare i rischi della via, troverà una brezza fresca sulle montagne dalle spade taglienti dell'egoismo e nelle fiamme dell'odio e, alla fine, capirà che l'egoismo e le passioni mondane contro cui aveva lottato si identificano con l'Illuminazione.

7 L'insegnamento del Buddha ci porta alla non dualità, lontano dall'idea discriminante di due cose in conflitto. E'

La teoria della sola mente e il reale stato delle cose

errato cercare quel che si suppone buono e giusto fuggendo da quel che si immagina cattivo o falso.

Chi insiste sull'idea che tutto è vuoto e transitorio, commette lo stesso grave errore di colui che rimane attaccato all'idea dell'immutevole. E' sbagliato avvinghiarci al nostro "io", non certo in grado di salvarci dall'insoddisfazione e dalla sofferenza. E' però errato crederlo inesistente, perché renderebbe vana la ricerca della verità. Affermare che tutto è sofferenza, asserire che tutto è felicità, è, ugualmente, errato. Il Buddha ci indica la via di mezzo che trascende i due concetti antagonisti e dissolve la dualità nell'unità.

CAPITOLO TERZO

LA NATURA DI BUDDHA

I

LA PUREZZA DEL CUORE

1. Gli uomini variano fra loro per mentalità. Alcuni sono saggi, altri stolti; alcuni hanno un buon carattere, altri sono inclini al malumore; chi è docile, chi ribelle; alcuni hanno un cuore puro, altri no. Ma queste differenze non sono molto importanti quando si tratta di raggiungere l'Illuminazione. Il mondo è come uno stagno costellato di ninfee di vari colori: bianche, rosa, blu, gialle; alcune si sviluppano sott'acqua, altre sfiorano con le foglie la superficie, altre ancora si ergono sopra l'acqua. Anche nel genere umano vi sono molte differenze. C'è la differenza del sesso, non essenziale però, perché dal punto di vista del tirocinio le donne possono raggiungere l'Illuminazione proprio come gli uomini.

Per essere una buona guida di elefanti sono indispensabili cinque qualità: salute buona, sicurezza di sé, diligenza, sincerità d'intenti e saggezza. Per seguire la via dell'Illuminazione indicata dal Buddha è necessario avere simili qualità. Chi le possiede, uomo o donna che sia, può

La natura di Buddha

raggiungere l'Illuminazione. E' opportuno studiare senza indugi l'insegnamento del Buddha, poiché tutti gli uomini hanno una natura aperta all'Illuminazione.

2. Nel seguire la via dell'Illuminazione, si vede il Buddha con i propri occhi e si crede in lui nel proprio cuore. Gli occhi che vedono il Buddha e il cuore che crede in lui sono i medesimi occhi e il medesimo cuore di chi, fino a quel giorno, ha errato nel mondo della nascita e della morte.

Un re che sia molestato dai banditi deve scoprire il loro campo prima di attaccarli. Così, colui che viene assediato dalle passioni mondane deve dapprima accertarne l'origine.

Se vi trovate in casa e aprite gli occhi, notate per prima cosa l'interno della stanza e poi, affacciandovi alla finestra, l'esterno. Allo stesso modo, non è bene volgere lo sguardo alle cose esterne senza prima aver aperto gli occhi su quel che è dentro di noi.

Se nel corpo c'è una mente, dovrebbe essere consapevole innanzitutto di quel che avviene dentro il corpo. Ma, di solito, ci si preoccupa quel che è fuori e, pare, molto meno di quel che è dentro di noi.

La natura di Buddha

Se la mente si trovasse invece fuori del corpo, come potrebbe conoscerne i bisogni? Ma, in realtà, il corpo sente quel che la mente conosce, e la mente conosce quel che il corpo sente. Ecco perché non si può dire che la mente risieda all'esterno del corpo. Dove, dunque, risiede la sostanza della mente?

3. Da un tempo incalcolabile, gli esseri umani si sono persi nell'ignoranza, condizionati dai propri atti e ingannati da due illusioni fondamentali.

Innanzitutto, credono che il pensiero discriminante, che è all'origine di questa vita di nascita e di morte, sia la loro vera natura; indi, ignorano che all'interno stesso del pensiero discriminante si cela la sola mente dell'Illuminazione, loro vera natura.

Quando si chiude il pugno o si alza un braccio, gli occhi vedono e la mente discerne, ma questa non è la vera mente.

Il pensiero discriminante serve a distinguere le differenze immaginarie create dall'avidità e dalle altre passioni legate all'ego. Il pensiero discriminante dipende da cause e condizioni; esso è vuoto di ogni sostanza e

La natura di Buddha

cambia continuamente. Nondimeno, poiché l'uomo crede che in ciò consista la sua vera mente, è avvinto alle cause e alle condizioni che portano alla sofferenza.

L'uomo apre la mano: un gesto che la mente percepisce. Ma, cos'è che si muove? La mente o la mano? O nessuno dei due? Se è la mano, la mente l'asseconda; però anche il contrario è vero. Ma la mente che si muove non è la vera mente, bensì una manifestazione superficiale.

4. Di fatto, tutti hanno una mente pura, che di solito è ricoperta dalla polvere delle passioni umane nate dalle circostanze. La mente impura non è la natura essenziale; qualcosa che è stato aggiunto, come un intruso o un ospite non è il padrone di casa.

La luna, spesso nascosta dalle nuvole, non ne viene alterata: la sua purezza rimane intatta. Non è bene ingannarsi pensando che la mente impura sia la vera mente.

E' opportuno tener sempre presente il pensiero dell'Illuminazione pura e immutevole. E' perché si è preda di una mente impura e mutevole, è perché si è ingannati dalle proprie idee false che si erra nel mondo delle illusioni.

La natura di Buddha

I tormenti e le impurità della mente umana vengono dalla bramosia, così come le sue reazioni di fronte a circostanze sempre in mutamento.

La mente, non turbata dagli avvenimenti che si presentano, rimane pura e serena in ogni situazione; è lei la vera mente che deve essere la padrona di casa.

Un albergo certo non scompare solo perché il cliente è fuori vista. Ugualmente, non si può dire scomparso il vero sé soltanto perché un pensiero scorretto, nato da circostanze mutevoli della vita, scompare. La mente umana che muta secondo le circostanze non è la natura vera della mente.

5. Immaginiamo una sala di riunione, luminosa con il brillar del sole ed oscura dopo il tramonto.

E' comune pensare che la luce se ne va con il sole e che l'oscurità segue la notte, ma non possiamo pensare così della mente in grado di percepire la luce e le tenebre. La sensibilità alla luce e alle tenebre può essere attribuita solo alla sua vera natura che è la sua natura fondamentale.

La natura di Buddha

Riconoscere che fa giorno quando il sole si leva e che annotta dopo il tramonto si deve a una mente ‘temporanea’.

E’ solo uno stato temporaneo pronto a modificarsi da un istante all’altro, secondo le circostanze della vita; non è la mente vera. La mente fondamentale ed autentica che percepisce la luce e le tenebre è la vera natura dell’uomo.

I sentimenti dunque del bene e del male, dell’amore e dell’odio, che nascono e periscono per cause esterne, sono soltanto stati temporanei accumulati dallo spirito umano, paragonabili a un velo di polvere su uno specchio.

La nostra vera natura in origine è pura. Benché ricoperta da questa polvere, non è né affettata, né sporca. L’acqua messa in un recipiente rotondo diviene rotonda; in un recipiente quadrato, diventa quadrata. Ma, in realtà, l’acqua non è né rotonda né quadrata. Gli uomini, dimentichi che essa non ha forma, si lasciano ingannare dalla forma che assume.

L’uomo vede il bene e il male, crede di amare o di odiare e pensa una cosa esistente o meno: persegue così delle apparenze e ne soffre.

Se gli uomini riuscissero a liberarsi dall'attaccamento alle condizioni esteriori, illuminate da false discriminazioni, e a ritrovare la purezza della mente originaria, si libererebbero, nel fisico e nello spirito, da contaminazioni e da sofferenze, e potrebbero conoscere una pace che si accompagna ad una libertà che nulla riuscirebbe a turbare.

II

IL TESORO NASCOSTO OVVERO LA NATURA DI BUDDHA

1. La mente pura e autentica che abbiamo detto fondamentale, è la natura di Buddha, il seme dello stato di Buddha.

Si può accendere il fuoco mettendo una lente tra il sole e la stoppia, ma donde viene il fuoco? La lente si trova ad una distanza enorme dal sole, ma è solo grazie ad essa che la stoppia può infiammarsi. Se la stoppia non fosse però infiammabile per natura, non prenderebbe fuoco.

Allo stesso modo, quando la luce della saggezza del Buddha è accentrata sul cuore dell'uomo, la vera natura di questo, ossia lo stato di Buddha, si accende. E' così che questa luce brilla nel cuore umano e lo desta alla fede nel Buddha. Il Buddha tiene davanti ad ogni essere umano la

La natura di Buddha

lente della saggezza e per il suo tramite la fede può accendersi.

2. Gli uomini ribelli contro la saggezza del Buddha che è la loro autentica natura, si lamentano dei propri limiti e sofferenze, legati come sono alle apparenze del bene e del male ed alle passioni.

Perché mai gli uomini, pur possedendo una mente fondamentale e autentica, si attaccano sempre a false immagini e si condannano ad errare in un mondo illusorio ed apportatore di sofferenze, quando, proprio vicino a loro, brilla la luce della saggezza del Buddha?

Una volta, un uomo si guardò nel rovescio dello specchio: rimase terrorizzato nel non vedersi né la testa né il viso. Ora, il viso e la testa non erano certo scomparsi: lui credette di averli perduti solo perché aveva guardato il lato sbagliato dello specchio.

E' invero stupido e vano affliggersi per il mancato raggiungimento dell'Illuminazione laddove si era sperato di trovarlo. L'errore è di chi cerca a lungo l'Illuminazione nei propri pensieri discriminanti, senza capire che non è la vera mente, bensì una mente illusoria creata dell'avidità e delle illusioni che nascondono quella autentica.

Allo scomparire della farragine delle idee

La natura di Buddha

discriminanti e delle false credenze ecco sfolgorare l'Illuminazione. Cosa strana: col conseguire l'Illuminazione l'uomo si rende conto che, senza le prime, non potrebbe esservi la seconda!

3. La natura di Buddha non conosce limiti. Gli uomini, anche i più perversi, pur reincarnandosi in animali, in demoni affamati e dunque sofferenti, o pur cadendo fra i tormenti infernali, non perdono mai questa loro natura di Buddha.

Nascosta in un corpo impuro, o tra le radici dei desideri mondani, o perfino dimenticata, la capacità che ha l'uomo di divenire un Buddha non è mai, comunque, del tutto perduta.

4. Si racconta di un uomo, caduto un giorno in un sonno profondo causatogli da una bevuta eccessiva. Un suo amico rimase presso di lui finché potè. Poi, dovendosene andare ma temendo che l'uomo potesse trovarsi nel bisogno, nascose un gioiello nel collo dell'abito di lui. Al risveglio, ignorando il gesto generoso dell'amico, quell'uomo condusse una vita errabonda nell'indigenza e nella fame. Molto più tardi, i due si incontrarono di nuovo, e l'amico raccontò al pover'uomo del gioiello e lo invitò a mettersi a cercarlo.

Come il protagonista di questa storia, gli uomini errano tra le sofferenze di questo mondo della nascita e

La natura di Buddha

della morte, ignari che tra le pieghe più profonde del loro essere, della loro natura autentica, pura ed intatta, è nascosto il gioiello della natura di Buddha.

Sebbene gli uomini ignorino che ciascuno di noi ha in sé siffatta natura suprema, malgrado la loro ignoranza e corruzione, il Buddha non perde la fede in loro. Infatti sa che, in potenza, tutti possiedono le virtù della natura di Buddha.

Così egli ridesta la fede in chi, ingannato dall'ignoranza, non riesce a identificare la propria natura di Buddha; lo allontana dagli errori e gli insegna che, fondamentalmente, non v'è differenza fra lui e il Buddha.

5. Il Buddha è un essere che ha raggiunto lo stato di Buddha, mentre gli uomini hanno ancora in potenza la capacità di realizzare nel futuro lo stato di Buddha: questa è la sola differenza fra di loro.

Chi creda tuttavia di aver raggiunto l'Illuminazione, si inganna; pur muovendosi in tal direzione, non ha ancora, in realtà, messo a nudo la natura di Buddha.

Essa non si rivela senza uno sforzo diligente e pieno di fede e l'impegno non trova il suo compimento completo

fintanto che la natura di Buddha non affiori.

6. Un tempo, un re riunì dei ciechi attorno ad un elefante. Poi domandò loro a che mai rassomigliasse l'animale. Il primo, palpata una zanna, rispose che un elefante era come una carota gigantesca; il secondo toccò un orecchio e disse che l'elefante era simile a un grande ventaglio; il terzo, sfiorata la proboscide, lo definì un pestello, il quarto, al tastare la gamba, rispose che era un mortaio; il quinto infine, toccata la coda, concluse che l'elefante somigliava ad una corda. Nessuno di loro fu in grado di dire che cosa fosse, in realtà, un elefante.

Ugualmente, si può descrivere solo in parte la natura dell'uomo. Nessuno è però capace di delinearne la vera natura, ossia la natura di Buddha.

C'è un unico modo di conoscere la vera natura, che né le passioni possono turbare, né la morte distruggere: è il Buddha stesso e il suo retto insegnamento.

III LA NATURA DI BUDDHA E IL NON-SÈ

1. Come abbiamo detto, la natura di Buddha non si può descrivere. Pur sembrando uguale all'“anima” di altre

La natura di Buddha

dottrine filosofico-religiose, non lo è.

L'idea di una personalità duratura è un'invenzione del pensiero discriminante che vi si è attaccato, ma tuttavia, da abbandonare. La natura di Buddha è, al contrario, qualcosa d'indescrivibile, in primo luogo da scoprire. In un certo senso, somiglia ad un "io" duraturo; ma non ha niente a che vedere con i concetti di "io" e di "mio".

Immaginare l'esistenza di un io è una credenza erronea, perché significa supporre esistente quel che in realtà non esiste. Per contro, negare l'esistenza della natura di Buddha è falso, perché si supporrebbe non esistente quel che in realtà esiste.

Spieghiamoci mediante una storia. Una madre portò il figlioletto malato dal medico. Questi prescrisse una medicina, ordinando però alla donna di non allattare il suo bimbo prima della completa digestione del farmaco.

La madre allora si unse il petto con una sostanza amara, perché il bimbo se ne allontanasse di sua volontà. A digestione avvenuta, ella si lavò e allattò il figlio. La donna agì in quel modo spinta unicamente dall'amore materno.

Allo stesso modo il Buddha, per liberarci dalle idee

La natura di Buddha

errate, per fiaccare e spezzare l'attaccamento a noi stessi, comincia col negare l'esistenza di un io duraturo. Una volta annullati i nostri errori ed affezioni, ci rivela la nostra vera natura, ossia la natura di Buddha.

L'attaccamento al proprio io porta all'errore, mentre invece credere nella natura di Buddha guida all'Illuminazione.

E' come una donna che erediti uno scrignetto. Ignara dell'oro che contiene, ella continua a vivere in povertà finché qualcuno non le apre lo scrignetto per mostrarle il contenuto. Ugualmente il Buddha schiude il cuore degli esseri umani e rivela loro la pura natura di Buddha.

2. Se ognuno di noi possiede questa natura di Buddha, come mai sussistono tante sofferenze dovute agli inganni e alla cattiveria? Inoltre, come mai tante e così notevoli le differenze fra gli uomini, alcuni ricchi e altri poveri?

Si narra di un lottatore che amava ornarsi la fronte con una pietra preziosa. Un giorno, durante un incontro, la pietra gli si infisse in fronte. Egli, convinto di aver perduto la gemma, si recò da un chirurgo per farsi curare la ferita

La natura di Buddha

ove, ricoperta di sangue e di impurità, il chirurgo trovò la gemma. Prese quindi uno specchio e la mostrò al lottatore.

La natura di Buddha è proprio come la pietra preziosa della storia: è celata dalla sporcizia e dalla polvere delle idee errate e la si crede smarrita finché un buon maestro non la riscopra e la mostri.

La natura di Buddha esiste nel profondo di ognuno di noi, pur ricoperta dai vari strati di bramosia, collera e stupidità o ancora legata agli atti e alle loro conseguenze. Malgrado tutto non si perde né si distrugge: eliminate le impurità, presto o tardi, riaffiora.

Come il lottatore della storia ritrovò la pietra preziosa infilata nella sua carne e nel suo sangue grazie ad uno specchio, così gli uomini scoprono la loro natura di Buddha, infossata fra i loro desideri e passioni, grazie alla luce del Buddha.

3. La natura di Buddha è inalterabile, pura, limpida e serena tra il variare delle circostanze in cui si trovano gli uomini. Come il latte è sempre bianco, che la mucca sia rossa, bianca o nera, così la natura di Buddha rimane pura al di sopra di ogni circostanza umana e quali che siano le

azioni e i pensieri degli uomini.

Si narra che sullo Himalaya c'era una pianta medicamentosa perduta in mezzo ad erbe folte ed alte. Cercata a lungo da molti senza successo, un giorno, fu trovata da un saggio, grazie al suo dolce profumo. Per tutto il tempo che visse, il saggio la conservò in un tino, ma dopo la sua morte la preziosa medicina si perse di nuovo e l'acqua nel tino mutò sapore e divenne nociva.

Come in questa parabola, la natura di Buddha è celata dalle erbe altissime delle passioni ed è difficile a scoprirsi per gli esseri umani. Il Buddha ha scrutato fra le erbe e ha individuato la natura di Buddha dal dolce sapore naturale, mutevole a seconda di chi la prende.

4. La natura di Buddha somiglia al diamante: è dura e non si scheggia. Mentre la sabbia e le pietre si possono polverizzare, il diamante rimane integro.

La natura umana, ossia il corpo e la mente, può perire, ma la natura di Buddha no.

Essa è quel che di più perfetto sussiste nell'uomo. E'

La natura di Buddha

opinione comune che la donna sia inferiore all'uomo, ma è una concezione errata, ci insegna il Buddha. L'importante è riconoscere la natura di Buddha.

Per ottenere dell'oro puro, si deve fondere il metallo prezioso grezzo ed estrarre le scorie. Con ugual procedura, ogni uomo che abbia fuso le passioni del suo cuore ed eliminate le impurità, può scoprire la pura natura di Buddha esistente in lui.

CAPITOLO QUARTO

LE PASSIONI

I

LE IMPURITÀ DEL CUORE

1. Le passioni che celano la natura di Buddha sono di due generi.

La prima sorta di passione è quella per l'analisi e la discussione che può condurre a errori di giudizio. La seconda è legata alle emozioni che possono distorcere i valori.

Queste passioni vanno ritenute la radice di tutte le altre. Esse si basano a loro volta su due tendenze assai diffuse, l'ignoranza e il desiderio.

L'abitudine di fare delle discriminazioni ha per base l'ignoranza, mentre il richiamo delle emozioni si poggia sul desiderio. Unendosi, queste due tendenze sono l'origine di tutte le passioni.

L'ignorante non è in grado di ragionare in modo corretto e sicuro. Nel cedere ad una voglia, inevitabilmente,

Le passioni

si finisce con l'aggrapparsi ad essa. E' proprio con il non staccarsi da quel che solletica piacevolmente la vista e l'udito che si è indotti ad attaccarsi a tutte le emozioni. Accade talora di soccombere persino al desiderio di morire.

Da siffatte passioni nascono tutte le altre, ovvero: la cupidigia, l'ira, la stupidità, l'errore il risentimento la gelosia, l'adulazione, la frode, l'orgoglio, il disprezzo, l'intemperanza, l'egoismo.

2. La cupidigia sorge dall'idea, errata, della soddisfazione dell'impossessarsi di qualche cosa. L'ira viene dalla falsa idea di non poter accettare la situazione o gli eventi del momento. La stupidità deriva dall'incapacità a comportarsi in maniera corretta. L'errore sorge da concetti errati, dovuti ad un cattivo insegnamento.

La cupidigia, l'ira e la stupidità vengono definite i tre fuochi che bruciano il mondo. Le fiamme della cupidigia consumano tutti coloro che hanno perduto il corretto modo di vedere a causa della cupidigia stessa. Il fuoco dell'ira consuma chi, a causa della collera, non ha più il giusto modo di vedere. Il fuoco della stupidità consuma tutti coloro che hanno perduto il corretto modo di vedere, con il non prestare né attenzione né ascolto all'insegnamento del Buddha.

In verità, questo mondo è come un incendio causato

Le passioni

da vari fuochi. Vi sono le fiamme della cupidigia, dell'ira, della stupidità, dell'errore e dell'egoismo; le fiamme della vecchiaia, delle malattie e della morte; le fiamme della tristezza, dei lamenti, delle sofferenze e dell'angoscia. Tutte queste fiamme infuriano, bruciando non solo chi è in preda alle passioni ma causando agli altri sofferenze e portandoli a compiere cattive azioni con il pensiero, con le parole, o con atti. Dalle ferite provocate da queste bruciature si forma un pus che, infettando ed avvelenando chiunque lo tocchi, lo precipita in un malo destino.

3. La cupidigia sorge davanti a quel che suscita piacere; l'ira emerge dinanzi a quel che è spiacevole; la stupidità proviene dai pensieri impuri. L'impurità della cupidigia è piccola, ma difficile da eliminare; dall'ira nasce un'impurità facile da eliminare; l'impurità, invece, della stupidità è grande e molto difficile da far scomparire.

Quando e dove appaiono, queste fiamme vanno spente con lo giudicare in modo retto quel che ci offre una soddisfazione vera; con il controllarsi di fronte agli eventi spiacevoli della vita; con il ricordarsi dell'insegnamento del Buddha sull'amore e sulla bontà. Se il cuore ospita solo pensieri puri, saggi ed altruisti, le passioni non potranno mettervi radice.

4. La cupidigia, l'ira e la stupidità sono come una febbre.

Le passioni

Colui che è febbricitante, avrà un bel coricarsi in un palazzo: starà male e soffrirà d'insonnia.

Chi non ha uno stato febbrile, può facilmente godersi un sonno tranquillo, sia in una rigida notte invernale, sdraiato per terra con una sola e sottile coperta di foglie, sia in una calda notte estiva in una cameretta chiusa.

La cupidigia, l'ira e la stupidità sono le tre fonti dell'umana sofferenza. Per inaridirle, è necessario osservare i precetti, praticare il raccoglimento spirituale ed essere saggio. Chi osserva i precetti, evita la macchia della cupidigia; un retto raccoglimento allontana l'impurità dell'ira; la saggezza rende nulla la macchia della stupidità.

5. I desideri dell'uomo non hanno limiti, come la sete di chi beve acqua salata: non solo non si placa ma cresce vieppiù.

Uguualmente, chi cerchi di soddisfare i suoi desideri non fa che aumentarli e ne riceve una sofferenza accresciuta.

L'appagamento dei desideri non è mai completo: lascia sempre dietro di sé un'inquietudine e un irritamento che non si sopiscono. D'altronde, se l'appagamento dei desideri viene contrastato, l'uomo spesso diviene come folle.

Le passioni

E' per soddisfare i propri desideri che gli uomini lottano e si combattono fra di loro, re contro re, vassalli contro vassalli, genitori contro figli, fratelli contro fratelli, sorelle contro sorelle, amici contro amici; pur di placare i loro desideri, gli uomini arrivano anche ad uccidersi fra di loro.

L'uomo spesso si compromette per appagare i suoi desideri. Ruba, inganna, commette adulterio e poi, una volta colto in fallo, deve subire il disonore e la pena.

L'uomo pecca con il corpo e la parola, pur sapendo che l'appagamento del suo desiderio gli causa sofferenza. Pecca con la mente, pur sapendo benissimo che l'appagamento dei suoi desideri finirà con l'apportargli pene e disgrazie. Ma la forza del desiderio è così imperiosa e potente! E che dire delle varie sofferenze da subire nel mondo a venire? E dell'angoscia che si prova pensando alle conseguenze degli atti, nelle vite successive?

6. Di tutte le passioni del mondo, la bramosia è la più forte, è regina: tutte le altre la seguono, come in corteo.

La bramosia è la terra ove fioriscono tutte le altre passioni. Come l'orchessa della leggenda, divora tutte le buone azioni. Come una vipera, nascosta tra i fiori di un giardino, morde ed uccide coloro che sono in cerca del bello. Pari ad una pianta parassita, si arrampica lungo il

Le passioni

tronco di un albero e ne avvolge tutti i rami fino a soffocarlo. Infatti essa con le sue ramificazioni tocca il fondo del cuore umano e ne espelle ogni buon senso, finché il fiore della mente appassisce. La bramosia è come una trappola posta da un demone: gli uomini sciocamente vi cadono e vengono attirati nelle profondità del male.

Se si imbratta di sangue un osso secco, il cane lo rosicchierà fino a stancarsene o finché gli viene tolto. La bramosia è come osso da rosicchiare: l'uomo vi si attacca fino ad estenuarsi.

Per un pezzo di carne lanciato tra loro, due bestie feroci si batteranno e si dilaneranno per impadronirsene. Se un uomo stolto porta una torcia accesa camminando contro vento, si brucerà. Gli uomini sono come quelle bestie feroci, come quello stolto: si feriscono da sé, si bruciano da sé, per i propri desideri.

7. E' facile proteggersi dalle frecce avvelenate, ma è impossibile parare nel proprio cuore i colpi avvelenati provenienti dall'interno di noi. La cupidigia, l'ira, la stupidità e le infatuazioni dell'io: ecco le quattro frecce avvelenate che, originate dalla mente, la infettano con il loro tossico naturale.

Le passioni

Se il cuore è infettato dalla cupidigia, dall'ira e dalla stupidità, si sarà portati a dire menzogne, ad essere falsi, a ingiuriare e a calunniare, ad uccidere, a rubare ed a commettere adulterio.

I tre cattivi stati mentali, i quattro cattivi modi di parlare e le tre cattive maniere di agire costituiscono, insieme, le dieci azioni cattive.

Se si prende l'abitudine di mentire, si commetterà inconsciamente ogni sorta di atti cattivi. Infatti, prima di poter agire con cattiveria si deve mentire, e quando ci si mette a mentire si può agir male, senza scrupoli.

La cupidigia, la brama, il timore, la collera, la scontentezza e l'infelicità derivano tutti dalla stupidità. La stupidità dunque è il più letale dei veleni.

8. Agli stimoli di un desiderio mondano segue l'azione, all'azione, la sofferenza: desiderio, azione e sofferenza sono pari ad una ruota sempre in movimento.

Poiché il girare di questa ruota non ha né inizio né fine, come è possibile sfuggire al ciclo delle nascite e delle morti? In effetti, una vita succede ad un'altra, in un ciclo eterno.

Se si erigesse una pila con le ceneri e le ossa che ci si lascia dietro nel ciclo delle trasmigrazioni, la pila diverrebbe un'alta montagna; a mettere insieme tutto il

Le passioni

latte materno succhiato durante il medesimo ciclo di nascite e di morti, si avrebbe il più profondo degli oceani.

Sebbene la natura di Buddha sia in tutti, si trova così infossata nelle impurità delle passioni che se ne è perduto da lungo tempo il ricordo. Per questa ragione la sofferenza è così universale e la corrente di infelici vite scorre, senza arrestarsi.

II

LA NATURA DELL'UOMO

1. La natura umana è come un folto boschetto senza entrate e dove è arduo penetrare. A paragone, la natura degli animali è più facile a capirsi. Tuttavia, potremmo in linea generale definire la natura umana secondo quattro caratteristiche principali.

Ci sono coloro che, a seguito di un insegnamento errato, praticano l'austerità e si infliggono sofferenze. Ci sono poi coloro che, con il commettere atti crudeli, con il rapinare, con l'uccidere o con ogni altra cattiva azione,

fanno soffrire gli altri. C'è poi chi fa soffrire il prossimo quanto se stesso. Ci sono infine coloro che non soffrono, ma che liberano gli altri dalle sofferenze. Questi ultimi, ligi all'insegnamento del Buddha, si astengono dalla cupidigia, dall'ira e dalla stupidità: vivono una vita tranquilla fondata sull'amore e sulla saggezza e si tengono lontani dall'omicidio e dalla rapina.

2. Tre sono i tipi di persone al mondo. Ci sono coloro che, pari a lettere incise sulla roccia, si abbandonano facilmente alla collera e covano a lungo il rancore. Ci sono poi persone somiglianti a lettere scritte sulla sabbia: si lasciano trasportare dall'ira, ma lo stato collerico è di breve durata. Ci sono infine coloro che sono come lettere scritte sull'acqua: non si attaccano ai propri pensieri: lasciano passare ingiurie e spiacevoli chiacchiere senza farci attenzione; il loro cuore rimane puro e imperturbabile.

Ci sono ancora tre altri tipi di uomini. Gli orgogliosi, che agiscono con temerarietà e non sono mai contenti: la loro natura si capisce facilmente. I cortesi, poi, agiscono sempre riflettendo: è difficile capire la loro natura. Ci sono infine coloro che hanno ridotto al silenzio i propri desideri: è impossibile comprenderne la natura.

Si possono classificare gli uomini in vari e differenti modi, ma tuttavia rimane sempre difficile capire la loro

Le passioni

natura. Solo il Buddha li comprende alla perfezione e, grazie alla sua saggezza, può guidarli con diversi metodi.

III

ALLEGORIE SULLA VITA UMANA

1. Ecco una storia allegorica sulla vita umana. Una volta un uomo faceva un giro in barca su un fiume. Una persona dalla riva gli lanciò un ammonimento: “Smettila di remare così allegramente su questa corrente impetuosa: più in là, ci sono delle rapide e un vortice pericoloso: coccodrilli e demoni si nascondono in caverne rocciose. Se vai avanti, ne va la vita”!

La corrente impetuosa simboleggia una vita piena di brama; navigare allegramente, significa dar libero corso alle passioni; le rapide, sono le conseguenti sofferenze e pene; il vortice rappresenta il piacere; i coccodrilli e i demoni raffigurano la vecchiaia e la morte che seguono una vita di brama e licenza. L'uomo che ammonisce della riva, è il Buddha.

Ecco un'altra allegoria. Un uomo, commesso un crimine, si diede alla puga. Inseguito dalle guardie, provò a nascondersi dentro un pozzo, ove si calò aggrappandosi ai rampicanti che ne tappezzavano le pareti. Mentre scendeva, scorse delle vipere sul fondo. Decise allora di rimanere

attaccato ai rampicanti per stare al sicuro. Dopo poco, nel sentirsi spossato con le braccia tirate, scorse due topolini, uno bianco ed uno nero, che rodevano il rampicante!

“Se cede”, si disse, “cadrò fra le vipere e sarà la fine!” Alzò gli occhi e scorse, all’altezza del viso, un nido di api da dove cadeva di tanto in tanto una goccia di miele. Dimentico di ogni pericolo, l’uomo gustò il miele con piacere.

L’uomo è uno che è nato per soffrire e morire. Le guardie e le vipere simboleggiano il corpo con tutti i suoi desideri. I rampicanti stanno ad indicare la continuità della vita umana. I due topolini, uno bianco ed uno nero, raffigurano l’alternarsi dei giorni e delle notti. Il miele indica i piaceri fisici, diversivo alle sofferenze degli anni che passano.

2. Ecco un’altra allegoria. Un re aveva posto quattro vipere in una scatola e l’aveva affidata ad uno dei suoi servi perché ne avesse cura. Gli ordinò di occuparsi delle vipere e l’avvertì che, se ne avesse irritata una, sarebbe certo morto. Il servo, impaurito, decise di gettar via la scatola e fuggire.

Il re inviò quindi cinque guardie a catturarlo. All’inizio, gli si accostarono con modi di fare amichevoli, sperando di coglierlo di sorpresa, ma il servo non si fidò

Le passioni

della loro gentilezza e fuggì in un altro villaggio.

Allora, dal cielo, una voce lo ammonì che quel villaggio non era un rifugio sicuro, giacché sei banditi stavano per attaccarlo. Terrorizzato, il servitore si diede alla fuga e giunse a un impetuoso corso d'acqua. Conscio dei pericoli incombenti, l'uomo si costruì una zattera e riuscì ad attraversare la corrente tumultuosa, ritrovandosi sano e salvo e finalmente in pace sull'altra sponda.

Le quattro vipere rinchiuso nella scatola sono i quattro elementi costitutivi dell'universo: la terra, l'acqua, il fuoco e l'aria. Il corpo è controllato dalla brama e perciò nemico della mente. Perciò il servitore cerca scampo lontano dal corpo.

Le cinque guardie che si avvicinano con modi amichevoli sono i cinque aggregati – forma, sensazione, percezione, volizione e coscienza – che formano la struttura psicofisica.

Il rifugio sicuro rappresenta i sei sensi, che in realtà non offrono affatto sicurezza. I sei banditi sono gli oggetti dei sensi. Vedendo dunque i pericoli insiti nelle sei facoltà sensoriali, si fugge ancora per arrivare alla corrente impetuosa dei desideri mondani.

La zattera è l'insegnamento del Buddha, grazie al quale si arriva incolumi al di là del fluire selvaggio delle passioni.

