

Koan, Bukkosan roku

LA PRIMAVERA NELLA "TRADIZIONE", caso n° 4

A cura di Fabrizio Bonanomi

FIL ROUGE

Per i praticanti di arti e discipline estremo orientali è tappa d'obbligo fare esperienza di "vuoto", su cui il Maestro esorta il discepolo in ogni dove. Il tempo dedicato e le metodiche adottate per questa "ricerca-viaggio interiore" è assolutamente personale e discrezionale per ciascuno. Tuttavia nella Tradizione esistono diverse proposte di metodo, per poter seguire un "percorso" senza il quale ci si potrebbe "perdere". Una di queste si chiama Zen e in alcune scuole si adotta la pratica dei "Koan". Koan letteralmente significa "caso pubblico", sono domande paradossali che il Maestro dà al discepolo, hanno lo scopo di renderlo capace di vivere l'arte della vita, nella tensione ultima alla comprensione delle cose, un sentiero verso l'illuminazione. Diviene inevitabilmente una sorta di legame fra maestro e discepolo. Per portare qualche esempio, i koan "kensho", più conosciuti nella tradizione, sono fondamentalmente tre: il più antico è "Il (tuo) vero volto prima che nascessero i (tuoi) genitori" di Hui-Neng; poi il "MU" (il suono del vuoto) di Joshu, e terzo il "(battendo le mani si ha un suono, qual è il) Suono di una mano sola" di Hakuin. Qualche anno fa un maestro contemporaneo, italiano, Engaku Taino, affondando le radici nella Tradizione ha elaborato una interessante nuova rassegna di Koan che, con il consenso del Maestro, siamo onorati di proporre come rubrica periodica su queste pagine, usando gli stessi suoi scritti. Buona riflessione

BUKKOSAN ROKU

30 APRILE 2003

CASO N° 4

IL BAMBINO INDECISO

UNO SCALATORE SI ACCINGE A SALIRE UN'ALTA PARETE STRAPIOMBANTE (C'È AL MONDO GENTE CHE MUORE DI FARNE E DI SETE E QUESTI CONSUMANO L'ENERGIA COSÌ). IL FIGLIO DI DIECI ANNI GLI CHIEDE DI SCALARE ANCHE LUI (GIÀ GLI HANNO ATTACCATO IL MORBO) MA ARRIVATO IN CIMA ALLA PRIMA TIRATA INVECE DI PROSEGUIRE SI FA SCENDERE SUBITO (FORSE SI PUÒ ANCORA SALVARE). APPENA IN BASSO DICE ALLA MADRE (CHI HA MAMMA NON PIANGE): "NON SO COM'È, MA QUANDO STO GIÙ VOGLIO ANDARE SU E QUANDO STO SU VOGLIO STARE GIÙ" (IL PICCOLO BUDDA HA SCOPERTO LA QUINTA NOBILE VERITÀ).

SE BEVI LA MIA ACQUA NON AVRAI PIÙ SETE; SE REALIZZI LA TUA BUDDITÀ USCIRAI DAL DOLORE. LA RACCONTANO GIUSTA I MAESTRI, MA IL MONDO CON UNA SOLA STAGIONE ANCORA NON È NATO.

C'è il koan e c'è la voce esterna che s'intromette, spesso per indicare l'insensatezza degli sforzi umani. Il koan è un esempio delle scelte che si presentano in ogni momento del lo stare al mondo, invece l'intromissione prova a portare alla luce l'insensatezza di tante azioni, così come forse di tutta l'esistenza. Intanto il mondo continua a svolgersi davanti agli occhi di chi continua a esistere, che deve decidere come sce-

gliere. Salvo accorgersi, nel momento in cui s'è presa una decisione, che si vorrebbe tornare indietro. Forse si potrebbe attraversare l'esistenza in maniera libera e distaccata se si fosse capaci di vedere l'insensatezza di qualunque decisione. Il koan affronta la schizofrenia dell'essere umano, e l'episodio, che riguarda il bambino che vuole scalare, è molto semplice. È naturale che un bambino imiti il padre: se scala vuole prova-

re a scalare; se va in barca vuole andare in barca; se va a cavallo vuole cavalcare. È però ovvio che stando a cavallo o in bicicletta potrebbe avere paura e voglia scendere. E così stando in mezzo al mare chiedo di ritornare a riva. Così, il bambino che vuole scalare una parete più lunga delle solite, appena arrivato un po' in alto chiede di scendere. Ogni bambino ha una chiarezza interiore che si perde con gli anni. La chiarezza

