

ISCRIZIONI PER PERFEZIONARE LA MENTE

di Hsin Hsin Ming

PARTI PRECEDENTI

La grande Via non è difficoltosa, per coloro che non hanno preferenze. Quando amore e odio sono entrambi assenti, Tutto diventa chiaro ed evidente. Tuttavia, non appena appare la minima distinzione il cielo e la terra si separano infinitamente. Se desideri vedere la verità, non prendere posizioni, né pro né contro. La contesa fra ciò che piace e ciò che non piace è la malattia della mente. Quando viene a mancare la comprensione del significato profondo delle cose, si turba la pace essenziale della mente, inutilmente. La Via è perfetta come lo spazio sconfinato dove non manca nulla, e nulla è superfluo. In verità, la causa della nostra incapacità di distinguere la vera natura delle cose, è la nostra scelta di accettare o di rifiutare. Non vivere nella trappola delle cose esteriori, né nel senso di vuoto interiore. Sii sereno, senza attività forzata nell'unità delle cose e le visioni errate svaniscono da sole. Quando ti sforzi, per fermare l'attività, per giungere alla passività, lo sforzo stesso ti riempie di attività. Finché rimani in un estremo o nell'altro non conoscerai mai l'unità. Coloro che non vivono nell'unica Via falliscono sia nell'attività che nella passività, sia nell'affermazione che nel diniego. Negare la realtà delle cose comporta lasciarsi sfuggire la loro realtà; sostenere il vuoto delle cose comporta lasciarsi sfuggire la loro realtà. Più ne parli e ci pensi, più vagoli e ti allontani dalla verità. Smetti di parlare e di pensare, e non ci sarà più nulla che tu non possa conoscere.

QUARTA PARTE

**Tornare alle radici significa trovare il significato,
ma inseguire le apparenze significa mancare la fonte.
Nell'istante dell'illuminazione interiore si va al di là dell'apparenza e del vuoto.
Solo a causa della nostra ignoranza,
noi chiamiamo reali i mutamenti che sembrano verificarsi nel mondo vuoto.
Non cercare la verità,
smetti soltanto di avere ferme opinioni.
Non restare nella condizione dualistica: evita una tale occupazione, con estrema cura.
Se esiste anche solo una traccia di questo o quello, del giusto e dello sbagliato,
l'essenza della mente verrà persa nella confusione.
Sebbene tutte le dualità provengano dall'uno,
non essere neppure attaccato a quest'ultimo.
Quando la mente esiste indisturbata, lungo il sentiero, nulla, nel mondo intero, può offendere,
e quando una cosa non può più offendere, smette di esistere nella vecchia maniera.
Quando nessun pensiero discriminante sorge più, la vecchia mente smette di esistere.**

Giorni fa hanno dato alla televisione un'intervista a Vasco Rossi, in occasione dell'uscita dell'ultimo album.

C'è un punto interessante, che ci può dare uno spunto per il commento di oggi sulla quarta parte del Trattato del Terzo Patriarca dello Zen, Sosan, sulle istruzioni per perfezionare la mente.

Diceva Vasco Rossi che quando incontra delle persone che conosce – ma varrebbe anche per la prima occasione – non vorrebbe tanto chiedere “*Come stai?*”, quanto “*Dove sei?*”: è un'intuizione molto profonda, possiamo dire molto Zen.

Spesso i racconti dei Patriarchi, che hanno poi contribuito a costruire dei koan immortali, giocano proprio su questo punto; arriva al monastero un postulante, che magari ha fatto un viaggio lunghissimo, a piedi, ai nostri tempi su un interregionale invece che su una freccia; desidera parlare al Maestro per chiedergli di essere ammesso al suo insegnamento.

