

Chögyam Trungpa

MANDALA

UN CAOS ORDINATO

Prefazione

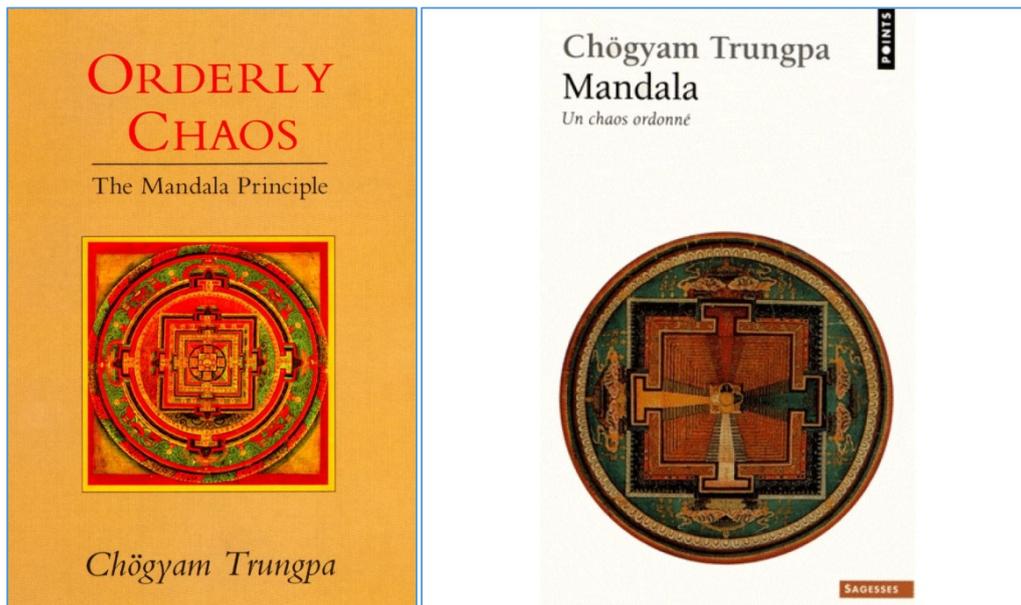
del Ven. Sherab Chödzin

Orderly Chaos: The Mandala Principle (1991)

Mandala: Un chaos ordonné (1994)

Traduzione dal francese

a cura di Cristina Martire e Alberto Mengoni



Il Dharma di Aliberth

Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
1/92 - <http://www.superzeko.net>

MANDALA – Secondo il principio del Mandala, tratto distintivo del Buddismo Tantrico, tutti i fenomeni fanno parte di una sola e stessa Realtà. Ed anche che le esperienze che noi facciamo, siano esse buone o cattive, gioiose o tristi, chiare od oscure, si inseriscono tutte in un'unica Totalità e la riflettono come in uno specchio. L'esistenza, come spiega Chögyam Trungpa (il *Vidyadhara*, cioè Colui che mostra la Verità), secondo la prospettiva del Mandala, è un 'Caos ordinato...'. Il caos e la confusione si producono perché le cose sorgono da se stesse, senza alcun principio esterno che decida di mettervi ordine; allo stesso tempo, tutto ciò che sorge è una espressione di estremo ordine e di intelligenza suprema, di energia risvegliata e di perfetta precisione. Le pratiche meditative, associate al principio del mandala, ci fanno scoprire che i poli della nostra esperienza di confusione e risveglio, caos ed ordine, dolore e piacere - non sono che elementi inseparabili di una visione totale della Realtà Ultima'.

CHÖGYAM TRUNGPA (1940-1987) – È stato riconosciuto come una delle figure più importanti della nuova generazione tibetana. Ha saputo presentare al grande pubblico, in una forma squisitamente moderna, gli insegnamenti tradizionali del Vajrayana. Parimenti, egli ha fondato il Naropa Institute ed il programma di apprendistato, conosciuto col nome di *Shambhala Training*.

PREFAZIONE

Gli insegnamenti del Vidyadhara Chögyam Trungpa Rinpoche provengono dai lignaggi Kagyu e Nyingma del Buddhismo Tibetano. Essi si dividono in tre grandi Yana, o veicoli: lo Hinayana, il Mahayana ed il Vajrayana o Tantrayana. La visione, la pratica e l'azione, realizzate mediante questi insegnamenti, trovano il loro punto culminante nel Vajrayana, che ne rappresenta d'altronde la più grande potenzialità e la sua ultima espressione. Nei due seminari raccolti qui, il Vidyadhara spiega alcuni aspetti fondamentali del principio del Mandala nel Vajrayana. Anche se indirizzati ad un pubblico composto soprattutto di principianti o quasi, egli fu risoluto nel lanciare l'urlo di vittoria della 'Visione Ultima' e nel rivelare alle persone che avevano deciso di seguirlo, o pensavano di farlo, un'intuizione delle profondità e dell'immensità degli insegnamenti del suo lignaggio. Per trasmetterli a dei principianti, talvolta è stato necessario aggirare la complessa armatura tradizionale dei termini Buddhisti abitualmente impiegati per descrivere questi insegnamenti e condensare in immagini molto semplici, molteplici livelli di comprensione, evocanti così sul momento la nozione del Mandala, in un linguaggio simile a quello parlato quotidianamente in Occidente.

Quando si affronta il principio del Mandala, il Vidyadhara chiede agli allievi di aprirsi ad una sensazione di totalità che supera i limiti di 'questo e quello'. "Questo e quello" è una banale espressione che il Vidyadhara impiega in un senso più profondo. Se si domanda ad un gruppo di amici che stanno parlando tra di loro, quale sia il soggetto della loro conversazione, essi diranno che stavano parlando di 'questo e di quello' o 'del più e del meno'. Poiché, per far risaltare le qualità di 'questo' bisogna opporlo a 'quello', è precisamente questa opposizione tra 'questo e quello' che sta al centro del gioco della dualità illusoria dell'Ego, gioco nel quale d'altronde l'ego si svela nell'intento di eclissare la visione d'insieme che caratterizza il principio del Mandala. Tuttavia, al livello più fondamentale, l'opposizione tra 'questo' e 'quello' rinvia ad una seconda opposizione, quella cioè tra l'Io-ego e l'altro. L'altro può essere tutto ciò di cui l'Io si serve ogni istante per creare un contrasto che gli permetta di definirsi; l'altro è ciò che generalmente chiamiamo 'il mondo', o 'l'ambiente esterno'. Quando il Vidyadhara parlava di 'questo' e 'quello', gli succedeva di portare la mano al petto al momento di dire 'questo', così da sottolineare l'allusione alla nozione di 'Io'.

Il gioco del "questo e quello" comporta un numero infinito di variabili di cui l'Ego si serve continuamente per perpetuarsi. Talvolta, 'questo' è percepito come qualcosa di irrimediabilmente sovraccaricato, mentre sul 'quello' si proiettano delle possibilità liberatorie (come quando si dice: 'togliamoci da qui'). L'esempio-tipo consiste nel pensare che tutto 'questo' è il Samsara, in opposizione al Nirvana, che è "Quello", l'altrove, la salvezza. Quando si ha paura o si è in collera, si è talmente imprigionati nella solidità del 'questo', che perfino il "quello" si trasforma in minaccia. Nel caso della paura, si cerca di evitare "quello"; mentre nel caso della collera, si vuole distruggerlo. Dal punto di vista ultimo dell'Ego, la forma, il peso ed il colore delle proiezioni di 'questo e quello' non hanno alcuna importanza; tutto ciò che conta è di mantenere l'illusione del 'questo e quello', ad ogni costo. Questa cinica 'Realpolitik' è l'estremo grado di conoscenza di sé al quale accede l'ego, ed è ironico constatare come essa rasenti da vicino la prospettiva globale del Mandala.

Il Vidyadhara possedeva incomparabilmente l'arte di trasmettere gli insegnamenti più oscuri, dal vivo, con parole del quotidiano. I due seminari qui presentati ne costituiscono eccellenti esempi. Il lettore alla ricerca di convenzionali incatenamenti concettuali rischia, nell'occasione, di restare deluso. Per contro, egli potrà consolarsi con il tesoro di questa serie inesauribile di ripetizioni spirituali date dal Vidyadhara, che mira al cuore stesso dell'esperienza. Al momento di preparare la copia di questi difficili testi, trascritti su nastri magnetici, si è avuta la possibilità di consultare una

versione messa a punto nel 1976 a New York, da parte di un gruppo di discepoli del Vidyadhara. Essa mi è stata molto utile ed io tengo ad esprimere la mia riconoscenza verso coloro che mi hanno preceduto in questo lavoro.

Il Dharma di Aliberth

*Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
4/92 - <http://www.superzeko.net>*

PRIMA PARTE

IL MANDALA DELL'ENERGIA INCONDIZIONATA

(Karma-Chöling, 1972)

1) IL CAOS ORDINATO

Il modo in cui è stato spiegato il principio del Mandala sembra basarsi su un gran numero di fraintendimenti. Ecco il motivo per cui vale la pena di approfondire maggiormente la nozione di 'mandala'. Per far ciò, dovremo lavorare sulle situazioni della vita, sulla nostra stessa esistenza, sul complesso del nostro essere.

Per cominciare, bisogna esaminare l'idea di un "caos ordinato", che è il principio del Mandala. È ordinato perché presenta una struttura; ed è caos perché lavorare su questo ordine di cose è disorientante. Il principio del Mandala include di fatto due mandala uguali e reciproci: il mandala del Samsara e quello del Nirvana (1). Se non comprendiamo l'aspetto samsarico del mandala, non può esservi neanche alcun aspetto nirvanico.

Se dico che il Caos è ordinato è perché la nostra confusione è metodica. In altri termini, essa è voluta. È voluta perché intenzionalmente noi decidiamo di evadere da noi stessi. Decidiamo di boicottare la saggezza del Risveglio. Vogliamo continuare a rivelare le nostre fissazioni, come le passioni, l'aggressività ed altre cose del genere. È per questo che creiamo un 'mandala', un circolo auto-esistente. Innanzi tutto si crea l'ignoranza (2), poi la percezione, nome-e-forma, le varie coscienze sensoriali, il contatto, la sensazione, il desiderio, la brama di copulare e di esistere, la nascita, la vecchiaia e la morte (3). È così che noi creiamo il mandala della nostra esistenza quotidiana così com'è.

Vi presenterò il principio del mandala nella prospettiva quotidiana, affinché diventi qualcosa su cui lavorare e non solo una forma di filosofia o psicologia, una versione Buddhista della Teologia. In quest'ottica, il Caos è ordinato perché siamo noi stessi che gettiamo le basi per questo mandala; lo affrontiamo come il terreno su cui si svolge il nostro gioco di disorientamento ed ipocrisia. Questo gioco, conosciuto col nome di Ignoranza (avidya), in pratica ne comprende tre tipi: l'ignoranza che ignora se stessa, l'ignoranza che sorge dal profondo interno e l'ignoranza compulsiva o del provvedimento immediato. In questo terzo tipo di ignoranza, poiché ci si sente separati dalla base fondamentale, si ha l'impressione di dover immediatamente agire per correggere tale stato di cose.

Nella misura in cui il mandala sorge dalla nostra ignoranza e dalla nostra confusione, è inutile discuterne qui, a meno di non conoscere chi siamo noi e di comprendere questo nostro essere. È solo partendo da queste basi che potremo studiare il mandala, non serve a nulla parlare di divinità, dire che tale divinità è situata in tale rappresentazione del mandala (4) e discutere dei principi che eventualmente potrebbero tirarci fuori dalla confusione e permetterci di realizzare il Risveglio. Voler affrontare tali argomenti fin da ora sarebbe ridicolo. Addirittura, ciò è totalmente escluso, perché prima dobbiamo comprendere *che cos'è* un mandala; sapere perché *vi è* un mandala; e infine *perché esiste* la nozione stessa di Risveglio. L'idea del Risveglio nasce proprio dalla confusione, in quanto quando noi la sperimentiamo, vi è insieme un altro aspetto che fa da contrasto: il risveglio da questa confusione. Si dovrà adottare un approccio strettamente scientifico, vale a dire che se esiste la confusione, è perché esiste il risveglio (o illuminazione) che ce ne dà notizia. Ecco perché esiste la confusione. È su questa polarità che dovremo lavorare.

Il Dharma di Aliberth

Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
5/92 - <http://www.superzeko.net>

In principio, vi è una nozione di spazio che è sempre presente. Questa nozione si produce perché lo spazio è delimitato da una linea di demarcazione. Facciamo un esempio concreto: se noi abbiamo un appezzamento di terreno e vogliamo stabilire definitivamente il fatto che ci appartiene, dovremo recintarlo. La presenza di questo recinto sta a significare che questa zona è nostra e che questo è il senso con cui affrontiamo le cose. Con tale spirito ci si installa sul nostro pezzo di terra, si adotta un certo comportamento nei suoi riguardi, e cominciamo ad impossessarcene. Esso ci appartiene. A partire da ciò, esasperiamo a tal punto questo sentimento di possesso, che diventa assolutamente impossibile continuare a lavorare in un certo modo. Lo spazio è diventato solido: è *la nostra* terra, appartiene completamente a noi. Questo settore del mondo è nostro! Questo sentimento del 'mio' ci rende automaticamente possessivi e ci costringe ad afferrarci alle cose, a farci aggrappare ad esse. Aggrappandoci al nostro campo, solidifichiamo la terra che ci appartiene. La rendiamo solidamente nostra, ne facciamo uno spazio solido. Irrigidiamo lo spazio.

Allora, la sola cosa con cui possiamo continuare a mantenere un rapporto, è la linea di demarcazione, il recinto. È la nostra ultima risorsa. Cominciamo ad esaminarla più da vicino, allo scopo di approfondire il nostro rapporto con essa. Forse questo recinto che abbiamo eretto, contiene in sé ancora qualche spazio. Perciò cerchiamo di roderlo come un tarlo, cercando nel contempo più territorio e più spazio. Il rapporto che abbiamo stabilito con il nostro spazio fondamentale non ci permette di vederlo come una 'apertura', perché noi trasformiamo anche i limiti in spazio. D'un tratto, tutto viene capovolto. È come passare da una foto positiva ad una negativa. Tutto ciò che era nero diventa bianco e viceversa. Il solo mezzo che resta per mantenere il rapporto stabilito, si basa sulla speranza che il recinto contenga ancora spazio e che esso non sia solido, ma vuoto. È così che all'inizio viene organizzata una situazione mandalica, a partire dalla confusione della nostra mente.

Sfortunatamente, non serve a niente pensare che tutto è meraviglioso e sensazionale, come in un'estasi incombente dove tutto è luce ed amore. Sarebbe assolutamente ridicolo, se mi permettete l'espressione. D'altra parte, è anche molto poco pratico. Se vogliamo solidificare tutta l'estensione di cui disponiamo, allora occorre stabilire un rapporto con altre regioni che, in quest'ottica, costituiscono altro spazio. Affrontare bene lo studio del mandala presuppone questa domanda: 'siamo capaci di vederlo come spazio, oppure al contrario abbiamo irrigidito questo spazio, trattando solo le situazioni che lo circondano, come spazio aperto?'

Di fatto, tutto ciò potrebbe essere malleabile poiché, se esiste il Nirvana, va da sé che esiste anche il Samsara. Siamo pronti a mantenere contemporaneamente un rapporto con tutti e due, o pretendiamo di voler lavorare solo sul Nirvana, mentre il Samsara vogliamo rigettarlo ed eliminarlo? Quest'ultimo semplicistico approccio non è soltanto fonte di confusione, ma è anche una forma di autodistruzione. Ecco perché, al momento di affrontare il principio del mandala occorre sapere se si hanno le basi necessarie per farlo. E qual è questo terreno di base? È spazio solido o, al contrario, *spazio-spazio*?

Studente: "Io non capisco che cos'è un Mandala!"

TRUNGPA Rinpoche: "È lo spazio in cui si crea una situazione basata sia su un territorio, sia sui limiti di esso, a seconda che si voglia vedere lo spazio come spazio o come qualcosa di solido, e che si vogliono vedere i limiti come spazio, o viceversa. È così che funziona."

St.: "Quando parli dei limiti del mandala, ho l'impressione che stai parlando dei nostri stessi limiti, cioè del mandala che noi siamo. Esplorare i limiti del mandala, non è un po' come esplorare i nostri propri limiti?"

T.R.: "Questo dipende dalla vostra attitudine in rapporto allo spazio, dal vostro stesso modo di vedere".

St.: “Per me, lo spazio è piuttosto solido”.

T.R.: “Allora, sono questi i limiti che diventano spazio solido; la qual cosa comporta una enorme lotta...”

St.: “La lotta si produce perché si separa lo spazio dalla solidità?”

T.R.: “È come il procedimento della cera persa, utilizzato da alcuni artigiani. Ci si aspetta che la cera stessa serva come mezzo espressivo, mentre in realtà essa è ciò che si versa nello stampo. È la stessa cosa. L’esperienza si trasforma in claustrofobia intensa, in modo naturale. Allora, si tratta di sapere se la si accetta così com’è o no”.

St.: “Dunque si sperimenta la claustrofobia perché si è circondati dai limiti?”

T.R.: “Sì, è così!”

St.: “E quali sono questi limiti?”

T.R.: “Lo sapete bene, quanto me”

St.: “Stai in qualche modo descrivendo una configurazione di energia?”

T.R.: “Sì, è evidente. L’energia è in gioco quando si tocca la struttura delle cose così come sono. Qui, però, si tratta piuttosto di sapere se siamo disposti ad entrare in rapporto con lo spazio, o se al contrario siamo alle prese con i limiti. Inoltre, siamo pronti ad abbandonare tutta questa storia dello spazio e dei limiti, aprendoci solo al terreno di base?”

St.: “Il terreno di base e lo spazio, non sono forse identici?”

T.R.: “Tutto dipende dal modo in cui li si vede”.

St.: “E perché è necessario il mandala? Non se ne potrebbe fare a meno?”

T.R.: “D’accordo, è vero, non se ne ha alcun bisogno. Però, anche se inutile, tutto diventa un mandala, anche questo!”

St.: “*Che cosa*, diventa un mandala?”

T.R.: “L’inutilità stessa del mandala diventa un mandala. Vedi, qui non si tratta di un principio concettuale, *ma di ciò che realmente è*. Noi non siamo obbligati a chiamarlo ‘mandala’ e neppure a dargli un nome, *ma ciò che è* si produce lo stesso!”

St.: “Si tratta di una energia organizzata?”

T.R.: “Sicuro. In ogni caso, vi è una certa unità ed una sorta di dinamica. Forse il mandala non è importante, tuttavia esso si produce!”

St.: “Allora vuoi dire che mantenendo il rapporto con lo spazio sulla base di una sensazione che esso sia solido e cercando di roderne i limiti dall’interno, non si percepiscono le cose come un mandala; mentre se, al contrario, il rapporto con lo spazio è stabilito con l’aspetto aperto e spazioso, si è in grado di percepirlo e conoscerlo come un mandala?”

T.R.: “Beh, questo dipende da voi. Dipende totalmente da voi. Non si può fare ricorso a nessuna definizione filosofica. Qui la nostra intenzione non è di formulare un insieme immutabile di nozioni e modelli, di teologie ed ideologie. Non si tratta di farci una ben stabilita idea di ciò che un mandala è o non è, ma al contrario, di stabilire un legame con ciò che il mandala *potrebbe essere*, con ciò che esso è *in potenza*. Per il momento non viene proposto alcun dogma. Piuttosto, si tratta di elaborare una base di lavoro che ci possa permettere di collaborare.”

St.: “Riguarda un modo di considerare il mondo?”

T.R.: “Sì, se volete. Ma sarebbe più esatto dire che è un modo di *vedere* il mondo”.

St.: “Vi è forse nello stesso tempo un mandala collettivo ed un mandala individuale?”

T.R.: “Assolutamente sì. È così che noi percepiamo il mondo”.

St.: “Allora il nostro mandala personale può cambiare nella misura in cui riusciamo a trasformare la nostra coscienza ed il nostro modo di vedere?”

T.R.: “Beh, noi non possiamo *trasformare* la nostra coscienza. Essa si *evolve*.”

St.: “È possibile creare un mandala per questo seminario?”

T.R.: Sì, certo. Ma non si può limitare il principio del mandala ad una cosa ben precisa. Stiamo parlando della totalità di un filo d'erba. L'erba che cresce è solida? Oppure è qualcosa di vuoto nel mezzo di uno spazio solido? O viceversa? C'è qualcuno che potrebbe spiegarlo?”

Altro Studente: “È come il rapporto tra la forma e lo sfondo; l'erba è la forma e...”

T.R.: “Sì. Allora descriveremo l'erba come un oggetto che emerge dallo spazio. Oppure dovremmo dire che l'erba è spazio e ciò che la circonda è solido. Afferrate ciò che voglio dire?”

St.: “Secondo te, è più esatto dire che il filo d'erba è vuoto e ciò che lo circonda è solido? Questo è forse un modo più preciso di descrivere le cose così come sono?”

T.R.: “Sì, in effetti credo che sia più giusto.”

St.: “Allora è come la differenza che c'è tra il prendere le cose in modo isolato oppure considerarle nel quadro in cui esse si inseriscono?”

T.R.: “È la stessa cosa, dato che le due situazioni sono interdipendenti. Non si può avere l'una senza l'altra.”

Altro Studente: “Io non ho capito cosa hai voluto dire con ‘abbandonare tutta questa storia dello spazio ed aprirci al terreno di base’”.

T.R.: “Equivale a lasciar cadere tutto, compresi i due elementi interdipendenti: l'erba come spazio e l'erba come oggetto”.

St.: “Occorre abbandonare tutto?”

T.R.: “Bisogna abbandonare tutto questo territorio. Allora avrete la possibilità di una base di lavoro completa. Nella tradizione Tantrica, a livello del *kriyayoga*, viene suggerito di creare un mandala con i ‘cinque ingredienti della vacca’ (5), che sono il muco, la merda, l'urina, il latte e la bile. È con tali ingredienti che bisogna ripulire il sacro campo, transcendendo le discriminazioni. Una volta che il sacro campo sia perfettamente pulito con questi cinque ingredienti, allora si può costruire un mandala, fare un dipinto con le sabbie colorate o disegnare dei tratteggi. Dal punto di vista tantrico, questa è l'unica situazione che si lasci lavorare: avendo vinto e distrutto tanto lo spazio solido che lo spazio vuoto, alla fine si può creare il vero mandala, il Mandala Assoluto. - Non sono delle semplici superstizioni, sapete, queste idee del *kriyayoga* sui cinque ingredienti della vacca. La vacca appartiene alla terra. Essa bruca l'erba, la mangia, poi caca, si siede e vive sulla terra. Ha le qualità di un ‘toro-seduto’ (6). Il fatto di spalmare tutto il mondo dei fenomeni con questo muco, questo latte, questa bile, questa urina e questa merda e tutto il resto, è qualcosa di molto potente. È formidabile! Uniforma tutto, è meraviglioso!”

Altro Studente: “La base di cui parlavi, è la ‘Via di Mezzo’?”

T.R.: “No, non direi proprio che sia la Via di Mezzo. Non ha niente di mediato; essa è semplicemente *la base*. È assolutamente intransigente, non sta nel mezzo, è la base. Non ha niente a che vedere con la nozione di un mezzo”.

St.: “Allora equivale a non aggrapparsi a qualunque cosa essa sia?”

T.R.: “Sì, si potrebbe dire così. Ma lasciatemi spiegare il contesto in cui va ad inserirsi il principio del mandala. Esso fa parte dell’approccio tantrico della situazione. Non stiamo trattando né del Madhyamika, né del principio di Shunyata (7); ma stiamo esaminando l’esistenza fondamentale delle cose così come sono. Cioè come tutti noi viviamo e come sopravviviamo. E questo impedisce che le cose diventino troppo filosofiche. Qui non si tratta della Via di Mezzo, ma della Via della Totalità. È un modo piuttosto implacabile ed impietoso di affrontare le cose così come esse sono.

Altro Studente: “Io ho l’impressione che tutti noi siamo ancora lontani dall’aver compreso il Madhyamika nel giusto modo. Allora come possiamo lavorare su ciò che stai insegnandoci, senza distorcerlo?”

T.R.: “Sì, teoricamente è possibile; ma dal punto di vista della pratica, prima dovete sedervi giù e meditare per lavorare su voi stessi ad un livello fondamentale. Ora vi parlerò del caos che eventualmente potrebbe prodursi, del caos ordinato che potrebbe sopraggiungere nella misura in cui voi progredite sul Sentiero. Questo seminario può essere considerato come una ‘messa-in-guardia’: qualcuno che non ha ancora imparato a guidare, può lo stesso studiare il codice della strada ed il funzionamento di una vettura. È possibile che in una situazione simile si produca il caos - il caos ordinato - e, d’altra parte, io ho fiducia nel pubblico Americano, in coloro che già seguono la Via ed in coloro che aspirano a seguirla. Tendo a sentirmi sufficientemente coraggioso da poter spiegare loro la Via, in quanto mi sento in grado di stabilire un rapporto con essi e spiegare loro tutte le possibilità del caos e dell’ordine. Mi sembra che, se ne parlo, ciò potrebbe far scaturire nel loro cammino scintille di Risveglio. Comunque, per il momento, stiamo semplicemente preparando il terreno. Non stiamo ancora dando istruzioni da mettere subito in pratica. Prima dovete ben bene impegnarvi nella Via e sottomettervi ad essa. Per cominciare, dovete pronunciare il voto di Rifugio con la motivazione di abbandonare tutto il resto. Successivamente, dovrete essere pronti ad assumervi le responsabilità di un Bodhisattva (8). È solo in seguito che potrete ricevere gli insegnamenti tantrici. Per il momento siamo ancora lontani, ma gettare uno sguardo sulle possibilità che ognuno di noi ha davanti non è meno utile.”

St.: “Forse il terreno di base appare quando ci si dimentica di ‘questo e quello’ - vale a dire quando si lascia cadere la discriminazione? È questo che vuoi dire?”

T.R.: “Sì, esattamente questo.”

St.: “Ed è un’esperienza; non semplicemente una teoria, vero?”

T.R.: “Sì”.

St.: “Come si può sapere che si fa l’esperienza?”

T.R.: “Questo dipende interamente da voi”.

St.: “Ho l’impressione che ci si potrebbe facilmente illudere”.

T.R.: “Quando si ha un’esperienza completa e totale delle cose, ciò significa che uno ha usato il suo punto di riferimento”.

St.: “Cosa vuol dire ‘usato il suo punto di riferimento’?”

T.R.: “È come essere completamente morti, o quanto meno moribondi. È impossibile assolutamente riferirsi ad una qualsiasi cosa viva, perché si ha solo l’esperienza del morire. È tutto molto semplice e solido.”

Altro Studente: “A me pare che la cosa più difficile da superare sia il sentimento di separazione. Non è di questo che stai parlando? L’interdipendenza dipende dalla separazione e, se si potesse lasciar andare tutto si potrebbe stabilire un nesso con la Totalità. Ma come fare?”

T.R.: “Non è necessario sapere come fare. Molto semplicemente, si produce da solo. Il maestro, e gli insegnamenti, non vi prodigano speciali premure, non vi elargiscono una ‘compassione-idiota’. Voi stessi dovete trovare la soluzione. Dovete accettare consapevolmente il fatto di essere un individuo, anzi un individuo solitario che è in cammino sulla Via”.

St.: “Tuttavia mi sembra che l’idea di essere soli o solitari sia in contraddizione con l’idea di Totalità.”

T.R.: “No, affatto. Se sai di essere un individuo solitario, allora sentirai la totalità dello spazio in cui sei solo. È la stessa identica cosa. Non puoi sentirti solo a meno di non sentire la totalità della situazione. Dagli altri non può provenire alcun aiuto. Ognuno deve fare il proprio percorso spirituale, che dipende interamente da se stessi. Non c’è neanche bisogno di dirlo!”

St.: “Allora non è affatto simile alla solitudine ordinaria!”

T.R.: “Non esiste una ‘solitudine ordinaria’. La solitudine è unica ed è circondata dallo spazio. Bene. Per stasera le domande finiscono qui. Domani inaugureremo i gruppi di discussione, cosa che potrebbe rivelarsi estremamente importante. Avrete l’occasione per conoscere ed esprimere il vostro caos e la vostra confusione, riguardo al principio del Mandala. Potrete aprirvi e comunicare le vostre idee. C’è un conflitto tra yogi e filosofi; la situazione è la seguente: secondo gli Yogi, i filosofi raccontano un sacco di sciocchezze. I filosofi, invece, pensano che gli Yogi non siano in grado di connettere. Risultato: per il momento siamo incapaci di stabilire degli insegnamenti che siano veramente completi e vivi, il che vuol dire non rigettare né gli uni né gli altri. Ecco perché tenderemo di creare un legame, in modo che i filosofi e gli Yogi capiscano che entrambi gli approcci sono validi. Da una parte occorre una certa comprensione teorica ed intellettuale, dall’altra l’esperienza non è meno importante. È realmente possibile combinare i due approcci. Un giorno voglio sperare che non ci sia più bisogno di insegnare tramite seminari, così sarete in grado di aiutarvi da voi stessi. D’altronde, è sicuro che si svilupperà un Buddhismo Occidentale, così potrete insegnare agli altri e trasmettere gli insegnamenti in tutto il mondo. Avrete infatti, anche la possibilità di andare da Tibetani e Indiani e di lavorare insieme, mostrando loro ciò che essi già sapevano.”

“Quanto a me, ho molta fiducia nella vostra partecipazione a questo progetto. Sono assai commosso per il fatto che potremo lavorare insieme sulla sanità fondamentale; potremo gettare delle solide basi che ci permetteranno di aiutare l’insieme del mondo, non solo a livello puramente religioso, ma anche sul piano delle situazioni concrete della vita. La partecipazione di domani ai gruppi di discussione sarà un segno di accettazione di tutto ciò. Significa che siete disposti a superare l’idea di esser semplicemente venuti a cercare qualcosa, una scintilla di saggezza, riferendola a voi stessi e farne magari l’argomento di un voluminoso trattato. Questo non è bene. Bisogna cambiare, dunque non esitate a partecipare a questi gruppi ed alla pratica di meditazione con i membri della comunità qui riuniti; anche questo fa parte del seminario. È indispensabile che vi apriate alle irritazioni e frustrazioni che si producono nel corso della meditazione. Molte grazie, e benvenuti a tutti!”

2) LA LAMA DEL RASOIO

I problemi che abbiamo incontrato esaminando l'idea del Mandala sono frutto di un approccio troppo astratto. Il fatto di considerare il mandala come un principio metafisico o filosofico ci impedisce, di fatto, di trarne una lezione. Nel momento in cui affrontiamo questo argomento di conoscenza, dobbiamo privilegiare i metodi pratici. Bisogna trovare una base di lavoro, o un qualsiasi modo di identificarci con il principio essenziale del mandala. È indispensabile comprendere che questo principio è collegato ad un processo di apprendimento e ad una pratica. Perciò, come già abbiamo detto, l'unico modo di farlo è di rapportarci con la base primordiale su cui è poggiato il mandala.

La parola '*mandala*' significa letteralmente 'aggregazione, associazione'. Il termine Tibetano è '*kyilkhor*'. '*Kyil*' significa 'centro' e '*khor*' significa 'bordo', 'periferia' o 'gestalt'. Vi è un modo di affrontare le cose secondo un'ottica relativa: "se esiste quello, allora esiste questo e se esiste questo, allora quello esiste!". Le cose esistono in modo interdipendente e questa esistenza di interdipendenza delle cose si produce sotto forma di un 'caos ordinato'. Vi sono varie specie di caos ordinato. C'è il caos-ordinato domestico, il caos-ordinato emotivo di una relazione amorosa ed il caos-ordinato spirituale. Anche la realizzazione del Risveglio possiede il suo caos ordinato. Quindi, si tratta di entrare in relazione con i differenti tipi di caos-ordinato. Tuttavia, prima di parlare della nozione di caos-ordinato propriamente detto, dobbiamo esaminare l'ambiente generale entro cui si produce il caos-ordinato. Ancor prima di renderci conto che qualcosa è 'ordinato' oppure 'caotico', vi è una sorta di terreno-di-base su cui il caos sorge costantemente, secondo un ordine ed una dinamica che gli sono propri. È questa *base* che ora ci interessa, nel nostro studio del mandala. Il modo in cui possiamo svegliarci al mattino, praticare ed affrontare le situazioni della vita quotidiana è collegato alla possibilità di saper vedere questa *base*.

Affinché sia chiaro, vorrei ripetere che non si possono studiare gli aspetti superiori del principio del mandala, senza avere almeno una certa comprensione del Samsara o di ciò che viene vissuto come 'confusione', cioè il livello confuso del caos-ordinato. L'idea essenziale è che la nostra esistenza è accompagnata sempre da un senso di lotta. Noi ci sforziamo sia di avere una supremazia sulle persone e sia di conquistarle al nostro modo di vedere; vogliamo sia sbarazzarci dei nostri nemici e sia ritrovare i nostri amici. Che si abiti in città oppure in campagna, cerchiamo sempre di lottare con il nostro ambiente oppure di averne compiacimento. Comunque tendiamo sempre a fare i difficili ed a lasciarci andare al gioco della selezione. Ecco, quindi, l'area entro cui si produce il caos-ordinato. Da un punto di vista superficiale, la spiritualità consiste nel rendere armoniose le cose; tuttavia, tale approccio non si può applicare al principio del mandala, e c'è un motivo. Non si tratta di rendere le cose più armoniose e meno agitati, ma di entrare in relazione con tutto ciò che accade; collegandoci a queste lotte ed a queste agitazioni insieme ai nostri sforzi per sopravvivere, per guadagnare di più, per avere più cibo, un alloggio più grande, avere più spazio, un tetto sotto cui ripararsi, e via di seguito. Se abitiamo in città, o in certe periferie, ciò sarà terribilmente opprimente. Si finisce per abituarsi all'eventualità di assassinii, furti e stupri. Le cose sembrano accadere per loro volontà, ma noi non sappiamo mai dove, quando e come tutto ciò è iniziato, né come procederà e né come andrà a finire.

Fin da quando ci svegliamo al mattino, ci rendiamo conto che siamo pronti a batterci con il mondo. La prima colazione è il preambolo del combattimento, una specie di magica pozione che ci permetterà di lottare contro tutti. Così, dopo i pasti, ci lanciamo all'attacco. Vi è qualcosa di interessante, perfino assai attraente, nella semplicità di questa preparazione al combattimento, seguita da questo tuffo nella battaglia. Ci disponiamo nella doppia funzione di attaccare gli altri e di difenderci da qualcun altro che, a sua volta, sarà obbligato a difendersi. I nostri incontri quindi si articolano in base ad una lotta e, qualunque sia la nostra mentalità, il quadro complessivo è una

scena di battaglia, con vincitori e sconfitti. Questa mentalità profonda esiste tanto nelle città che nelle campagne e si perpetua costantemente. Da questa situazione globale viene a generarsi un'impressione collettiva di lotta astratta. D'altronde, non si tratta di una lotta per ottenere un risultato specifico, come ad esempio quando s'intende far valere rivendicazioni sindacali. Ma piuttosto è una sensazione di essere imprigionati totalmente. È la sensazione di essere stati catturati dal mondo ed essere obbligati a viverci, dover lottare come se stessi chiusi dietro le sbarre. Questa impressione di prigionia è sempre presente ed è essa, la *base* profonda del mandala, prima ancora che si possa produrre il caos-ordinato.

Vi è quindi questa sensazione globale di depressione o esaltazione, che si esprime tanto con la ricchezza, che con la povertà. La situazione fondamentale di questo grigiore esistenziale - o secondo i casi, di questo mondo in bianco e nero, non è certo priva di interesse. Anch'essa può essere straordinariamente bella, se così si può dire. Non voglio con questo dire che l'esperienza sia puramente piacevole, ma solo che essa si basa su un qualcosa di profondamente vivo e risvegliato. Si è in una costante attenzione, pronti a battersi, ad attaccare, a guadagnare, a lottare in un modo o nell'altro con le situazioni della vita. Vi è questa energia totale ed integrale entra la quale tutti noi funzioniamo. Si ha costantemente la sensazione che stia per accadere qualcosa. Come se una rete clandestina avesse fatto circolare la notizia, ed ognuno si disponesse a difendersi da qualsiasi eventualità. Ovunque suona l'allarme e, davanti ai nostri occhi, danzano vagamente cortei di possibilità positive o negative che si presentano come doni di Dio, oppure come sorgenti di caos. Si possono considerare le cose dal punto di vista eventuale della gioia o dello scoraggiamento ed è questa danza vacillante che costituisce lo sfondo della nostra situazione.