che gli fa chiedere: "Com'è che quando sto giù voglio andare su, e quando sto su voglio andare giù?". Nel libro La partita a carte Thomas Bernhard dice: "Per tanto tempo è successo che volevo andare in mezzo alla gente e quando stavo in mezzo alla gente volevo rimanere da solo, e quando ero da solo volevo andare in mezzo alla gente, per dieci anni sono andato avanti così". Infatti Bernhard su questa contraddizione ha scritto tutti i propri libri. Il koan è molto semplice, come tutti i koan, e richiede solo che si prenda coscienza della contraddizione intrinseca in ogni nostra azione. Adesso si avvicina l'estate e quando farà caldo si penserà all'inverno e al piacere di stare davanti al fuoco. Poi, tornato l'inverno e il freddo, si desidererà la libertà di andare in giro per casa in mutande e il piacere di sdraiarsi

si al sole. Così quando non si lavora viene voglia di lavorare, quando si sta lavorando si vorrebbe stare in casa a riposare. Nella poesia è detto chiaramente con due grandi maestri, il Cristo: "Se berrete la mia acqua non avrete più sete", e il Buddha: "Se realizzi la tua buddità, uscirai dal dolore". Ma è possibile? La poesia evidenzia l'esagerazione delle loro affermazioni: "La raccontano giusta i maestri, ma il mondo con una sola stagione ancora non è nato". Sembra che a Bogotà faccia sempre venticinque/trenta gradi, una sola stagione che sembra di essere sempre in primavera, però succede che si ammazzino in mezzo alla strada. Ma se si sta attenti, l'unica stagione in cui tutto va bene è prima di nascere. E nel momento in cui si comprende qualcuno potrebbe dire: "Allora conviene morire". Morire, ma come? Forse suicidarsi, pensando di tornare a casa così? No! Nella nostra scuola non si ha timore di parlare di morte, non suscita apprensione e sentimenti oscuri. La morte di cui si parla nella scuola zen è quella in cui si muore a se stessi. Se si riesce ad essere come il bambino, e quando si è su si ha voglia di stare giù, e quando si sta giù si ha voglia di andare su, va bene! Ci sarà un momento in cui si capirà che si può godere lo starsene giù, senza porsi alcuna pre-

occupazione. Significa forse essere stupido? No, è normale! Bisognerebbe lasciarsi prendere solamente dal fare, e così scalando una montagna non guardare i prati sottostanti col desiderio di starsene sdraiati al sole. È naturale che venga questo desiderio, ma se si è immedesimati nello scalare non si pensa a come sarebbe bello stare nei prati. E stando sui prati si guardano le montagne pensando che si vorrebbe essere su qualche cima. Sui prati si godono i prati e in parete si gode la parete; al lavoro si prova a vivere il lavoro e riposando si godrà il riposo. Non c'è altro modo per superare la contraddizione che è tutta l'esistenza. Come recita la poesia, non esiste il mondo con una sola stagione, in Colombia, forse alle Hawaii. Ma lasciando stare le stagioni meteorologiche, quanto sicuramente non esiste la giovinezza infinita, la sicurezza di poter godere sempre, di poter stare sempre bene. E così la ricerca di cambiamento, andando da una parte all'altra per trovare la propria posizione. Ciò che rende diverso il malato di schizofrenia dalla persona equilibrata è la capacità di adattarsi alle situazioni: scalando una parete ci si immedesima nella parete; su una barca si diventa uno col mare. E così, se si decide una qualunque situazione, non si dovrebbe desiderare di stare da un'altra par-

te. Per non vivere in modo frustrante, incapaci di godersi il momento che si sta vivendo.

JUNKEI

Ultimamente, per la legge della giungla, è stato invaso militarmente l'Iraq perché ritenuto dagli invasori uno stato canaglia. Sul giornale, col titolo di virus canaglia, si metteva in evidenza un tipo di terrorismo più subdolo, ovvero l'insicurezza che impedisce agli esseri umani di vivere tranquilli. Ovviamente tutti auspichiamo che i virus, che attaccano sempre più numerosi e in modi diversi la nostra salute, siano riconosciuti e disattivati. E così i terroristi. Ma l'esperienza, non solo degli scienziati, insegna che essi si riprodurranno in varianti sempre più agguerrite, pure se sempre più resistenti saranno le nostre difese. Come le casseforti delle banche e i portavalori. E così, in un crescendo continuo, ignorando quanto il Buddha ha affermato, si è tutti obbligati a consumare le proprie energie alla ricerca di una sicurezza impossibile. L'insicurezza non l'ha inventata il Buddha, egli ha enunciato però le Quattro Nobili Verità in cui la prima recita: "Esiste il dolore". Solo chi fosse in grado di estirpare il dolore sarebbe completamente sicuro. Ma vincere il dolore per mezzo degli antibiotici è impossibile, come si è potuto constatare contro i virus, o con le armi

