

ཨོཾ་མ་ཎི་པ་ལྷུ་སྟེང་།

LA DOTTRINA DEL CUORE

Cenni sul Buddhismo



DTP
Sujana

Tratto da:
THEOSOPHIA, Pubblicazione Semestrale,
N° 12 - Maggio 1976, Torino
Serie "DHARMA"

Serie “Sanātana Dharma”

**La Dottrina del Cuore
Cenni sul Buddhismo**

INDICE

Prefazione.....	7
Caratteri generali del buddhismo.....	9
L'uomo nei suoi cinque aggregati.....	16
Le tre caratteristiche dell'esistenza	21
La Co-Produzione Condizionata.....	28
Le Quattro Nobili Verità.....	34
Karma e Reincarnazione	42
I Quattro Sentieri.....	51
La Religione dell'Amore	57
APPENDICE.....	61
PANSIL	65
PANCA SILA.....	66
Germi di ulteriori sviluppi.....	68

La Dottrina del Cuore

PREFAZIONE

Il saggio che segue è redatto in prevalenza dal punto di vista della Scuola Theravāda (“La Dottrina degli Anziani”), detta anche Hīnayāna (“Veicolo minore”) dai seguaci dell’altra grande Scuola Buddhista, il Mahāyāna (“Veicolo Maggiore”), i quali ovviamente spiegherebbero in modo diverso, o con enfasi diversa, taluni dei soggetti trattati in questo opuscolo.

La Dottrina del Cuore

CARATTERI GENERALI DEL BUDDHISMO

Fra le varie Religioni del mondo il Buddhismo occupa un posto unico, come unica è la posizione del Buddha, il primo essere umano, secondo i suoi seguaci, che abbia realizzato con la Sua Perfetta Illuminazione l'Identità con la Verità; l'unico che non si sia presentato come un essere investito di una divina missione, ma come Uomo perfetto fra gli uomini; l'unico che, animato dal solo grande desiderio di liberare l'uomo, gli abbia indicato non solo una Via di perfetta purezza, ma anche una Via di vera e totale Libertà.

Egli non chiese che si credesse in Lui quale condizione per la salvezza; Egli non si pretese intermediario tra l'Uomo e la Verità; Egli - e questo solo basta a dirne la grandezza - fu l'unico che incitò coloro che lo ascoltavano a sottoporre le Sue stesse parole al vaglio della ragione e del buonsenso prima di accettarle come vere.

Egli non venne per dare agli uomini nuovi miti per una nuova idolatria, per porre le basi di una nuova casta sacerdotale; Egli venne per liberare l'Uomo non solo dalle illusioni di questo mondo, ma anche dai fantasmi dell'altro. In quale altra Religione troviamo un Maestro che paragoni il proprio Insegnamento ad una zattera, utile per traversare la corrente, ma di nessun uso una volta giunti all'altra riva?

“Fratelli, persino questa visione delle cose, così pura, così chiara, se voi ne siete legati, se voi le siete affezionati, se voi la serbate come un tesoro, se vi siete attaccati ad essa, allora voi non comprendete che l’insegnamento è simile ad una zattera, che è fatta per traversare, non per restarvi attaccati”.

“Un uomo, o Fratelli, è in viaggio. Egli giunge ad una grande distesa d’acqua di cui la riva dal suo lato è pericolosa e paurosa, mentre l’altra riva è sicura e senza pericoli. Egli non ha una barca per giungere all’altra riva e non c’è alcun ponte per traversare.

Egli pensa: ‘... Sarebbe bene che io raccogliessi dell’erba, del legno, rami e foglie per fare una zattera mediante la quale giungere sicuro all’altra riva, servendomi delle mani e dei piedi’. Allora quest’uomo, o Fratelli, raccoglie dell’erba, del legno, rami e foglie, costruisce una zattera e con questa passa sicuro all’altra riva, servendosi delle mani e dei piedi. Traversata la corrente e giunto all’altra riva egli pensa: ‘Questa zattera mi è stata di grande aiuto. Per mezzo di essa io sono passato sicuro all’altra riva... Sarebbe bene che io portassi questa zattera sulla testa o sulle spalle dovunque andrò’. Che cosa pensate, Fratelli? Agendo in questo modo questo uomo agirebbe convenientemente riguardo alla zattera?”

“No, Signore.”

“Come dunque agirà quest’uomo in modo conveniente riguardo alla zattera? Ora, compiuta la traversata e giunto all’altra riva egli pensa: ‘Questa zattera mi è stata di grande aiuto. Per mezzo di essa io sono passato sicuro all’altra riva... Sarebbe bene che io ora la deponessi a riva o la lasciassi andare con la corrente e che io me ne andassi libero dove vorrò’. In questo modo quest’uomo agirebbe in modo conveniente riguardo alla zattera.

Così, Fratelli, io ho insegnato una dottrina simile ad una zattera; essa è fatta per traversare, non per rimanervi attaccati".⁽¹⁾

Il Buddhismo non mira a fare dell'Umanità un gregge sottoposto all'autorità di qualche pastore che decida per noi quello che è vero o falso, giusto o ingiusto; nelle Parole del Buddha l'Ideale posto davanti all'Uomo è quello di una libertà perfetta da ogni illusione e da ogni servitù; di una libertà di coscienza assoluta, di una vita libera e lieta, per la fiducia illimitata che il Buddha pone nelle possibilità dell'essere umano di divenire, facendo appello solo alle proprie forze, supremamente saggio, supremamente compassionevole, supremamente puro — in una parola: Buddha.

Per questo nel Buddhismo non esiste autorità spirituale, non esistono dogmi e non si pronunciano anatemi.

Il Buddhismo non ha mai promosso, ma sempre subito, persecuzioni religiose. In nessuna Religione come nel Buddhismo troviamo quel sublime spirito di amore e di compassione esteso a tutto ciò che vive, a tutto ciò che sente e che soffre. Ascoltiamo le parole dell'Illuminato: queste furono rivolte ai Kālāma, una popolazione del Regno di Kosala, che un giorno si recarono dal Buddha per conoscere il Suo parere circa le varie dottrine che udivano predicare dai più disparati maestri. Ed il Buddha disse loro: "Si o Kālāma, è giusto che voi siate nel dubbio

(1) Walpola Rahula, *L'Enseignement du Buddha*, pp. 31 - 32.

e nella perplessità, poiché questo dubbio è sorto per un soggetto il quale è fonte di dubbi. Ora ascoltate, Kālāma: non lasciatevi guidare da quanto vi viene riferito, dalla tradizione o da quello che sentite dire. Non lasciatevi guidare dall'autorità dei testi religiosi, né dalla semplice logica e deduzione, né dalle apparenze, né dal piacere di speculare su delle opinioni, né da possibili verosimiglianze, né dal pensiero: 'egli è il mio Maestro'. Ma, o Kālāma, quando voi sapete da voi stessi che certe cose sono dannose, false e cattive, allora rinunciatevi... E quando sapete da voi stessi che certe cose sono utili e buone, allora accettatele e seguitele".⁽²⁾

Lo stesso spirito di tolleranza si ritrova negli Editti di Āsoka il grande Imperatore Buddhista del III secolo a.C.: "Non si deve onorare soltanto la propria religione e condannare quelle degli altri, ma si devono onorare anche le religioni degli altri... Agendo così si aiuta lo sviluppo della propria religione e si rende un servizio a quelle altrui. Agendo altrimenti si scava la tomba della propria religione e si fa pure del male a quelle altrui. Chiunque onora la propria religione condannando le altre lo fa beninteso per amore della propria, pensando: 'io glorificherò la mia religione'. Ma, in tal modo, egli invece arreca un grave danno alla propria religione. Così la concordia è buona: che tutti ascoltino e vogliano ascoltare le dottrine delle altre religioni".⁽³⁾

(2) Walpola Rahula, *op. Cit.*, p. 21

(3) Walpola Rahula, *op. Cit.*, p. 23

Così il Buddhismo non è basato sulla “fede”, una parola che significa in occidente l’abdicazione dell’intelligenza e l’usurpazione del suo trono da parte dell’autorità sacerdotale. Per il Buddhista il Signore è un grande Medico, il Maestro — medico (*Bhaisajya Guru*) che ha diagnosticato il male del mondo, ne ha indicato le cause, ne ha assicurata la guarigione e ne ha prescritta la cura⁽⁴⁾.

Il Buddhista ha *fiducia* nel grande Medico e, se vuole guarire dalla sofferenza ne segue la cura; se no, nessuno lo condanna a soffrire ancor più nell’inferno e perfino su questa terra, qualora il progresso della civiltà umana non lo abbia messo al riparo dai persecutori.

Il Buddha si è sempre preoccupato di insegnare una dottrina verificabile dall’Uomo stesso; il Suo insegnamento è piano e logico e la Via che Egli indicò è alla portata di tutti. I Punti essenziali della Sua Dottrina possono essere direttamente sperimentati e verificati nella stessa vita di tutti i giorni, dall’Uomo nella stessa vita umana. Come il Buddha disse: “In questo stesso corpo alto sei piedi, con le sue sensazioni, i suoi pensieri, le sue idee, io dichiaro a voi che ivi è il mondo, e l’origine del mondo, e la cessazione del mondo e così pure la Via che conduce alla cessazione del mondo”. Egli insegnava così che non dobbiamo aspettare la fine del mondo per vedere la

(4) Questo è appunto il contenuto delle Quattro Nobili Verità.

fine del dolore, e che è *in noi* il potere di giungere *qui ed ora* alla Verità ed alla Libertà.⁽⁵⁾

“Voi stessi dovete compiere l’opera; i tathāgatā indicano soltanto la via” (*Dhammapada*, 276). È evidente, quindi, che nostra è la responsabilità, nelle nostre mani il potere di salvarci o di perderci.

Due versetti del *Dhammapada* vengono di solito citati per porre in rilievo questa particolare attitudine buddhista; sono i primi due versetti di quel Libro stupendo e dicono:

Gli elementi sono predeterminati dai pensieri, sono cumuli di pensieri, sono fatti di pensieri.

Se un uomo oscuramente parla od agisce il dolore lo segue, come la ruota segue il piede di chi la tira.

Gli elementi sono predeterminati dai pensieri, sono cumuli di pensieri, sono fatti di pensieri.

Se un uomo chiaramente parla od agisce la gioia lo segue, come ombra che non abbandona.⁽⁶⁾

Gli *elementi* (dhammā) sono i fili che compongono la trama del divenire, quelli di cui è fatto il mondo, esterno ed interno, oggettivo e soggettivo. La stessa parola *dhammā* spesso è perciò tradotta “Il mondo” oppure “tutto quello che siamo”, etc. Quello che è importante notare è che:

1. L’Uomo è l’artefice assoluto del proprio destino, secondo un processo (Kamma o Karma)⁽⁷⁾ il quale aggiusta esattamente l’effetto alla causa.