3. Tre sono le circostanze perigliose in cui un figlio si trova nell'impossibilità di aiutare sua madre, e una madre di aiutare il figlio: un incendio, un'inondazione, un furto con scasso. Nondimeno, persino in situazioni così sfavorevoli e pericolose, esiste ancora una possibilità di aiuto vicendevole.

Ci sono invece tre situazioni ove una madre non può in nessun modo salvare il figlio né, il figlio sua madre: le malattie, la vecchiaia e la morte.

Come potrebbe un figlio prendere il posto di sua madre quando essa invecchia? Come una madre potrebbe sostituire il figlio in caso di malattia? Come i due potrebbero aiutarsi vicendevolmente nell'ora del trapasso? Per profondo e intimo che sia l'amore che si prova, è impossibile portarsi un aiuto reciproco in siffatti casi.

4. Un giorno Yama, il leggendario sovrano del regno dei morti, chiese a un uomo caduto fra i tormenti infernali per le cattive azioni commesse nel corso della vita se si fosse mai imbattuto, da vivo, nei messi celesti. L'uomo rispose: "No, mio signore, non li ho mai incontrati".

Yama allora gli disse: "Non ti sei mai imbattuto in un vegliardo piegato dall'età e appoggiato a un bastone?" L'uomo rispose: "Certo mio signore, ne ho visti molti di anziani così!" Yama replicò: "Bene, se ora soffri in questi

Le passioni

tormenti, è perché non hai saputo riconoscere in quel vegliardo un messo celeste inviato per avvertirti di mutar vita prima di invecchiare.

Yama gli chiese ancora: “Non ti sei mai imbattuto in un uomo malato, povero e senza amici?” E l’uomo: “Certo, mio signore, spesso ne ho incontrate di persone così!”. Allora Yama gli disse: “Se ti trovi in questo luogo è perché non hai saputo riconoscere, in quei malati, i messi del cielo inviati per ammonirti della tua propria malattia”.

Yama gli rivolse una terza domanda: “Hai mai visto un morto?” L’uomo rispose: “Come no mio signore, più volte mi sono trovato in presenza di defunti!” Yama gli disse allora: “Se ti trovi qui, è perché non hai riconosciuto in essi i messi celesti, venuti per ammonirti che anche tu, un giorno, saresti dovuto morire. Se tu avessi riconosciuto i tre messi, se ne avessi ascoltato gli ammonimenti e mutato vita, non saresti finito in questo luogo di tormenti e di sofferenze”.

5. C’era una giovane donna di nome Kisāgotamī, moglie di un uomo ricco, che smarrì la ragione inseguito alla morte del suo unico figlioletto. Tenendo stretto il morticino fra le braccia, ella girava di casa in casa alla ricerca di chi potesse guarirlo.

Le passioni

Ovviamente, nessuno potè far nulla per lei; ma, infine, incontrò un discepolo del Buddha che le consigliò di andare dal maestro nel giardino di Jeta, nei pressi di Shravasti. La donna si recò in fretta dal Buddha, con il morticino in braccio.

L'Illuminato la guardò con profonda compassione e le disse: “Donna se vuoi preparare una medicina, devi procurarti dei semi di senape. Vai e cercane in città. Ma devi accettare semi solo dalle case dove non sia mai morto nessuno”.

La povera donna andò alla ricerca di una dimora ove la morte non avesse mai messo piede, ma invano. Alla fine, dovette tornare dal Buddha. Alla sua serena presenza, la mente si rischiarò ed ella comprese il senso delle parole di lui. Presa allora la piccola salma, la cremò. Poi tornò dal Buddha e si unì ai suoi discepoli.

IV

LA REALTÀ DELLA VITA UMANA

1. In questo mondo, gli uomini sono inclini all'egoismo e all'indifferenza; non sanno come volersi bene e rispettarsi gli uni con gli altri; discutono e litigano per futili motivi, a loro danno e disgrazia. Così la vita si trasforma in una triste e tetra ruota di infelicità.

Le passioni

Ricchi o poveri, gli uomini si danno pensiero per il denaro: soffrono della povertà e soffrono della ricchezza. Poiché la loro vita è sottomessa al desiderio, non sono mai né contenti né soddisfatti.

Il ricco si tormenta per il suo stato: teme per la sua casa e i suoi beni. Si angustia al pensiero di un eventuale disastro, all'idea che un incendio potrebbe distruggergli la casa, che i ladri potrebbero derubarlo o i briganti attaccarlo. Teme la morte e quel che potrà succedere alle sue ricchezze. In realtà, al momento del trapasso si è soli e nulla accompagna il morto.

Il povero soffre della propria indigenza e quindi è pieno di desideri a catena, come ad esempio una casa o una proprietà. Bruciando di brama, si snerva di fisico e di spirito, e la morte lo raggiunge non di rado ancora giovane.

Ai suoi occhi il mondo intero è ostile e la morte stessa gli appare come un lungo viaggio da intraprendere, in solitudine, senza amici.

2. Vi sono cinque mali al mondo. Primo, la crudeltà: fra tutti gli esseri viventi, persino fra gli insetti, c'è rivalità reciproca. Il forte attacca il debole; il debole inganna il forte: dappertutto, imperanti, conflitto e crudeltà.

Le passioni

Secondo, non esiste una netta linea di demarcazione tra i diritti di un padre e quelli di un figlio; fra i diritti di un fratello maggiore e quelli di uno minore; fra i diritti di un marito e di una moglie; fra i diritti dell'anziano e del giovane; in ogni occasione, ognuno cerca di essere superiore e di approfittare dell'altro. L'uno inganna l'altro, donde la slealtà e l'ipocrisia.

Terzo, manca una delimitazione chiara in materia di comportamento fra uomini e donne. Gli uni, come le altre a volte, sono preda di pensieri e desideri lascivi e questo porta ad atti discutibili e spesso anche a dispute, liti, ingiustizie e cattiverie.

Quarto, la tendenza a non rispettare i diritti altrui, a darsi importanza a detrimento altrui, a offrire un cattivo esempio con la propria condotta, oppure con giudizi ingiusti, inganni, calunnie e ingiurie.

Quinto, gli uomini tendono a trascurare i doveri reciproci. Non pensano che al loro individuale benessere e all'appagamento dei propri desideri; dimentichi dei favori ricevuti non esitano a creare agli altri noie e, spesso, grandi ingiustizie.

3. Gli uomini dovrebbero comprendersi di più e rispettarsi a vicenda, ed aiutarsi gli uni con gli altri nelle

Le passioni

difficoltà. Al contrario, pieni di sé sono duri di cuore; mostrano disprezzo per gli altrui errori e gelosia degli altrui vantaggi. Siffatti sentimenti di solito ingigantiscono sempre più fino a diventare intollerabili.

I sentimenti di avversione non sempre sfociano nella violenza, ma avvelenano la vita con l'odio e l'ira che ne nascono. Si abbarbicano così in profondità nel cuore umano da lasciare traccia a lungo nel ciclo della rinascita.

In effetti, in questo mondo di brama, l'uomo nasce e muore solo e nessun altro può subire al suo posto le conseguenze dei suoi atti nella vita dopo la morte.

La legge di causa-effetto è universale: ognuno di noi deve portare da solo il proprio fardello di colpe e subirne il castigo. La stessa legge di causa-effetto regola gli atti buoni. Una vita di bontà e di amore reca con sé buona fortuna e felicità.

4. Quando, col passare degli anni, gli uomini si vedono così strettamente avvinti all'avidità, alle abitudini e alle sofferenze, si rattristano e si scoraggiano. Spesso in preda allo scoraggiamento, litigano con gli altri e precipitano sempre più nel male, respingendo ogni sforzo per seguire la retta via. Spesso, soccombono di fine prematura nel mezzo delle loro cattiverie per poi soffrire di pene

interminabili.

Lasciarsi prendere dallo sconforto per le proprie pene e difficoltà non è affatto conforme alla natura e alla legge del cielo e della terra; ecco perché costoro devono soffrire non solo in questo mondo ma anche negli altri dopo la morte.

Tutto, in questa vita, è transitorio e pieno di incertezze: è una grande verità. E' davvero deplorabile ignorare questo fatto e accanirsi a perseguire il piacere e l'appagamento dei propri desideri.

5. Se è naturale in questo mondo pensare ed agire secondo fini egoistici, sono naturali conseguenze la sofferenza e l'infelicità.

Gli uomini si perdono nell'egoistico pensiero di sé e trascurano gli altri; lasciano i propri desideri liberi di volgersi alla cupidigia, alla brama, ad ogni sorta di mali. Ecco perché vengono poi condannati ad una sofferenza senza fine.

I momenti di piacere sono di breve durata; dileguano presto, così come sono venuti. In questo mondo, non è possibile gioire a lungo di qualcosa.

6. Dunque, finché si è ancora giovani e in salute, la brama e l'attaccamento ai beni mondani vanno respinti, per mettersi alla ricerca della via dell'Illuminazione.

Le passioni

Difatti, al di fuori dell'Illuminazione non sussistono fede e felicità.

Molti uomini, però, ignorano o negano la legge di causa-effetto. Mantengono le loro abitudini di cupidigia e di egoismo, dimenticando che una buona azione arreca felicità, mentre ad un'azione malvagia segue l'infelicità. Non credono davvero che sono proprio le loro azioni di questa vita a condizionare le vite a venire, e gettano sugli altri la responsabilità di quanto di spiacevole nasce dai loro atti errati.

Si lamentano e piangono le loro sofferenze, senza aver nessuna coscienza né del vero significato e del peso dei loro atti di oggi sulle vite future, né del rapporto intercorrente tra le sofferenze presenti e le loro vite passate. Non pensano che ai desideri del momento, alle sofferenze del momento.

Nulla è duraturo in questo mondo; niente permane; tutto muta; tutto è effimero; tutto è imprevedibile. Ma gli uomini sono ignoranti ed egoisti. Si interessano solo ai desideri e alle sofferenze di un periodo breve e passeggero di tempo. Sordi ai buoni insegnamenti, non cercano di comprenderli. Si danno solo a quel che li interessa al momento, ossia, alla ricchezza e al piacere.

7. Da tempo immemorabile, innumerevoli esseri umani sono nati in questo mondo di illusioni e di sofferenze; e

Le passioni

tuttora vi nascono. E' tuttavia una fortuna, per il mondo, possedere l'insegnamento del Buddha, e per gli uomini poterci credere ed esserne aiutati.

Dovremmo dunque avere pensieri profondi; mantenere il cuore puro e il corpo sano; rigettare l'avidità e il male per ricercare il bene.

L'insegnamento del Buddha, per fortuna, c'è pervenuto: dovremmo cercare di prenderlo a cuore e aspirare a rinascere nella Terra Pura del Buddha. Consci della dottrina del Buddha, non dovremmo seguire gli altri che adottano comportamenti avidi e nocivi. Ma non dovremmo tenere per noi soli l'insegnamento del Buddha, bensì metterlo in pratica e farne partecipi gli altri.

CAPITOLO QUINTO

LA LIBERAZIONE OFFERTA DAL BUDDHA

I

I VOTI DEL BUDDHA AMIDA

1. Come abbiamo già spiegato, è da tempo incalcolabile che gli uomini cedono alle proprie passioni, accumulando errori su errori. La saggezza e la forza personali non bastano a spezzare le abitudini e le debolezze. Se dunque non sono in grado di vincere le passioni mondane, come possono realizzare la loro vera natura, la natura di Buddha?

Il Buddha, conoscitore perfetto della natura umana, ne provò grande compassione. Fece allora voto di cercare in tutti i modi, anche a prezzo di grandi fatiche, di liberare gli esseri umani dalle passioni e dalle sofferenze che li affliggono. A tal fine, si manifestò nella forma di un Bodhisattva e formulò i seguenti dieci voti:

(a) “Per quanto possa divenire un Buddha, non desisterò mai finché tutti coloro che abitano la mia terra siano certi di conseguire la buddhità e ottenere l’Illuminazione”.

La liberazione offerta dal Buddha

(b) “Quando sarò Buddha, la mia luce si diffonderà ovunque in tutto l’universo. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(c) “Quando sarò Buddha, la mia vita si prolungherà all’infinito nel corso delle epoche, al fine di liberare innumerevoli esseri umani. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(d) “Quando sarò Buddha, tutti i Buddha nelle dieci direzioni glorificheranno il mio nome. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(e) “Quando sarò Buddha, tutti coloro che aspireranno a nascere nella mia terra e che con fede sincera proclameranno il mio nome per dieci volte vi andranno a rinascere. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(f) “Quando sarò Buddha, tutti coloro che aspireranno all’Illuminazione e che con sincerità d’intenzioni compiranno azioni buone per poter nascere nella mia terra, mi vedranno apparire, nell’istante della loro morte, tutto attorniato da una folla di Bodhisattva, pronti ad accoglierli nella mia Terra Pura. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(g) “Quando sarò Buddha tutti gli uomini che rispetteranno il mio nome, che penseranno alla mia terra e che planteranno le radici dei meriti sperando con sincerità

La liberazione offerta dal Buddha

di rinascervi, vedranno compiersi tutti i desideri del loro cuore. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(h) “Quando sarò Buddha, tutti i nati nella mia terra saranno sicuri di realizzare lo stato di Buddha e di renderne manifesta la grande bontà piena d’amore, al fine di guidare molti altri alla perfetta Illuminazione. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(i) “Quando sarò Buddha, la mia grande bontà piena di compassione abbraccerà tutti gli uomini del mondo, purificandoli ed elevandoli al di sopra di questo mondo. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

(j) “Quando sarò Buddha, tutti gli esseri viventi nell’universo intero che rispetteranno il mio nome, capiranno che cosa sono, in realtà, la nascita e la morte; raggiungeranno la grande saggezza che manterrà pacifico il loro cuore anche fra le sofferenze e le pene di questo mondo. Altrimenti, preferisco non divenire Buddha.

“Prometto dunque di realizzare l’Illuminazione solo ad adempimento di tutti questi voti. E’ mio desiderio diventare una sorgente di luce infinita che farà brillare il tesoro di saggezza e di merito, per destare e per liberare gli esseri senzienti di tutto il mondo”.

La liberazione offerta dal Buddha

2. Formulati questi voti ed accumulati numerosi meriti in un periodo lunghissimo che si perde nella notte dei tempi, egli si stabilì nella sua Terra Pura e divenne il Buddha Amida, ovvero il Buddha della Luce e della Vita infinite. Risiede in questo suo mondo di felicità e lì insegna la legge a tutti coloro che popolano la sua terra.

In quest'asilo di pace e di felicità senza dolori, ciascuno ha quel che desidera, dalle vesti, al cibo ed ogni altra meraviglia. Una dolce brezza diffonde, fra alberi carichi di gioielli, la musica armoniosa degli insegnamenti, purificatrice del cuore di chi l'ode.

La Terra Pura è poi ammantata di fiori di loto, dai tanti e tanti petali nella cui radiosa luminosità si riflette la saggezza del Buddha. Allora, coloro che ascoltano la musica del santo insegnamento sono portati alla pace perfetta.

3. In questo momento, tutti i Buddha delle dieci direzioni dell'universo proclamano le virtù del Buddha Amida, il Buddha della Luce e della Vita infinite.

Chi ne ascolta il nome vi si affida con gioia, vede il suo cuore farsi uno con quello del Buddha; rinascerà così nella sua meravigliosa Terra Pura.

La liberazione offerta dal Buddha

Coloro che nascono in questa Terra Pura diventano partecipi della vita infinita di Amida; con cuore pieno di compassione verso tutti gli esseri sofferenti, essi propagano ovunque i metodi salvifici del Buddha.

Nello spirito di questi voti, essi abbandonano ogni attaccamento alle cose e comprendono come tutto è effimero. Dedicano allora i propri meriti alla liberazione di tutti gli esseri viventi; condividono la vita con chi vive in mezzo alle sofferenze, condividendone le illusioni e le pene e nel contempo restando liberi dai legami della vita mondana.

Pur consci dei limiti e delle difficoltà di questo mondo, sanno che illimitata è la forza della compassione del Buddha. Essi sono liberi di andare o venire, avanzare o fermarsi; tuttavia scelgono di rimanere fra coloro che sono oggetto della compassione del Buddha.

Dunque, colui che ascolta il nome del Buddha Amida, ne riceve felicità ed è incoraggiato ad invocarlo con fede: costui si troverà protetto dalla grande compassione del Buddha. Tutti gli uomini, dunque, dovrebbero ascoltare l'insegnamento del Buddha e seguirlo, anche se, per questo, dovessero attraversare le fiamme di questo mondo di vita e di morte.

La liberazione offerta dal Buddha

Coloro che aspirano con sincerità ad ottenere l'Illuminazione, devono rimettersi con fiducia al potere di questo Buddha, giacché è impossibile per un comune mortale realizzare la propria suprema natura di Buddha senza l'aiuto del Buddha Amida.

4. Il Buddha Amida non è lontano da noi. Benché la sua Terra Pura venga descritta nelle lontane regioni dell'ovest, essa è anche vicinissima al cuore di chi desidera essergli accanto.

A voler raffigurarcene l'immagine essa risplende del colore dell'oro ed ha 84.000 aspetti diversi; da ciascuno di essi nascono 84.000 raggi di luce, ognuno dei quali brilla nelle dieci direzioni dell'universo, illuminando tutti coloro che invocano il nome di questo Buddha. E' così dunque che egli incoraggia tutti gli esseri viventi ad approfittare della salvezza loro offerta.

L'immagine di Amida ci permette anche di intendere il cuore del Buddha, un cuore pieno di compassione che si estende anche a chi la ignora o la dimentica, ed a maggior ragione a coloro che con fede ne sono sempre memori.

Chi si desta alla fede, diventa tutt'uno con il Buddha. Poiché il cuore del Buddha penetra dappertutto, pervade la

La liberazione offerta dal Buddha

mente di tutti coloro che pensano a lui con fede.

Così, colui che pensa al Buddha, ne possiede la mente in tutta la sua perfezione di purezza, di pace e felicità. In altri termini, la sua mente è la mente del Buddha.

Dunque, con fede pura e sincera, si dovrebbe immaginare la propria mente come la mente del Buddha.

5. Il Buddha, dotato di numerosi mezzi di trasformazione e di incarnazione, può manifestarsi agli uomini sotto diverse forme, secondo i casi.

I mezzi di manifestazione del Buddha Amida sono universali ed infiniti, superano ogni immaginazione. Può manifestarsi nell'universo intero, nella natura e anche nell'uomo.

In un modo o nell'altro, comunque di certo, si rivelerà a chi recita con fede il suo nome. Amida appare di solito accompagnato dai due Bodhisattva Avalokiteśvara e Mahāsthāmaprāpta, rispettivamente il Bodhisattva della compassione e della saggezza. Il Buddha Amida si manifesta in tutto l'universo, ma solo chi si è destato alla

La liberazione offerta dal Buddha

fede può vederlo.

E' una grande gioia poter contemplare l'immagine del Buddha, ma sarà una felicità ancor più grande contemplarlo realmente nella sua Terra Pura, ove regnano la gioia e la pace supreme.

6. La mente del Buddha Amida, dunque, grazie al suo illimitato potenziale di amore e saggezza, è compassione, ed è in grado di liberare tutti gli esseri viventi.

Coloro che per ignoranza commettono crimini inauditi; chi ha il cuore pieno di cupidigia, d'ira e di vani pensieri; coloro che mentono, chiacchierano, sparlano e ingannano chi uccide, ruba e commette adulterio; tutti coloro che soccombono a queste dieci colpe, dovranno subirne le conseguenze dolorose per un tempo infinito.

Tuttavia, alla fine della loro vita un amico saggio e devoto potrebbe dire loro: "Ora che ti trovi in faccia alla morte, non puoi rigettare la tua vita di corruzione, ma puoi rifugiarti nella compassione del Buddha della Vita Infinita, proclamando il suo nome".

Se questi uomini corrotti invocano con tutto il cuore il nome di Amida, tutte le loro colpe, una ad una, saranno

La liberazione offerta dal Buddha

purificate.

Se il solo fatto di invocare il nome di Buddha può tanto, a maggior ragione è bene tener aperto il proprio cuore alla fede nel Buddha.

Colui che in fin di vita può proclamare il nome sacro, verrà accolto dal Buddha Amida, e i due Bodhisattva della compassione e della saggezza lo guideranno nella Terra Pura ove potrà rimanere puro come un loto bianco immacolato.

Ecco perché ognuno deve rammentare le parole “Namu-Amida-Butsu”, ossia “Omaggio di tutto cuore al Buddha della Luce e della Vita infinite”.

II

LA TERRA PURA DEL BUDDHA AMIDA

1. Il Buddha della Luce e della Vita infinite ha vita eterna, e propaga sempre la Verità. Nella sua Terra Pura, senza né sofferenza né tenebre, l'esistenza è felice. Ecco perché questa terra viene anche chiamata “Terra della felicità”.

Vi si trova uno stagno dall'acqua meravigliosamente sorgiva, pura e fresca. Le sue onde sfiorano dolcemente le

La liberazione offerta dal Buddha

rive di sabbia d'oro. Dappertutto, sbocciano grandi fiori di loto di tutti i colori, appariscenti come ruote di un carro: il blu brilla nel blu, il giallo risplende nel giallo, il rosso nel rosso, il bianco si specchia nel bianco. E un profumo fragrante si diffonde ovunque.

Tutt'intorno allo stagno si levano padiglioni d'oro, d'argento, di lapislazzuli e di cristallo. Gradini di marmo scendono fin sul bordo dell'acqua. Balaustrate circondano lo stagno, coperte di tende e di ghirlande di gioielli. In mezzo, spuntano odorosi boschetti e cespugli fioriti.

Il sole risplende in tutto il suo fulgore e nel cielo risuona una musica celeste. Sei volte al giorno e sei ogni notte, dal cielo, si disseminano petali fini di fiori multicolori. Tutti i nati in questa terra li raccolgono, per poi offrirli a miriadi di Buddha.

2. In questa terra meravigliosa vivono numerosi uccelli, tra cui cigni bianchi come la neve, pappagalli, pavoni dalle piume variopinte, uccelli del paradiso e stormi di uccellini dal cinguettio delicato. Tutti, cantano con melodiosa dolcezza l'insegnamento del Buddha e ne lodano i meriti.

Tutti coloro che ascoltano la melodia del loro canto,

La liberazione offerta dal Buddha

comprendono le parole del Buddha, che rinnovellano la loro fede, la loro gioia e la loro pace in mezzo a tutta la comunità dei discepoli.

Soavi brezze spirano tra la flora della Terra Pura e fanno ondeggiare le ghirlande preziose dei padiglioni, lasciando un dolce tintinnio dietro di sé.

Coloro che ascoltano la musica celeste pensano al Buddha, alla sua dottrina e alla sua comunità. Tutte queste perfezioni sono solo i riflessi degli aspetti più comuni della terra di Buddha.

3 Perché il Buddha di questa terra si chiama Amida, il Buddha della Luce e della Vita infinite? Perché lo splendore della sua saggezza risplende in tutte le altre terre di Buddha attraverso l'universo intero e perché la durata della sua vita di compassione non ha fine, attraverso epoche di tanti e tanti anni luce.

Il numero dei nati nella Terra Pura è incalcolabile, così come quello di coloro che raggiungono la perfetta Illuminazione: costoro non torneranno mai più in questo universo illusorio di nascite e di morti.

Non si può neppure calcolare il numero di coloro che si destano a questa vita nuova, grazie alla sua luce.

La liberazione offerta dal Buddha

Tutti gli uomini dunque, si concentrino fermamente sul nome del Buddha e lo pronuncino con fede sincera per un sol giorno o per sette giorni. Allora, nell'istante della loro morte, andranno a rinascere nella Terra Pura, guidati dal Buddha Amida, circondato da una folla di discepoli.

Chiunque oda il nome del Buddha Amida e si affidi al suo insegnamento, conseguirà l'Illuminazione perfetta e suprema.

COME PRATICARE IL BUDDHISMO

CAPITOLO PRIMO

LA VIA DELLA PURIFICAZIONE

I

LA PURIFICAZIONE DELLA MENTE

1. Le passioni mondane ci trascinano all'errore e alle sofferenze. Cinque sono i modi di liberarsi dalle catene delle passioni umane.

In primo luogo, è necessario avere idee corrette, basate su un'attenta osservazione, e comprendere le cause e gli effetti e il loro peso. Poiché l'origine della sofferenza risiede nel desiderio e nell'attaccamento fondati, a loro volta, su concetti errati riguardanti l'io, sulla negligenza del senso della legge di causalità, e poiché tutto questo proviene da modi errati di valutare i fatti, si può ottenere la pace solo se la mente non è più schiava di passioni mondane.

In secondo luogo, ci si può sbarazzare delle concezioni errate e delle passioni mondane che ne derivano, se sorvegliamo in modo accurato e paziente la nostra mente. Un controllo efficace previene i desideri sorti in seguito a sensazioni legate alla vista, all'udito, all'odorato, al gusto, al corpo in genere ed alle attività mentali. In tal modo si tagliano, alla radice, tutte le passioni mondane possibili.

La via della purificazione

In terzo luogo, occorre avere idee corrette riguardo a come usare le cose. Il cibo e l'abbigliamento, ad esempio, non sono da considerare fonti di comodità e di piaceri, ma solo modi di sopperire alle necessità del fisico. Gli abiti servono a proteggere il corpo dai rigori del tempo o dalla calura, ed anche a preservare il pudore; il cibo è indispensabile per sostenere l'organismo mentre ci si esercita in vista dell'Illuminazione e della natura di Buddha. Un siffatto modo di pensare non dà vita a nessuna passione mondana.

In quarto luogo, si deve imparare ad aver pazienza; imparare a sopportare i disagi del caldo e del freddo, della fame e della sete; imparare a tollerare un torto o uno sgarbo, anche grave. E' tramite la pratica della sopportazione, in realtà, che si arriva a spegnere il fuoco delle passioni mondane ardente in noi.

In quinto luogo, si deve imparare ad evitare pericoli di ogni sorta. Come un uomo saggio si tiene lontano da cavalli non domati e da cani cattivi, così non è bene farsi amici uomini cattivi, e neanche recarsi in luoghi evitati dai saggi. Col praticare la circospezione e la prudenza, il fuoco delle passioni mondane che carbonizzano le forze vive degli esseri umani, si estinguerà.

2. Cinque sono i gruppi dei desideri mondani: quelli suscitati da forme che attirano lo sguardo; quelli nati da

La via della purificazione

suoni ammaliatori dell'orecchio; quelli che sorgono da odori solleticanti il naso; quelli che nascono da sapori gradevoli al palato; quelli, infine, che nascono dalle sensazioni del tatto. E' da questi cinque gruppi di desideri che nasce l'amore del piacere.

Sotto l'influsso di siffatto amore, molti, ciechi ai mali che ne conseguono, si trovano impigliati in una trama diabolica proprio come un cervo nella foresta cade nella trappola tesa da un cacciatore. Questi cinque gruppi di desideri nati dai sensi sono dei veri lacci e del tipo più pericoloso. Una volta presi, gli uomini rimangono impigliati nelle passioni mondane e soffrono. Dovrebbero dunque sapere come tirarsi fuori da queste "trappole".

3. Non una sola è la via per liberarsene. Supponiamo di prendere sei creature di natura assai differente – un serpente, un cocodrillo, un uccello, un cane, una volpe e una scimmia –, di attaccarli ad una corda robusta e di abbandonarli al loro destino. Ognuna delle sei creature proverà a tornare alla propria tana secondo un modo suo proprio: il serpente cercherà rifugio fra l'erba, il cocodrillo andrà alla ricerca dell'acqua, l'uccello vorrà volare nell'aria, il cane cercherà un villaggio, la volpe un angolo solitario e la scimmia gli alberi di una foresta. I tentativi che ogni animale farà di ritrovare la libertà, porteranno a una lotta. Tuttavia, poiché tutti sono legati ad

La via della purificazione

una corda, sarà il più forte a trascinare gli altri.

Proprio come le creature di questa storia, l'uomo tentato in modi diversi dai desideri dei sei sensi – gli occhi, le orecchie, il naso, la lingua, il corpo e la mente –, è però soggiogato dal desiderio predominante.

Se le sei creature fossero legate tutte a un palo, tenterebbero di fuggire fino ad esaurire le loro energie, ma finirebbero col rimanere ai piedi del palo. Allo stesso modo, chi si esercita a controllare la mente non verrà più turbato dagli altri sensi. Se la mente è domata, l'uomo sarà felice, non solo al momento, ma anche in futuro.

4. Gli esseri umani amano il piacere egoistico derivato dalla fama e dalla lode. Ma entrambe, la fama e la lode, sono come l'incenso che si consuma e in breve si dissolve. Chi insegue gli onori e le pubbliche acclamazioni, lascia la via della verità e si trova in grave pericolo e ben presto dovrà dolersene.

Colui che persegue la fama, la ricchezza e i piaceri dell'amore somiglia a un bambino che lecca il miele sulla lama di un coltello. Gusta sì la dolcezza del miele, ma corre il rischio di tagliarsi la lingua. Somiglia anche ad un uomo che va contro vento recando una fiaccola accesa: la fiamma gli brucerà certo le mani e il viso.

La via della purificazione

Non ci si deve fidare della propria mente, perché essa è gravida di avidità, d'ira e di vane illusioni. Non bisogna lasciarla correre liberamente, ma dominarla.

5. Nulla è più difficile del raggiungere il controllo perfetto della mente. Chi agogna l'Illuminazione, deve evitare il fuoco dei desideri, così come un trasportatore di fieno si tiene lontano dalle scintille.

Sarebbe pertanto una follia cavarsi gli occhi per non farsi tentare dalla bellezza delle forme. La mente è il padrone. Se viene dunque controllata, i bassi desideri dilegueranno.

E' difficile seguire la via dell'Illuminazione, ma lo è ancor più quando la mente non è tesa alla ricerca di tale via. Senza l'Illuminazione, si soffrirà all'infinito nel ciclo delle vite e delle morti.

Un uomo alla ricerca della via dell'Illuminazione, somiglia a un bue oberato da un gran peso che attraversa un campo infangato. Se il bue fa del suo meglio senza farsi distrarre, uscirà dalla melma e potrà riposarsi. Allo stesso modo, se la mente viene controllata e se si mantiene sulla retta via, non vi sarà più alcun fango di passioni a fare da ostacolo: così tutte le sofferenze scompariranno.

La via della purificazione

6. Coloro che cercano la via dell'Illuminazione rigettino ogni attaccamento orgoglioso a sé e poi si dispongano ad accogliere con umiltà la luce dell'insegnamento del Buddha. Tutti i tesori di questo mondo, tutto l'oro, l'argento e gli onori di esso non reggono il paragone con la saggezza e la virtù.

Per godere di una buona salute, per arrecare la vera felicità alla propria famiglia e dar pace a tutti, è necessario dapprima disciplinare e controllare la propria mente. Chi ci riesce, è in grado di trovare la via dell'Illuminazione: allora, saranno sue la saggezza e la virtù.

Come i tesori dalla terra, così la virtù nasce dalle buone azioni e la saggezza da una mente pura e pacifica. Per camminare con sicurezza nel dedalo della vita umana, si ha bisogno della luce della saggezza e della guida della virtù.

L'insegnamento del Buddha, che fa vedere agli uomini come eliminare l'avidità, la collera e l'illusione, è una buona dottrina. Chi la segue, gode della felicità di una vita eccelsa.

7. Gli esseri umani tendono a muoversi nella direzione suggerita dai propri pensieri. Se accolgono idee di cupidigia, diverranno sempre più bramosi; se danno vita a pensieri collerici, saranno sempre più irosi; se accarezzano idee di vendetta, i loro piedi si muoveranno in tale direzione.

La via della purificazione

Al tempo del raccolto, gli agricoltori tengono le loro greggi nelle stalle, per tema che, rotte le chiusure, non entrino nei campi del raccolto; evitano così lamentele o vendette sugli animali. Allo stesso modo, è necessario tenere lontana la mente dalla disonestà e dalla cattiveria. Vanno eliminati i pensieri che incitano all'avidità, all'ira e alle illusioni, e sviluppare piuttosto quei pensieri stimolanti alla carità e alla bontà.

Al giungere della primavera, quando i pascoli verdeggiano d'erba fresca e rigogliosa, gli agricoltori portano al pascolo il loro bestiame; anche allora, però, lo tengono sotto buona guardia. Non diversa è la mente dell'uomo: persino nelle migliori condizioni va tenuta sotto controllo.

8. Un tempo, il Buddha Śākyamuni si trovava nella cittadina di Kausambi. Lì, c'era un uomo che nutriva risentimento nei suoi confronti, tanto da spingere dei giovinastri a far circolare false storie sul conto del Buddha. In un'atmosfera simile, era difficile per i suoi discepoli avere cibo a sufficienza quando giravano per la questua; e le ingiurie erano molte.

Ānanda si rivolse al Buddha: “Perché rimanere in una città come questa? Ci sono posti ben migliori ove potremmo andare: sarà meglio lasciare questa città”.

L'Illuminato rispose: “E se la prossima città è come questa, dove andremo?” “Ebbene, ce ne andremo in un'altra ancora!”

La via della purificazione

L'Illuminato replicò: “No, Ānanda, in questo modo non ci sarà fine. E' meglio rimanere qui e sopportare con pazienza le ingiurie finché cesseranno; allora ci sposteremo altrove”.