invadendo i cosiddetti stati canaglia. È impossibile non solo secondo l'insegnamento del Buddha ma anche perché se tutte le persone, per evitare i contagi, rimanessero ognuna nel proprio paesello, il mondo così com'è organizzato crollerebbe: niente più voli aerei, niente più merci che viaggiano da un continente all'altro. Si tornerebbe all'età della pietra, ognuno nella propria caverna, attento a non contaminarsi con la tosse o con lo starnuto dell'altro, con l'Aids dell'altro, con il colore dell'altro, con la religione dell'altro. Certo, è un sogno un'umanità che da un momento all'altro diventa buddista. Ma sarebbe sufficiente fare propria l'affermazione del Buddha che il mondo, così com'è, è dolore, per non esagerare nel cercare la sicurezza, poichè più aumentano le misure di sicurezza e tanti più saranno coloro che cercheranno di infrangerle, siano virus, terroristi o banditi. È evidente che sia così, e forse non c'è altro da fare. Ma chi comprende le parole del Buddha, pur facendo attenzione a tutte le sicurezze, dovrebbe camminare nel mondo con equilibrio, nel mangiare, nel vestirsi e nel curarsi. Trovando la via di mezzo senza eccedere e nemmeno esaurirsi alla ricerca di una sicurezza impossibile. E poi, tranquillamente, lasciare che vada come deve andare.

MONDO

A volte capita di vedere che in fondo la cosa giusta da fare è conquistare una grande adattabilità, però anche la voglia di fare previsioni è quasi spontanea. Ora, fuori di questo zendo, c'è tutto un mondo dove si fanno previsioni continue tanto che sembrerebbe essere fuori del tempo non adeguarsi, anzi a volte si è costretti a adeguarsi. È sempre giusto adattarsi qualunque cosa succeda, oppure c'è la possibilità di tentare una previsione?

Procedendo nella comprensione dei koan capirete che le parole sempre e mai, non esistono. Nella vita non ci sono *mai*, e lo dico io adesso, contraddicendomi immediatamente, delle situazioni nelle quali si debba fare *sempre* in una maniera e *mai* in un'altra maniera. In alcune occasioni, come oggi quando siamo andati ad arrampicare in un posto che strapiomba tanto, chi arriva in cima, se ha sfilato la corda da tutti i moschettoni, scende appeso solo alla catena. Chi sta a terra a manovrare la corda, deve stare sempre attento, non può dire: "Oggi mi distraigo un po', lascio la corda" perchè il compagno precipiterebbe a terra. Però, quando osserviamo le situazioni in cui ci mettiamo, o si mettono gli altri, si può dire: "Quello con il capoufficio ha agito in quel modo, ma io non avrei fatto così; quell'altro con la mo-

glie, o con il marito, si sono separati o si sono ricongiunti, ma io avrei fatto diversamente; uno s'è comprato quella macchina ma per me era meglio comprarne un'altra". In queste situazioni è richiesto un adattamento, perchè è giusto che ognuno faccia come gli pare. Per esempio, tutte le mattine appena alzato io scaldo un bicchiere d'acqua al microonde, lo verso nel catino e mi faccio la barba. Finita la barba prendo un altro catino, lo riempio d'acqua fredda, c'immergo lo straccio ruvido e mi lavo strofinandomi. Delle mattine ho così freddo che trovo delle scuse per non farlo. Però non mi pento di questa specie di mia debolezza, come da ragazzini quando non s'andava a messa la domenica. Ci vuole la capacità di prendere le cose come vengono: "Non dovrei bere vino, ma stasera mi va di berlo e me lo bevo". Quello che si deve sviluppare è, come ho detto prima, l'equilibrio, e magari esagerare qualche volta, essendo presente a se stesso: "Sì, questa volta mi va di farlo, o non mi va di farlo", ma senza stare lì a darsi un voto: "Hai visto quanto sono stato bravo? Mi sono alzato tutte le mattine alle cinque e ho fatto meditazione fino alle sei, bravo!". Non è così. Se decido di alzarmi alle cinque e faccio zazen fino alle sei, è perchè mi va di farlo, non per scriverlo sul diario. Se non mi va non lo faccio, è impor-