(5) Christmas Humpreys, *The Wisdom of Buddhism*, n. 44.

(6) *Dhammapada*, trad. E. Frola (Boringhieri).

(7) In questa esposizione è data di preferenza la forma pāli dei vocaboli

2. Non vi è alcun posto per immaginare fattori soprannaturali quali un “creatore”, un Dio che giudica, etc. Nel Buddhismo la Verità suprema, la Realtà Ultima, l’Ordine, la Legge, tutti sono espressi dall’unica parola DHAMMA (*Dharma*); e Verità, Legge, Ordine sono sovrani: non vi è posto per l’arbitrio che le Religioni teiste attribuiscono ad una finzione antropomorfa.

É quindi chiaro il motivo dell’importanza che il Buddhismo attribuisce alla igiene mentale, come è espresso nel famoso versetto:

*Astenersi da ogni male,
Esercitarsi nel bene,
Purificare la propria mente:
Tale è l’insegnamento dei Buddha.*
(Dhammapada, 183)

Tale è il Buddhismo: una Via di intelligente e consapevole rettitudine, di libertà spirituale e di compassione senza limiti.

come quella più in uso nell’Insegnamento basilare del Theravāda.

L'UOMO NEI SUOI CINQUE AGGREGATI

L'Uomo è l'unico, fra gli esseri che popolano questo mondo, che possa aspirare alla Buddhità, che possa divenire un Buddha.

L'Uomo occupa una posizione centrale nel Buddhismo, la Religione dell'Uomo; è l'Uomo l'artefice del proprio destino, l'arbitro della propria vita e non vi è nessuno al di sopra di lui che possa giudicarlo, salvarlo od asservirlo.

L'Uomo ha in se stesso il Germe della Buddhità: "...All'interno del tuo corpo, tabernacolo delle tue sensazioni, cerca nell'Impersonale *l'uomo eterno* e, trovatolo, guarda al di dentro: tu sei Buddha".⁽⁸⁾

Più tardi comprenderemo che cosa vuol dire "nell'Impersonale": per ora riteniamo che la Buddhità non è un fatto accidentale o soprannaturale, od il risultato di una "incarnazione" divina: *la Buddhità è lo sviluppo perfetto della natura umana.*

"Nel campo della nostra Mente vi è un Tathāgata di Illuminazione, che irradia una luce possente che rischiara esternamente le sei porte (della sensazione) e le purifica. Questa luce è forte abbastanza da penetrare attraverso i sei cieli del desiderio, e quando viene rivolta all'interno verso l'Essenza della Mente

(8) *La Voce del Silenzio*, II Frammento.

essa elimina subito i tre elementi venefici, ... e ci illumina pienamente all'interno ed all'esterno".⁽⁹⁾

"All'interno della nostra Mente vi è un Buddha, e questo Buddha interiore è il vero Buddha. Se il Buddha non deve essere cercato all'interno della nostra Mente, dove troveremo il vero Buddha? Non dubitate che un Buddha si trova all'interno della vostra Mente, al di fuori della quale nulla può esistere".⁽¹⁰⁾

Ma che cosa compone l'Uomo, secondo il Buddhismo? Cinque Aggregati (Khandhā) che sono:

Rūpa

Vedanā

Saññā

Sankhārā

Viññāṇa

Questa classificazione non ha nulla di metafisico: è chiara, facilmente verificabile, eminentemente pratica.

Rūpa – Forma

La base materiale degli altri aggregati. Comunemente si intende per Rūpa il corpo fisico, ma esistono Rūpa più sottili.

Vedanā – Sensibilità

(9) Christmas Humphreys, *The Wisdom of Buddhism*, n. 8.

(10) Christmas Humphreys, *op. cit.*, n. 9.

La facoltà di provare piacere, dolore od indifferenza nelle sensazioni, nei sentimenti, nelle emozioni.

Saññā – Percezione

La facoltà di ricevere, assimilare, coordinare, sintetizzare e generalizzare le impressioni dei sensi. Questi sono sei: la mente, la vista, l'udito, l'olfatto, il gusto, il tatto.

Sankhārā – Componenti Karmiche

Tutti i fattori (tendenze, abitudini, impulsi, volizioni, automatismi, etc.), in gran parte inconsci, che compongono il carattere.

Il nostro stato attuale è la somma o la risultante di tutti i Sankhārā; come tale è condizionato dal nostro passato e condiziona a sua volta il nostro futuro secondo l'attività immanente di *kamma* (karma). Il concetto di Sankhārā esprime il fatto che la nostra vita – come tutto nell'universo – è un flusso karmico incessante e che la direzione di questo flusso è, momento per momento, la risultante di tutti i Sankhārā. La nostra stessa individualità è un fatto puramente karmico. L'estinzione dei Sankhārā è il *Nibbāna* (Nirvāṇa).

Viññāṇa – Coscienza

La facoltà di giudicare, di discernere, di distinguere e quindi di riferire l'esperienza ad un soggetto e ad un oggetto. In connessione con l'attività dei sei sensi Viññāṇa costituisce la normale coscienza

di veglia; in tale relazione si distinguono quindi sei modi di Viññāṇa.

Viññāṇa è essenzialmente una facoltà di Manas, la mente. Manas però subisce l'attrazione di due poli distinti: uno è il mondo dei sensi, l'altro uno strato più profondo, al di là della portata della coscienza di veglia normale. Questo strato è designato nel Mahāyāna da un termine introdotto nella Scuola Yogācāra: Ālaya o Ālayavijñāna (sanscr.) che letteralmente significa Coscienza-sede o Coscienza-dimora. Ālaya è la coscienza centrale od universale, in quanto è al di là di ogni dualità concepita dalla attività discriminativa di Manas. È chiamata Coscienza-sede perché in essa vengono raccolti, tramite Manas, i germi di futuri pensieri, azioni, etc, effetti di cause passate.⁽¹¹⁾

Ālaya, che da un lato si volge verso Manas ed il mondo dei sensi, dall'altro sconfinava nell'Assoluto. Nirvāṇa e Samsāra hanno quindi entrambi in Ālaya la loro sede.

La relazione fra Manas ed Ālaya è causa di un fenomeno rimarchevole. Nelle parole di D. T. Suzuki: "Manas è conscio della presenza dietro di lui di Ālaya ed anche della ininterrotta azione di quest'ultimo sull'intero sistema dei Vijñāna. Riflettendo sull'Ālaya ed immaginandolo come un ego, Manas si attac-

(11) Nella terminologia teosofica questo aspetto è rappresentato da Buddhi - Manas, il "Corpo Causale".

ca a questo come fosse reale... La nozione di una sostanza-ego è così stabilita..."⁽¹²⁾.

L'insieme dei cinque aggregati è sinteticamente chiamato spesso *Nāmarūpa*, letteralmente: Nome-Forma; includendo in *Nāma* i *Sankhārā* e le facoltà di *Viññāṇa*, *Saññā*, *Vedanā*.

Nome e forma definiscono l'individuo; deve essere però ben chiaro fin da ora che questa individualità è puramente condizionale, e che nessuna sostanza immutabile, eterna od indistruttibile corrisponde ad alcuno degli Aggregati o al loro insieme, e tanto meno alla illusoria idea di un ego separato (*Sakkāyaditthi*).

(12) The *Lankāvatāra Sūtra*, trad. D. T. Suzuki, pp. xxiii - xxiv

LE TRE CARATTERISTICHE DELL'ESISTENZA

Il Buddhismo riassume tutto il Reale nella parola *Dharma* (sanscr.) o *Dhamma* (pāli) che significa Legge, Verità, Ordine. Adoperata al plurale (dharmāḥ, dhammā) la medesima parola indica i costituenti di tutto il divenire, di tutto l'universo spirituale e materiale; ogni dharma (dhamma) può essere suddiviso in infiniti altri dharmāḥ (dhammā) ed a sua volta è uno dei componenti di un dharma più vasto. La distinzione fra un dharma e l'altro è puramente Karmica, condizionale, non assoluta. I dharmāḥ sono distinti convenzionalmente in due categorie:

1. Saṃskṛta *Dharmāḥ* o *Samskārah* (*Sankhatā Dhammā* o *Sankhārā*): i Dharma condizionati o composti, cioè tutto il divenire.
2. Asaṃskṛta *Dharmāḥ* (*Asankhatā Dhammā*): il Dharma (Dhamma) Incondizionato, l'Assoluto, il Nirvana.

Siamo a questo punto in grado di comprendere i tre famosi versetti (277-279) del Dhammapada:

“Sabbe sankhārā aniccā” – ti yadā paññāya passati
atha nibbindati dukkhe, esa maggo visuddhiyā.

“Sabbe sankhārā dukkhā” – ti yadā paññāya passati
atha nibbindati dukkhe, esa maggo visuddhiyā.

“Sabbe dhammā anattā” – ti yadā paññāya passati atha nibbindati dukkhe, esa maggo visuddhiyā.

“Tutte le cose condizionate sono impermanenti”...

“Tutte le cose condizionate sono dolore”...

“Tutti i Dhammā sono privi di sé⁽¹³⁾: quando questo è veduto *conformemente a saggezza* si supera il dolore; questa è la via della purezza”.

“Tutte le cose condizionate sono impermanenti”: tutto si trova in uno stato di flusso incessante; non vi è nulla che resti, sia pure per un istante piccolo quanto si voglia, uguale a se stesso; per così dire l'irreale esiste solo a patto di negarsi all'istante stesso in cui assume una parvenza di realtà; nulla permanente, nulla dura, tutto si trasforma incessantemente in un processo di divenire che non ebbe mai inizio né avrà mai fine. I dhammā sono i fili che compongono la trama di questo divenire incessante: essi sono composti in realtà di apparizioni istantanee successive, legate fra loro da Karma; ognuna di queste apparizioni istantanee (kṣaṇa, khana) è condizionata da quella che l'ha immediatamente preceduta e condiziona quella che la seguirà immediatamente; ogni dharma inoltre è condizionato dall'insieme degli altri, che esso condiziona a sua volta.⁽¹⁴⁾

(13) Privi di un sé separato, di una sostanza distinta: la Vita è Una.

(14) Nella Fisica moderna troviamo nelle “linee di universo” (l'estensione di un “oggetto” nello spazio - tempo) l'equivalente del concetto Buddhista di *Dharma*. Tali “linee di universo” rappresentano la “storia” di un oggetto, cioè la successione di tutti gli “eventi” che lo compongono. La dottrina Buddhista è riecheggiata dalla *Relatività*: “Nella vecchia concezione un oggetto materiale era qualcosa che perdurava attraverso il tempo ed intanto non si

Così è vero anche che “Yam kiñci samudayadhammam sabbam tam nirodhadhammam”: tutto quello che sorge deve anche scomparire.