E poi aggiunse: “In questo mondo, vi sono profitti e perdite, onori e biasimi, lodi e ingiurie: l'Illuminato non è legato a queste cose esteriori: avranno una fine rapida pari al loro sorgere”.

II

IL MODO CORRETTO DI COMPORTRASI

1. Chi cerca la via dell'Illuminazione si ricordi sempre di conservare puro, comunque e in modo costante, corpo, parole e mente. Per mantenere puro il corpo, evitare di uccidere un essere vivente; evitare di rubare; evitare l'adulterio. Per mantenere pura la parola fuggire la menzogna, la calunnia, l'ingiuria, l'inutile chiacchierio. Per mantenere pura la mente, occorre guardarsi da ogni forma di avidità, di collera e di giudizio errato.

Una mente impura genera azioni impure. Da azioni impure deriva, necessariamente, sofferenza. E' dunque della massima importanza mantenere puri la mente e il corpo.

La via della purificazione

2. C'era, un tempo, una ricca vedova dall'ottima reputazione per la sua gentilezza, modestia e cortesia.

Un giorno, una domestica saggia e intelligente, pensò: “La mia padrona ha un'eccellente reputazione; mi piacerebbe sapere se è buona per natura o se lo è grazie alle circostanze. Mettiamola alla prova e vedremo”.

L'indomani, la domestica si fece vedere dalla padrona non prima di mezzogiorno. Costei si alterò e prese a rimproverarla, con impazienza. La domestica replicò: “Non sarà per la mia pigrizia di un giorno o due che tu debba perdere la tua pazienza”. E la padrona si rabbuiò ancor più.

Il giorno successivo, di nuovo, la domestica si alzò molto tardi. Il fatto incollerì la padrona che bastonò la domestica. L'incidente si riseppe e così la vedova facoltosa perse la sua buona reputazione.

3. Molti sono come questa donna. Finché le circostanze sono favorevoli, si mostrano gentili, modesti e pacifici, ma è da sapere se rimarranno tali anche col mutare delle circostanze e quando queste saranno sfavorevoli.

Solo allorché una persona mantiene la mente pura e pacifica, e continua ad agire con bontà pur se parole spiacevoli gli giungono all'orecchio, o dinanzi alle cattiverie altrui o all'insufficienza di cibo, vestiti e

La via della purificazione

alloggio; solo allora si può definire veramente buona.

Chi si comporta in modo retto e mantiene uno spirito pacifico solo finché le circostanze gli sono propizie, non è realmente buono. Soltanto coloro che, accolto l'insegnamento del Buddha, lo mettono in pratica con il corpo e la mente, si possono chiamare davvero buoni, modesti e pacifici.

4. Quanto all'opportunità del linguaggio, distinguiamo cinque coppie di opposti: le parole consentite in alcune circostanze e quelle che si possono dire solo in altre; le parole in accordo con i fatti e quelle in contrasto con i fatti; le parole dal suono dolce e quelle invece aspre; le parole benefiche e quelle malefiche; le espressioni che promuovono l'amicizia e quelle da cui nasce l'inimicizia.

Qualunque termine usiamo va scelto con cura, perché gli altri lo ascolteranno e ne saranno influenzati, nel bene come nel male. Se la nostra mente è animata da sentimenti di amicizia e di comprensione, non verrà turbata dalle parole udite. Non permettiamo a parole insensate di passare tra le nostre labbra, perché causano sentimenti di collera e di odio. Le parole da pronunciare siano sempre parole di amicizia e di saggezza.

Supponiamo che un uomo, per ripulire il suolo, utilizzi una vanga e una macchina vagliatrice. Si sforzi

La via della purificazione

pure con perseveranza a levare la polvere: non ci riuscirà. Se crediamo possibile eliminare tutte le parole, ci comportiamo come il folle della storia. Teniamo invece in esercizio la nostra mente ed arricchiamola con il sentimento di amicizia, in modo che non venga turbata dai discorsi altrui.

È impossibile dipingere sul cielo azzurro un acquarello. Ugualmente è impossibile prosciugare un fiume al calore di una torcia di paglia; oppure, produrre un crepitio strofinando tra di loro due pezzi di cuoio ben conciato. Prendendo ammonimento da questi esempi, gli uomini educino la mente in modo da non subire più turbamento, qualunque sia la parola o l'espressione ricevuta.

Educare la mente e mantenerla vasta come la terra, illimitata come il cielo, profonda come un grande fiume e morbida come pelle ben conciata.

Se provate risentimento per un avversario che vi colpisce e vi tormenta non siete fedeli all'insegnamento del Buddha. Di qualunque natura siano le circostanze, dovete imparare a pensare: "La mia mente è incrollabile. Parole d'ira e di odio non sfioreranno le mie labbra. Avvolgerò il mio avversario in pensieri d'amicizia e di bontà, frutto di una mente piena d'amore per tutti gli esseri viventi".

La via della purificazione

5. Si narra di un uomo che trovò un formicaio che bruciava di giorno e mandava fumo di notte. Si recò da un saggio per sapere come comportarsi. Il consiglio fu di scavare in profondità con una spada. E l'uomo così fece. Trovò in successione: una sbarra, bolle d'acqua, un forcone, una scatola, una tartaruga, un coltello da macellaio, un pezzo di carne e infine un drago. L'uomo lo riferì al saggio. Ne ricevette in cambio la spiegazione del senso di quanto aveva visto e il consiglio: "Getta via ogni cosa. Il drago, invece, lascialo stare e non disturbarlo".

In questa allegoria, il formicaio rappresenta il corpo umano. Il bruciare di giorno, significa che l'uomo fa di giorno quel che ha meditato nella notte precedente. Il fatto che fumi di notte, sta ad indicare che l'uomo, di notte ricorda, con piacere o con rammarico, le azioni del giorno precedente.

"L'uomo", poi, raffigura colui che è alla ricerca dell'Illuminazione. Il saggio non è altri che il Buddha; la spada, è la pura saggezza. L'atto di scavare indica lo sforzo, indispensabile per raggiungere l'Illuminazione.

La via della purificazione

Inoltre, la “sbarra” rappresenta l’ignoranza; le bolle d’acqua sono rigurgiti di sofferenza e d’ira; il forcone suggerisce l’esitazione e il dubbio; la scatola significa l’accumularsi di avidità, collera, pigrizia, incostanza, rammarico e illusione; la tartaruga raffigura il corpo e la mente; il coltello da macellaio simboleggia la somma dei cinque desideri sensoriali, mentre il pezzo di carne indica il desiderio che spinge l’uomo ad agognare l’appagamento. Sono tutte cose nocive all’uomo, quindi il Buddha consiglia: “Getta via ogni cosa”.

Infine, il drago sta a designare una mente libera da tutte le passioni mondane. Se un uomo scava con la spada della saggezza, arriverà finalmente a trovare il drago. “Lascialo stare e non disturbarlo”, ossia: bisogna ricercare una mente libera dai desideri mondani e portarla alla luce.

6. Pindola, un discepolo del Buddha, una volta raggiunta l’Illuminazione tornò a Kausambi, suo paese natio, per ringraziare chi era stato gentile con lui. In tal modo preparava anche il terreno per gettarvi i semi del Buddha.

Alla periferia di Kausambi c’era un piccolo parco lungo la riva del Gange, molto ombreggiato. Innumerevoli si succedevano gli alberi di cocco, e un venticello vi spirava, senza sosta.

La via della purificazione

Era una calda giornata estiva, e Pindola si sedette in meditazione al fresco di un albero. Il re Udayana, in cerca di svago, capitò proprio nel parco, accompagnato dalle sue mogli. Ascoltata la musica e divertitosi, schiacciò un sonnellino sotto un altro albero.

Durante il riposo del loro signore, le mogli e le dame di compagnia fecero quattro passi e si trovarono ben presto nel luogo ove Pindola era seduto in meditazione. Riconosciutolo per il sant'uomo che era, le dame gli chiesero di insegnare e ascoltarono attentamente il sermone.

Quando il re si destò, si mise alla ricerca delle donne e le trovò tutte intorno a Pindola, intente ad ascoltare. Udayana, per natura geloso e libertino, s'infuriò e si rivolse a Pindola, ingiuriandolo: "È inammissibile che tu, un sant'uomo, ti trovi fra le donne in piacevole conversazione". Pindola chiuse dolcemente gli occhi e tacque.

Fuori di sé dall'ira, il signore sguainò la spada e minacciò Pindola, che però rimase silenzioso e fermo come una roccia. Quell'atteggiamento esasperò ancor più Udayana, al punto che tagliò un formicaio e ne lanciò contro Pindola dei pezzi, pieni di formiche. Pindola rimase tranquillamente seduto, in atto di meditare, sopportando con vera pazienza gli insulti.

La via della purificazione

Allora, pentitosi dell'irruenza del proprio comportamento, il re chiese perdono a Pindola. A seguito dell'accaduto, l'insegnamento del Buddha si fece strada nel palazzo del re e da lì si diffuse in tutto il paese.

7. Alcuni giorni dopo, Udayana si recò a far visita a Pindola nella foresta e lo interrogò: “Onorato maestro, come possono i discepoli del Buddha mantenersi puri di corpo e di mente, senza cedere alle tentazioni della passione malgrado la giovane età della maggior parte di loro?”

E Pindola: “Nobile signore, il Buddha ci ha insegnato a rispettare ogni donna, ossia a considerare le donne anziane come nostre madri, le coetanee come sorelle, e le più giovani come figlie. Ecco perché i discepoli del Buddha, pur in piena gioventù, conservano la purezza fisica e spirituale, né si lasciano tentare da desideri cupidi”.

“Eppure, onorato maestro, si possono ben avere pensieri impuri anche per donne dell'età di una madre, di una sorella o di una figlia! In che modo, dunque, i discepoli del Buddha controllano i loro desideri?”

“Nobile signore, l'Illuminato ci ha insegnato a vedere il corpo come fonte di impurità di ogni sorta, quali il

La via della purificazione

sangue, il pus, il sudore o il grasso; pensando a questo, noi, anche se giovani, siamo capaci di conservare pura la nostra mente”.

“Onorato maestro”, continuò Udyana, “sarà facile agire così per voi, che avete educato corpo e mente e perfezionato la saggezza; sarà però arduo per chi non abbia mai fatto una simile pratica! Costui avrà un bel sforzarsi di vedere le impurità: i suoi occhi andranno pur sempre dietro alle belle forme. Avrà un bel tentare di riflettere su ciò che è sì su quanto, ma verrà solleticato comunque dalle belle apparenze. Ci sarà un altro motivo per cui i giovani discepoli del Buddha sono capaci di conservare la purezza delle loro azioni”.

“Nobile signore”, replicò Pindola, “l’Illuminato ci insegna a custodire le porte dei nostri cinque sensi. Vedendo con gli occhi belle forme e bei colori, sentendo con gli orecchi dei suoni piacevoli o con il naso dei profumi, gustando cibi saporiti con la lingua e toccando con le mani oggetti morbidi, noi non rimaniamo legati a queste cose attraenti e neppure rifuggiamo quel che attraente non è. Abbiamo infatti imparato a controllare con cura le porte dei cinque sensi. Grazie all’insegnamento del Buddha, anche i giovani discepoli sanno conservarsi puri nel corpo e nella mente”.

La via della purificazione

“In verità, l’insegnamento del Buddha è davvero meraviglioso. Per diretta esperienza so che, davanti a cose belle o spiacevoli, se non mi controllo, vengo turbato dalle impressioni suscitate dai sensi. E’ dunque di importanza vitale sorvegliare le porte dei cinque sensi, al fine di conservare puri i nostri atti in qualunque situazione.

8. Ad un’azione pur conforme al proprio pensiero, segue sempre una reazione. Ad una ingiuria, hai la tentazione o di rispondere sullo stesso tono o di prenderti la rivincita. Guardiamoci sempre da questa reazione naturale. E’ come sputare contro vento; si colpisce se stessi! E’ come lanciare polvere contro vento; ci si sporca soli! La sfortuna perseguita chi non frena il desiderio di vendetta.

9. E’ davvero una gran buona azione scacciare l’avidità e prediligere uno spirito caritatevole. Ma è ancor meglio avere una mente intenta a seguire il nobile sentiero.

Ci si deve sbarazzare dell’egoismo e sostituirlo con l’altruismo. Cercare di far felice qualcuno incita a rendere contento qualcun altro, e così ne nasce la felicità.

Una sola candela può accendere mille altre candele eppure non per questo la sua durata di vita ne viene abbreviata. Neanche la felicità diminuisce a dividerla con altri!

La via della purificazione

Chi cerca l'Illuminazione sorvegli i propri passi iniziali. Per alta che sia la meta agognata, il compimento va raggiunto in modo graduale. La perseveranza accompagni il nostro procedere sulla via dell'Illuminazione nella nostra vita quotidiana di oggi, di domani e dei giorni a venire.

10. Proprio sul limitare della via che conduce poi all'Illuminazione, venti sono gli ostacoli da superare in questo mondo. Eccoli: 1. E' difficile, per un povero, essere generoso. 2. E' difficile, per un orgoglioso, imparare a camminare sulla via dell'Illuminazione, 3. E' difficile cercare l'Illuminazione a costo del sacrificio di sé. 4. E' difficile nascere in un'epoca in cui un Buddha è al mondo, 5. E' difficile intendere l'insegnamento del Buddha. 6. E' difficile mantenere la mente pura dagli istinti animaleschi. 7. E' difficile non desiderare il bello e l'attraente, 8. E' difficile, per un uomo forte, non fare uso della propria forza per soddisfare i propri desideri. 9. E' difficile non incollerirsi quando si è insultati. 10. E' difficile rimanere innocenti quando si è tentati da circostanze inattese. 11. E' difficile applicarsi in studi vasti e complessi. 12. E' difficile non tenere in nessun conto un debuttante. 13. E' difficile conservarsi umili. 14. E' difficile trovare dei veri amici. 15. E' difficile perseverare nella disciplina che porta all'Illuminazione. 16. E' difficile non farsi turbare da condizioni e circostanze esteriori. 17. E' difficile insegnare agli altri tenendo conto delle loro capacità. 18. E' difficile mantenere uno spirito pacifico. 19. E' difficile non

La via della purificazione

argomentare sul vero e sul falso. 20. E' difficile trovare ed imparare un metodo buono.

11. Gli uomini buoni e i perversi differiscono, gli uni dagli altri, per le rispettive nature. I cattivi non riconoscono per tale un atto iniquo; anche se l'aspetto peccaminoso attira la loro attenzione, non smettono certo di farlo né accettano che gli altri facciano notare loro le loro colpe. I buoni, sensibili al vero e al falso, smettono di fare del male dacché se ne rendono conto e sono riconoscenti a chi ha fatto rilevare loro l'errore.

Qui è la radicale differenza tra i buoni e i cattivi. I cattivi non apprezzano mai una gentilezza loro rivolta, mentre i buoni ne sono memori e grati. Gli uomini saggi cercano di esprimere la loro riconoscenza e gratitudine, ricambiando la gentilezza non solo al diretto benefattore, ma anche agli altri.

III

ANTICHE STORIE E LA LORO MORALE

1. In tempi remoti c'era un paese dalla singolare usanza di abbandonare gli anziani su montagne lontane e inaccessibili.

Un certo ministro di stato non ebbe cuore di abbandonare così il suo vecchio padre e perciò costruì un

La via della purificazione

sotterraneo per nascondere il genitore e prendersene cura.

Un giorno, un dio apparve davanti al re di quel paese e gli pose una domanda imbarazzante, minacciando la distruzione del paese in caso di mancata o insoddisfacente risposta. Il quesito eccolo: “Dei due serpenti, qual è il maschio e quale la femmina?”.

L'enigma parve insolubile al re e a tutti gli altri del palazzo. Il sovrano promise allora una lauta ricompensa a chi, nel regno, fosse stato in grado di rispondere.

Il ministro si recò dal padre, sempre nel nascondiglio, e gli chiese di sciogliere il nodo del quesito. Il vegliardo rispose: “E' semplice. Fai mettere i due serpenti su un tappeto morbido: quello che si agita è il maschio, il rettile che resta tranquillo è la femmina”. Il ministro andò a portare la risposta al re e il problema fu risolto con successo.

Allora il dio pose altre domande difficili, di cui né il re né alcuno del suo seguito sapevano trovare il bandolo, ma ogni volta il ministro, consultato il vecchio padre, dava la risposta appropriata.

La via della purificazione

Ecco alcuni quesiti-enigmi e come scioglierli. “Chi è colui che, pur assopito, è desto, e che pur desto è assopito?” La risposta è la seguente: “E’ colui che si esercita in vista dell’Illuminazione. Paragonato a chi non cerca l’Illuminazione, è sveglio, ma, se paragonato a chi l’ha raggiunta, è assopito”.

“Come pesare un grosso elefante?” E la risposta: “Caricalo su un battello e tira una linea per segnare fino a quale profondità il battello s’immerge nell’acqua. Poi, porta via l’elefante e carica sul battello tante pietre fino a che quest’ultimo scenda ancora a quella stessa profondità. Non resta infine che pesare le pietre!”

Che cosa significa il detto: “Un bicchier d’acqua può essere di più dell’acqua dell’oceano”? Ecco la risposta: “Un bicchier d’acqua offerto ai genitori o a un malato con spirito di compassione ha un merito eterno, mentre l’acqua dell’oceano un giorno si prosciugherà.

Il dio poi, sotto l’aspetto di un uomo affamato ridotto a pelle ed ossa, disse: “Chi, al mondo, ha più fame di me?”. Ed ecco la risposta: “Chi è tanto egoista ed avido da non credere ai tre tesori del Buddha, del Dharma e del Saṅgha (ossia della comunità, n.d.t.), chi non fa mai doni né ai genitori né ai maestri, non solo è il più affamato, ma andrà

La via della purificazione

nel mondo degli spiriti insoddisfatti e soffrirà di una fame eterna”.

“Ecco una tavola di legno di candana: da che lato era la base dell’albero?” La risposta è: “Fate galleggiare la tavola sull’acqua; l’estremità che si immerge meno è quella più vicina alla radice”.

“Ci sono due cavalli, più o meno della stessa taglia e di uguale apparenza: qual è la madre e quale il figlio?”. Ed ecco la risposta: “Porta loro della paglia; il cavallo-madre spingerà la paglia davanti al suo cavallino”.

Ogni risposta ai difficili quesiti piacque al dio ma anche al re. Il sovrano fu contento che le soluzioni provenissero da un uomo di età avanzata, nascosto dal figlio in un sotterraneo. Abolì l’usanza di abbandonare gli anziani sulle montagne e diede l’ordine di trattarli con bontà.

2. La regina del Vidha, in India, sognò una volta un elefante con sei zanne d’avorio. Presa dal desiderio irresistibile di averlo, pregò il consorte di farglielo portare. Sembrava un’impresa impossibile, ma il re, che amava molto la regina, offrì una lauta ricompensa al cacciatore in grado di catturare un simile elefante.

La via della purificazione

Ora, nello Himalaya, viveva davvero un elefante a sei zanne che si esercitava per conseguire l'Illuminazione. Un giorno, salvò la vita a un cacciatore in condizioni critiche in fondo alle montagne. Costui poté tornare a casa sano e salvo. Tuttavia, accecato dalla prospettiva dell'alta ricompensa, dimentico dell'atto generoso dell'elefante, s'inoltrò di nuovo fra le montagne per ucciderlo.

Sapendo che l'elefante si esercitava in vista dell'Illuminazione da raggiungere, si travestì da monaco buddhista. Catturato l'elefante, lo colpì con una freccia avvelenata.

L'elefante, conscio dell'avvicinarsi della fine e del fatto che il cacciatore era schiavo del desiderio mondano della ricompensa, ebbe pietà di lui e lo coprì con il suo corpo per proteggerlo dal furore vendicativo degli altri elefanti. Subito dopo, spezzò le proprie zanne contro un albero e le consegnò al cacciatore, dicendogli: "Con questo dono, ho portato a termine il mio periodo di pratica per raggiungere lo stato di Buddha; rinascerò dunque nella Terra Pura. Quando sarò divenuto un Buddha, ti aiuterò a sbarazzarti delle tue tre frecce avvelenate che sono la cupidigia, l'ira e l'errore.

La via della purificazione

3. In un boschetto di bambù, alle falde della catena himalayana, viveva una volta un pappagallo insieme a molti altri animali ed uccelli. Un giorno che soffiava un forte vento, due bambù, per ripetuto sfregamento tra di loro, sprigionarono scintille che misero a fuoco il boschetto intero. Una gran confusione regnò fra gli animali e gli uccelli, terrorizzati. Il pappagallo provò pietà del panico e delle sofferenze dei compagni, ma anche gratitudine per le gentilezze ricevute in quell'ospitale boschetto di bambù. Si impegnò con tutte le sue forze a cercar di salvare tutti. Si immerse in uno stagno lì vicino e si mise a svolazzare sul fuoco, scuotendo delle gocce d'acqua con l'intenzione di spegnerlo. Fece così più volte con un'attenta cura, nata dai suoi sentimenti di pietà e di gratitudine per il boschetto.

Fu visto da un dio, che scese dal cielo e interrogò il pappagallo: “Sei coraggioso, ma che spera di ottenere lanciando queste goccioline contro un così vasto incendio?” E l'uccellino replicò: “Non vi è nulla che non possa giungere a compimento, se fatto con uno spirito di gratitudine e di abnegazione! Voglio intensificare i miei sforzi fino alla vita futura!”. Il grande dio rimase colpito dallo spirito del pappagallo, e tutti e due insieme spensero il fuoco.

4. Una volta, viveva sullo Himalaya un uccello a due teste. Un giorno, una delle teste vide l'altra mangiare un frutto squisito, e ne provò invidia. Disse allora tra sé: “Io

La via della purificazione

allora mangerò un frutto avvelenato”. Così fece, e l’uccello morì.

5. Un giorno, la coda e la testa del serpente litigarono per stabilire a quale delle due spettasse andare avanti. La coda disse alla testa: “Sei sempre tu a decidere la direzione, non è giusto! Dovresti ben lasciarmi far da guida ogni tanto!”. La testa replicò: “E’ legge della nostra natura che io ti preceda: non posso dunque cederti il posto”.

Il diverbio però si spinse a un punto tale che un giorno la coda si avvinghiò ad un albero ed impedì alla testa di avanzare. Non appena la testa si stancò di lottare, la coda proseguì il proprio cammino. Il serpente cadde allora su della brace e perì.

In natura, esiste sempre un ordine tra gli esseri: ognuno ha la sua funzione specifica. Se l’ordine viene turbato, ogni funzione si interrompe e l’intero insieme va in rovina.

6. Un tempo, c’era un uomo che si adirava facilmente. Un giorno, due uomini si trovavano davanti a casa sua e parlavano di lui dicendo: “E’ una brava persona, ma è irascibile; ha un temperamento caldo e collerico”. Il padrone di casa udì il commento: si accese come un fiammifero e si precipitò sui due interlocutori, aggredendoli e prendendoli a calci.

La via della purificazione

Un uomo saggio, reso consapevole dei suoi errori, riflette e modifica la propria condotta. Lo stolto, invece, non solo disprezza l'ammonimento, ma persiste nell'errore.

7. Un tempo, vivera un uomo ricco quanto stolto. Vedenolo la bella casa a tre piani di un altro, ne provò invidia e si mise in testa di farsene costruire una simile, poiché i suoi averi glielo permettevano; ché anzi sarebbe risultato più ricco ancora!

Chiamò dunque un muratore e gli ordinò di costruire il terzo piano. Il muratore accettò e si mise subito all'opera. Gettò le fondamenta, edificò dapprima un primo piano, poi un secondo, infine un terzo. Quando il ricco vide il lavoro, si adirò e gridò: "Che me ne faccio delle fondamenta, di un primo e di un secondo piano! Quel che io voglio, è solo un meraviglioso terzo piano. Lo voglio e subito!".

Lo stolto di solito si preoccupa solo dei risultati, e nella sua impazienza, trascura lo sforzo necessario per ottenerli. Ogni bene richiede uno sforzo personale, altrimenti sarebbe come voler costruire il terzo piano senza aver posto le fondamenta ed aver costruito il primo e il secondo.

8. Uno stolto, un giorno, faceva bollire del miele. Sopraggiunse in quel mentre un suo amico e lo stolto volle offrirgliene un po'. Ma era troppo caldo: allora si mise a fargli vento per raffreddarlo, senza toglierlo dal fuoco. Lo stesso accade con il miele della lucida, fresca saggezza!

La via della purificazione

Non si può gustarlo senza estinguere dapprima il fuoco delle passioni mondane.

9. Una volta, due demoni passarono una giornata intera a disputare e a litigare per una scatola, una canna e un paio di scarpe. Un uomo passò di là e intervenne: “Che bisogno avete di litigare per roba simile? Ha forse un potere magico perché ve ne disputiate il possesso?”.

I demoni gli spiegarono che la scatola soddisfaceva qualunque desiderio: cibo, abiti, ricchezze; che senza la canna non avrebbero potuto piegare tutti i loro nemici, e che il paio di scarpe permetteva di volare attraverso lo spazio.

Allora l’uomo disse: “Perché litigare? Ritiratevi per qualche minuto, e penso io a come suddividere equamente gli oggetti fra di voi”. I due demoni si allontanarono. Subito l’uomo calzò le scarpe, si impadronì della scatola e della canna, esi involò.

I demoni rappresentano i seguaci di dottrine non buddhiste. La scatola simboleggia i doni fatti con spirito caritatevole e disinteressato: gli uomini non capiscono come da un amore disinteressato possano derivare dei tesori. La canna? Indica la pratica della concentrazione mentale: gli uomini, però, non si rendono conto che solo grazie ad essa si domano tutte le passioni mondane. Il paio

La via della purificazione

di scarpe simboleggia la pura disciplina del pensiero e della condotta che conduce gli esseri umani al di là di ogni desiderio e disputa. Ignorando questo, la gente discute e litiga all'infinito per una scatola, una canna e un paio di scarpe!

10. Un tempo, un uomo viaggiava solo soletto. Giunto a una casupola vuota e disabitata, decise di pernottare lì. Verso la mezzanotte, entrò un demone con un cadavere, che depose sul pavimento. Poco dopo, ecco arrivare un altro demone. Questi reclamò il cadavere, affermando che gli apparteneva di diritto. Così, tra i due spiriti malvagi sorse una vivace lite.

A un certo punto, il primo demone disse che era ora di smetterla e propose di affidare il caso a un testimone. Giudicasse lui a chi consegnare il cadavere! Il secondo demone non trovò nulla da ridire, anzi, vedendo l'uomo nascosto e rannicchiato in un angolo, lo invitò a dire chi di loro due fosse in realtà arrivato per primo. L'uomo al colmo del terrore, pensò: "Qualunque decisione io prenda irriterò il demone perdente, il quale, assetato di vendetta, mi ucciderà". Nondimeno scelse di dire in tutta sincerità quello di cui era stato testimone.

Come aveva previsto, il secondo demone si irritò fortemente e, afferrato l'uomo per un braccio, glielo staccò. Il primo demone, però, sostituì quell'arto con uno analogo, preso dal cadavere. L'altro demone, allora, sempre più infuriato, strappò via l'altro braccio, immediatamente

La via della purificazione

sostituito dal primo demone con il restante braccio del cadavere. E andò avanti così, finché le due braccia, le due gambe, la testa e il tronco non vennero strappati e sostituiti con parti analoghe della salma. Infine, i due demoni, viste le membra umane disseminate sul pavimento, smisero di litigare, si precipitarono sopra i miseri resti e li divorarono. Poi se ne andarono via soddisfatti, con risatine basse e soffocate.

Il poveretto rimase ancora un po' nella casupola, sconvolto e in uno stato indescrivibile di prostrazione. Le parti del suo corpo vero, fatte dai genitori, gli erano state divorate dai demoni, mentre le membra che si ritrovava appartenevano al cadavere di uno sconosciuto. Insomma, si chiedeva, chi sono io in realtà? Incapace di darsi una risposta, come impazzito corse fuori dalla casupola e si mise ad errare. Si ritrovò nelle vicinanze di un tempio. Rallegratosi del caso, entrò nel tempio e raccontò ai monaci l'orribile esperienza della notte precedente. Fu così che i presenti riuscirono a capire, dalla storia, l'autentico senso della dottrina del non-sé.

11. Un tempo, una donna bella ed elegante andò a bussare ad un uscio. Il padrone di casa domandò: "Chi è?". E lei: "Sono la dea della ricchezza e dispenso beni agli uomini". Venne così ben accolta e trattata con molta gentilezza.

La via della purificazione

Poco dopo arrivò un'altra donna, che era uno spavento a vedersi e miseramente vestita. Il padrone di casa le chiese chi fosse ed ella rispose: “La dea della povertà”. Sgomento, l'uomo cercò di metterla alla porta, ma la donna opponeva resistenza dicendo: “La dea della ricchezza ed io siamo sorelle. Abbiamo stretto fra noi il patto di non vivere separate. Se tu mi scacci, mia sorella mi seguirà”. E infatti, con la partenza della brutta dama, anche l'altra disparve.

La nascita va con la morte: la buona ventura, con la mala sorte. Cose cattive fanno seguito ad eventi favorevoli. L'uomo dovrebbe intendere questa verità. Temere la cattiva fortuna e rincorrere la buona sorte è da stolti; coloro che cercano l'Illuminazione devono superare l'una e l'altra, rimanendo liberi da ogni legame o attaccamento mondano.

12. Un tempo, un pittore povero lasciò la casa e la moglie in cerca di fortuna. In tre anni di duri sacrifici, mise da parte trecento monete d'oro e decise di tornare a casa. Lungo la via arrivò a un grande tempio, ove si svolgeva una solenne cerimonia di offerte. Ne rimase assai colpito e si disse: “Fino ad ora, non ho pensato ad altro che al presente, e non ho mai riflettuto alla felicità futura. Per mia fortuna, eccomi arrivato in questo luogo. E' il momento di trarne profitto, di cominciare a seminare i germi del

La via della purificazione

merito”. E sull’onda di quei pensieri, diede al tempio tutti i suoi risparmi e tornò a casa senza un soldo.

Arrivato a casa, fu rimproverato dalla moglie per non aver riportato neanche una moneta per sostentarsi. Il povero pittore replicò che sì, aveva ben guadagnato dell’oro, ma che lo aveva messo in un luogo sicuro. La moglie non ebbe pace finché non gli fece confessare di aver donato il denaro ai monaci di un tempio.

La donna, incollerita dalla notizia, rimproverò aspramente il marito. Alla fine, ella portò il caso davanti al giudice del luogo. Costui chiese al pittore di difendersi, ed egli sostenne di aver agito non scioccamente poiché, guadagnato dell’oro con lunghi e duri sforzi, aveva poi avuto l’idea di utilizzarlo come seme della buona fortuna futura. Giunto al tempio, gli era sembrato che fosse quello il luogo ove piantare quel seme. Inoltre aggiunse: “Nel dare l’oro ai monaci, mi sono sentito liberato, nello stesso tempo, dall’avidità e dall’avarizia che albergavano nel mio cuore; ho capito allora che la vera ricchezza non è l’oro, ma lo spirito”.

Il giudice lodò il corretto punto di vista del pittore. Anche chi venne a conoscenza della storia l’approvò, aiutando in vari modi il pittore. Così l’artista e sua moglie goderono di una costante buona fortuna.

La via della purificazione

13. Un uomo che abitava nei pressi di un cimitero, si sentì chiamare una notte da una voce che usciva da una tomba. Troppo pauroso per andare a vedere di persona cosa fosse, l'indomani mattina, raccontò l'accaduto ad un amico. Costui, un tipo coraggioso, ebbe l'idea di recarsi la notte seguente nel luogo indicatogli, per sentire la voce.

La notte successiva, mentre il pavido tremava di paura, l'amico se ne andò al cimitero; e, difatti, si sentì una voce uscire da una tomba. L'amico chiese chi fosse e cosa volesse. La voce, dal suolo, rispose: "Sono un tesoro nascosto e ho deciso di dare me stesso a qualcuno. La notte scorsa, mi sono offerto a un uomo, ma costui era troppo vigliacco per venire qui. Sarai tu a fare tuo il tesoro, perché ne sei degno. Domani mattina verrò da te con sette miei assistenti".

L'amico disse: "Ti attenderò ma dimmi, ti prego, come trattarti". La voce replicò: "Verremo vestiti da monaci. Facci trovare pronta una camera con dell'acqua; tu lavati e metti in ordine la camera. Prepara dove farci sedere e tieni pronte otto coppette di riso bollito. Al termine del pasto, ci condurrà in una camera chiusa e lì noi ci muteremo in vasi di terracotta pieni d'oro zecchino".

La via della purificazione

L'indomani mattina l'uomo si lavò, mise in ordine la stanza come gli era stato ordinato, e poi attese l'arrivo degli otto monaci. Si presentarono a tempo debito e l'uomo li accolse con deferenza. Dopo il pasto, li condusse uno ad uno nella stanza chiusa, ove ciascuno di loro si trasformò in un vaso colmo di oro zecchino.

In quello stesso villaggio, viveva un uomo assai avido. Venuto a conoscenza della storia, volle impadronirsi anche lui di vasi pieni d'oro. Invitò dunque otto monaci a casa sua. Dopo il pasto, li chiuse in una camera; essi, invece di mutarsi in vasi pieni d'oro, si incollerirono e andarono a lamentarsi dalla polizia. Alla fine il malaccorto venne arrestato.