Il Maestro lo incontra e gli piazza lì la domanda delle cento pistole: *Da dove vieni?*; il gioco ormai è ben scoperto:

- se risponde: “Vengo da Pappiana”, cioè dal Relativo, il Maestro troverà il modo di reagire a questa semplice e giusta, a suo modo, risposta, dando una dimostrazione dell'Assoluto; che so, gridando, o andando via senza proferire parola, oppure dicendo “Bene, allora tornaci a Pappiana!”;

- se invece il futuro novizio tenta di calare l'asso della risposta Zen, tipo "Vengo dall'Assoluto e torno all'Assoluto!" oppure "Non mi sono mai mosso da dove non sono mai stato!" il Maestro troverà il modo di irridere questa forma pappagallesca di rispondere dicendogli una frase del tipo "I treni, costì dove stai, sono puntuali o no? A che ora hai il biglietto di ritorno?".

Chiaramente, qualsiasi cosa *dica* il novizio, sbaglia, ma questo fa parte del lungo combattimento spirituale tra il Maestro e il Discepolo, diretto a accettare/respingere simultaneamente ogni risposta portata a sanzen, fino al momento in cui fiorisce quella *Risposta*, che *È* la risposta, cioè quella che assorbe anche la domanda e tutte le domande del mondo, e che si porta via con sé il koan stesso, il Maestro e il Discepolo, un po' come il pifferaio magico della celebre fiaba dei fratelli Grimm.

"*Combattimento Maestro/Discepolo*" è un'espressione non molto felice, perché presuppone che i due siamo uno di fronte all'altro, tipo due gladiatori; è vero che il sanzen si svolge così, uno di fronte all'altro, ma in verità, a ben guardare, cioè con gli occhi socchiusi, i due protagonisti/attori di quel magico spettacolo, sono uno accanto all'altro, e hanno accanto a sé tutti gli illuminati dal tempo senza origine, quasi a formare un ideale cerchio all'interno del quale sta comodamente addormentato l'intero universo, quell'intero universo che la risposta del koan farà risvegliare per un nanosecondo, per poi farlo riaddormentare dolcemente.

Ma non abbiamo tempo per sviscerare la struttura profonda del sanzen, e poi non abbiamo furia, le occasioni non mancheranno di certo, a noi piacendo.

Ma il pensiero di Vasco Rossi "Dove sei?" ci stimola a gettar luce su un aspetto centrale della pratica e della vita ispirata allo Zen; perché spesso, molto spesso, troppo spesso, siamo un po' come nella battuta di Totò "Ma ci sei o ci fai?"; cioè siamo fisicamente lì dove la vita ci ha portato, ma la nostra è una non presenza mentale, siamo lì ma pensiamo ad altro, oppure stiamo "accogliendo" il mondo con i pre-filtri delle nostre opinioni.

E non è un caso che il testo di Sosan, proprio in questa quarta parte ci inviti a smetter di

avere ferme opinioni.

Il punto ovviamente è nell'aggettivo "ferme", perché non è che non dobbiamo avere opinione alcuna su nulla, se no saremmo semplicemente dei deficienti!

No!, si tratta di non averne di "ferme", di "immutabili", di non avere la caverna interiore riempita di concrezioni geologiche di opinioni, di cui magari non abbiamo ormai nemmeno consapevolezza, e che ci fanno stare come se fossimo sempre al cinema, a guardare cioè uno schermo, con su sopra un film che viene proiettato dal quel magnifico proiettore, 3D e anche HD, che è la nostra mente ordinaria.

Anche prima di Bill Gates, la funzione "copia e incolla" era già nota alla nostra mente, mancava solo la finestrina sul desktop!

Ma se invece "*siamo lì dove siamo*", siamo cioè attenti, concentrati e abbandonati alla realtà, ecco che il film si arresta, sparisce lo schermo e anche il cinema, e siamo noi che tracciamo, camminandolo, il sentiero dell'esistenza liberata.