A causa dell'attaccamento, quanto non perdura è fonte di dolore: “Yad aniccam tam dukkham” e quindi giungiamo alla seconda caratteristica dell'esistenza: *dukkha*, l'imperfezione, il conflitto, il dolore.

“Tutte le cose condizionate sono dolore” e chi scorge chiaramente questo fatto “conformemente a saggezza” è sulla via per superare il dolore, e questa è “la via della purezza”.

La Dottrina di Dukkha ha fatto dire ingiustamente che il Buddhismo è sostenitore di una visione pessimistica della vita; ma osserviamo innanzitutto che *dukkha* significa primariamente qualcosa di più vasto e generale che “dolore” – quest'ultimo essendo solo un aspetto di *dukkha*.

trovava in più di un luogo ad un tempo dato. Questo modo di considerare le cose è ovviamente connesso con la completa separazione dello spazio e del tempo in cui la gente credeva una volta. Quando noi sostituiamo lo spazio ed il tempo con lo spazio - tempo noi ci attendiamo naturalmente di dedurre la struttura del mondo fisico da costituenti limitati tanto nello spazio quanto nel tempo. Tali costituenti sono quelli che noi chiamiamo “Eventi”. Un evento non persiste muovendosi, come il tradizionale pezzo di materia: esso semplicemente esiste per un breve istante e quindi cessa. Un oggetto materiale è quindi risolto in una serie di eventi. Esattamente come, nel vecchio modo di pensare, un corpo esteso era composto di particelle, così ora ogni particella, essendo estesa nel tempo, deve essere considerata come composta da quelle che possiamo chiamare “particelle - eventi”. L'intera serie di questi eventi costituisce l'intera storia della particella, e la particella è considerata *essere* la sua storia, non qualche entità metafisica cui gli eventi accadono”. (B. Russell, *The ABC of Relativity*, XIV).

L'ultima frase di questa citazione richiama la Dottrina Buddhista di *anatta*, che vedremo poco oltre.

Come osserva il Ven. Dott. Walpola Rahula (op. cit.): “Il termine *dukkha*, la Prima Nobile Verità... include idee più profonde quali ‘imperfezione’, ‘impermanenza’, ‘vacuità’, ‘insostanzialità’ ”.

Poi, l’osservare la sofferenza non richiede una natura particolarmente pessimista: basta guardarsi attorno per vedere le immense sofferenze che affliggono l’umanità, il regno animale, la natura in generale; basta meditare un poco per intuire mille e mille sofferenze celate, come tante ferite aperte nel cuore di tutto ciò che vive e sente.

Il Buddhismo sarebbe pessimista se non scorgesse né fine né rimedio a questa sofferenza; ma la Terza Nobile Verità insegnata dal Signore afferma appunto che esiste una fine al dolore, che anche il dolore è impermanente. Ed i popoli buddhisti sono noti per il loro amore per la vita, e per la loro attitudine serena e gioiosa; non per nulla il Buddha considera la *gioia* uno dei sette “Fattori di Illuminazione”.

Il Buddhismo quindi non è né pessimista né ottimista: questi sono due estremi che l’Illuminato ha insegnato ad evitare; il Buddhismo è obbiettivo, come si conviene ad una Visione del mondo che fa della chiara consapevolezza una delle proprie virtù fondamentali.

Se quello che è *anicca* (impermanente) è *dukkha* (imperfetto e soggetto a conflitto, quindi sofferenza), esso è pure privo di qualunque sostanza permanente e quindi anche privo di una sostanza-ego o di

un sé proprio (anattā, “senza sé”). Ma qui troviamo un concetto più vasto: il Buddha non dice più (cfr. i versetti citati dal Dhammapada) “sabbe sankhāra anattā”; Egli dice: “sabbe dhammā anattā”: tutti i dhammā sono insostanziali, comprendendo quindi in questo Insegnamento non solo i dharma condizionati, ma anche il Nirvāṇa.

Noi interpretiamo questo Insegnamento nel senso che il Nirvāṇa non ha una sostanza distinta da quella del Samsāra, il mondo del divenire, e nel senso che il germe nirvānico presente in ogni essere (chiamato ātmā in altre Scuole di pensiero) non è un principio individuale distinto, una specie di super-ego presente individualmente in ogni essere particolare. “Sabbe dhammā anattā” esprime la verità che Tutto è Uno da un lato, e che nulla ha una sua sostanza separata dall’altro. Così non esiste neppure una sostanza separata dalle qualità, un pensatore distinto dal pensiero, un sofferente distinto dalla sofferenza, un Santo distinto dalla sua Santità. Anche in questo caso troviamo il moderno pensiero scientifico in accordo col Buddhismo.⁽¹⁵⁾

La Dottrina di Anattā porta a due importanti conseguenze: (I) non esiste un Ego individuale perennemente distinto dagli altri; (II) non esiste neppure una specie di Super-Ego cosmico eterno (“Dio”, etc.) come postulano le Religione teiste. Questi due punti vanno esaminati attentamente.

(15) Sulla “ipotesi non necessaria” di una sostanza materiale sottostante ai fenomeni osservati e distinta da essi, vedere il capitolo già citato di B. Russel da *The ABC of Relativity*.

Quello che comunemente è chiamato *anima* viene risolto dal Buddhismo nei quattro aggregati della Sensibilità, della Percezione, delle Componenti karmiche e della Coscienza. Sappiamo anche che quest'ultima ha vari strati di cui il più profondo è Ālaya. Quello che noi chiamiamo "io" è una illusione psicologica, limitata alla coscienza di veglia, nata da una serie di fattori che vedremo più oltre e di cui i principali sono *tanhā*, il desiderio, e *upādāna*, l'attaccamento. Un tale complesso di aggregati è, finché sussiste il karma che lo determina, sicuramente individuale; ma non c'è alcun "ego" sottostante⁽¹⁶⁾ concepito come una entità individuale *separata per natura propria* dal resto dell'esistenza.

Così dicasi per quello che comunemente è chiamato "Dio", "Īśvara", "Logos", etc. Nulla vieta di ammettere l'esistenza di una forma di intelligenza operante su scala cosmica; il Buddhismo anzi riconosce esplicitamente l'esistenza di una scala gerarchica di intelligenze, di cui l'uomo è uno dei componenti, e che si estende fino ad altezze per noi inimmaginabili; ma anche la più elevata di queste Intelligenze è *sankhata*, e quindi *anicca*, *dukkha*, *anatta*. Il "Logos", nome dato in certe Scuole di Pensiero all'insieme delle Intelligenze operanti su scala universale, è esso stesso soggetto a karma ed a tutte le leggi dell'universo, non superiore ad esse, né tantomeno il

(16) Anche l'ego, il Manas nel Corpo Causale, della Teosofia, è soggetto a questa analisi: anch'esso è *Sankhata*, condizionato e composto, e quindi *anicca*, *dukkha*, *anatta*, impermanente, finito, insostanziale. La sua durata è immensamente superiore a quella degli Skandhā della personalità terrena, ma tuttavia non infinita.

loro creatore, essendo tutte le leggi l'espressione dell'unica Legge, DHARMA, che è la Realtà Ultima, la Norma universale.

Come i teisti non trovano difficoltà ad ammettere l'esistenza di un Creatore increato, così i Buddhisti non trovano difficoltà ad ammettere un Ordine supremo, una Realtà impersonale, un Principio assoluto, un Tutto organico ed Indiviso che è Legge a se stesso. E tutto l'immenso, eterno divenire è compreso in questa Legge.

L A CO-PRODUZIONE CONDIZIONATA

Del nostro stato attuale noi possiamo scorgere forse le cause che l'hanno generato immediatamente, ma può sfuggirci la "origine ultima" della nostra condizione e del mondo in cui viviamo. Sotto la suggestione delle opinioni correnti in Occidente noi possiamo essere spinti a ricercare l'inizio e la fine di tutto ciò, ad immaginare un tempo che scorra senza limiti e nel quale ad un certo punto l'universo sia nato per morire un giorno. Ma non è il tempo compreso nell'universo, intessuto strettamente nella sua struttura? Esiste un tempo assoluto separato dagli eventi, distinto dai sankhārā? Non esiste, e quindi non ha senso cercare una origine nel tempo di qualcosa da cui il tempo stesso dipende. Il senso del tempo non è che una delle tante classificazioni operate da Saññā (la Percezione) e di cui Viññāṇa (la Coscienza) è consapevole.

Ha senso invece ricercare le condizioni che determinano l'apparire di un dato fenomeno ed il suo scomparire; essendo il Buddhismo interessato principalmente alla Origine ed al Superamento del Dolore, sono le condizioni di questo che sono state meglio definite.

L'insegnamento relativo è condensato nella formula conosciuta come *Pratītya Samutpāda* (sanscr.) o *Paticca Samuppāda* (pāli), che può essere reso come

“co-produzione condizionata”. Di questa si danno dodici anelli, connessi tra di loro dal principio generale:

<i>Imasmin sati idam hoti</i>	<i>Quando questo è, quello è</i>
<i>Imassupādā idam uppajjati</i>	<i>Quando questo sorge, quello sorge</i>
<i>Imasmin asati idam na hoti</i>	<i>Quando questo non è, quello non è</i>
<i>Imassa nirodhā idam nirujjati</i>	<i>Quando questo cessa, quello cessa</i>

All’inizio dei Dodici anelli di questa catena di trova Avijjā (sanscr. *Avidyā*), l’Ignoranza, l’errore, la non perfetta ed assoluta consapevolezza di ciò che è. Avijjā genera necessariamente un processo di autocondizionamento: questo processo ha sede naturalmente in Ālaya, che è Nirvāṇa se Onnisciente, Samsāra se soggetto ad Avijjā.

Avijjā è quindi l’origine di un processo causale, la sorgente di un flusso di Sankhārā (*Samskārah*), che sono qui sinonimo di Kamma (*Karma*).

Dai Sankhārā sorge Viññāṇa, la Coscienza, la consapevolezza di una sopravvenuta differenziazione e la Coscienza a sua volta stabilisce una distinzione, una discriminazione fra se stessa e l’esterno, fra il proprio contenuto ed i propri limiti, che essa avverte come qualcosa di “materiale”. In tal modo sorge la discriminazione fra “spirito” e “materia”, fra “nome” e “forma” ed infatti Viññāṇa è

detto produrre *Nāmarūpa*. Da questa prima discriminazione sorgono tutte le altre e l'universo viene perciò analizzato in una infinità di aspetti diversi, riassumibili nel risultato della attività dei sei sensi. *Nāmarūpa* genera e condiziona così *Salāyatana*, la "sestupla sede" da cui dipende appunto il contatto, *Phassa* (Sparsa), col mondo "esterno".