Quanto all'uomo pauroso, alla notizia che la voce uscita dalla tomba aveva coperto di ricchezze l'uomo coraggioso, andò a casa di quello per estorcergli l'oro precisando che, in fondo, era a lui che la voce si era dapprima rivolta. Quando fece per impadronirsi dei vasi, trovò mucchi di serpenti che protendevano la testa verso di lui con aria minacciosa.

La storia giunse alle orecchie del re; egli decretò che i vasi appartenevano all'uomo coraggioso. Ed aggiunse questa riflessione: "Così vanno tutte le cose di questo mondo. Gli sciocchi, pieni di desideri, agognano situazioni

La via della purificazione

vantaggiose ma hanno troppa paura di ricercarle, ed ecco il perché del loro costante insuccesso. Non hanno né la fede né il coraggio necessari per compiere quegli sforzi spirituali che, essi soli, fanno raggiungere la vera pace ed armonia”.

CAPITOLO SECONDO

LA VIA DELLA REALIZZAZIONE

I

LA RICERCA DELLA VERITÀ

1. Quando si cerca la verità, ha forse importanza porsi domande, quali: “Di che cosa è fatto l’universo? E’ eterno? Ha dei limiti o no? Come si è creata questa società umana? Qual è la forma ideale di organizzazione per la società umana?”. Se un uomo aspetta di aver trovato soluzione a questi quesiti per poi dedicarsi alla ricerca e alla pratica che portano all’Illuminazione, morrà certo prima di trovare la via.

Immaginiamo un uomo, trafitto da una freccia avvelenata: i suoi familiari e gli amici faranno a gara per farlo visitare da un chirurgo che gli estraiga la freccia, gli curi la ferita e combatta l’azione del veleno.

Supponiamo che il ferito si opponga, dicendo: “Un momento! Prima dell’estrazione della freccia, vorrei sapere chi me l’ha lanciata. Era un uomo o una donna? Un nobile o un contadino? Di che cosa era fatto l’arco? Era grande o piccolo l’arco che ha scoccato la freccia? Era di legno o di

La via della realizzazione

bambù? E la corda, di che era fatta? Di fibre vegetali o di minugia? Di malacca o di giunco? Quali le piume utilizzate? Prima di farmi estrarre questa freccia, voglio avere risposte esaurienti a queste domande”. In un caso simile, che mai accadrebbe?

Prima di ottenere in modo sicuro e inequivocabile le informazioni, il veleno avrebbe tutto il tempo di agire, di circolare nelle vene e di portare l'uomo a morte sicura. La prima azione da fare è, invece, estrarre la freccia per impedire alla sostanza tossica di propagarsi.

Quando il fuoco delle passioni mette il mondo in pericolo, serve a ben poco sapere di che cosa è fatto l'universo, o quale sia la forma ideale della società umana.

Il quesito sui limiti dell'universo, sull'eternità del cosmo, può attendere finché non si sia trovata una maniera di estinguere le fiamme della nascita, della vecchiaia, della malattia e della morte; davanti al dolore, alla tristezza, alla sofferenza e alla pena, va innanzitutto cercata la via per risolvere questi problemi e poi occorre metterla in pratica.

L'insegnamento del Buddha mette l'accento su quel che è importante sapere, non su quanto è accessorio. Si studi dunque quel che va studiato, si tolga quel che va tolto, si sviluppi quel che è da sviluppare, si conosca quel che va

La via della realizzazione

conosciuto.

Ne consegue, dunque, la necessità di discernere i fattori di importanza primaria, i problemi da risolvere con priorità e tempestività. Per farlo, occorre educare la mente, ossia disciplinarla.

2. Poniamo il caso di un uomo che vada nella foresta per raccogliere un po' di midollo interno degli alberi e che, invece, se ne torni con qualche bracciata di rami o di foglie, credendo di avere quanto voleva. Non sarebbe stolto se si accontentasse di sola scorza o di solo legno al posto del midollo che era andato a cercare? Ma è quello che fanno molti!

Ecco un uomo in cerca di una via che lo affranchi dalla nascita, dalla vecchiaia, dalla malattia, dalla morte, dal dolore, dalla tristezza, dalla sofferenza, dalla pena; tuttavia quest' uomo segue la via fino ad un certo punto. Infatti, col sentirsi rassicurato, diventa presto orgoglioso, vanitoso e prepotente. Somiglia proprio a chi cerca del midollo e si accontenta poi di una bracciata di rami e di foglie.

Eccone un altro, che, pago del progresso raggiunto

La via della realizzazione

con un lieve sforzo, subito si rilassa e diventa orgoglioso e vanitoso; è come se se ne andasse via con un carico di rami al posto del midollo desiderato.

Eccone un terzo che, raggiunta una maggiore serenità e una maggiore lucidità di idee, allenta l'impegno e cresce in orgoglio e vanità. Ora possiede un pacchetto di scorza in luogo del midollo che cercava!

Ecco ancora un altro. Si pavoneggia solo perché si è accorto di aver acquisito una certa facoltà di intuizione interiore: è come se si portasse dietro un mucchio di fibre vegetali al posto del midollo. Tutti questi cercatori che si accontentano di uno sforzo insufficiente e diventano orgogliosi ed arroganti, rilassandosi, cadono facilmente nell'ozio. Costoro vanno inevitabilmente incontro alla sofferenza.

Coloro che cercano la vera via dell'Illuminazione non devono attendersi un risultato facile né il piacere che consegue al ricevere rispetto, onore e devozione. Inoltre, non mirino a sforzi lievi ed a progressi minimi nella quiete, nella conoscenza e nella saggezza.

Dapprima occorre avere ben chiara la visione della natura fondamentale ed essenziale di questo mondo ove si alternano la vita e la morte.

La via della realizzazione

3. Il mondo, privo di sostanza, non è che una vasta rete di cause e di condizioni nate solo ed esclusivamente dalle attività della mente stimolate dall'ignoranza, dalla immaginazione, dai desideri e dalle infatuazioni. Il mondo è la proiezione dei concetti erronei presenti nella mente: non possiede una sostanza. E' venuto in essere in virtù dei processi mentali, e la mente vi proietta le proprie illusioni. Il mondo si fonda sui desideri della mente, sulle pene, sugli sforzi e sulle sofferenze derivanti dai propri desideri, illusioni e avversioni. Coloro che cercano la via dell'Illuminazione devono prepararsi a combattere questa mente per raggiungere la meta.

4. Oh, mente! Perché ti arroveli tanto sulle mutevoli circostanze della vita, perché mi rendi così confuso e senza quiete? Perché mi spingi ad accumulare? Sei come un aratro che andasse in pezzi prima di cominciare il lavoro; come un timone che si sfascia mentre ci si avventura nel mare della vita e della morte. A che vale rinascere più volte, se non fai un uso migliore della vita?

Oh, mente! Ora mi fai nascere re, ora un paria che mendica cibo. A volte, mi fai nascere nelle celesti dimore degli dei ove mi immergo in un'atmosfera di felicità e di estasi, poi mi lasci piombare nel più profondo dell'inferno.

Oh mia stolta, stolta mente! Mi hai guidato per

La via della realizzazione

innumerevoli vie e ti ho obbedito docilmente! Ma ora che ho inteso l'insegnamento del Buddha, non turbarmi più, non essermi causa di tormenti, ma lasciami cercare l'Illuminazione con umiltà e con pazienza.

Oh, mente! Se solo potessi imparare che tutto è privo di sostanza e transitorio! Se soltanto imparassi a non attaccarti alle cose, a non dare libero corso alla cupidigia, alla collera o alla stupidità! Allora potremmo fare insieme un viaggio tranquillo! Allora, recidendo i legami dei desideri con la spada della saggezza, non più turbati da vicende, da vantaggi e svantaggi, da bene e male, da perdite e profitti, da lodi e ingiurie, potremmo stare in pace.

Oh, cara mente! Sei stata tu a risvegliare dapprima la fede! A ispirarmi a ricercare l'Illuminazione! Perché adesso ti abbandoni alla cupidigia, all'amore per il benessere e le emozioni piacevoli?

Perché mente, ti lanci qua e là senza una meta chiara e precisa? Lasciami passare al di là di questo rischioso mare di illusioni. Fin qui, ho agito secondo la tua volontà, ma ora sei tu a dovermi seguire e, insieme, praticheremo l'insegnamento del Buddha.

La via della realizzazione

Oh, cara mente! Montagne, fiumi e mari sono mutevoli e fonti di pene. Dove trovare, dunque, il riposo in questo mondo di illusioni? Lasciami seguire l'insegnamento del Buddha e passare sull'altra sponda, quella dell'Illuminazione!

5. Chi cerca davvero l'Illuminazione, detta regole alla propria mente. Progredisce con ferrea determinazione e va avanti, incurante delle ingiurie o del biasimo altrui. Non si inquieta se viene aggredito, se si vede colpito da pietre o ferito da spade.

Anche se il nemico gli tagliasse la testa, rimarrebbe sereno di spirito. Se si cruccia della sua sofferenza, non è un buddhista. Dinanzi a qualunque evento, deve rimanere fermo e senza turbamenti, e piuttosto irradiare pensieri di compassione e di benevolenza. Vengano gli insulti o venga la mala sorte, si deve essere risoluti a rimanere di spirito sereno e incrollabile, sostenuti dall'insegnamento del Buddha.

Se la meta prefissa è l'Illuminazione, mi sforzerò di compiere l'impossibile e di sopportare l'intollerabile. Darò fino all'ultimo ciò che è in me. Se mi vien detto che per

La via della realizzazione

ottenere l'Illuminazione devo limitare il cibo a un solo chicco di riso al giorno, mangerò un solo chicco di riso. Se la via dell'Illuminazione mi porta ad attraversare il fuoco, attraverserò il fuoco.

Ma non si devono fare azioni simili per un secondo fine. Sono da farsi perchè è saggio farle, perchè è giusto compierle. Occorre dunque agire secondo uno spirito di compassione, come farebbe una madre verso il figlio, per un figlio malato, incurante delle proprie forze o del proprio tornaconto.

6. Un tempo, viveva un re che amava molto il suo popolo e il suo paese. Regnava con tanta saggezza e bontà che il paese viveva nella pace e nella prosperità. Sempre alla ricerca di una maggiore saggezza ed illuminazione, egli aveva persino offerto una ricompensa a chi avesse saputo insegnargli a raggiungere livelli più alti.

La dedizione e la saggezza di quel re attirarono infine l'attenzione degli dei, i quali decisero di metterlo alla prova. Un dio, nelle sembianze di un demone, fece la sua comparsa davanti alle porte del palazzo regale. Chiese di essere ammesso alla presenza del re giacché , disse, aveva un santo insegnamento da comunicargli.

Il re si rallegrò tutto alla notizia e lo ricevette con gran cortesia, pregandolo di essergli maestro. Il demone

La via della realizzazione

allora prese un nuovo e terrificante aspetto, ed esigette cibo, per prima cosa, dicendo che in caso contrario non avrebbe insegnato proprio nulla. Dinanzi a piatti scelti e raffinati, il demone reclamò carne umana ancora calda, e sangue. Il principe ereditario e la regina si offrirono come vittime, ma il demone, non ancora soddisfatto, chiese il corpo stesso del sovrano.

Il re non ricusò ma, in cambio, volle ascoltare prima del sacrificio l'insegnamento.

Il dio, allora, recitò queste sagge frasi: “Il dolore nasce dal desiderio; dal desiderio, il timore. Coloro che evitano i desiderî non hanno più né dolori né timori”. E all'improvviso il dio riprese il suo vero aspetto e così pure tornarono in carne ed ossa il principe e la regina.

7. Viveva un tempo sullo Himalaya un uomo che cercava la verità. Incurante dei tesori mondani e dei piaceri del cielo, cercava solo l'insegnamento grazie al quale trascendere l'illusione.

Gli dei, colpiti dal suo ardore e dalla sua sincerità, decisero di metterlo alla prova. Uno di essi prese le sembianze di un demone e si mise a vagare per lo Himalaya cantando: “Tutto muta, tutto appare e scompare”.

La via della realizzazione

Al risuonar del canto, il cercatore di verità si rallegrò tutto. Felice come un assetato davanti a una sorgente d'acqua, o come uno schiavo improvvisamente libero, disse tra sé: “Finalmente, ecco l'autentico insegnamento che cercavo da un pezzo! Seguì la voce ed arrivò ben presto al cospetto dell'orrido demone. Non proprio tranquillo, si avvicinò comunque al demone e gli chiese: “Sei stato tu a cantare quel che ho appena udito? Se sì continua, ti prego”.

Il demone replicò: “Sì, ero proprio io. Ora, però, sono affamato; non posso cantare ancora, se non mangio”.

L'uomo lo supplicò di continuare la divina melodia: “Questo canto”, disse, “ha un senso sacro per me che da tempo cercavo un siffatto insegnamento. Ma non ne ho sentito che una parte; ti prego, lasciami ascoltare il seguito”!

Il demone ripeté: “Ora sono affamato, ma se potrò gustare la carne di un uomo e berne il sangue, finirò il mio canto”.

L'uomo, desideroso di conoscere il resto del canto, promise al demone di sacrificargli se stesso, una volta ascoltate le grandi parole. Allora il demone intonò l'intera

La via della realizzazione

stanza:

“Tutto muta,
appare e scompare.
E’ la perfetta tranquillità,
andare al di là della vita e della morte”.

L’eco si spense, l’uomo scrisse il poema sulle rocce e sugli alberi attorno, poi si arrampicò su un albero e si lasciò precipitare ai piedi del demone. Al suo posto, c’era però un dio radioso che accolse l’uomo, incolume.

8. Un tempo, un uomo di nome Sadāprarudita con grande zelo ricercava la verità. Egli gettò via tutte le aspirazioni al guadagno o agli onori e rischiando la vita cercava la via della verità. Un giorno, dal cielo, una voce lo chiamò: “Sadāprarudita! Prosegui diritto verso l’est. Non curarti né del freddo né del caldo, non prestar orecchio né alle lodi né al biasimo del mondo, non lasciarti influenzare né dal bene né dal male, ma preoccupati solo di andare verso l’est. Giunto ai confini dell’Estremo Oriente, lì troverai un vero maestro e tu allora raggiungerai l’Illuminazione”.

Sadāprarudita, tutto felice dell’istruzione dettagliata, si mise dunque in viaggio verso l’est. Più volte fu costretto a passar la notte lì dove si trovava, o in un campo isolato, o in mezzo a montagne selvagge. Straniero in un paese

La via della realizzazione

straniero, subì ogni sorta di umiliazioni; una volta, dovette vendersi come schiavo; un'altra volta, spinto agli estremi dalla fame, fu costretto a vendere la sua carne; alla fine, però, trovò il vero maestro e gli chiese di istruirlo.

Il detto secondo cui “Le cose buone sono sempre costose”, Sadāprarudita lo trovò adatto al suo caso, per le molte difficoltà incontrate nel viaggio alla ricerca della verità. Non aveva denaro per comprare fiori o incenso da donare al maestro. Gli sembrava che uno spirito malvagio lo ostacolasse tutte le volte che stava per intraprendere qualcosa. L'ardua via dell'Illuminazione può costare la vita a un essere umano.

Sadāprarudita si presentò infine davanti al maestro, ma si trovò di nuovo in difficoltà: non aveva né carta per annotare gli insegnamenti del maestro, né pennello né inchiostro. Allora si punse al polso e prese appunti con il proprio sangue. Fu così che si assicurò la preziosa verità.

9. Un tempo c'era un ragazzo di nome Sudhana. Aspirava anche lui all'Illuminazione e dunque cercava con ardore la via che conducesse lì. Da un pescatore, apprese l'arte del navigare. Da un medico, imparò ad essere pietoso verso i malati sofferenti. Un uomo ricco gli insegnò che il risparmiare il soldo fa accumulare una fortuna. Così si rese conto dell'importanza di non trascurare la pur minima occasione di fare progressi verso l'Illuminazione.

La via della realizzazione

Un monaco raccolto in meditazione gli fece capire che una mente purificata e serena ha lo strano e meraviglioso potere di purificare e tranquillizzare la mente altrui. Un giorno, incontrò una signora dalla personalità eccezionale e rimase colpito dal suo spirito di benevolenza: comprese quindi che la generosità è il frutto della saggezza. Un'altra volta, s'imbattè in un anziano che conduceva una vita errante. Costui gli disse che per trovare la vera via doveva scalare una montagna di spade e attraversare una valle in fiamme.

Il giovane Sudhana si rese conto così dell'importanza dell'esperienza diretta e scoprì la vera lezione di tutto quel che aveva visto e udito. Da una donna povera e inferma, apprese la pazienza; nel veder giocare dei bambini per la strada, comprese il valore di una felicità semplice; inoltre, alcune persone gentili ed umili, mai volte a desiderare quello che già formava il desiderio di altri, gli insegnarono il segreto per vivere in pace con tutti.

Nel vedere unirsi volute di incenso, davanti a una composizione artistica di fiori, intuì il senso dell'armonia e del ringraziamento. Un giorno, in mezzo a un bosco, mentre si riposava sotto un albero maestoso, vide una minuscola, fragile piantina spuntare da un albero caduto e secco. Fu come una lezione sull'incertezza della vita.

La via della realizzazione

La luce solare, di giorno, e lo scintillio delle stelle, di notte, vivificavano sempre il suo spirito qual pioggia ristoratrice.

Così Sudhana trasse profitto dalle esperienze del suo lungo viaggio. Quando si è alla ricerca dell'Illuminazione, la mente è come un castello da proteggere e da adornare. Si deve spalancare al Buddha la porta del castello ed invitarlo, con rispetto ed umiltà, ad entrare all'interno, per offrirgli i fiori della fede e l'incenso della gratitudine e della gioia. Ecco quanto imparò Sudhana nel corso del suo lungo viaggio.

II

LE VIE DELLA PRATICA

1. Per coloro che ricercano l'Illuminazione vi sono tre vie da comprendere e da mettere in pratica: dapprima, la disciplina che porta ad agire in modo retto; poi, la concentrazione mentale; infine, la saggezza.

Cos'è la disciplina? Ogni essere umano, come tale o quale ricercatore della verità, deve ottemperare ai precetti di una buona condotta, ossia, deve controllare nel contempo la mente e il corpo e vegliare alle porte dei cinque sensi. Deve guardarsi da ogni errore, anche il più insignificante, e impegnarsi a compiere solo buone azioni.

La via della realizzazione

La concentrazione mentale? Respingere ogni attacco della cupidigia e dei desideri malsani, dacché si presentano, mantenendo così la propria mente pura e serena.

E la saggezza? Comprendere perfettamente e accettare con pazienza e senza riserve le quattro nobili verità: la sofferenza; la sua origine; la sua cessazione; la via che conduce alla fine della sofferenza.

Coloro che seguono sinceramente queste tre vie della pratica, meritano l'appellativo di "discepoli del Buddha". Se un asino, che non ha né l'aspetto, né il muggito né le corna di un bue, si mettesse a seguire una mandria di buoi tagliando: "Anch'io sono un bue, guardatemi!", chi gli crederebbe? Ebbene, ugualmente stolto sarebbe l'uomo che, senza seguire le dette tre vie della pratica, se ne andasse in giro proclamando di seguire la retta via o di essere "un discepolo del Buddha".

Un agricoltore, per poter fare la sua raccolta in autunno, deve dapprima arare in primavera il suo campo, poi seminarlo, irrigarlo e togliere via le cattive erbe al loro crescere. Allo stesso modo, colui che cerca l'Illuminazione deve praticare la buona condotta, la concentrazione della mente e la saggezza. L'agricoltore non può certo attendersi di vedere subito i germogli dai semi piantati oggi,

La via della realizzazione

ammirare le piante domani e fare la raccolta il giorno dopo. Parimenti colui che è alla ricerca dell'Illuminazione non deve aspettarsi di evitare i desideri mondani oggi, di dissipare gli attaccamenti e i desideri malsani domani, e di conseguire l'Illuminazione il giorno successivo.

Proprio come le piante ricevono le cure pazienti dell'agricoltore dal momento della semina a quello, attraverso le stagioni, della raccolta dei frutti, così colui che cerca l'Illuminazione deve coltivare con paziente perseveranza il germe dell'Illuminazione, seguendo i detti tre modi della pratica.

2. E' difficile incamminarsi sulla via dell'Illuminazione finché si rimane legati al benessere e ai lussi di questo mondo, finché la mente viene turbata e distratta dai desideri dei sensi. Vi è una netta e grande differenza tra le gioie di un vivere mondano e la gioia di perseverare sulla via dell'Illuminazione.

Come si è già detto, la mente è la sorgente di tutte le cose. Se la mente si compiace dei desideri mondani, illusioni e sofferenze faranno seguito inevitabilmente. Se invece la mente segue con gioia la retta via, la felicità, l'appagamento e l'Illuminazione faranno sicuramente seguito.

La via della realizzazione

Ecco perché chi è alla ricerca dell'Illuminazione deve mantenersi puro di mente e praticare con costanza i tre modi. Se ottempera ai precetti, otterrà senza dubbio la concentrazione mentale; detta concentrazione porterà la luce della saggezza che lo guiderà all'Illuminazione.

Questi tre modi della pratica ossia, l'ottemperare ai precetti, la concentrazione e la costante saggezza sono la vera, autentica via dell'Illuminazione. Per mancanza di questi abiti mentali gli uomini hanno accumulato a lungo illusioni e inganni. Non bisogna dunque discutere con gli altri ma piuttosto entrare nella retta via, meditare con perseveranza sul mondo interiore purificando lo mente, al fine di ottenere in tempi brevi l'Illuminazione.

3. Un'analisi dei tre modi ci rivela il nobile ottuplice sentiero, i quattro punti di vista su cui soffermare la nostra attenzione, i quattro impegni corretti, le cinque facoltà e poteri da impiegare e, infine, le sei virtù superiori.

Il nobile ottuplice sentiero consiste in: retta visione, retto pensiero, retta parola, retta azione, retti mezzi di sussistenza, retto sforzo, retta presenza mentale e retta concentrazione.

Retta visione significa comprendere perfettamente le

La via della realizzazione

quattro nobili verità; riconoscere la legge di causalità non lasciarsi ingannare dalle apparenze e dai propri desideri.

Il retto pensiero consiste nel non asservirsi ai propri desideri, nel non provare né cupidigia né ira e nel non compiere azioni nocive.

La retta parola comporta l'evitare la menzogna, i discorsi frivoli, le ingiurie e la calunnia.

La retta azione consiste nel non uccidere, non rubare, non commettere adulterio.

I retti mezzi di sussistenza significa astenersi da uno stile di vita contrario all'integrità morale.

Le retto sforzo sta nell'impegnarsi ad agire nel migliore dei modi e con zelo nella giusta direzione.

La retta presenza mentale vuol dire mantenere la mente pura e vigilante.

La retta concentrazione sta nel mantenere la mente pura e serena grazie alla concentrazione, al fine di raggiungere la sua pura essenza.

4. Ecco i quattro punti di vista ove soffermare la nostra attenzione:

considerare il corpo impuro, in modo da rimuovere

La via della realizzazione

ogni attaccamento ad esso;

considerare le sensazioni come fonti di sofferenza, apportino o meno un sentimento di pena o di piacere;

considerare la mente come una corrente dal flusso ininterrotto;

considerare che tutto, nel mondo, è il risultato di cause e di effetti e che nulla può permanere senza subire mutamenti.

5. I quattro sforzi corretti consistono nel:

prevenire il sorgere del male;

soffocare il male al suo nascere;

favorire la nascita del bene;

incrementare il bene quando sorge.

6. Le cinque facoltà e poteri sono:

la fede;

la volontà di impegnarsi;

la facoltà della vigilanza;

la capacità di concentrare la mente;

l'essere in grado di conservare una lucida saggezza.

7. Le sei virtù superiori che portano all'altra sponda dell'Illuminazione sono:

la generosità;

il rispetto dei precetti;

la pazienza;

l'impegno perseverante;

la concentrazione;

la saggezza.

Con la loro guida, si è sicuri di passare da questa riva di illusione a quella dell'Illuminazione.

La pratica della generosità elimina l'egoismo; quella dei precetti, ci rende attenti ai diritti e al benessere altrui; la pratica della pazienza permette di controllare il timore o la collera; praticare l'impegno perseverante rende diligenti e fedeli; la pratica della concentrazione mette sotto controllo i pensieri vagabondi e futili; grazie alla saggezza, la mente ottenebrata e confusa si trasforma in una mente chiara, lucida e penetrante.

Generosità e precetti sono le fondamenta necessarie alla costruzione del grande castello in noi. La pazienza e l'impegno perseverante sono le mura che proteggono il castello dai nemici esterni. La concentrazione e la saggezza sono l'armatura personale che protegge dagli assalti della vita e della morte.

Donare solo quando si è sollecitati o perché è più facile dare che non dare, è un dono sì, senza dubbio, ma non è il vero dono. Quest'ultimo consiste nel donare di cuore, spontaneamente, prima di una qualsiasi richiesta. Inoltre, il vero dono consiste nel donare non una sola volta, ma con regolarità.

La via della realizzazione

Non è neppure un dono autentico se lo si offre con un senso di rammarico o con il fine di venir lodati. Il dono più sublime è quello offerto con gioia, dimenticando che è un dono, dimenticando a chi si dà e quel che si dà.

Un dono siffatto nasce spontaneamente da un cuore pieno di bontà amorevole, senza attendersi di venir ricambiato dall'altro, ma con il desiderio di entrare insieme nella via dell'Illuminazione.

Vi sono sette modi diversi di donare, la cui pratica è possibile anche a chi non è ricco. Il primo, è un dono di natura materiale; ossia, offrire la propria opera. L'apice di questo primo modo è rappresentato dall'offerta della propria vita, come si vedrà fra poco nella storia di Sattva. Il secondo, è un regalo di natura spirituale, ossia, offrire agli altri un cuore pieno di compassione. Il terzo, è l'offrire agli altri uno sguardo caloroso, che trasmette serenità. Il quarto, è donare la dolcezza di un atteggiamento tranquillo, ovvero un sorriso. Il quinto, è rivolgersi al prossimo con parole gentili e cordiali. Il sesto, è offrire il proprio posto agli altri. Il settimo, è essere ospitali, ossia dare a qualcuno la possibilità di trascorrere la notte sotto il nostro tetto. Chiunque può praticare nella vita quotidiana questi modi di donare.

La via della realizzazione

8. Un tempo, c'era un principe di nome Sattva. Un giorno, con due fratelli maggiori, andò nella foresta per giocare. Lì, i tre videro una tigre affamata che, per calmare i morsi della fame, stava per divorare i suoi sette piccoli. I due maggiori, atterriti, fuggirono, ma Sattva si arrampicò su un dirupo e si gettò, offrendosi alla tigre per salvare la vita ai sette tigrotti. Spontaneo fu il generoso gesto del principe, che così pensò: "Il mio corpo è mutevole, eppure l'ho amato al punto da non volerlo lasciare: ora però ne faccio dono a questa tigre, così raggiungerò l'Illuminazione". Questo pensiero del principe ne mostra il vero intento, che era quello di ottenere l'Illuminazione.

9. Quattro gli stati mentali senza limiti da preferirsi quando si è alla ricerca dell'Illuminazione: l'amore disinteressato, la compassione, la gioia partecipe e l'equanimità. Il desiderio indietreggia davanti all'amore disinteressato; l'ira si ritira dinanzi alla compassione; la gioia partecipe allontana la sofferenza; l'equanimità annulla ogni pensiero discriminante fra amici e nemici.

E' l'amore disinteressato che rende gli uomini felici e soddisfatti; è la compassione che allontana tutte le cause di infelicità e di insoddisfazione; è la gioia partecipe che

La via della realizzazione

porta a rallegrarsi della felicità e delle soddisfazioni altrui; è l'equanimità che fa provare sentimenti uguali verso tutti gli esseri umani, auspicandone la felicità e la soddisfazione.

Dobbiamo coltivare con cura questi quattro stati che ci permettono di sbarazzarci della cupidigia, dell'ira, della sofferenza e della discriminazione fra amici e nemici. Tuttavia, non è facile metterli in pratica. Sbarazzarsi di uno stato mentale non salutare è difficile come liberarsi da un cane da guardia o cancellare parole scolpite su pietra; come un cervo in fuga nella foresta o come parole scritte sull'acqua, così è facile smarrire il corretto stato mentale. La cosa più difficile nella vita è proprio l'esercitarsi per ottenere l'Illuminazione.

10. C'era un giovane, chiamato Śrona. Di ricca famiglia, era delicato di salute. Tuttavia desiderava seriamente raggiungere l'Illuminazione e divenne un discepolo del Buddha. Si mise così duramente alla prova nella pratica che gli sanguinarono i piedi.

L'Illuminato ne ebbe pietà e gli disse: “Śrona, figlio mio, quando stavi a casa tua non suonavi l'arpa? Sai bene che un'arpa non suona se le sue corde sono troppo tese o troppo lente. Suona solo quando le corde sono in perfetto stato.

La via della realizzazione

“La pratica per l’Illuminazione assomiglia alla giusta tensione delle corde di un’arpa. Non puoi raggiungere l’Illuminazione se le corde del tuo spirito sono troppo tese o troppo lente. Devi stare attento, dunque, e agire con saggezza”.

Śrona seppe trarre giovamento dal consiglio e ottenne quel che cercava.

11. Un tempo, c’era un principe molto esperto nell’uso delle armi. Un giorno, mentre tornava a casa dalle sue esercitazioni, s’imbattè in un mostro dalla pelle invulnerabile.

Il mostro lo fronteggiò, ma il principe rimase calmo. Scoccò dapprima una freccia, che ricadde senza poter penetrare. Allora scagliò la sua lancia, ma neanche essa scalfì la pelle del mostro. Altrettanto inutili una sbarra e un giavelotto, lanciati successivamente. Allora il principe attaccò il mostro con la spada, ma questa si spezzò. Senza alcun effetto, si mise a tempestarlo di pugni e di calci; infatti, il mostro lo chiuse nella morsa delle sue enormi braccia e lo serrò. Infine, il principe provò a lottare ancora con la testa, ma invano.

Il mostro disse: “Ogni tua resistenza è vana: ora ti divoro”. Ma il principe replicò: “Tu credi che io abbia usato invano tutti i miei mezzi di difesa e invece me ne

La via della realizzazione

resta ancora uno. Se tu mi divorì, ti distruggerò dal fondo dello stomaco!” Il coraggio del principe turbò l’essere mostruoso che gli chiese: “Come potrai far questo?” Il principe rispose: “Con il potere della verità!”.

Allora il mostro liberò il principe e gli chiese di insegnargli la verità. Si racconta questa storia per incoraggiare i discepoli a perseverare nei loro sforzi e a non spaventarsi delle varie difficoltà che sorgono davanti a loro.

12. L’odiosa presunzione e l’impudenza fanno torto entrambe al genere umano, ma il disonore e la vergogna proteggono gli esseri umani. Gli uomini rispettano i genitori, i maestri, i superiori, i fratelli e le sorelle, perché sono sensibili al disonore e alla vergogna. A rifletterci bene, è un merito tenere lontano l’orgoglio e provare vergogna, guardando gli altri.

Un uomo pronto al pentimento vedrà annullate le sue colpe; se invece il suo spirito orgogliosamente lo rifugge le sue colpe rimarranno e lo condanneranno per sempre.

Solo colui che ascolta bene l’insegnamento del Buddha, comprendendo il senso e mettendolo in pratica nella maniera più consona, ne otterrà beneficio. Chi invece si accontenta di prestare orecchio al vero insegnamento, senza però metterlo in pratica, vedrà fallire la sua ricerca per ottenere l’Illuminazione.

La via della realizzazione

La fede, l'umiltà, il pentimento, la sincerità nell'impegno e la saggezza sono le grandi fonti di energia e di coraggio per chi cerca l'Illuminazione. Fra tutte, la saggezza è la più importante e le altre non sono che aspetti della saggezza medesima. Se un uomo, durante la pratica, si lega ad affari mondani, se prende piacere a discorsi futili e cade nel torpore, si ritroverà ben lontano dalla via dell'Illuminazione.

13. Nel corso della pratica alcuni raggiungono la meta prima degli altri. Non bisogna quindi scoraggiarsi nel vedersi preceduti al traguardo. Chi si esercita nel tiro all'arco non si attende un successo immediato, ma sa che il perseverare lo renderà sempre più abile. Un fiume nasce ruscello, poi si allarga via via fino a sfociare nell'oceano. Questi esempi fanno capire che un tirocinio paziente e perseverante porterà certamente all'Illuminazione.

Come si è già visto, colui che mantiene gli occhi ben aperti vedrà l'insegnamento ovunque. In tal modo avrà infinite possibilità di raggiungere l'Illuminazione.

Una volta, un uomo faceva bruciare dell'incenso. Notò che il profumo non andava nè veniva, non si vedeva, nè scompariva. Fu questo minuto particolare a portarlo all'Illuminazione.

Un tempo, un viandante si ferì a un piede con una spina. Nel sentire un'acuta fitta di dolore, pensò che si trattava solo di una reazione della mente. In seguito, riflettè sul fatto che la mente, qualora non sia controllata,

La via della realizzazione

se ne va per conto suo, mentre può diventare pura con l'autocontrollo. Grazie a questi pensieri, dopo poco, conseguì l'Illuminazione.