Se ora vi dico tutto questo, è perché la situazione che sto descrivendo non è costituita da uno spazio solido. È spazio reale a cui abbiamo costantemente accesso anche se un certo elemento di libero arbitrio è sempre presente. Benché ci si senta imprigionati e obbligati a fare certe cose, proviamo nondimeno la sensazione che le decisioni, come pure il nostro senso di spazio e le possibilità che vi si crei qualcosa, appartengano a noi. Beninteso, si tratta di un'idea molto astratta, molto difficile da essere colta. Questa energia totale - totalmente creatrice e totalmente distruttrice, è ciò che potremmo chiamare 'immediatezza'. L'immediatezza è il sentimento di essere in armonia con ciò che accade: il passato è una immaginazione, il futuro è un sogno, e la vita si svolge sul filo della lama di un rasoio. Essa è terribilmente tagliente, incerta e vacillante. Cerchiamo di stabilire una base, ma il terreno non ci sembra abbastanza solido; è anch'esso assai tagliente ed oscilla tra questo e quello.

Vivere sul filo della *lama di rasoio* equivale a vivere nello spazio totale, poiché la possibilità che la lama ci tagli in due, che ci distrugga, è proprio lì presente, ed anche la possibilità di poter evitare il fendente, è minima. Tuttavia, le due possibilità si equivalgono. L'affilatezza della lama, estremamente interessante, è la nostra intelligenza primordiale. Sentiamo il bordo tagliente della lama, la sua affilatezza. Riconosciamo la sua presenza e tentiamo di sfuggirla, cercando di rannicciarci su qualcosa di più solido, come per esempio la tazza del water, qualsiasi luogo ove non ci sia nessuna lama di rasoio. Ma ciò non è che pura fantasia, la nostra intelligenza primordiale comincia a riconoscere l'esistenza di tutte le occasioni allo stesso tempo come impossibili eppure relativamente possibili. E ciò accade continuamente. Si potrebbe quasi dire che il dono di Dio sia il fatto che non ci venga offerta una confortevole tazza di gabinetto sulla quale appollaiarci. Al contrario, ci è stata offerta una lama di rasoio come sedile, sulla quale è impossibile appollaiarci. Restando bene attenti, lì sopra, ci si può soltanto *esservi!* - La lama di rasoio è un'espressione dello spazio di qualunque altro luogo. Può darsi che gli altri luoghi siano minacciosi e che la lama di rasoio alla fine risulti un confortevole luogo su cui sedersi, come può darsi che gli altri luoghi siano accoglienti e che la lama di rasoio sia minacciosa. In ogni caso, ciò che conta è la sensazione di

essere pienamente lì, senza un minimo di esitazione. Tutta la situazione diventa estremamente potente e spaziosa, il che corrisponde all'aspetto risvegliato o trascendente del mandala.

Tanto l'aspetto risvegliato del mandala, quanto il turbinio, l'aspetto samsarico, si svolgono sulla medesima lama di rasoio ma, di fatto, non vi è che 'una sola lama'! Il cammino è cosparso di infinite lame di rasoio, al punto che non sappiamo proprio dove mettere i piedi. forse vorremmo levitare come gli Yogi, per librarci al di sopra di queste lame, ma ci rendiamo conto di non aver ancora acquisito questo potere. E, se lo avessimo acquisito, è probabile che non vi sarebbero più lame di rasoio, perché il potere di levitare e l'assenza delle lame sarebbe la stessa identica cosa. Questa qualità tagliente della lama di rasoio è più che una irritazione psicologica; la vita, nel suo insieme, diventa acuta e penetrante, inevitabile ma affilata. La si potrebbe dire una descrizione assai viva della 'verità' secondo cui la vita contiene la sofferenza, che è appunto la lama di rasoio. La verità dell'origine della sofferenza è la scoperta che esiste la lama di rasoio. Poi vi è la verità della mèta, che consiste nel vedere la lama di rasoio come Sentiero, con la capacità di ridurre i suoi effetti letali. Tuttavia, noi non possiamo ricorrere a poteri magici per tale scopo, ma dobbiamo affrontare la realtà proprio nella sua vera verità, in modo diretto e totale.

Studente: "Noi passiamo il tempo a rimuginare sui nostri ricordi ed a sognare il futuro. Se ho ben capito ciò che hai detto, più prendiamo coscienza di esser presi in trappola e più sperimentiamo la sofferenza in un modo diretto. Quindi, invece di sforzarci di eliminarla, dobbiamo proprio entrarvi dentro. Dobbiamo semplicemente vedere più chiaramente che noi siamo proprio in questa condizione. È questo che volevi dire?"

Trungpa Rinpoche: "Beh, l'importante è non filosofeggiare. Sicuramente si può dire che la presa di coscienza produrrà i suoi effetti e che, di conseguenza, rigettare il dolore significa aumentare il proprio male ma, d'altra parte, anche accettandolo non lo si diminuisce. Però, non è in questa ottica che bisogna affrontarlo. Il dolore possiede dei livelli sottili molto interessanti che dovrebbero essere esaminati. Prima di tutto, cosa significa il dolore per noi? Si tratta di dolore fisico o psicologico? Il dolore fisico è connesso con la nostra attitudine riguardo al corpo ed all'ambiente. Si potrebbe arrivare a dire che il dolore racchiude in sé un'esperienza mistica. Di fatto, accettare pienamente il nostro dolore è un'esperienza delle più profonde, che ci permette di coglierne l'aspetto tagliente e di vedere la lama di rasoio che recide tutte le nostre illusioni e le credenze in questo e quello. Il dolore ci fende. E quando facciamo realmente e sinceramente l'esperienza del dolore psicologico, tale com'è, non c'è più spazio per elaborare delle idee concettuali su questo o quello, perché la nostra esperienza del dolore è totalmente piena e vera. Dunque, non si tratta di considerare le cose da un punto di vista filosofico, pensando di dover ottenere un qualsivoglia stato di equilibrio, né che il dolore sia aleatorio e dobbiamo sopportarlo stoicamente. Vi è assai più di questo: vi è un modo intelligente di comportarsi di fronte al dolore. Se il dolore è qui, è soltanto per causa nostra, mentre invece noi cerchiamo di lottare con esso per vedere alla fine chi ne uscirà vittorioso. Queste battaglie che conduciamo contro il dolore non sono necessarie; se noi diventiamo pienamente il dolore, al punto che *'non vi sia più un NOI'*, il dolore cesserà di avere la sua funzione. Esso non è che un'energia, è l'acutezza delle cose; avrà lo stesso il potere di colpirci, ma non sarà più 'dolore' nel senso in cui noi lo intendevamo. Il problema, in fondo, deriva dal fatto che noi siamo lontani dallo sperimentare realmente il dolore come dolore. Noi sperimentiamo solo *la sfida* del dolore, che consiste nel domandarci se riusciremo a vincerlo. È precisamente per questo motivo che proviamo dolore, perché ci sembra che stiamo perdendo il nostro territorio e che il dolore stia impadronendosi di noi. È lì che inizia a livello psicologico l'effetto del dolore. Al contrario, se abbandoniamo la lotta e diventiamo 'dolore', pienamente e completamente, allora noi siamo il dolore ed il dolore è noi stessi. E proprio ciò che il Buddha intendeva dire quando parlò di *'dukkha'* come verità della sofferenza. Una verità che esiste di per sé, piuttosto che una verità relativa che dipenda dal campo di osservazione."

St.: “Quindi, se abbiamo fiducia nella verità della sofferenza, essa verrà trasformata?”

T.R.: “Sì, in un certo senso. Si potrebbe dire che il dolore si trasforma in acutezza ed energia e cessa così di essere una sfida.”

Altro Studente: “Puoi spiegarci che ruolo giocano in questo contesto il masochismo e l'ipocondria?”

T.R.: “Tanto l'ipocondria che il masochismo dipendono ancora dalla sfida nel campo di battaglia. Sentite ancora che vi si sta lanciando una sfida, il che non equivale veramente ad identificarsi con il dolore. Vi state occupando solamente della periferia e siete ben lontani dallo sperimentare veramente il centro del dolore”.

St.: “E l'ascetismo?”

T.R.: “L'asceta adotta un approccio al dolore totalmente differente. In questo caso, più che rigettare il dolore o lasciarsene scoraggiare, diciamo che esso ci fa del bene, la qual cosa è alquanto interessante. È simile a quella madre che prova un grande piacere nel sentire i dolori del parto perché vi vede un senso: essa sta per donare una vita. Oppure, si potrebbe prenderre come analogia l'evento di una diarrea. Uno se ne sta rannicchiato nel proprio dolore, ma ne vale la pena perché alla fine si sarà liberato dell'intossicazione e si sarà sgravato pure della stessa diarrea, evacuandola dal proprio organismo. Questo è il tipo di approccio al dolore che caratterizza l'asceta: - Se vale la pena di far l'esperienza del dolore, facciamola dunque, questa esperienza; passiamoci attraverso!- Ma anche questa cosa è piuttosto losca; l'asceti per l'asceti è alquanto sospetta. Vi è anche un altro tipo di ascetismo che è una Via di apertura, una esperienza completa del dolore. In realtà, il giorno in cui uno sarà arrivato lì vorrà dire che avrà di già superato l'ascetismo, sarà diventato un essere semplice, un 'senza-casa' (*anagarika*). Tuttavia, accanto a questi, vi sono anche degli impostori, che si aspettano ancora che si tenga conto del fatto che essi 'hanno-abbandonato-la-loro-casa'. Di fatto, queste persone hanno solo cambiato casa. È un'idea molto sottile. Essere davvero senza-dimora, né rifugio, equivale a rinunciare, semplicemente senza voler afferrare null'altro in cambio.”

Altro studente: “Ho l'impressione che sarebbe assai facile cedere alla tentazione di compiacersi della quantità di dolore che si è in grado di percepire e sperimentare”.

T.R.: “Precisamente. Potete considerare il dolore come dolore, oppure come una parte delle vostre proiezioni, cosa completamente diversa. Se considerate il dolore come una sfida proveniente dall'esterno, cioè come un agente esterno, anche se vi ci abbandonate totalmente, ciò equivarrebbe ad un suicidio. Se invece riuscite a considerarlo come qualcosa che è lì in voi stessi, e che fa parte del vostro stato mentale, decidendo nel contempo di non volerlo più alimentare, allora è tutta un'altra storia!”

St.: “Tu dici che il dolore è già lì. Ciò significa che quando uno non prova dolore - dolore psicologico, intendo - è più addormentato? Il fatto di ricercare l'aspetto doloroso di una situazione, equivarrebbe in qualche modo ad avviarsi verso un più favorevole risveglio?”

T.R.: “Sì, è probabile, ma ciò che dici può essere pericoloso.”

St.: “... e il dolore che provo in rapporto alla distanza percepita tra te e me?!”

T.R.: “È uguale. È la stessa cosa. Se uno cerca di vivere con le sue aspettative connesse al modo in cui questo dolore potrebbe non arrivare, ciò è dolore!”

St.: “E ciò che provo in rapporto alle persone che sono qui?”

T.R.: “Anche questo è uguale. C'è qualcosa che non ti soddisfa. Tu hai l'impressione che lo sconforto ti invada e tenti di batterti contro questo, invece di curarti davvero della distanza che ti

separa dal tuo interlocutore, in questo caso... me. Mi pare però che tu non sia cosciente di questa distanza nel momento in cui sperimenti il problema. Cosicché il tuo rapporto con il dolore si trasforma in problema, a causa di questa apparente logica fluttuante all'interno del tuo stato mentale, che tuttavia non ha nulla a che vedere con la situazione. In quest'ottica, il problema deriva dal fatto di considerare il dolore come un problema”.

Altro studente: “Stai forse facendo la distinzione tra l'approccio attivo e quello passivo verso il dolore? Per attivo, io intendo il cercare di trovare un modo di reagire a questo dolore al fine di acquisire un più vasto livello di coscienza, mentre l'approccio passivo si limiterebbe a provare il dolore e basta”.

T.R.: “Credo che non ci sia alcuna differenza. Mi sembra che sia la stessa cosa, perché ogni volta che si produce il dolore (*dukkha*), esso ha sempre la stessa natura e lo stesso stile, cioè lo stesso approccio. L'idea è sempre la stessa: ‘c'è qualcosa che tenta di impadronirsi di me, devo resistere!’ È allora che interviene la mente logica: “questo si produce perché qualcuno mi ha danneggiato, maltrattato, ecc.’ Di fatto, è la mente logica che ci sta facendo del male. Essa non è che una facciata mentre il punto cruciale sembra essere la sensazione di invasione e la sfida di dover recuperare potere sul proprio essere, la propria coscienza e la padronanza delle proprie emozioni. Tutte le logiche, quali: ‘Lui ha ucciso mio padre, perciò io devo ucciderlo a mia volta’ sono collaterali, non sono che dei pretesti e non hanno niente a che fare con il dolore. Il dolore reale è l'impressione di dover vincere o dominare qualcosa a tutti i costi. In altre parole, ogni idea di dolore consiste nel lottare contro se stessi, nell'opporre i propri concetti al proprio intelletto.”

St.: “Però la sofferenza e le miserie del mondo sono, a mio parere, reali, mentre ciò di cui stiamo parlando qui sembra un po' come avere una banconota da mille dollari, senza che si possa spenderla per rimediare a questa sofferenza. È come se qualcuno di questi punti di vista non mi permettesse di fare qualcosa di concreto per alleviare il dolore e le sofferenze del mondo”.

T.R.: “Io credo invece che potreste fare molto. Il caos che comporta questa lotta contro il dolore del mondo proviene dal fatto che non abbiamo ancora affrontato il dolore personalmente. Se riusciamo a comprendere il dolore come facente parte della nostra natura inerente, saremo in grado di affrontare direttamente le situazioni e ciò comporterà meno dolore all'esterno. Il dolore sarà una caratteristica del caos, semplicemente il caos-ordinato. Non è necessario che il dolore sia presente esso stesso. Se volete arrestare la guerra in Vietnam, dovete arrestare *il vostro* dolore, la vostra versione *mentale* della guerra in Vietnam. Dovete prima affrontare il vostro antagonismo, la vostra propria guerra innata tra voi stessi e le vostre proiezioni. Se riuscirete a risolvere questo problema, entrando in relazione con il processo di trasmutazione, sarà molto più facile risolvere i problemi che esistono sul piano politico e diplomatico internazionale. Il problema allora non sarà che un insieme di circostanze che si sono prodotte secondo una logica ordinata il cui risultato finale è il caos della guerra. E poiché è sempre il medesimo caos-ordinato che ha luogo, si sarà in grado di occuparsene nel modo migliore. Al momento, tuttavia, il problema deriva dal fatto che non siamo in grado di seguire perfettamente il filo degli avvenimenti. La considerazione che rivolgiamo alla scena nazionale o internazionale è a tal punto così velata dalle nostre proiezioni, che si finisce per perdere di vista la situazione pratica reale.”

St.: “Insomma, se si lasciasse andare il punto di riferimento dell'io-e-mio, e si affrontasse direttamente il dolore, si finirebbe per creare meno dolore?”

T.R.: “Sì, senza dubbio. Però, se ci contaste come se si trattasse di una promessa, tentando di trovarvi conforto, allora rovinereste tutto!”.

3) RITRATTO DELLA MENTE CONFUSA

Abbiamo già descritto il terreno di base: cioè la lama di rasoio su cui siamo seduti. Esso è il dominio delle passioni, dell'aggressività e dell'ignoranza, la base su cui si stabilisce e si costruisce il mandala samsarico. È questo mandala samsarico che ora esamineremo in modo più dettagliato. Cavalcare la lama di rasoio secondo lo stile della passione, dell'aggressività e dell'ignoranza, crea un enorme spazio per lavorare sulla situazione successiva. Non si tratta tuttavia di sbarazzarci di qualcosa, né di diventare migliori, ma al contrario, di prendere finalmente atto della situazione reale. Durante la precedente esposizione, abbiamo affrontato i diversi stili di base che si elaborano per stabilire un rapporto con le situazioni che ci si presentano, in modo da lasciar spazio alle nevrosi che la mente produce. Non solo abbiamo inventato tutti i modi di appollaiarci o sederci sul filo della lama del rasoio, ma abbiamo anche creato il 'materialismo-spirituale', cioè la necessità di rimpiazzare continuamente un mito con un altro. Da qui spunta un nuovo elemento che oltrepassa quello che lo ha preceduto. Un movimento si delinea nettamente nella mente confusa; un movimento che si conforma al carattere fondamentale del mandala: decidiamo di diventare sordi e muti con lo scopo di attenuare la nostra sensibilità alle situazioni della vita. In breve cessiamo di mettere in questione la lotta ed il fatto di batterci sempre contro qualcosa. Anzi, ci sembra che da questa lotta dovremmo ricavarne del denaro; ci sentiamo costretti a persistere finché non riscuotiamo la nostra ricompensa, o finché la lotta non sia stata condotta a termine. Inoltre non arriveremo certamente ad accettare alcunché, dato che abbiamo l'impressione di essere troppo intelligenti per avere una fede cieca nelle cose. Vorremmo sempre trarre profitto dalla situazione, ottenerne benefici. Per esempio, praticando la meditazione o anche interessandoci di spiritualità, il nostro obiettivo sarà quello di ottenere una comprensione, un risveglio; e se non lo otteniamo, avremo la sensazione di essere stati ingannati.

Nondimeno, fino al momento in cui arriviamo a credere veramente di essere stati ingannati, siamo disposti a restarcene sordi e muti. Se qualcuno ci dice che per ottenere il risveglio dobbiamo tenere la testa al sole in equilibrio ventiquattr'ore su ventiquattro, noi lo faremo. Resteremo nella condizione di sordomuti finché non avremo ottenuto risultati concreti, finché non ne avremo tratto un vantaggio. Tutte le promesse che ci hanno fatto puntano su questo tipo di ignoranza (9). Ci lasciamo accecare da queste promesse, dal loro aspetto abbagliante, eclatante, scintillante. Ma poi, in seguito, sperimenteremo il dolore di questo accecamento. È questa ignoranza che costituisce il nucleo centrale del mandala samsarico. Finché per noi vi saranno promesse che sembrano allettanti, si sarà disposti a cedere ad esse. Se crediamo in determinate 'parole-di-saggezza', secondo le quali vale la pena cedere, si dimentica il cammino dell'esperienza e si inizia a procedere come ciechi. Si rinuncia ad essere sensibili alle situazioni che occorre affrontare nel corso della vita.

Questa ignoranza è la struttura fondamentale del mandala e costituisce la base del materialismo psicologico e spirituale. Il materialismo spirituale nasce dal fatto che uno è pronto a scommettere su ogni sorta di capriccio. È pronto a meditare per tre mesi su un granello di sabbia tenuto nella mano, o a digiunare per dieci mesi; si fa catturare da una quantità di promesse assurde. Se uno tiene in mano un granello di sabbia per tutto quel tempo, sicuramente diverrà un portatore di granelli di sabbia illuminato. È una realizzazione inaudita, una vera realizzazione, senza ombra di dubbio! Ma, d'altra parte, vi è anche un elemento di materialismo psicologico ordinario che sorge dall'esperienza del mandala. Per conseguire uno scopo, si è pronti a non tener conto del cammino che conduce ad esso, cioè dell'eccentricità della pratica. Per esempio, per diventare Presidente della Repubblica occorre piegarsi ad ogni sorta di bizzarrie; in particolare occorre fare un mucchio di promesse per sedurre l'elettorato. Si fa del tutto per guadagnare, a costo di rendersi ridicoli, poiché se si è disposti a questo, perfino a coprirsi di ridicolo, si potrà diventare Presidente. Ciò esige un certo coraggio, perché si accetta di implicarsi in questo tipo di situazioni e di partecipare alle

agitazioni che queste suscitano. Vi sono anche numerosi altri esempi, ma sono convinto che voi tutti conoscete molto bene questo tipo di approccio.

Le esperienze eccentriche alle quali ci si consegna per candidarsi a qualsiasi forma di Presidenzialismo presuppongono una scelta, cioè quella di credere all'aspetto 'sordo-muto' del proprio essere. Uno mette tutto da parte, eccetto il risultato finale che consiste nel diventare presidente. Tutto ciò che si dovrà accettare strada facendo è accettabile, perciò ci si riduce allo stato di sordomuto. Si diventa duri ed agguerriti, con l'impressione che questo fatto ci faccia essere più grandi, trasformandoci in eroi. Questo approccio occupa il centro del mandala samsarico, mentre l'area periferica si divide in quattro settori. L'aggressività è connessa al settore Est del mandala. Così come la intendiamo noi, l'aggressività si basa sull'intelletto e lo spirito analitico. È impossibile trasformarsi in un individuo aggressivo se non si sa verso chi si prova aggressività. Di fatto, essere aggressivi implica automaticamente una logica. Che poi questa sia logica o illogica, non ha importanza, perché la logica che si adotta si appoggia su una base sulla quale si può atterrare dolcemente o schiantarsi. Essa è l'aggressività fondamentale che implica un'attitudine estremamente severa anche verso se stessi. Non si è affatto disposti a divertirsi, a spassarsela, a trattarsi bene. Si produce di continuo una guerra tra questo e quello e, al fine di vincere contro l'antagonista, chiunque sia, si è costretti ad essere aggressivi, a sgomitare ed usare atteggiamenti duri e parole sferzanti per farsi costantemente valere. Che si sia preda di materia-lismo spirituale o psicologico, essenzialmente l'approccio è identico, pieno di rigida austerità. Si può effettivamente constatare che un buon numero di personaggi della Storia sono stati estremamente austeri. La persona aggressiva non cede allo svago, essa è pronta a sacrificare salute e conforti pur di essere vista nella sua durezza ed aggressività. Preferisce dipendere dall'essere considerata litigiosa, aspra, distruttiva piuttosto che lasciarsi toccare dalla dolcezza e dalla tenerezza. Se qualcuno cerca di manifestarle amore, passandole le mani tra i capelli, verrà aggredita, con parole dure: "Non toccarmi! Non t'immisciare nei miei affari!". Un approccio di questo tipo è molto individualista perché rifiuta il compromesso, anche se è la logica che fa dire senza tregua sì o no.

Il settore Sud del mandala samsarico è connesso all'orgoglio o superbia (10). Di fatto, è piuttosto un'arroganza, una forma di autogrificazione esagerata. Quando si dice che qualcuno è orgoglioso, ciò può implicare in genere che egli possieda una certa fiducia in se stesso. Tuttavia, l'orgoglio di cui si parla qui è priva di fiducia o dignità: è semplicemente un'autoaffermazione esasperata. È arroganza, nel senso in cui non si vuole essere visti come qualcuno che ha bisogno di soccorso o aiuto. Anzi, si cerca di essere valutati a tutti i costi, si vuole che le persone riconoscano il nostro valore, la nostra ricchezza - o almeno le nostre possibilità di ricchezza, - per poter entrare nel territorio altrui a tamburo battente e accomodarcisi con prepotenza. L'immagine che corrisponde a questo tipo di arroganza è un enorme serbatoio di miele che riversa il suo contenuto. Fiotti di miele dolce ed appiccicoso strabordano su chi frequenta un tipo di persona come questa, che ostenta la propria arroganza. Impossibile poter sfuggire a questa massa di sostanza melensa che si diffonde tutto intorno inesorabilmente. Questa irrompenza trionfale possiede pure una certa dignità, anche se limitata. È un modo perverso di mostrare la propria presunta grandezza, senza alcuna possibilità di metterla in discussione. Una simile persona forse ci farà anche dei regali, ci offrirà cibo e denaro. Ci colmerà di doni a tal punto che, alla fine, avremo un solo desiderio: sfuggire stomacati dalla sua generosità demoniaca, esorbitante, schiacciante. Questa generosità di fatto è coercizzante e non contiene alcun elemento di intelligenza. Anche se quella persona, spinta dal bisogno di conforto, cercasse una forma di condivisione, il suo approccio sarà troppo forzato ed ogni sensazione di benessere che l'interlocutore potrebbe trarne sarà sempre eccessiva. Quel tipo di condivisione sarà ritenuta ripugnante ed opprimente.

Nel settore Ovest del mandala samsarico si trova la passione – la brama-desiderio. Questa mentalità corrisponde ad una forte aspirazione viscerale. Di fronte ad un individuo pur seducente

che manifesti questo genere di passione, ci sentiremo sempre come succhiati, aspirati da una ventosa, e la nostra esistenza rischierà di perdere senso, tanto più potente sarà quella del seduttore. Potremo arrivare a sentirci insignificanti come un fiocco di neve che si scioglie non appena si avvicini a questa fonte di risucchio. Completamente annichiliti, sedotti e fagocitati da questa passionale seduzione, la quale esige la nostra integrazione al territorio del seduttore, non riusciamo più a vederlo come un partner. Non vi è più alcuna forma di danza, ma tutto viene continuamente aspirato. L'amore, nel senso di un libero scambio, non può esistere; diviene opprimente. La persona amata si riduce ad un elemento dell'amore dell'altro e non può scegliere di fare liberamente l'amore. La sua bellezza, la sua dignità, il suo fascino sono un elemento del potere di risucchio dell'altro. Come la limatura di ferro attratta da una gigantesca calamita, non ci si può più afferrare a null'altro. Qualsiasi ripensamento è escluso e la vittima è completamente fusa e divorata. Le persone che desiderano un amore così si considerano realmente degli esseri insignificanti. Vorrebbero talmente essere amate da qualcuno, da accettare volentieri di venirse travolte. Ma perfino coloro che hanno amor proprio e che si considerano individui liberi, spesso non riescono a resistere quando si trovano di fronte a questo risucchio così straordinariamente potente.

Poi vi è il settore Nord del mandala, associato alla gelosia. In realtà, non è una forma di gelosia nel senso buono del termine, ma un'attitudine paranoica ancora più grave. Quando si viene colpiti da questa cosa, è veramente assai penoso, perché si ha sempre la sensazione che la propria situazione di vita sia meno ricca e meno interessante di quella dell'altro, di 'quello-lì'. Poiché si giudica la propria situazione deficitaria e ci si sforza di gonfiarla si finisce per diventare dei palloni gonfiati pieni di invidia. Questa mentalità si appoggia su una logica comparativa: "Quello-lì è più grande di me, perciò devo ingrandirmi fino a diventare io più grande di lui!" Così ci si ingrandisce, fino a diventare giganteschi, colossali, con l'intento di minare la concorrenza. Perciò, più che una vera e propria gelosia, esso è un sentimento di rivalità invidiosa. Il gioco consiste nel cercare di minimizzare l'altro, più che attirarlo o assorbirlo fagocitandolo. Non si vuole aspirare l'oggetto della gelosia, si vuole che resti lì per vederlo vacillare completamente e poi alla fine schiacciarlo. La voce di questa gelosia dice: "Prima 'quello-lì' era più grande di me, ma ora ecco che posseggo metà della sua grandezza, ecco che sono grande quanto lui, ecco che sono un po' più grande, ecco che sono molto più grande, enorme, immenso, unico. Quello-lì è diventato insignificante e più nulla può minacciarmi!".

Questi cinque fattori – al centro l'ignoranza, ad est la collera, a sud l'orgoglio, ad ovest la passione ed al nord la gelosia – formano un completo ritratto del nostro mondo. Da questo punto di vista, siamo noi stessi il mandala ideale. A misura delle nostre personali risorse limitate, siamo dotati di tutto ciò che esiste nell'universo, di tutti i suoi aspetti colorati ed intelligenti. Se prima non studiamo gli aspetti negativi del mandala, è impensabile che si possa comprenderne gli aspetti positivi. Ora il nostro obiettivo è quello di preparare il completo ritratto psicologico della mente lasciata nella sua confusione.

Studente: "Puoi spiegare meglio l'orgoglio? Non ho capito bene cosa si tratta".

Trungpa Rinpoche: "Si tratta di estendere il proprio territorio senza tener conto dell'oggetto con cui si è in relazione. In altri termini, si mostra la propria ricchezza, o importanza, creando nel contempo una situazione claustrofobica negli altri".

St.: "E che cosa simboleggia il miele?"

T.R.: "Il tipo di ricchezza melensa e zuccherosa che si sparge ovunque, una dolcezza untuosa e soffocante. Benché il miele sia un alimento buono ed attraente, non si può mangiarne che una quantità limitata. Non ci si aspetta di *immergerci* nel miele, ma di gustarne solo un cucchiaino, ed è

già tanto. Quando si scorgono questi fiotti di miele che prorompono senza sosta uno dopo l'altro, è quanto mai soffocante.”

St.: “Perciò l'orgoglio è soffocante?”

T.R.: “Sì, lo è, e siccome noi stabiliamo una relazione con chi è afflitto da questo orgoglio, siamo spesso costretti a subirlo. D'altronde, la stessa persona orgogliosa sta esprimendo la propria sofferenza, anche se qui la descrizione viene fatta dal punto di vista dell'interlocutore. Non ci serve vederla da quell'altra angolazione, sarebbe inutile descrivere le sensazioni interiori, paragonabili d'altronde a quelle di un malato in preda ad orribili dolori. Il modo migliore di spiegare questo dolore risulta essere dal punto di vista del testimone, anziché esplorare la possibilità di esprimerlo su se stessi. D'altronde, ciò è vero anche per l'esperienza della morte.”

Altro Studente: “Rinpoche, qual è il rapporto tra il centro (l'aspetto sordo-muto) ed i quattro settori periferici?”

T.R.: “Ciascuno dei quattro settori funziona da aspetto sordo-muto entro il proprio rispettivo processo e funzionamento. Ciascuno affronta la situazione che gli è peculiare restando insensibile ad essa.”

St.: “L'attribuzione di una particolare direzione a queste differenti qualità è arbitraria, oppure ha un senso?”

T.R.: “Esiste una relazione tra i quattro settori. Vi sono le polarità della collera e della passione, dell'orgoglio e della gelosia. Tutti i tipi di polarità di attrazione e di rigetto si generano secondo questo modello. Non è solo una casualità”.

St.: “Non capisco però perché il ritratto è così negativo. Perché scegliere l'approccio negativo?”

T.R.: “Bisogna comprendere l'aspetto ‘sordo-muto’ della cosa: è lì che c'è la chiave. Se parliamo di questi differenti aspetti negativi, non è necessariamente per imparare a superarli, quanto piuttosto per prendere coscienza della loro tirannia. Questo ci offre una pista riguardo al modo di affrontarli. L'approccio alchimistico che consiste nel trasformare in oro i metalli vili non viene che più tardi.”

St.: “Nel mandala, ci si situa più facilmente in un settore piuttosto che in un altro?”

T.R.: “Beh, ognuno ha la sua propria sensazione del mandala, collegata ad un dato settore, ma nondimeno possiede un legame con gli altri settori. L'aspetto ‘sordo-muto’ è sempre presente, perché ciascuno vuole evitare di prendere coscienza di aver creato egli stesso un simile gioco. Perciò questo fattore è sempre lì. In effetti si potrebbe dire che vi è un potenziale: nella misura in cui si è in uno dei quattro settori, si posseggono certe caratteristiche. Non si è trasparenti, perché ognuno ha le sue complessità che sono precisamente ciò che rende necessario il Sentiero. La Via è stata creata per le persone dure a cuocersi; è grazie a questa qualità di difficoltà che si può proseguire nella Via. Perciò non bisogna considerare questi aspetti difficili come qualcosa di perverso che si deve sfuggire o eliminare.”

Altro Studente: “Nel nostro gruppo di discussione ci è stato fatto notare che, per quanto uno sia duro a cuocersi, nondimeno si rende conto del gioco ossessivo nel momento stesso in cui si gioca”.

T.R.: “Salvo che non si decida di fare il ‘sordo-muto’. Comprendere, è proprio il modo in cui si gioca il gioco.”

St.: “Che cosa si può fare, a parte di giocare ai sordomuti?”

T.R.: “Non giocare!”

St.: “E come si fa?”

T.R.: “Non si deve far niente!”

St.: “Intendi dire che bisogna essere spontanei?”

T.R.: “La spontaneità è piena di connotazioni peggiorative associate al pensiero di lasciar andare...”

St.: “Beh, io pensavo piuttosto all’aspetto positivo della spontaneità...”

T.R.: “Anche questo aspetto può diventare assai mistificante. Quando si parla di spontaneità, si pensa al fare ciò che si ha voglia di fare, semplicemente lasciarsi andare che, come immagine di libertà, è piuttosto primitiva e semplicistica. Non si tratta di essere solo spontanei. Si è spontanei quando si è dotati di un’intelligenza che funziona contemporaneamente alla spontaneità. Ne parleremo più avanti, quando affronteremo l’aspetto risvegliato dei cinque principi. Secondo l’idea che ci si fa abitualmente, la spontaneità va di pari passo con la generosità. Tuttavia, di fatto è possibile andar oltre i limiti della generosità e lasciarsi prendere dal gioco. In questo caso si è più frivoli che spontanei. È una cosa assai delicata.”

Altro Studente: “Dov’è che si inserisce la disciplina?”

T.R.: “Esattamente qui. Occorre disciplinare la propria spontaneità con l’aiuto della propria intelligenza, che permette alla spontaneità di avere un elemento di caos ordinato. Ed a proposito di caos ordinato, potremmo dire che l’aspetto *ordinato* è la disciplina ed il risveglio, mentre l’aspetto *caos* è l’accettazione dell’energia che si produce in questo ambito.”

Altro Studente: “Mi sembra che tu abbia descritto il rapporto che noi manteniamo con lo spazio circostante e, nella nostra discussione sul mandala, mi domando quando affronteremo le questioni della reciprocità e dell’interazione. In altre parole, anziché aspettare fino a quando le cose non siano state trasmutate, non potremmo renderci conto che esse lo sono già?”

T.R.: “Ciò equivale alla questione di sapere fino a che punto si è disposti ad accettare la situazione, in contrapposizione al fatto di volerne trarre un insegnamento. È assai subdolo servirsi di una situazione per fini pedagogici. Ciò significa che uno ha dei secondi fini e intende mettere a profitto il suo apprendimento, cosa che ha come effetto automatico un totale squilibrio. Invece, se si è disponibili a cedere senza trattenere, a divenire piuttosto che apprendere, l’atmosfera si libera completamente. In quel momento la situazione si trasforma in una totale espressione di libertà e non in una situazione di apprendimento. Vedete, voler trarre una lezione dalla propria esperienza equivale a considerare la conoscenza come qualcosa di esterno. Invece, accettare di *essere* dentro la situazione, infischandosene altamente delle possibilità

di apprendimento, anziché *voler* essere a tutti i costi ciò che... quella cosa è, è al tempo stesso estremamente difficile e semplice insieme.”

St.: “Mi sembra che dovremmo cominciare dall’apprendimento, dato che all’inizio non è possibile essere null’altro. Se si inizia con l’apprendimento, poco a poco si potrà accedere ad una comprensione intuitiva delle cose; dopodiché eventualmente, si sarà all’improvviso in grado di essere.”

T.R.: “L’essenziale è sapere se l’apprendimento debba essere considerato qualcosa di estremamente prezioso o come una cosa terra-terra. Se adottiamo fin dall’inizio questa attitudine semplicistica non saremo portati ad agire come lupi affamati; questo fatto ci impedirà di affrontare la conoscenza come un corpo estraneo, come un qualcosa che ci viene incontro da fuori e che dovremmo trattare come un oggetto prezioso. Al contrario, durante l’apprendimento, bisogna avere un rapporto sperimentale con la realtà, per quanto è possibile. In questo modo, apprendere rimane una cosa terra-terra e non qualcosa di straordinario.”

Altro Studente: “A che punto interviene la fede, in tutto questo?”

T.R.: “ Si potrebbe dire che la fede, in questo caso, è la pratica stessa. Quando abbiamo fede in noi stessi, quando veramente crediamo di essere *noi stessi* la base del nostro lavoro, allora ci sentiamo in grado di assumere il processo. Senza questa fede in noi stessi, il cammino non è che un mito!”