Da *Phassa* deriva *Vedanā*, la Sensazione, da questa la "sete" *Tanhā* (ṭṛṣṇā) da cui l'attaccamento, *Upādāna*. Dall'attaccamento ha origine l'esistenza, in una data situazione karmica, cioè un dato modo di esistenza, *Bhava*, da cui l'alternarsi, proprio di quella situazione, di nascita, *Jāti*, decadimento, *Jarā*, morte, *Marana*, accompagnati da *dolore*.

Questa che abbiamo tracciata è in un certo senso una genesi cosmica del dolore; allo stadio umano, fra la nascita e la morte, il carico di *Avijjā* può essere reso più leggero o più pesante; nel primo caso l'uomo si muove in direzione del *Nirvāṇa*, nel secondo i *Sankhārā* divengono più forti ed intricati e tutta la catena dei *Nidāna* lo lega più strettamente alla Ruota del divenire.

Avijjā quindi dipende a sua volta dall'ultimo anello della catena, e non è quindi un vero e proprio inizio, ma come una macchia universalmente diffusa e legata all'esistenza condizionata, ad un tempo origine e frutto di questa.⁽¹⁷⁾

(17) Cfr. In altri Sistemi la Dottrina di *Māyā*, l'Illusione, cosmica ed individuale.

Se Avijjā è eliminata si dissolvono i Sankhārā; dissolti i Sankhārā cadono le barriere di Viññāṇa, la Coscienza limitata, e con queste si dissolvono Nāmarūpa e Salāyatana; non ha quindi più luogo Phassa, né di conseguenza Vedanā; sparisce Tanhā, quindi Upādāna; dall'assenza di attaccamento deriva che non si è più legati ad un dato modo di esistenza (bhava) e quindi giunge a termine l'alternarsi di Jāti e di Jarā-maraṇa; così ha fine l'esistenza condizionata e con essa il dolore. Quello che sopravviene è l'Ineffabile, il Nirvāṇa.

Quello che deve essere chiaro è che *Paticca Samuppāda* esprime la concatenazione di certi fattori, non un processo che ha un inizio ed una fine quali termini della catena stessa; nessuno dei dodici è incondizionato ed ognuno di essi deriva da un altro. Avijjā non è una specie di macchia originale misteriosamente impressa sull'esistenza: Avijjā è una conseguenza del deterioramento (Jarā) cui nessuna esistenza può sfuggire e che si conclude con Maraṇa. L'intero processo quindi è una catena che si chiude su se stessa, senza inizio né fine; ma non è un processo meccanicistico, dal corso ineluttabile e su cui l'uomo non abbia controllo: lo stato nirvānico è latente nell'uomo e questo è il principio della sua libertà.

Riassumendo i dodici Nidāna indicando con (KH) quei fattori che appaiono anche nella classificazione degli Aggregati (Khandhā):

1. Avijjā	Ignoranza
2. Samkhārā (KH)	Componenti karmiche
3. Viññāṇa (KH)	Coscienza discriminativa
4. Nāmarūpa (KH)	Nome e Forma (“Spirito” e “Materia”)
5. Salāyatana	Sestupla Sede
6. Phassa	Contatto
7. Vedanā (KH)	Sensazione
8. Tanhā	Desiderio
9. Upādāna	Attaccamento
10. Bhava	Esistenza Karmica
11. Jāti	Nascita
12. Jarā-maraṇa	Decadimento e Morte

Talvolta i Dodici Anelli di questa catena causale vengono raccolti in tre gruppi riferiti a tre esistenze successive:

- I. Esistenza precedente: 1. Ignoranza, Errore
2. Fattori karmici che ne risultano
- II. Esistenza attuale: 3. Coscienza (che riappare alla nascita)
4. Nome e forma (organismo psicofisico)
5. Apparato sensoriale; i sei dominî della sensazione
6. Contatto
7. Sensazione
8. Desiderio

- III. Esistenza futura:
- 9. Attaccamento
 - 10. (Nuova) Situazione karmica
 - 11. Nascita (nell'ambiente adatto)
 - 12. Decadimento e Morte

L E QUATTRO NOBILI VERITÀ

Il Motivo centrale dell’Insegnamento del Buddha, ed il tema del Suo primo discorso, è costituito dalle *Quattro Nobili Verità* (Catvāri Aryasatyāni, Cat-tāri Aryasaccāni), che sono:

- I. ***La Verità del Dolore***: l’Esistenza condizionata è Dolore (Dukkha); il Buddha riassume questo insegnamento nelle parole: *Samkhittena pancupādā-nakkandhā dukkhā*: “In breve, i Cinque Aggregati dell’attaccamento sono dolore”, significando che il Dolore non è una entità metafisica, ma l’essenza stessa dei fattori che compongono l’essere umano (e gli altri esseri dell’Universo), e che l’attaccamento è la forza che mantiene uniti questi Aggregati di Dolore.
- II. ***La Verità dell’Origine del Dolore***: il Dolore deriva dal Desiderio egoistico, *Tanhā*, che infatti sappiamo produrre *Upādāna*, l’attaccamento, e quindi l’esistenza condizionata nei Cinque Aggregati. *Tanhā* si basa sulla illusione di un “sé” separato, che essa tende a rafforzare ed espandere, ma questa illusione, detta la “grande eresia” è un aspetto di Avijjā, e quindi inevitabile fonte di miserie morali e fisiche.
- III. ***La Verità della Cessazione del Dolore***: il Dolore, come tutte le cose condizionate, ha una origine e quindi deve avere una fine. Alcuni chiamano

questa “La Verità della Gioia” per sottolineare il fatto che il Buddha non ha insegnato il pessimismo. L’origine e la fine del Dolore sono nell’Uomo: il Buddhismo non ammette cause esterne e quindi non può accettare le varie vedute che attribuiscono il dolore ad una punizione divina (religioni teiste) od al concorso di cause fortuite ed incontrollabili (materialismo). Il dolore non può essere generato che da cause che appartengono a quella stessa corrente karmica che attualmente ha la “forma” di un dato essere umano; ed è questa stessa corrente che ha in sé le possibilità di generare cause contrarie e di giungere alla estinzione del dolore.

IV. *La Verità del Sentiero che conduce alla Cessazione del Dolore*: Questa espone il Sentiero mediano del Buddha, la Via che evita gli estremi rappresentati da un malsano ascetismo e da una vita sregolata, il *Nobile Ottuplice Sentiero* che consiste in:

1. **Retta comprensione** (Sammā Ditthi): quando il discepolo vede “le cose come esse sono” con chiara e limpida obbiettività e con serena consapevolezza; quando comprende che cosa è male e quale l’origine di questo; quando vede che cosa è bene e come questo si produce. Per il Buddhista naturalmente la Retta Comprensione si concreta nel vedere la realtà nelle sue tre caratteristiche di Impermanenza, Sofferenza, Insostanzialità od Impersona-

lità, e nel verificare le Quattro Nobili Verità, comprendendo l'operare della legge del Karma. Occorre sottolineare che la Retta Comprensione (Sammā Ditthi, Rette Vedute) non implica la minima accettazione per fede dei dati della Dottrina (Dhamma), ma al contrario esige la comprensione, possibile solo in un clima di libertà di coscienza.

2. **Retto Pensiero** (Sammā Sankappa): significa una giusta attitudine della mente, il motivo fondamentale essendo il desiderio di aiutare tutti coloro che soffrono. Il vero Buddhista si astiene dal male per diminuire la somma di sofferenza che grava sul mondo ed il suo pensiero, se è *retto*, è orientato verso il più nobile degli ideali: la Liberazione dal Dolore di tutto ciò che soffre.
3. **Retta Parola** (Sammā Vācā): il vero Buddhista si astiene dal dire quanto non sia vero, amovole od utile. Christmas Humphreys dice: "Il silenzio dovrebbe essere rispettato a tal punto che ogni parola che lo rompe debba, nascendo, rendere il mondo migliore" (*Buddhism*, Pelican Books, n. A 228).
4. **Retta Azione** (Sammā Kammanta): la diretta conseguenza dei tre "passi" precedenti ed il passo più importante su questo sentiero, dato che il Buddhismo è una Religione di azione, non di credo. La Retta Azione si esprime nella osservanza dei Cinque Precetti (*Panca Sīlā*),

ma questa osservanza deve essere ispirata a Retta Comprensione e corrispondere ad un Retto Pensiero. I Cinque Precetti (il numero è più grande per i Membri dell'Ordine) sono:

- I. Evitare di arrecare offesa o danno agli esseri viventi.
- II. Evitare di prendere ciò che non è dato.
- III. Evitare ogni atto sessuale immorale.
- IV. Evitare di dire il falso.
- V. Evitare cibi o bevande inebrianti od intossicanti.

Si diviene formalmente Buddhisti prendendo l'impegno di osservare questi Cinque Precetti.⁽¹⁸⁾

5. **Retti Mezzi di Sussistenza** (Sammā Ajīva): non è Buddhista chi vive sfruttando esseri senzienti od esercitando mestieri incompatibili con la Morale Buddhista, espressa dai Cinque Precetti.
6. **Retto Sforzo** (Sammā Vāyāma): questo è un requisito vitale, un appello ad uno strenuo esercizio delle virtù Buddhiste, una virile attitudine ben diversa dalla "apatia" che i pregiudizi occidentali attribuiscono ai Buddhisti. Questo Retto Sforzo può non manifestarsi in clamorose imprese, più pubblicitarie che efficaci se non tagliano il male alla radice,

(18) Tradizionalmente ciò avviene nel corso di una semplice cerimonia detta "Pansil" (abbreviazione di *Panca Silā*).

ma è nondimeno intenso, ed è l'unico capace di portare al superamento del dolore e della miseria. Chi appena abbia mosso qualche passo su questo sentiero sa quale impegno e quale strenua diligenza sono richiesti da una Disciplina che non addita all'Uomo nessun salvatore e nessuna speranza al di fuori di lui stesso.

Tradizionalmente Sammā Vāyāma è articolato come segue:

- Evitare che il male sorga;
- Superare quello che è già sorto;
- Sviluppare virtù non ancora possedute;
- Conservare e rafforzare le buone qualità già acquisite.

7. **Retta Consapevolezza** (Sammā Sati): questa è la base ed il cuore della Disciplina spirituale del Buddhismo. È la via alla conoscenza di se stessi ed alla Contemplazione della Verità. È definita dal Buddha "l'unica Via" (ekāyano maggo) che conduce alla purezza, alla pace, al Nibbāna. È la limpida, chiara, piena consapevolezza di *quello* che noi siamo e di *come* siamo, che penetra fin nei più profondi livelli della coscienza e che non lascia in ombra nessun pensiero, nessun motivo sia pure inconscio, nessun desiderio, di tutti questi definendo esattamente la natura. Sammā Sati

rappresenta un alto livello di chiarezza mentale ed è lo strumento principale della Ascesi Buddhista, basata sulla conoscenza e sulla realizzazione personale, non sulla fede cieca e sulla altrui esperienza.