Una volta, un uomo molto avaro, mentre rifletteva sulla sua avidità, si trovò a paragonare i propri desideri a dei trucioli o a della legna minuta che il fuoco della saggezza avrebbe bruciato e consumato. Un simile pensiero fu l'inizio della sua Illuminazione.

Rifletti alle parole del vecchio detto: “Mantieni equilibrata la mente. Allora anche il mondo sarà equilibrato”. Comprenderai che tutte le distinzioni di questo mondo hanno la loro origine nel pensiero discriminante. La massima addita la via dell'Illuminazione. Davvero, le strade che portano ad essa sono illimitate!

III

LA VIA DELLA FEDE

1. I discepoli del Buddha sono coloro che per fede si rifugiano nei tre tesori del Buddha, del Dharma (la dottrina) e del Saṅgha (la comunità).

La via della realizzazione

Costoro ottemperano alle quattro regole del tirocinio mentale: i precetti, la fede, il donare e la saggezza.

I discepoli del Buddha mettono in pratica i cinque precetti: non uccidere, non rubare, non commettere adulterio, non mentire, non assumere sostanze inebrianti di alcun genere.

I discepoli del Buddha hanno fede nella perfetta saggezza del Buddha. Si impegnano ad evitare la cupidigia e l'ira ed a praticare la generosità. Consci della legge di causa-effetto, tengono sempre presente l'aspetto non duraturo della vita e si conformano alla regola della saggezza.

Un albero pendente verso l'est, non potrà che cadere verso l'est. Allo stesso modo, chi ascolta l'insegnamento del Buddha e crede fermamente in lui, andrà a nascere senza ombra di dubbio nella Terra Pura.

2. Si è giustamente detto che i credenti nei tre tesori del Buddha, del Dharma e del Saṅgha, vengono chiamati "discepoli del Buddha".

Il Buddha è l'essere che, raggiunta la perfetta Illuminazione, ne fa uso per liberare il genere umano e renderlo felice. Il Dharma è la verità, ossia lo spirito illuminante ed anche l'insegnamento teorico. Il Saṅgha è la comunità di tutti i credenti nel Buddha e nel Dharma.

La via della realizzazione

Parliamo del Buddha, del Dharma e della comunità come se si trattasse di tre cose distinte e diverse, ma, in realtà, esse formano un'unità. Il Buddha si manifesta nel suo Dharma e si realizza nella sua comunità. Ecco perché credere nel Dharma e amare la comunità, è come credere nel Buddha. D'altra parte, aver fede nel Buddha significa credere nel Dharma e amare la Comunità. Gli uomini, dunque, raggiungono la libertà e l'Illuminazione soltanto se hanno fede nel Buddha. Il Buddha è l'Illuminato ed ama ogni essere umano come un proprio figlio. Colui che vede nel Buddha suo padre, si identifica in lui e raggiunge l'Illuminazione.

Tutti coloro che si considerano figli del Buddha, verranno aiutati dalla sua saggezza e protetti dalla sua benevolenza.

3. Nulla al mondo può arrecare un beneficio maggiore a quello della fede nel Buddha. Il solo ascoltare il nome del Buddha, credere e gioire in lui anche per un solo istante è fonte di ricompensa.

E' bene, quindi, tendere alla conoscenza e alla ricerca dell'insegnamento del Buddha anche se questo mondo è come un incendio.

La via della realizzazione

E' difficile incontrare un maestro in grado di spiegare il Dharma; è ancora più difficile incontrare un Buddha; tuttavia, è ancora più difficile credere nel suo insegnamento.

Ora che hai incontrato il Buddha che non è facile incontrare, ora che hai inteso l'insegnamento non facile a intendersi, devi rallegrarti, credere ed aver fiducia nel Buddha.

4. Durante il lungo viaggio della vita umana, la fede è la migliore delle compagnie; il migliore ristoro lungo la via; il migliore dei beni.

La fede è la mano che riceve il Dharma, la mano pura che accoglie tutte le virtù. La fede è il fuoco che brucia ogni impurità dei desideri mondani; è la guida che ci conduce alla meta.

La fede allontana la cupidigia, il timore e l'orgoglio; rende gentili e attira l'altrui rispetto; libera dai legami delle situazioni contingenti; fa fronteggiare con coraggio le difficoltà; dà la forza di vincere le tentazioni e di mantenere le proprie azioni pure e terse; è la fede, insieme alla saggezza, ad arricchire lo spirito.

La via della realizzazione

La fede ci sprona, quando la via appare lunga e tediosa e ci guida all'Illuminazione.

La fede ci fa sentire alla presenza del Buddha e ci conduce laddove il braccio del Buddha ci sorregge. E' la fede ad addolcire i nostri spiriti duri ed egoisti, a darci e ad istillarci in cuore i sentimenti dell'amicizia e della comprensione.

5. Chi ha fede, ha la saggezza di riconoscere l'insegnamento del Buddha in tutto quel che ascolta. Chi ha fede, ha la saggezza di vedere che tutto è solo un'apparenza legata alla legge di causa-effetto. La fede dà la grazia di saper accettare qualsiasi situazione con pazienza, e rende capaci di adattarsi con serenità ai vari mutamenti.

La fede conferisce, a coloro che credono, la saggezza di riconoscere il carattere passeggero della vita e la grazia di non sorprendersi o rattristarsi di un fatto di qualunque genere, la morte compresa, in quanto consci del mutare delle apparenze e degli eventi, come pure della verità profonda e immutabile della vita.

La fede comporta tre atteggiamenti fondamentali: accettare se stessi con pazienza ed umiltà; provar gioia e rispetto sinceri davanti alle qualità altrui; sentire una profonda gratitudine verso il Buddha, per essere apparso nel mondo.

La via della realizzazione

Gli uomini sono tenuti a coltivare questi tre aspetti della fede: riconoscere i propri errori e impurità, vergognarsene e confessarli; non tacere le buone azioni altrui e le altrui qualità ma anzi lodarle; infine, provare il desiderio continuo di agire con il Buddha e di vivere in armonia con il suo insegnamento.

Un cuore pieno di fede è anche un cuore sincero e profondo perché si rallegra di essere guidato verso la Terra Pura del Buddha in virtù del potere di lui.

Il Buddha, dunque, dà alla fede, che guida gli esseri umani verso la Terra Pura, un potere che li purifica e li protegge dal concetto ingannatore di un “io”. Persino gli uomini che hanno fede per un solo istante nell’udire il nome del Buddha predicato in tutto l’universo, persino costoro andranno nella sua Terra Pura.

6. La fede non è un di più che si aggiunge alla mente mondana; è piuttosto la manifestazione della natura di Buddha, in nuce nella mente. Perciò, colui che comprende il Buddha è un Buddha egli stesso; chi ha fede nel Buddha è un Buddha egli stesso.

E’ difficile tuttavia individuare e riscoprire la propria natura di Buddha; è difficile mantenere puro il proprio spirito in mezzo al fluire incessante della cupidigia, della collera e delle passioni mondane. Nondimeno, la fede dà la forza di far tutto questo.

La via della realizzazione

In una foresta di eranda velenosi, possono crescere solo alberi della stessa specie, pare, e non, quindi, piante come le candana, dal legno profumato. E' un vero miracolo se un albero di candana cresce in una foresta di eranda.

Allo stesso modo, è davvero un miracolo che la fede nel Buddha possa nascere da sola nel cuore degli esseri umani.

Ecco perché credere nel Buddha viene definito “fede senza radici”. Infatti, non ve ne è alcuna, di radice innata nel cuore umano, che lo stimoli a credere: la fede ha le sue radici nel cuore pieno di compassione del Buddha.

7. La fede, dunque, fertile e santa, non si desta facilmente in un cuore indolente. In particolare, cinque sono i dubbi che, annidati nel cuore dell'uomo, cercano di ostacolare la fede.

Dapprima si dubita della saggezza del Buddha; poi, del suo insegnamento; quindi, di colui che trasmette l'insegnamento del Buddha; in seguito, dei vari e differenti metodi e pratiche secondo cui seguire la retta via; infine, si può dubitare ancora della sincerità di chi studia e segue l'insegnamento del Buddha, per arroganza e impazienza.

La via della realizzazione

In verità, nulla è più insidioso della mania di dubitare: una barriera, che separa le persone. E' un veleno che spegne l'amicizia e spezza ogni sorta di rapporto di simpatia con gli altri. E' una spina che irrita e ferisce; è una spada, dagli effetti letali.

Il germe della fede è stato piantato dal Buddha misericordioso sin dai tempi remoti. Chi ha la fede, dovrebbe rendersene conto ed essere pieno di gratitudine verso il Buddha per la sua bontà.

Non va mai dimenticato che non siamo noi, ma è l'amore del Buddha a ridestare la fede. E' il Buddha, tanto tempo fa, ad aver acceso nel cuore degli uomini la pura luce della fede, disperdendo la fitta tenebra della loro ignoranza. Colui che ora prova una fede fervida, è entrato in possesso di una eredità duratura.

Condurre una vita comune non ostacola il nascere nella Terra Pura a causa della fede, destatasi grazie allo stimolo continuo della compassione del Buddha.

E' davvero difficile nascere in questo mondo. E' difficile capire il Dharma, ma lo è ancor più avere fede; ecco perché ognuno di noi dovrebbe impegnarsi ad intendere l'insegnamento del Buddha.

IV
PAROLE DEL BUDDHA
OVVERO PAROLE DI SALVEZZA

1. “Mi ha insultato, mi ha deriso, mi ha colpito”: fintanto che si ruminano siffatti pensieri, la collera non si placa.

Nel cuore, l'ira convive con il rancore; svanito l'uno, scompare anche l'altra.

Un tetto mal costruito o pieno di buchi, fa piovere in casa; allo stesso modo, una mente mal esercitata è incapace di controllarsi, lascia entrare pensieri di cupidigia.

La pigrizia è una scorciatoia verso la morte; la diligenza porta alla vita; gli stolti sono pigri; i saggi, diligenti.

Chi fabbrica frecce, cerca di farle diritte; ugualmente, un uomo saggio, bada a mantenere retti i propri pensieri.

Una mente turbata è sempre in movimento, va di qua e di là e non è di facile controllo; una mente tranquilla rimane serena e in pace. E' dunque saggio dominare la mente.

Qual è il vero nemico dell'uomo se non la sua stessa mente? E' questa ad attirarlo nelle vie dell'errore.

La via della realizzazione

Chi preserva la mente dall'avidità, dalla collera e dall'illusione gode di una pace vera e solida.

2. Fare bei discorsi senza metterli in pratica è come un bel fiore, che non emana alcun profumo.

La fragranza di un fiore non va contro vento. Nondimeno, la buona reputazione di un uomo si diffonde nel mondo anche "contro vento".

Una notte sembra lunga a chi non può dormire; lungo pare il viaggio a chi avanzi a fatica; allo stesso modo, il tempo dell'illusione e della sofferenza sembra lungo a chi ignora il vero insegnamento.

E' bene intraprendere un viaggio con un compagno di pari o superiore intelligenza o saggezza; altrimenti, è meglio viaggiare soli che insieme ad uno stolto.

Un compagno furbo e insincero è più temibile di una bestia feroce; questa attacca il corpo, mentre il cattivo compagno ferisce lo spirito.

Finché non si sa dominare la mente si può forse assaporare la soddisfazione di pensieri quali: "Ecco mio figlio", o: "Ecco il mio tesoro"? Uno stolto soffre di simili pensieri.

La via della realizzazione

Uno sciocco che si riconosce tale è migliore di uno stolto che si reputa saggio.

Un cucchiaino non conosce il gusto del cibo che porta. Allo stesso modo, lo sciocco non è in grado di capire la saggezza del saggio, pur vivendoci insieme.

Il latte fresco tarda spesso a cagliare; parimenti alle azioni cattive non sempre segue un risultato immediato. Le azioni malvagie sono piuttosto simili a dei carboni ardenti che covano sotto la cenere, per poi produrre un grande fuoco.

E' stolto anelare ai privilegi, alle promozioni, ai profitti e agli onori. Desiderare tutto questo non arreca mai la felicità, ma semmai un accrescersi delle sofferenze.

Un buon amico che ti rende consapevole dei tuoi errori e difetti e ti rimprovera, merita lo stesso rispetto e la stessa riconoscenza che proveresti se ti rivelasse l'esistenza di un tesoro nascosto.

3. Chi si rallegra di un insegnamento ricevuto può dormire dovunque tranquillo, perché ha la mente già purificata.

Un carpentiere si prefigge di fare le travi diritte; chi fabbrica le frecce, cerca di farle ben equilibrate; chi scava un fossato d'irrigazione, cerca di far scorrere l'acqua in

La via della realizzazione

una giusta pendenza; allo stesso modo, un saggio cerca di dominare la mente perché agisca secondo la verità e in modo armonioso.

Come una grande roccia non viene scossa dal vento, così né gli onori né gli insulti turbano un cuore saggio.

L'autocontrollo è una grande vittoria, di gran lunga superiore al vincere mille uomini in battaglia.

Vale di più vivere un sol giorno ed ascoltare un buon insegnamento che vivere cento anni senza ascoltarne alcuno.

Chi rispetta se stesso, deve vegliare costantemente per non cedere ai cattivi desideri. Almeno una volta nella vita è necessario destarsi alla fede, o in gioventù, o nella maturità, o in vecchiaia.

Il mondo è come un fuoco sempre vivo, alimentato dalle fiamme della cupidigia, dell'ira e dell'ignoranza, da cui bisogna allontanarsi al più presto.

Questo mondo è davvero simile ad una bolla, ad un filo di tela di ragno, a un vaso insudiciato. Ecco perché ognuno di noi deve proteggere la purezza della propria mente.

La via della realizzazione

4. Evitate ogni male, cercate il bene, purificate la mente: questo è l'insegnamento del Buddha.

La pazienza è una delle discipline più ardue, la vittoria finale, però, appartiene sicuramente a chi è paziente.

E' quando si è in preda al risentimento che occorre cacciar via il rancore; è quando si è tristi che bisogna mandar via la tristezza ed è quando si è inclini alla cupidigia che è necessario eliminarla.

Per vivere in modo generoso e disinteressato, è un necessario abito mentale pensare di non possedere nulla di tutto quel che si possiede.

La salute è un gran vantaggio; contentarsi di quel che si ha vale più che possedere grandi ricchezze; venir considerato degno di fiducia è il vero segno dell'amicizia; conseguire l'Illuminazione è il massimo della felicità.

Detestare il male, sentirsi tranquilli o provare piacere ad ascoltare un retto insegnamento significa essere liberi dalla paura.

Non attaccarti a quel che ti attira, e non respingere quel che non ti piace. La tristezza, il timore e il senso di schiavitù nascono dai sentimenti di attrazione o di repulsione.

La via della realizzazione

5. La ruggine cresce sul ferro e lo corrode; ugualmente, il male si dirama nella mente e lo rode.

Un libro non letto con regolarità si copre presto di polvere; una casa non riparata in tempo cade in rovina; allo stesso modo, un essere umano immerso nel torpore diviene impuro.

L'impudicizia macchia una donna; l'avarizia, un dono; così, le azioni malvagie deturpano questa vita e quelle future.

La contaminazione più temibile è però quella dell'ignoranza. Non c'è speranza di purificarsi se non la si scaccia.

E' facile scivolare nell'impudenza, divenire sfrontato, inorgogliersi, fare il gallo e fare dei torti agli altri senza provarne rimorso.

E' davvero difficile essere umili, rispettare gli altri, respingere ogni attaccamento, mantenersi puri nei pensieri e negli atti, e diventare saggi.

E' facile scoprire gli errori altrui ma è duro confessare i propri. Si tengono celati i propri difetti come un giocatore d'azzardo nasconde i dadi falsi.

La via della realizzazione

Il cielo non conserva traccia di uccelli, di fumo, di tempeste; un cattivo insegnamento non porta all'Illuminazione; nulla è stabile in questo mondo, ma colui che è illuminato non ha turbamenti.

6. Come un cavaliere protegge il suo castello dagli attacchi esterni o dai pericoli interni, così è da difendere senza sosta la mente.

Noi siamo i padroni di noi stessi, noi, il nostro sostegno; ecco perché dobbiamo, in primo luogo, praticare l'autocontrollo.

Il primo passo decisivo verso la liberazione interiore dalle catene e dai legami del mondo, consiste nel controllare la mente, nel porre fine ai discorsi vani, e nel riflettere.

Il sole brilla a mezzogiorno, la luna inargenta la notte, risplende l'armatura indosso al soldato; allo stesso modo, è la serenità quieta della meditazione quel che distingue colui che cerca l'Illuminazione.

Se non si è in grado né di guidare i propri cinque sensi né di resistere alle tentazioni dell'ambiente in cui si vive, non è possibile esercitarsi in nessuna pratica volta all'Illuminazione. Solo chi sorveglia le porte dei cinque sensi ed è in grado di controllare la mente, solo costui può esercitarsi con successo nelle pratiche per conseguire

l'Illuminazione.

7. Lasciarsi influenzare dalle proprie simpatie o dalle proprie repulsioni porta a non dare il giusto valore alle circostanze e, dunque, a farsi dominare da esse; quando invece si è liberi dai legami, si interpretano in modo giusto le circostanze e tutto appare nuovo e vivo.

La felicità segue la tristezza, e la tristezza la felicità. Solo se si supera la discriminazione tra la felicità e la tristezza, tra il bene e il male, si conosce per la prima volta cosa sia la libertà.

Tormentarsi per l'avvenire o rimpiangere il passato è assomigliare a canne recise che si seccano.

Il segreto della salute fisica e spirituale consiste nel non lamentarsi del passato e nel non angustiarsi per le difficoltà del futuro, ma nel vivere l'istante presente con saggezza e onestà.

Non attardarti nel ricordo del passato, non sognare l'avvenire, concentra piuttosto la mente sul momento presente.

La via della realizzazione

Non rinviare a domani quel che va fatto oggi; solo agendo così trascorrerai una buona giornata.

Nessuna ricchezza al mondo è migliore della saggezza, né compagnia migliore della fede. Occorre impegnarsi a fuggire le tenebre dell'ignoranza e della sofferenza per cercare la luce dell'Illuminazione. Controllare corpo e mente porta alla serenità, che traspare dalle azioni virtuose. La sincerità addolcirà la vita e accumulare i meriti sarà per noi un dovere sacro.

La vita è un viaggio, durante il quale la fede è cibo, la virtù un riparo, la saggezza, una luce nel corso del giorno e il corretto modo di pensare una protezione nel corso della notte. Nulla può distruggere la purezza di una vita; chi riporta la vittoria sui desideri è un uomo libero.

Per amore della propria famiglia, è bene dimenticare se stessi; per amore del proprio villaggio, dimenticare la famiglia; per amore del proprio paese dimenticare il villaggio; tutto va abbandonato, per amore dell'Illuminazione.

Tutto muta, appare e scompare: la felicità e la pace nascono solo al di là delle vicissitudini della vita e della morte.

LA COMUNITÀ

CAPITOLO PRIMO

I DOVERI DELLA COMUNITÀ

I

I RELIGIOSI

1. Colui che desidera divenire un mio discepolo, deve essere disposto a recidere ogni rapporto diretto con la sua famiglia, rinunciare alla vita sociale e ai beni di ogni genere. Colui che in nome del Dharma lascia tutto ciò e non ha dimora stabile né per il corpo né per mente, diviene mio discepolo, altrimenti detto un monaco errante.

Colui che porta il mio abito e calca l'orma dei miei passi, è però lontano da me, se l'avidità turba il suo cuore. Vestito da monaco, non vede e non segue il mio insegnamento, quindi non mi vede né mi segue.

Chi invece, pur a miglia di distanza da me, ha la mente pura e serena sgombra da qualunque avidità, costui sta al mio fianco, perché è aperto all'insegnamento del Dharma. E chi accoglie e vede il Dharma, accoglie e vede me.

I doveri della comunità

2. I miei discepoli o monaci erranti sono tenuti ad osservare queste quattro norme, su cui regolare tutta la loro vita:

portare indumenti vecchi e buttati via;

procurarsi il cibo elemosinando;

trascorrere la notte dove li trova, anche sotto un albero o su una pietra;

curarsi solo con uno speciale rimedio di urina, preparato dalla comunità.

Errare da una casa all'altra con una ciotola in mano per raccogliere il cibo è vita da mendico: è però una vita di libera scelta, non obbligata da nessuno, né da circostanze né da altro. Ogni mio discepolo sceglie di propria volontà questo tipo di esistenza, conscio che una vita di fede lo terrà lontano dalle illusioni e dagli inganni del mondo, l'aiuterà ad evitare la sofferenza e lo guiderà all'Illuminazione.

La vita di un monaco errante non è certo facile; è bene non intraprenderla se non si è in grado né di mantenere il cuore libero dal desiderio e dall'ira, né di controllare la mente e i cinque sensi.

3. Ritenersi un monaco errante e risponderne, comporta poter affermare:

“Faccio il voto di ottemperare comunque e sempre a

I doveri della comunità

tutte le norme del monaco errante. Mi impegno ad essere veramente tale con tutta sincerità ed a raggiungere la meta. Sarò grato verso tutti coloro che mi aiuteranno con le loro offerte e cercherò di renderli felici con la mia onestà e la mia buona vita”.

Un monaco errante, come tale, si eserciti in vari e differenti modi: essere sensibile all’onta e al disonore nel compiere un’azione errata; mantenersi puro in parole, azioni e pensieri; vegliare sulle cinque porte dei sensi; non lasciar vagare la mente dietro a piaceri effimeri; non lodare se stesso e disprezzare gli altri; non essere pigro né indulgere al senno.

La sera, si sieda e si raccolga in silenziosa meditazione, poi faccia una breve passeggiata prima di ritirarsi. Per un sonno tranquillo, è opportuno addormentarsi sul fianco destro a piedi giunti, con l’ultimo pensiero rivolto all’ora in cui risvegliarsi presto la mattina successiva. Il mattino di buon’ora, torni a sedersi e a raccogliersi in tranquilla meditazione, seguita poi da una passeggiata.

Durante il giorno, resti vigile e disciplini il corpo e la mente, resistendo alla tendenza a indulgere all’avidità, alla collera, all’ignoranza, alla pigrizia, alla disattenzione, al rammarico, al sospetto e ai desideri mondani.

I doveri della comunità

Così la sua mente concentrata risplenderà di saggezza e mirerà soltanto alla perfetta Illuminazione.

4. Se un monaco errante oblia se stesso e indulge alla cupidigia, dà libero corso all'ira e cova risentimento, gelosia, vanità, orgoglio e ipocrisia, è come se andasse in giro con una spada a doppio taglio, coperta solo da una stoffa sottile.

Non è un religioso solo perché porta l'abito cencioso del monaco e la ciotola per l'elemosina; non è un religioso solo perché sa recitare le scritture; in tal caso, sarebbe soltanto un uomo di paglia e null'altro.

L'abito non fa il monaco: colui che non riesce ad allontanare da sé i desideri mondani, non è un monaco errante ma un neonato, in abito monacale.

Meritano l'appellativo di monaci erranti, di religiosi, soltanto coloro che sono capaci di concentrazione e autocontrollo, coloro che si sono spogliati di tutti i desideri mondani per rivestirsi di vera saggezza onde conseguire l'Illuminazione, loro unica meta.

Un religioso autentico è fermamente deciso a toccare la meta, a costo di perdere anche l'ultima goccia di sangue

I doveri della comunità

o di ridurre in polvere le sue ossa. Colui che si impegna a fondo, verrà illuminato e ne darà prova compiendo gli atti meritori dei monaci erranti.

5. Ogni religioso ha la missione di diffondere la luce dell'insegnamento del Buddha rendendolo noto a tutti, svegliando gli addormentati, raddrizzando le idee errate e contorte, aiutando gli altri ad acquisire un corretto modo di vedere e di pensare. Egli deve propagare ovunque l'insegnamento, anche a rischio della propria vita.

La missione del religioso non è facile: chi vi aspira, indossi l'abito del Buddha, si segga dove siede il Buddha, ed entri nella dimora del Buddha.

Indossare l'abito del Buddha significa essere umile e perseverante; sedersi dove siede il Buddha, significa vedere ogni fenomeno come privo di una sostanza duratura e quindi non attaccarsi a nulla; entrare nella dimora del Buddha, significa condividere la sua grande compassione che tutto abbraccia ed essere comprensivo verso chiunque.

I doveri della comunità

6. Chi desideri diffondere in modo efficace l'insegnamento del Buddha, stia ben attento a: sorvegliare il proprio comportamento; scegliere con cura le parole nel rivolgersi agli altri per insegnare; riflettere sul perché insegna e sul risultato che si attende; essere aperto al sentimento della grande compassione.

Il religioso che spiega il Dharma deve dunque, in primo luogo: tenere bene i piedi sulla terra della pazienza e della perseveranza; essere modesto; evitare ogni eccentricità e forma di pubblicità; ricordarsi sempre della vacuità di ogni cosa e quindi non legarsi o attaccarsi a nulla. Agendo così, avrà un comportamento corretto.

In secondo luogo, sia prudente nell'avvicinare gli altri e nel trovarsi a contatto con determinate situazioni. Si tenga lontano da gente di malaffare o da persone autorevoli; eviti le donne. Si avvicini agli altri con spirito amichevole e sia sempre memore del fatto che nulla può sfuggire alla combinazione e al rapporto di causa-effetto. Ecco perché non deve incolpare gli altri, né insultarli, né criticarli, né diffamarli.

In terzo luogo, mantenga una mente serena, guardi al Buddha, come a un padre spirituale, consideri suoi maestri

I doveri della comunità

gli altri monaci erranti che progrediscono lungo la via dell'Illuminazione, e provi per chiunque comprensione e benevolenza. Il suo insegnamento sia uguale per tutti, imparziale.

Come il Buddha, infine, sviluppi al massimo grado la compassione, indirizzandola soprattutto verso chi, ignaro, non aspira all'Illuminazione. Deve poi auspicare che si ridesti in essi è interesse per l'Illuminazione e perseguire questo desiderio con generoso impegno.

II I LAICI

1. Si è già detto che per divenire un discepolo del Buddha occorre credere nei tre tesori del Buddha, del Dharma e del Saṅgha.

Per diventare un seguace laico, è necessario avere una fede incrollabile nel Buddha, credere nel suo insegnamento facendone oggetto di studio e regola di vita, far parte, per convinzione, della comunità.

I discepoli laici si attengano ai cinque precetti di non uccidere, non rubare, non commettere adulterio, non mentire né ingannare, non assumere sostanze inebrianti.

I doveri della comunità

I laici non si limitino solo a credere nei tre tesori e ad ottemperare ai cinque precetti ma anche, secondo le loro possibilità, aiutino e sostengano la fede e l'osservanza altrui. E' bene che si impegnino, in particolare, a risvegliare in familiari e amici una fede sentita e incrollabile nel Buddha, nel Dharma e nel Saṅgha, perché anche costoro possano essere partecipi della grande compassione del Buddha.

I laici devono tenere sempre presente che la ragione ultima della loro fede nei tre tesori e nel valore dei cinque precetti sta nel fatto di poter così raggiungere, alla fine, l'Illuminazione. Pur vivendo dunque in un mondo di desideri, se ne guardino ed evitino ogni forma di asservimento ad essi.

I laici tengano sempre ben presente il fatto che presto o tardi dovranno separarsi dalla famiglia o dai familiari! Non c'è ragione di tenersi stretti alle cose di questa vita, ma è bene rivolgere il cuore al mondo dell'Illuminazione, ove nulla dispare.

2. Più la fede nell'insegnamento del Buddha si rafforza e si approfondisce, più i laici godranno di una gioiosa serenità che si irraderà su chi li circonda e verrà rispecchiata dall'ambiente.

I doveri della comunità

Un cuore che ha fede è puro e dolce, sempre paziente e perseverante; nemico delle dispute, non suscita sofferenze agli altri, ma piuttosto tiene sempre vivo il pensiero e il ricordo del Buddha, del Dharma e del Saṅgha. In tal modo, la felicità nasce spontanea e la luce dell'Illuminazione si irradia ovunque.

Grazie alla fede, il laico riposa nel Buddha, e libero da egoismo e attaccamento ai propri beni vive senza paura e non teme le critiche.

Sicuro di rinascere nella terra del Buddha, il laico non paventa la morte. Fiducioso nella verità e nella santità dell'insegnamento, senza timori dà libertà di espressione al suo pensiero.

Comprensivo verso tutti senza discriminazioni, tratta i singoli con spirito di uguaglianza. Avendo il cuore libero da sentimenti opposti di amore e di odio, di simpatia e di antipatia, ogni sua buona azione è improntata di gioia, di purezza e di equità.

Che la vita riservi avversità oppure prosperità, non sarà questo a incidere sull'accrescimento della fede. Se il laico si mantiene umile, se rispetta l'insegnamento del

I doveri della comunità

Buddha, se parla ed agisce in conseguenza, se si lascia guidare dalla saggezza, se il suo cuore rimane fermo come una roccia, avanzerà con sicurezza sulla via dell'Illuminazione.

Anche se costretto a vivere in mezzo alle difficoltà e fra persone dallo spirito corrotto, chi ha cara la fede nel Buddha, potrà guidare costoro verso una condotta migliore.

3. La prima cosa da desiderare, è di ascoltare l'insegnamento del Buddha.

Se per raggiungere l'Illuminazione ci venisse detto di attraversare il fuoco, non dovremmo esitare a farlo.

Per la salvezza che offre il solo udire il nome del Buddha, vale la pena di attraversare un mondo in fiamme.

Colui dunque che accetta il Dharma, non deve essere né egoista né pieno di sé, ma piuttosto nutrire sentimenti di benevolenza verso chiunque, senza distinzioni di sorta. Deve rispettare chi ne è degno, servire chi lo merita, e trattare tutti con ugual gentilezza.

I doveri della comunità

E' così che i fedeli devono ascoltare il Dharma e crederci, senza lasciarsi turbare dalle parole o dalle azioni altrui. In tal modo accoglieranno l'insegnamento del Buddha e lo metteranno in pratica senza invidiare gli altri, senza farsi influenzare e senza volgersi verso altre vie: nulla è più importante del guidare la propria mente verso l'Illuminazione.

Chi non crede nel Buddha, ha una visione angusta delle cose, che lo turbano o angustiano; non pensa che a sé. I credenti nel Buddha, invece, confidano nella sua grande saggezza, nella sua immensa compassione; e in tal fede, non si lasciano turbare da inezie.

4. Chi inoltre presta ascolto all'insegnamento del Buddha, sa che la propria vita è transitoria e che il corpo è solo un aggregato di sofferenze e la causa di ogni male; ecco perché non vi si affeziona.

Nondimeno, non trascura di curarsi in modo appropriato, non per i piaceri materiali, ma perché il corpo è un mezzo necessario alla realizzazione della saggezza ed alla missione di immettere altri sulla via dell'Illuminazione.

Chi non si cura della propria efficienza fisica, non avrà lunga vita. E se non è longevo, non potrà mettere in

I doveri della comunità

pratica di persona il Dharma, né trasmetterlo agli altri.

Come chi desidera attraversare un fiume tiene la zattera in buone condizioni, e come il viaggiatore avrà gran cura del suo cavallo, così anche colui che aspira a conseguire l'Illuminazione dovrà vigilare sulla sua salute fisica.

I seguaci del Buddha si vestono per proteggersi dalle brusche variazioni di temperatura, dal caldo e dal freddo, e per ragioni di pudore, ma non per adornarsi.

Si nutrono per sostentarsi e per essere in grado di ascoltare, accogliere e spiegare il Dharma, ma non per mero piacere.

Abitano in edifici per fini pratici e non per orgoglio o per egoismo; così, devono vivere nella dimora dell'Illuminazione per proteggersi dagli attacchi delle passioni mondane e dall'imperversare dei cattivi insegnamenti.

E' bene valutare ogni singola cosa e non nutrire attaccamento per egoismo, ma utilizzarla soltanto in rapporto all'Illuminazione e al Dharma, e soprattutto per trasmettere il Dharma agli altri.

I doveri della comunità

Pur vivendo in famiglia, il loro cuore deve sempre conformarsi al Dharma. Abbiamo cura dei familiari con saggezza e con affetto, cercando di destare la fede nei loro cuori in diversi modi.

5. I discepoli laici della comunità del Buddha devono pensare, ogni giorno, a come trattare i propri genitori, a come comportarsi con moglie e figli, a come disciplinare se stessi e servire il Buddha.

Per trattare i genitori nel migliore dei modi occorre imparare a rispettare ogni forma di vita. Vivere in armonia con moglie e figli richiede la rinuncia alla brama sensuale e ai pensieri egocentrici.

Nell'ascoltare la musica della vita familiare, è bene rammentarsi della musica ancora più dolce del Dharma; vivendo nella calma accogliente del proprio focolare, si pensi con frequenza al rifugio offerto dalla pratica religiosa, dove il saggio trova riparo da ogni impurità e inquietudine.

I laici, nel fare le loro offerte, rinuncino ad ogni desiderio di acquisizione; anche in mezzo alla folla, il loro cuore deve rimanere in compagnia dei saggi; di fronte alla sfortuna si manterranno sereni e distaccati dagli ostacoli.