St.: “Tuttavia, ancora non capisco perché bisogna parlare dei cinque principi, dal punto di vista di un testimone. Perché non parlarne dal punto di vista di colui che li vive?”

T.R.: “In entrambi i casi si interagisce con le proprie proiezioni. D'altronde, la necessità di formulare tutto verbalmente nella mente, crea automaticamente una opposizione tra ‘questo’ e ‘quello’. Perciò, le due prospettive si equivalgono, alla fine...”

4) IL GIOCO DELLA SENTINELLA

I cinque modelli samsarici possono sembrare ben di più di cinque stili di esistenza alterati, senza alcun rapporto tra di loro. Qui si pone la questione di sapere come e perché sorgono questi cinque tipi di eccentricità. È assai importante saperlo, non per risolvere il problema, ma per comprendere come e perché nel mandala le cose funzionano ed interagiscono tra di loro. Noi non esaminiamo l'insieme di questa situazione con il proposito di sbarazzarci del problema, ma perché la circostanza è ineluttabile; non possiamo proprio sbarazzarcene. Sembra radicata e profondamente ancorata nella nostra peculiarità. Ecco perché ora vorrei parlarvi della forza attiva che lega l'essere fondamentale con i cinque principi samsarici.

L'essere fondamentale di cui stiamo parlando, comprende un fattore di chiarezza. È chiarezza nel senso che non ci si aspetta nulla, se non che sopraggiunga, *sic et simpliciter*, la situazione successiva per stabilire un rapporto con essa. Tuttavia, questa chiarezza va anche di pari passo con un impulso verso la sicurezza, per cui si tenta di appropriarsi della situazione, di edificarvi il processo verbale, di renderla malleabile affinché possa contribuire a mantenere in vita l'ego. Ci si organizza per fabbricare - a partire dal nulla, da una situazione priva di deliberazioni - un'altra situazione nota col nome di 'sentinella' o 'osservatore'. Poiché noi non siamo mai soddisfatti di noi stessi, facciamo del nostro meglio per ottenere soddisfazione attraverso l'intermediazione della *sentinella*. Tuttavia, questo modo di sopravvivere, va a finire in un vicolo cieco, poiché esso si definisce in funzione di se stesso. Da una parte, per poter conservare noi stessi, ci si organizza per conoscere i limiti di questo mantenimento; dall'altra, poiché sappiamo che esso è soggetto a costrizioni, ci ingegniamo per conservare sempre più cose. Questa situazione somiglia alla lotta contro la morte: si perpetua da sola, senza fine. Abbiamo un bel sapere che la morte si avvicina a grandi passi, che ben presto dovrà arrivare, noi però non la accettiamo; sulla lotta alla morte tentiamo perfino di farne uno stile di vita.

In effetti, si può dire che tutta la struttura samsarica, il *samsara* con tutte le sue attrattive, si appoggia sul desiderio di trasmutare una situazione impermanente e fugace in qualcosa di eterno. Le cose, lo sappiamo, sono transitorie: sono costrette a cessare di esistere a causa del loro venire ad essere. Ciononostante, riusciamo ad aggirare questa logica, convincendoci che poiché tutto è transitorio, il transitorio stesso è una cosa eterna. Ora, nella tradizione Buddhista non si parla dell'anima come entità dotata di continuità, proprio perché questa sarebbe l'ultima ipocrisia: credere nella non-esistenza come qualcosa di esistente, credere nella transitorietà come qualcosa di eternamente continuo. A dispetto di tutto, ciò che la sentinella fa è esattamente questo. L'osservatore convalida la propria esistenza a partire da una falsificazione, cerca cioè di formulare una verità sulla base di una menzogna.

È essenzialmente sulla credenza di una eternità che la sentinella ed i cinque aspetti del mandala samsarico sembrano basarsi. Supponiamo per esempio di percepire la struttura dell'aggressività *vajra* o della ricchezza *ratna*. Per poter conservare questa struttura e dimostrare che qualcosa sta accadendo, occorre inventare un modo per percepirla. Ora, essa comporta dei vuoti incondizionati e dei punti condizionati. È paragonabile all'ingrandimento di una foto in cui siano visibili i grani della pellicola: sia i grani che lo spazio tra essi sono entrambi componenti dell'immagine fotografica. Ciò che noi cerchiamo di fare, tuttavia, è di trasformare lo spazio incondizionato in punti condizionati. E ciascuno ha il suo proprio modo di farlo, la propria maniera di considerare le cose. Vi è l'aggressività della 'famiglia-vajra', l'orgoglio della 'famiglia-ratna', la passione della 'famiglia-padma', la gelosia della 'famiglia-karma' e la stupidità della 'famiglia-buddha'. A qualunque 'famiglia' si appartenga, qualunque sia il nostro stile, noi cerchiamo di aggrapparci a *qualcosa*, partendo dal *nulla*.

Quando parliamo di “nulla”, non si tratta di considerare i nostri desideri come delle realtà e dirci che la confusione non esiste realmente. La confusione esiste proprio per il fatto che *non esiste*. Dobbiamo riflettervi molto seriamente. Le cose sono quello che sono perché vogliamo che lo siano e, se lo sono, è perché riconosciamo la possibilità che non lo siano. In altre parole, quando consideriamo dal punto di vista dell’ego questo spazio incondizionato di cui abbiamo parlato, temiamo di perdere l’orientamento, perché il terreno primordiale non contiene assolutamente niente di condizionato. Allora scopriamo i mezzi per alterare la verità, per avere qualcosa a cui aggrapparci.

È estremamente sottile ed essenziale. Di fatto, è esattamente questo il modo in cui deformiamo il nirvana per renderlo samsara, invece di lasciare il samsara e il nirvana fronteggiarsi all’interno di una polarità. È così che tutto il nostro approccio diviene molto nevrotico, fino al punto di rasentare la schizofrenia. Il problema si produce proprio perché cerchiamo un appoggio, delle stampelle, un punto di riferimento per provare a noi stessi che esistiamo realmente. Così facendo, creiamo ciascuno il nostro proprio stile, sul modello di vajra, ratna e gli altri. Questi stili che adottiamo sono un gancio al quale tentiamo di appendere qualcosa. Vorremmo essere salvati. Vorremmo dimostrare la nostra esistenza presentando uno dei cinque principi di base.

Questa esperienza del tessuto del condizionato e dell’incondizionato è quella della sentinella; è la forza vitale del mandala samsarico. Ecco come funziona: vi sono delle proiezioni ed un proiettore, che si aiutano reciprocamente per cercare di convalidare la propria esistenza. Ogni situazione corrobora quindi la propria esistenza: le proiezioni esistono perché il proiettore ha delle idee ben stabilite, e l’esistenza di queste proiezioni dimostra a sua volta che il proiettore ha una validità. Ciò si ripete instancabilmente. Quindi il gioco del mandala samsarico somiglia a una gigantesca mafia di ipocriti, la più grande mafia immaginabile, Essa si è inventata da sé, ha spontaneamente messo a punto il suo trucco. Non è nient’altro che l’istinto scimmiesco in azione, ma in una scala talmente enorme e prodigiosa che si potrebbe governare il mondo intero in funzione di esso, e d’altronde non soltanto questo pianeta, ma tutto l’universo. È un trucco scandaloso, così scandaloso che di fatto è degno d’ammirazione. È meraviglioso pensare che una mente limitata si possa proiettare nell’il-limitato. È assurdo, ma ciò- nondimeno esiste. D’altra parte, va da sé che questa mente limitata possa ugualmente generare la nozione nirvanica del mandala. Poi, a causa della sentinella, a causa dell’ipocrisia e della mistificazione, cominciano a delinearsi altre possibilità, ma ne parleremo un’altra volta. Oggi si tratta piuttosto di esporre alla luce del sole l’ipocrisia, di svelare il gioco, perché divenga almeno visibile ed evidente e perché si possa lavorare su di esso.

Studente: Quale è la differenza tra la sentinella e la spontaneità disciplinata di cui avete parlato nella vostra ultima conversazione?

T.R.: Nel caso della sentinella, si ha sempre la sensazione di fare riferimento al risultato finale. Si valuta ogni passo, ogni movimento. Quando la disciplina è spontanea, non ci si preoccupa del risultato finale; quello esiste a causa della propria situazione *di base*.

Studente: Avete detto che, per creare la confusione, occorre riflettervi con molta attenzione. Potreste dire qualcosa di più su questo argomento?

T.R.: È vero che la confusione è fatta di meccanismi costituiti da minuziose inezie. La confusione è stata ponderatamente meditata perché essa tende *ad* ipnotizzarsi da se stessa. Non è a causa *di* un piano caotico che si cade nella confusione: al contrario, il caos viene creato intenzionalmente. È un gesto politico. L’obiettivo della confusione è di perpetuarsi con la mentalità e l’identità che le sono proprie. Si elaborano quindi coscientemente delle idee per evitare di provare disagio di fronte alla propria ipocrisia, perché ci si sente ormai molto a proprio agio. Si adotta un modo di agire secondo il quale si torna incessantemente sui gesti che generano questa ipocrisia per confermarli. Si dice:

“Questo non è congeniale”, oppure: “Questo va bene, esageriamo”. Dopo di che l’ipocrisia e la confusione divengono molto solide e consistenti, e si inizia a sentirsi come a casa propria. Al minimo dubbio si riprende il proprio gioco originario, ci si affida, per sentirsi completamente rassicurati, per lasciarsi ipnotizzare completamente. Si può allora “spontaneamente” perpetuare questo modo d’agire.

St.: Perché creiamo questa ipocrisia? Per poter far nascere il mandala?

T.R.: È come una madre che non accettasse i dolori del parto. Ogni volta che avesse un dolore, deciderebbe di non partorire, di conservare il bambino: nel proprio grembo. Preferirebbe mantenere costantemente questo stato, perché è più ovattato, più gradevole. È qualcosa che si fa per il puro piacere, per non dovere allontanarsi da una qualsiasi cosa. In questo senso, è un rifiuto ad aprirsi. Si vuole quindi continuare a portare questo bambino; è rassicurante, si conta su di lui. Ci si sente importante perché si porta in sé la vita di un altro. Nello stesso tempo ci si sente minacciati, perché i dolori del parto possono ricominciare da un momento all’altro. È questo panico che spinge a cercare sempre di conservarsi. Si cerca ad ogni costo di non partorire una mente illuminata, poiché sembra estremamente terrificante e doloroso. Bisognerebbe evacuare qualcosa, donare realmente, e si è refrattari alla possibilità di una simile rinuncia. Si oppone resistenza all’idea di dover donare. Non si ammette che il prodotto del proprio lavoro divenga qualcosa di esterno. Non si vuole tagliare il cordone ombelicale. Si preferirebbe conservarlo.

St.: Questo stato non mi sembra veramente piacevole. Al contrario, mi sembra penoso.

T.R.: Beh, questo dipende dal vostro modo di considerare.

St.: Rinpoche, nel vostro primo discorso avete parlato della possibilità di stabilire un confine attorno a uno spazio che solidifichiamo, dicendo che ci appartiene. Questo confine, è il bordo del mandala?

T.R.: Si potrebbe dire che non importa quale dubbio *sia parte* del bordo. Si tratta di sapere se *si voglia* lasciare il bordo o il confine sotto forma di spazio o se, invece, si voglia fissarlo e solidificarlo. Nell’analogia del parto, nel momento in cui si esita a dare la nascita si fissa il confine e si fa qualcosa di solido per avere una eterna protezione rispetto ad un eventuale parto.

St.: Dunque, il confine del mandala samsarico si situa al punto di rottura o di disgregazione di quello...

T.R.: Proprio così.

St.: Questi sono i limiti.

T.R.: È il punto dell’ipocrisia.

St.: Come ci si concilia con i dolori del parto?

T.R.: Veramente non siamo ancora al punto di conciliarci con il dolore, cerchiamo di sottolineare il fatto che esso esiste. A meno di non conoscere la natura del dolore e di familiarizzarci con il suo aspetto terrificante, imprigionante, è impossibile mettersi d’accordo con esso. D’altronde sembra inutile parlare di metodi per accordarsi con il dolore; non ha importanza. Il problema è che in passato ci hanno fatto balenare troppi metodi per salvarci senza che fossimo obbligati a domandarci perché bisognasse essere salvati, né a cercare di sapere quale fosse il problema. Dunque, per il momento, parliamo esclusivamente dell’aspetto penoso della cosa; non parliamo del modo di tirarcene fuori, perché quello si produce da solo. Una volta che conosciamo la natura del male, il resto è evidente. Non abbiamo alcuna difficoltà ad uscirne. Questo giunge spontaneamente.

St.: Il dolore consiste nel non volere lasciare la presa?

T.R.: Sì. Non vogliamo partorire, o arrivare fino a tagliare il cordone ombelicale, temiamo di divenire insignificanti. A partire dal momento *in cui* avremo tagliato il cordone ombelicale, il bambino comincerà a crescere, sarà un'entità distinta e autonoma, e alla fine, noi diventeremo insignificanti. È una cosa che ci rifiutiamo di subire, che ci dispiace enormemente.

St.: Si direbbe che equivale a rifiutare la morte.

T.R.: Sì, esattamente. Generare una nuova entità. equivale a divenire insignificanti. Un bel giorno le persone parleranno del vostro bambino come di *un individuo* che non ha niente a che vedere con voi. Tutt'al più, forse avranno la delicatezza di dire che suo padre o sua madre è il Sig. Tal-dei-Tali o la Sig.ra Tal-dei-Tali, invece di dire che è il vostro bambino. Avete quindi paura di essere ridotti a qualcosa di insignificante, risospinti sullo sfondo.

St.: Sarebbe possibile parlare dell'incredibile potere del samsara? Di tutte queste cose che rendono il parto difficile, che ci impediscono di vedere l'ipocrisia, di accettarla, magari di lavorarci sopra? Perché è così terribile, perché è a questo punto...

T.R.: Mi sembra che cominciate a fare un discorso sensato. Avete completamente ragione: perché, in effetti? Perché, vivaddio? È come un mantra, come gli insegnamenti di Ramana Maharshi, il suo "*chi sono io?*". Se credete che "*chi sono io?*" sia una domanda, non avete capito niente. Dire "*chi sono io?*" nella sua pratica di meditazione equivale ad enunciare un fatto. Se considerate la frase "*chi sono io?*" come un'asserzione, allora cominciate ad aprirvi a qualcosa. Perché, perché, perché... Non siete più affamati, siete già ricchi. In effetti vi sono due approcci al "perché" pronunciato in forma di domanda, è un'espressione di inattività.; in forma di asserzione, una espressione di ricchezza. In altre parole, se consideriamo questo 'perché' come una questione embrionale sull'origine di tutta questa situazione, ci offrirà molto spazio invece di renderci affamati. Lo spazio non è affamato, perché è completo in se stesso. È già ricco, perché ha il suo proprio spazio. Ha spazio sufficiente per permettersi di essere spazio, di avere la qualità di spazio. Questa osservazione è molto pertinente e ci ritorneremo certamente in seguito.

5) LA LUBRIFICAZIONE DEL SAMBARA

Mi pare che ancora non abbiamo esaminato sufficientemente l'aspetto samsarico del mandala, sì da essercene fatta un'idea generale. Anche se non ci resta molto tempo, forse dovremmo approfondire un po' di più questo aspetto. Varrebbe la pena dedicare più tempo alla confusione, poiché è molto più utile parlare della confusione che del modo in cui liberarsene. Una volta conosciute le cose di cui ci si deve liberare o meno, il resto diviene evidente. Del resto, negli U.S.A., la tendenza generale del karma nazionale e l'approccio della spiritualità ci spingono a mettere l'accento sulla confusione piuttosto che limitarci a fare delle promesse. Le promesse tendono in effetti a favorire il materialismo spirituale che è caratterizzato assai più dal desiderio di essere salvati che dalla capacità di comprendere ciò da cui bisogna esserlo. Tra le tendenze in atto qui, il materialismo spirituale è di gran lunga la più potente, e vorremmo evitare di aggravare una situazione che è già sufficientemente esacerbata.

Vi è del resto un altro aspetto del mandala samsarico di cui non abbiamo ancora parlato: quello che lubrifica la confusione, che la rende funzionale e le permette di circolare. La natura fondamentale del mandala samsarico è costituita dalla collera, dall'orgoglio, dalla passione, dalla gelosia e dall'ignoranza. Tuttavia, considerare l'insieme del samsara unicamente da questa angolazione sarebbe un approccio troppo sommario, poiché vi è qualcosa di molto più sottile. Abbiamo già rivolto la nostra attenzione all'esperienza del tessuto delle situazioni e alla prospettiva illusoria che vi si collega. Questa esperienza è accompagnata da un senso di ambivalenza; uno ha la impressione che le cose siano insieme sensate ed insensate. Tuttavia vorremmo ora esaminare un aspetto più fondamentale, un aspetto relativo al campo generale di cui abbiamo discusso fin dall'inizio del seminario, quando abbiamo affrontato l'idea di spazio solido e limite solido. Si potrebbe dire l'aspetto che costituisce la situazione di base.

Qual è la causa di questa comunicazione samsarica che lega l'aggressività alla passione, la passione all'ignoranza, l'ignoranza all'orgoglio e così via? Che cos'è che spinge il samsara a continuare questa comunicazione con se stesso? Che cos'è che dispiega questa sopravvivenza dei cinque principi che abbiamo esaminato, ivi compresa l'esperienza del tessuto di base? Perché continuano a sopravvivere? Se sono dei solidi blocchi nevrotici, perché non si autodistruggono? Gli stati di collera e aggressività si nutrono da sé e finiscono per distruggersi da soli. Anche l'ignoranza si nutre da sé, disinteressandosene del tutto ma, in fin dei conti, non c'è via di uscita, nessun modo di entrare in relazione con una qualsiasi cosa del mondo esteriore, ed essa dovrebbe a rigor di logica, diminuire da se stessa. Allora, che cosa fa sì che queste emozioni continuino a funzionare, come sembra che facciano, nel reale mondo samsarico in cui viviamo? La struttura che si stabilisce, mantiene e perpetua tutta la sfera della confusione samsarica è in qualche modo collegata alla totalità, al fatto che le cose funzionano come un insieme. La frivolezza forma un tutto, la ricerca di divertimento un altro, e la continuazione della sopravvivenza nel mezzo di una aggressività onnipresente, forma anch'essa un tutto. Questi tre principi sembrano operare simultaneamente a livello globale, al fine di mantenere in vita le qualità particolari della mente confusa. Di fatto, non è possibile mantenere in vita queste caratteristiche se non perché esse si inseriscono in un ambiente ricettivo che può comprendere due, tre, quattro o anche cinque degli stati di confusione esistenti. Dunque, noi qui tentiamo soprattutto di far riemergere la presenza di questo ambiente ricettivo che abbiamo tendenza a creare e non solo quella delle cinque emozioni opprimenti. Questo ambiente ricettivo potrebbe poggiarsi sulla frivolezza, per prendere come esempio una situazione molto corrente in questo momento.

Nel campo della frivolezza vi è, da una parte, un senso di onnipresenza e, dall'altra, delle minuscole particelle che saltellano da un bordo all'altro in questo spazio che si estende

dappertutto. Lo spazio è incertezza e le particelle sono la curiosità della mente; insieme formano la frivolezza globale, la totalità dell'ambiente frivolo e ricettivo.

Qui, frivolezza ha un senso molto diverso da quello che si intende solitamente con questo termine, cioè la mancanza di serietà e gli infantilismi. La frivolezza può anche essere sofisticata, può poggiarsi su di un atteggiamento cinico di fronte a tradizioni e strutture che la nostra società ha stabilito. Un tale atteggiamento ci dà l'impressione di essere alla moda, ci fa sentire in diritto di criticare l'ordine esistente e di mostrarci cinici riguardo ad esso.

Il fatto di aver piantato dei pali collegati a linee telefoniche, che esista un orario dei pasti al quale bisogna conformarsi - prima colazione, pranzo, cena - che le persone abbiano l'abitudine di radere il prato con un tosaerba: ecco alcuni modelli di base. La società funziona in un certo modo partendo dalle fonti di ispirazione che le provengono dal passato. Certe strutture sono state trasmesse di generazione in generazione per permettere alla società di perpetuarsi, di restare ordinata, organizzata, precisa e funzionale. Queste cose non hanno niente a che vedere con la filosofia o con l'ecologia. Esistono in modo semplice e diretto: vi è una roccia, un albero, l'erba che cresce, c'è il cielo, c'è il tramonto del sole...

Potremmo criticare il tramonto del sole dicendo che fa pensare ad una cartolina illustrata. È un perfetto esempio di cinismo frivolo. Critichiamo le persone dicendo che il tale agisce esattamente come un tipico vecchietto, o magari come un padre, un fratello o una suocera. Abbiamo la tendenza a fare delle supposizioni e ad elaborare di conseguenza il nostro approccio cinico. È come se l'intero ambiente fosse totalmente avvelenato. Quali che siano i punti di riferimento esistenti - pali ritti delle linee telefoniche, prati ben tenuti, ecc. - ci servono dei bersagli.

Credo che l'oggetto dei nostri propositi, in questo caso, sia la frivolezza di "avanguardia", a cui tutti, in una certa misura, facciamo riferimento. Ci consideriamo individui progressisti ed evoluti. Abbiamo una prospettiva diversa della società, questa società che *altri* ci hanno propinato. Proviamo del risentimento e ciò ci rende avanguardisti. Siamo i messaggeri di una nuova era, quale che sia il nome che le si dia, Era dell'Acquario, per esempio. Questa era beninteso, è anti-tradizione, è contro l'ordine costituito. Potremmo dire infatti che essa è anti-Terra, perché la Terra ha dovuto essere coltivata e si è dovuto edificarvi delle città. Di conseguenza, anche la terra finisce per irritarci. Io non condanno il fatto che uno possa provare del risentimento nei confronti dell'inquinamento. Non vi è nulla di cinico in ciò. Il problema si pone soprattutto perché pensiamo che il mondo intero sia lì solo per offrirci occasioni d'oro per rafforzare il nostro proprio stile di cinismo ed ostilità. Siamo capaci di trasformare il mondo intero in una gigantesca satira. Tuttavia, questo approccio satirico equivale a farsi lo sgambetto. Il risultato è nefasto, poiché le persone finiscono per suicidarsi o magari per morire, dal ridere. Questi due estremi esistono per davvero.

L'approccio cinico è straordinariamente aggressivo da cima a fondo. Gli scherzi che ne conseguono sono come aggressive freddure, piene di sottintesi. Quando ci si burla di qualcuno, ci si burla delle millenarie realizzazioni che egli porta in sé, ci si burla di tutta una tradizione. La tradizione, che sia orientale od occidentale, non ha nulla di particolarmente comico, poiché le persone che l'hanno creata non scherzavano affatto. Potremmo dire che è troppo pesante, che non è abbastanza leggera, ma a che pro? Non è necessario ridurre quest'area alla frivolezza, all'approccio satirico o isterico.

Ciò che cerco di dire è che il nostro modo di indicare l'esistenza di situazioni negative o favorevoli al cinismo, le situazioni ridicole di materialismo spirituale o psicologico è anche troppo facile e disinvolto. Critichiamo il modo in cui le persone amministrano le loro imprese, il modo in cui diventano folli nel dirigere la loro società magari illuminata. Un approccio simile non lascia spazio, nessuna libertà all'ispirazione, che sorge anch'essa senza sosta, contemporaneamente allo

spirito critico. Tuttavia, il fatto di non lasciarle spazio non significa che questo spazio non esista. Le possibilità di materialismo psicologico, col suo approccio commerciale ed economico, sono innumerevoli, ma le possibilità di una tradizione che non abbia assolutamente niente a che fare con il materialismo spirituale o psicologico lo sono altrettanto. Del resto, si possono apprezzare ugualmente i modelli esistenti che sono già stati creati e che, non c'è bisogno di dirlo, sono una gioiosa mescolanza di materialismo spirituale e di autentica spiritualità.

È facile, infatti, criticare l'approccio materialista, sia psicologico che spirituale, e distruggerlo attraverso la logica. Tuttavia il vero problema da affrontare è di provare a remare nella stessa barca di coloro che criticiamo, come se fossimo noi a doverci assumere la responsabilità di dirigere il mondo intero sul piano economico, spirituale, psicologico e politico. Come potremmo farlo? È qui il vero problema.

La frivolezza propria della mentalità egoica, da una parte, contiene una intelligenza che assicura la comunicazione andata-ritorno tra l'aggressività, la passione e le altre emozioni; dall'altra, essa possiede una qualità estremamente aspra. Essa rimprovera e dice: "La colpa è degli altri. *Io* non c'entro. Mi tocca farlo. Sono costretto ad ironizzare costantemente sugli altri, a vederli in barzelletta, a vedere il mondo intero come un'immensa burla".

Questa immensa burla è molto diversa da quella sviluppata nella tradizione tantrica. La *maya* o illusione, la danza delle dakini (11), anch'essa è una immensa burla, ma non è una burla cinica. È una burla seria, se così posso esprimermi. La differenza tra una burla cinica ed una seria è molto interessante: la burla cinica è molto più opprimente delle burlate risvegliate. Le burlate risvegliate sono assai più leggere, perché lasciano delle possibilità di accettare la saggezza, di accettare il passato.

Prendiamo Naropa, ad esempio. Egli trascorse dodici anni subendo ogni tipo di penose torture impostegli dal suo guru Tilopa, eppure è diventato il detentore del lignaggio da cui deriva la tradizione Kagyu. Ed è la tradizione di cui stiamo qui presentando il cammino. È quella a cui possiamo collegarci. Non era affatto uno scherzo né un gioco, era una questione importante. Nell'altro tipo di approccio, al contrario, l'individuo considera tutto come irreali allo scopo di poter evadere; è come un lubrificante messo a punto dal mandala samsarico. Questa tendenza a disprezzare l'energia e gli sforzi investiti dagli uomini del passato risulta sempre presente.

Potremmo di sicuro opporci a ciò dicendo: "Non voglio essere dogmatico. Non voglio agire come un convertito, non voglio fare il difficile, non voglio impegnarmi in alcuna qualsivoglia pratica." Ma questo 'non voglio' è una pratica ossessiva all'estremo. Cerchiamo di metterci in una situazione perfettamente sicura in modo da escludere qualsiasi impegno nei confronti di una tradizione, così come qualsiasi possibilità di fare appello ad una base solida, qualunque sia. Si potrà pretendere che Milarepa fosse troppo puro, la sua ascesi una semplice fissazione o, magari, che l'approccio di Naropa, con le sue visioni e i suoi sforzi per la sopravvivenza, fosse eccessivamente psichedelica e strampalata. Si potrà arrivare a dire che Tilopa era il più strano di tutti. Il nostro cinismo non ha limiti. Non lasciamo posto, né spazio per poterci muovere con la dignità richiesta dalle basi della tradizione. Allontaniamo da noi l'eredità che abbiamo ricevuto e gli sforzi che altri hanno investito nella società, per produrre questo tipo di situazione solida. È uno dei flagelli che potrebbero sorgere a forza di adottare un'attitudine cinica nei riguardi della spiritualità, oppure del materialismo spirituale. Non è assolutamente escluso che un'epidemia devastatrice di questo tipo faccia la sua apparizione, prima o poi.

Cercare di stabilire una base in qualche posto ed in nessun posto contemporaneamente – lubrificando così le situazioni dell'ego e delle sue componenti, che sono la passione, l'orgoglio, l'aggressività, ecc. – è un approccio che si perpetua costantemente. Esso si fonda su di una incuranza, sul fatto di sentire che tutto andrà bene perché si è conclusa un'alleanza con qualcuno

molto ironico, molto cinico: “Se mi imbarco in un affare bizzarro che prende una brutta piega, la mia immaginaria autorità satirica se ne accorgerà e mi trasmetterà un messaggio”. Con una attitudine simile, ci si ritrova con le mani vuote, senza nient’altro che una situazione estremamente frivola.

In effetti, questo approccio frivolo del samsara, questa tendenza a non prendere sufficientemente sul serio il gioco del samsara, è precisamente ciò che lubrifica il mandala samsarico. Noi trascuriamo di considerare che il samsara è molto potente, molto energico; abbiamo la tendenza a relegarlo nel campo dell’errore, senza capire che si tratta di un errore prodotto dai sensi, che è stato perpetuato di proposito. Questo genere di errore comporta il sacrificio di un gran numero di vite e fa perdere molto tempo. Tali errori sono, infatti, come dei monumenti. Il samsara perciò è una situazione assai monumentale e per niente frivola. Qualcuno decide di metterlo in moto; non è un accidente. Non è frivolo, è un gioco estremamente serio. Dobbiamo imparare a rispettare questa creazione monumentale chiamata samsara. È grazie a questa sua qualità monumentale, che esso può, nello stesso tempo, dare nascita al nirvana, avendolo a lato, in un certo senso. È perciò che non possiamo accontentarci di affrontare il samsara in modo puramente satirico. Dobbiamo prenderlo molto sul serio e ugualmente molto sul serio rapportarci col mondo intero. Questo punto mi sembra tra i più importanti.

Studente: Questo tipo di lubrificazione esiste solamente in Occidente?

T.R.: Credo che esista dappertutto. Questa lubrificazione è in atto anche in Oriente, infatti ovunque una società altamente tradizionale decida di fare qualcosa di insensato e di fatto diventa oggetto di derisione e critiche. La si trova ovunque sul pianeta e persino tra i Marziani !

St.: Come venire a capo di una cosa così monumentale? Come aprirsi un varco volendola rispettare e rispettare tutto ciò che ne fa parte, ma da cui, nello stesso tempo, non si vuole farsi prendere?

T.R.: È una situazione talmente monumentale che la si rispetta apposta per questo. È straordinaria, impressionante; è tremendamente dimostrativa. La si rispetta come un punto fermo. È così che è permesso di prodursi ciò di cui abbiamo parlato fin dall’inizio di questo seminario: si può cominciare a capire che questo spazio si produce all’interno di cose monumentali e diventa più significativo dei monumenti stessi. Le statue della Libertà, qualsiasi altro monumento, sono monumenti internamente vuoti. Ma se non cogliete la qualità monumentale della statua della Libertà, non potete vedere tutto ciò che essa è. Bisogna rispettare le cose, in altri termini, bisogna considerare sacro tutto l’insieme.

St.: Io sono cinico.

T.R.: Bene, sono d’accordo.

St.: Ma ho anche la tendenza ad essere troppo serio. Penso di non arrivare veramente a capire il significato del senso di ‘humour’. Così una parte del mio cinismo consiste nel voler avere il senso dell’humour. Questo si traduce in cinismo.

T.R.: In che modo si potrebbe coltivare il senso dell’humour?

St.: Non è forse possibile coltivarlo?

T.R.: E come fate a coltivare la serietà?

St.: Essendo troppo attaccato, troppo preoccupato di me stesso.

T.R.: E lo spazio tra loro (lo humour ed il serio)? Potete dirmi cosa accade in esso?

St.: (lo studente è incapace di dare una risposta).

T.R.: Penso che sia proprio lì, l'aspetto interessante. Ciò che accade in questa o quella parte è meno importante di ciò che accade nello spazio tra esse.

St.: Ora sembra che la tradizione sia in uno stato di cambiamento forzato, di innovazione costante. Seguendo questa tradizione ci troveremo coinvolti con cambiamenti molto sgradevoli per l'intero pianeta. Molti di noi sono venuti ad assistere a questo seminario poiché hanno compreso che si deve tornare alle origini, ad una tradizione autentica e monumentale...

T.R.: Beh, parliamo di monumentale nel senso di spazio solido o spazio vuoto. Non parliamo di monumento o del punto di riferimento associato alla sfera del *dharmakaya* o del *dharmadhatu* (12). È una cosa diversa...

St.: È assai diverso dalla mentalità di chi ha creato la bomba all'idrogeno, che è in procinto di distruggere gli ecosistemi del mondo intero. Per me, non si tratta tanto di provare risentimento verso questo tipo di tradizione, quanto di sentirmi costretto a rifiutarla sulla base dello stesso principio che mi permette di riconoscermi nell'umanità ed in relazione con tutta la biosfera, con tutto ciò che vive. Ho il dovere di respingere una tradizione culturale che tende a distruggere questa connessione.

T.R.: Oh cielo! Anche questo è un tipo di rispetto. Non credete?

St.: Beh, io non mi sento cinico, ma sento comunque il dovere di respingere quel che vedo sbagliato in una tradizione culturale.

T.R.: In altre parole, devi respingere il fatto di non essere un poeta. Tu scrivi poesie?

St.: Sì.

T.R.: Ah sì? E come? Che posizione adotti per stabilire una relazione col mondo nel campo della poesia? Come fai per scrivere una poesia che non diventi troppo 'solida'?

St.: Considerando ciò che avete detto sul mandala, direi che concepisco la poesia come un mandala. Occorre riconoscere una zona delimitata, di cui un limite è il fatto che la poesia ha luogo attraverso le parole. È questo che intendete dire?

T.R.: No, affatto. In effetti la poesia potrebbe diventare poesia vuota. Come una spugna di cemento. E come il cemento sarebbe dura al pari di una pietra o una roccia, ma, nello stesso tempo, sarebbe piena di una quantità di vuoti e, se la gettate nell'acqua, galleggerebbe, invece che affondare nello stagno.

St.: Mi sembra che il cinismo d'avanguardia finisca per diventare una tradizione in sé.

T.R.: È vero. Prendete per esempio le prime poesie di Allen Ginsberg e di gran parte dei poeti e autori drammatici della *Beat-Generation* negli Stati Uniti, che sono molto satirici nei confronti della società. Vi è stata, in particolare, una spinta ispirata dopo la guerra in Vietnam, dato che essa aveva fornito materiale di base su cui lavorare. Del resto, non c'è nulla di male nelle osservazioni e poesie satiriche in quanto tali: sono magnifiche, impregnano ogni campo ed ogni recesso, il loro linguaggio è meraviglioso. Ma ciò che non va in questo tipo di poesia è la punteggiatura, che esprime un disagio vicendevole. Nessuno cita la possibilità di liberarsi dalla prigionia isterica di cui abbiamo parlato. Restano quindi sempre cose non dette, alcune vengono passate sotto silenzio ogni volta che si opera la critica. Questa indicibile verità finisce per ossessionarvi, come il fantasma di George Washington ! È dappertutto...

St.: Qual è il rapporto tra ciò che state dicendo ed il fatto di svelare l'ipocrisia del mandala samsarico?

T.R.: Occorre, prima di tutto, prendere atto di questa ipocrisia. Non siamo abbastanza avanzati per svelarla, nel senso di umiliarla pubblicamente. A questo stadio, ciò che ci interessa è soltanto riconoscere che una cosa così si sta producendo e toglierla di mezzo dal disagio subcosciente o incosciente che ci spinge a voler tacitare tutta questa storia.

St.: Il mandala ha un aspetto storico? Esiste un prima e un dopo?

T.R.: Il mandala è identico al tempo, in qualche modo, quindi ovviamente, il passato ed il futuro diventano il mandala.

St.: Possiamo vederlo avanzare?

T.R.: Sì, e anche regredire...

St.: Dove si troverebbe l'osservatore in rapporto al mandala?

T.R.: Da nessuna parte.

St.: Non capisco ciò che intendete con lubrificazione del mandala samsarico. Avete detto che è la frivolezza che lo lubrifica.

T.R.: Io intendo lubrificazione nel senso peggiorativo.

St.: E "questo fatto" lo rende più scorrevole?

T.R.: Certo, fornisce una situazione scorrevole affinché possiate insinuarvi senza farvi intrappolare.

St.: In altre parole, affinché non si debba far fronte a...

T.R.: Affinché non dobbiate affrontare la realtà.

St.: Quando parlate di rispettare il monumento, lo dite nel senso di rispettare la potenza di un nemico? Dato che questa monumentale tradizione ha prodotto tante vittime, non sarebbe prudente volerla respingere come un semplice scherzo o rifiutarla in maniera frivola, ma, al contrario, bisognerebbe rispettarla a causa di tutte le vite umane che ha sradicato?

T.R.: Rispettarla come nemico o come non nemico è la stessa cosa. Essa non è solo il nemico comune, irritante, ma allo stesso tempo, è anche una fonte di saggezza poiché costituisce il punto di riferimento di ciò che è opposto a questo.