(Su questo argomento torneremo più avanti in una apposita sezione).

8. Retta Concentrazione (Sammā Samādhi): questa è la unità interiore raggiunta quando tutto l'essere umano vive all'unisono col Dhamma, in armonia con la Verità.

Le Otto Sezioni del Sentiero vengono raggruppate secondo tre soggetti fondamentali: *Sīla* (Disciplina Etica), *Samādhi* (Disciplina mentale) e *Paññā* (Saggezza). Questi sono i Tre Fattori essenziali della disciplina Buddhista; *Sīla* è basata sulla suprema qualità buddhica: la *Compassione*, *Karuṇā*, la perfetta unione in spirito con tutto ciò che soffre; ed è basata ugualmente sulle altre qualità che con *Karuṇā* il Buddismo esalta al posto dell'ambiguo concetto di "amore": *Mettā*, il Desiderio che tutto ciò che vive sia felice; *Muditā*, la lieta partecipazione alla gioia altrui; *Upekkhā*, l'assenza di squilibri emotivi, il dimorare in una calma serena in ogni circostanza. *Sīla* comprende: Retta Parola, Retta Azione e Retti Mezzi di Sussistenza.

Samādhi è una condotta di vita interiore ispirata dal desiderio di purezza, essendo la purezza la condizione essenziale per una limpida visione del Rea-

le, ed intendendo per purezza la completa assenza delle tre “radici del male”: il desiderio, l'avversione, l'errore. Samādhi comprende Retto Sforzo, Retta Consapevolezza e Retta Concentrazione.

Paññā comprende Retto Pensiero e Retta Comprensione e rappresenta il culmine della Ascesi Buddhica; nella sua più piena espressione Paññā è la Perfetta e Completa Illuminazione (o Risveglio) di un Buddha (detto più propriamente *Sammāsambuddha*), il Perfettamente e Completamente Illuminato o Risvegliato.

Secondo il Buddhismo vi sono due specie di comprensione. La prima è conoscenza raccolta da fonti autorevoli, una comprensione intellettuale di un dato soggetto, una memoria accumulata di fatti noti. Questa è chiamata *anubodha* (anu = secondo, seguendo, lungo) cioè assenso od accettazione, più che vera conoscenza. La seconda specie è conoscenza reale e profonda, è penetrazione (*pativedha*) nella essenza delle cose e conoscenza diretta. Questa penetrazione è possibile quando la mente è libera da ogni impurità e pienamente sviluppata mediante la meditazione. Questa è la base della Retta Comprensione.

“Da questa breve descrizione del Sentiero possiamo vedere che esso è un modo di vita che può essere seguito, praticato e sviluppato da ogni individuo. È una auto-disciplina che coinvolge corpo, parola e mente, perfezionamento e purificazione di sé. Non ha nulla a che fare con credi, preghiere, adorazioni

e cerimonie. In questo senso non ha nulla di quanto popolarmente può essere chiamato 'religione'. È un Sentiero che conduce alla realizzazione della Realtà Ultima, alla completa libertà, felicità e pace attraverso la perfezione morale, spirituale ed intellettuale". (Ven. Dr. Walpola Rahula, op. cit.).



"Astenersi da ogni male,
Esercitarsi nel bene,
Purificare la propria mente,
Questo è l'Insegnamento dei Buddha."
(Dhammapada, 183)

"Una mente che non vacilla al contatto del mondo,
libera da tristezza, limpida, calma,
questa è la più grande benedizione."
(Sutta Nipāta, 267)

KARMA E REINCARNAZIONE

Una Religione adulta come il Buddhismo ha superato l'infantile idea che l'Uomo dipenda, per la propria vita e per la propria salvezza, dalla "bontà" di un Padre alla cui volontà sia dovuto tutto quello che l'uomo può incontrare sul proprio cammino. In questa visione del mondo troviamo talvolta un altro potere esterno cui viene attribuito tutto il male. Un tal modo di vedere è un residuo di un primitivo animismo che vedeva una volontà od una presenza soprannaturale in ogni fenomeno della natura, volontà o presenza che si cercava, secondo i casi, di propiziare o di placare con riti, cerimonie o sacrifici. Con il progresso umano il dominio del soprannaturale si è ristretto e molte potenze sono state detronizzate per lasciare il posto al monarca legittimo, un fattore naturale, non antropomorfo e non esterno all'Universo: la Legge. Tutto quello che esiste è l'espressione di una legge ed il "soprannaturale" è una pura illusione. Beninteso il Buddhismo non limita il "naturale" a quanto può essere percepito dai sensi dell'uomo comune allo stato di veglia, ma anche quello che è, comunemente, il "soprasensibile", è compreso nel dominio della Legge e dell'Ordine naturale (Dharma).

Così, come un teista non trova difficoltà ad ammettere un Creatore increato, il Buddhista non trova

difficoltà ad ammettere una Realtà (Dharma) increata che comprende tutto ciò che è, che è Legge (Dharma) a se stessa. L'Uomo è compreso in questa Legge ed egli può conoscerla ed usarla; qui sta la principale differenza dalla posizione teista e quindi si comprende come ad esempio la salvezza dell'Uomo non dipenda dal suo uniformarsi agli arbitrari (nel senso che avrebbero potuto essere diversi) comandamenti di una volontà esterna a lui, ma dal suo saggio adeguarsi ad una Legge che è *immanente in Lui*. In accordo con la Legge l'Uomo è onnipotente: non c'è dio né demone che possa opporglisi e privarlo del risultato delle sue buone azioni; d'altra parte nessuno, per quanto potente, potrebbe mai liberarlo dalle conseguenze delle sue azioni malvage.

Quell'aspetto della Legge Unica che aggiusta l'effetto alla causa sul piano morale, la "Legge di Retribuzione", è chiamato nel Buddhismo la *Legge del Karma* (sanscr.) o *Kamma* (pāli)⁽¹⁹⁾. Ne abbiamo già studiato il modo di operare quando abbiamo visto i Dodici Nidāna della Coproduzione Condizionata; qui ci resta solo da aggiungere qualche commento, soprattutto in relazione al processo che porta l'uomo a vivere alternativamente in uno stato senza forma (arūpa) e con la forma (rūpa), cioè l'alternarsi della "morte" e della "vita".

Questo non è che uno dei tanti fenomeni ritmici che osserviamo in Natura; sistole e diastole, sonno e

(19) Karma (letteralmente "Azione") è anche un nome della Legge Una, che è, per così dire, l'aspetto attivo della Realtà Una (Dharma).

veglia, notte e giorno. Per il Buddhista la Rinascita è una ovvia verità: egli infatti è convinto di vivere in un Universo retto dalla Legge e non saprebbe spiegarsi altrimenti la somma di felicità o di dolore che egli osserva negli esseri umani, spesso in contrasto con i loro apparenti meriti attuali. Egli non può concepire la volontà di un Dio "buono" dietro la morte per fame di un bambino, né supporre "imperscrutabili disegni della Provvidenza" dietro la nascita di un idiota. Né egli d'altra parte può escludere il mondo morale dal dominio della Legge e quindi non può spiegarsi come dovuti a cause puramente materiali (come l'eredità biologica, o la "sfortuna" di essere nato in certe determinate circostanze) i vari e complessi destini degli esseri senzienti. È dunque il Karma generato in precedenti esistenze l'unica spiegazione ragionevole per le condizioni della esistenza attuale, e il Buddhista non imputa ad altri che a se stesso il bene ed il male che incontra nel corso della propria vita.

È anche chiaro che qui non è questione alcuna di "premio" o di "punizione", dato che non vi è né giudice né accusato; la vita è una vasta arena dove infinite situazioni sono possibili, ma nessuna di esse può dipendere da cause esterne a noi o non corrispondere esattamente ad una nostra scelta; se entriamo in un prato fiorito non è un "premio" il fatto di trovarvi dei fiori, e se mettiamo una mano nel fuoco non è una "punizione" l'ustione che ne risulta.

Perchè non ricordiamo le vite passate? Intanto questo non è sempre vero: il Buddha ad esempio ricordava le vite passate⁽²⁰⁾ e questo è uno dei poteri dell'Arhan, colui che è sulla soglia del Nirvāṇa.

Poi, la comune memoria è legata al cervello e questo si dissolve dopo la morte; anche ora, che cosa ricordiamo della nostra infanzia? Il fatto che la memoria delle vite passate sia possibile dimostra comunque che vi sono strati più profondi di *Viññāṇa* (la Coscienza) che sopravvivono alla distruzione degli Aggregati che segue la morte; questi strati sono normalmente inconsci, ma possono in certe determinate circostanze essere portati entro il campo della coscienza di veglia.

Se teniamo presente inoltre che il legame fra una vita e la successiva è rappresentato dal Karma e se ricordiamo quanto fu detto al cap. II sul Khandha Sankhārā (le "Componenti karmiche") è chiaro che quegli strati più profondi di *Viññāṇa*, cui alludevamo prima, sopravvivono unitamente alla *risultante* di tutti i Sankhārā, risultante che riassume in sé tutto il karma dell'individuo.

Il nuovo individuo è detto dal Buddha essere "na ca so na ca añño": *né lo stesso, né un altro*; non è lo stesso a causa dell'inesorabile cambiamento, del flusso incessante che è l'essere (anicca): non è un altro perché quella corrente karmica che costituisce un dato individuo è una corrente individuale. È que-

(20) In Oriente vi è una solida tradizione di casi di ricordo di vite passate da parte di numerose persone.

sta corrente individuale che, ridotta dalla morte alla sua espressione più astratta, dà una individualità condizionale ad Ālaya⁽²¹⁾; è Ālaya che, impregnandosi dell'aroma, per così dire, della personalità che non è più, lega l'uno all'altro gli anelli di una catena di vite: è Ālaya che, alla fine, riconoscerà se stessa come Buddha.