I doveri della comunità

Rifugiandosi nel Buddha, aspirino alla sua saggezza.

Nel cercar rifugio nel Dharma, aspirino a cercare la verità, simile a un oceano di saggezza.

Nel trovar rifugio nel Saṅgha, aspirino ad essere compartecipi della pace della comunità, senza la remora degli interessi personali.

Nel vestirsi, non dimentichino di rivestirsi anche di umiltà e di bene.

Quando desiderano rilassarsi, aspirino a liberare il cuore da ogni cupidigia, rabbia o illusione.

Trovandosi a percorrere una strada impervia, devono vederla come la via dell'Illuminazione che li conduce al di là del mondo delle illusioni. Se invece seguono una via piana e facile, ne approfittino per compiere ulteriori e grandi progressi verso lo stato di Buddha.

Alla vista di un ponte, aspirino a costruire, con l'insegnamento, un ponte per farvi passare gli altri.

Nell'imbattersi in un infelice, deplorino il dolore di un mondo in perenne mutamento.

I doveri della comunità

Nel vedere un uomo avido e pieno di desideri, è saggio aspirare di cuore a liberarsi dalle illusioni di questa vita e a cercare la vera ricchezza dell'Illuminazione.

Dinanzi a un cibo appetitoso, è bene controllarsi; davanti a un cibo insipido, è da augurarsi di non ricadere più nell'avida golosità.

Durante la grande calura estiva, è bene aspirare a lasciare la fornace dei desideri mondani per raggiungere la frescura offerta dall'Illuminazione. Durante il rigore invernale, è bene pensare alla calorosa accoglienza della grande compassione del Buddha.

Nel recitare le scritture, è bene avere la ferma determinazione di tenerle sempre presenti e di metterne in pratica i precetti.

Nel pensare al Buddha, è bene augurarsi con tutto il cuore di poter avere, un giorno, uno sguardo profondo, simile al suo.

Nell'addormentarsi la sera, è bene desiderare di purificarsi e rinnovarsi in azioni, parole e pensieri. Il mattino, al risveglio, il primo desiderio sia di avere per tutta la giornata una mente atta a comprendere con lucidità ogni evento.

I doveri della comunità

6. Coloro che ottemperano all'insegnamento del Buddha, poiché comprendono l'insostanzialità di ogni cosa, non guardano più con leggerezza agli eventi della vita umana, ma li accettano nella loro realtà e si impegnano a servirsene sulla via dell'Illuminazione.

Non è corretto credere che il mondo sia privo di senso e tutto confusione, e che invece l'Illuminazione sia piena di senso e di pace. E' bene piuttosto intravedere la via dell'Illuminazione in tutti gli avvenimenti e le circostanze di questo mondo.

Colui che guarda il mondo con occhi turbati ed offuscati dall'ignoranza, lo vedrà come un mare di errori; chi invece lo osserva attraverso la limpida lente della saggezza lo vedrà come è, come il mondo dell'Illuminazione.

In realtà, di mondo ce n'è solo uno e non due contrapposti, di cui l'uno assurdo e cattivo e l'altro valido e giusto. E' il carattere discriminante dei giudizi umani a far credere erroneamente nell'esistenza di due mondi.

Se si riesce a sbarazzarsi delle idee discriminanti, a mantenere puro il cuore alla luce della saggezza, allora si vedrà un unico mondo in cui tutto ha un suo senso.

I doveri della comunità

7. I seguaci del Buddha colgono in ogni avvenimento quest'unità universale e pura; in cuor loro, provano comprensione per tutti ed hanno un atteggiamento di umiltà verso chiunque.

I buddhisti devono far tacere l'orgoglio, aver cari il senso dell'umiltà, della cortesia e della disponibilità verso gli altri. Il loro cuore deve essere come un terreno fertile imparziale nel dare vita e nutrimento, deve servire senza lamentarsi, sopportare con pazienza, essere sempre assiduo e trovare la sua gioia suprema nel servire i sofferenti, seminando nel loro cuore i germi del Dharma.

La mente che ha compassione dei sofferenti è come una madre per tutti, rispetta chiunque considerandolo un amico, un familiare.

Anche se i seguaci del Buddha venissero odiati e attaccati da migliaia di persone, non ne riceverebbero alcun male, poiché sarebbe come una goccia di veleno sciolta nell'acqua di un vasto oceano.

8. Il laico troverà la felicità nell'abitudine al ricordo dei tre tesori, alla riflessione e alla gratitudine. Capirà che la sua fede è opera e manifestazione della compassione del Buddha.

I doveri della comunità

Tra il fango delle passioni mondane non ci sono semi della fede; è però possibile piantarli, grazie alla compassione del Buddha, ed essi purificheranno la mente fino a farvi germogliare la fede nel Buddha.

Come un albero candana dal legno profumato non può crescere, lo si è già detto, in una foresta di alberi eranda, così i semi della fede nel Buddha non possono trovarsi in seno alle illusioni ed agli inganni.

Tuttavia, lì si schiude il fiore della gioia; dobbiamo allora concludere che se questo fiore si trova in grembo alle illusioni e agli inganni, le sue radici, in realtà, sono altrove, ovvero nel cuore del Buddha.

Un laico in balia del proprio “io”, diverrà geloso, invidioso, cattivo e pieno di rancore, perché il suo cuore sarà colmo di invidia, di collera e di sciocco orgoglio. Se invece fa ritorno al Buddha, lo servirà ancor meglio di quanto si è già detto sopra. In verità, questo supera qualunque espressione umana.

III

**GUIDA PRATICA A UN CORRETTO
MODO DI VIVERE**

1. E' errato credere che le sventure provengano dall'est o dall'ovest; in realtà nascono in noi, nella nostra mente. Ecco perché è stolto volersi proteggere dalle disgrazie del mondo esterno, trascurando di disciplinare la mente.

C'è un'usanza tramandata dai tempi antichi, e ancora osservata dalla gente comune: alzarsi presto al mattino, sciacquarsi la bocca e lavarsi il viso, poi inchinarsi nelle sei direzioni – verso l'est, l'ovest, il sud, il nord, l'alto e il basso – augurandosi che nessuna direzione apporti disgrazie, onde trascorrere così una giornata serena.

Nel Dharma, invece, il Buddha insegna a rispettare le sei direzioni della verità e poi a comportarsi virtuosamente e con saggezza, in modo da evitare le sventure.

Per sorvegliare l'ingresso delle sei direzioni, gli uomini devono evitare di contaminarsi con i “quattro atti”, controllare i “quattro cattivi stati mentali” ed ostruire le “sei aperture” che provocano la perdita dei beni.

I “quattro atti” sono l'omicidio, il furto, l'adulterio e la menzogna.

I doveri della comunità

I “quattro cattivi stati mentali” sono: la cupidigia, l’ira, la stupidità e la paura.

Le “sei aperture”, cause della perdita dei beni, sono: il desiderio delle bevande alcoliche e una condotta insensata; far le ore piccole e perdersi in frivolezze; indulgere troppo a passatempi quali la musica e il teatro; giocare d’azzardo; unirsi a cattive compagnie; infine, trascurare i propri doveri.

Una volta evitati le quattro gravi contaminazioni, i quattro cattivi stati mentali ed ostruite le sei aperture della dispersione, i seguaci del Buddha si inchinano verso le sei direzioni della verità.

Quali, dunque, queste sei direzioni? L’est, indica il cammino dei genitori e dei figli; il sud, il cammino dell’insegnante e dell’allievo; l’ovest, il cammino del marito e della moglie; il nord il cammino di due amici; il nadir, il cammino del padrone e del dipendente; lo zenit, è la via dei seguaci del Buddha.

Un figlio, per rimanere sulla via dell’est, deve compiere cinque cose: onorare i genitori e non deluderne le aspettative; essere servizievole ed aiutarli nel loro lavoro; rispettare i legami familiari; proteggere i beni di famiglia e, dopo la loro scomparsa, far celebrare cerimonie religiose alla loro memoria.

I doveri della comunità

I genitori devono compiere cinque cose per i figli: tenerli lontani dal male; dare loro il buon esempio; educarli; combinarne il matrimonio e dar loro l'eredità di famiglia al momento opportuno. Se i genitori e i figli osservano queste regole, la famiglia vivrà sempre in pace.

Un allievo bene incamminato sulla via del sud, si alzi sempre quando entra il suo insegnante; sia rispettoso; segua in modo corretto i consigli; non trascuri di fargli dei doni; ne ascolti con rispetto l'insegnamento.

Nel contempo, da parte del maestro è doveroso: comportarsi in modo irreprensibile; insegnargli in modo corretto la materia di studio; far uso di buoni metodi e cercare di preparare l'allievo in modo che ottenga risultati eccellenti e sia rispettato in società. Se entrambi ottemperano a queste regole, il loro rapporto non avrà rotture.

Un marito che rispetti la via dell'ovest deve: trattare la moglie con rispetto, cortesia e fedeltà; affidarle il governo della casa e provvedere alle sue necessità. Nel contempo, è dovere della moglie occuparsi dell'andamento della casa e dei bisogni della famiglia; in modo accorto essere fedele al marito; dare ordini ai domestici con spirito saggio; non avere le mani bucate. Nella misura in cui queste regole vengono rispettate, il focolare sarà felice e sereno, senza dispute.

I doveri della comunità

La via del nord ovvero dell'amicizia si fonda sulla simpatia e sull'affetto reciproci; ognuno deve dare all'altro quello che all'altro manca e cercare di essere utile, rivolgendosi sempre con parole gentili.

E' doveroso impedire all'amico di prendere una cattiva strada, proteggere i suoi beni e aiutarlo nelle difficoltà. Se un amico ha qualche sventura, è bene tendergli la mano e, se necessario, sostentarne la famiglia. In tal modo si manterrà l'amicizia reciproca.

Un padrone che si trova sulla via del nadir, nei rapporti con un dipendente, osserva cinque atti opportuni: affidargli un lavoro corrispondente alle sue reali capacità; dargli una buona paga; curarlo con premura quando è malato; provvedergli un buon vitto; accordargli il meritato riposo.

Un domestico o un dipendente, invece, dovrà ottemperare a cinque regole: la mattina, alzarsi prima del padrone e la sera, coricarsi dopo di lui; essere sempre onesto; sforzarsi di espletare il proprio incarico e non screditare il nome del padrone. L'osservanza di queste regole porterà la pace tra padrone e dipendente.

Quanto ai doveri del laico verso chi insegna il Dharma: nutra rispetto e considerazione per il suo maestro;

I doveri della comunità

lo tratti con cortesia; ne ascolti e ne metta in pratica i consigli e gli offra doni.

Un uomo che si inchina nelle sei direzioni non agisce così per sfuggire disgrazie esterne. Lo fa per essere vigile e pronto a prevenire il sorgere del male nella propria mente.

2. Un uomo deve scegliere, fra i suoi conoscenti, chi è da frequentare e chi è da tener lontano.

E' bene evitare la compagnia degli avidi, dei chiacchieroni, degli adulatori e dei dissipatori.

Sono invece da frequentare coloro che sono pronti a dare un aiuto, a condividere gioie e pene, a consigliare bene, a essere comprensivi.

Un amico vero e sicuramente meritevole, rimarrà sempre sulla retta via; si preoccuperà con discrezione della felicità dell'amico; lo consolerà nella disgrazia e gli offrirà aiuto nel momento del bisogno; terrà per sé i suoi segreti e darà buoni consigli.

E' molto difficile trovare un amico simile: perciò ci si deve impegnare a divenfarlo. Come il sole riscalda una terra fertile, così un buon amico si distingue nella società per le sue buone azioni.

I doveri della comunità

3. Sarebbe impossibile per un figlio ricompensare i genitori della loro bontà affettuosa, neanche se portasse per cento lunghi anni il padre sulla spalla destra e la madre su quella sinistra.

Anche se, per cento anni, donasse loro dei profumi; li trattasse come un figlio ideale; regalasse loro un regno o tutte le ricchezze di questo mondo, non sarebbe mai in grado di ricompensarli a sufficienza, tanto grande è il debito di gratitudine verso di loro.

Ma se guida i genitori verso il Buddha e spiega loro il Dharma, se li persuade a lasciare una via cattiva per seguirne una retta, se li induce ad abbandonare ogni cupidigia e a rallegrarsi della generosità, allora, avrà ripagato ampiamente il suo debito.

4. La famiglia è il luogo dove i cuori si incontrano. L'amore rende il focolare domestico bello come un giardino in fiore. Ma se invece la mente dei singoli si allontana dall'armonia comune, è come se una tempesta rovinasse il giardino.

Se all'interno della famiglia nasce la discordia, non bisogna incolpare gli altri, ma esaminare se stessi e comportarsi rettamente.

I doveri della comunità

5. Un tempo un figlio unico, un giovane di grande fede rimasto orfano di padre, viveva con la madre. Un giorno prese moglie, e la sposa si trovò a vivere con la suocera.

All'inizio, la famiglia visse armoniosamente ma poi, per un piccolo malinteso, la nuora e la suocera presero a detestarsi. L'avversione crebbe a tal punto che, alla fine, la suocera lasciò la giovane coppia per andare a vivere da sola.

Dopo la sua partenza, i due giovani ebbero un figlio. All'orecchio della suocera arrivò un presunto commento della nuora: "Finché la madre di mio marito è stata con noi, tediandomi sempre, non mi è mai accaduto nulla di piacevole; con la sua partenza, ecco questo lieto avvenimento".

La diceria fece infuriare l'anziana signora che gridò: "In questo mondo, la rettitudine è scomparsa. Se con lo scacciare la madre del marito accadono eventi lieti, bene, il mondo è alla rovescia"!

La suocera, poi, fuori dei gangheri, esclamò: "Celebriamo, dunque, i funerali di questa rettitudine"! E come impazzita corse al cimitero.

I doveri della comunità

Un dio, venuto a conoscenza del fatto, si manifestò subito alla donna e cercò in vari modi di farla ragionare, ma invano.

Alla fine il dio le propose: “Va bene, per placare il tuo animo, farò bruciare il bambino e la madre. Ti basta?”

A quelle parole, la suocera comprese il suo errore, si scusò della sua ira e pregò il dio di risparmiare le vite del nipotino e della nuora. Nel contempo, la giovane coppia prese coscienza dell’atto d’ingiusto egoismo verso la donna anziana e andarono a cercarla al cimitero. Il dio riconciliò le due donne e riportò la pace in famiglia.

La rettitudine non è mai perduta per sempre, a meno di non gettarla via di propria volontà. Ogni tanto sembra scomparire, ma in realtà, non scompare mai. La sua scomparsa apparente è dovuta alla perdita della rettitudine della propria mente.

Il reciproco disaccordo porta spesso dei disastri. A un banale malinteso può seguire una grande sventura. E’ bene guardarsi da ciò nella vita familiare.

I doveri della comunità

6. La questione delle spese giornaliere va considerata con la massima cura. Ogni membro della famiglia deve lavorare ed impegnarsi come le formiche industrie e le api affaccendate. Non ci si deve riposare sull'altrui laboriosità o far conto dell'altrui generosità.

D'altra parte, i proventi non vanno considerati un bene esclusivamente personale. Se ne deve dividere una parte con gli altri; risparmiare una parte, da usare in caso di bisogno, un'altra parte per le necessità della comunità e degli insegnanti religiosi.

E' bene rammentarsi sempre che nulla al mondo si può definire in senso assoluto "mio". Quel che si ha, è dovuto a una combinazione di cause e di condizioni, lo si può mantenere solo per un periodo limitato di tempo; ecco perché non se ne deve fare uso in modo egoistico o per fini indegni.

7. Quando Śyāmāvātī, la consorte del re Udayana, offrì ad Ānanda cinquecento capi di vestiario, il dono fu accolto con molta gioia.

Il re, venuto a conoscenza della cosa, sospettò Ānanda di disonestà. Allora si recò da lui e gli chiese che uso avrebbe fatto dei cinquecento abiti.

Ānanda rispose: 'Maestà, molti fratelli sono vestiti di cenci; distribuirò gli abiti fra loro'.

I doveri della comunità

“Che ne farai dei vecchi abiti?”

“Ne faremo dei copriletti”

“E dei copriletti?”

“Ne faremo dei cuscini”

“E dei vecchi cuscini?”

“Ne faremo dei tappeti”

“Che ne farai dei vecchi tappeti?”

“Ne faremo degli zerbini”

“Che ne farai dei vecchi zerbini?”

“Li useremo come scope”

“E delle vecchie scope?”

“Maestà, le ridurremo a pezzi e, mescolate al fango, serviranno per intonacare i muri delle case”

Ogni oggetto va usato con cura, per farne qualcosa di utile, perché non è “nostro” e basta, ma ci è stato affidato temporaneamente.

8. Il rapporto coniugale non è stato istituito per mera convenienza. Ha un significato ben superiore a quello di una semplice convivenza di due corpi fisici in una casa. Marito e moglie approfittino dell'intimità della loro unione per aiutarsi reciprocamente a praticare gli insegnamenti.

Una coppia anziana definita la “coppia ideale”, andò un giorno dal Buddha e chiese: “Signore! Ci conosciamo sin da bambini, poi ci siamo sposati e da allora mai una nube ha offuscato la nostra felicità. Diteci come dobbiamo fare per essere di nuovo marito e moglie nella prossima

I doveri della comunità

vita”.

Il Buddha diede loro questa saggia risposta: “Se ambedue avete un’ugual fede, se entrambi avete ricevuto in modo identico l’insegnamento e se siete di pari saggezza, allora, avrete la stessa mente nella prossima vita”.

9. Non vi è distinzione di sesso sulla via dell’Illuminazione. Se una donna desidera intraprenderla, diventerà un’eroina del sentiero spirituale.

La regina Mallikā, figlia del sovrano Prasenajit e moglie del re Ayodhya, era una donna così. Animata da una grande fede nell’insegnamento del Buddha, fece in sua presenza i dieci seguenti voti:

“Signore, fino a quando avrò ottenuto l’Illuminazione, non violerò i precetti; non sarò arrogante con persone di età maggiore alla mia; non mi adirerò con nessuno”.

“Non coverò gelosia né invidierò i beni altrui; non sarò egoista, né in spirito, né in ciò che posseggio; cercherò di rendere felici i poveri, condividendo con loro le cose che ricevo senza accumularle per me sola”.

“Li accoglierò con cortesia e darò loro quel di cui abbisognano: rivolgerò loro parole gentili. Avrò cura di

I doveri della comunità

immedesimarmi nella situazione e non di seguire la mia convenienza: cercherò di fare del bene senza parzialità”.

“Nel vedere qualcuno soffrire di solitudine o languire in prigione, o patire per malattia o per altro, cercherò di sollevarlo spiegandogli le cause e le leggi”.

“Se vedrò qualcuno catturare animali e trattarli con crudeltà o violare qualche precetto, nel limite delle mie possibilità lo punirò se merita una punizione, lo ammonirò con consigli se ne è degno e poi mi sforzerò di rimediare al danno provocato”.

“Non trascurerò di ascoltare il retto insegnamento, perché so che, altrimenti, ci si allontana rapidamente dalla verità presente dovunque e, in tal modo, non si riesce a toccare la riva dell’Illuminazione”.

“Poi, Mallikā formulò i seguenti tre voti per aiutare i sofferenti: “Innanzitutto, farò il possibile per rendere tutti sereni. Un desiderio, questo, che nella mia vita successiva, qual che essa sia, sarà la radice del bene che crescerà nella saggezza di un buon insegnamento”.

“Poi, una volta ricevuta questa saggezza, non avrò riposo nel trasmetterla agli altri”.

“Infine, proteggerò il vero insegnamento anche a costo del sacrificio di me, della mia vita o dei miei beni”.

I doveri della comunità

Il vero senso della vita familiare risiede nell'opportunità che essa offre agli incoraggiamenti e all'aiuto reciproci sulla via dell'Illuminazione. Qualunque donna può diventare una grande discepola del Buddha come Mallikā, purché abbia lo stesso desiderio di ricercare l'Illuminazione e faccia gli stessi voti.

CAPITOLO SECONDO

CONTRUIRE UNA TERRA DI BUDDHA

I

L'ARMONIA DELLA COMUNITÀ

1. Immaginiamo una landa deserta, immersa in un buio profondo, dove numerosi esseri viventi errano alla cieca.

In preda certo al terrore, si scontreranno nella notte senza riconoscersi. Ognuno è solo, ognuno vaga, senza sosta, nella solitudine: davvero uno stato miserabile.

All'improvviso, sopraggiunge un uomo superiore, con una torcia in mano. Tutto s'illumina e si rischiara.

Gli esseri viventi, fino ad allora brancolanti nelle tenebre, si guardano intorno. Si accorgono di essere circondati da creature simili a loro: con immenso sollievo e grida di gioia corrono gli uni verso gli altri per abbracciarsi e intrattenersi fra di loro in allegria.

“La terra deserta” non è altro che la vita umana. L'oscurità indica l'ignoranza. Coloro che non hanno nel cuore la luce della saggezza, vagano tra la solitudine e il

Contruire una Terra di Buddha

timore. Nati soli, muoiono soli. Non sanno riconoscersi e vivere in armonia; ecco perché, ovviamente, sono schiavi del timore e della disperazione.

L'“uomo superiore” con la torcia in mano, simboleggia il Buddha che sotto umane sembianze illumina il mondo con la sua saggezza e compassione.

Grazie a questa luce, gli uomini scoprono se stessi e gli altri. Possono così formare con gioia e in armonia una comunità umana.

Migliaia di persone che vivano insieme non costituiscono una comunità finché non sono unite da un mutuo legame di conoscenza e di comprensione.

In una vera comunità, risplendono la fiducia e la saggezza: è un luogo dove i membri si conoscono, hanno fiducia gli uni negli altri e vivono in armonia.

L'armonia è infatti l'anima e il senso ultimo di ogni vera comunità od organizzazione.

2. Esistono tre tipi di organizzazioni. Al primo, appartengono quelle che si fondano sul potere, sulla ricchezza o sull'autorità dei loro leader.

Contruire una Terra di Buddha

Al secondo, appartengono quei gruppi che si riuniscono per ragioni di convenienza, e che pertanto sussistono fino a quando i suoi membri sono d'accordo fra loro e realizzano i propri interessi.

Vi sono infine le comunità che sorgono attorno a un buon principio animatore; l'armonia è il loro perno vitale.

E' ovvio che solo il terzo tipo di organizzazione è, fra i tre, quello autentico, poiché tutti i suoi membri condividono lo stesso spirito, donde nascono l'unità di gruppo e varie qualità positive. Ne consegue il prevalere dell'armonia, della pace, della soddisfazione e della felicità.

L'Illuminazione è come la pioggia che, cadendo su una montagna, forma rivoli, ruscelli e poi veri e propri corsi d'acqua che, alla fine, sfociano nell'oceano.

L'insegnamento scende e penetra, come una pioggia, in tutti gli esseri umani in qualunque circostanza, situazione e condizioni. Coloro che l'accolgono si riuniscono in piccoli gruppi, in associazioni, in comunità, per poi ritrovarsi, alla fine, nel grande oceano della perfetta Illuminazione.

I cuori di tutti costoro si ritrovano uniti così come il latte all'acqua, per organizzarsi in una comunità fondata sull'armonia.

Contruire una Terra di Buddha

Un insegnamento autentico è dunque la base di una comunità perfetta; è la luce che permette di riconoscersi gli uni con gli altri, di venirsi incontro reciprocamente e smussare le angolosità del proprio punto di vista.

L'organizzazione fondata sui perfetti insegnamenti del Buddha si può allora definire Saṅgha.

I suoi membri devono impegnarsi a seguire gli insegnamenti e a metterli in pratica in modo conforme. In tal modo la Comunità, in teoria aperta a chiunque, si compone, in realtà, di tutti i credenti nella stessa fede religiosa.

3. Nella Comunità del Buddha, si possono distinguere due tipi di appartenenti al Saṅgha: i religiosi che diffondono la dottrina e i credenti che li sostengono. Tutti insieme si impegnano a propagare e a mantenere vitale la dottrina.

Perché la Comunità sia tale nella pienezza del termine, deve dominare il mutuo rispetto fra tutti i membri: solo così può regnare l'armonia fra loro.

Contruire una Terra di Buddha

Tutti gli appartenenti al Saṅgha devono riunirsi con spirito d'amicizia e di comprensione, provando la gioia di vivere insieme e di aspirare all'unità spirituale.

4. Sono sei i fattori che porteranno la Comunità all'armonia: il parlare sincero; l'agire in modo spontaneo e gentile; l'atteggiamento sincero e comprensivo; la divisione in parti uguali di beni comuni; l'osservare gli stessi giusti precetti; l'avere dei punti di vista corretti.

Di tutti e sei, l'ultimo, ossia l'avere dei punti di vista corretti, è il perno centrale, attorno a cui ruotano gli altri.

Per il successo della Comunità, è bene ottemperare a due gruppi di sette regole. Le norme del primo gruppo sono comuni:

(1) Riunirsi frequentemente, per ascoltare i precetti del Dharma e discuterne.

(2) Frequentarsi con piena libertà e rispettarsi a vicenda.

(3) Osservare tutti l'insegnamento, ottemperare alle regole e non alterarle.

Contruire una Terra di Buddha

(4) I più anziani e i più giovani si devono trattare con cortesia reciproca.

(5) Far sì che ogni atto sia caratterizzato dalla sincerità e dal rispetto.

(6) Purificare la mente in un luogo appartato, che andrebbe però offerto in precedenza ad altri.

(7) Amare gli altri, trattare i visitatori con cordialità e confortare gli ammalati. Una comunità che segue queste regole non avrà declino.

Le norme del secondo gruppo sono individuali: conservare un cuore puro e non desiderare troppe cose; mantenersi integro ed evitare ogni forma di invidia; essere paziente e non creare discordia; saper tacere e non parlare inutilmente; ottemperare alle regole e non essere arrogante; essere coerenti e non seguire altre dottrine; essere economo e frugale nella vita quotidiana.

Se tutte queste regole verranno osservate, la comunità non avrà declino.

5. Come si è già detto, la Comunità deve, come norma base, mantenere l'armonia. Chi dunque non vive nell'armonia, non può definirsi un Saṅgha. Ciascuno deve

Contruire una Terra di Buddha

guardarsi dal seminare discordia. Al sorgere della discordia, va stroncata al più presto perché è essa a mandare in rovina rapidamente qualunque organizzazione.

Come le macchie di sangue non scompaiono con il sangue, così l'odio non scompare con l'odio, ma solo con il perdono.

6. Un tempo, c'era un sovrano soprannominato "Calamità", il cui paese venne conquistato dal vicino re guerriero Brahmadata. Il re "Calamità" si nascose con la moglie e il figlio, ma poi venne scoperto e catturato. Suo figlio, invece, riuscì a fuggire.

Il principe tentò in vari modi di salvare il genitore, ma invano. Il giorno dell'esecuzione, il principe, travestito, poté solo assistere, impotente e disperato, alla morte dello sventurato padre.

Questi riconobbe il figlio tra la folla e mormorò, come se parlasse fra sé: "Non cercare ulteriormente! Non agire in modo precipitoso! L'odio e il rancore si placano solo con l'oblio".

Passarono i giorni e il principe cercò a lungo il modo di vendicarsi. Alla fine, si fece assumere come servo al

Contruire una Terra di Buddha

palazzo del re Brahmadata ed entrò nelle sue grazie.

Un giorno in cui il principe accompagnava a caccia il re, gli si presentò l'opportunità di effettuare la vendetta. Attirò abilmente in un luogo solitario il re che, molto stanco, si addormentò con la testa sulle ginocchia del principe, tanta era la fiducia in lui.

Il principe tirò fuori il pugnale e lo puntò alla gola del re, ma esitò. Le ultime parole del padre morente gli tornarono in mente: e malgrado ripetuti tentativi, fu incapace di uccidere il re. Risvegliatosi all'improvviso, questi raccontò al principe di aver avuto un incubo, durante il quale il figlio del re "Calamità" aveva tentato di ucciderlo.

Brandendo il pugnale, il principe afferrò il re e rivelandogli la sua vera identità gli disse che era giunta per lui l'ora di vendicare suo padre, ma non si sentì di farlo. Lasciò cadere bruscamente il pugnale e cadde in ginocchio, ai piedi del sovrano.

Quando il re venne a conoscenza della storia del principe e delle ultime parole del padre di lui, ne rimase sconvolto e presentò le sue scuse al principe. Poi, gli rese il regno paterno e i due paesi vissero a lungo in perfetta amicizia.

Contruire una Terra di Buddha

Le ultime parole del re “Calamità”, “non cercare ulteriormente”, significano che non bisogna covare odio; “non agire in modo precipitoso”, suggeriscono di non rompere l’amicizia con un frettoloso colpo di testa.

Il rancore non si placa con il rancore; il perdono è l’unica medicina.

Tutti i membri di una comunità basata sull’armonia del Dharma apprezzeranno sempre lo spirito, la lezione di questa storia.

Ogni uomo, però, dovrebbe far tesoro di questa lezione e metterla in pratica nella vita quotidiana.

II

LA TERRA DI BUDDHA

1. Come si è già detto, se la comunità non dimentica il proprio dovere che è quello di propagare il Dharma e di vivere in armonia, essa s’ingrandirà sempre più e così pure la diffusione dell’insegnamento allargherà i suoi confini.

Questo significa che gli uomini aspireranno sempre più all’Illuminazione, che le armate malvagie della cupidigia, dell’ira e della stupidità dirette dall’ignoranza e dalla brama batteranno in ritirata, mentre invece trionferanno la luce, la fede e la gioia.

Contruire una Terra di Buddha

Il paese dei demoni è colmo di cupidigia, tenebre, lotte, spade e spargimenti di sangue. Trabocca di gelosie, di pregiudizi, di odî, di inganni, di adulazioni, di dissimulazioni e di insulti.

Se però la luce della saggezza si irraggia e brilla su questo paese, se vi cade la pioggia della compassione, se la fede vi affonda le sue radici e se vi sbocciano i fiori della gioia, allora, la terra dei demoni si trasforma in una Terra Pura di Buddha.

Proprio come una dolce brezza e qualche fiore su un ramo annunciano la primavera, così, quando qualcuno raggiunge l'Illuminazione, l'erba, gli alberi, i monti, i fiumi e tutta la natura cominciano a palpitare di vita nuova.

Se il cuore di un uomo si purifica, anche tutto l'ambiente circostante diverrà puro.

2. Laddove prevale il vero insegnamento, ciascuno ha il cuore sereno e puro. In realtà, la compassione del Buddha si prodiga instancabile verso tutti e il suo spirito risplendente mette in fuga tutte le impurità dei cuori umani.

Una mente pura, diventa ben presto profonda, commisurata al nobile sentiero, perché è una mente che

Contruire una Terra di Buddha

ama donare, seguire i precetti, una mente paziente, assidua, serena, saggia, comprensiva e pronta a guidare gli altri verso l'Illuminazione con mezzi di ogni sorta e appropriati. Così si costruisce la terra di Buddha.

Una famiglia diviene in tal modo un focolare ove è presente il Buddha; un paese afflitto dalle discriminazioni sociali, si trasforma in una comunità di affini.

Un palazzo d'oro, ma macchiato di sangue, non può ospitare il Buddha. Una casupola, invece, dal cui tetto filtra la luce lunare, è la dimora del Buddha, se il cuore di chi vi abita è puro.

Quando una Terra di Buddha è fondata sulla mente pura di un singolo individuo, la prima ne attirerà altre che si uniranno nell'armonia della comunità. La fede nel Buddha passerà da un individuo alla sua famiglia, da un nucleo familiare al villaggio, dal villaggio alle città, alle nazioni e infine al mondo intero.

In realtà, la serietà e la fede con cui si propaga l'insegnamento costituiscono la base di una Terra di Buddha.

Contruire una Terra di Buddha

3. Da un certo punto di vista, il mondo, con tutta la sua cupidigia, la sua ingiustizia e i suoi bagni di sangue, appare come un mondo di demoni. Quando però gli uomini credono nell'Illuminazione del Buddha, il sangue si trasforma in latte, la cupidigia in compassione e la terra dei demoni in una Terra Pura di Buddha.

Prosciugare l'oceano con un ramaiuolo pare un'impresa impossibile; ma se si è comunque decisi a farlo, dovesse costare molte vite, questa è la disposizione di spirito necessaria per accogliere l'Illuminazione del Buddha.

Il Buddha si trova sull'altra sponda, che è la sua Terra Pura. Là, non esistono più né avidità, né ira, né ignoranza, né dolore, né angoscia, ma regnano la luce della saggezza e la pioggia della compassione.

E' una terra di pace, rifugio al sofferente, allo sventurato e all'afflitto, una Terra di riposo per chi ha predicato con fede il Dharma.

In questa Terra Pura, brilla una luce senza limiti, e la vita è eterna. Coloro che raggiungono questo porto, non torneranno mai più nel mondo dell'illusione.

In realtà, questa Terra Pura dove i fiori profumano di

Contruire una Terra di Buddha

saggezza e gli uccelli cantano il Dharma, è la meta finale dell'umanità.

4. In questo regno di riposo, non vi è però luogo per l'indolenza. I tappeti di fiori profumati non sono destinati a favorire la pigrizia, ma il riposo e il ristoro per riprendere l'energia e lo zelo necessari a continuare la missione d'Illuminazione del Buddha.