Il testo prosegue dicendo:

*Non restare nella condizione dualistica: evita una tale occupazione, con estrema cura.
Se esiste anche solo una traccia di questo o quello, del giusto e dello sbagliato,
l'essenza della mente verrà persa nella confusione.*

E qui arriva il casino! Perché siamo invitati a non restare nella condizione dualistica, e a far ciò con estrema cura; intanto vediamo di capire a cosa ci si riferisce: possiamo pensare che Sosan pensi alle strutture mentali più primitive:

- piacere/dolore (il cervello arcaico, quello che si dice, abbiamo ereditato dal serpente: una povera bestia, che di motivi per essere incazzato con gli umani ne avrebbe in abbondanza!);
- bene/male;
- buono/cattivo.

O, forse, a qualcosa di appena meno arcaico, tipo “la mia religione/la tua religione”, “la mia morale/la tua morale”.

Sembrano discorsi astratti, ma non lo sono per nulla; ve ne do una dimostrazione: la Corte dei Conti ha recentemente emanato una deliberazione, una specie di sentenza, nella quale critica fortemente l’attuale gestione dell’8 per mille, di fatto quasi tutto erogato alla Chiesa Cattolica; la Corte condanna il fatto che il Vaticano non documenta quasi nulla e lo Stato non controlla praticamente niente.

Ma il punto interessante è un altro: la CdC afferma che non si può fare la pubblicità dell’8pm con i soldi dell’8pm; direte, ovvio!, sì, certo, ma oggi non è così! E la posizione assunta dall’Organo centrale si basa sulla considerazione che, avendo, la pubblicità, per sua natura, il messaggio base “*questo che ti sto presentando, è il migliore di quelli disponibili*” (e questo vale per la marmellata, come per la mistica renana!), non si può “*sostenere il (proprio) culto*” affermando, indirettamente, che è meglio degli altri!.

Quindi, tornando a Sosan, che, come vedete, tutto è fuorché il leggendario patriarca di un mondo che non aveva nemmeno la televisione, ecco che si deve avere, si dovrebbe raggiungere, lo stato in cui si relaziona il mondo con un’accettazione profonda, bisognerebbe dire totale... certo, si sceglie, ci mancherebbe, ma senza tirar su subito le scimitarre del bene e del male.

Pensiamo al bambino trovato morto pochi giorni fa nel canale. La giustizia degli uomini farà il suo corso, ma se non tirassimo subito su - i media vivono su questo - le categorie del buono e del cattivo, dell’orco e dell’orca, potremmo far sì che la multi-tragedia che si profila possa essere vissuta per com’è, e cioè come un infinito dolore che richiede un’infinita digestione, con il rispetto dovuto per l’enormità di terribili effetti collaterali che avranno i tanti innocenti che saranno vittime, oltre il povero bambino, di questa storia, e che non verranno ripresi dalle telecamere; il pensiero più dolente, intenso e tragico è stato della nonna della povera creatura: “*Siamo chiusi in un doppio infinito dolore*”.

Chiudiamo, perché è già buio, con le ultime frasi della quarta parte:

*Sebbene tutte le dualità provengano dall’uno,
non essere neppure attaccato a quest’ultimo.*

Qui siamo al cuore del cruciale passaggio dall’ottava alla nona stazione dei Dieci Tori Zen. Vissuta l’esperienza del vuoto, non cadere nell’errore mortale che si nasconde nel rimanere attaccati a questa visione, non rimanere attaccati all’Uno; la prima e l’ottava stazione, paradossalmente, sono due facce della stessa medaglia; attaccati al molteplice, attaccati all’Uno. Qui, alla fine dell’ottava, come ricorderete, si fermavano i Taoisti e proprio qui, in questa fine, si ha lo scarto, la nuova, meglio, le due nuove acquisizioni: la nona stazione e la decima.

Dalla condizione di vuoto, così lungamente e anche dolorosamente cercata, dal grande No!, far sorgere, meglio *sorge*, il grande Sì!, l’Uno si articola nella miriade di enti che popolano l’universo, lì era un ramo fiorito, qui può essere uno di questi olivi, così avari di sé questa stagione, o quest’incenso, o questo tatami; “cosa” non ha nessuna importanza o, meglio ancora, è di assoluta importanza perché quello che emerge è semplicemente Tutto.