L'ansia, che tutte le Scuole Buddhiste dimostrano, di sottolineare che la Vita è una ed indivisa ha condotto la Scuola Theravāda ad una troppo radicale interpretazione del concetto di *anatta* (non sé) e quindi alla negazione di una qualsiasi sopravvivenza dopo la morte, nel timore di suffragare la teoria di una "anima" distinta ed eternamente separata. L'unica cosa che "sopravvive", secondo questa Scuola, è Karma. Ma, per quanto possa apparire strano a prima vista, tale Dottrina differisce solo superficialmente da quella della Scuola Mahāyāna, che insegna la sopravvivenza di un complesso individuale (anch'esso però caratterizzato da *anicca*, impermanenza), come abbiamo già suggerito più sopra introducendo nuovamente il concetto di Ālaya. Non possiamo discutere ora questo punto; possiamo solo suggerire quanto segue: se *tutto* è *anatta*, insostanziale, se non vi è alcuna sostanza sottostante ai fenomeni che osserviamo, tutto si riduce ad un complesso o ad una successione di *azioni* cui non corrisponde alcun "agente"; ora "azione" è, letteralmente, KARMA. Per

(21) La Monade, Atmā - Buddhi, nella terminologia teosofica. Rivedere quanto detto al cap. II, su Alayavijnāna.

chi voglia riflettere, la nostra dimostrazione è praticamente completa.

Ma non si dimentichi che, qualunque sia la Scuola di loro scelta, tutti i Buddhisti sono d'accordo su questi punti: (1) le successive esistenze, collegate e regolate da karma, formano una catena che finisce nel Nirvāṇa; (2) ogni essere umano progredisce verso il Nirvāṇa lungo una di tali catene; (3) da una vita all'altra l'individuo non è "né lo stesso né un altro", come il vecchio non è né lo stesso né un altro rispetto al fanciullo che era, come un fiume nello "stesso" punto del suo corso è in realtà sempre diverso per l'incessante scorrere dell'acqua; (4) che la Vita è una ed indivisa, in uno stato di perenne trasformazione, come un fiume impetuoso che non ristagna mai.

Una immagine che viene talvolta usata a questo proposito è quella di una candela che ne accende un'altra. La luce della seconda candela è la stessa della prima? "Accendete una candela da un'altra, e la luce è la medesima, benché diversa, la medesima in essenza benché, forse, appaia brillare più intensamente di prima... Forse la cera che compone la seconda candela è più pura, il lucignolo di materiale più fine, ed il tutto creato da uno stampo migliore. In questa misura la seconda è diversa dalla prima, tuttavia la Luce o la Vita è la stessa ed una sola, e risplende più intensamente nel secondo caso perché più puri sono gli skandhā della sua forma" (Christmas Humphreys, *Buddhism*, Pelican Books, A 228).

Dal punto di vista Buddhista la dissoluzione finale degli Skandhā non è che una drammatica amplificazione di quello che accade ad ogni istante della nostra vita: in ogni momento noi moriamo e rinasciamo; nel giro di pochi anni tutta la materia del nostro corpo è completamente rinnovata; noi non siamo mai lo stesso "io" in due istanti successivi ed è solo la continuità di questa corrente che fa sorgere l'idea di un "io" che si perpetua identico a se stesso attraverso il mutamento degli Skandhā.

Vi è un aspetto del Karma che dobbiamo vedere a questo punto e che è considerato in modo particolare dalla Scuola Mahāyāna.

Se la Vita è una e se solo in un senso convenzionale possiamo parlare di "mio" e di "tuo", etc. non devono essere assolutamente invalicabili neppure le barriere che il karma stabilisce fra i vari destini individuali.

È beninteso assiomatico che le conseguenze di una azione debbano ripercuotersi su chi commise l'azione, e solo su di lui: nessuno può subire le conseguenze di azioni, buone o cattive, commesse da un altro.

Ma dove comincia e dove finisce la responsabilità di un individuo? Quanta parte hanno avuto nello spingerlo a quella azione la sua famiglia e la società in cui vive?

È chiaro che il concetto di karma individuale va integrato a quello di *Karma collettivo* o *distributivo*:

esiste cioè un karma di famiglia, di gruppo, di nazione, di razza, così come esiste un karma della intera Umanità. Molto di quello che soffriamo dipende dal Karma del gruppo di cui facciamo parte ed alla cui vita contribuiamo. Il solo fatto della esistenza di unità collettive, dotate di una propria individualità, è una prova della esistenza di un Karma collettivo.

Questo porta ad una conseguenza di grande significato mistico: la possibilità che alcune anime eroiche possano col loro sacrificio alleviare le pene di una intera collettività umana⁽²²⁾. Chi si innalza spiritualmente al di sopra del gruppo cui appartiene diviene un fulcro per la leva del karma collettivo, ed a giusto titolo può esser chiamato un Salvatore dell'Umanità, benché naturalmente il Karma puramente individuale sia inviolabile. Nel Mahāyāna questo stato è esplicitamente posto come Ideale di fronte al discepolo.

Accade inoltre che nessuno può rendere migliore o peggiore se stesso senza rendere migliore o peggiore l'umanità, di cui ogni individuo è parte integrante. Gli effetti, una volta che le cause sono state generate, non possono essere arrestati, ma una umanità migliore li sopporterà con minor sofferenza e con maggior saggezza. Alleviare le sofferenze degli uomini e degli animali è un preciso dovere per il Buddhista; ma un Buddhista che comprenda profondamente la natura e l'origine del dolore sa che molto più efficace è lavorare al progresso della raz-

(22) Sono questi i *Bodhisattva*, i "Figli del Buddha", nel Mahāyāna.

za umana, insegnare agli uomini ad evitare le *cause* della sofferenza; egli personalmente sceglierà poi un modo di vita inoffensivo e si dedicherà allo sviluppo in lui delle qualità Buddhiche, cui egli aspirerà non per sé, ma perché la vita dell'Umanità sia più pura e più ricca. Per sé egli non può desiderare nulla, perché ciò che arricchisce il "sé" è morte e delusione; ma se l'appello a vivere una vita più nobile gli viene dalla percezione della sofferenza della vita che è intorno a lui, allora egli è sulla Via.

I QUATTRO SENTIERI

“Negli ultimi stadi del Sentiero il neofita raggiunge una importante crisi nel suo sviluppo spirituale. Finora egli ha percorso un sentiero di comprensione e moralità elementari. Ma giunge tuttavia un tempo in cui, senza abbandonare necessariamente la vita di famiglia, egli dedica se stesso irrevocabilmente alla vita dello Spirito. Da allora in poi il suo progresso è segnato da quattro Stadi, che rappresentano una progressiva espansione della sua coscienza.” (Christmas Humphreys, op. cit.)

Questi Quattro Stadi o “Sentieri” sono:

- I. *Sotāpanna*: “Colui che è entrato nella corrente” per giungere “all’altra riva”.
- II. *Sakadāgāmi*: “Colui che ritornerà (a rinascere) solo una volta”.
- III. *Anāgāmi*: “Colui che non tornerà”, cioè che non è più *forzato* a rinascere per obblighi karmici.
- IV. *Arahā*: “Il Degno, il Santo”, che è giunto alla Meta⁽²³⁾.

(23) I nomi sanscriti dei Quattro Sentieri sono: Srotāpanna, Sakṛdāgāmin, Anāgāmin, Arhan (Arhat).

Questi quattro Stadi sono caratterizzati da certe precise realizzazioni; vi sono cioè dieci vincoli o “ceppi” da cui il Discepolo deve liberarsi.

I Dieci ceppi sono:

1. *Sakkāyaditthi*: L'illusione della realtà di un “sé” separato.
2. *Vicikicchā*: Il dubbio o lo scetticismo riguardo alle Verità fondamentali.
3. *Sīlabbataparāmāsa*: La credenza nella efficacia dei riti e delle cerimonie.
4. *Kāmarāga*: La sensualità.
5. *Patigha*: L'avversione, ogni forma di ostilità.
6. *Rūparāga*: Desiderio di vita (separata) nel mondo della “Pura Forma”.
7. *Arūparāga*: Desiderio di vita (separata) nel mondo “privo di forma”.
8. *Māna*: L'orgoglio (spirituale).
9. *Uddhacca*: Il senso della propria “personale” rettitudine (in confronto agli “altri”).
10. *Avijjā*: L'ignoranza, l'illusione.

Il *Sotāpanna* deve avere lasciato dietro di sé i primi tre ceppi; deve essersi liberato dal senso della separazione, non deve più sentire gli altri come esseri diversi o distinti da lui; deve aver compreso che la sua “individualità separata” è solo un frammento non isolato della Vita Una. Il “Dubbio” significa in-

certezza relativamente alla meta verso cui il discepolo si muove; questo è il secondo vincolo da cui il Sotāpanna deve liberarsi. Il terzo è l'attaccamento alle regole formali e la credenza nella efficacia dei riti e delle cerimonie; questa è una delle illusioni più profondamente radicate nell'uomo, ma il discepolo del Buddha ne deve essere libero. Le cerimonie sono per i fedeli una specie di stupefacente mentale; tendono a diventare un'abitudine ed una necessità, sostituendo lo sforzo interiore; per l'officiante sono un mezzo per tenere unito il suo gregge e per conservare potere su di esso, dato che una particolare "investitura" è necessaria perchè il "rito" abbia gli "effetti" promessi. Vi sono alcuni che in teoria riconoscono il valore non essenziale dei riti, ma che in pratica non sanno distaccarsene e continuano a praticarli ed a convincere gli altri a seguirli. Così la congregazione diviene uno strumento delle sottili ambizioni dell'officiante, il quale, pur dichiarandosi di servire scopi altruistici, in pratica non rinunzierebbe mai ad imporre i propri servigi. Questo è un esempio del funzionamento di *Paticca Samuppāda*: l'ignoranza è il primo anello; da questi giungiamo a *Vedanā*, la gradevole sensazione suscitata da una cerimonia, poi a *Tanhā*, il desiderio di ripetere l'esperienza, da cui *Upādāna*, l'attaccamento, lo stabilirsi di una necessità, di una abitudine; ne deriva una certa situazione esistenziale che conduce all'inizio di un ciclo di esperienze (*Jāti*), al loro esaurimento ed alla

loro conclusione, dopo di che il fardello di Avijjā sarà più leggero o più pesante, secondo i casi.⁽²⁴⁾

Il Buddhismo è vivamente enfatico su questo punto e incita costantemente i seguaci del Vero a non dipendere mai da poteri esterni. Prima di morire il Buddha rivolse ad Ānanda, il Discepolo che gli era più vicino col cuore, queste famose parole:

“Siate isole a voi stessi, Ānanda! Siate rifugio a voi stessi; non prendete per voi un altro rifugio. Considerate la Verità come un’isola, la Verità come un rifugio. Non cercate un rifugio in nulla salvo voi stessi...

E quanti, Ānanda, ora o dopo che io sarò morto, saranno un’isola a se stessi, un rifugio a se stessi, non prendendo per se stessi alcun altro rifugio, ma guardando alla Verità come ad un’isola, alla Verità come ad un rifugio, non cercando rifugio in nulla salvo che in se stessi, sono questi, Ānanda, che fra i miei discepoli raggiungeranno l’altra riva! Ma essi debbono compiere loro stessi lo sforzo necessario”.⁽²⁵⁾

Il pensiero è un potere creatore, e molte immagini latenti nei *Sankhārā* acquistano vita propria quando i poteri dell’anima cominciano a svegliarsi. Fissando lo sguardo solo all’interno, solo sulla Verità, si procede sicuri da molti pericoli.