tante capire bene qual è la libertà. È sapere che qualunque cosa si faccia e comunque la si faccia, non cambia il mondo, e, sotto certi aspetti, nemmeno la propria vita. Se si entra nell'esistenza con l'idea di cambiare il mondo e la propria vita, si dovranno sopportare grandi sconfitte e grandi frustrazioni. Noi invece ci poniamo uno scopo eccezionale come l'illuminazione, che è il massimo che si possa fare. E nella vita di tutti i giorni, nel relativo, si prova a vivere serenamente, tranquillamente in armonia con tutti gli esseri, comprese le piante e gli animali. Lo recitiamo tutte le sere: accettazione e solidarietà, sincerità e uguaglianza, parità fra i sessi e libertà, benevolenza e rispetto di ogni esistenza. È semplice, non c'è altro da fare. Poi, avendo nel cuore queste semplici regole, essere coerenti e adattarsi alle situazioni. Evitare insomma di vivere l'esistenza con la frustrazione del giocatore di tennis che se la palla non passa la rete si arrabbia. Nel tennis può andare, ma la vita è la vita.

Maestro, com'è che nella storia dell'uomo il male è stato sempre in maggioranza e quelli che cercano il bene, i buoni, sempre in minoranza? C'è una ragione nel fatto che vinca sempre il male, e i buoni siano sempre sotto i prepotenti?
Sui giornali c'è la bella notizia di un politico potente

condannato in primo grado a undici anni di carcere. A parte la battuta, potrebbe essere giusto che vinca il male, perchè se vincessero il bene e ci fosse un mondo in completa armonia non ci sarebbe scopo nello stare al mondo. L'armonia c'è già, prima che si nasca. Quale luogo migliore che stare nella pancia della madre? Così tranquilli per tutti i nove mesi? Ancora meglio dovrebbe essere starsene nella pancia dell'universo. Il male l'andiamo a cercare nel momento in cui si viene al mondo! L'alpinismo è stato inventato dagli inglesi, quando i primi anni dell'ottocento abitavano il paese più ricco. La borghesia agiata, non sapendo come passare il tempo, ha inventato lo sport, uno dei quali è scalare le montagne. Una guida alpina, andato a scalare nelle Ande, mi ha detto che i portatori e gli abitanti del luogo, all'inizio pensavano che gli alpinisti fossero omosessuali. Siccome erano tutti uomini, non concepivano che andassero fin lassù solo per scalare le montagne. Insomma, se non si combatte contro i draghi e gli orchi che tengono prigioniere le principesse, o le streghe di Biancaneve, bisogna inventarsi qualche altro impegno. Un tempo si combatteva contro i vicini per conquistare più territori, poi si è arrivati ad avere rapporti più diplomatici, ma c'è sempre qualcuno più forte che decide di fare come gli pare. Così si va dall'avvocato o si chiamiamo i vigili urba-

ni. Il fatto fondamentale è che venendo al mondo non si può stare senza far niente. Il fare porta talvolta a prendere delle scorciatoie, magari a sopraffare chi è più debole. C'è qualcosa nell'essere umano che gli fa avere dei comportamenti fuori delle regole. Ma se non ci fossero i comportamenti malvagi non ci sarebbero nemmeno i buoni, i quali si sentono orgogliosi di lavorare per la salvezza dell'umanità: "Noi stiamo facendo il bene dell'umanità, non come voi che invece siete cattivi". Il mondo è fatto di contrasti, i cine-

si da sempre hanno usato i due termini yin e yang per significare alternanza. Il mondo è in equilibrio quando nessuna delle due forze prevale. Poi però una delle due parti cerca di prendere il sopravvento sull'altra innescando una reazione, che col tempo riporta l'equilibrio. Come i giorni che si allungano a scapito delle notti che si accorciano, e poi saranno le notti ad accrescersi mentre i giorni si accorceranno, senza che nessuno dei due distrugga l'altro. Per assurdo si potrebbe eliminare il male se si facesse meno

bene; diminuendo il bene diminuisce il male. Siccome sono interdipendenti e tendenti all'equilibrio, come avviene per il bene anche il male cerca di tutelarsi. Luciano mi scrisse una lettera che è pubblicata su un notiziario dell'ottantasei. Ho riletto da poco quel notiziario che parlava della festa di fine corso d'arrampicata, che a quei tempi si faceva in casa di Gianfranco a Roma. Appena giunto sotto casa, vedendo Alvisè, allora undicenne, Luciano gli chiese: "Alvisè dove parcheggi?" e lui rispose: "Dove trovi po-

sto". È tutto talmente evidente! Dove si parcheggia se non dove c'è posto? Non è difficile, spesso le scelte sono molto semplici, eppure talvolta la semplicità rende noiosa l'esistenza. Allora si cercano le complicazioni per lavorare alla loro risoluzione. Una di queste è il gioco di scalare le montagne, fra i più assurdi che possano esistere. Però a molti di noi piace e non diamo fastidio a nessuno, pur consumando un po' d'energia.