Questa missione non ha fine. Durerà finché esisteranno gli esseri umani e gli esseri viventi e finché le menti egoiste e corrotte creeranno un proprio mondo.

I figli del Buddha ormai giunti alla Terra Pura grazie all'immenso potere di Amida, ritornano nel mondo dove sono venuti e dove hanno ancora dei legami, per dare il loro apporto all'opera del Buddha.

Come la luce di una sola candela può propagarsi via via da una candela all'altra, così la luce della compassione del Buddha passerà senza sosta né fine da una mente all'altra.

I figli del Buddha, partecipi della sua opera di Illuminazione e di purificazione, la trasmetteranno all'infinito da una generazione all'altra, per magnificare in

Contruire una Terra di Buddha

eterno la Terra di Buddha.

III

GLORIOSI DELLA TERRA DI BUDDHA

1. Śyāmāvātī, la prima moglie del re Udayana, era una fervida devota del Buddha.

Viveva ritirata nel castello, senza mai lasciarlo. La sua domestica, però, una gobba dall'eccellente memoria, usciva spesso per ascoltare i sermoni del Buddha. Al ritorno, ripeteva alla regina quel che aveva udito e così, in Śyāmāvātī, divenivano più profonde saggezza e fede.

La seconda moglie del re, gelosa della regina, tentò di farla morire, calunniandola e sobillando il marito contro di lei fino a convincerlo a uccidere Śyāmāvātī.

Costei rimase così serena davanti a Udayana che questi non ebbe cuore di ucciderla e, ripreso il controllo di sé, le presentò le sue scuse per la mancata fiducia.

La gelosia della seconda moglie crebbe a dismisura. Inviò dei sicari per metter fuoco negli angoli più interni del

Contruire una Terra di Buddha

palazzo, durante un'assenza del re. Śyāmāvātī, in tutta serenità, tranquillizzò e diede coraggio alle serve, terrorizzate. Poi, senza timore alcuno, perì nella pace della mente come le era stato insegnato dal Buddha. Anche la gobba, Uttara, lasciò la vita fra le fiamme.

Delle varie donne discepoli del Buddha, queste due furono le più glorificate: la regina Śyāmāvātī per il suo atteggiamento comprensivo e pieno di compassione, ed Uttara, la gobba, per la sua saggezza.

2. Il principe Mahānāma, del clan degli Śākya e cugino del Buddha, aveva una gran fede nell'insegnamento del Buddha e fu uno dei suoi più fedeli discepoli.

Un giorno, Virudhaka, il violento re di Kosala, conquistò il territorio degli Śākya. Mahānāma si presentò a quel monarca per salvare la vita dei sudditi. Davanti al rifiuto di Virudhaka, Mahānāma gli propose allora di liberare tutti i prigionieri che fossero stati in grado di lasciare il castello per la durata della sua immersione in uno stagno lì vicino.

Il re accettò, persuaso che il principe avrebbe resistito soltanto pochissimo tempo sott'acqua.

Contruire una Terra di Buddha

Quando Mahānāma si immerse nello stagno, le porte del castello vennero aperte e i prigionieri si riversarono fuori, verso la libertà. Mahānāma, però, non riapparve alla superficie: aveva sacrificato la propria vita per i suoi sudditi, annodandosi i capelli alle radici di un salice.

3. Utpalavarnā era una monaca famosa per la sua saggezza al punto da essere paragonata a Maudgalyāyana, uno dei più grandi discepoli del Buddha. Costei, modello ideale di religiosa, era a capo della comunità delle monache e propagava instancabile l'insegnamento.

Devadatta, uomo davvero malvagio e crudele, istillò nella mente del re Ajātaśatru odio e sospetto per la dottrina buddhista, e lo convinse ad attaccarla. Ma poi il sovrano si pentì, si ravvide e ruppe l'amicizia con Devadatta, per diventare un discepolo del Buddha.

Un giorno, mentre Devadatta che voleva riaccostarsi al re si vedeva respinto alle porte del castello, vide uscire la monaca Utpalavarnā. Il suo rancore scoppiò e colpì la monaca a morte.

A gran fatica, ella raggiunse il convento. Alle consorelle intente a confortarla, così si rivolse: “Sorelle, la vita umana è imprevedibile. Tutto muta ed è senza sostanza.

Contruire una Terra di Buddha

Solo il mondo dell'Illuminazione ha la serenità e la pace. Perseverate nella vostra vita religiosa". E con queste parole, spirò.

4. Angulimālīya, un tempo terribile bandito che si era macchiato di vari omicidi, venne "liberato" dal Buddha ed entrò a far parte della comunità.

Un giorno, se ne andò a mendicare in una città, ma fu assai male accolto per le sue passate crudeltà.

Gli abitanti, pieni di rancore, lo accerchiaronο e lo colpironο con violenza. Ferito tornò dal Buddha e cadde ai suoi piedi, esprimendogli la propria gioia e riconoscenza:

"Signore! Il mio nome era, all'inizio, 'Pacifico' ma poi, spinto dall'ignoranza, soppressi molte vite preziose. Per l'abitudine di conservare ogni volta un dito delle mie vittime, venivo chiamato 'Angulimālīya', ovvero 'Il collezionista di diti'".

"Tuttavia, grazie a Voi, ho scoperto la saggezza e mi sono votato ai Tre Tesori – il Buddha, il Dharma e il Saṅgha. Un cavallo o una mucca non si lasciano guidare dalla mano di un uomo privo di una frusta o di una corda. Voi, invece, mi avete purificato la mente senza né frusta né corda.

Contruire una Terra di Buddha

“Oggi, ho ricevuto quel che meritavo. Non desidero vivere, ma neanche anelo a morire. Attendo solo la mia ora”.

5. Maudgalyāyana e il venerando Śāriputra furono i due più grandi discepoli del Buddha. Quando i religiosi appartenenti ad altre fedi videro come si propagava, fra il popolo, la dottrina buddhista e quali consensi suscitava, gelosi, cercarono di porre vari ostacoli.

Nulla valse ad arrestare il propagarsi del Dharma o ad impedirne il prorompente diffondersi. Allora i seguaci di altre religioni tramaronò l'assassinio di Maudgalyāyana.

Per due volte egli riuscì a sfuggire agli attentati ma, la terza, si trovò accerchiato da numerosi sicari e cadde sotto i loro colpi.

Confortato dall'Illuminazione, Maudgalyāyana rimase sereno malgrado la ferocia dei colpi e le atroci sofferenze, e morì in pace.

ĀṄGUTTARA NIKĀYA

Discepoli! C'è una persona che nasce in questo mondo per il bene e la felicità di molti: nasce per pietà verso il mondo e per beneficiarlo, per il bene e la felicità degli esseri celesti e dell'umanità. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona che è difficile che si mostri in questo mondo. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! In questo mondo, c'è una persona straordinaria, difficile a trovare. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona la cui morte va rimpianta da parte di tutti. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona nata in questo mondo, ma che è senza pari, sopra ogni paragone. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona il cui apparire è come un occhio dallo sguardo penetrante, come una luce folgorante e una radiosità immensa. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione. (Āṅguttara Nikāya I-13).

**FONTI DELLE CITAZIONI NE
“L’INSEGNAMENTO DEL BUDDHA”**

Abbreviazioni:	DN	Dīgha Nikāya
	MN	Majjhima Nikāya
	SN	Saṃyutta Nikāya
	AN	Aṅguttara Nikāya

IL BUDDHA

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
Capitolo 1			
1	2	1	Diversi Sutta
	5	1	AN 3-38, Sukhumālā-sutta
	5	3	MN 3-26, Ariyapariyesana-sutta
	5	5	Sutta diversi
	7	1	MN 9-85, Bodhirājakumāra-sutta
	7	2	Sutta diversi
	7	4	Sutta-nipāta 3-2, Padhāna-sutta
	7	5	Sutta diversi
	8	3	Vinaya, Mahāvagga 1
	9	3	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
2	10	3	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
	11	2	Parinibbāna-sutta
	13	3	Parinibbāna-sutta
	13	5	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
Capitolo 2			
1	15	1	Amitāyur-dhyāna-sūtra e Vimalakīrtinirdeśa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	15	2	Śūraṃgama-sūtra
	15	3	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra e Mahāparinirvāṇa-sūtra
	16	2	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 16
	17	1	Mahāyāna-jātaka-cittabhūmi- parīkṣa-sūtra
	17	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
2	19	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 3
	20	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 4
	21	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 5
3	22	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 16
Capitolo 3			
1	25	1	Avataṃsaka-sūtra 5
	26	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	26	3	Avataṃsaka-sūtra
	26	5	Suvarṇaprabhāsottamarāja- sūtra 3
2	29	2	Avataṃsaka-sūtra
	29	3	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍavyūha
	29	4	Piccolo Sukhāvatīvyūha-sūtra
	29	5	Avataṃsaka-sūtra
	30	2	SN 35-5
	30	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
3	32	3	MN 8-77, Mahāsakulūdayi-sutta
	33	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	33	5	Laṅkāvatāra-sūtra
	34	2	Avataṃsaka-sūtra 32
	34	5	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 25
	35	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	35	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 2
	35	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 3
IL DHARMA			
Capitolo 1			
1	38	1	Vinaya, Mahāvagga 1-6 & SN 56-11-12, Dhammacakka-pavattana-sutta
	39	3	Itivuttaka 103
	40	2	MN 2, Sabbāsava-sutta
	40	3	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 18
	41	1	Śrīmālādevīsiṃhanāda-sūtra
3	42	5	Avataṃsaka-sūtra 22, Daśabhūmika
Capitolo 2			
1	46	1	MN 4-35, Cūḷasaccaka-sutta
	48	4	AN 5-49, Muṇḍarāja-vagga
	48	6	AN 4-185, Samṇa-sutta
	49	2	AN 3-134, Uppāda-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>	
2	49	3	Laṅkāvatāra-sūtra	
	49	4	Avataṃsaka-sūtra 2	
	50	1	Avataṃsaka-sūtra 16	
	50	4	Avataṃsaka-sūtra 22, Daśabhūmika	
	51	1	Laṅkāvatāra-sūtra	
	51	2	AN 4-186, Ummagga-sutta	
	51	3	Dhammapada 1, 2, 17, 18	
	52	1	SN 2-1-6, Kāmada-sutta	
	3	52	3	Avataṃsaka-sūtra 16
		52	5	Laṅkāvatāra-sūtra
53		3	MN 3-22, Alagaddūpama-sutta	
54		2	Laṅkāvatāra-sūtra	
54		3	Laṅkāvatāra-sūtra	
4	57	3	Vinaya, Mahāvagga 1-6	
	58	1	Laṅkāvatāra-sūtra	
	58	2	SN 35-200, Dārukkhandha-sutta	
	58	3	Laṅkāvatāra-sūtra e altri	
	59	3	MN 2-18, Madhupiṇḍika-sutta	
	59	6	Laṅkāvatāra-sūtra	
	60	4	Laṅkāvatāra-sūtra	
	61	4	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra	
	63	3	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍavyūha	
	63	4	Laṅkāvatāra-sūtra e altri	

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
Capitolo 3			
1	65	1	Vinaya, Mahāvagga 1-5
	65	2	Vinaya, Cūḷavagga 5-21
	66	2	Śūraṃgama-sūtra
2	71	2	Śūraṃgama-sūtra
	73	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	73	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 7 & Śūraṃgama-sūtra
	74	2	Avataṃsaka-sūtra 32
	74	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	74	4	Brahmajāla-sūtra
	75	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
3	75	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
Capitolo 4			
1	81	1	Śrīmālādevīsīṃhanāda-sūtra
	82	3	AN 2-11
	82	4	Itivuttaka 93
	82	5	Vinaya, Mahāvagga
	83	2	AN 3-68, Aññātiṭṭhika-sutta
	83	4	AN 3-34, Āḷavaka-sutta
	84	4	Vaipulya-sūtra
	84	6	Vinaya, Mahāvagga 1-6, Dhammacakkapravattana-sutta
	85	1	MN 2-14, Cūḷadukkhakkhan- dha-sutta
	85	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	86	4	Itivuttaka 24
	88	3	MN 6-51, Kandaraka-suttanta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
2	89	2	AN 3-130
	89	3	AN 3-113
3	90	2	Itivuttaka 100
	90	4	Samyuktaratnapaṭṭhaka-sūtra
	91	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	93	1	AN 3-62
	93	4	AN 3-35, Devadūta-sutta
	94	4	Therīgāthā Aṭṭhakathā
4	95	4	Sukhāvatiṅkara-sūtra vol. 2
Capitolo 5			
1	102	1	Sukhāvatiṅkara-sūtra vol. 1
	105	4	Sukhāvatiṅkara-sūtra vol. 2
	107	2	Amitāyur-dhyāna-sūtra
2	110	5	Piccolo Sukhāvatiṅkara-sūtra
COME PRATICARE IL BUDDHISMO			
Capitolo 1			
1	116	1	MN 2, Sabbāsava-sutta
	117	4	MN 3-26, Ariyapariyesana-sutta
	118	3	SN 35-206, Chapāna-sutta
	119	4	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 41-2
	121	5	MN 2-19, Dvedhāvitakka-sutta
	122	3	Dhammapada Aṭṭhakathā
2	123	3	AN 3-117
	124	1	MN 3-21, Kakacūpama-sutta
	127	1	MN 3-23, Vammika-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	128	3	Jātaka IV-497, Mātaṅga-Jātaka
	132	2	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 9
	132	3	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 11
	133	2	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 13
	134	2	AN 2-4, Samacittira-sutta
3	134	4	Samyuktaratnapiṭaka-sūtra
	144	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	145	3	Samyuktaratnapiṭaka-sūtra
Capitolo 2			
1	150	1	MN 7-63, Cūḷamālunkya-sut- tanta
	152	3	MN 3-29, Mahāsāropama- sutta
	154	1	Mahāmāyā-sūtra
	154	2	Theragāthā Aṭṭhakathā
	156	2	MN 3-28, Mahāhatthipadopama-sutta
	156	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	157	3	Avadānaśataka-sūtra
	158	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	160	4	Pañcaviṃśatisāhasrikā-prajñā āpāramitā-sūtra
	161	4	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍa- vyūha

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>fonti</i>
2	163	3	AN 3-88
	164	3	AN 3-81
	164	4	AN 3-82
	165	3	Parinibbāna-sutta, vol. 2
	166	3	MN 14-141, Saccavibhanga-sutta
	167	9	Parinibbāna-sutta, vol. 2
	168	6	AN 5-16, Bala-sutta
	168	7	Avataṃsaka-sūtra 6
	169	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	170	3	Samyuktaratnapīṭaka-sūtra
	171	1	Suvarṇaprabhāsa-sūtra 26
	171	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	172	3	Theragāthā Aṭṭhakathā
	173	3	Jātaka 55, Pañcāvudha-Jātaka
	174	3	Itivuttaka 39 & 40
	174	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	175	1	AN 5-12
	175	2	Parinibbāna-sutta
	175	4	Śūraṃgama-sūtra
3	176	4	SN 55-21 & 22, Mahānāma-sutta
	177	5	AN 5-32, Cundī-sutta
	178	1	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra
	178	2	Śūraṃgama-sūtra
	178	4	Sukhāvatīvyūha-sūtra vol. 2
	179	3	SN 1-4-6

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	179	4	Avataṃsaka-sūtra 33
	180	3	Avataṃsaka-sūtra 24
	180	5	Suvarṇaprabhāsa-sūtra 4
	181	2	Amitāyur-dhyāna-sūtra
	181	3	Sukhāvatīvyūha-sūtra
	181	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	182	4	MN 2-16, Cetokhila-sutta
	183	2	Sukhāvatīvyūha-sūtra, vol. 2
4	184	1	Dhammapada
	192	1	SN 1-4-6
	192	4	AN
	192	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	LA COMUNITÀ		
Capitolo 1			
1	194	1	Itivuttaka 100 & MN 1-3, Dhammadāyāda-sutta
	194	2	Itivuttaka 92
	195	1	Vinaya, Mahāvagga 1-30
	195	5	MN 4-39, Mahā-assapura-sutta
	197	2	MN 4-40, Cūḷa-assapura-sutta
	198	2	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 10
	198	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 10
	199	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 14
2	200	3	SN 55-37, Mahānāma-sutta
	201	1	AN 3-75
	201	2	SN 55-37, Mahānāma-sutta
	201	3	SN 55-54, Gilāyanaṃ-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	201	4	Avataṃsaka-sūtra 22
	203	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	206	2	Avataṃsaka-sūtra 7
	209	1	Mahāmāyā-sūtra
	210	1	Avataṃsaka-sūtra 21
	210	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
3	212	1	DN 31, Siṅgālovāda-sutta
	217	1	AN 2-4, Samacitta-sutta
	217	4	AN 3-31
	218	1	Jātaka 417, Kaccāni-Jātaka
	220	1	DN 31, Siṅgālovāda-sutta
	220	2	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
	221	3	(Commentari Birmani)
	222	3	Śrīmālādevāsīmhanāda-sūtra
Capitolo 2			
1	225	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	226	7	AN 3-118, Soceyyan-sutta
	228	4	SN
	229	2	Vinaya, Mahāvagga 10-1 & 2
	229	4	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
	230	7	Vinaya, Mahāvagga 10-1 & 2
2	233	5	SN
	234	3	Antarābhava-sūtra
	234	5	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra
	236	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	236	5	Piccolo Sukhāvāṭīvyūha-sūtra
	237	2	Sukhāvāṭīvyūha-sūtra
	237	5	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	238	2	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
3	238	4	AN 34-2
	239	3	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
	240	2	AN 5-1
	240	3	Mūla-sarvāstivāda-vinaya Saṅghabheda-vastu 10
	241	2	MN 9-86, Aṅgulimāla-sutta
	242	2	AN 26

APPENDICI

UNA BREVE STORIA DEL BUDDHISMO

— La trasmissione dall'India al Giappone —

1. L'INDIA

Il sorgere della “Luce dell’Asia” nella zona centrale dell’India, ossia lo sgorgare della Fonte della Grande Saggezza e della Grande Bontà amorevole, costituisce uno degli avvenimenti più rilevanti nella storia spirituale dell’uomo. Infatti ha arricchito il patrimonio spirituale dell’umanità via via nel corso dei secoli, fino ai nostri giorni.

Il Buddha Gautama, noto fra i buddhisti con il nome di Śākyamuni ovvero il “Saggio del Clan degli Śākya”, abbandonò il suo palazzo, scelse di diventare un mendico e volse i suoi passi verso il sud, il Magadha. Si ritiene che intorno alla metà del V secolo a.C. egli raggiunse l’agognato stato di perfetta Illuminazione mentre era in raccolta meditazione sotto un albero di Bodhi. Da allora fino al momento del “Grande Passaggio”, ossia della sua entrata nell’alto e assoluto Nirvana (Mahāparinirvāṇa), impegnò a ritmo instancabile i restanti quarantacinque anni di vita per diffondere la propria dottrina di saggezza e di bontà amorevole. Da quell’epoca, nei regni e fra le varie popolazioni dell’India centrale, crebbero sempre più numerosi i templi buddhisti.

Ai tempi del regno di Aśoka (268–232 a.C.), terzo sovrano della dinastia Maurya, l’insegnamento del Buddha Gautama si diffuse in tutta l’India, anzi ne varcò i confini.

Lo stato Maurya, il primo dei grandi regni indiani, all’epoca del sovrano che ne instaurò la dinastia, Candragupta (data approssimativa, 316–293 a.C.), occupava già un vasto territorio che si estendeva dalla catena himalayana al nord, al Golfo del Bengala ad est, ai monti Hindu Kush ad ovest, fino ai monti Vindhya a sud. Asoka ingrandì ulteriormente lo Stato verso l’Altipiano del Deccan, con la conquista del Kalinga e di altre

regioni.

Si narra che quel re dal carattere iracondo, che gli valse l'appellativo di “Aśoka il Furioso” (Candāśoka), mutò del tutto atteggiamento, però, nel constatare i risultati catastrofici della sua guerra di conquista del Kalinga, diventando uno degli adepti più devoti della dottrina buddhista. Da vero credente, prese varie e importanti iniziative, tra cui sono da menzionare in particolare due.

La prima, consiste nell'aver fatto scolpire, su pilastri di pietra o su pareti rocciose, quei principi di governo fondati sulla dottrina buddhista noti, poi, sotto il nome di “Editto scolpito di Asoka”.

La seconda, fu l'invio di missioni fuori del regno, con lo specifico incarico di diffondere a largo raggio, ovunque, l'insegnamento del Buddha. E' degno di nota il fatto che alcune di queste missioni raggiunsero paesi quali la Siria, l'Egitto, la Cirenaica (Libia), la Macedonia e l'Epiro, propagando il Buddhismo in lungo e in largo nel mondo occidentale. E' da ricordare Mahendra (in pāli, Mahinda), che, inviato a Tamraparni (Sri Lanka), ottenne un gran successo con il far conoscere “il meraviglioso insegnamento sul Laṅkādvīpa” (in pāli, Laṅkādvīpa) divenuto così il punto di partenza della propagazione del buddhismo nell'isola di Sri Lanka.

2. L'ORIGINE DEL BUDDHISMO MAHĀYĀNA

In questi ultimi anni si è spesso parlato, tra i buddhisti, del “movimento del buddhismo verso l'est”. Durante i secoli a.C., però, la “faccia” del buddhismo era piuttosto rivolta senza dubbio all'Occidente. Fu poco prima o subito dopo l'inizio dell'era cristiana che il buddhismo prese a volgersi ad est.

Prima di entrare però in argomento, è bene tener presente che nel buddhismo, si era verificato un significativo mutamento o “Nuova corrente”, nota sotto il nome di buddhismo Mahāyāna

ovvero buddhismo del Grande Mezzo, che affondò allora le sue radici e si delinse poi uno degli aspetti più notevoli della dottrina buddhista di quell'epoca.

Quando, come e donde nacque la “Nuova corrente”? Nessuno è in grado di dare, oggi, una risposta definitiva a quest'interrogativo. A tale proposito, si possono solo segnalare i due punti seguenti: questa corrente si venne enucleando via via dalla linea di pensiero della scuola Mahāsāṃghīka, costituita dai monaci più progressisti di quei tempi; in secondo luogo, alcuni elementi chiave delle scritture del Mahāyāna esistevano già nel periodo di tempo cronologicamente fissato tra il II e I secolo a.C. e i primi cento anni dell'era cristiana. Quando poi Nāgārjuna, grazie ad un eccezionale lavoro intellettuale, mise in piena luce le scritture del Mahāyāna, questa corrente buddhista assunse un ruolo di primo piano nella storia religiosa del tempo.

Un ruolo, questo, di decisiva importanza nel corso del lungo evolversi del buddhismo, perché, tra l'altro, in paesi quali la Cina o il Giappone, le dottrine buddhiste si svilupparono e si propagarono seguendo l'indirizzo impresso dal Mahāyāna. Ragione non sorprendente, se si considera che il Māhāyana aveva elaborato un nuovo ideale di salvezza delle masse delineando la nuova figura dei Bodhisattva, una sorta di “Santi” viventi, votati ad assolvere tale ideale. Davvero brillanti furono i concetti messi a punto dai pensatori Mahāyāna per convalidare un simile ideale, sul piano metafisico o a livello psicologico. Se dunque il Mahāyāna era, da un lato, legato strettamente all'insegnamento del Buddha Gautama, dall'altro però arricchì ed ampliò la dottrina, in particolare sui punti concernenti la saggezza e la bontà amorevole e comprensiva. Grazie a siffatti ampliamenti, il buddhismo acquistò notevole energia e pienezza di fervore. Così, simile alla corrente impetuosa di un grande fiume, apportò ricchezza spirituale ai paesi d'oriente.

3. L'ASIA CENTRALE

Il buddhismo entrò in Cina tramite i paesi dell'Asia centrale. Per spiegare come mai questa dottrina religiosa passò dall'India alla Cina sarà necessario fare qui un accenno alla cosiddetta "Via della Seta" (Silk Road), che attraversando gli sterminati territori dell'Asia centrale collegava l'Occidente e l'Oriente. Fu durante il regno di Wu (140–87 a.C.), della dinastia Han, che questa via commerciale venne aperta nella seconda metà del secolo II a.C. e a quel tempo, il vasto dominio degli Han si estendeva fin verso l'Occidente. A contatto con la Fergiana, la Sogdiana, il Tokharistan e la Partia, lo spirito mercantile di cui fu promotore ai suoi tempi Alessandro il Grande, divenne estremamente attivo. Così, proprio lungo la strada che attraversava quelle regioni, il commercio della seta giocò un ruolo di primissimo piano. Ecco perché la strada venne poi denominata, appunto, "della Seta". Poco prima o poco dopo l'inizio dell'era cristiana, essa fece da tramite per i primi, reciproci contatti tra l'India e la Cina. Non sarebbe però errato affermare che fu sempre la "Via della Seta" a propagare anche il buddhismo.

4. LA CINA

La storia del buddhismo cinese ha, come suo punto di partenza, l'accettazione delle scritture buddhiste e la conseguente loro traduzione. L'opera più antica di quel tempo sarebbe una versione in cinese del "Sutra di un discorso del Buddha in quarantadue articoli" (Ssu-shin-êr-chāng-ching) fatta da Kāsyapamātanga e da altri durante il periodo Ying-p'ing (58–76 d.C.) del re Ming, degli ultimi Han d'Oriente. Oggi, però, si riserva a questa tradizione un valore puramente leggendario, mentre si ritiene, su ragioni fondate, di attribuire ad An-shin-kao le prime traduzioni, a Lo-yang, dal 148 al 171 d.C.. Da allora fino al tempo della dinastia Sung del Nord (960–1129 d.C.), i lavori di traduzione si susseguirono per quasi mille anni.

All'inizio furono dei monaci giunti per lo più dall'Asia centrale ad introdurre le scritture ed a curarne la traduzione. Il già menzionato An-shin-kao, ad esempio, proveniva dalla Parthia; K'ang-seng-K'ai, stabilitosi a Lo-yang nel corso dell'III secolo e traduttore del "Sukhāvātīvyūha" (Sūtra della Vita infinita), era della Samarkanda. Chu-fa-hu o Dharmaraksha, ben noto per la sua versione del "Saddharmapuṇḍarīka" (Il Loto della buona legge), veniva da Tukhara e si stabilì a Lo-yang o a Ch'ang-an negli anni tra la fine del III e l'inizio del IV secolo. Con Kumārajīva da Kucha, all'inizio del V secolo, i lavori di traduzione giunsero in Cina al loro punto culminante.

A quell'epoca i monaci cinesi cominciarono a recarsi in India per imparare il sanscrito e per approfondire lo studio delle dottrine buddhiste. Il "pioniere" fu Fa-hsien (339–420? d.C.), che lasciò Ch'ang-an nel 399 per l'India, ove rimase quindici anni. Il più illustre, però, di quella lunga schiera di monaci che andarono a studiare in India, è Hsuan-chuang (600–664 d.C.), rimasto nella patria del Buddha dal 627 al 645. Infine I-ching (635–713 d.C.; da non confondere con l'omonimo libro!), andò in India, via mare, nel 671 e rientrò in Cina solo venticinque anni dopo.

Quei monaci, ormai esperti di sanscrito, riportarono in patria le scritture da loro scelte, giocando così un autorevole ruolo di guida nei lavori di versione in cinese delle scritture. Si distinse in particolare Hsuan-chuang, per l'eccezionale capacità, anzi genialità linguistica. Grazie al ritmo da lui impresso, i lavori di versione fecero un altro grande passo in avanti. Nei secoli successivi, le prime traduzioni, quali ad esempio quella di Kumārajīva, vennero definite "Vecchie versioni", mentre a quelle compiute da Hsuan-chuang in poi, fu riservato l'appellativo di "Nuove versioni".

Pur basandosi sull'enorme quantità di materiale delle scritture buddhiste tradotte dal sanscrito, l'orientamento del pensiero e le attività religiose di quegli eruditi a poco a poco tesero ad impregnarsi e a venire caratterizzate dalla mentalità cinese: vi si trovarono rispecchiati la natura, le necessità, la fiducia in tutto ciò che era tipico della loro razza e cultura. Il fatto che nel campo metafisico si fossero subito avvicinati in particolare al concetto di "non-sostanza" predicato in "Prajñā" dei Sūtra, è di per sé eloquente. In seguito, rigettarono, elemento anch'esso significativo, il concetto di Hinayāna o di "Piccolo Mezzo" per prendere in considerazione esclusivamente il Mahāyāna o il "Grande Mezzo", tendenza accentuatasi poi sempre più nella setta Tendai per arrivare al suo acme con la setta Zen.

E' nella seconda metà del secolo VI che, grazie all'influenza di Tendai Daishi o Chih-i (538-597) suo terzo patriarca, la setta Tendai raggiunse in Cina il suo stato teorico definitivo. Infatti, il suddetto patriarca fu uno dei rappresentanti più eminenti del pensiero buddhista, autore di quella classificazione critica in cinque periodi e otto generi dell'insegnamento del Buddha, che esercitò a lungo una forte influenza sul buddhismo cinese e giapponese.

E' da notare che i vari Sūtra vennero introdotti in Cina senza tener conto dell'ordine cronologico, e subito tradotti via via che arrivavano. Davanti a quell'immensa quantità di materiale, divenne poi necessario stabilirne l'origine e il valore. Si pose l'urgente problema di interpretare il buddhismo nel suo insieme e di vederne il rapporto con il singolo individuo. Per quanto concerne il modo di classificare i Sūtra, la corrente del pensiero cinese fu predominante. La più sistematica e quindi persuasiva delle classificazioni fu quella di Chih-i. Tuttavia, con il sorgere della moderna ricerca sulle fonti buddhiste, quella linea predominante finì col ridursi al silenzio.

La setta Zen è l'ultima a fare la sua comparsa sulla scena della storia del buddhismo cinese. Il fondatore sarebbe stato un certo Sramana, un religioso straniero, detto Bodhidarma (? –528 d.C.). Il seme allora piantato dette però i suoi frutti solo dopo il sesto patriarca, Hui-neng (638–713). Dall'ottavo secolo in poi la setta venne per lunghi secoli vivificata da monaci di talento.

Chi li avesse però interrogati sulle loro idee li avrebbe sentiti invocare “Gli insegnamenti autentici del Buddha, vero maestro”, ovvero “un tramandare i precetti al di là di ogni testo scritto”. Ma in Cina, i precetti non erano stati altro che il contenuto dei Sutra, le cui visioni abbracciavano un arco di vari secoli. Nondimeno, convinti che l'insegnamento del Buddha si era trasmesso “senza un testo scritto”, finirono col considerare “la meditazione senza oggetto” nucleo del vero pensiero del fondatore del buddhismo. Un modo, questo, certo nuovo di interpretare il buddhismo, ma che aveva le sue radici nella tipica mentalità cinese. In breve, un buddhismo colorato “alla cinese”. Comunque, grazie al suo apporto, il buddhismo si ampliò ancora e scorse, quale linfa vitale, ad arricchire sempre più lo spirito dei paesi d'oriente.

5. IL GIAPPONE

La storia del buddhismo nel Paese del Sol Levante comincia nel VI secolo d.C.. Nel 538, il re di Kudara (Corea) inviò in dono alla corte dell'imperatore Kimmei un'immagine del Buddha e un volume dei Sūtra. Questo segnò l'entrata del buddhismo in Giappone, oltre 1.400 anni fa.

Nel lungo corso storico del buddhismo giapponese possiamo distinguere tre fasi o tappe. La prima risale al buddhismo dei secoli VII e VIII, del cui fervore tuttora testimoniano i templi Horyuji (607) e Todaiji (752). E' bene ricordare che a quell'epoca, la cultura aveva raggiunto un livello straordinariamente elevato in tutta l'Asia. Mentre nello stesso

periodo la civiltà occidentale era immersa in una tenebra profonda, quella orientale sviluppava un movimento di grandiosa e sorprendente attività. In Cina, nell'Asia centrale, in India e nei Paesi del sud-est asiatico, vari fermenti e vigoria caratterizzavano il campo intellettuale, religioso ed artistico. Anche il buddhismo dette dunque il suo contributo. Il nuovo movimento della cultura giapponese, come testimoniano la meravigliosa architettura di Horyuji e di Todaiji e le vivaci attività religiose ed artistiche ad essi legate, è ben noto e dimostra che il soffio nuovo del livello culturale allora diffuso in Asia, aveva raggiunto i confini dell'Estremo Oriente.

Il popolo giapponese, ancora agli albori della civiltà, si trovò nella corrente di una grande cultura e subito reagì in modo positivo: di colpo fiorì una cultura dal carattere internazionale, grazie al buddhismo. Difatti, i tempi si trasformarono in vivi centri culturali; i monaci, svolsero un ruolo direttivo nel settore educativo. Più che una semplice religione, propagarono e diffusero cultura. Questo fu il volto del primo buddhismo.

Nel secolo IX, calcarono la scena Saicho (Dengyo Daishi, 767–822) e Kukai (Kobo Daishi, 774–835), due grandi figure di preti fondatori del buddhismo, di pura impronta giapponese, noto quale “buddhismo Heian”. Essi seppero intendere lo spirito autentico del buddhismo e diffonderne la pratica non tanto nelle grandi città come era stato in uso fino ad allora, quanto piuttosto nelle zone e nei centri montani. Grazie a loro, infatti, vennero eretti, rispettivamente, i grandi monasteri del Monte Hiei e del Monte Moya. Per ben trecento anni dal loro sorgere, fino all'era di Kamakura, le due correnti buddhiste Tendai e Shingon riscossero un gran successo fra i nobili e le corti imperiali.