(24) Come abbiamo mostrato in questo esempio, i 12 Nidāna sono in realtà dei fattori astratti, suscettibili di assumere vari significati in situazioni diverse. Così abbiamo interpretato qui Jāti come “l’inizio di un ciclo di esperienze” invece che come “nascita” nel senso usuale. Il lettore può utilmente esercitarsi ad interpretare in questo contesto gli anelli che non abbiamo esplicitamente esaminato.

(25) T. C. Humphreys; *The Wisdom of Buddhism*, n. 56.

Superati questi primi tre ostacoli il Discepolo è entrato nella corrente; superato il quarto, e parzialmente anche il quinto, procede sul “secondo sentiero”, quello del *Sakadāgāmi*, divenendo *Anāgāmi* col liberarsi completamente di *Patigha*.

Su questi due ceppi non vi è molto da dire; il discepolo deve essere assolutamente libero dalla sensualità e da ogni forma di ostilità, come deve essere naturale per chi sente ormai la Vita come una.

Sul Sentiero dell'*Arhan* vengono superati gli ultimi cinque ostacoli. Al nostro livello è difficile e presuntuoso cercare di avere o di dare un'idea esatta di essi. Approssimativamente si può dire quanto segue: *Rūparāga* e *Arūparāga* sono due ostacoli al distacco del Santo dalle esperienze connesse con l'esistenza in una qualche forma di vita.

Superato il desiderio di vivere in una forma materiale e superato il mondo o la sfera del desiderio (*kāmaloka*), il discepolo sulla via della Santità potrebbe essere attratto da condizioni di esistenza (*bhava*, 10° *nidāna*) in piani superiori di vita, certo più sottili, ma sempre condizionati.

La tradizione Buddhista ne menziona due: *Rūpaloka* ed *Arūpaloka*, il Mondo della Pura Forma ed il Mondo della Non-Forma, al di là dei quali si estende l'oceano senza rive del *Nirvāna*.

Il completo distacco del Santo lo deve condurre anche al di là di questi mondi spirituali, perché non

è di grande vantaggio la sostituzione di una illusione spirituale ad una illusione materiale.

“Lottavo dei ceppi, l’Orgoglio Spirituale – dice Christmas Humphreys nel suo *Buddhism* – spiega una vasta percentuale della follia umana. Perfetto è l’uomo che alla fine lo esclude fin nelle sue forme più sottili”.

Il senso della propria virtù è un’altra sottile tentazione. Qui non possiamo fare di meglio che ricordare alcuni ben noti detti: “non immaginare di poterti distinguere dai malvagi o dagli stolti. Essi sono te stesso, benché in minor grado del tuo amico o del tuo Maestro. Ma se tu lasci che l’idea di separazione da ogni malvagia cosa o persona cresca in te, ciò facendo crei Karma che ti legherà a quella cosa o persona fino a che l’anima tua riconosca che non può esserne isolata. Ricordati che il peccato e l’onta del mondo sono il tuo peccato e la tua onta, perché tu sei parte del mondo. Il tuo Karma è inestricabilmente intessuto col grande Karma. ... L’uomo che si stima giusto prepara a se stesso un letto di fango. Astienti perché l’astenersi è giusto, non perché tu ti serbi puro.⁽²⁶⁾”

Avijjā è naturalmente l’ultimo vincolo da spezzare: dispersa ogni illusione l’Arhan è in Nirvāṇa.

(26) La Luce sul Sentiero, I, 5, Nota.

L A RELIGIONE DELL'AMORE

Benché la parola “amore” debba essere presa con cautela, data la sua estrema ambiguità, è tuttavia indubbio che il Messaggio del Buddha non solo risplende della luce della più alta Saggezza, ma è anche riscaldato dalla Fiamma del più puro Amore. È questa Fiamma limpida, che arde senza fumo; è la Fiamma di un Amore intenso ma sereno, nel quale l’oblio di sé e la perfetta consapevolezza si uniscono alla più completa libertà interiore per dar vita ad un immacolato loto con quattro petali: le *Quattro Divine Dimore* (*Brahmavihārā*).

Chi ama perfettamente sente come proprie le sofferenze altrui, desidera ardentemente l’altrui felicità, partecipa con sincerità e simpatia alla gioia altrui e resta padrone di sé e del proprio amore, perché non vi è amore senza libertà interiore: l’amore è un dono libero e spontaneo e come tale richiede la completa integrità dell’individuo.⁽²⁷⁾

(27) Uno dei maggiori studiosi contemporanei di Psicologia, Erich Fromm, riafferma tale concetto in una delle sue Opere più significative, *L'Arte di Amare*. Egli dice: “L’amore maturo è unione a condizione di preservare la propria integrità, la propria individualità. L’amore è un potere attivo dell’uomo, un potere che annulla le pareti che lo separano dai suoi simili, che gli fa superare il senso di isolamento e di separazione e tuttavia gli permette di conservare la propria integrità”.

Si possono utilmente consultare: *Psicoanalisi e Buddismo Zen* a cura di Suzuki, Fromm e De Martino; *Psicoanalisi e Religione* di E. Fromm.

Queste quattro condizioni del perfetto amore sono appunto le Quattro Divine Dimore:

1. *Karunā*: la Compassione;
2. *Mettā*: l'amorevole interesse per gli altri;
3. *Muditā*: la Simpatia gioiosa;
4. *Upekkhā*: la condizione di Libertà interiore.

Di queste quattro forme dell'amore la prima è la più specificamente buddhista; se tutto è dolore (1^a Nobile Verità) la Compassione, il sentire come proprio il dolore altrui, è la prima risposta del Buddhista e la nota fondamentale dei suoi rapporti con gli altri. Il Buddha stesso è *Karunā - Prajñā*, Compassione - Saggezza. L'acquisto e lo sviluppo di queste qualità segue lo sviluppo spirituale del Buddhista e nella sua pratica meditativa egli irradia benedizioni sul mondo secondo la formula seguente (*Dīgha Nikāya*, XXXIII, 4):

“Si irradiano pensieri di... (Amore, Compassione, Gioia, Libertà interiore)... prima in una direzione, poi in una seconda, poi in una terza, poi in una quarta, poi in alto, in basso, tutto intorno. Identificando se stessi con tutto, si pervade l'intero universo con pensieri di... con cuore grande, vasto, profondo, illimitato, purificato da ogni malevolenza”.

Questa pratica è regolarmente ripetuta per ognuno dei Brahmavihārā. L'uomo capace di irradiare veramente sul mondo la pienezza dell'animo suo non è più solo: tutti gli esseri sono parte di lui ed il Signore stesso prende dimora nel suo cuore. Superati i limiti

della personalità lo spirito umano si identifica con l'eterno Principio buddhico:

“Fuggi l'ignoranza e fuggi del pari l'illusione. Distogli il tuo sguardo dalle illusioni del mondo; diffida dei tuoi sensi, ché son bugiardi. Ma dentro il tuo corpo, tabernacolo delle tue sensazioni, cerca nell'Impersonale l'“uomo eterno” e, trovatolo, guarda all'interno: tu sei Buddha”.
(*La Voce del Silenzio*)

Ed in verità il Buddha è presente in colui che fa suo l'immortale comandamento:

“Tenda la tua anima l'orecchio ad ogni grido di dolore, come il loto apre il suo cuore per bere il sole mattutino.

Il sole ardente non asciughi una sola lagrima di dolore prima che tu stesso l'abbia tersa dall'occhio del sofferente.

Ma ogni rovente lagrima umana cada sul tuo cuore e vi resti, né tergerla mai, finché non sia rimosso il dolore che la produsse”. (*La Voce del Silenzio*)

Il senso di amore che deve ispirare il discepolo buddhista è paragonato dal Buddha a quello di una madre per il suo unico figlio, in un brano famoso del *Mettā Sutta* (Il Sutta dell'Amore).

“Nessuno umili un altro, nessuno, in qualunque circostanza, disprezzi un altro; nessuno, per collera o risentimento, desideri il male di un altro.

Come una madre difenderebbe con la vita il suo proprio figlio, il suo unico figlio, così sviluppi egli un animo illimitato verso tutti gli esseri viventi.

Coltivi amore ed un animo illimitatamente benigno per tutto il mondo: in alto, in basso ed in ogni altra dire-

zione senza impedimento alcuno, amichevolmente e con animo pacifico". (*Sutta Nipāta*, 148-150)

Su questo argomento si potrebbero riempire pagine e pagine, ma queste poche gemme saranno sufficienti a dimostrare come il Buddhismo, in ognuna delle sue Scuole, sia tutt'altro che una Religione "fredda".

Quanto può aver contribuito a questa impressione, decisamente errata, la serena compostezza, la consapevole padronanza di sé, l'avversione per ogni eccesso emotivo, l'umiltà e la modestia, così frequenti fra i discepoli del Buddha e così rare in questo fragoroso Occidente?



A PPENDICE

METTĀ SUTTA

(Khuddakapāṭha, IX; Sutta Nipāta, 143-152)

Mettā (sanscr. *Maitri*) è una delle *Quattro Divine Dimore*, od i quattro sublimi stati della mente nei quali il Buddismo riassume il proprio concetto di “amore”. Essi sono: (1) *Karuṇā*, la Compassione, il sentire come propria la sofferenza altrui; (2) *Mettā*, la Benevolenza, cioè il desiderare la felicità altrui; (3) *Muditā*, la Gioiosa Simpatia, il sentire come propria la gioia altrui; (4) *Upekkhā*, l’Equanimità, il perfetto equilibrio emotivo di chi è libero dalla illusione del “sé”. Mettā è qui tradotto con “amore”.

143. Ecco ciò che deve fare colui che si è posto sul retto sentiero ed è capace di realizzare il bene: sia diligente, onesto, integro, cortese nel parlare, benigno, privo di arroganza,
144. contento, frugale, sereno, di pochi bisogni, calmo nei sensi, prudente, riservato, non bramoso.
145. Non commetta alcuna bassa azione che gli meriti il biasimo dei saggi. (E così egli pensi): “siano felici tutti gli esseri”, vivano essi in pace ed abbiano animo lieto!