St.: Facciamo l'esempio di prati ben tenuti. Capisco bene come la risposta satirica verso questa situazione lasci qualcosa di inespresso. Ma, d'altro canto, se si rispetta una tale situazione, non è allora il disprezzo a passare sotto silenzio? Il disprezzo o la ripugnanza che si possono provare, non sono anch'essi appropriati?

T.R.: Non direi che sia tutto appropriato. Vi è ovunque uno spazio inespresso, nella situazione. È ciò che si potrebbe chiamare stagnazione, dal punto di vista dell'ego: vi è della stagnazione in quanto ci si riferisce al mandala dell'ego. E non c'è solo stagnazione, ma anche spazio all'interno della stagnazione, che merita di essere preso in considerazione. Ciò che ho sempre detto è che non vi è realmente una soluzione, e non vi è neppure realmente una mancanza di soluzione. Si tratta di circoscrivere un punto in cui la soluzione e la situazione senza soluzione possano funzionare simultaneamente. Trovate perciò questo punto, questo spazio. Lo spazio non offre né nascita né morte. Vi è qualcosa di totale, qualcosa che si produce sotto la forma di una totalità. Di conseguenza, i problemi e le possibilità del mandala samsarico possono funzionare simultaneamente.

St.: Mi piacerebbe trovare lo spazio nella colpevolezza. Qual è il posto occupato dalla colpevolezza, dentro il mandala?

T.R.: Sentirsi tremendamente colpevoli per aver creato il mandala. Nello stesso tempo avete creato questa colpevolezza che, in se stessa, è spazio. Vale a dire che non c'è mai stata la necessità di creare il mandala; si sarebbe potuto non metterlo mai in moto. La colpevolezza funziona quindi in entrambi i sensi: vi è colpevolezza connessa al fatto di aver commesso degli errori e colpevolezza come base di lavoro. Da questo punto di vista, nessuno viene punito e nessuno ne è convalidato. Sfortunatamente, la risposta che vi do non ha via di fuga molto diretta. È solo un alimento che può consentire di sviluppare la propria comprensione.

St.: Qual è il ruolo della paura, in tutto ciò?

T.R.: La paura è l'anti-lubrificante del mandala samsarico e, contemporaneamente un lubrificante a sua volta. La paura contempla il modo in cui le cose potrebbero accadere ed anche il modo in cui potrebbero non funzionare; essa si muove in entrambi i sensi. È come il simbolismo del vajra. In mezzo c'è una sfera che collega le due estremità; la sfera rappresenta lo spazio, le due estremità l'energia della paura. Può funzionare sia l'una sia l'altra estremità, ma comunque sia, le due estremità sono collegate al centro, nel quale dobbiamo completamente lasciar andare questa commedia.

St.: Che ne è dell'individuo che crede al cento per cento nella tradizione e conduce tutta la propria vita di conseguenza? Dato che egli è mortalmente serio, non ha meno passione, aggressività, ignoranza e paura.

T.R.: È automaticamente antitradizionale. Equivale a non aver compreso che cosa significa la tradizione.

St.: Rinpoche, potreste dire qualcosa sugli altri due lubrificanti dei tre che avete menzionato, e cioè il divertimento e l'aggressività?

T.R.: Credo sia inutile esaminarli in dettaglio. Essenzialmente, essi creano una sorta di pretesto per formare dei legami nello spazio, una specie di incrocio circolatorio. Sono come le vene e le arterie che mantengono il sangue in circolazione durante il funzionamento dell'organismo. Si può immaginare come accade: c'è sempre una certa quantità di pensieri discorsivi, una quantità di piccoli giochi, in cui si cerca sia di aggrapparsi a ciò che succede, sia di sfuggirlo, oppure rilassarsi tra le due cose. Si tratta di rendersi conto che questo tipo di mente è sempre in cerca di autogenerarsi e che è una forma di lubrificazione e non un principio fondamentale come i cinque principi che abbiamo esaminato. È uno stato intermedio fra tutte le situazioni. Ciò è il caso della frivolezza e dell'attitudine cinica nei riguardi del mondo, la vita, la poesia, l'arte e tutto il resto.

6) LA TOTALITÀ

L'energia fornita dal mandala samsarico oltrepassa il livello samsarico. Ma attenzione: qui oltrepassare non significa uscire dal samsara, né trascenderlo nel senso abituale, ma andare alla fonte del mandala samsarico, riscoprire le sue fondamenta. Si tratta, più che altro di cercare il modo di entrare e non di uscire, perché, di fatto, la natura del mandala samsarico conferma la non-dualità, l'assenza di confusione e la libertà. In altre parole, essere in grado di vedere la sorgente o lo sfondo del mandala samsarico, costituisce il mandala della libertà.

All'inizio di questo seminario, abbiamo parlato di spazio solido e di periferia spaziosa. Dal nostro punto di vista attuale, né lo spazio né la solidità fanno parte del mandala-di-buddha, che piuttosto è la situazione globale nella quale queste due polarità possono esistere e conservarsi. Il mandala-di-buddha è in un certo senso, un ambiente, una circostanza in cui le due polarità possono preservarsi. Quindi, più che di liberarci dalla confusione samsarica si tratta di esaminare il terreno entro il quale, non solo la liberazione, ma anche la confusione, possano preservarsi e parimenti dissolversi.

La liberazione e la confusione vengono percepite sotto forma di un mandala ma, in questa configurazione, la realizzazione e la confusione sono ancora interdipendenti, ancora condizionate. Di conseguenza, la libertà – o aspetto spazioso o bontà – fa ancora parte del mandala samsarico, allo stesso modo della malvagità (comunque la si voglia chiamare). Non parliamo dunque di un conflitto tra samsara e nirvana, in cui è d'uopo vedere in che modo l'uno potrebbe trionfare sull'altro e dominarlo, ma di un'area nella quale l'energia di entrambi potrebbe coesistere e preservarsi. Parliamo dell'energia che manifesta la nascita ma anche la morte, nella considerazione di questa totalità sul suo proprio piano assoluto, senza controllore, senza sentinella, senza osservatore. È l'idea della *dharmata*, che significa 'ciò che è', 'essere in sé' o 'essere sempre così'.

È possibile che queste idee ci appaiano piuttosto astratte se le consideriamo esclusivamente da questo punto di vista, ma possiamo esaminarle anche nel contesto pratico della nostra vita quotidiana. Per esempio, possiamo vedere la nostra aggressività e la nostra passione, come pure la nostra bontà, la nostra pietà ed il nostro amore nel senso convenzionale. Possiamo vedere come queste cose si inscrivano in una sorta di totalità fondamentale. Abbiamo la possibilità di sperimentare la rabbia, la passione e l'ignoranza e queste emozioni dovranno pur funzionare da qualche parte. Esse traggono la loro energia da questa totalità, la ridistribuiscono, poi la estraggono di nuovo, in modo che si produca un ciclo completo, una circolazione. E ciò che crea la possibilità di una tale circolazione è questa totalità fondamentale di cui stiamo discutendo: la *dharmata*.

Difficilmente si potrebbe dire che questa totalità sia collegata unicamente al nirvana, poiché questa sarebbe una visione parziale delle cose. In una situazione totalmente risvegliata, le emozioni sorgono e si sviluppano lo stesso, ma sono composte da elementi non condizionanti. A questo proposito, anche le emozioni hanno le loro polarità e dicotomie.

Nella vita reale, succede che si esprima la nostra aggressività o la nostra rabbia colpendo qualcuno, o avvilendolo e ingiuriandolo talora con epiteti. Queste azioni e frustrazioni nascono da nostre emozioni per il fatto che non comprendiamo l'esistenza dello spazio di totalità entro il quale queste energie funzionano. In altre parole, tanto la repressione che lo sfogo, o passaggio in atto, generano dei surrogati emozionali, e non emozioni reali, poiché entrambi i processi agiscono come sedativi. Fare l'esperienza di emozioni perfette, autentiche, equivale a comprendere la totalità che sottende ad esse, a renderci conto che esse si producono e funzionano in seno ad uno spazio globale. È a quel punto che cominciamo a gustare il sapore delle emozioni, ad apprezzarne la trama e la temperatura. Cominciamo a sentire l'aspetto vivente delle emozioni, anziché il loro aspetto frustrante.

In questo contesto, il termine frustrazione significa stagnazione, ristagno: si vorrebbe partorire ma non vi si riesce, allora si grida, si cerca di spingere, di esplodere. Si ha l'impressione che, anche se certamente sta accadendo qualcosa, vi è comunque qualcosa di mancante. Si ha la sensazione di una 'incompiutezza', l'impressione che, a livello emotivo, qualcosa è andata storta totalmente. Questo è perché non riusciamo a scorgere la totalità, l'insieme, che è il principio del mandala. Si potrebbe chiamarlo il mandala-di-buddha; preferisco non utilizzare l'espressione *mandala-del-nirvana*, poiché implica una dicotomia, un conflitto tra il samsara ed il nirvana.

Ciò non è applicabile esclusivamente alle emozioni, ma anche alla vita quotidiana in genere. Una volta vista la totalità, si può assaporare, in seguito, l'esperienza del vedere le cose così come sono, di coglierne il senso totale. Il blu del cielo ed il verde dei prati non hanno bisogno di conferma, come non hanno bisogno che li si apprezzi smisuratamente. *Sono proprio così*, e quindi non si ha bisogno di conferme in merito. Quando si comprende la totalità fondamentale della situazione nel suo insieme, le percezioni diventano allora estremamente vive e precise, perché non sono colorate dal carattere essenzialmente convenzionale della credenza in qualcosa. In altre parole, quando non vi sono dogmi, quando si smette di credere staticamente al blu del cielo ed al verde dei prati, allora si comincia a cogliere la totalità. Le percezioni divengono allora molto più spettacolari e luminose, perché si cessa di trasmettere il messaggio della dualità tra ciò che è solido e ciò che è spazio. È precisamente questo genere di messaggio che viene trasmesso quando non si riesce a cogliere con precisione il contorno distinto delle cose. Se si sperimenta lo spazio come se fosse solido e l'erba come se fosse vuota, si produce un sottilissimo scambio di segnali nella zona limitrofa in cui spazio ed erba si toccano. È un po' come se guardie di frontiera si scambiassero (segretamente) sigarette da un paese all'altro: il confine diventa evanescente, non è più evidente, sfuma nello sfondo.

La stessa cosa accade se decidiamo di abbandonare il samsara e unirci al nirvana. Il muoverci dalla zona samsarica evoca automaticamente il passato. Abbiamo l'impressione di intraprendere un viaggio verso un altro mondo. In questo caso, questo altro mondo è il nirvana o la bontà -chiamatelo come volete-. E questa impressione diventa in sé un'espressione del samsara, della nevrosi, in quanto siamo ancora attaccati all'idea di una direzione (parteggiamo ancora per una delle due polarità). Succede perché non esiste un mondo in bianco e nero.

Finché restiamo incapaci di stabilire un rapporto col mandala totale che costituisce la base, il sottile scambio di segnali continuerà a prodursi nel mondo dualistico di samsara e nirvana. Siamo incapaci di vedere alcunché in maniera chiara e precisa. Prima di vedere il nero come nero ed il bianco come bianco, occorre, nella comunicazione da parte a parte della frontiera che separa il nero dal bianco, intravedere questa zona grigia molto sottile, appena percettibile.

È, evidentemente, a questo cui alludevo l'altro giorno quando ho parlato della frivolezza così com'è, del sentimento di sicurezza e dei pensieri discorsivi o dei concetti metafisici e filosofici. Ora, al contrario, non ci sono più concetti metafisici e filosofici definiti, né, d'altronde, emozioni definite, ma vi è ancora qualcosa, un po' come l'odore che si sprigiona da una bottiglia di profumo rotta (cioè, vi è ancora l'idea della dualità). Benché non contenga più profumo, la bottiglia ha ancora coscienza di aver contenuto del profumo.

Dal punto di vista dello stato risvegliato, il mandala fondamentale non esige la trasmissione di messaggi lineari (13) per vedere le cose così come sono, ed è per questa ragione che, nella tradizione tantrica, si utilizza il termine '*trasmutazione*'. La trasmutazione è caratterizzata dal fatto che il piombo viene *interamente* trasformato in oro: diventa oro puro, senza alcun residuo di piombo. Il piombo è stato totalmente e completamente trasformato. È una situazione in bianco e nero.

Nelle opere tradizionali, si introduce in questo contesto, l'idea di salto, o di balzo. Tuttavia, in questo caso, non si tratta realmente di un salto o di un balzo; l'impiego di questi termini può ancora dar luogo ad una errata interpretazione di questo principio, che sarebbe percepito come un progresso. Esiste una espressione tibetana che mi pare appropriata a questo caso: *la dawa*, o *la da*. 'La' è la sommità della cresta di un valico montano e 'dawa' significa 'andare al di là'. Voi non vi contentate di andar oltre la cresta, ma andate oltre l'idea stessa di cresta. In altri termini, non fate un salto in alto, ma al momento di fare i preparativi necessari per saltare, vi rendete conto di non aver più bisogno di fare un salto in avanti, in quanto già vi ci trovate, avendo compiuto un salto all'indietro. Constatate, in effetti, che vi hanno fatto lo sgambetto ed il viaggio diventa inutile. L'idea stessa di saltare diventa inutile. Se voi 'saltate', è un'idea, un concetto. Equivale a procedere sullo spazio-solido...

A questo stadio, può darsi che la totalità fondamentale del mandala ci faccia estremamente paura. Non vi è più una base, né viaggio, non vi è neanche più sforzo. Non possiamo negarlo, perché lo scopriamo. E non possiamo neppure formularlo verbalmente o mentalmente. La situazione autodistruttrice propria dell'ego riscopre simultaneamente il suo risvolto autocreante.

In questo caso, la totalità del mandala conduce ad una unificazione essenziale che presenta i cinque aspetti di cui abbiamo parlato nel contesto del mandala samsarico: i quattro tipi di situazioni samsariche più quella centrale. Tuttavia, prima di inoltrarci nei dettagli di queste, in funzione del mandala-di-buddha, vorrei essere certo che avete capito - nella misura in cui il linguaggio ed i concetti lo consentono - che la nostra discussione non ci porta affatto verso strutture, qualità, schemi o qualsivoglia relazione, ma verso una totalità globale che non dipende dalle sue espressioni o manifestazioni né da qualunque altra cosa. Questa totalità è *intera*, poiché lo spazio e la frontiera stanno sempre lì, simultaneamente, ovunque. Non ha bisogno di intraprendere viaggi né di stabilire rapporti. Essa funziona come sostegno della confusione o del samsara, ed anche della sua controparte, il nirvana, la pura fonte d'ispirazione.

Il processo del mandala fondamentale è insieme nascita e morte, insieme creatore e distruttore, in ogni istante, ogni frazione di secondo, qualsiasi unità di tempo si scelga, aldilà del tempo e dello spazio. Non vi è tempo né spazio, in quanto non vi sono polarità. E se non vi sono polarità, questo fatto si produce di colpo. Perciò non c'è spazio per la concettualizzazione. Infatti, formulare un concetto equivale a creare la nascita e, in seguito, ciò che si è partorito comincia ad invecchiare, quindi a morire. Al contrario, qui non c'è un tale viaggio. lineare

Per descrivere questa situazione, alcuni testi tantrici impiegano l'espressione tibetana, '*sang thal*', 'trasparente', 'simultaneamente penetrante'. Non si tratta di trasparenza del tipo di una persona che può vedere attraverso un vetro, per esempio, ma di trasparenza come la qualità del vetro stesso. È in questo modo che la situazione è trasparente: essa non ha bisogno della sentinella, non più, in quanto è trasparente di per se stessa.

Nel complesso tutte queste idee sul mandala fondamentale o mandala totale, qui non sono espresse da nessun punto di vista. Il mandala è il suo proprio punto di vista. Perciò è libero da nascita e morte, essendo contemporaneamente la quintessenza della nascita e della morte. È questo mandala che sostiene l'intero universo, l'intera esistenza ed è anche ciò che distrugge tutte le cose. La tradizione tantrica gli dà spesso il nome di '*carnaio*'; nell'iconografia del carnaio, c'è il 'saggio del carnaio', il 'fiume del carnaio', 'l'albero del carnaio' e la 'pagoda del carnaio'. Questa iconografia illustra il fatto che la nascita e la morte vi si producono in concomitanza. Vi si vedono scheletri danzanti e bestie selvagge che straziano dei cadaveri. Qualcuno insegue le belve, allora esse lasciano cadere i corpi semidivorati. Il suolo è disseminato di gambe mozzate, di pezzi di braccia e teste tagliate. Mentre un animale selvaggio strappa brandelli di carne da un cadavere, ne arriva un altro più forte e gli mangia la coda... succede che sfuggendo la morte contemporaneamente la si

crea. Tutto ciò è assai lugubre e terrificante; lungi dall'essere gradevole. Visto da fuori, il carnaio sarebbe anche estremamente sgradevole, tuttavia, dal suo proprio punto di vista, esso esiste di per se stesso ed è straordinariamente ricco e fertile.

Studente: Il carnaio è il centro della Ruota della vita?

T.R.: No, non direi proprio. Sarebbe piuttosto lo stesso Yama, il quale tiene nelle mani la Ruota del divenire (14) che è, ad un tempo, la nascita e la morte. È l'insieme della totalità e non la sorgente dell'energia. È la situazione entro cui l'energia può esistere, più che un punto preciso o una data azione relazionale all'interno di questa situazione.

St.: È possibile avere una qualche esperienza di questa totalità? Si direbbe che uno ha sempre una vaga impressione di questa totalità che sempre esiste, ma che rimane abbastanza vaga, perché ogni volta che si cerca di osservarla o di aggrapparvisi, si dissolve e scompare.

T.R.: È vero, dato che questa vaghezza è un sentimento di insicurezza. È come aver l'impressione che qualcosa non funzioni, che non vada proprio come dovrebbe, perché in fondo non vi è più base, non più solidità sulla quale appoggiarsi. È l'esperienza mistica del senso ultimo di 'duhkha' - il dolore, la sofferenza, lo sconforto -. Si comincia a scoprire la futilità dei piaceri materiali e di altro tipo, ma c'è qualcosa di più. Voi sentite che vi è qualcosa a livello fondamentale, ma non riuscite a determinare se questa cosa vi sia favorevole o contraria. Tuttavia qualcosa accade. Di fatto questa sensazione che qualcosa stia covando potrebbe essere descritta come l'esperienza della natura-di-buddha (15), sebbene noi non si riesca a toccarla con mano né a crearla.

St.: Nella misura in cui questa esperienza si ripete più spesso, può l'insicurezza scomparire?

T.R.: Se cercherete di farne una base per poggiarvi la vostra sicurezza, l'insicurezza allora cesserà di esistere.

St.: Allora l'idea sarebbe di cercar di avere una esperienza neutra riguardo al samsara ed al nirvana?

T.R.: In fondo, qualsiasi forma di esperienza conferma la nozione di punto di riferimento che è la base dell'accettazione o del rifiuto. Non esiste esperienza che non abbia situazioni gradevoli o dolorose. È assolutamente impossibile avere esperienze neutre. Le esperienze estreme o parziali che abbiamo, fanno parte del caos. Certi praticanti religiosi, volendo redigere testi e scritture sacre, hanno catalogato questo tipo di esperienze caotiche in maniera sistematica e pragmatica. Hanno distinto le buone esperienze dalle cattive, collocandole o dalla parte di Dio o dalla parte di Satana. Ciononostante, nel complesso, noi qui non cerchiamo di determinare quali esperienze siano valide e quali non lo siano. Al contrario, diciamo che tutto ciò non ha alcuna sostanza.

St.: Il confronto non ha alcuna sostanza?

T.R.: È esatto, perché esso dipende dall'altro punto di vista.

St: Quindi neanche il punto di vista è importante. La vaga sfumatura è quasi più importante del punto di vista.

T.R.: Dal punto di vista dello spazio o della totalità, allora sì.

St.: Allora è meglio restare nel vago piuttosto che definire le cose o adottare un punto di vista da dover esprimere.

T.R.: Non direi che sia sufficiente rimanere semplicemente nel vago. Tuttavia, se restate nel vago ad un livello molto sottile - senza punti di riferimento - allora questa vaga sfumatura diventa assai viva; invero, diviene luminosa. Anziché essere vaga e grigia, è abbagliante. Diventa insieme più o

meno definita, ma non dal punto di vista delle polarità. Questa vaghezza è definita nella sua propria natura inerente, dato che non vi è più un controllore, o sentinella, all'opera.

St.: Non ho ben capito il senso, quando avete parlato dell'erba vuota e dello spazio solido e della zona grigia tra essi. Forse è a causa di questa vaghezza.

T.R.: No, non si tratta di questo tipo di vaghezza. Quella è una sfumatura ingannevole in cui non arrivate a prendere una decisione. Dovete mantenere fede ai due estremi; cioè voi dipendete tanto dalla speranza che dalla paura e vorreste tenere un piede in ciascun campo.

St.: Allora si spera che l'erba possa essere lì....

T.R.: Ed insieme si ha paura che essa non sia lì. Tuttavia rimangono sempre dei mezzi per modificare la paura. È un gioco molto astuto.

St.: Quindi il grigio proverrebbe dal nostro oscillare.

T.R.: Sì, sì, sicuramente. In realtà è ancora più probabile che provenga da un'impressione di comunione ingannevole, da un'attitudine di collaborazione illusoria, di coesistenza e non di solitudine.

St.: Sarebbe, in qualche modo, a metà strada tra l'erba solida e lo spazio vuoto?'

T.R.: Sì.

St.: E la terza alternativa?

T.R.: È un senso di fedeltà in rapporto ad un luogo, una cosa. Ma è anche confuso. È grigio perché il fatto, di osservarvi lubrifica tutto ciò che si trova tra lo spazio vuoto e l'erba solida... oppure il contrario. Poco importa. Il commentatore si organizza affinché sia tutto confortevole, perché non siate obbligati a irrompere all'improvviso in qualsiasi cosa. È come prendere un aereo climatizzato per andare da un paese in cui fa freddo in uno dove fa caldo. La climatizzazione rende le cose sopportabili e vi protegge dalle variazioni improvvise. È stato tutto organizzato in modo più ospitale possibile.

St.: Allora lo stato mentale di un buddha non è molto confortevole...

T.R.: E perché no? Non essendovi controllore o sentinella. È solo essere, punto e basta.

St.: Però avete detto che è la sentinella che rende le cose confortevoli.

T.R.: E nello stesso tempo, paranoiche. Comunque l'intenzione della sentinella è di rendere le cose confortevoli.

St.: Ok, d'accordo.

T.R.: Anzi, la mente del buddha non è assolutamente preoccupata per questo e vi è quindi un immenso territorio che è stato limitato. Sul piano economico è molto vantaggioso.

St.: Dov'è il carnaio, nella nostra esperienza?

T.R.: È la sensazione di minaccia di cui fa esperienza la maggior parte delle persone. Si ha l'impressione di essere al limite del panico e si comincia a perdere la bussola e a non distinguere più molto chiaramente i nemici dagli amici. Ci si vuole assicurare che siano o amici o nemici, senza essere ingannati. Si vuole che sia tutto molto preciso. Questa attitudine diventa di per sé molto dolorosa e poco confortevole. In quanto buddhisti, qualsiasi nostro approccio consiste nell'esplorare un territorio in cui nessuno vuole avventurarsi. Le persone cercano continuamente di fuggire, ed è così che hanno creato il samsara. Finché siamo sulla via, praticando e lavorando su noi stessi,

adempiamo un compito impossibile, affrontando ciò che gli esseri umani sfuggono da milioni di anni. Questa via ci sconcerta enormemente eppure ci dirigiamo verso di essa e la esploriamo. È per questo che è tanto difficile donare ed aprirsi. Questo tipo di luogo indesiderato è paragonabile al carnaio. Ci perseguita ovunque e non solamente in quel luogo.

St.: Si direbbe che è in questo stato che vi sono assai più possibilità di trasformazione.

T.R.: Sì, precisamente. Non c'è bisogno di dirlo.

St.: Potete parlare un po' del mandala come forma, come figura, piuttosto che del suo contenuto? So che la mia domanda è lungi dall'essere precisa, ma che cosa vi è di straordinario nel fatto di percepire tutto come un mandala anziché vedere le cose come altrettanti enunciati di un fatto, prendendo ad esempio non importa quale altra religione o sistema?

T.R.: L'essenziale è vedere la totalità, avere una vista d'assieme. Si comincia ad avere una visione panoramica straordinaria, senza frontiere, e allora ci si può permettere di associarci a delle energie e a delle direzioni particolari, poiché la situazione di lavoro non dipende più da un'idea di direzione. Si ha una direzione priva di direzioni. È una prospettiva interamente nuova nei confronti del tempo e dello spazio. Si può affrontare il tempo perché si è oltre il tempo; si può affrontare lo spazio perché si va oltre lo spazio. Non c'è direzione per il fatto che non vi sono direzioni. Questo fa scoprire enormi possibilità, un nuovo modo di considerare tutta questa storia. Nello stesso tempo, non essendoci più punti di riferimento, non è possibile garantire una continuità. Voler superare rapidamente tutto l'insieme equivarrebbe a voler assistere al proprio funerale.

St.: Rinpoche, è possibile vedere la situazione nel suo insieme come un campo sul quale si svolge un incontro di football? Essendovi il questo ed il quello, che è come un gioco tra Dio e il diavolo, tra il nirvana ed il samsara. Per chi occupa un posto raso-terra, questa panoramica presenta un punto di vista privo di punti di vista, se così si può dire. Questo avrebbe come effetto di annullare, in qualche modo, sia Dio che il diavolo. È così?

T.R.: Sì, sì, è così. Va bene.

St.: Questa è la *prajna*?

T.R.: No, è lo *jnana* (16). Nella *prajna* c'è ancora la sentinella. La *prajna* sarebbe come una telecamera panoramica che riprendesse la scena dal punto di vista dello spazio. Lo *jnana* è il punto di vista raso-terra.

St.: Rinpoche, ho l'impressione che, nel mandala samsarico, tutto sia diviso e incasellato in modo molto ordinato in cinque sezioni separate da linee o barriere. Queste barriere si ricollegano a qualcosa di preciso rispetto al funzionamento dell'ego?

T.R.: Esse sono in rapporto con la sentinella; esse sono associate all'idea di intelletto, di sentinella. Consultiamo sempre il nostro centro direzionale per assicurarci che tutto sia lubrificato in modo che tutto possa funzionare bene. Ciò denota una attitudine di dipendenza rispetto alla nostra sopravvivenza. Il nostro motto sarà: "Devo sopravvivere". È per poter sopravvivere che si agisce così; anche se c'è una costante minaccia di morte, abbiamo comunque l'impressione di creare la vita costantemente. Evidentemente, da un altro punto di vista, nello stesso tempo creiamo la morte, che è il contrario di ciò che stiamo cercando.

St.: Rinpoche, avete parlato del caos ordinato. L'aspetto ordinato si riferiva alla disciplina, mentre il caos era rappresentato dall'energia presente in un punto preciso. Questo è connesso all'approccio che stiamo discutendo ora, relativo al campo di totalità entro il quale tutto sorge? La disciplina consisterebbe nell'essere in grado di vedere la nascita e la morte nello stesso tempo?

T.R.: Mettersi la condizione di fare l'esperienza del caos ordinato è, in sé, la disciplina. Tuttavia, in ciò che concerne il rapporto con il caos ordinato vi è qualcosa di straordinariamente organico. Vi è una totalità che si occupa del caos, che mette le cose a posto in una data situazione.

St.: Bisogna occuparsi della disciplina, oppure essa è già lì?

T.R.: La disciplina è già lì. In fondo, si potrebbe dire che la disciplina è come un congelatore. Il caos è l'insieme delle cose sparpagliate che sono all'interno del congelatore, in notevole quantità; l'ordine, invece, è l'aria fredda che il congelatore soffia sopra queste cose.

7) IL MANDALA DELL'ESSERE INCONDIZIONATO

Proseguiremo adesso il nostro esame della totalità, dello spazio totale della dharmata. Questo spazio fondamentale e totale comprende differenti aspetti, che sono altrettanti aspetti della totalità del mandala di base dell'essere incondizionato. Da una parte, c'è un elemento di ricettività e, dall'altra, un elemento di immensità. In questo caso, la ricettività è energica, essa permette allo spazio di dispiegarsi e alle cose di dispiegarsi in seno ad uno spazio. Quando cresce un albero, quando spunta l'erba, anche lo spazio partecipa, nel medesimo tempo, a questa crescita, a questa energia. Senza lo spazio fondamentale, non vi sarebbero alberi né erba; di fatto non vi sarebbe alcuna forma di energia che possa dispiegarsi.

La ricettività è l'aspetto che corrisponde all'efficacia. L'altro aspetto dello spazio è una specie di accettazione, la capacità di lasciare che le cose si distendano pienamente. Anche se ci accingiamo a parlare dei cinque principi-di-buddha, questi non costituiscono altrettante entità distinte e individuali, ma aspetti della totalità fondamentale che accoglie le cose e permette loro di prodursi. Quindi si tratta più di cinque aspetti della totalità, che non di cinque distinte qualità-di-buddha: conviene considerare una stessa situazione da cinque differenti punti di vista.

La totalità dunque comprende queste cinque qualità di base: l'aspetto energetico ed efficace dello spazio ed il suo aspetto ricettivo ed espansivo. I due aspetti funzionano su un piano non-duale, il piano del "non due", e questa non-dualità costituisce la terza qualità della totalità. L'aspetto non-duale della totalità corrisponde alla famiglia-buddha che, a suo modo, è pienamente e perpetuamente accogliente, non essendo mai turbata da alcun avvenimento. Nell'iconografia tradizionale essa è simbolizzata da una ruota che gira senza fine. Esprime l'atemporalità, la capacità costante di essere. L'aspetto energetico o efficace si ricollega alle famiglie *karma* e *vajra*. Tra parentesi, le distinzioni qui stabilite, così come le descrizioni dei differenti aspetti si applicano più allo stesso recipiente che al contenuto. In questa ottica, essere efficace, significa saper accogliere la qualità dell'efficacia e non l'essere efficace in senso attivo.

Vi sono due modi per suscitare l'efficacia. Il primo fa entrare in gioco l'acutezza della famiglia-vajra, che fa un giro d'orizzonte dell'intero territorio con i suoi molteplici campi, così che non resti più una sola regione che non venga passata in rassegna dal punto di vista dello spazio. A motivo di questa capacità di ispezionare tutti i campi, qui si può usare il termine *intelletto* in senso relativo, non applicandosi necessariamente al livello assoluto. Possiamo parlare di intelletto a causa della sua precisione e acutezza.

Il secondo stile corrisponde all'efficacia della famiglia-karma, che non consiste tanto nell'includere tutti gli aspetti, quanto nel credere in un compimento automatico. Si potrebbe dire che le cose sono già in procinto di compiersi, tanto che vi è sempre una energia di funzionamento totale. È inutile cercare di funzionare, di compiere una qualsiasi cosa, dato che tutto è già in via di compimento. Per la stessa ragione, è altrettanto inutile introdursi a forza in un avvenimento particolare. Questo è il principio karma: vedere la totalità dell'accadere così com'è, in modo che non vi sia assolutamente lotta.

L'altro aspetto della *dharmata*, o spazio totale, che è la capacità di accettazione o qualità espansiva, è connessa alle famiglie *padma* e *ratna*.

L'aspetto *ratna* percepisce tutto in funzione di unità o identità. In altre parole, la nozione di estensione in un certo territorio non si applica più, poiché lo spazio viene percepito come esistente di per sé. Tutto viene percepito come costantemente esistente, con una sensazione di totale fiducia e totale affidamento. Vi è il riconoscimento di tutto ciò che è, unito ad un senso di dignità che esiste di per se stesso. Non c'è alcun posto in cui spostarsi, né per speculare né per manovrare. Tutto è totalmente completo e completamente totale.

Con l'aspetto padma, la sensazione di esistenza totale si unisce alla sensazione assai potente di indipendenza. L'accumulo di dignità che si è già sviluppata fa nascere un'attitudine che esige o impone una sorta di magnetismo. Ma, ancora una volta, i termini *esigere* o *imporre* sono inadeguati, avendo un valore solo relativo. Non si tratta di esigere basandosi sulle idee di centro e periferia, di questo e di quello e nemmeno di imporre nel senso di entrare, a tamburo battente, nel territorio di qualcuno con l'intenzione di inghiottirlo. Anzi, è come una calamita, esistente di per sé, che non avrebbe da esercitare il proprio magnetismo su null'altro. Si potrebbe dire che è una calamita completa in se stessa.

Queste cinque qualità sono i componenti essenziali del mandala, così formato perché tutte queste qualità sono in rapporto reciproco. È quasi come dire la stessa cosa in cinque modi diversi. La qualità essenziale dell'insieme consiste nell'essere senza conflitto, senza avanzamento. Questa assenza di lotta e di progressione si esprime sotto diverse forme, non per rispondere a delle situazioni contingenti, ma semplicemente come maniera di esistere. Ci si può, quindi, permettere di essere liberi, senza aggressività, senza conflitti, senza lotte.

Se volessimo esplorare il significato di ciascun dettaglio iconografico delle rappresentazioni del mandala, occorrerebbero numerosi anni ed uno spazio enorme. Quindi, riassumendo, si potrebbe dire che la ricettività fondamentale, o l'immensità dell'essere, conferma anche una enorme potenza, una potenza invincibile, poiché non dipende dall'esistenza del mondo relativo e poiché non dipende dalla possibilità di esistere nel mondo relativo, essa non ha bisogno di conferma, non c'è assolutamente niente che possa minacciarla.

Questa potenza che è, se così si può dire, al duecento per cento,- in effetti non so nemmeno se esiste, ma dobbiamo ancora far ricorso al linguaggio relativo - potrebbe esser percepita come qualcosa di estremamente irritata. È un'irritazione senza rabbia e senza odio, è essere nello stato di invincibilità. È irritata come lo sarebbe una fiamma viva che non permette ai concetti relativi o dualistici di posarsi su di essa. Se si presenta una situazione dualistica, essa viene automaticamente incenerita, consumata. Eppure questa potenza contiene nel medesimo tempo anche un'enorme pace. È comunque una pace non priva di irritazione. Lo spazio fondamentale è pacifico, non avendo ragione di non esserlo in quanto la sua totalità è sempre presente. Esso, di conseguenza, è luminoso e puro e può accogliere tutto con una compassione non-dualista.

L'idea di conflitto si basa generalmente sul fatto che si è alle prese con il mondo relativo. Aggrapparsi ad un punto di riferimento o voler trattenere una situazione, costituisce il punto di partenza del caos e della confusione. Quando ci si sforza di preservare qualcosa, l'attività messa in gioco nel processo di preservazione dipende da una minaccia proveniente da altrove e questa minaccia suscita, a sua volta, la possibilità che si sia incapaci di preservare tale cosa. Senza questa minaccia, il problema della preservazione non si porrebbe affatto. All'inizio, anzi, non ci si pone proprio il problema.

Il rapporto esistente tra la preservazione ed il fatto di proteggersi contro ciò che minaccia la stessa preservazione è analogo al rapporto che esiste tra lo zero e l'uno. L'uno dipende dallo zero e lo zero dipende dall'uno, ma in un modo che è del tutto diverso dal rapporto che esiste tra uno e due. Il termine sanscrito '*advaya*' ed il suo equivalente tibetano *nyimé*, esprimono entrambi l'idea di "*non-due*", che si applica al rapporto tra zero ed uno. Il significato di questa espressione, in questo caso, è "assenza di zero, assenza di uno". In realtà, quando si comincia a scoprire strutture, a immaginare vagamente la percezione di un punto di riferimento, o anche a pensare a questo punto di riferimento, è precisamente là che sorgono il samsara ed il nirvana (qui utilizzo i termini in voga). L'idea del *non-due* indica che è possibile avere un mondo – un mondo completo e pragmatico – che trascende tutti i punti di riferimento. È certamente possibile. Di fatto, un tale mondo è molto più solido del mondo della relatività, basato sull'interdipendenza e assoggettato alla morte ed alla

nascita continue, come pure alle minacce che sorgono incessantemente, in ogni dove. A causa di queste continue minacce, la situazione relativa finisce per divenire estremamente allucinante: non si sa mai chi è chi, che cos'è che, né qual è quale. È come quella gag comica: “*Chi* sta alla prima base e *Cosa* sta alla seconda (17)...”