*Quando la mente esiste indisturbata, lungo il sentiero, nulla, nel mondo intero, può offendere,
e quando una cosa non può più offendere, smette di esistere nella vecchia maniera.
Quando nessun pensiero discriminante sorge più, la vecchia mente smette di esistere.*

Naturalmente, molte cose possono, purtroppo, offenderci, nel mondo come anche noi possiamo, più o meno consapevolmente, offendere il mondo. Accade tutti i giorni, accadrà sempre.

Una volta Benigni disse: “*Ho letto che ogni 2 secondi nasce un bambino nel mondo, allora vuol dire che ogni due secondi, due creature stanno facendo l’amore. E’ meraviglioso*”.

E lo è davvero, e sta accanto ai bambini che – uno ogni 4 secondi, cioè 26000 al giorno - muoiono di fame.

Dobbiamo esaltarci o dobbiamo distruggerci dalla disperazione?

Di fronte all’orrore del mondo, deve prevalere l’indignazione o la mitezza, la non violenza? E’ un koan, perché se sei indignato non sei mite e se sei mite non sei indignato.

Dobbiamo stare nel limine, in quel punto-soglia in cui confluiscono i sentimenti dell'indignazione e della mitezza, in cui i due grandi fiumi si fondono e confluiscono nel mare dell'unità-pace.

Lì, la mente, come dice Sosan, smette di esistere nella vecchia maniera; non discrimina ma accoglie, non vuol modificare il mondo ma agisce instancabilmente nel reale.

Ripensiamo al caso n. 5 del Bukkosan *Migliorare il mondo e le scarpe strette*

Un discepolo chiese al maestro (sempre a fare domande, servono a loro o al maestro?): "Tutti i maestri esortano a migliorare il mondo (armiamoci e partite), ma dicono che si può fare solo se si è intelligenti (appena t'azzardi a dire come la pensi te la tirano fuori alla prima occasione). Siccome lei ha affermato una volta (ma allora è un vizio) che gli stupidi sono la grande maggioranza (la scoperta dell'acqua calda) com'è possibile riuscirci?". Il maestro rispose: "Ho comprato un paio di scarpe, siccome sono troppo strette mi fanno male (stavolta non si sbilancia con un'altra affermazione e cerca di scappare). Credo che le porterò ad allargare (non sarebbe meglio comprarne un altro paio?)".

*Per camminare si deve sapere la strada
E avere le scarpe giuste. Ma non è sicuro che si arrivi.*

*Il meglio è riuscire a camminare
Stando fermi: niente strada né scarpe*

Nel suo teisho, a un certo punto, Taino dice:

Ma che significa esattamente sapere la strada? Fondamentalmente significa saper riconoscere la propria stupidità, e poi, fra le tante, trovare il maestro, e di conseguenza la pratica. Ci sta pure trovare la persona con la quale vivere, la casa nella quale abitare, il lavoro da fare con le scarpe, i vestiti, e tutto quello di cui c'è bisogno. Ma si sbaglierebbe pensando che si arrivi perché si ha giusta pratica e le scarpe giuste. Attaccarsi all'idea di arrivare per mezzo di zazen, o di un'altra pratica, mangiando certi cibi invece che di altri e recitando i Quattro Voti, vuol dire continuare a comportarsi da stupidi. Se ci si attacca all'idea di arrivare, qualunque pratica si usi, si fallirà completamente. C'è solo da imparare a godersi la strada. Soltanto così si riuscirà a camminare stando fermi, senza scarpe né strada. E ci si accorge quanto sia stupido pensare che la vita sia avere le scarpe giuste per camminare sulla strada giusta. Il momento in cui si si diventa intelligenti è quando: "Si riesce a camminare tra la terra e il cielo liberamente", come è detto nel Mumonkan. Camminando liberamente tra la terra e il cielo, pure se il mondo continua ad andare avanti a modo suo, siccome noi siamo cambiati, vediamo che è cambiato anche il mondo".

I patriarchi di ieri e di oggi cantano a voce sola.