146. Quali che siano gli esseri viventi, nessuno escluso: mobili od immobili, lunghi, grandi, medi o corti, esigui o corpulenti,
147. visibili od invisibili, vicini o lontani, già nati o da nascere, siano tutti gli esseri di animo lieto!
148. Nessuno umilī un altro; nessuno, in qualunque circostanza, disprezzi un altro; nessuno, per collera o risentimento, desideri il male di un altro.
149. Come una madre difenderebbe con la vita il suo proprio figlio, il suo unico figlio, così sviluppi egli un animo illimitato verso tutti gli esseri viventi.
150. Coltivi amore ed un animo illimitatamente benigno per tutto il mondo: in alto, in basso ed in ogni altra direzione senza impedimento alcuno, amichevolmente e con animo pacifico.
151. Che stia fermo o cammini, che sieda o giaccia, sia libero da indolenza e fissi la mente sulla consapevolezza; tale condizione — come è detto — è divina.
152. Non abbracciando alcuna opinione (settaria), osservando un retto comportamento, dotato di retta visione, libero dalle brame dei sensi, certamente non entrerà di nuovo in un grembo materno.



MANGALASUTTA

(Khuddakapāṭha; Sutta Nipāta, 259-269)

259. L'evitare la compagnia degli stolti, il frequentare i sapienti, la devozione resa a coloro che la meritano, questa è la più grande benedizione.
260. Il vivere in luogo adatto, l'aver compiuto buone azioni in una vita precedente, l'aspirare alla perfezione, questa è la più grande benedizione.
261. Profonda conoscenza, diligenza, disciplina perfettamente acquisita, retto linguaggio, questa è la più grande benedizione.
262. L'aver cura della madre e del padre, il proteggere la moglie ed i figli, l'aver oneste occupazioni, questa è la più grande benedizione.
263. La beneficenza, il retto vivere, l'aver cura del prossimo, il compiere azioni irreprensibili, questa è la più grande benedizione.
264. Distaccarsi ed astenersi dal male, astenersi da bevande inebrianti, vigilare sugli stati della mente, questa è la più grande benedizione.
265. Rispetto, umiltà, contentezza e gratitudine, l'ascoltare a tempo debito l'Insegnamento, questa è la più grande benedizione.
266. Tolleranza, cortesia, la compagnia degli asceti, il conversare a tempo debito sull'Insegnamento, questa è la più grande benedizione.

267. Austerità, purezza, comprensione delle Nobili Verità, realizzazione del Nibbāna, questa è la più grande benedizione.
268. Una mente che non vacilla al contatto del mondo, libera da tristezza, limpida, calma, questa è la più grande benedizione.
269. Coloro che seguono questi principî sono invitti in ogni circostanza e sicuri ogni dove. E questa è per loro la più grande benedizione.



PANSIL
(Il Saluto)

Namo tassa	<i>Onore a Lui, al Sublime,</i>
Bhagavato Arahato	<i>al Santo, al Perfetto</i>
Sammāsambuddhassa	<i>perfettamente Svegliato!</i>
(Tre volte)	
Tisaranam	
Buddham saranam	<i>Io vado al Buddha quale</i>
gacchāmi	<i>Rifugio;</i>
Dhammam saranam	<i>Io vado alla Verità quale</i>
gacchāmi	<i>Rifugio;</i>
Sangham saranam	<i>Io vado alla Fratellanza quale</i>
gacchāmi	<i>Rifugio.</i>
Dutiyam pi Buddham	<i>Per la seconda volta...</i>
saranam gacchāmi	
Dutiyam pi	
Dhammam saranam	
gacchāmi	
Dutiyam pi Sangham	
saranam gacchāmi	
Tatiyam pi Buddham	<i>Per la terza volta...</i>
saranam gacchāmi	
Tatiyam pi Dhammam	
saranam gacchāmi	
Tatiyam pi Sangham	
saranam gacchāmi	

PANCA SILA

Pānatipātā veramanî sikkhāpadam samadiyāmi

Adinnādānā veramanî sikkhāpadam samadiyāmi

Kāmesunmicchācārā veramanî sikkhāpadam
samadiyāmi

Musāvādā veramanî sikkhāpadam samadiyāmi

Surā-meraya-majja-pamādatthāna veramanî
sikkhāpadam samadiyāmi

- (1) - Io mi impegno ad esercitarmi ad evitare di arrecare danno agli altri esseri viventi.
- (2) - Io mi impegno ad esercitarmi ad evitare di prendere quanto non mi viene dato.
- (3) - Io mi impegno ad esercitarmi ad evitare atti sessuali immorali.
- (4) - Io mi impegno ad esercitarmi ad evitare di dire il falso.
- (5) - Io mi impegno ad esercitarmi ad evitare liquori che generano torpore.

“Il significato completo di questi ‘precetti’ sarebbe: «Io mi impegno ad esercitarmi nella rinuncia all’attaccamento a...»

Il senso esatto è importante per lo studente occidentale che deve comprendere chiaramente: (a) che non si tratta di voti pronunciati davanti a Dio o qualsiasi altro Essere, ma di un solenne impegno di fronte a se stessi; (b) che non si tratta neppure di

un impegno a non commettere mai falli in questione ma di un voto, preso in silenzio o ad alta voce, di esercitarsi a diminuire il proprio attaccamento all'errore menzionato. Il Buddhismo è sempre una ragionevole Via Mediana, e tutto quello cui l'uomo può utilmente impegnarsi è di allontanare se stesso con diligenza dalle vie dell'oscurità (desiderio egoistico) e porre se stesso sulla Via della Luce".

(Christian Humphreys, Buddhism, p. 241)



G ERMI DI ULTERIORI SVILUPPI

La forma di Buddhismo riassunta in questo opuscolo costituisce (e dai suoi seguaci odierni ancora considerata tale) una costruzione quasi perfetta nella sua logica semplicità. Eppure essa contiene germi di un ulteriore sviluppo, quelli appunto che portarono alla nascita ed allo sviluppo del Mahāyāna. Per questo proponiamo, tra le tante che si potrebbero proporre, le concise osservazioni che seguono.

Uno dei cardini della dottrina Theravāda è espresso nella frase pāli *sabbe sankhārā aniccā* ("Tutte le cose condizionate sono impermanenti"). Questa è la constatazione empirica della universalità del cambiamento. Strettamente connessa con questa è la dottrina della "co-produzione condizionata", la quale afferma, come abbiamo veduto, che tutto quello che nasce, diviene e scompare, lo fa in dipendenza di qualcosa altro che a sua volta nasce, diviene e scompare. Nulla possiede perciò un'identità permanente propria ("*Sabbe dhammā anattā*").

Non vi è dubbio che, sul piano empirico, tanto l'impermanenza quanto la reciproca dipendenza di tutti i fenomeni osservabili sono dei fatti innegabili. È tuttavia un altro fatto incontrovertibile che nessun movimento o mutamento può essere mai osservato o concepito in assenza di un punto di riferimento immobile od immutabile rispetto al quale il movi-

mento o mutamento sia misurato. Quindi se A muta in dipendenza di B, e questo in dipendenza di C, e così via senza fine, si è in presenza di un sistema che non trova appoggio da nessuna parte: la fallacia logica che in Sanscrito si chiama *anavasthā* e nella logica occidentale *regressus ad infinitum*. Per evitare questa fallacia occorre fare del Nirvāṇa uno stato proprio di una Realtà ultima ed assoluta, quella che le Upanishad chiamano *Brahman*, ed il Mahāyāna *Dharmakāya* (l'Assoluto).

Più grave è il problema di che cosa veramente significhi il Nirvāṇa per l'individuo che lo raggiunge. Siccome la coscienza (*viññāṇa*) fa parte dei cinque aggregati, e siccome questi si dissolvono al Nirvāṇa, due sono i casi: o nel Nirvāṇa non vi è coscienza, oppure, siccome una coscienza in assenza di un sé cosciente è inconcepibile, il Nirvāṇa non è privo di sé, come invece pretende la dottrina Theravāda. In entrambi i casi tuttavia l'individuo scompare, poiché scompaiono gli aggregati, e questo allora somiglia troppo ad una eutanasia metafisica, o ad un suicidio vero e proprio. Infatti un comune suicidio sarebbe un atto (*karma*) — per di più egoistico — e come tale produrrebbe dei risultati (*karmaphala*) che inevitabilmente condurrebbero ad una nuova nascita, lasciando il problema irrisolto.

Ancora più grave è un altro problema. Il Buddhi-smo eccelle ineguagliato tra tutte le religioni quale religione della non-violenza, dell'amore, della compassione universale. Ma che cosa avviene di tutte

queste eccelse virtù nella visione Theravāda, se nel Nirvāṇa l'individuo scompare? Se quelle grandi virtù scompaiono con l'individuo, esse sono meramente strumentali alla liberazione finale, ed in quanto strumenti esse perdono allora tanto del loro valore da apparire perfino meschine. Anche se praticate per tutta una vita non riescono a liberare l'anelito al Nirvāṇa dall'accusa di somigliare troppo ad un "si salvi chi può e tanto peggio per gli altri".

Allora amore e compassione universali devono non solo essere presenti nel Nirvāṇa, ma anzi avere nel Nirvāṇa, cioè nel Dharmakāya, la loro radice indefettibile, come sostiene il Mahāyāna, il quale perciò insegna che giunti sulla soglia del Nirvāṇa i *Bodhisattva* vi rinunziano (rinunziano cioè alla pace infinita che esso rappresenta) per continuare ad aiutare *tutti* gli esseri viventi che soffrono, con ciò manifestando quella compassione che è propria del Buddha. Il Dharmakāya infatti, secondo il Mahāyāna, è un aspetto del Buddha, il quale ne presenta tre, proprio come nella Gnosi valentiniana: il Dharmakāya (l'Assoluto, il "Padre"), il Sambhogakāya (il "Figlio") ed il Nirmānakāya (l'*Avatāra* o Incarnazione umana).

In definitiva, non è esagerato dire che per certi suoi aspetti il Mahāyāna rappresenta un ritorno a dottrine chiaramente esposte nella Bhagavadgītā in un'epoca prossima a quella in cui visse ed insegnò Gautama Siddhārtha Śākyamuni, il Buddha.

PACE A TUTTI GLI ESSERI



Stampato in proprio - giugno 2008 - Copia riservata agli studenti:

L.U.T.

CENTRO STUDI TEOSOFICI H.P. BLAVATSKY
via Isonzo 33, 10141 Torino



La Dottrina del Cuore

Fra le varie Religioni del mondo il Buddhismo occupa un posto unico, come unica è la posizione del Buddha, il primo essere umano, secondo i suoi seguaci, che abbia realizzato con la Sua Perfetta Illuminazione l'Identità con la Verità; l'unico che non si sia presentato come un essere investito di una divina missione, ma come Uomo perfetto fra gli uomini; l'unico che, animato dal solo grande desiderio di liberare l'uomo, gli abbia indicato non solo una Via di perfetta purezza, ma anche una Via di vera e totale Libertà.