Siccome il fraintendimento dualistico si produce fin dall'inizio, allorché si cerca di correggerlo esso genera semplicemente nuovi malintesi. Tuttavia, il fatto è che esiste uno spazio totalmente diverso, una dimensione totalmente nuova, che non ha bisogno né di prove né di interpretazioni. Non c'è più bisogno di punti di riferimento. L'esistenza di una tale dimensione non è solamente probabile, ma reale.

L'ispirazione che sorge da tale dimensione ha dato luogo a magnifiche opere d'arte, ad un mondo immaginario di *non-esistenza*, ad un mondo non-dualista. Man mano che aumentarono la tradizione e l'esperienza personale, furono messi a punto settecentoventicinque *mandala* fondamentali, tutti estremamente precisi e dettagliati. Alcuni contengono fino a cinquecento dettagli. Tutti questi schemi divini si basano sui cinque principi, i cinque aspetti dello spazio fondamentale o totalità.

Non si tratta unicamente di qualcosa ideata da *yogi* e *siddha* ebbri di *amrita* (18) che hanno combinato delle cose a casaccio. Ciascun punto è ben definito ed assai preciso. È stato possibile elaborare con precisione un mondo che funziona, un mondo con una chiarissima possibilità di pensare, senza tutte quelle altre aree relative di cui abbiamo parlato. Questo è stato prodotto e questo fatto prosegue tuttora.

Mi sembra che circolino un mucchio di malintesi circa il mandala. Alcuni credono, ad esempio, che il mandala sia un oggetto di meditazione sul quale si debba fissare lo sguardo. Secondo costoro, basta contemplare codesti quadri per sollevarsi da terra. Nondimeno, dal punto di vista della sanità mentale, né illusioni ottiche né schemi grafici possono servire da sostegni per accedere ad un livello superiore.

L'insegnamento essenziale del mandala è stato presentato ben settecentoventicinque volte (e questo non comprende che i *tantra* inferiori, corrispondenti al livello del *kriyayoga*). Figuratevi perciò quanti mandala esistono nei *tantra* superiori: milioni, senza dubbio! Più si procede avanti negli *yana* (sentieri) e più le cifre si moltiplicano. Esistono sei *yana* tantrici; il *kriyayoga* è il primo e contiene già settecentoventicinque mandala. Man mano che si sale fino al livello del sesto *yana*, l'*atiyoga*, i mandala si moltiplicano talmente che finiscono per divenire inesistenti. I confini cominciano a dissolversi. È una vera invasione dello spazio privato! È per questo che si parla di libertà.

Quindi, se noi prendiamo queste idee e queste inclinazioni come base funzionale di lavoro, per il nostro seminario dovrebbe essere possibile formulare una conclusione.

Vi sono due approcci per visualizzare una divinità del mandala. Il primo consiste nel considerarla semplicemente una immagine del pensiero, un gioco della mente. Per esempio, anziché visualizzare la grande Central Station di Manhattan e concentrarsi su questa visualizzazione, tanto vale visualizzare qualcosa di più significativo, come il mandala di *Avalokitesvara*, di *Tara*, di *Guhyasamaja* o di qualche altra divinità. Secondo questo approccio, la visualizzazione sarebbe un surrogato, ma, avendo bisogno di stampe perché non usarne di oro anziché di alluminio?

Esiste comunque un altro approccio alla visualizzazione, basato sul concetto di familiarità col mandala, di cui abbiamo parlato. In questo caso, si dirige la propria mente verso questa idea di mandala, ben sapendo che non possiamo afferrarla e nemmeno essere a due dita dal coglierla, ma avendo la convinzione che tale cosa esista veramente. Si orienta perciò la propria mente verso questa area, stabilendo un legame con la nozione di territorio sconosciuto e col mistero dell'essere

in tutta la sua pienezza. Questa impressione di mistero apre spazi di ogni tipo. Non si formulano più le cose in una maniera adattata, una per volta, né si presentano più progetti fissati in anticipo, nei quali tutto deve essere logico, coerente e alquanto concreto, senza che venga lasciato spazio al dubbio. La logica di base è sempre presente - per esempio tre volte tre fa sempre nove -, ma, nel medesimo tempo, si ammettono degli interstizi, dei dubbi, che sono legati alla possibilità di dover necessariamente proseguire questo viaggio. Si può adottare una tale attitudine. È l'inizio del processo del risveglio, il momento in cui cominciamo a lasciar cadere il nostro gioco logico.

Alla lunga, man mano che ci si addentra nel mandala fondamentale così com'è, e che si comprende il dolore samsarico ed il *dharmadhatu*, ci si rende conto che gli insegnamenti trasmessi dalla tradizione non appartengono ad una cultura particolare. Il loro linguaggio viene continuamente aggiornato. Idealmente, dovremmo poter considerare la visualizzazione di un mandala come il nostro proprio ritratto, come la scoperta di noi stessi, anziché considerarla alla stregua di un elemento di una cultura estranea su cui dover fissare lo sguardo.

È interessante sottolineare che, nella tradizione cinese, i *bodhisattva* nonché gli *heruka* (divinità tantriche) sono raffigurati con indosso i costumi imperiali cinesi, mentre in India, paese di origine del Tantra, le divinità sono ovviamente rappresentate nella forma di re ariani, indossanti costumi regali indiani e con corone tempestate da cinque tipi di gioielli. In questo senso, la pratica della visualizzazione non è del tutto solamente antropomorfa. Infatti essa è stata concepita per i sei reami di esistenza, cioè quello degli animali, degli inferni, degli spiriti affamati, degli *asura* o dèi gelosi, delle divinità e degli umani, e viene insegnata in ciascuno di essi.

L'approccio tantrico della pratica è assoluto e non antropomorfo. Forse l'approccio dello *hinayana* può essere considerato antropomorfo, quello del *mahayana* un po' meno, mentre l'approccio del *vajrayana* nei confronti della pratica è totalmente e assolutamente cosmico (19).

Altrettanto viene applicato riguardo ai *mantra* che accompagnano le visualizzazioni. Questi non sono considerati come parole definite dotate di senso, né filastrocche da ripetere per impedirsi di sprofondare nel delirio. Il mantra è considerato come l'ultimo incanto. La mente non ha più alcun luogo in cui possa fermarsi, se quello che si dice è assurdo, di una assurdità trascendente. Il mantra non ha senso alcuno, ma nello stesso tempo ha il senso che deriva dalla sua mancanza di senso. Esso è un'eco semplicemente, il suono emesso da una mano sola che applaude, un suono inesistente.

Generalmente il mantra è considerato come un suono astratto piuttosto che come qualcosa dotato di senso. Per questo la recitazione di un mantra differisce nettamente dall'idea abituale che uno si fa della preghiera. Forse si avvicina più alla nozione *esicastica* della preghiera, che troviamo nella tradizione greco-ortodossa. Nella *Philocalia*, si dice di ripetere continuamente l'orazione, di ripeterla con costanza, senza mai arrestarsi. All'inizio la si ripete con una intenzione, una direzione, uno scopo preciso. Poi la si ripete ancora, continuamente, sempre ripetendola finché non si sa più chi sta pregando e chi no. Si perde il senso della direzione. A dir il vero, più che perderla o ingarbugliarci, ci si libera, di questo senso della direzione. Si è meno disorientati, quindi si diventa più ricettivi. Poi arriva un giorno in cui si comincia a ripetere la preghiera come se essa fosse il battito del cuore, come se si ripetesse da sola. Infatti, a questo stadio, è la preghiera che ripete voi, non voi che la ripetete. Questo tipo di preghiera ha qualche parentela con l'approccio del mantra.

L'approccio del mantra non nasce come una preghiera, ma solo da un qualche suono cosmico che accompagna una certa visualizzazione cosmica. La visualizzazione può riguardare un mandala geometrico o, divinità diverse, per esempio una divinità a sei braccia e diciotto teste, con diversi scettri nelle mani, drappeggiata con pelle umana, vestita con pelle di elefante, cinta da una pelle di tigre e coronata da un diadema di teschi. È circondata da fiamme e pronuncia delle parole magiche,

come HUM e PHAT. Queste visualizzazioni colpiscono enormemente, ma non hanno niente a che vedere con la pop-art. È arte trascendente. Queste espressioni possono rivelarsi straordinariamente potenti, vive e reali, solo però se riusciamo ad abbandonare le frontiere dell'approccio dualistico e cessiamo di darle una valutazione. Non essendoci più valutazione, l'insieme diventa molto vivo, molto reale.

In relazione a tutto ciò, ci si pone il problema di doverci dapprima sentire chiaramente impegnati di fronte a noi stessi. Per cominciare, dobbiamo essere disposti a lavorare sul mandala samsarico, senza cercare un qualcosa di migliore. Dobbiamo accontentarci il più possibile delle nostre situazioni samsariche e lavorare su quelle. Una volta fatto questo lavoro, cominciamo poco a poco a prendere coscienza della tela di fondo, dell'ambiente entro il quale opera il mandala samsarico. Cominciamo a scoprire che questo mondo, la nostra versione dualistica di questo mondo, non è tutto ciò che esiste.

Non intendo certo dire che esista un altro mondo da qualche altra parte, come la Luna, o Marte o altro. Se esiste un altro mondo, è nel senso che è possibile effettuare ancora altre scoperte. Possiamo non solo percepire un filo d'erba, dovremmo anche poter percepire un po' più profondamente la sua "orbita", vedere il filo, l'erba nella sua pienezza e nella sua totalità. Potremmo allora vedere il verde del filo d'erba come parte della sua natura innata. Tutto il suo essere non fa che essere, senza alcun bisogno di conferma; si scopre che è un vero ed autentico filo d'erba. Quando inizia a prodursi l'esperienza del mandala, vediamo il mondo reale al cento per cento, senza distorsione e senza concettualizzarlo. Le tappe da superare sono numerose e sembrerebbe impossibile cominciare, a meno di essere pronti a cominciare partendo dall'inizio.

Studente: A proposito di inizio, hai detto che il malinteso dualistico si produce proprio fin dall'inizio. Vi è, fin dall'inizio, anche una intuizione ed una pregustazione della totalità non-dualista?

T.R.: Sì. Questo, d'altro canto, è il motivo per cui il malinteso è stato possibile: ha avuto bisogno di trovare la sua collocazione da qualche parte. Quindi, non si deve condannare quest'inizio come un errore, come una specie di caduta in basso dell'uomo.

St.: Durante la fase di domande che è seguita alla conversazione precedente, hai parlato, mi pare, di una maggior sensazione di spazio a proposito della *prajna*, mentre riguardo alla non-dualità hai piuttosto stabilito il legame con lo *jnana*. Non ho capito bene.

T.R.: La *prajna* può essere paragonata alla nostra comprensione riguardo alla discussione di quella conversazione. Mentre per lo *jnana*, a livello di verità assoluta, è il fatto di discuterne come fosse un'esperienza che ci fa adottare la prospettiva di un osservatore esterno. Da quel momento *essa* diventa *prajna*, conoscenza, informazione. Finché non saremo completamente e totalmente identificati con l'insieme, resterà *prajna*. Il processo dell'essere non consiste nell'imparare ad essere; *imparare* ed *essere* sono differenti.

St.: La tua discussione sull'aspetto-vajra mi fa pensare che esso operi sul piano della *prajna*, in funzione della distinzione soggetto-oggetto. Ho ragione?

T.R.: L'esperienza vajra dell'intelletto riguarda lo *jnana* e consiste semplicemente nel vedere attraverso tutto. Essa trascende la *prajna* che è ancora un approccio da adolescente, per così dire.

St.: Le categorie come le famiglie-di-buddha, la *prajna* e l'universo della manifestazione possono esistere sul piano non-dualista?

T.R.: È esattamente ciò che vado affermando durante tutta questa chiacchierata. Il livello della realtà non-duale appartiene allo *jnana* e, di conseguenza, la saggezza della coscienza discriminante

vi è sempre presente. Infatti, a quel livello, esiste certamente un mondo vivente, molto più vivente di quello di cui facciamo esperienza.

St.: Questo mi sembra un po' contraddittorio, dato che discriminare significa rivelare una dualità.

T.R.: Non c'è alcun problema nel rivelare una dualità. Stiamo parlando del mondo relativo in termini puramente psicologici. Parliamo di fissazioni e relative nevrosi, anziché vedere le cose come se fossero una realtà duale. Ciò non è considerato come fissazione dualistica ma sempre come coscienza discriminante. Una persona risvegliata è ancora in grado di camminare per strada e prendere l'autobus; può farlo anche molto meglio degli altri, poiché mantiene sempre la presenza.

St.: A proposito del cominciare dall'inizio, che ruolo gioca la pratica della meditazione?

T.R.: All'inizio (vero e proprio), la pratica della meditazione consiste nell'accettare di rendersi ridicoli. In luogo di credersi in procinto di trascendere qualcosa, o di sentirsi santi e buoni, si riconosce continuamente che ci si rende ridicoli facendo finta di meditare. È solo limitandosi ai fatti - cioè riconoscendo che ci si illude da sé - che ci si può applicare a scoprire qualcosa di più del ridicolo. Là, vi è qualcosa. Poco a poco si impara a darsi e non si sente più il bisogno di difendersi costantemente. Questa pratica esige quindi una enorme disciplina nel quotidiano. Non si tratta soltanto di pratica della meditazione seduta: è tutta la nostra vita che si integra gradualmente nella pratica della meditazione, al punto in cui si scopre che le possibilità di avere una relazione assai semplice con le cose, senza l'interferenza dei concetti, sono innumerevoli. Poi, naturalmente, arriva il momento in cui si comincia a perdere l'idea di sforzo e si smette l'osservazione di noi-stessi-che-stiamo-meditando. I contorni della meditazione cominciano a sfumare; la meditazione si trasforma in *non-meditazione* oppure, ed è la stessa cosa, *tutto si trasforma in meditazione*.

St.: Questa aspirazione iniziale non è anch'essa materialismo spirituale?

T.R.: Lo è, ma almeno è abbastanza autentica anziché essere finta, il che rende più semplici le cose. Evidentemente all'inizio si crede di dover realizzare qualcosa. Non c'è niente di male, anzi questo aiuta a intraprendere la pratica. Nel caso del materialismo spirituale, l'aspetto ingannevole è che si rifiuta di riconoscere l'esistenza della nevrosi. Ogni volta che effettua la pratica, uno sogna di ottenere dei poteri magici, si sforza per essere potente anziché togliersi la maschera. Tuttavia, senza questa aspirazione iniziale, non ci sarebbe il trampolino e nemmeno comunicazione. Vedere questa situazione è precisamente ciò che intendo per 'rendersi ridicoli'.

St.: Rinpoche, puoi spiegarci ancora una volta cosa intendi per 'ricettività'?

T.R.: Si tratta di non stare sulla difensiva, di accogliere tanto la ricchezza o capacità d'espansione che le qualità magnetiche, senza creare delimitazioni solide. Non è uno sforzo, è soltanto la capacità di accettare le cose senza per questo stabilire dei relativi legami.

St.: In che modo questa conversazione estremamente intellettuale ci avvicina di più al nirvana e in che modo ci allontana dal samsara?

T.R.: Se voi l'affrontate con questa ottica, non può farlo.

St.: Ciò è evidente, ma allora, non è da questo lato che tu stesso l'affronti?

T.R.: Siamo costretti a dover sempre far ricorso al linguaggio relativo, automaticamente questo fatto diventa intellettuale.

St.: Ammetto che dobbiamo per forza usare il linguaggio relativo, ma ciò non toglie che ho trovato questa conversazione assai disorientante.

T.R.: È proprio ciò a cui si mirava. Dobbiamo comprendere che le cose non quadrano mai completamente, che non è tutto nettamente definito, col bianco e col nero. La sensazione di confusione è il punto di partenza. Quando siete disorientati, non credete più che la vostra confusione sia la risposta. Poiché siete disorientati, vi sembra che la risposta debba essere altrove, che debba essere più chiara. Ciò vi spinge a fare più domande, le quali, d'altronde, contengono già in se stesse le risposte. È in questo modo che si comincia a lavorare su di sé. Per dirla in altre parole, gli insegnamenti non sono lì per offrirvi qualcosa di logico, di solido e preciso, così che non abbiate bisogno di lavorare onde conseguire dei risultati, in quanto gli insegnamenti sono un nutrimento costante. Il motivo per cui vi si offrono insegnamenti è per costringervi a lavorare di più, per immergervi ancor più nella confusione. Allora starà a voi aprirvi un varco in essa. Gli insegnamenti vi incoraggiano a trovare il trampolino a voi più vicino, che, in questo caso, è la confusione.

St.: Diresti che le energie incondizionate e non-dualiste abbiano come risorsa le energie che sono ancora condizionate?

T.R.: No, no davvero. Le energie incondizionate si perpetuano da se stesse, dato che non vi sono relazioni che entrano in gioco. Esse esistono come lo stesso spazio, che non ha punto centrale né periferia: e che resta tale e quale per se stesso, si nutre da se stesso, vive pro-causa-sua. Invece, le energie condizionate sono altrettanto adagiate entro questa energia incondizionata. Si può anche dire che l'energia incondizionata si esprime in funzione delle energie condizionate, ma non ha bisogno di esse per sopravvivere, non se ne nutre. Ecco perché, dal punto di vista dell'energia incondizionata, quella condizionata è ridondante ed enfatica; essa non ha affatto bisogno di esistere e perciò ristagna. Poiché non ha un canale di scarico, diventa un processo di morte e putrefazione che si perpetua costantemente. La sola maniera che ha per mantenersi, dovrebbe essere di attingere energia da se stessa, ma essa è già sufficientemente stagnante.

St.: Ad un certo punto, hai detto che i Cinesi hanno elaborato delle visualizzazioni differenti per differenti divinità e, in un altro, che la tradizione è sempre attuale. Mi chiedo se noi, buddhisti occidentali, potremmo elaborare nostre proprie visualizzazioni di divinità, che sarebbero forse più appropriate ai nostri bisogni.

Altro Studente: ... Per esempio, dei *mahakala* in blue-jeans !(20).

T.R.: Assolutamente no! In Cina, il processo si è compiuto assai naturalmente e le cose si sono evolute in modo molto semplice, mentre in Occidente si è ad uno stadio in cui la cultura è eccessivamente cosciente di sé (21). È già stata violentata. Tutta l'arte è stata già violentata e trasmutata in una situazione condizionata. La tradizione finirebbe per essere deformata in pop-art o in un miscuglio: un *tanka* (pittura tibetana) con un astronauta nel paesaggio o qualcosa del genere. La situazione, in materia di arte, è andata molto degenerandosi.

Da notare, che se arriviamo a rendere il processo meno compiacente, potrebbe uscirne fuori qualcosa. Tuttavia, poiché il nostro mondo è sempre in procinto di auto-considerarsi, ciò sarebbe, senza dubbio, molto difficile. D'altronde, il medesimo problema si pose in Tibet. I Cinesi affrontarono la cosa in modo molto rilassante, mentre i Tibetani erano molto meno sicuri nei confronti della loro propria cultura, che consideravano inferiore alla cultura ariana dell'India. Gli Indiani erano soliti dire che il Tibet era un '*preta-puri*', cioè un luogo ove abbondano gli spiriti affamati. Consideravano il Tibet come un luogo incolto e selvaggio, ed i Tibetani finirono per sentirsi molto a disagio. È per questo, che anziché creare divinità tibetane, decisero di rifugiarsi nella cultura ariana fin dall'inizio. Di conseguenza, in Tibet, non si vedono immagini di *Vairochana* con l'aspetto tibetano, né nient'altro di simile. È una interessante analogia.

St.: Quando si fa un'offerta sotto forma di mandala, che significato ha, e come si deve intendere? Per esempio, si dice che Naropa avrebbe offerto un mandala a Tilopa.

T.R.: Beh, questo tipo di mandala non è un mandala nel senso psicologico o spirituale, ma semplicemente una rappresentazione dell'universo coi suoi continenti ed i suoi oceani e tutto il resto. Fare una simile offerta equivale a rinunciare al proprio territorio, anche se non si ha più un luogo ove vivere. È il senso ultimo del termine "rifugiato".

St.: C'è qualcosa che sia espressione pura della 'pura energia'?

T.R.: Al riguardo, bisognerebbe uscire dal vortice del mondo relativo. Allora si sarebbe in un mondo aperto che, per questa stessa ragione, non sarebbe più dipendente dal mondo relativo.

St.: Dal punto di vista del "non-due", come nasce la compassione?

T.R.: Un enorme spazio per 'essere', è offerto dal non restare aggrappati ad un punto di riferimento. La compassione è uno spazio aperto entro il quale le cose possono essere accolte. Il conflitto con la nostra tendenza a respingere le situazioni è molto forte, perché noi non siamo disposti ad accettare una cosa qualsiasi. La compassione consiste dunque nel creare uno spazio aperto, nell'accogliere le cose che si producono.

St.: Come creare questa apertura?

T.R.: Se avete bisogno di crearla, non è più compassione. Direi, innanzi tutto, che, per coltivare la compassione, occorre assumersi la propria solitudine, accettare di sentirsi soli. A quel punto ci si trova in una situazione interamente e completamente desolata che, nel medesimo tempo, è anche uno spazio aperto. Coltivare la compassione non consiste nello stabilire transazioni commerciali con i fenomeni, ma nel lasciare che tutto si apra. Quindi, il vero punto di partenza della compassione consiste nel sentirsi soli, nel sentirsi isolati.

St.: All'inizio del seminario tu hai parlato molto del 'confine', mentre ora dici che il mandala non ha limiti. Puoi darci chiarimenti in merito a questo argomento?

T.R.: Il mandala samsarico è interrotto da confini perché esiste una certa qualità di emozioni e di stati psicologici che sono presenti affinché li trattiene per assicurare la vostra sopravvivenza. Il mandala totale, o mandala della totalità, non dipende in alcun modo da confini, e, di conseguenza, le sue espressioni sono considerate come altrettanti aspetti della totalità. L'aspetto accogliente e quello penetrante o espansivo dello spazio, sono semplicemente aspetti differenti della medesima cosa. Si potrebbe parlare del sole come fonte di luce, come fonte di fertilità o come mezzo per regolare l'ora, ma di fatto vengono descritti differenti aspetti di una stessa cosa. Non vi sono confini o limiti, soltanto espressioni diverse.

St.: I confini sono da considerare come l'autentico principio della realtà o dell'esistenza?

T.R.: I limiti somigliano un po' a quel che succede quando si scatta una foto. Aprite l'otturatore diciamo, per un venticinquesimo di secondo, ed ecco avete un'istantanea che è fissata sulla pellicola.

St.: Qual è il rapporto tra l'esperienza del 'carnaio', di cui hai parlato dianzi, che sorge da un sentimento di insicurezza e la possibilità di vedere la totalità, che sembra essere la chiave del mandala-di-buddha?

T.R.: La totalità condivide gli attributi dell'insicurezza. Quando la mente samsarica considera la totalità, vi vede insicurezza, una minaccia, un motivo di morte. La totalità è estremamente minacciosa, perché non offre alcuna presa. È l'immensità stessa, senza limiti, dello spazio. Al

contrario, dal suo punto di vista, la totalità non contiene punti di riferimento e le questioni della minaccia o dell'insicurezza non si pongono minimamente.

Ora ci dobbiamo fermare. Sarebbe bene lavorare più a lungo sulle nozioni di cui abbiamo discusso. Riflettete e cercate di creare il nesso con la vostra esperienza. Abbiamo parlato del significato di spazio, che è qualcosa a cui ciascuno di noi deve sistematicamente far fronte tutti i giorni. Che si abiti in città o in campagna, che si sia in casa o al lavoro, siamo costantemente in relazione con lo spazio. Il rapporto con il mandala è, quindi, continuo, almeno per quanto riguarda il suo aspetto irritante. Non possiamo fermarlo dicendo: "Bene, ora che in cambio del mio denaro, ne ho avuto a sufficienza, lascerò semplicemente estinguere tutto ciò e lo dimenticherò". Abbiamo un bel cercare di dimenticarlo, esso continuerà a più non posso. Quindi, non si tratta di acquisire informazioni; ci deve essere un certo impegno personale, poiché è la totalità della nostra vita che è in gioco. Dobbiamo stabilire un rapporto con la nostra vita ed impararne di più.

SECONDA PARTE

IL MANDALA DELLE CINQUE FAMIGLIE-BUDDHA

(Karma-Chöling, 1974)

1) IL TERRENO DI BASE

Se vogliamo comprendere il mandala delle cinque-famiglie-di-buddha, penso che si debbano accettare le conseguenze del principio del mandala sia per il nostro stato psicologico che per la nostra coscienza della vita quotidiana.

Dovrei subito spiegarvi un certo numero di cose in merito al terreno di base che, in qualche modo, è al servizio dell'essere. È il terreno delle cinque famiglie-di-buddha. Queste, non sono entità separate ma uno stesso principio che si manifesta sotto forma di cinque aspetti differenti. Si potrebbe parlare di cinque manifestazioni distinte di una stessa energia fondamentale, di cui una sarebbe la sua ricchezza, un'altra la sua fertilità, un'altra la sua intelligenza, e così via...

Parliamo infatti di una sola intelligenza fondamentale, di una sola energia. Questi principi, che siano considerati sotto la loro forma risvegliata oppure sotto la loro forma confusa, nello sfondo sono comunque composti da un'ampia estensione di confusione e di saggezza. In entrambi i casi, essi sono sostenuti da uno schema fondamentale che è tanto potenziale di risveglio quanto reale esperienza di confusione, di dolore, ecc.

Ciascuno fa esperienza del suo esistere, del suo essere. Se si osserva più da vicino questo esistere o questo essere, possono essere osservati in molti modi differenti, ma, se si cerca di conoscere ciò che appare al livello dell'esperienza reale, difficilmente si può circoscriverli. È assai difficile fare una pura esperienza della confusione senza che essa venga colorata da altre emozioni. Nell'esperienza reale siamo alquanto incerti di fronte all'esistenza o all'inesistenza, (d'altronde, non cambia di molto). Questo, non perché la nostra percezione sia vaga. Essa è assai chiara, ma di una chiarezza indefinibile. È essenzialmente confusione. Questo tipo di confusione si infila dappertutto, in ogni aspetto della vita, essa invade ogni ora della veglia e del sonno e costituisce un filone di incertezza assai spesso e ricco.

Nella terminologia religiosa o metafisica si può chiamarla anima, o ego, o divinità, o darle non importa quale altro nome. Ma se, non sapendo esattamente ciò che significano questi termini, si decide di ignorarli, allora bisogna guardare all'esperienza il più direttamente possibile, abbandonando le idee preconcepite, la terminologia e le etichette. Guardandoci da vicino, l'esperienza più intima che si può averne è di una indicibile confusione. È una confusione eccezionale che non è accompagnata neanche da una chiara e netta impressione di avere la mente confusa. È impossibile dunque definirla, chiamandola confusione. È questo tipo di condizione non duale che percorre tutta l'esistenza.

L'esperienza emerge da questa condizione e vi si riassorbe; da essa sorgono le energie e nascono le emozioni. Tutto accade all'interno di questo stesso stato che tutto ingloba, in un unico territorio. Credo che sia molto importante rendersi conto come questo sfondo sia alla base di tutto e comprendere in quale modo l'esperienza sorga o non sorga. Nel simbolismo tantrico tradizionale questa esperienza o stato prende il nome di *carnaio*. È un luogo di nascita e un luogo di morte, il luogo da dove si è venuti e verso il quale si ritornerà. Un suo equivalente moderno è, probabilmente, l'ospedale, il posto dove si nasce e dove si va a morire.

Qualunque cosa sia, questa specie di gigantesco ospedale è alquanto disordinato. È indicibilmente disordinato e non-duale. Ed è proprio a questo, che io voglio arrivare: abitualmente, quando noi immaginiamo l'assenza di dualità, di divisione, di schizofrenia, abbiamo la tendenza a pensare che si tratti di una specie di stato meditativo dove le distinzioni dualiste non hanno più effetto e dove, di conseguenza, tutto deve essere in regola. Eppure, non accade per niente così. Sembra che a questo stadio noi si abbia un samsara non duale, cosa che non manca certo di avere un *ché* di stuzzicante ed interessante.

Evidentemente, secondo logica, ogni dualismo o doppia personalità deve poggiare necessariamente su di una unità, che era là, prima di essi, fin dal principio. È dall'unità che nasce la molteplicità. È interessante constatare che questa confusione fondamentale agisce, in qualche modo, come una coscienza continua. Essa, del resto, si estende oltre la coscienza puramente umana, poiché si applica tanto agli umani, che agli animali ed al resto dell'esistente.

Infatti, anche se questo stato è confuso, non sembra contenere un vero e proprio dubbio. Quando si comincia a dubitare, si produce un gioco di va-e-vieni, mentre lo stato di cui stiamo trattando è così pervadente che non lascia spazio al gioco del dubbio. Benché esso costituisca forse la tela di fondo del dubbio, non esiste un dubbio come tale. Si può dire che sia uno stato immensamente scialbo e insipido. La gente ha avuto torto nel ritenerlo una esperienza mistica.

Tuttavia, in un certo senso, si tratta forse realmente di una esperienza mistica, perché a meno di aver avuto una visione di questo livello di ignoranza fondamentale, è impossibile intravedere il resto. In questa ottica, scoprire il peggior aspetto di se stessi sarebbe forse il primo scorcio delle possibilità di miglioramento.

Ecco dunque il terreno di base dei cinque principi-di-buddha nei loro aspetti sia samsarici che nirvanici. Questi due aspetti hanno un rapporto comune con questo sfondo. Noi potremmo parlare lungamente del terreno di base ma non voglio creare ancora più fascino a questo soggetto. Voi ne avete già una piccola idea e sarebbe bene che poteste esaminare personalmente questo stato ancora un po' di più.

Studente: Questa confusione è la mente velata della 'settima coscienza' (22)?

T.R.: Essa risale ancora più lontano.

St.: Ma, nella mente velata, è così che si manifesta?

T.R.: Noi adesso stiamo parlando del livello dell'*alaya*, che risale ancora più lontano della *settima coscienza*. Questo livello è dotato di una struttura che si potrebbe definire la trama dell'esistenza o la trama dell'essere. Esso non è velato o oscurato, nel senso di essere intralciato da un ostacolo nei riguardi della visione comprensiva o dell'intelligenza, ma semmai nei riguardi della percezione. In questo caso si tratta di una cosa che è fundamentalmente ostruita e non di una proiezione che verrebbe velata in seguito. Ciò ha luogo su un piano più esistenziale. D'altronde, è per questo che questa coscienza può essere così trasparente e costituire una coscienza costante di sé, una coscienza dell'ego. Si ha una sensazione di 'Io' ma, prima ancora di dire 'io', ci si dirige già verso questa direzione. Prima ancora di definire questa regione come riferentesi all'io, si sente che ci si incammina verso di essa, e si ha un'impressione di sostanza e di solidità.

St.: Intendi dire insomma che ci si trattiene, che si è sempre in procinto sia di trattenerne e sia di spingere?

T.R.: No, è proprio prima di questo. È una specie di coscienza che esiste da se stessa e che contiene un riferimento automatico all'io, sebbene non sia neppure necessario trattenerne o

proiettare. Prima di fare alcunché, c'è un istante primario che vi fa partire da lì, invece di partire da qualsiasi altro punto. C'è quindi un punto di partenza preciso.

St.: Si tratta di qualcosa che ci trasporta con sé da una vita all'altra?

T.R.: Credo di sì, perché l'opinione nei riguardi della vita è in sé una maniera di voler afferrare l'essere. Sì, altrimenti la continuità del filo della vita sarebbe spezzata.

St.: Ho sentito dire che la continuità dell'ego si estende su molteplici vite. Si tratta di questo? In qualche modo, sarebbe qualcosa di non-dualista, ma che conterrebbe nello stesso tempo la tendenza a identificare l'io...

T.R.: Sì. Evidentemente è questione di interruzione di una reazione a catena, ma questo non ne costituisce una diminuzione della catena, le cui maglie successive si inseriscono costantemente le une nelle altre.

St.: Siamo coscienti personalmente di questa confusione, nella nostra vita? E ancora, essa è collegata nello stesso tempo ad una certa confusione primordiale attraverso la quale noi passiamo, ogni volta che entriamo in una nuova vita?

T.R.: Credo che noi se ne sia coscienti, ma senza avere dei concetti e delle idee chiaramente definiti. Come avete detto voi, è qualcosa di primordiale, la causa primaria delle reazioni. È il motore primario o, ancora, la base primaria da dove in seguito scaturirà questa attivazione.

St.: Questa attivazione, è essa che ci fa entrare in questa forma che noi chiamiamo corpo e mente?

T.R.: Sì. Dato che fin dall'inizio c'è la sensazione di questo e di quello, di io e mio.

Studente: Io non capisco molto bene il ruolo che qui giocano la settima e la ottava coscienza a livello della dualità. Mi sembra che tu stia parlando di una non-dualità relativa che sarebbe differente dall'energia non-duale incondizionata del *dharmakaya*, per esempio. Ciò di cui parli sembra poggiarsi su una certa nozione dell'io, su una percezione avente per base l'io. Com'è possibile che essa sia non-duale? Esiste per caso, una non-dualità relativa che opera, qui?

T.R.: Si potrebbe dire che il punto di riferimento esiste per se stesso. Quanto a questo stato particolare, esso è solo apparentemente non-duale, perché la definizione della dualità si basa sulla percezione di "quello" in funzione di "questo". Tuttavia, il livello di ignoranza, di cui stiamo trattando, non possiede i mezzi di separare, di stabilire questo genere di distinzioni. Non che questa ignoranza sia, a questo punto, unificata con tutte le energie, come nel caso del *dharmakaya* o non-dualità risvegliata. Essa non è ancora a questo stadio: è una non-dualità primitiva. È primordiale o primitiva come potrebbe esserlo un'ameba, per esempio. Essa possiede già un livello assai debole di intelligenza, pur tuttavia è dotata ugualmente di una coscienza. Si è al livello del granello di sabbia.

St.: Allora questo livello di coscienza non potrà mai riconoscere se stesso? Non vi è alcuna coscienza di sé?

T.R.: Esatto. È sprovvisto di autocoscienza, ma è comunque dotato di una certa fiducia in se stesso. È un livello abbastanza confortevole, sapete, e risulta facile agire in funzione di questa qualità familiare. Quando sorge un dubbio, si fa un giro a vuoto, poi si riparte. È molto comodo, in un certo senso.

St.: Vuoi dire che sarebbe possibile manipolarlo? Al minimo dubbio, non resterebbe altro da fare che un passaggio a vuoto...

T.R.: Non c'è affatto manipolazione, è soltanto il meglio che si possa fare. Se si prova incertezza, si ritorna alla sorgente. È ciò che si fa normalmente, non vi pare? Se ci si trova in una città straniera

e si perde il proprio impiego, si ritorna al proprio paese e si abiterà presso papà e mamma, per un certo tempo.

St.: Nei libri, si legge spesso delle esperienze mistiche di persone che hanno compreso che là non vi è niente e nessuno, che non esiste l'io, che non c'è nient'altro che un grande vuoto. Tu pensi che esse abbiano fatto l'esperienza della confusione fondamentale di cui parlavi dianzi?

T.R.: Dipende dal livello che hanno ottenuto. È possibile che alcune persone abbiano ottenuto unicamente il livello che stiamo qui trattando e che non siano riuscite ad oltrepassarlo. È come quello che viene detto a proposito delle pratiche tantriche: se certi fanno le visualizzazioni senza aver avuto l'esperienza di *shunyata*, questo li conduce diritti verso l'ego. Tutto dipende quindi dal livello di chiarezza e di luminosità fondamentali. È possibile che essi abbiano fatto l'esperienza di uno stato di non-funzionalità, di non-dualità, forse anche di vuoto, ma senza luce. Allora questo non li porta molto lontano. È come un *coma profondo*.

St.: Sarebbe così perché hanno perduto la chiarezza?