La seconda fase dei secoli XII e XIII, è legata alle figure di grandi religiosi quali Honen (1133–1212), Shinran (1173–1262), Dogen (1200–1253), Nichiren (1222–1282) ed altri. Ancora oggi è impossibile parlare del buddhismo giapponese senza menzionarli. Come spiegare perché solo allora nacquero dei religiosi così straordinari? Senza dubbio, perché quei grandi uomini avevano tutti un non piccolo problema comune da risolvere: molto probabilmente, quello di far accettare il buddhismo come un fenomeno tipicamente giapponese.

Spontaneo l'interrogativo: "Perché mai, dal momento che il buddhismo era stato già introdotto in Giappone da lungo tempo?" Bene, storicamente è esatto. Ma è altrettanto vero che dovettero passare più secoli prima che i giapponesi riuscissero a "digerire a sufficienza" una religione importata e a rimodellarla in modo da sentirla familiare. In breve, gli sforzi per accettare il buddhismo, cominciati nel VII–VIII secolo, portarono i loro frutti solo nei secoli XII–XIII grazie all'opera di quei grandi religiosi.

Da allora, la ormai solida costruzione del buddhismo giapponese si è mantenuta fino ad oggi, senza più innovazioni particolari. In epoca moderna, comunque, significative le ricerche sul buddhismo originario.

In Giappone, il buddhismo è stato sin dall'inizio e quasi esclusivamente solo Mahāyāna, per influsso di quello cinese.

Soprattutto dal XIII secolo in poi, accentrato e legato ai fondatori delle sette, il pensiero Mahāyāna è rimasto predominante fino ad oggi.

Lo studio invece delle origini del buddhismo propriamente indiano, data dalla seconda metà del periodo Meiji. Allora la figura del Buddha Gautama riapparve allo sguardo di chi tendeva a dimenticare che era stato lui il fondatore e non coloro che avevano creato le sette. Apparve evidente a tutti i seguaci del Mahāyāna che c'era un "credo" sistematico del buddhismo. La nuova evoluzione rimase strettamente all'interno della sfera di un insegnamento scolastico e quindi incapace di risvegliare un entusiasmo religioso. Forse la conoscenza che i giapponesi hanno del buddhismo è arrivata ad una svolta nuova, ad una nuova fase, l'ultima delle tre già menzionate.

COME VENNE TRASMESSO

L'INSEGNAMENTO DEL BUDDHA

Il buddhismo è una religione fondata sui concetti e sui precetti predicati da Śākyamuni ogni giorno, durante gli ultimi quarantacinque anni di vita. Le sue parole rimangono senza dubbio le più autorevoli, per cui, malgrado il fatto che il Dharma sia la dottrina dalle “84.000 entrate del Dharma” e che esistano numerose scuole, tutte, però, rimangono legate all’insegnamento di Śākyamuni. La raccolta completa delle scritture in versione cinese è nota, come vedremo, sotto il nome di “Taishō Issaikyo”.

Śākyamuni affermò con chiarezza l’uguaglianza degli esseri umani e predicò la sua dottrina a beneficio di una moltitudine di folle, nel lessico chiaro e semplice della vita quotidiana comprensibile a chiunque, fino agli ultimi istanti di un’esistenza che toccò gli ottant’anni.

Scomparso Śākyamuni, i suoi discepoli predicarono il Dharma come lo avevano direttamente ascoltato. Tuttavia, era inevitabile che in una trasmissione orale vi si infiltrassero col passare del tempo degli errori, involontari da parte dei discepoli, sicuri pertanto di insegnare solo quanto udito e compreso.

Tramandare in una forma non distorta ma corretta le parole di Śākyamuni, offrire a chiunque, senza discriminazione di sorta, la possibilità di conoscere il Dharma, fu un’esigenza sentita fortemente da molti monaci anziani dell’epoca. Costoro si riunirono, nell’intento di dare un ordine sistematico ed un armonico accordo di terminologia al Dharma, per recitare a vicenda quel che avevano ascoltato. Ne risultò la compilazione di un’opera, nota poi sotto il nome di “Ketsujū” (“Raccolta sistematica”) nella tradizione giapponese, che testimonia la volontà di tramandare nel tempo, nel modo più veritiero e fedele possibile, le parole del grande maestro.

Il Dharma, così sistematizzato, venne quindi scritto. Seguirono poi commenti ed interpretazioni di monaci colti, chiamati “Ron” in giapponese, śāstra in sanscrito, ossia “Trattati”. L’insegnamento vero e proprio del Buddha, i commenti sorti in epoche successive ed infine i precetti buddhisti vennero poi indicati, tutti insieme, con il termine unico sanscrito “Tripiṭaka” (“i tre canestri delle scritture buddhiste”), noto in giapponese come “Sanzōkyō”.

“Sanzōkyō” si suddivise in “Kyōzō”, in “Ritsuzō”, in “Ronzō”. Mentre il termine “zō” significa biblioteca, le parole giapponesi “Kiō”, “Ritsu” e “Ron” – cui corrispondono, nell’ordine, il sanscrito “Sūtra”, “Vinaya” e “Śāstra” o “Abhidharma” (cfr. “Tripiṭaka”, nel glossario dei termini sanscriti) indicano, rispettivamente, i discorsi del Buddha, i precetti relativi alla vita della Comunità monastica e i commenti di religiosi autorevoli.

Secondo la tradizione, il buddhismo penetrò in Cina nel 67 d.C. (decimo anno dell’era Yung-ping), durante il regno dell’imperatore Ming della dinastia Han. Tuttavia fu solo ottantaquattro anni più tardi che in Cina incominciò l’effettiva introduzione e traduzione dei testi buddhisti, nel 151 d.C., sotto il re Huan della stessa dinastia Han. Poiché a quel tempo il buddhismo Mahāyāna si era già sviluppato in India, a quel punto furono trasmesse in Cina sia le scritte del buddhismo antico sia quelle appartenenti alla tradizione Mahāyāna, senza distinzione. A partire da allora, l’opera di traduzione delle scritture canoniche buddhiste si è protratta per un periodo di oltre 1.700 anni. Il numero dei volumi e dei libri tradotti arriva a 1.440 scritture contenute in 5.586 volumi e conservate fin dalla dinastia Wei; solo con la dinastia Song del Nord si cominciò a stamparle. Da quei tempi, le opere dei grandi uomini religiosi si aggiunsero alle scritture buddhiste e non si tardò a considerarle parte integrante dei libri “Tripiṭaka”.

Il buddhismo penetrò nel Tibet verso il settimo secolo d.C. é nell'arco di circa 150 anni, fra il nono e l'undicesimo secolo, le scritture vennero quasi interamente tradotte in tibetano.

Infine, di fronte alle versioni non solo in coreano, in giapponese, in singalese, in cambogiano, in turco e in molte altre lingue orientali, ma anche in latino, in francese, in inglese, in tedesco e qualche altra lingua europea, non è forse esagerato affermare che l'insegnamento del Buddha ha raggiunto ogni angolo del mondo.

Se però si riflette sulla qualità delle traduzioni disponibili e sullo sviluppo storico di una religione e delle sue vicissitudini attraverso più di duemila anni, se si pensa ai diecimila e più libri scritti, resta difficile cogliere il vero senso delle parole di Śākyamuni, pur attraverso il già menzionato “Daizōkyō”. Si è sentita perciò l'esigenza di trarre dal “Daizōkyō” i punti essenziali, per presentare un criterio e una base su cui poggiare la propria fede religiosa.

Nel buddhismo, l'autorità suprema è nelle parole di Śākyamuni. Tuttavia, l'insegnamento del Buddha va strettamente legato alla realtà della vita quotidiana. Altrimenti, non potrebbe certo ispirare il cuore dell'uomo a farsi seguire. Perché ognuno possa far proprio tale insegnamento, è necessario che quest'ultimo sia semplice, chiaro, preciso e nel contempo familiare per l'uso di parole del linguaggio di ogni giorno.

Ecco perché è nato questo libro, erede, per così dire, della grande corrente del “Daizōkyō” con ben oltre duemila anni di storia. Certo questa pubblicazione non pretende di essere esauriente in ogni sua parte. Le parole del Buddha hanno un significato profondo e un valore così alto che non è facile coglierne il giusto valore.

Auspichiamo però di rendere il presente libro in una veste

sempre migliore via via che pubblicheremo, come è nostro intento, edizioni rivedute e corrette.

COM'È NATO “L'INSEGNAMENTO DEL BUDDHA”

L'insieme di citazioni di testi buddhisti su cui si articola il presente volume, è il risultato tratto dall'edizione originale giapponese dei “testi buddhisti ritradotti”, compilata e riveduta, nel luglio 1925, dall'Associazione per la propaganda dei “testi buddhisti di nuovo tradotti”, diretta dal rev. Muan Kizu. La prima edizione era stata redatta dal dott. S. Yamabe e dal dott. C. Akanuma, in collaborazione con vari studiosi giapponesi di filosofia e di religione indiana, nel corso di oltre un lustro di lavori.

Dall'inizio dell'era Showa (1926-1989), l'“Edizione popolare dei testi buddhisti” pubblicata dall'Associazione, si diffuse largamente in tutto il Paese del Sol Levante.

Nel luglio 1934, durante il “Congresso della gioventù buddhista pan-pacifica” tenuto in Giappone, “The teaching of Buddha”, traduzione inglese dei “Testi buddhisti” di cui sopra, venne pubblicata e presentata dalla Federazione della gioventù buddhista giapponese, coadiutore M.D. Goddard. Nel 1962, per commemorare il settantunesimo anniversario dell'introduzione del buddhismo in America, Yean Numata, presidente della società Mitutoyo, pubblicò l'edizione inglese de “L'insegnamento del Buddha”.

Nel 1965, lo stesso Numata creò a Tokyo la Fondazione per la propaganda del buddhismo e la diffusione, nel mondo, del predetto libro in inglese venne programmata come una delle attività della Fondazione stessa.

Per mettere in esecuzione il progetto, fu creato nel 1966 un Comitato, preposto a rivedere e compilare “L'insegnamento del Buddha”, membri: i professori Kazuyoshi Kino, Shūyū Kanaoka, Zennō Ishigami, Shinkō Sayeki, Kōdō Matsunami, Shōjun Bandō, Takemi Takase. Il Prof. Fumio Masutani, N.A. Waddell e Toshisuke Shimizu hanno contribuito pure loro alla revisione del testo, così rinnovato nell'edizione inglese-giapponese.

Nel 1972, i professori S. Kanaoka, Z. Ishigami, Shōyū Hanayama, Kwansei Tamura e Takemi Takase hanno riveduto e ricorretto il testo.

Nel 1974, hanno emendato in modo opportuno la versione inglese dalle espressioni inappropriate o errate segnalate alla Fondazione da Richard K. Steiner, poi divenutone supervisore, i professori Shōjun Bandō, Kōdō Matsunami, Shinkō Sayeki, K. Tamura, Dōyū Tokunaga e S. Hanayama, quest'ultimo, responsabile del Comitato. Nel 1978 e nel 1980 il suddetto Comitato, con la collaborazione dei professori Shigeo Kamata e Yasuaki Nara, ha arrecthito ulteriormente il testo sul piano contenutistico. L'edizione inglese-giapponese "The Teaching of Buddha" ha preso così la veste attuale.

Nel 1980 si è deciso di far tradurre "L'insegnamento del Buddha" non solo in italiano, ma anche in tedesco, in cinese, in nepalese e in olandese, oltre alle già pubblicate versioni in inglese, francese, spagnolo e portoghese.

La traduzione italiana, curata direttamente dal testo giapponese, è della dott.ssa Irene Iarocci, laureata in Storia della critica letteraria presso la Facoltà di Lettere e Filosofia dell'Università degli Studi di Roma, M.A. in Letterature e Culture Comparete presso l'Università degli Studi di Tokyo, attualmente lettrice ordinaria d'italiano presso l'Università Nazionale Statale di Belle Arti e Musica di Tokyo e lettrice incaricata presso l'Università Waseda a Tokyo.

La traduzione di questo libro a cura della dottoressa Irene Iarocci, è stata cortesemente letta in dattiloscritto dal Prof. Yoshi Akiyama, docente di lingua e letteratura italiana presso l'Università di lingue e letterature straniere di Tokyo, che, assieme ai professori di filosofia indiana antica e di storia del buddhismo, nonché membri dell'Istituto di Ricerca e di Studi sul buddhismo della Bukkyo Dendo Kyokai, Shōyū Hanayama e Kansei Tamura prodighi di spiegazioni sul significato specifico di varî termini buddhisti, ha suggerito alcune variazioni, in parte adottate.

Dicembre 1981

Infine, nel 2010, Giuliana Martini, una studiosa buddhista italiana, ha collaborato alla revisione e all'adattamento della precedente edizione.

Agosto 2010

INDICE PER ARGOMENTI

	Pagina	Paragrafo
L'esistenza umana		
Il senso della vita	5	3
Il vero volto del mondo	96	5
Modi di vivere ideali	234	6
Modi errati di vedere la vita	44	6
Una corretta concezione della vita	41	2
Un vivere incerto	57	3
Per i dubbiosi (Allegoria)	127	1
La vita umana (Allegoria)	90	4
I rischi di una vita tutta desideri (Allegoria)	90	2
La lezione dell'anziano, dell'ammalato, del morto (Leggenda)	93	4
La morte visita sempre tutti (Storia)	94	4
Le cinque cose che nessun mortale può fare	48	4
Le quattro grandi verità di questo mondo ...	48	6
L'errore e l'Illuminazione nascono ambedue nello spirito	49	3
Valore di venti cose, difficili da compiersi per chiunque	133	2
Fede		
La fede è un fuoco	179	4
I tre aspetti significativi della fede	180	5
La singolarità della fede	182	1
La fede si desta in un cuore sincero	181	2

	Pagina	Paragrafo
È difficile aver fede così come è difficile per un cieco poter descrivere un elefante (Favola)	75	2
Un corretto insegnamento dà prova dell'esistenza della natura di Buddha (Favola)	77	5
La natura di Buddha è celata dalle passioni (Favola)	73	4
Il dubbio arresta la fede	182	4
Il Buddha è come un padre per gli uomini	35	4
La bontà amorevole e piena di comprensione del Buddha è immensa e profonda pari ad un oceano	34	3
Il cuore del Buddha è tutto bontà e comprensione	15	2
La bontà e la comprensione del Buddha sono eterne	16	2
Il Buddha è un sola mente, non un corpo fisico	13	6
Il Buddha storico predicò il suo insegnamento	23	6
Il Buddha, per salvare gli uomini, porta ad esempio la morte	23	5
Il Buddha salva gli uomini dalla sofferenza tramite l'esempio delle favole allegoriche	19	2
Il mondo dell'Illuminazione	236	3

	Pagina	Paragrafo
Diventare devoti del Buddha, del Dharma e del Saṅgha	178	1
Imparare come osservare i precetti, come praticare la concentrazione e come agire con saggezza	163	3
La retta via a otto diramazioni	166	4
Le sei vie per raggiungere l'Illuminazione	168	7
I quattro sforzi corretti	168	5
I quattro punti di vista corretti	167	9
Le cinque facoltà che danno l'Illuminazione	168	6
I quattro grandi stati dello spirito	171	2
Coloro che si destano alla vita	39	3
La morte dell'uomo e la transitorietà della vita	12	6
Chi recita il nome di Amida rinascerà nella Terra Pura	113	1
Fai di te una luce, di te l'aiuto	10	4

Esercizio spirituale

È bene enucleare in noi il nostro problema più importante (Favola)	150	2
Il primo passo è sempre da curare	133	1
Mai dimenticare l'intento iniziale (Favola) ·	152	3
Chi aspira al successo, deve saper resistere a molte difficoltà	158	4
Malgrado ripetute sconfitte, è bene scuotersi (Racconto)	173	3
Mai turbarsi in qualunque situazione (Storia)	124	5

	Pagina	Paragrafo
Chi segue la verità e la retta via è come se entrasse con una lanterna in una stanza buia	40	3
Il Dharma è presente ovunque (Storia).....	162	1
L'essere umano tende a muoversi nella direzione indicata dalla sua mente	121	5
L'insegnamento è necessario per poter controllare la propria mente	11	3
In primo luogo, autocontrollarsi.....	212	1
I vantaggi dell'autocontrollo.....	122	1
I vari stati della mente (Allegoria)	118	3
La mente non è il "sè"	46	5
Non lasciare la mente incontrollata.....	10	5
E' bene conquistare la propria mente	154	2
Diventare padrone di se stesso	11	4
Tutti i mali derivano dall'azione, dalle parole e dal pensiero	87	2
Il rapporto parole-mente	125	3
Il corpo è solo un qualcosa preso in prestito	143	2
Il corpo è pieno di impurità.....	130	5
Non bisogna covare cattivi sentimenti	10	5
Mantenersi puro in azioni, parole e pensieri	123	3
Essere imparziale e perseverare (Storia)	172	4

Sofferenze

Le sofferenze umane nascono dallo spirito di attaccamento	42	5
--	----	---

	Pagina	Paragrafo
Come evitare di soffrire	13	3
L'errore è la porta per l'Illuminazione	59	5
La strada che allontana dalle sofferenze...	116	1
Estinguere il fuoco delle passioni porta all'Illuminazione.....	141	5
La cupidigia è la fonte dell'errore.....	85	4
La cupidigia è come una vipera nascosta in mezzo ai fiori	85	5
E' bene non provare attaccamento per la casa che è in fiamme (Allegoria).....	19	4
Il desiderio è la fonte dei mali	118	2
Questo mondo è come al centro di un incendio	82	5
Chi insegue la fama e gli onori è come se bruciasse da solo	119	4
Chi è schiavo delle ricchezze e della lussuria, ha breve vita	119	5
Le caratteristiche di un saggio e di uno stolto	134	2
Lo stolto non si accorge dei suoi errori (Allegoria)	141	1
Lo stolto che guarda solo ai risultati, invidia la buona fortuna altrui (Storia).....	141	2
Come agisce lo stolto (Storia).....	147	1
Vita quotidiana		
Donare e dimenticare di aver donato.....	170	1
Sette modi diversi di donare	170	3

	Pagina	Paragrafo
Come arricchirsi (Storia)	145	3
Come ottenere la felicità	132	4
Mai dimenticare una buona azione ricevuta (Racconto)	139	1
I vari tipi di carattere	89	2
La sfortuna segue i passi di chi dà libero corso alla vendetta	132	2
Come eliminare il rancore (Racconto)	231	3
Non lasciarsi turbare dalla critica altrui (Racconto)	122	3
Non si vive per il mero amore di cibi, di case, di abiti	205	4
Il cibo e gli abiti non hanno, come loro fine, il piacere	117	1
Il fine del mangiare	208	2
Il fine del vestirsi	207	4
Che cosa pensare prima di addormentarsi	208	6
Che pensare del freddo e del caldo	208	3
Come accettare la vita quotidiana	206	4
Economia		
Come usare le cose (Racconto)	220	4
Una proprietà non è mai nostra per sempre	220	2
Mai accumulare ricchezza solo per sé	222	6
Come arricchirsi (Racconto)	145	3

	Pagina	Paragrafo
Vita familiare		
La famiglia è un incontro di cuori.....	217	4
Azioni che danneggiano l'armonia familiare	213	2
Come ricompensare il grande debito		
verso i genitori.....	217	3
Il giusto rapporto genitori-figli.....	213	5
Il giusto rapporto fra i coniugi.....	214	4
I coniugi dovrebbero avere la stessa		
fede (Racconto).....	221	4
La via dei coniugi.....	221	3
I voti e le promesse della donna ideale ...	222	5
I religiosi e la loro via		
Né recitare i Sūtra né l'abito fanno il monaco	197	3
Il religioso non eredita né il tempio né		
i suoi beni.....	194	1
L'uomo pieno di brama non è un vero		
religioso.....	194	2
La vera vita di un religioso.....	196	2
La vita nella società		
Il senso della vita sociale.....	226	5
Il vero stato delle organizzazioni di		
questo mondo.....	96	5
I tipi di organizzazione sociale.....	226	7

	Pagina	Paragrafo
Una vera vita comunitaria.....	227	3
La luce che illumina il buio	225	3
L'armonia nei rapporti umani.....	227	6
I modi atti a portare all'armonia una organizzazione sociale	229	2
L'ideale della comunità buddhista.....	228	2
L'ideale sociale dei buddhisti.....	236	1
È destinato alla rovina chi attenta alla legge dell'ordine (Allegoria).....	140	4
E' destinato alla rovina l'uomo geloso e l'attaccabrighe	140	2
Rispettare gli anziani (Racconto).....	134	4
Il rapporto maestro-allievo.....	214	2
Le regole dell'amicizia	215	1
Come scegliersi un amico	216	3
Come un padrone e un dipendente devono comportarsi	215	3
Come comportarsi con un colpevole	223	2
Il comportamento di chi insegna il Dharma	199	1

GLOSSARIO DI TERMINI SANSCRITI
(in ordine alfabetico)

ANĀTMAN (Il non-sè)

E' uno dei concetti chiave del buddhismo. Tutto quel che esiste al mondo, in ultima analisi ogni fenomeno, non ha nessuna realtà sostanziale. Poiché il buddhismo afferma la caducità (Anityata) di qualunque cosa, questo concetto precisa, ovviamente, che non esiste alcuna sostanza duratura nella caducità. Anātman si potrebbe esprimere anche come “senza anima”.

ANITYA (La caducità)

Altra idea della massima importanza nella dottrina buddhista, Ogni esistenza, ogni fenomeno di questo mondo muta costantemente, e neppure per un istante rimane uguale. Tutto deve perire o finire un giorno o l'altro. Siffatta prospettiva è la vera causa della sofferenza, da non interpretare tuttavia solo da un punto di vista pessimistico o nihilista, perché ogni evoluzione o progresso manifesta ugualmente un simile cambiamento continuo.

BODHISATTVA (Colui che progredisce verso l'Illuminazione)

In origine il nome designava Gautama Siddhārtha prima dell'Illuminazione. Dopo l'evolversi del buddhismo Mahāyāna, ricevettero quest'appellativo tutti coloro che fanno progressi verso lo stato di Buddha. Infine anche chi si sforza di guidare gli altri verso lo stato di Buddha spinto da pietà e da bontà amorevole, pur progredendo verso il medesimo fine, è stato simbolicamente personificato quale Bodhisattva: Avalokiteśvara, Kṣitigarbha, Mañjuśrī (in giapponese, rispettivamente, Kanzeon, Jizō e Monju), non sono che alcuni fra i più noti Bodhisattva.

BUDDHA (L'Illuminato)

In origine, il fondatore del buddhismo Gautama Siddharta, o

Śākyamuni, venne così designato dopo aver raggiunto la vetta dell'Illuminazione all'età di 35 anni, circa 2.500 anni fa. Tutti i buddhisti, indifferentemente dalla scuola o dalla setta cui appartengono, hanno come unico fine: quello di diventare un Buddha. Il buddhismo si suddivide in varie scuole secondo i diversi modi di realizzare il fine comune. Nel buddhismo Mahāyāna, oltre a Śākyamuni, il Buddha storico, vari Buddha quali Amitābha, Mahāvairocana, Bhaiṣajyaguru (in giapponese, rispettivamente Amida, Dainichi, Yakushi), sono tutte manifestazioni simboliche delle dottrine buddhiste. In Giappone esiste la scuola buddhista della Terra Pura – ove si diventa un Buddha rinascendo nella Terra Pura di Amida –, secondo cui tutti i defunti vengono chiamati di solito dei Buddha, ovvero “Hotoke”.

DHARMA (Dottrina buddhista del vero insegnamento)

L'insegnamento esposto dal Buddha, l'Illuminato, è formato da un canone triplo: i Sūtra o insegnamento del Buddha stesso, il Vinaya o regole di disciplina, e l'Abhidharma o discussioni filosofiche ed esegetiche di maestri di epoche successive. Il triplo canone viene detto anche Tripiṭaka. Il Dharma è uno dei tre tesori del buddhismo.

KARMA (Azioni)

In origine, questo termine significava soltanto “azione”, “atto”. Poi, secondo la teoria della causalità, passò a indicare una sorta di potere potenziale sprigionato da ognuna delle azioni passate. Da ogni nostro atto risulta un effetto positivo o negativo, piacevole o doloroso a secondo dell'atto stesso. Tale effetto influenza il nostro futuro e viene considerato un Karma personale. Si ritiene generalmente che, col ripetersi di una buona azione, il bene verrà come accumulato, il suo potere potenziale influenzerà in modo benefico il nostro futuro. Stando a tale insegnamento, vi sono tre tipi di azioni: fisiche, verbali, mentali.

MAHĀYĀNA (Grande Mezzo)

Nella storia del Buddhismo si vennero diramando e differenziando due correnti principali: MĀHĀYANA e THERAVĀDA.

Il Buddhismo Mahāyāna si diffuse nel Tibet, in Cina, in Corea, in Giappone e così via. Il Buddhismo Theravāda si propagò in Myanmar, nell'Isola Sri Lanka, in Thailandia, ecc.

Il “Grande Mezzo” accoglie tutti gli esseri che soffrono in questo mondo di vita e di morte e li guida, senza discriminazioni di sorta, allo stato di Illuminazione.

NIRVĀṆA (La pace perfetta, ovvero l'Illuminazione)

Con questo termine dal significato letterale di “estinguere”, si indica quello stato spirituale in cui qualunque passione, desiderio o corruzione umana viene perfettamente annullata da una appropriata pratica di saggezza. Tutti coloro che raggiungono il nirvana vengono chiamati “Buddha”. Gautama Siddhārta divenne così il Buddha storico quando, all'età di trentacinque anni, raggiunse il dominio dei sensi e dunque l'assenza di ogni desiderio. Solo alla sua morte, però, poté integrarsi in assoluto con questa pace totale; non si possono infatti annullare del tutto alcune imperfezioni umane, finché è in vita il corpo.

“Satori” è il termine giapponese corrispondente a “nirvāṇa” (n.d.tr.)

PĀLI (Lingua)

E' la lingua utilizzata nel buddhismo Theravāda. In pali venne redatto il più antico canone delle scritture buddhiste pervenuteci. E' una sorta di pracrito, ossia un dialetto del sanscrito: in realtà, non grande è la differenza tra il pāli e il sanscrito. Ad esempio, alle parole sanscrite Dharma e Nirvāṇa, corrispondono i termini pāli Dhamma e Nibbāna.

PĀRAMITĀ (La perfezione, o Il passaggio sull'altra riva, secondo la tradizione buddhista giapponese)

Questa espressione significa raggiungere la Terra di Buddha o dell'Illuminazione, grazie a diversi sistemi e discipline da mettere in pratica, di solito sei: il donare, la moralità, la pazienza, l'agire con perseveranza, la concentrazione e la saggezza.

Le cerimonie tradizionali giapponesi di "HIGAN" (l'altra sponda) in primavera e d'autunno, sono legate a questo concetto buddhista.

PRAJÑĀ (La Saggezza)

Una dei sei Pāramitā, è quella facoltà mentale che permette di vedere la vita senza errare e di discernere dunque il vero dal falso. Distinta dalla comune intelligenza umana, è una saggezza allo stadio più elevato e più lucido. Chi è in grado di raggiungerla in modo perfetto è chiamato un Buddha.

SAṄGHA (La Comunità buddhista)

E' formata dai religiosi e dai laici di entrambi i sessi. All'inizio vi appartenevano solo i monaci e le monache in senso stretto. Più tardi, con il Mahāyāna, venne a cadere la netta separazione tra religiosi e laici e il Saṅgha, da allora, indica tutti coloro che aspirano allo stato di Buddha.

E' uno dei tre tesori del buddhismo.

SANSCRITO (Lingua)

Lingua letteraria classica dell'India antica, appartenente alla famiglia delle lingue indoeuropee, si distingue in sanscrito vedico e in sanscrito propriamente classico. I testi del Mahāyāna sono in questa lingua e il loro stile viene denominato: "Sanscrito ibrido buddhista".

SAMŚĀRA (Il ciclo della rinascita)

Il ciclo inarrestabile di nascite e di morti, dal passato nel presente al futuro, attraverso i sei Regni dell'illusione (gli inferi, gli spiriti affamati, gli animali, gli spiriti in lotta o "asura", gli uomini e gli dei), viene definito Samsāra. Non si sfugge a questa ruota della rinascita finché non si raggiunge l'Illuminazione o nirvana: in quest'ultimo caso, si diventa dei Buddha.

ŚŪNYATĀ (La vacuità)

Altro fondamentale concetto buddhista, mette l'accento su un punto tutt'altro che anodino: ritenere tutte le cose di questo mondo prive di sostanza e di durata. Poiché tutto dipende dalla causalità, non può sussistere un "io" duraturo in quanto sostanza. Credere perciò nella presenza di sostanza nelle cose è altrettanto errato che credere nella sua "non presenza".

Ogni essere vivente si trova nella relatività. E' dunque assurdo considerare una certa idea, un certo precetto o una data ideologia come l'unica e vera in assoluto. E' questo uno dei principî chiave delle scritture Prajñā Pāramitā del Mahāyāna.

SŪTRA (Le scritture)

Con questo termine dal significato originario di "cordicella", si indica il compendio scritto dei sermoni del Buddha, ovvero una selezione di testi rigorosamente vagliati da numerosi e autorevoli studi religiosi e scientifici.

I Sūtra sono una parte del Tripiṭaka.

THERAVĀDA (“I fautori degli Anziani”)

Rappresenta, di solito, la tradizione buddhista del Sud Asia. “Thera” significa “Anziani”. E’ questa la scuola nata, in origine, da un gruppo di anziani monaci conservatori, fautori di uno stretto rispetto delle regole monastiche, a differenza di un altro gruppo di monaci più aperti e progressisti il cui pensiero si sviluppò, poi, nel Mahāyāna o tradizione del Nord Asia.

Questa divergenza in seno alla Comunità buddhista si rafforzò rapidamente nel corso dei secoli immediatamente successivi alla morte del Buddha, allorché’ il monaco progressista Mahādeva insistette su una interpretazione più libera delle cinque categorie dei precetti buddhisti. Fu questo a provocare la scissione tra Theravāda e Mahāsāṅghika, da cui poi nacque il successivo Mahāyāna.

TRIPITĀKA (I tre cesti)

Sono le tre grandi sezioni delle scritture buddhiste che costituiscono il Dharma, ossia: i Sūtra, o discorsi del Buddha il Vinaya, o norme di disciplina l’Abhidharma, o testi di esegesi e classificazione.

Più tardi, vi furono poi inclusi anche gli scritti di grandi saggi cinesi e giapponesi (cfr. “Dharma”).

LA FONDAZIONE PER LA PROPAGANDA E LA DIFFUSIONE DE “L’INSEGNAMENTO DEL BUDDHA”

Parlare della Società per la diffusione del buddhismo significa parlare di un uomo di affari, Yehan Numata, che oltre quarant’anni fa creò una società per la fabbricazione di strumenti di precisione. Da quel momento, ebbe la ferma convinzione che ogni successo dipende dall’accordo armonioso del Cielo, della Terra e dell’Uomo e che la perfezione dello spirito umano si può raggiungere solo se esiste un equilibrio di saggezza, di comprensione e di coraggio. Si è così impegnato a dare il massimo contributo possibile, sia per il miglioramento tecnico nella fabbricazione degli strumenti, sia per lo sviluppo dello spirito umano.

Il raggiungimento della pace mondiale è, secondo Numata, possibile solo educando lo spirito dell’uomo verso la perfezione. Sempre secondo Numata, è a questo scopo che esiste l’insegnamento del Buddha. Ecco perché, pur alla guida della sua società, egli si impegna, da oltre quarant’anni, a diffondere e modernizzare la musica buddhista, a far conoscere il pensiero e l’iconografia del Buddha.

Nel dicembre 1965, con i propri fondi privati, ha creato una Società per la diffusione del buddhismo con l’intento di farne un punto di raccolta di sforzi per la pace del mondo. Così, la Fondazione ha cominciato a vivere come un pubblico organismo.

Come fare per diffondere ovunque l’insegnamento del Buddha, perché ogni essere umano possa, volendolo, “beneficiare e godere della luce della sua grande saggezza e della sua bontà amorevole”? La Società si è posta questa domanda, perché ha proprio la missione di cercare una soluzione durevole al problema, così come ha voluto il fondatore.

In breve, è con ogni sforzo che la Fondazione diffonde il pensiero del Buddha, unica ed autentica sua attività.

Questo libro, “L’insegnamento del Buddha”, segna una sorta di riflessione sulla storia della religione in Giappone. Il libro, infatti, tratta della dottrina del Buddha nell’interpretazione propria alla tradizione giapponese, fiera della cultura buddhista.

“Alimento” spirituale per il lettore, il libro, ha un formato che ne permette in qualsiasi momento una facile e pronta consultazione, per entrare in contatto con la fonte spirituale dell’insegnamento del Buddha Śākyamuni.

La Società auspica che questo libro diventi familiare il più possibile nelle case e che tutti ne possano apprezzare il valore.

Gassho