T.R.: Certo, se non c'è chiarezza, le cose esistono in uno stato di mera stupidità. Sembra che il vuoto, la vacuità di *shunyata*, si produca automaticamente quando c'è una sensazione di chiarezza. Ma si potrebbe dire che questa chiarezza è pur comunque presente e che è il germe dei cinque principi-di-buddha, la ragione per la quale questi cinque principi esistono. Questi principi sono altrettanti annunci della chiarezza, ciascuno in un campo differente. C'è una chiarezza di stile *vajra*, un'altra di stile *ratna*, altre di stile *padma*, *karma* e *buddha*. Tutte le energie sono lo stato originario di chiarezza e luminosità.

St.: Non si possono bruciare quindi le tappe dello sviluppo della chiarezza e saltare subito nella chiara esperienza della *shunyata*?

T.R.: Ciò sarebbe possibile, ma non credo sia molto salutare. Potreste essere abbagliati dal suo splendore, che avrebbe l'effetto di rendervi ciechi più a lungo. Sarebbe come se qualcuno accendesse all'improvviso il sole a mezzanotte.

St.: C'è un sistema normale ed efficace di scoprire la natura di questa luce?

T.R.: ... Luce?

SI.: ... La chiarezza...

T.R.: Evidentemente deve esservi qualcosa; sennò non ci sarebbe, insomma, nessuna relazione tra i due mondi (quello della confusione e quello del risveglio). Direi che il solo mezzo è quello di affrancarci dai differenti livelli di comodità provati attraverso la stupidità. Sapete, al livello di questa stupidità, si ha una sensazione di comfort e di compiacimento. Mi sembra dunque che la prima tappa sarebbe di diventare un 'senza-casa', in maniera di non poter più far rientro a casa propria.

St.: Sarebbe dunque indispensabile ottenere prima un certo grado di disperazione?

T.R.: Sì, credo di sì. Si è già detto questo.

St.: Questa disperazione verrebbe dalla sensazione che è impossibile uscire dalla propria nevrosi oppure dall'impressione che esiste effettivamente un mezzo per lavorarci?

T.R.: In effetti, vi sono delle possibilità di lavorarci, ma non di disfarsene completamente. Poi, c'è un'altra disperazione che proviene da un sentimento passeggero di sconforto: d'ora in avanti non si potrà più rientrare nel proprio ambiente, nel proprio focolare caldo ma stupido.

St.: Essendo questa confusione non-duale così diffusa, perché ci sono solo cinque famiglie-di-buddha? Non potrebbe essercene una sesta? Perché queste cinque famiglie-di-buddha sono scaturite dal terreno della confusione? C'è un senso particolare in tutto ciò?

T.R.: Non c'è alcun senso particolare. È semplicemente il risultato di una evoluzione organica. Ma, quale che sia la ragione, tutto può essere diviso in quattro sezioni ed un centro. Prendiamo i quattro punti cardinali, ad esempio. È possibile inventare un gran numero di altri punti, ma anche se se ne scoprissero altri cento, essi dipenderebbero tutti sulla logica dei quattro punti principali. È semplicemente così che le cose funzionano. C'è la percezione, poi c'è la valutazione della percezione.

I testi tantrici fanno talora allusione a cento famiglie, ed anche a novecentonovantanove famiglie, ma queste famiglie non sono che delle forme ampliate ed esagerate delle cinque primarie. Non è un obbligo che questi principi siano cinque: cinque è semplicemente il numero inferiore minimo. D'altronde, voi ve ne ritrovate cinque al prezzo di quattro!

St.: Non capisco molto bene il perché la coscienza di base costituisca una 'casa-propria' o 'proprio-ambiente'.

T.R.: Perché è il luogo più prossimo al quale sia possibile ritornare. È un po' come ridursi allo stato di sordo-muto, in modo di non dover più portare l'attenzione su un numero troppo grande di cose, si semplifica tutto per farne una sola situazione vivibile. È l'idea di avere un focolare accogliente, un luogo ove potersi ritrarre dal resto del mondo ed escluderlo. Si ritorna a questo luogo; vi si cena e vi si dorme bene. È primitivo, come un nido...

St.: Dunque, restare al di fuori...

T.R.: ... è più esigente.

St.: Questo livello non sarebbe, tuttavia, anteriore al livello personale? Se penso a quel che succede quando pranzo o quando vado a dormire, come sensazione è molto personale. Io sono con me stesso ed è molto personale: sono io che lo faccio. È di questo che parli o di qualcosa che verrebbe prima?

T.R.: Hai ragione, questo viene prima, è anteriore.

Studente: Talvolta ho una immagine in cui mi vedo all'interno di una roccia. Ciò sarebbe un livello anteriore al "questo", uno stato dello stesso tipo?

T.R.: Sì, è esatto. In un certo senso, è vago, innominabile, senza alcuna specie di espressione manifesta.

St.: Il fatto di rendermi conto che mai più potrei ritrovare questo livello di stupidità mi appare doloroso e mi dà un senso di disperazione. È come se io fossi preso da questo itinerario mediocre. Esiste un rapporto con la disperazione di cui parli, una impossibilità di rientrare in se stessi?

T.R.: Sì, in qualche misura. Infatti, le reazioni variano secondo le persone. Alcuni amerebbero ritornarvi, perché è assai più facile: essi l'hanno già fatto e tutto è stato ripetuto in anticipo. Altri, al contrario, sono oppressi dall'idea di dover ricominciare. Ciò dipende dal livello di intelligenza della persona ed in quale misura ogni cosa ha preso già una certa piega, a tale riguardo.

St.: Se ho ben capito, stai dicendo che questo sfondo, questa base, sarebbe in definitiva un approccio samsarico...

T.R.: Sarebbe una sensazione di 'io', la sensazione di dirigersi qui (porta la mano sul petto), una specie di ego primordiale. È il primo dei tre tipi di ignoranza: l'ignoranza dell'essere. Essa è

collegata con lo stato fondamentale, con l'esistenza fondamentale. In un certo senso, si tratta di una versione assai depurata del samsara e, in un altro senso, di una versione molto grezza. Si può classificare questa ignoranza nella categoria del samsara dato che essa si adagia sulla preservazione di sé. Tanto nella versione depurata che in quella grezza, è il preservare la propria esistenza che è preso di mira. Questo preservare la propria esistenza lavora, senza dubbio, in favore dell'ego. Può essere un'azione inconscia, ma nondimeno è dalla parte dell'ego e resta collegata ancora alla nozione di costruire, piuttosto che di lasciare la presa. In ogni caso, essa rimane un trampolino necessario sulla via, una base indispensabile di lavoro.

Il Dharma di Aliberth

*Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
54/92 - <http://www.superzeko.net>*

2) L'ORIGINE DEL SENTIERO

Ora continueremo il nostro esame sull'esperienza dell'ego nei suoi aspetti fondamentali. Tuttavia vorrei prima fare una precisazione: ciò di cui stiamo parlando qui, si basa sull'esperienza personale. Il nostro approccio è istintivo, ben più che intellettuale.

C'è molta energia che accompagna l'ignoranza primitiva. L'aspetto principale di questa ignoranza è un senso di noia e di familiarità che dà origine al desiderio di avere più stimoli, più avventure. Tuttavia, l'avventura finisce per diventare un po' nevrotica, perché ha ommesso di ispezionare la base e di studiare se stessa. È lo stadio nel quale comincia a prodursi la dualità.

Anche se, all'inizio, la dualità non è che un mezzo per rompere la noia, si finisce per scoprire che questo tipo di rischio è estremamente pericoloso. Col tempo, tutto diventa minaccioso. Si impara ad avere diverse prospettive, a mettere accenti diversi su differenti tipi di stile. È a questo stadio che si manifestano le cinque famiglie-buddha nella loro forma confusa: una aggressiva ed intellettuale, un'altra arricchente, un'altra ancora seducente e magnetizzante, un'altra estremamente attiva, e così via. A questo stadio, tali espressività hanno in generale qualche cosa di disperato, in rapporto al terreno di base. Questa disperazione si basa su un certo comportamento (prendendone la forma) secondo il quale si riesce ad operare, senza tener conto dell'ignoranza fondamentale.

In altri termini, ciò che si presenta nella mente confusa è essenzialmente un mezzo per superare la noia e divertirsi, da una parte, ed un mezzo di dimenticare le minacce, dall'altra. La minaccia principale è quella di ritornare alla tela di fondo, poiché allora si prenderebbe coscienza dell'imbarazzante confusione che vi regna e del male che ci si fa nell'intento di nascondere la propria parte "intima".

Esistono diversi livelli di ignoranza. Il primo livello è collegato al fatto di avere un corpo. Il tipo di vita che si conduce è influenzato dal tipo di corpo che si ha ed il comportamento si è plasmato ugualmente in riferimento a quel corpo. Esiste una coscienza naturale del corpo. Che un individuo sia grande o piccolo, grasso o magro, quale che sia la sua costituzione fisica, egli si organizza per operare senza contrasti, tenendo conto di questi elementi corporei. Questo tipo di coscienza naturale di sé, si produce costantemente. Quando si ha freddo, non si pensa mai: "il mio corpo ha freddo", ma "io ho freddo"; e lo stesso avviene per la fame, la sete, ecc. La tendenza naturale è di identificare il proprio corpo con il proprio stato esistenziale, con il proprio essere.

Questa ignoranza fondamentale è dunque sempre presente. Basta che si abbia una zona aleatoria, una piccola breccia o circostanza inattesa - qualsiasi cosa che non concordi col programma creato per gestire il proprio comportamento - per far sorgere un elemento di panico e di incertezza che spinge l'individuo a compiere determinate azioni. Queste azioni sono collegate ai cinque stili. Non si tratta di sapere quali tra questi cinque sia lo stile personale di ciascuno. Parliamo di una improvvisazione generale, che si fa a casaccio, alla ventura, e che continua per tutta la vita, perché ci si sforza diappare la breccia e di continuare a svagarsi.

Qual è il rapporto tra queste esperienze dei cinque principi-buddha e la Via del Buddhadharma? Di fatto, al centro di questa impressione di terreno perduto, di questa continua coscienza di sé, c'è anche una certa nozione di intelligenza. Questa intelligenza non proviene, in realtà, da nessuna parte, essa è priva di origine; forse dovremmo dire, per il momento, che non siamo affatto sicuri da dove essa proviene. In ogni caso, c'è questa intelligenza che ha tendenza a fare commenti su quello che accade. Essa inizia a vedere le funzioni dell'ego di base, dell'ego primordiale che è cosciente di se stesso. Essa vede l'ego così com'è, e vede anche i diversi fantasmi nei quali ci si imbarca per

proteggersi dalla noia e dalle altre cose. C'è dunque un commento costante che prosegue, e che è l'inizio, l'origine del sentiero.

Questa intelligenza è innata, essa non ha né origine né nascita. Essa è generalmente *risvegliata* venendo in contatto con un maestro o attraverso l'esempio di qualcun altro, in ragione della sua saggezza e della sua abilità ad affrontare la vita. Ma non bisogna credere che sia il maestro che fa nascere questa intelligenza, nell'essere del discepolo. Il trapianto diretto è impossibile, dato che l'intelligenza fa già parte di ciascuno, e quindi anche di lui. Non c'è, però, alcun dubbio che questa intelligenza possa venir risvegliata, quando è addormentata.

Questa intelligenza viene risvegliata essenzialmente con un processo di sabotaggio; si tratta di fomentare una insurrezione, di introdurre il caos nelle politiche e nei programmi ben fissati che furono messi in azione entro lo spazio dell'ego. Per gran parte del tempo, l'intelligenza si serve delle emozioni e si adatta alle tendenze dell'ego, ciò che la rende poco trasparente (in quel che concerne le sue decisioni). Essa non sempre veste il ruolo di sabotatrice; qualche volta è semplicemente un impiegato salariato che si lamenta sovente col datore di lavoro, ma che gli offre comunque il proprio appoggio. L'intelligenza lavora quindi su due campi: da una parte, essa collabora con l'ego, che la sfrutta, e dall'altra parte, manda avanti una infiltrazione, come un movimento clandestino. È in seno a questo processo che nasce il sentiero.

Questo processo acuisce ancor di più la nevrosi dei cinque principi, poiché la situazione evolve progressivamente al punto di essere assai minacciosa. Le cose diventano molto più personali e si avvicinano di più *al cuore*.

Studente: I comportamenti che sorgono sono determinati dal *karma*? Ci sarebbe in ogni persona un abbozzo preesistente che essa completerebbe in maniera automatica? Oppure vi è un processo spontaneo di intelligenza, in gioco?

T.R.: Il processo è naturale ed estremamente organico, senza linee direttrici particolari. La coscienza va semplicemente verso l'oggetto più vicino ed agisce. Vi sono evidentemente diversi stili comportamentali collegati alle tendenze abituali di ciascun elemento, alle loro attività naturali: l'acqua scorre, il fuoco brucia. Tuttavia, a quel livello, non c'è alcuna intelligenza in azione, se non l'intelligenza parziale che si ingegna a non vedere il retroterra primordiale. Questa sembra essere la sola funzione logica o intelligente che ha luogo. Il resto è sufficientemente animale.

St.: Se i comportamenti nevrotici si basano sul nostro tipo psichico, su cosa si basano i cinque stili risvegliati?

T.R.: Si tratta solo di una analogia. Probabilmente tu hai ragione (nel dire che il tipo di comportamento si basa sul tipo psichico), ma io non credo che questo abbia un rapporto qualunque con la nevrosi o la realtà particolare di ciascuno. È semplicemente un modo di funzionare; quando si ha un corpo, bisogna funzionare in una certa maniera, ma non vi sono delle linee direttrici particolari.

St.: C'è una ragione qualunque per la quale una persona cadrebbe sotto un dato stile piuttosto che sotto un altro? Magari un qualcosa facente parte del temperamento?

T.R.: Credo che tutto dipenda dalle differenti forme di irritazione che sorgono, quando si entra in relazione con la struttura di fondo dell'ego, delle irritazioni collegate al modo con cui ci si organizza per mascherare la realtà o per disinteressarsene. Vi sono numerosi aspetti di questo problema che è possibile affrontare in diversi modi.

St.: E questo continuerebbe da una vita all'altra?

T.R.: No, non necessariamente. Piuttosto questo succede maggiormente nell'attuale vita quotidiana.

St.: Credo che si stia girando intorno agli otto livelli di coscienza (23). Hai già parlato dell'*alaya*, poi ad un certo punto hai cominciato a spiegare la nozione fondamentale di dualità che appare nel '*nyon yi*', (settima coscienza). Come si applica questo agli altri stati di coscienza? Il fatto di estendersi nelle altre sei coscienze contribuisce ad accrescere maggiormente la confusione?

T.R.: Teoricamente, quello di cui parliamo qui, si produce al livello della sesta coscienza, la mente o facoltà mentale, che stabilisce un rapporto con le percezioni sensoriali. Ma io credo che questo potrebbe applicarsi anche ad una gran quantità di campi oltre alla coscienza, ed in particolare alla sensazione ed alla percezione o impulso, che sono altri *skandha* (24). È uno stato estremamente precoce e, a dir il vero, niente è veramente stabilito. Si cerca, ancora brancolando, di mettere a punto un sistema, e si è lungi dall'aver formulato delle regole o delle tracce; per il momento c'è solo un brancolare. È il livello della sensazione, il secondo *skandha*, o aggregato.

St.: Parlando della motivazione che sottende a questi stili differenti, hai affermato che uno dei suoi aspetti era il desiderio di evitare la noia. Più tardi hai parlato dei nostri sforzi per evitare il rischio di fonderci con la nostra tela di fondo. Io mi sono perso. Tu hai menzionato questi due aspetti ed io non vedo come essi possano interagire tra di loro...

T.R.: In effetti, sembrerebbe che le motivazioni siano numerose. Quelle non sono che due motivazioni scelte a caso. Esistono centinaia di altre possibilità collegate ad un gran numero di aree di irritazione e di incertezza; d'altronde, vi sono anche centinaia di aree di irritazione ed incertezza, sono assai numerose. Vi è anche il fatto, poi, di girovagare dentro una specie di stupidità animale e di lasciare semplicemente le situazioni dipendere dal caso; e questo costituisce un altro approccio. Tradizionalmente, la motivazione si divide in tre aspetti che rientrano nell'ambito della passione, dell'odio e della ignoranza. Tuttavia, all'interno di questo quadro, sono possibili una gran quantità di descrizioni; in effetti, esisterebbero apparentemente ben ottantaquattromila variazioni.

St.: Mi sembra che tu abbia parlato di un blocco in relazione all'ignoranza ed alla confusione. Questo blocco può impedirvi di esplorare la questione del sapere se noi esistiamo o no, la questione dell'esistenza e della non-esistenza?

T.R.: L'idea di esistenza e non-esistenza non si è mai presentata, per una ragione o per l'altra, ma essa potrebbe però sorgere. Quando questa idea si manifesta, essa provoca la possibilità della non-esistenza: l'intelligenza comincia ad osservarsi, ad individuare un certo numero di attitudini dubbie ed a smascherarle. Ma, prima di aver sentito parlare della non-esistenza, è praticamente impossibile. È per questo che può essere così sconvolgente ascoltare gli insegnamenti. Prima di aver sentito gli insegnamenti, le cose funzionano in una maniera apparentemente armoniosa. Esiste una specie di tacita intesa secondo la quale non si parla mai di questi argomenti e, in questo caso particolare, non vi si pensa nemmeno.

St.: Quando Naropa si lancia dai tetti delle case o si getta in un fuoco di legno di sandalo, questo simboleggia il suo desiderio di esplorare tutta la questione dell'esistenza e della non-esistenza nonché la capacità che egli aveva acquisito, di venire a capo dei blocchi?

T.R.: Credo che la vita di Naropa ci offra una enormità di paralleli: prima egli sposa la figlia del re, poi il regno scompare e succedono un mucchio di altre cose di questo tipo. Esse sono tutte collegate da vicino agli argomenti che stiamo trattando. Esiste una certa realtà, ma questa è anche molto dolorosa. Dopo aver fatto l'esperienza della realtà dolorosa, una volta che si ha l'impressione di aver ben saputo stabilire un rapporto con essa, si intuisce, in fin dei conti, che tutto ciò non esiste. Il che è ugualmente molto doloroso perché si credeva almeno di aver ottenuto qualcosa. Si credeva

di aver rotto il ghiaccio, poi si intuisce in un colpo solo che non esiste alcun ghiaccio da rompere. È questo tipo di situazioni che costituisce la vera natura del sentiero.

St.: L'esistenza di quegli ottantaquattromila comportamenti significa che è impossibile fare l'esperienza della condizione umana in un modo che non sia condizionato da uno tra essi? Esiste un altro tipo di condizione umana all'infuori di questi stili?

T.R.: Questi stili di vita non si limitano ad ottantaquattromila, ma ne esistono centinaia di migliaia. In altri termini, è impossibile avere un manuale completo di ciò che potrebbe essere la condizione umana. Non si è in grado di seguire tutti i dettagli, si può soltanto dare uno sguardo veloce alla situazione. Si può vedere da dove derivano questi stili o dove si dirigono, il che d'altronde fa lo stesso. È come l'analogia dei fiumi che si gettano tutti nel mare: è un fenomeno che è possibile pre-sentire, anche senza conoscere il nome di tutti i fiumi del mondo. Vi è un certo numero di conclusioni generali che si possono trarre. In questo caso, l'idea essenziale è che si cerchi di esistere, che si cerchi di vivere la propria vita senza farsi del male, senza subire il minimo dolore, anche il più leggero. Si cerca semplicemente di ottenere la libertà totale ed il piacere totale. E, in un certo senso, gli insegnamenti rappresentano il contrario di ciò. Ci dicono che non è veramente la via da seguire. Non solo noi siamo incapaci di sopravvivere, ma non giungiamo neanche ad esistere, ancor meno a sopravvivere. La sopravvivenza è il contrario (del buon approccio). Noi abbiamo frainteso, capite, e ci tocca quindi tornare alla casella di partenza.

St.: Secondo me, la persona che ha fatto quest'ultima domanda voleva sapere se era possibile evitare questi stili o comportamenti, e avere una esperienza aperta da essere umano senza venire condizionati da essi.

T.R.: Non è possibile. Questi stili sono identici ai loro contenuti. Io non posso concepirlo.

St.: Come possono, la molteplicità e la diversità di questi stili, sorgere da questa unica energia fondamentale?

T.R.: Non è necessario che questa energia unica o approccio fondamentale si limiti a produrre solamente un'altra energia; infatti, essa potrebbe produrne in gran quantità. Per esempio, in un solo e stesso temporale, vi sono centinaia di gocce di pioggia. È possibile, è concepibile, e questo succede realmente. È come la storia dei ciechi che descrivono l'elefante: ciascuno ha una versione differente, ma il fatto stesso che essi siano pronti a riconoscere la loro cecità, permette loro di trarne una gran quantità di altre conclusioni.

St.: Mi sembra che ci sarebbe ben bisogno di una dualità, di un secondo elemento per sconfinare su questa unità...

T.R.: Questo probabilmente succede al momento di lasciare l'unità. Nel momento che se ne sta uscendo, ci si divide in riflessi molteplici.

St.: Ma che cos'è che ci fa dividere?

T.R.: Ciò che fa sì che ci si divida è che ci sono molti più posti per giocare. Giacché non si è più limitati dall'unità, si scoprono differenti modi di rompere con essa - o, ancor meglio, di crogiolarsi nella libertà -. Ciascuno scopre un modo differente di crogiolarsi nella libertà. Poniamo che voi abbiate sei fratelli e sette sorelle. Avete un bel venire tutti dalla stessa casa paterna; quando vi staccherete dagli obblighi familiari, voi stabilirete ciascuno il vostro proprio stile di vita, semplicemente perché non sarete più limitati dall'autorità dei vostri genitori. La rottura si ha perché voi volete avere una prova della vostra esistenza. È da lì che nascono i differenti stili.

St.: Ma se lo sfondo primordiale è lo stesso per tutti, come può essere che gli stili siano differenti?

T.R.: È precisamente perché lo sfondo primordiale è lo stesso per tutti che possono esservi delle differenze. Altrimenti, se lo sfondo fosse differente, le espressioni sarebbero identiche. Varrebbe la pena di riflettervi, in effetti. Lo sfondo primordiale è uno: non che sia una stessa entità, ma è onnipresente, si estende dappertutto. Poi, partire da là, succede qualcosa che ci permette di uscire e, man mano che usciamo, scopriamo delle possibilità di collocarci in questo spazio così grande. Esse derivano proprio dal fatto che lo spazio è grande e che ingloba tutto.

St.: Si tratta dunque di una interazione tra noi e lo spazio.

T.R.: È come avere un grande parquet: finalmente potrete mettervi a danzare, ad allargarvi. Arriverete a muovervi grazie all'unità che esiste tra voi e lo spazio. L'unità vi permette di spostarvi ancora di più. Essa vi dona un certo tipo di libertà. In questo caso, la libertà in questione è un po' deformata, ma il processo non diminuisce la ricerca di una libertà, o la dimostrazione della vostra libertà.

St.: Esiste un rapporto prestabilito tra lo stile ignorante e quello intelligente rappresentati nel mandata, e la forma che questi possono prendere sul piano umano? Cioè, è già tutto predeterminato prima di prendere una forma umana o, al contrario, si tratta di qualcosa di acquisito che si ha a contatto con gli altri, che prende forma allorquando si viene a crescere in famiglia, prima di andarsene da casa, con i propri sei fratelli e sette sorelle?

T.R.: È molto difficile rispondere a questa domanda. Penso che si tratti piuttosto di un caso fortuito, una combinazione, diciamo. Tuttavia esiste un fattore determinante che tende a creare questa combinazione. Direi quindi che si tratta di tutte e due le possibilità, che i due elementi siano presenti nello stesso tempo. Non è molto ben definito. Si è predisposti, all'entrata in gioco, ad avere molte casualità. Poi, man mano che fiorisce l'intelligenza e che matura la preparazione a ricevere gli insegnamenti, questa predisposizione alle casualità aumenta. Le casualità sono provocate, in qualche modo, da una sorta di intelligenza che appare quando la strategia di base si indebolisce. Lo smantellamento graduale della strategia di base riduce il numero dei meccanismi di difesa, e questo spiega il perché della tendenza ad avere più casi fortuiti.

St.: Hai detto che prima c'è una unità fondamentale che impregna tutto, poi, improvvisamente, si produce una situazione dualistica qualsiasi che, se ho ben capito, corrisponde al primo *skandha*. Eppure, una cosa non mi è chiara: tu hai detto che ci si può spostare perché si è divenuti uno con lo spazio. In una tale situazione, si è uno e non si è uno contemporaneamente, questo mi sembra assai paradossale...

T.R.: Credo che il caso sia effettivamente così... Sarebbe sicuramente possibile intellettualizzare il tutto e trasporlo nella logica *madhyamaka*. Tuttavia, nella misura del possibile cerchiamo di evitare ciò. A questo stadio, è l'approccio esperienziale che si rivela il più efficace. Quindi, (dal punto di vista dell'esperienza) per compiere questa stessa esperienza, bisogna avere la possibilità di danzare con essa. Bisogna avere la possibilità di giocare, di esplorare. In seguito, sarebbe possibile dire che ogni tipo di esplorazione costituisce una differente manifestazione, ma ciò fa ugualmente parte di un solo e grande gioco. È tale e quale. Esiste una analogia tradizionale secondo cui una *mala* (un rosario tibetano) tiene conto di un solo grano e non di cento, perché cento pezzetti non fanno affatto una *mala*.

St.: Vi sarebbe qualcosa nell'ignoranza totale, nella maniera in cui l'ignoranza copre completamente lo sfondo primordiale, che sarebbe identico al modo in cui questo sfondo è coperto da ciascuna di queste energie primordiali? Dal punto di vista dell'esperienza, intendo...

T.R.: Sì, altrimenti sarebbe impossibile che possa funzionare. Voglio dire che c'è una forza motrice che ci spinge e ci comanda...

St.: Quindi, l'intelligenza mantiene un certo rapporto con la totalità dell'ignoranza?

T.R.: Sì, poiché l'intelligenza – cioè il messaggio degli insegnamenti – diventa più minacciosa. Non c'è più possibilità di fuggire: tutto lo spazio è interamente coperto.

St.: L'energia di base può cambiare nel corso della nostra vita, man mano che progrediamo dall'infanzia all'età adulta?

T.R.: Senza dubbio si può cambiare parere in rapporto a certe situazioni, ma l'energia di base rimane la stessa. Non accade di fare il passaggio dall'infanzia all'età adulta tutto di un colpo. Si tratta semplicemente di diventare professionali. È come imparare ad aprire una bottiglia col cavatappi. La prima volta forse spargerete vino dappertutto, la seconda e la terza volta andrà meglio, avrete già fatto la mano. In sé, questo sviluppo non ha niente a che vedere con l'energia fondamentale: non è altro che il perfezionamento della coordinazione corpo-mente.

St.: Hai parlato di tentativi di tappare la breccia. Questa breccia è la stessa per tutti?

T.R.: Poco importa sapere se la breccia è la stessa per tutti, ma piuttosto conoscere le caratteristiche dei limiti, sapere se essa è spessa o sottile. La breccia è sempre la stessa. Si potrebbe dire che la breccia dipende dai suoi margini.

St.: Non capisco. Ma la breccia è la noia o qualche altra cosa?

T.R.: Non importa cosa sia. Essa è tutto ciò che non può essere carpito dalla nostra energia. In qualche modo è un po' estranea, anche se fa parte di noi. Potrebbe essere la noia, l'incertezza, l'ignoranza, non importa che tipo di breccia sia.., non importa il tipo di assenza-di-ego, in questo caso, ma senza dubbio ci ritorneremo sopra più tardi.

St.: È possibile che una sensazione di panico possa trattarsi di una forma di intelligenza? Stai parlando di una manifestazione di intelligenza?

T.R.: Dipende tutto da ciò che succede dopo il panico. Di per sé, il panico racchiude una certa intelligenza. E se, dopo esser stati presi dal panico, non si tenta di distrarsi ancor più, se ci si permette di restare ogni tanto un po' in sospeso, allora questo panico si avvicina molto più alla realtà: esso è più *dharmico*, se posso usare tale espressione.

St.: Esso è cosciente di ciò che succede in un modo più preciso?

T.R.: Sì. Mentre nell'altro tipo di panico si continua più stupidamente ad affondare nelle acque profonde.

St.: Come fare per restare in sospensione? Quale processo ci guida in questa direzione piuttosto che verso lo sprofondamento?

T.R.: Beh, nel corso di questo ritiro noi cerchiamo di lavorare sull'esperienza personale anziché mettere a punto delle linee direttrici per risolvere dei problemi. Quindi si tratta meno di sapere cosa fare che di lasciarsi prendere dal panico. Come regola generale, quando sorge il panico, si cerca di allontanarlo occupandosi di altre cose. Può essere paragonato alla ordinaria situazione di una coppia, in cui la donna sta per essere presa completamente dal panico, mentre suo marito farà il tentativo di rasserenarla, di rassicurarla. C'è in noi una voce ragionevole che ci dice: "È la tua immaginazione, vedi, sta andando tutto bene, non prendertela. Riposati, bevi un bicchiere di latte". Ma se, invece di usare questo sistema, si entra nel panico al punto di *diventare* il panico, allora questo comporterà un enorme contenuto di spazio doloroso. Infatti, il panico è pieno di spazio sempre scintillante, pieno di bolle d'aria, per così dire. Esso è molto vasto ed un po' sgradevole in superficie ma, in fin dei conti, potrebbe ben essere reale. Si percepisce, allora, che si è sospesi nel

mezzo del panico, il che equivale ad essere sospesi nello spazio. Si direbbe come una bolla di Coca-Cola...

St.: Quando ci si trova in una situazione irritante o non confortevole, lo stile resta lo stesso durante tutta la durata della situazione oppure cambia momento per momento? Non è che cambia ogni volta che un nuovo problema si presenta?

T.R.: Questo dipende dalla zona nella quale voi funzionate. Talora lo stile cambia molto rapidamente, mentre altre volte resta uguale in modo molto solido. Tutto dipende dal vostro punto di riferimento.

St.: Dal tipo di problemi che si presentano?

T.R.: Sì, dal tipo di problemi che si presentano, ma anche dagli echi che ricevete dal vostro riferimento col mondo esterno e dagli effetti che questi echi hanno sulla situazione globale. In generale, si agisce di conseguenza e si adegua il proprio stile.

St.: È tutto condizionato dalle situazioni, allora? Se così fosse, non vi sarebbe la personalità e, dopo la rottura fondamentale, si produrrebbero semplicemente cinque tipi di risposta in funzione delle situazioni?

T.R.: Non è tutto dipendente dalle situazioni. Esiste allo stesso tempo un elemento che chiude gli occhi all'ignoranza fondamentale. Se l'essere umano reagisse puramente in funzione delle situazioni, se non ci fosse la personalità, quando imparerebbe? Incapace di imparare, egli non farebbe che reagire senza posa alle situazioni, sballottato qua e là come una pallina da ping-pong. Non si potrebbe sviluppare l'ego, non si potrebbe diventare nessuna cosa. Si rimbalzerebbe senza fine, fino alla propria morte, e anche dopo...(in effetti, su ciò, non se ne sa niente).

St.: Io non volevo dire che non si abbia intelligenza, soltanto non un certo stile particolare.

T.R.: Lo stile "è" l'intelligenza. Noi, poco a poco, raccogliamo delle informazioni sul momento in cui le cose prendono una brutta piega e sul metodo per correggere l'errore. Noi teniamo un registro e accumuliamo esperienza fino a diventare dei professionisti. Allora, giunti a questo stadio, altre persone potranno venire a consultarci, poiché saremo in grado di dar loro consigli da esperto sul modo di comportarsi. Anche se questo stadio non è che un'espressione professionale dell'ignoranza, vi ha luogo lo stesso una certa realizzazione.

St.: Se lo stile stesso è intelligenza e se questa intelligenza proviene dall'energia primordiale che è una, io non vedo sempre, né quando, né dove potrebbe prodursi la diversità...

T.R.: Credo che sussista un malinteso riguardo all'intelligenza primordiale. Quando impieghiamo questa espressione per parlare della intelligenza primordiale al livello dell'ego, non si tratta di una intelligenza unica, ma di tutte le diverse forme di intelligenza. Noi non affrontiamo l'uno ed il molteplice in maniera separata, noi parliamo allo stesso tempo dell'uno e del tutto. "Tutto" e "uno" nello stesso tempo.

St.: Questo mi fa pensare ad un'altra domanda da porre. Quando si produce la rottura fondamentale (la breccia) in rapporto all'*alaya*, che ha luogo nel primo *skandha*, ciascuno ha la sua propria forma particolare di rottura oppure c'è una sola rottura che avrebbe creato tutto ciò?

T.R.: È tutto spazio, spazio immenso che si estende dappertutto. Voi non esistete unicamente sotto forma di un piccolo ego fondamentale e disorientato. Il vostro ego è grande, è gigantesco. Voi avete un 'ego' che si estende dappertutto. Tuttavia, sicuramente, chiunque altro potrebbe avere, anch'egli, il suo 'ego' che si estende dappertutto e che sarebbe comunque lo stesso differente dal vostro. In

effetti, io non dico che siamo tutti figli di uno stesso ego. Ciascuno ha il proprio ego, ciascuno ha il proprio sfondo primordiale, ma sono tutti quanti ugualmente 'immensi'...

St.: Quindi esiste un numero infinito di *alaya*?

T.R.: Sì, certo. Questa questione d'altronde ha dato luogo ad un importante dibattito nella filosofia tantrica, alcuni sostenendo che non esiste che un solo *alaya*, mentre altri che l'*alaya* è molteplice. La controversia è proseguita fino al giorno in cui si è finalmente constatato che vi è un gran numero di questi *alaya*.

St.: Rinpoche, nella misura in cui l'esperienza del momento è tutto ciò che esiste, non sarebbe logico dire che ciò che chiamiamo personalità o stile non è nient'altro che una collezione di memorie, degli echi di vecchi momenti passati che sono tuttora presenti? In questo caso, non si tratterebbe di qualcosa di non organico ma morto, qualcosa che è semplicemente nel passato, come delle tracce?

T.R.: È possibile che un certo aspetto della memoria contribuisca ad irrigidire la nostra nevrosi man mano che avanziamo negli anni. La memoria diventa più audace, esperta nella riparazione, per così dire. Ma, allo stesso tempo, noi dipendiamo anche da certi messaggi che derivano da ciò che esiste realmente nella nostra vita. Abituamente, questi messaggi ci nutrono; in seguito li disponiamo nei cassetti della nostra memoria. Tuttavia, questa non è esattamente una memoria in quanto tale. Non è che una impressione storica preservata nella nostra mente, la somma delle esperienze buone e cattive e non della memoria in quanto ricordo di dettagli concreti. Subiamo delle cose tali che sono impressioni certe che hanno tendenza a coincidere con elementi della nostra situazione esistenziale, poi alimentiamo la nostra memoria con questi concetti. Quindi tutto è costruito a partire da un mondo di sogno, da un mondo in qualche modo fittizio.

St.: Hai detto molte cose sulla rottura fondamentale, in rapporto all'*alaya*, che mi fanno pensare alla *mente-unica*. Ora, io avevo l'impressione che ciò non facesse parte della tradizione Tibetana. L'*alaya* è la stessa cosa della *mente-unica*? A me sembra che l'*alaya* possa essere lo stato di ignoranza mentre la *mente-unica* sarebbe lo stato del Risveglio. Vi sono insomma due sfere fondamentali tra le quali noi oscilliamo continuamente? Ed allora questo è come la tradizione induista del Vedanta-Advaita, in cui lo scopo è divenire uno con la *mente-unica*?

T.R.: Beh, tanto per teorizzare, potete concepire una grande *mente-unica* nella quale tutto sarebbe incluso. Tuttavia, sul piano della esperienza, che per noi è più reale, la totalità che noi sperimentiamo è proprio la nostra. I vostri simili possono, purtroppo per loro, continuare a dimenarsi sul campo di battaglia samsarico, mentre voi fate l'esperienza della *mente-unica*. Sono due mondi completamente diversi. Noi parliamo dell'esperienza al livello di quel che succede ora, di quel che ci succede in questo momento. Anche se facciamo l'esperienza della *vera mente-unica* è inutile chiedersi se questa *vera mente-unica* è la nostra o se stiamo scorgendo la mente di qualcun altro in cui siamo entrati... Non servirebbe a nulla, a questo stadio, tagliare il capello in quattro, dato che sicuramente avremmo già realizzato questa *mente-unica* e non proveremmo più il minimo desiderio di continuare a definire e delimitare il nostro territorio per sapere se la mente in questione appartiene a noi oppure se è la mente di qualcun altro che è contenuta in essa, ed essa in noi.

St.: Ma quando la gente parla della separazione e della divisione dall'unità, si tratta dell'*alaya*?

T.R.: Sì, dell'*alaya*.

St.: E perché non del *dharmakaya*?

T.R.: Non siamo ancora là. Siamo arrivati appena a metà del cammino, siamo ancora nel territorio del samsara, che è un campo personalissimo per noi. Se ci mettiamo a discutere del *dharmakaya*,

ciò sarebbe una finzione. Stiamo parlando dal livello in cui siamo, del livello in cui siamo in grado realmente di sperimentare o di comprendere.

3) L'ISTINTO E LA PROSPETTIVA DEL MANDALA

Proseguiamo ora il nostro esame degli schemi emozionali che si presentano nella vita quotidiana, specialmente in quel che concerne la natura della loro manifestazione. La differenza tra il modo di esistenza di questi schemi ed il loro modo di manifestazione dà luogo ad alcuni conflitti. Questa differenza crea costantemente dei problemi. In effetti, non si tratta di un problema fondamentale, ma è il processo che consiste a passare in rassegna ciò che ci accade, che pone nondimeno dei problemi.

Il modo in cui noi esistiamo è assai semplice e ordinario. Vi è un afflusso di energia sotto forma di emozioni, punteggiate di tanto in tanto da lampi di ignoranza e stupidità e, nel caso di qualcuno che segua la via del *dharma*, da lampi di una coscienza di altro ordine, una coscienza a cuore-vuoto, si potrebbe dire. La coscienza in questione opera in un'area in cui l'ego non esiste, un'area in cui è impossibile continuare a fare del cinema per distrarsi, con una vaga sensazione di speranza. Quest'area si caratterizza piuttosto per una sorta di assenza di speranza. Quanto al modo di manifestazione, esso è sottoposto a molte condizioni. Si riceve un tipo di modello o di schema, comprendente dei dati sul modo in cui le cose funzionano e sorgono, e si cerca allo stesso tempo di interpretare questi dati. Tra il momento in cui si riceve l'informazione ed il momento in cui la si interpreta, qualcosa va persa, come regola generale. Si ha sempre tendenza ad esagerare, a passare di lato, e questo crea una breccia enorme. Tuttavia, questo stato di cose è un'altra forma di verità: è vera nella sua stessa falsità che ne costituisce una sorta di realtà. Siamo obbligati ad ammetterlo.

Il risultato finale di questo processo è che le cose diventano straordinariamente complicate e, insieme, dettagliate. E l'aspetto inferiore di ciò è estremamente significativo per noi. Questa sembra essere la tendenza generale. Sebbene questo processo porti a delle enormi complessità, queste si manifestano però secondo certi stili o configurazioni, che sono estremamente numerosi. Impossibile fare previsioni sistematiche sui risultati precisi del processo ed il modo preciso in cui tende a svolgersi; impossibile studiare i modi di comportamento e annotarne tutti i dettagli su una scheda segnaletica. Dobbiamo contentarci di evidenziare le grandi linee del processo. Il solo approccio possibile consiste nel cercare, nella misura del possibile, di percepire la dinamica generale, senza sforzarci di interpretarne tutti i dettagli.

Abbiamo ugualmente la diffidente qualità del giudizio formulato nel processo di interpretazione. La sentinella, o commentatore, ha il suo proprio tono di voce ed il suo modo particolare di esprimere le cose ed il suo approccio è straordinariamente diffidente.

Secondo il punto di vista buddhista tradizionale, sulla questione della realtà o della verità, noi non siamo in grado di percepire né l'una né l'altra. Questo non significa affatto che esse non esistano, ma che la nostra percezione - ammesso che se ne abbia una - si conforma ad una prospettiva e ad un linguaggio particolari, e che essa è colorata secondo il nostro stile individuale ed il nostro proprio modo di vedere le cose. Per esempio, ci succede talvolta di perdere la bussola, di slittare, di sentire che, in fondo, la nostra esistenza egoica non ha alcuna vera sostanza. Ma questa assenza di una solida base, questa "non-esistenza", non è chiaramente visibile. D'altronde, è impossibile dimostrare logicamente che essa esista e funzioni. Dal momento che si è ricorsi ad un linguaggio sistematico per esprimere l'inesistenza dell'ego, dal momento che si tenta di renderla esplicita per dimostrare che essa (l'inesistenza) esista effettivamente, si approda ad una espressione amplificata dell'ego, un nuovo modo di provare che si esiste, malgrado tutto, anche se dissimulati sotto forma di *inesistenza*. Allora il processo diventa assai complicato e sconcertante.

Se vogliamo effettivamente realizzare la prospettiva del mandala, ci occorre quindi una visione panoramica aerea, una prospettiva completa e totale. E, per accedervi, dobbiamo essere pronti ad

abbandonare i dettagli e le direzioni. Potremmo domandarci: “Cosa mi resterà se abbandonerò i dettagli?” Beh, non grandi cose... ma, nello stesso tempo, molto. Evitiamo pertanto di affrontare questo problema in un modo intellettuale. È sufficiente metterci sotto di buzzo buono, tutto qui.

Comprendere il principio del mandala non è una questione di posare le mani su un mandala di buona qualità, come un esperto mercante che stima il valore di una stoffa. Il mandala è il prodotto del non-pensiero; allo stesso tempo, è il prodotto di una immensa sensibilità, o piuttosto di un istinto assai potente. La prospettiva di un istinto denudato di logica ci permette di fare l'esperienza del principio del mandala.

Questo ci riporta alla pratica della meditazione. La meditazione è stata inventata dall'essere umano, vada da sé, altrimenti non esisterebbe. È una versione del risveglio inventata dall'uomo. Ma nello stesso tempo, la pratica della meditazione si accompagna ad una sensazione di grande difficoltà, come se si trattasse di una prova assai penosa. Non è facile meditare. È molto più difficile sedersi e non fare niente, che essere attivo. Curiosamente, dalla pratica della meditazione scaturisce un certo modo di essere. Si perviene ad uno stato che è totalmente privo di speranza e senza la minima chance di sopravvivenza. È con la pratica della meditazione che si accede gradualmente a questa sensazione di non-speranza e non-sopravvivenza. Talvolta, si ha perfino l'impressione di regredire. Poi, ad un certo momento, si comincia a penetrare in una regione inesplorata, in una zona che non è ancora stata scoperta. Questa regione inesplorata si rivela interessante, poiché essa possiede le qualità dell'istinto.

È impossibile domare l'istinto con l'espedito dell'efficienza. L'istinto deve maturare seguendo un processo naturale ed organico. Per realizzare il principio del mandala, è quindi necessario sottomettersi alla parte *artificiale* di una tecnica di meditazione. Se lo si fa, si comincia a provare una certa delusione, che a sua volta provoca l'apertura di un ampio spazio, esagerando l'aspetto organico ed istintuale. Ecco dunque la base di lavoro che ci permetterà di studiare il mandala ed i cinque principi-di-Buddha. È molto importante comprendere che lo studio è strettamente legato alla pratica e che questa esige molta disciplina.

Studente: Il principio del mandala è esso stesso il processo? Oppure, al contrario, il processo artificiale della meditazione, con la sua delusione e la sua scoperta dell'istinto, ci porta al punto in cui comprendiamo il principio del mandala?

T.R.: Il fatto di comprendere il principio è forse un processo, ma il prodotto della comprensione esiste da se stesso. È come scavare la terra per dissotterrare un tesoro: il tesoro è già lì. L'azione di scavare è organica, esige lavoro e sforzo. E, una volta che si è riesumato il tesoro, esso è là. Da questo punto di vista, il processo non è che provvisorio.

St.: Io non comprendo cos'è un mandala. Sono consapevole che è altra cosa dalle illustrazioni che si vedono sui libri. Si tratta di immagini che simbolizzano il processo da voi descritto?

T.R.: Vi è, da una parte, il simbolismo del mandala e, dall'altra, il principio di base del mandala. Come principio di base, il mandala è tutto il contenuto del quotidiano, ivi compresi gli esseri animati e gli oggetti inanimati, la forma e ciò che non ha forma, l'emozione e la non-emozione. Dovunque esista una relazione, un legame con un punto di riferimento qualunque, è possibile trovare il principio del mandala. Non parlo di punti di riferimento a livello concettuale, ma al livello delle cose così come sono. Per esempio, la luce e l'ombra non sono particolarmente influenzate dai concetti, bensì esse sono naturali ed organiche. Dovunque esista questo tipo di punti di riferimento, noi vi scopriamo il principio del mandala.

La parola *mandala* significa letteralmente “gruppo”, “società”, “organizzazione”, tutto ciò che è in relazione reciproca. Questo richiama l'idea dell'accumulo di un gran numero di dettagli individuali

formanti un tutto fintanto che sono riuniti insieme. Le scritte usano l'analogia della coda di uno yak. Questa è costituita da una grande quantità di peli individuali, ma ciò che salta alla vista è l'abbondante ciuffo di peli. Non si può concepire ciascun pelo isolatamente.

St.: Hai parlato di abbandonare i dettagli e le direzioni al fine di accedere ad un punto di vista aereo, spaziale. Non bisognerebbe fare un po' di attenzione? Mi sembra che si corra il rischio di impantanarsi nell'ignoranza e diventare una specie di *zombie*.

T.R.: Si tratterebbe piuttosto di riconoscere che, se siete già presi nell'ignoranza, non avete niente da abbandonare dato che, in ogni caso, non avete alcuna coscienza dei dettagli. E, se avete realmente qualcosa da abbandonare, cioè se avete una certa coscienza dell'esistenza dei dettagli, allora potete aggirarla o trascenderla, così da rendere i dettagli ancora più reali. Più voi li abbandonate, più essi sono presenti. E poi, non bisogna credere che si possa abbandonarli così, semplicemente; non è possibile. Una pratica costante si rivela indispensabile.

St.: Nel lavoro sulle emozioni, ciò equivale a dire che non dobbiamo manipolarle, ma al contrario lasciarle impadronirsi di noi? E lasciare che anche il panico si impadronisca di noi, quando esso sorge? Dovremmo evitare di essere preoccupati da questo e da quello in rapporto alle emozioni, senza sforzarci di fare qualcosa o di dar loro una direzione? È questo il punto di vista aereo in rapporto alle emozioni?

T.R.: Sì, in una certa misura, immagino. Tuttavia, in questo caso, lasciare che le emozioni si impadroniscano di voi non significa per forza essere soggiogati da esse. Ciò equivarrebbe a lasciare che le emozioni vi invadano e non che si impadroniscano di voi; esse si dirigerebbero allora verso l'interno e non verso l'esterno. Per contro, reprimerle equivarrebbe a respingerle. Quindi, in definitiva, bisogna lasciarle essere completamente. In questo modo, le emozioni potranno funzionare liberamente, libere da ogni forma di peso: fisico, psicologico o altro. Questa maniera di funzionamento è stato tradizionalmente paragonato ad una nuvola che appare nel cielo e che poi si dissolve. Questa maniera di lasciar essere non equivale esattamente a non fare niente; è anche un mezzo per fare l'esperienza delle emozioni. Se noi non le lasciamo essere così come sono, non possiamo farne l'esperienza.

St.: Quel che si abbandona, allora, è la tendenza a voler farne "qualcosa"?

T.R.: Sì, esatto. Dal momento che si intende farne qualcosa, non c'è più libertà. Non c'è che imprigionamento: si è intrappolati dalle emozioni.

St.: Qual è il legame tra la libertà che stai descrivendo ora e quella di cui hai parlato precedentemente? Hai detto che il rapporto intrattenuto dai cinque principi-di-Buddha con l'ignoranza fondamentale è una forma di libertà, la libertà di potersi spostare in quanto si è totalmente 'uno' con l'ignoranza. Qual è quindi il rapporto tra questa libertà e l'altra che stai descrivendo ora e che consiste nel lasciar essere?

T.R.: Credo che sia la stessa cosa. Questo pone qualche problema?

St.: Sono alquanto disorientata. Cerco di metter ordine nelle mie idee...

T.R.: Fa' attenzione a non metterne troppo!...

St.: Potresti spiegare un po' meglio cosa intendi per "istinto"? Esso è simile a quello che si presume abbiano gli animali e che permette loro di fare automatica-mente la cosa giusta al momento giusto? O si tratta di qualche altra cosa?

T.R.: L'istinto, in questo caso, è ben più che un effetto fisico o biologico atto a tradursi in uno stato di coscienza o di mente. Con la parola *istinto*, qui si allude ad una esperienza nella quale

l'individuo si sente assolutamente all'altezza e può superare totalmente la logica convenzionale ed ogni forma di convalida. Egli ha l'impressione di ascoltare un racconto di prima mano, di fare l'esperienza diretta delle cose, di farne realmente l'esperienza; ed egli la fa, è semplicemente così. È assai diretto. L'analogia tradizionale più vicina, di cui un gran numero di maestri, come i *siddha* Saraha e Tilopa, si sono serviti, è quella di un muto che fa l'esperienza di un cibo dal gusto dolce, un sapore intensamente zuccherino. È delizioso da gustare. Il muto fa realmente l'esperienza di questo gusto dolce, ne fa meravigliosamente esperienza, ma non può descriverla, poiché è muto. L'idea del mutismo si riferisce qui all'assenza di intellettualizzazione, all'assenza di descrizione dei dettagli e sfaccettature di questo sapore dolce. L'esperienza è totale. È molto differente dall'istinto animale, che è provocato da condizioni precise, da una certa situazione fisica o da un rapporto con una situazione fisica. In questo caso, è una constatazione di prima mano delle cose così come sono.

St.: Hai parlato della breccia che separa il momento in cui si riceve l'informazione dal momento in cui la si interpreta. Hai detto che l'interpretazione era falsa, ma che c'era una verità in questa falsità. Potresti parlarne un po' più a lungo? Questa divergenza è inevitabile, no? Essa appare ogni volta, se ho ben capito...

T.R.: Sì. Non è questione di volerla evitare. Le cose si svolgono realmente così; questa divergenza è proprio lì. Bisogna arrivare ad una visione di insieme. Allora, probabilmente, sorgerà un'altra tendenza, quella di non separare il modo di essere delle cose ed il loro modo di manifestarsi. Le due cose si fonderanno in una sola. Questo non significa essere liberi dal secondo aspetto, che è l'interpretazione. Quest'ultima si produrrà in ogni modo; tuttavia, proverete d'ora in avanti una sorta di fiducia, la fiducia di sapere che, anche se la divergenza esiste, essa non ha alcuna importanza.

St.: C'è l'idea di tralasciare i dettagli, o piuttosto di averne una visione d'insieme? Hai detto che, per vedere il mandala, bisogna abbandonare i dettagli e adottare una prospettiva aerea.

T.R.: Sì, infatti. Quando si comincia a vedere il modo in cui il mandala si manifesta, ci si accorge che è pieno di dettagli.

St.: Hai parlato di una coscienza dal cuore vuoto. Potresti dirci qualcosa di più su questo?

T.R.: Questa espressione non vuole essere affatto metafisica, essa ci rimanda all'esperienza. Essa combina insieme la sensazione di farsi tagliare l'erba sotto i piedi con quella di non potersi attaccare a nessuna cosa. Non è perfettamente la sensazione di restare a galla, ma quella di non poter indugiare su nulla, una sensazione di calma, senza impulsi né vacillamenti. È come se voi esplodiate di colpo, dissolvendovi poi lentamente nell'atmosfera; è come una specie di... evaporazione.

St.: Possiamo conoscere tutti, questa esperienza?

T.R.: Io lo spero. Credo, in effetti, che essa sia assai frequente. Può darsi che non la si noti, o che non le si dia importanza, ma in ogni caso, abbiamo la tendenza a fare così con tutto.

St.: La breccia che separa l'acquisizione dell'informazione dalla sua analisi o interpretazione è la breccia nella quale manifestiamo il nostro stile particolare nel mandala?

T.R.: All'interno della breccia?

St.: Sì.

T.R.: No, non nella breccia stessa, ma al punto limite, là dove si comincia a costruire un ponte sopra la breccia. È il punto di incontro ove ci si avvicina ad essa, la zona limitrofa, piuttosto che la breccia stessa. Prima vi è questa zona, poi vi è la manifestazione del mandala.

St.: La meditazione è indispensabile per prendere coscienza del modo in cui si costruisce questo ponte?

T.R.: Sì, assolutamente. In effetti, direi che la meditazione è il ponte stesso.

St.: Quando hai parlato di diffidenza al livello della sentinella, è perché la sentinella offusca la nostra percezione della realtà?

T.R.: Sì. In più essa raccoglie le informazioni in modo incompleto. Sia quando passa di lato, sia quando esagera qualche cosa.

St.: Ma la sentinella è anche l'inizio del cammino, vero? Ci permette di cominciare a vedere la confusione...

T.R.: Sì. È così...

St.: E la fiducia che cominciamo a sentire consiste nell'essere pronti a rimanere nella breccia quando la sentinella non...

T.R.: Non obbligatoriamente. Si tratta di vedere la futilità della sentinella invece di apprezzare la breccia. Vedere le attività della sentinella, la maniera in cui funziona, il suo modo di operare.

St.: Una volta mi ricordo di averti sentito dire che le emozioni non sono realmente differenti dai pensieri, che esse sono una forma speciale di pensiero al quale accordiamo molto valore, mentre ora sembra che tu voglia affermare che esse siano qualcosa di distinto.

T.R.: Le emozioni sono come dei colori che esistono nei pensieri, piuttosto che una specie particolare di pensiero, se così si può dire. Esse sono i risalti dei pensieri che, secondo la tradizione, hanno cinque colori differenti: bianco, blu, giallo, rosso e verde. Tradizionalmente, ci sono cinque tipi di emozioni che sono cinque tipi di pensieri esagerati, ma che hanno un'energia particolare.

St.: Rinpoche, hai detto che talvolta si ha la sensazione di perdere terreno e di regredire. È precisamente in momenti come questi che si ha meno fiducia nella propria intelligenza e nella capacità di poter far fronte ad una data situazione. La pratica regolare della meditazione è sufficiente da sola per prendere in mano questo genere di situazione, oppure bisogna fare degli sforzi supplementari?

T.R.: Qui parliamo in termini generali. Mi sembra che si abbia bisogno non solo di meditazione, ma anche di meditazione in azione, cioè meditazione nello svolgimento della vita quotidiana. La meditazione in azione ci dà una sensazione di solidità e di lucidità e ci predispone a fare fronte alla vita. A sua volta, questo incontro con la vita fa nascere la questione della breccia e della zona di energia ove si produce la prospettiva del mandala. Abbiamo dunque bisogno di entrambe. Non si può dire che la pratica della meditazione seduta, da sola basti. Entrambe devono completarsi a vicenda.

4) I TRE ASPETTI DELLA PERCEZIONE

A questo stadio, potremmo approfondire l'idea di stabilire un rapporto con il mondo. All'inizio si può porre un certo numero di domande assai spinose a questo riguardo, per esempio: "Che cos'è il mondo? A chi appartiene? Che significa realmente stabilire un rapporto con esso?". Si potrebbe dire che, in fondo, questo mondo non appartiene a nessuno, poiché non c'è nessuna persona, in quanto tale.

L'energia che si produce senza fine non appartiene a nessuno: è un processo naturale ed organico. Tuttavia, a partire da questa base, noi funzioniamo come se il mondo ci appartenesse. Io funziono come se mi possedessi da me stesso, come se esistessi realmente. Qui, l'inesistenza dell'ego non rientra nell'ambito della filosofia, ma semplicemente della percezione. Siccome la percezione è incapace di descrivere la sua esistenza (ad una origine), essa diventa da allora in poi energia pura, senza qualcuno che la scateni e senza nessuna particolare sostanza. Non è nient'altro che pura percezione.

A quel livello, la percezione consiste in tre aspetti. Il primo è la percezione come esperienza. In questo caso, non si tratta di esperienza nel senso di conferma di sé, ma nel senso di cose così come sono. Il bianco è bianco, il nero è nero, e così via. Poi c'è il secondo aspetto, la percezione della *vacuità*, che è l'*assenza* delle cose così come sono. Le cose occupano un volume, esse sono sempre accompagnate da una sensazione di volume o di spazio. Anche se esse si presentano all'interno di complessità che caratterizzano l'ingombro proprio dell'esperienza, esse forniscono il loro proprio spazio in seno a questo ingombro. Infatti, ingombro e spazio sono identici; in un certo senso, l'ingombro è spazio, per la semplice ragione che vi è del movimento, vi è danza e gioco. Nel medesimo tempo, vi è una qualità sfuggente ed intangibile, che rende il tutto estremamente lucido e chiaro.

Quindi si ha l'esperienza, ed in seguito, vi è spazio o vacuità ed infine vi è l'ultimo aspetto, che chiamiamo *luminosità*. Questa non ha nulla a che vedere con la percezione visiva di una luce brillante; è una sensazione di limiti ben definiti e di chiarezza. Sebbene essa sia sprovvista di punti di riferimento teorici o intellettuali, sul piano dell'esperienza ordinaria la luminosità si traduce in una sensazione di chiarezza, la sensazione di vedere le cose così come sono, senza errore.

Vi sono quindi tre aspetti della percezione: la sensazione di esperienza, la sensazione di vacuità e la sensazione di luminosità. L'idea essenziale è che questo livello di percezione (quello che contiene i tre aspetti) ci permette di vedere ogni nostro modo di agire nella vita. Che il nostro modo di comportarci sia percepito come nevrotico o risvegliato, comunque noi siamo in grado di vederlo chiaramente. È qui che sembra prodursi la primissima intuizione della prospettiva del mandala, la primissima intuizione delle cinque energie-di-buddha. In altre parole, i cinque tipi di energia non si limitano solamente al livello dello stato risvegliato. Esse sono ugualmente presenti nello stato della confusione. L'importante è di vederle tali e quali come sono; che esse siano totalmente confuse, nevrotiche e dolorose o che siano straordinariamente rallegranti, espansive, gioiose e divertenti, poco importa. Non si tenti quindi di scartare ciò che si percepisce; non ci si sforzi di rimodellare il mondo così come si desidererebbe vederlo. Si veda il mondo così come è, senza rimodellarlo. Tutto ciò che sorge fa parte dei cinque principi-di-buddha e della configurazione del mandala.

Desidererei rammentarvi ancora una volta che l'approccio adottato qui è imperniato esclusivamente sull'esperienza. Noi non affrontiamo le cose da un punto di vista filosofico, cercando di vedere se esistono o no, né inoltre tentiamo di farle entrare nel quadro concettuale dell'esperienza fenomenologica. Non è di questo, che stiamo parlando. A dir il vero, i filosofi si sono spesso fuorviati, tentando di conoscere la verità sul modo di esistere delle cose anziché

stabilire un rapporto con esse sul piano della percezione. Il risultato è che essi hanno finito per teorizzare completamente tutto, senza sapere quale poteva essere l'esperienza reale che si ha delle cose così come sono. Se si teorizza a riguardo dell'esistenza del mondo, della sua solidità, del suo carattere eterno, ecc., ci si preclude una grossa fetta della propria esperienza, perché ci si sforza troppo di provare o di stabilire i fondamenti (della propria posizione filosofica). A tal punto, d'altronde, che si finisce per interessarsi più ai fondamenti della propria posizione che alla relazione tra quest'ultima ed il mondo. E questo errato approccio sarebbe esteso anche nei confronti della metafisica.

Tuttavia, in questo caso, noi non parliamo di metafisica: stiamo parlando dal piano dell'esperienza, di ciò che sperimentiamo nel quotidiano, e questo non ha alcun bisogno di conferma teorica né di prove, non dipende da niente di simile. Parliamo semplicemente dell'esperienza quotidiana che si produce momento per momento e che non necessita di nessun progetto a lungo termine. La questione della percezione diventa allora assai importante, poiché è impossibile condensare la percezione per farne dei fondamenti solidi. Le percezioni cambiano e fluttuano molto in funzione dell'esperienza che si acquisisce nella vita. Si può dire: "Ho visto delle nuvole meravigliose sopra l'Himalaya", ma ciò non significa che quelle nuvole resteranno là per sempre. Anche se la presenza di tali nuvole fa parte delle caratteristiche collegate alla contemplazione dell'Himalaya, non ci si dovrà aspettare per forza di vedere sempre delle nuvole meravigliose ogni volta che ci si reca in quelle montagne. Può essere che ci si arrivi nel mezzo della notte o quando il cielo è completamente sgombro.

Quando descriviamo la nostra esperienza a qualcun altro, è possibile che ciò che abbiamo percepito in un dato momento, possa sembrargli estremamente ricco, vivo e fantastico perché noi arriviamo a trasmettergli l'esperienza del momento. Tuttavia, se noi tentiamo di ricreare e simulare tutta l'esperienza partendo dall'inizio, ci accorgiamo che è impossibile; allora ci metteremmo senza dubbio a filosofeggiare e ci allontaneremmo ancor più dalla realtà; quale che sia, d'altra parte, questa realtà.

Nella nostra vita esiste una precisione assai netta, che proviene da certe forme di apprendistato o di disciplina e, specificatamente, dalla pratica della meditazione seduta. Non è che la pratica della meditazione seduta acuisca la nostra percezione, nondimeno essa crea le condizioni che ci permettono di vedere più chiaramente. Si tratta di togliere le nuvole anziché dover ricreare il sole. È proprio questo il nocciolo di tutta la faccenda.

Allora, si produce un'esperienza appena appena percettibile della realtà, una esperienza assai tenue ed incerta. Tuttavia, per tenue che sia, essa non resta meno estremamente netta e precisa; essa, d'altronde, è spesso una grande sorgente di chiarezza. Come regola generale, il tipo di percezione qui indicata dipende da un certo tipo di vigilanza. In questo caso, essere vigilanti non significa prestare attenzione, né camminare in punta di piedi, ma fare esperienza di una intuizione improvvisa, qualunque essa sia; essere vigilanti vuol dire fare l'esperienza pura di una intuizione improvvisa, senza riserve, essendone sempre pronti.

Questo punto tende a divenire già un problema. Lo si vede come qualcosa di enigmatico. Se diciamo a qualcuno: "Tu devi avere una intuizione improvvisa", egli risponderà, probabilmente: "Di che?"; e se non abbiamo da dirgli niente a riguardo di quel che è, egli avrà la tendenza a credere che si tratti di un assurdo esercizio. Eppure, se potessimo cambiare completamente il nostro modo di pensare, se arrivassimo ad aprire la nostra mente a qualcosa di un po' più grande di ciò che ci è stato già detto, allora saremmo in grado di superare lo stadio in cui le cose si basano esclusivamente sull'idea di un compromesso commerciale e devono, di conseguenza, rendere un profitto. Può darsi che potremmo accedere ad una coscienza senza porre condizioni, senza voler trarre un qualunque beneficio da questa presa di coscienza, né servircene per vedere una qualche cosa in particolare. È

una coscienza semplice e diretta, una coscienza che è cosciente di se stessa, che è cosciente senza un contenuto particolare. Questo tipo di percezione sembra essere il solo punto chiave. È la prospettiva chiave, il microscopio che permette di percepire i tre tipi di percezione di cui abbiamo parlato.

In una tale ottica, vedere il mandala nella gamma dei cinque principi-di-buddha non ha più niente di straordinario. Questi principi non sono una cosa straordinaria da percepire; la loro percezione è molto ordinaria. Il principio fondamentale del mandala diventa allora semplicissimo, niente di più del fatto che tutte le cose sono collegate tra di esse. È semplicissimo e assai diretto.

Studente: Potresti parlare un po' più a lungo della percezione come esperienza?

T.R.: Forse dovresti provare tu a dire qualcosa su questo argomento. Prova ad indovinare...

St.: Si tratta della percezione soggettiva della propria esperienza man mano che questa ha luogo, malgrado il fatto che si sappia che è soggettiva?

T.R.: Sei abbastanza vicino. Tuttavia manca ancora qualcosa.

St.: Fare l'esperienza delle cose?

T.R.: Sì, ma quando si fa l'esperienza di qualcosa, cos'è che l'accompagna?

St.: Una reazione? Le nostre proprie reazioni?

T.R.: Sì, ma come è chiamata questa reazione?

St.: L'esperienza?

T.R.: No, un'altra cosa.

St.: L'emozione?

T.R.: Ci sei vicino.

St.: Pensieri? Percezioni?

T.R.: Non obbligatoriamente.

St.: Delle risposte?

T.R.: La *forza motrice* delle risposte, sì.

St.: Allora, è...

T.R.: È l'energia. Vedi, esiste una certa energia esuberante che accompagna la percezione e l'esperienza. Quando si fa esperienza di qualcosa, si raggiunge realmente ciò di cui si è fatta esperienza. Per esempio, se voi dite: "Ho visto un mucchio di merda", la cosa è vivissima e molto reale e voi avete effettivamente raggiunto questa energia. Oppure, quando dite: "Ho guardato il sole ad occhi nudi", c'è molta energia dietro questo, voi ne fate veramente l'esperienza, come se voi stessi foste il sole. Nel momento in cui fate l'esperienza voi divenite quasi indivisibili dall'oggetto della vostra esperienza. È quel tipo di comunicazione diretta, senza alcun intermediario.

St.: Il fatto dunque viene immerso interamente nell'esperienza...

T.R.: Non si tratta particolarmente di immergersi. Viene compiuto nel campo stesso di quella energia.

St.: La chiarezza di cui hai parlato, è sempre collegata ad una sensazione di spazio?

T.R.: Credo di sì. Senza spazio, essa non avrebbe acutezza, sarebbe come sfuocata.

St.: Potrebbe essere che all'inizio si sia stati tutti degli esseri luminosi e che poi ci si dimentichi della nostra luminosità?

T.R.: Degli esseri luminosi? Questo fa pensare a Don Juan (25).

St.: Allora, è così?

T.R.: Beh, non è che noi si sia luminosi solo all'inizio: noi lo siamo anche adesso! Anche quando viviamo nell'incertezza, lo siamo sempre. Ciò di cui stiamo parlando non è che un modo di riesaminare la cosa, di farne il punto. Non è particolarmente come descrivere una evoluzione clinica; è qualcosa di continuo. In questo stesso istante noi siamo, al tempo stesso, luminosi, vuoti e percettivi.

St.: Poco fa hai detto, credo, che quando si percepisce, viene ad esserci qualcosa che è sia mancante, sia esagerata. Questo succede perché vogliamo interpretare la percezione?

T.R.: Sì.

St.: Non è la percezione stessa, che crea l'esagerazione?

T.R.: L'esagerazione si produce allorché si comincia a concettualizzare, quando nella percezione si comincia a voler distinguere i dettagli.

St.: Ma la percezione stessa resta ancora molto precisa. In questo caso, la percezione e l'esperienza sono identiche?

T.R.: La percezione è *esperienza* se siete là. Ma se non siete lì, essa non può essere esperienza.

St.: Se includiamo noi stessi nella percezione...

T.R.: Non c'è nessun *'me'* da includere.

St.: Questa nozione che si ha di un 'io' che percepisce, è essa stessa una percezione? Parlo di quella sensazione di avere un 'io', che sperimento quando sono di fronte alla realtà, come se fossi una impresa commerciale obbligata a negoziare con quel che mi circonda. Questa, è una percezione?

T.R.: No, perché vi è il bisogno di ulteriori pensieri per confermarla. La vera percezione reale è il primo pensiero, senza soggetto.

St.: Come sapere se si può dare fiducia alle nostre percezioni?

T.R.: Se sapete che non c'è alcun 'io' propriamente detto, allora le cose tendono a svolgersi senza complicazioni.

St.: Ok. Ma come posso fare per sapere se devo dar fiducia alle mie percezioni?

T.R.: Puoi riformulare la domanda quante volte ti pare, la risposta resterà sempre la stessa.

St.: Ed allora, come distinguere la percezione dalla proiezione?

T.R.: Nel caso della proiezione, ci si aspetta di ottenere un ritorno che confermi la nostra propria esistenza. La percezione, invece, è semplicemente l'esistenza di una antenna.

St.: Mi sembra che tu stia dicendo che la confusione, o distorsioni delle percezioni, si produce in quanto colui che percepisce, di questa percezione vuole farne ben qualcosa, poiché, in un modo o nell'altro, desidera agire in funzione di ciò che percepisce. La confusione primitiva di cui hai parlato all'inizio, sorge dalla stessa fonte?

T.R.: Sì, ed è di questo, che stiamo parlando. Quando discutiamo dell' ego o dell'io, è a questo stato primordiale che alludiamo, allo stato primitivo di essere 'questo', a questa fissazione solidificata. Certo, sì, è proprio questo il problema...

St.: Tu hai descritto lo stato primordiale come 'Questo', cioè una sorta di punto di riferimento non-concettuale ed hai detto che il principio del mandala esiste ogni volta che c'è un punto di riferimento. Questa impressione di 'Questo' è lo stesso tipo di punto di riferimento da dove nasce il principio o la prospettiva del mandala?

T.R.: Beh, qui le cose si complicano un po'. La difficoltà è la seguente: dal momento che si possiede un punto di riferimento, questo già costituisce una sorta di credenza primitiva. In seguito, ci si rende conto che non c'è nessuno a reagire a questo punto di riferimento, cosa che porta ad un livello differente o più elevato. Questi due livelli sono entrambi ingredienti attivi nella realizzazione del principio del mandala. Tuttavia, è importante comprendere che qui abbiamo due livelli differenti: da una parte l'ego primitivo o primordiale e dall'altra, la realizzazione dell'inesistenza della persona che reagisce a quel fatto.

St.: ...Bisogna non solidificare...

T.R.: Sì. È così, evitare di solidificare la solidificazione, per così dire...

St.: Hai anche detto che, quando si ottiene questo livello di percezione, il principio del mandala è il semplice sentimento che esiste a causa dei legami. È così?

T.R.: Sì.

St.: In un'altra parte, però, hai detto che bisogna dare fiducia alla realtà karmica delle cause e degli effetti. C'è una relazione con questo sentimento del creare il legame?

T.R.: Sì, perché è l'espressione ultima del karma come causa ed effetto, quella della non-azione, la forma più esaltata di karma, l'*akarma* o non-karma.

St.: I legami del principio del mandala fanno parte di questo non-karma?

T.R.: Sì, in fondo, anche se esistono diversi stili sul piano delle espressioni. Tuttavia, queste espressioni poggiano su alcuni aspetti fondamentali, che permettono al principio del mandala di andare e venire ed anche di manifestarsi in differenti modi.

St.: Hai detto che sarebbe possibile raccontare una esperienza, una percezione reale, senza perderne l'energia. Ho l'impressione che sia precisamente ciò che sottende ad un'opera d'arte: la capacità di restare in contatto con l'energia, anche se l'esperienza è passata. È un processo che non è centrato sull'ego, ma che è molto positivo. È plausibile questa interpretazione?

T.R.: Il punto chiave, qui, è che è possibile lavorare su due livelli alla volta, il livello del mondo egoico con le sue energie, le sue emozioni e tutto il resto ed il livello non-egoico. Non c'è alcun conflitto tra i due, per il fatto stesso che esiste in qualche modo un legame organico tra di essi. Il livello non-egoico è più raffinato, mentre il livello egoico è una versione grezza dell'identica cosa.

St.: Allora non bisogna cercare di separarli, di conservare il primo e sbarazzarsi del secondo...

T.R.: No, affatto. È molto naturale, da questo punto di vista.

St.: Ho l'impressione che la percezione dell'esperienza, la percezione della vacuità e la percezione della luminosità siano strati sempre più profondi della stessa cosa. Ho ragione?

T.R.: Credo che si vedano tutti e tre nel medesimo tempo, ma si accentuano di più, uno o l'altro, a seconda dello stato di mente che caratterizza la realtà del momento.

St.: Hai già parlato della breccia, in precedenza. Ne abbiamo discusso e vi abbiamo riflettuto enormemente, ma io stento sempre a vederci chiaro. Prima credevo che la breccia fosse il momento in cui si fa esperienza diretta di qualcosa. Non si interpreta l'esperienza, non si fa rulla. Si è là, semplicemente, ed allora si produce una breccia nell'abituale coscienza che si ha, coscienza fondata generalmente sulla continuità delle interpretazioni e dei commenti. Ma, poco fa, quando hai riparlato della breccia, hai detto che era lo spazio tra l'esperienza diretta e l'interpretazione e che, in questo spazio, si perde o si esagera qualcosa. Ti sarebbe possibile essere più preciso?

T.R.: Credo che stiamo parlando di due differenti modi di considerare le cose. Qui vi è un contrasto tra l'insegnamento *mahayana*, in cui la *shunyata* è la breccia, ed il punto di vista *tantrico*, in cui la breccia è il principio del mandala. Essi non sono affatto parenti. Secondo gli insegnamenti tantrici, la realizzazione ha luogo nel momento in cui sorge il limite, perché si lavora sull'energia invece di lavorare semplicemente sull'assenza di qualcosa. Infatti, non ci si sforza di vedere le cose come se tutto fosse vuoto, ma di vedere tutto come energia trasmutabile. E la trasformazione si produce nel momento stesso in cui si arriva al limite.

St.: Nel momento in cui si arriva al limite *di che*?

T.R.: La breccia non è che un passaggio tra due punti di riferimento. In questo caso, la breccia non ha niente di particolarmente straordinario, come è invece l'esperienza di *shunyata*. Non è che una breccia con la 'b' minuscola, un passaggio, una transizione. Si intraprende un viaggio e ci si trova a metà strada tra questa e quella; questa non è particolarmente un'esperienza come la *shunyata*. Non direi che questa breccia abbia la qualità della vacuità; semplicemente ci si allontana da una situazione per accostarsene ad un'altra. Se ora creiamo il legame con l'esperienza della *shunyata* del *mahayana*, allora questa esperienza è compresa dentro il limite. Secondo il *vajrayana*, in effetti, l'esperienza di *shunyata* si produce all'interno del limite piuttosto che nella breccia.

Anche nel *mahayana* il simbolismo di *shunyata* è raffigurata da una madre che dona la nascita. È collegato al principio della madre, al principio creatore. In questo caso, il principio creatore è il limite: l'esperienza di *shunyata* dà nascita al limite. Qui, la breccia contiene più energia che nella versione *mahayana* di *shunyata*, che è *vacuità pura*. In questo contesto, *shunyata* è qualcosa con la quale si gioca. *Shunyata* scopre finalmente un compagno di giochi, un piccolo amico, e diventa allora più dinamica della versione naturale, la versione semplice e senza fioritura del *mahayana*, in cui tutto è trasceso.

St.: Sembrerebbe allora che *shunyata* secondo il *mahayana*, sia una percezione incompleta, qualcosa di irreali creato dal praticante. Se veramente *shunyata* si trova in quel limite in cui c'è molta energia, la *shunyata* del *mahayana* sarebbe qualcosa di artificiale...

T.R.: Non si può veramente dir ciò. Se si è all'interno, allora si avrà un sentimento molto completo. Questo approccio permette una relazione con altri livelli di realtà, se così si può dire. Il fatto stesso che si metta di più l'accento sulla trascendenza crea la sensazione di dover ancora superare o oltrepassare qualcosa. Per contro, nel *vajrayana*, la trascendenza non ha alcuna importanza; ciò che importa è il limite stesso, la vetta, e non il fatto di andare al di là del limite. Quel che conta non è di entrare nella stanza dall'esterno, di oltrepassare la soglia per poter entrare; è la soglia che è importante nel *vajrayana*. Il limite stesso è estremamente importante, e non si tratta per niente di trascendere qualsiasi cosa, in effetti. Esso è considerato come energia e non come un ostacolo.

St.: Perché abbiamo bisogno della concezione mahayanista della *shunyata*? Perché non lavorare sul limite fin dal principio?

T.R.: Dal punto di vista del mahayana, è il limite che è considerato un ostacolo. Secondo il mahayana, non si può superare la nozione di limite se non per mezzo di una logica esperienziale secondo la quale ciò che è all'interno e ciò che è all'esterno del limite sono identici. Conseguentemente il limite non esiste. Perciò, il mahayana non vede che proprio il limite stesso è qualcosa di formidabile.

St.: Quindi, è necessario sottomettersi alla versione mahayana di shunyata prima di lasciarsi andare a...

T.R.: Aspetta! Ciò che non manca di interesse è che, anche se sul piano linguistico si parla della versione vajrayana di shunyata, può essere che, malgrado tutto, si continui a percepire *shunyata* in maniera puramente mahayanista. Non basta cambiare velocemente politica. Tutto dipende dal livello di crescita della persona.

Studente: Poco fa hai detto che la meditazione è come un ponte teso sopra la breccia. Se la breccia è importante, perché doverla superare?

T.R.: Perché tutto divenga un immenso limite e non vi sia più breccia.

St.: Il ponte rende la breccia sorpassata e fuori uso?

T.R.: Il ponte è il limite. Questo permette un limite molto vasto, piuttosto che una breccia che sia seguita da una terra di nessuno, prima di poter passare ad un territorio appartenente a qualcun altro (26). È ancor meno di quel che succede qui in America, nel Texas, per esempio...

St.: Non capisco. Quando hai parlato del simbolismo mahayana di shunyata, mi è sembrato che tu abbia detto, per un verso, che la madre o principio creatore è il limite e, per un altro, che questo stesso principio dà nascita al limite...

T.R.: Quando si entra in questa situazione, ognuno di noi è insieme il limite ed il creatore del limite.

St.: Ah, sì, capisco. Dato che i tantrici non fanno differenziazioni...

T.R.: Sì, è proprio così.

5) PROSPETTO DELLE CINQUE FAMIGLIE DI BUDDHA.

Avendo già esaminato i tre aspetti della percezione, potremmo forse passare ad un livello di esperienza più complesso di quello che è stato affrontato durante la loro spiegazione. Le percezioni sono come legna da bruciare; esse guidano l'individuo ad un certo stato di coscienza della sua esperienza che, in seguito, diventa l'esperienza di ciò che noi chiamiamo il '*così*'. Questo termine particolare è stato creato dai buddhisti e fa parte del nostro vocabolario; in questo senso, io non l'ho mai visto utilizzato in nessun altro contesto. Per ritornare all'esperienza, quindi, l'esperienza reale basata sulla percezione, il '*così*' è non solamente l'esperienza delle cose così come sono, ma soprattutto una esperienza che si conferma da sola, da se stessa. Di conseguenza, l'individuo vede le cose come sono - forse dovrei dire che egli le vede "come è" - e poi sorge il '*così*', dal fatto di averle viste *tali e quali* e di averne assaporato il gusto. Nel linguaggio tantrico, questo gusto particolare porta il nome di *sapore-unico* o *un-solo-gusto*.

L'espressione sapore-unico non significa che si debba abbandonare tutto, ad eccezione di una sola cosa e restare fedele, in futuro, a questa cosa fra tante altre. Neanche si tratta di una situazione di mancanza in cui, per carenza di ottenimento nei riguardi di una molteplicità di scelte, ci si ritrova con una sola cosa. L'idea non è, quindi, di scegliere una cosa e rifiutarne un'altra. In effetti, è proprio tutto il contrario: l'assenza di rifiuto fa che sia possibile essere fedele alla cosa presente, ciò che equivale ad essere fedele a tutte le altre.

Abbiamo già detto che il tutto e l'uno possono rassomigliarsi. Quando parliamo di molteplicità, si tratta generalmente di coprire una grande quantità di campi, di accumulare il pieno di oggetti o di informazioni. Per contro, quando parliamo di tutto, ciò implica automaticamente che una parte considerevole dell'atmosfera di una situazione è già coperta. In questo caso, l'atmosfera di cui parliamo ha un contesto più esteso, cioè lo stato di esperienza del mondo della realtà. Abitualmente, è possibile qualificare la realtà attribuendole diverse funzioni, ma qui non vi sono funzioni né qualificazioni; qui non si può parlare che di nudità, di assenza di vestiti. È un'esperienza che è libera dal mascheramento delle convenzioni e della verità relativa. Questa esperienza è anche libera da una serie di altre cose che ne derivano: l'egocentrismo, la convenienza, il bisogno di sicurezza, l'illusione di eternità.

L'illusione di eternità è la sensazione che abbiamo di poter vivere per sempre. Noi speriamo che tutte le esperienze spirituali alle quali potremmo aver accesso faranno sì che varrà la pena di vivere a lungo e potranno aumentare la nostra longevità. Noi ameremmo poter vivere a lungo, ancora più a lungo, in maniera da sopravvivere eternamente e non dover fare fronte alla verità della morte. Credo che si tratti in effetti di un approccio semplicistico sul quale non vale la pena di dilungarsi troppo. Vi è un'altra nozione che va oltre questo approccio primitivo: fare l'esperienza della realtà nella sua verace nudità, senza alcuno scopo particolare. La domanda d'uso che si pone a questo stadio è la seguente: "Cos'è che posso trarre da questa scoperta? Che cosa mi potrà accadere?" A dire il vero nulla può succedervi. Tutto è già successo, non c'è niente di più. Se vi ho deluso, ne sono desolato, ma non ci si può fare niente. È così, le cose sono così. È tutto qui, molto stupido, in verità.

Facciamo quindi dei tentativi successivi per ottenere un'esperienza non qualificata, una realizzazione senza tracce, cioè senza conferme né promesse. È possibile, allora, che si possa cominciare ad accettare le cose così come sono in un modo veramente semplice ed ordinario, che si possa avere una certa intuizione della realtà senza condizioni. A questo stadio, sarebbe possibile dire che stiamo facendo l'esperienza dei cinque tipi di intelligenza-buddha.

Sono sicuro che avete già molto sentito parlare delle cinque famiglie-di-buddha e che avrete letto qualcosa al riguardo. I cinque principi-buddha non costituiscono una versione buddhista

dell'astrologia. Essi non hanno niente a che fare con la pratica di predire un 'buon evento' o di leggere le linee della mano. Al contrario, essi rappresentano delle linee direttrici per l'esperienza dei punti di riferimento - o piuttosto dell'assenza dei punti di riferimento - di cui abbiamo discusso. Essi sono collegati ad una realizzazione dei fenomeni nel più completo senso. Tutti noi sappiamo di avere ognuno il proprio approccio ed il proprio stile specifico innati che poggiano su queste cinque qualità-di-buddha.

Queste qualità rappresentano il nostro particolare potenziale-buddha sul piano delle emozioni e della confusione, nello stesso tempo. Tuttavia, esiste anche un altro modo di considerare il processo nel suo insieme. Questo approccio si basa sulla profondità e l'espansione a partire da questa profondità, fattori che possono essere considerati come simultanei. In questo approccio, noi non ci attacchiamo a tale o tal altro principio-buddha cui potremmo aver tendenza, poiché rappresenterebbe il nostro solo ed unico stile. Un tal modo di percepire approderebbe probabilmente ad una esperienza bi-dimensionale dei principi-buddha. Per avere invece una visione tridimensionale dell'esperienza bisogna partire dalla profondità - o concentrazione - e andare diretti verso l'espansione.

Se ci avviciniamo al nostro stato o alla nostra esperienza disposti a trascendere i concetti, possiamo considerare questi cinque principi come altrettanti livelli di profondità. Essi hanno ciascuno il loro proprio peso specifico. Quando un oggetto galleggia sull'acqua, vi è una parte che emerge, un'altra che è appena sommersa ed un'altra ancora che è immersa più profondamente, dipendendo dalla densità e dal peso della sostanza in questione. È l'approccio che adottiamo qui. E da quel punto di vista, ogni volta che siamo in funzione, i cinque principi si mettono all'opera simultaneamente. Impossibile negarlo, quali che siano le caratteristiche specifiche che si possano avere. Questo ci porta ad una prospettiva differente sulla concentrazione puntuale ed univoca, una prospettiva verticale piuttosto che orizzontale. Si parte dalla famiglia-di-buddha chiamata, appunto, '*buddha*', che è la più pesante di tutte. Essa è fatta di materia più solida, una materia che aderisce all'ego, oppure che si apre su un senso di spazio universale, la saggezza dello spazio che si estende dappertutto. È il nocciolo, il centro della materia, il cuore del soggetto. È ciò che ci dà una sensazione di solidità e la sensazione fondamentale di essere, un sentimento di apertura e di saggezza e, allo stesso tempo, di salute. È la famiglia-di-buddha correlata con lo *skandha* della forma (27), l'aggregato più fondamentale.

A partire da lì, ci si dirige lentamente verso l'esperienza della sensazione. Questa deriva dalla solidità dello stato mentale risvegliato che reca un senso di espansione, una espansione intelligente paragonabile a dei tentacoli o a delle antenne di qualche sorta. Si stabilisce un rapporto con differenti campi relazionali in modo molto chiaro, completo e coscienzioso. Questo aspetto è collegato alla famiglia-di-buddha chiamata '*ratna*'. Il successivo *skandha* è l'impulso (o percezione) che è associato alla famiglia '*padma*' a causa della sua acutezza e rapidità, ma anche a causa della sua inclinazione a sedurre il mondo esterno per integrarlo nei propri punti di riferimento, per obbligarlo ad entrare in rapporto con se stessi. Anche nello stato risvegliato che corrisponde a questo principio, esiste la predisposizione a comunicare, a stabilire delle relazioni. Il principio della famiglia *padma* è molto più leggero degli altri due precedenti principi.

Il quarto *skandha* è il concetto (o formazioni mentali) che si riallaccia con la famiglia '*karma*'. Questo principio è estremamente attivo ed efficace. Tutta l'attività, o efficacia che si produce nella mente di una persona dipende da un processo proprio alla famiglia *karma*. Da qui si emerge dalla profondità dell'oceano; ci si avvicina lentamente alla superficie e ci si mette a galleggiare. Infine, il quinto *skandha* è la coscienza, che corrisponde alla famiglia '*vajra*'. Qui, c'è una certa intelligenza ed un certo intelletto che agiscono con una precisione ed una chiarezza estremamente acuta, ciò che rende la situazione straordinariamente maneggevole. Essendo risaliti in superficie, si sa come

entrare in rapporto con il mondo dei fenomeni, si sa qual è la base di lavoro nel mondo fenomenico. Per quanto riguarda l'attività di un Buddha, egli trova sempre dei mezzi abili per stabilire rapporti appropriati con coloro che vengono in contatto con gli insegnamenti. Un Buddha sa come affrontare i suoi discepoli, sa impiegare la loro terminologia, il loro linguaggio ed il loro stile in un modo molto sottile, penetrante e preciso.

I cinque skandha fanno quindi parte della nostra costituzione profonda, del nostro essere, tanto dal punto di vista samsarico che nirvanico. Conseguentemente, noi manifestiamo costantemente in noi stessi i cinque tipi di natura-di-buddha in un modo diretto e preciso, e con un certo fiuto. È molto importante capire che è questo, ciò che ci dà pienamente accesso ai cinque tipi di energia e ci permette di poterci lavorare a fondo. Noi possiamo stabilire un rapporto assai preciso con queste energie, senza che questo fatto ci ponga dei problemi particolari.

Essenzialmente, si tratta di salire dalla profondità e di uscire verso l'apertura, di concentrarsi sulla direzione dell'apertura. Le cinque tappe degli skandha fanno comunque parte della nostra costituzione profonda, del nostro stile di base. Abbiamo un punto di riferimento che si inserisce sia nello stato meditativo, sia nello stato di confusione. Partiamo da questo punto di riferimento fondamentale e ci apriamo gradualmente alle possibilità di lavoro sulla realtà, in funzione delle difficoltà o delle agevolazioni che si presentano nella nostra vita. Ecco, dunque, la struttura generale che si trova in tutte le cose e che è di una importanza capitale.

Studente: Nella tua prima conversazione, hai parlato dello stato fondamentale-mente insipido che è l'*alaya*. Il '*così*' che caratterizza questo stato sembra avere un rapporto con il primo *skandha* e la famiglia *buddha*. Secondo te, c'è questo stretto rapporto tra di essi?

T.R.: La famiglia *buddha* di cui parliamo si trova al di là di tutto. Essa è al di là dell'*alaya* ed al di là di ciò che si potrebbe chiamare *nirvana*. Sicuramente essa è collegata ad un punto di riferimento, allo stesso modo in cui la nostra vita è collegata in parte alla notte ed in parte al giorno.

St.: La famiglia-buddha corrisponde al sapore-unico? È questo il motivo per cui questa famiglia è la più pesante; è perché tocca la cognizione del '*così*'?

T.R.: Proprio così. È il sapore-unico.

St.: Poi, a partire da quello, vi sarebbe un processo di espansione?

T.R.: Sì. È il sapore-unico, non nel senso di monotonia, ma...

St.: Sì, è esattamente perché vi è l'espansione...

T.R.: Sì, sì. È giusto.

St.: Rinpoche, stasera ho l'impressione che tu abbia parlato molto dell'accettazione, del '*così*', e di accettare le cose così come sono. Mi ricordo di averti sentito dire, un giorno, che la vita è come una bevanda alcolica non diluita, che si beve liscia senza aggiungervi acqua. Mi domando se il sentiero buddhista si possa riassumere in una accettazione ancor più estesa di quella che è. Si direbbe che è quasi come andare a vedere un film dell'orrore e voler costantemente uscire di corsa a causa di tutti i mostruosi fenomeni che vi si vedono. Si tratta semplicemente di abituarsi a ciò che si vede, in modo di non sentir più il desiderio di fuggire?

T.R.: Cosa intendi per "abituarsi"?

St.: Abituarsi alla propria capacità di percezione di sé.

T.R.: Ebbene, se si va a vedere un film dell'orrore, come regola generale, non se ne uscirà correndo; si vorrà restare in quanto si è sborsato del denaro. Il film ci diverte malgrado possa

spaventarci. Generalmente, si continuerà a guardarlo, a meno che non si sia un pavido pauroso, o che si abbia sonno o si stia male. Se avete il minimo senso di 'humour', la minima capacità di ironia, continuerete a guardare il film fino alla fine. In questo caso, il sapore-unico è effettivamente come bere un bicchiere di alcool non diluito, evidentemente. Nel medesimo tempo, non è tanto questione di accettare o di lasciare. Credo che, in fondo, si tratti di comprendere che non si può imporre il proprio punto di vista, che non si possono cambiare i fenomeni che si percepiscono, non perché si sia finalmente persa ogni speranza e si sia smesso di dibattersi, ma perché il rapporto con il mondo dei fenomeni diventa assai diretto e schietto.

St.: È a causa dell'insostanzialità dell'io che si scopre il momento in cui si diviene capaci di percepire il mondo?

T.R.: Credo di sì. È come il fatto che nessuno, nell'intimo del cuore, si lamenta veramente che vi siano il giorno e la notte. È una accettazione che va al di là dell'abbandono, dato che la situazione è già talmente quotidiana ed abituale.

St.: Nel tuo libro 'Pratica della Via Tibetana', hai descritto le cinque famiglie-di-Buddha sotto forma di un nucleo centrale contornato da quattro punti cardinali, mentre ora, la tua descrizione mi fa pensare piuttosto a dei cerchi concentrici. D'altra parte, ho l'impressione che le famiglie formino molto più un tutto coerente, anziché essere sparpagliate qua e là. Mi sembra che si stia parlando di due cose differenti.

T.R.: L'approccio non è del tutto identico, ma è quasi simile. È come un albero. Si possono studiare prima le radici sotterranee, poi indugiare sul tronco che esce dalla terra ed infine salire verso la chioma, avendo il tempo di studiare i rami, i frutti, i fiori ed i diversi tipi di foglie. È questo tipo di approccio, a differenza dell'altro che divide tutto in quartieri o province.

St.: Mi sembra che associata alla famiglia-buddha vi sia più profondità. Tu hai detto che essa avrebbe più peso. Poi, mano a mano che hai parlato delle altre famiglie-di-buddha, ho avuto l'impressione che la famiglia-vajra fosse quella più in superficie, come se avesse meno sostanza o meno qualità.

T.R.: È vero. La famiglia-vajra è più espansiva, invece la famiglia-buddha è molto profonda, molto concentrata.

St.: Si può stabilire una comparazione con i cinque skandha? Si parte da un granello di sabbia, ma quando si raggiunge il quinto skandha, c'è il deterioramento totale? Ora, arrivando alla famiglia-vajra, è come un deterioramento in rapporto alla famiglia-buddha, che avrebbe più profondità... (28). Non è così?

T.R.: Dal punto di vista samsarico, credo che sia effettivamente così. Ma non ci si può fidare completamente di questo modo di vedere, poiché in questo caso ci si sforzerebbe di riaggrapparsi, ad ogni momento. Vi è un processo costante di espansione e di contrazione, di espansione e contrazione. È un gioco che non ha mai fine.

6) IL BUDDHA DEL SAMBHOGAKAYA

Vi sono due punti essenziali che vorrei trattare a mo' di conclusione. Questi due punti sono lo stato di coscienza che nasce dalla meditazione seduta ed il sentimento di stima che l'accompagna. Questa coscienza è capace di percepire gli ingranaggi del mondo dei fenomeni sotto forma dei cinque principi-buddha e dell'organizzazione del mandala, mentre la stima comporta ed apporta una comprensione del suo aspetto magico.

Questa coscienza è la coscienza senza condizioni che abbiamo già descritto. È una coscienza senza scopo né obiettivo, che non mira a niente. A partire da questa coscienza, sorge uno stato di coraggio, di assenza di paura e, grazie a questo coraggio, gli ingranaggi del mondo fenomenico diventano magia auto-esistente. Il termine magia, qui non significa far apparire dei demoni né fare dei giochi di prestigio. Si parla di magia nel senso in cui proprio il mondo fenomenico possiede una enorme forza e sanità, poiché esso è sano e intero. L'individuo può nutrirsi di questa sensazione di forza e di sanità, proprio mentre può contribuire a nutrire ancor più il mondo fenomenico. Non si tratta quindi di un percorso a senso unico, ma di uno scambio reciproco.

Questo scambio di nutrimento, che è la sanità primordiale, si associa al sentimento di coraggio per ricondurre allo stato di coscienza di cui abbiamo parlato. Un circolo di scambio ha quindi luogo senza posa e diventa fonte di godimento e di fruizione. Non è che si entri in uno stato di euforia, o qualcosa del genere, ma si evidenzia come questo scambio sia comunque fondamentalmente piacevole, poiché le demarcazioni molto nette, come il dubbio e l'incertezza, cominciano ad attenuarsi. Questo arreca una qualità pressoché soprannaturale, un entusiasmo imprevisto. Si ha il potere di dare una struttura al mondo, non dal punto di vista del desiderio, dell'attaccamento e dell'ansietà, ma dal punto di vista della vita e del coraggio di fronte alla morte.

Tutto ciò si produce, come abbiamo detto prima, perché il nostro cuore è vuoto. Noi non esistiamo e l'energia del mondo dei fenomeni neppure e, di conseguenza, *tutto esiste*. Vi è qualcosa di estremamente magico in tutto questo. Si può dire che è tutto completamente translucido e nello stesso tempo tangibile, poiché vi è struttura e assenza di struttura; vi è sia la nozione di un viaggio come pure quella di una possibilità di discriminazione e vi sono anche sentimenti di passione e di aggressività, e tutto il resto. Tutto sembra funzionare a livello, per così dire, non terreno e questo rende idealistica ed irrealistica tutta l'operazione.

L'espressione tradizionale qui applicata è quella di *buddha del sambhogakaya*. Il Buddha del Sambhogakaya è una manifestazione di energia che opera al livello della gioia, del godimento e del gradimento. In un certo senso, si potrebbe dire che è il livello del piacere trascendente. Questo rende la vita continua, ma non eterna. La continuità è lunga da essere un muro di mattoni estendentesi da un capo all'altro del pianeta. Non sarà mai così solida; la continuità è piuttosto come un ruscello che scorre. La discontinuità si trasforma in continuità e, man mano che la corrente avanza, è possibile dire che essa si trovi a danzare.

È essenzialmente in questo modo che bisogna osservare il mandala ed i cinque principi-buddha. È un mondo positivo, non nel senso semplicistico in cui tutto è amore e luce, ma nel senso in cui esso si lascia lavorare e maneggiare. È possibile comunicare con il mondo, poiché tutto è visibile e assai vivo. L'esitazione e la paura sono dissipate e si ha il potere di ristrutturare le cose. Si può cavalcare l'arcobaleno e rimodellare le nuvole. L'impossibile può essere realizzato proprio attraverso la non-realizzazione. Non bisognerebbe mai pensare che l'ottenere questo stadio comporti un progresso od un passaggio da un livello ad un altro. L'essenziale è che si sia scoperto che questa esperienza esista veramente, che questa organizzazione efficiente esista in modo continuativo. Si tratta quindi di una nuova scoperta e non di un progresso.

Studente: Hai detto che i praticanti del Tantra trasformano tutto in un limite ed hai parlato dell'idea tantrica secondo la quale vi sarebbe una continuità o energia indistruttibile sempre già presente. A mio avviso, ciò contraddice il postulato buddhista fondamentale dell'impermanenza, del nascere, crescere e scomparire delle cose. Avviene dunque un cambiamento di percezione che va oltre la nascita, la crescita e la scomparsa delle cose?

T.R.: Ebbene, all'inizio, allo stadio dello *hinayana*, si decide di diventare, e lo si diventa, un '*anagarika*', un-senza-casa, Si lascia la propria abitazione e si rinuncia ai beni, al potere, alla ricchezza, ecc. Si abbandona tutto. Naropa rinunciò anche al suo intelletto. Poi, nella pratica tantrica, il praticante (*tantrika*) riprende possesso di ciò che ha abbandonato, ma in un modo interamente differente. La sua condizione di senza-casa si trasforma in quella di padrone-di-casa e la sua rinuncia al potere si trasforma in acquisizione di un più grande potere. Sotto questa ottica, il fatto di abbandonare o di trascendere il flusso della corrente e di fissare i propri limiti al livello della coscienza discriminante costituisce un altro tipo di libertà che ha veramente cuore, o coraggio da vendere, se si vuole. Ci si interessa di più alle realtà anziché preoccuparsi unicamente delle motivazioni, approccio che caratterizza i sentieri precedenti. Negli *yana* (sentieri) anteriori, la motivazione è più importante dell'esperienza stessa e, d'altronde, quest'ultima è spesso considerata come qualcosa di subdolo o di poco affidabile. Si è costantemente intenti a portare l'attenzione su di sé, a descrivere la propria motivazione ed a lavorare per purificarsi secondo questo punto di vista. Ma, nel *tantra*, le cose procedono in un altro verso. Dopo gli insegnamenti tantrici, la motivazione non è che un concetto, un'ombra; l'esperienza stessa è ciò che conta, al di là della motivazione. Si prende, quindi, una nuova strada, si fa una svolta, un riprendere in mano la stessa cosa, ma con una maggiore audacia. Ciononostante, i limiti rimangono ugualmente necessari. Per poter estendere i propri limiti, bisogna prima di tutto, averne coscienza.

St.: Sto tentando di circoscrivere meglio l'idea del sapore-unico. Tu dici che nessuna cosa è permanente salvo l'impermanenza, che niente è continuo salvo la discontinuità. Sarebbe facile, allora, scivolare verso il nichilismo e credere che non vi sia assolutamente nulla, nessuna cosa in cui le qualità siano trattenute. Nell'idea del sapore-unico, si tratta forse di vedere che la relatività è dotata di qualità conoscibili, che la discontinuità è dotata di un certo stile e accompagnata da una sensazione onnipresente?

T.R.: Assolutamente no. Per poter essere discontinui, si deve avere la forza di essere uno. È proprio questo!

St.: La discontinuità, allora, possiede una personalità o una sensazione, in qualche modo...

T.R.: Sì, certamente essa ha una struttura, una trama...

St.: ... che è sempre lì presente. È questo, il sapore-unico?

T.R.: Sì. Poiché è possibile definire le sfere o i campi di non-esistenza come il *vajradhatu* ed il *dharmadhatu*. Essi possiedono un nome e corrispondono ad una esperienza. In un certo senso, sono livelli tangibili. Dietro l'immagine del *vajra* che reggiamo in mano, si profila l'idea che è possibile tenere in mano l'esperienza di *shunyata*.

St.: Poc'anzi, ascoltandoti descrivere l'esperienza, ho avuto l'impressione che le cose diventino più chiare e più distinte man mano che si perviene a percepire meglio la realtà incondizionata e, quindi, tutto finalmente si trasforma in una specie di luminosità. Le cose diventano assai chiare e le demarcazioni, nettamente definite, cominciano a sfumare. Questa esperienza è nell'ordine delle percezioni?

T.R.: L'idea di luminosità non ha tanto a che vedere con una percezione intensa dei contrasti, nel senso che più si vedrebbe luce, più risalterebbe così l'oscurità. Con un simile approccio, si avrebbe

ancora la sensazione che possano esistere dei recessi misteriosi. Quello che stiamo dicendo, è che, a questo stadio, non esistono più del tutto demarcazioni nettamente definite. Non c'è più divisione. Tutte le cose risultano sprovviste di ombra.

St.: Cos'è successo dell'esperienza dell'*alaya*, di cui si è discusso durante la prima conversazione di questo seminario? E cosa accade, dell'*alaya*, sulla base di ciò che hai spiegato ora?

T.R.: Credo che abbiamo smarrito qualche parte, lungo il tragitto. La situazione si presenta nel modo seguente: qualcosa c'è, lì all'inizio, ma più niente alla fine...

St.: In un altro *stage* avevi detto che l'arte consiste nell'ottenere uno squarcio di esperienza, anziché di mettere tutto quanto in bella mostra sulla tavola. Ho l'impressione che ciò che hai effettuato qui, si è risolto col rifilarci quest'idea di squarcio. E mi sembra pure che tu non voglia darcene troppo. Tutto è così condensato. Era questo, a cui volevi arrivare?

T.R.: Credo che sia il solo modo. A me sembra che ogni descrizione non sarebbe mai completa. Anche dando una descrizione molto circostanziata, sarebbe ugualmente come un quadro dipinto con le dita.

St.: Potresti parlare più dettagliatamente di ciò che intendi dire coi termini 'rimodellare' o 'ristrutturare'?

T.R.: Parliamo di 'rimodellare' in un altro senso. Non si tratta di riplasmare o riforgiare le cose in funzione di un modello basato sul punta di vista dell'ego, del '*questo*'. In questo contesto, rimodellare equivale a cambiare. Più vi è scambio tra questo e quello e tra quello e questo, più si è in grado di dominare l'impeto, dato che non c'è minimamente nessuno che opera il tentativo di dominare. Siccome non vi è veramente né scopo né obiettivo, si è capaci di imprimere al movimento dell'energia una direzione particolare. In questo caso, modellare consiste a dare una direzione piuttosto che a far entrare le cose dentro uno stampo.

St.: Che cos'è, allora, che permetterebbe di dirigere il movimento?

T.R.: Le direzioni stesse. Poiché non vi è nessuno che dirige, la direzione stessa è la sua propria energia auto-esistente.

St.: Hai detto che l'*alaya* finisce per smarrire qualche pezzo lungo il cammino. All'inizio di questo *stage* avevi detto che il *samsara* ed il *nirvana* hanno entrambi lo stesso identico rapporto con l'*alaya*, che l'*alaya* stessa è la tela di fondo comune ad entrambi. Cosa significa il fatto che l'*alaya* costituisca insieme la tela di fondo del *nirvana* e del *samsara*?

T.R.: Credo che sia la stessa cosa, la stessa base per entrambi. Hanno origine tutti e due nel medesimo tempo.

St.: Ma allora il *nirvana* non sarebbe che un'altra versione del *samsara*...

T.R.: Sì, certamente. Se non vi fosse il *samsara*, non potrebbe esservi il *nirvana*, e viceversa.

St.: E quando parlavi di risveglio e di arrivare allo stato del cuore vuoto, vi è ancora *nirvana* a questo stadio?

T.R.: Quando parliamo di cuore vuoto, ciò non significa avere il cuore svuotato. Significa invece che il cuore è inesistente. Non penso, infatti, che vi sia altra definizione possibile. Non vi è punto di riferimento, a quel livello; non vi è più alcun punto a cui riferirsi.

St.: Se ti ho posto quella domanda, è perché avevo la sensazione che la parola '*nirvana*' avesse un senso diverso dalla parola *bodhi* o 'risveglio'. Tuttavia, dopo la tua risposta, sembra che a quello

stadio, l'idea di cammino e l'esistenza di un risveglio opposto ad uno stato dormiente, non abbiano più senso, dato che non vi è più punto di riferimento.

T.R.: Sì, infatti è così.

St.: Mi si presenta, allora, un'altra domanda: C'è la nozione di tornare indietro verso l'*alaya*, in qualche modo, come se si potesse aver accesso ad una esperienza più diretta del fondamento della confusione; e questa è descritta come un'esperienza più immediata dell'io, se ho ben capito. A questo stadio, non stai forse parlando di una esperienza più immediata del *non-io*?

T.R.: No, affatto.

St.: Sembrerebbe, allora, che tutto si riassume interamente nell'io, partendo dall'*alaya* fino alle otto coscienze, passando per ciascuno dei cinque *skandha*. Nulla, dall'*alaya* fino al *nirvana*, sarebbe altra cosa dall'io... non è così?

T.R.: Sì. A causa di questo, vi è ancora un punto di riferimento.

St.: Quindi, per dirla crudamente, il *nirvana* non è che una presa in giro...

T.R.: Sì, certamente. La tua scoperta non scopre niente di nuovo. D'altronde, tu l'hai affermato molto civilmente.

St.: Mi sembra di aver letto, in qualcuno dei tuoi libri, un passaggio in cui dici che i principi *karma* e *ratna* sono più stabili di *padma* e *vajra*; che troppo *vajra* si trasforma in *karma*, troppo *padma* in *ratna* e troppo *ratna* si trasforma in *buddha*. Avevo l'impressione che, per una ragione o per l'altra, le famiglie *padma* e *vajra* fossero più impalpabili di *karma* e *ratna*. Non pensi che sarebbe utile approfondire un po' di più questa idea?

T.R.: Beh, penso che tu abbia già detto tutto...

St.: Ebbene, perché *karma* e *ratna* sarebbero più solidi di *vajra*? Perché *vajra* e *padma* sarebbero più impalpabili?

T.R.: Credo che, se ci relazioniamo alle descrizioni date nella conversazione precedente, vedremo che il principio-*vajra* corrisponde alla coscienza, che è lo sbocciare finale del fiore, mentre *ratna* è alle fasi iniziali. *Ratna* corrisponde ad uno dei primi livelli, quello della sensazione. Esso è collegato alla terra. Io penso che ciascuno (dei cinque principi-*buddha*) è una condizione preliminare per ciascuno degli altri; ciascuno è necessario agli altri. Non si può avere un albero senza tronco come non si può avere un albero senza foglie. Sono tutti necessari. Tuttavia, quando soffia il vento, ci sono prima le foglie dell'albero, che si muovono, ed in seguito tocca al tronco. Si potrebbe dire che il tronco dell'albero si muove anch'esso, a causa del vento, grazie al tremolio delle foglie. D'altronde, si può dire ugualmente che è tutta la terra che vibra. È una situazione relativa...

St. Le energie sono una manifestazione specifica in una data situazione? Oppure sono sempre presenti ed è sufficiente guardarle per poterle vedere?

T.R.: Sì, esse si manifestano in una maniera adeguata, naturalmente. Esse reagiscono alle energie che sono presenti. Questo fatto assomiglia molto alla reazione degli elementi tra di essi.

St.: Potresti dire qualcosa sul rapporto che esiste tra le cinque famiglie-di-*buddha* ed i sei mondi?

T.R.: Questo esigerebbe un altro seminario. Rimettiamo questa domanda ad un prossimo incontro...

St.: Talvolta, parlando della famiglia-*ratna*, si fa allusione all'orgoglio. Si è orgogliosi della propria ignoranza e della propria stupidità? Si tratta di una qualità testarda, cosicché, anche se lo si

vede fare, si è talmente fieri di chi si è, e del rapporto stabilito col mondo, che ci si felicita della propria ignoranza?

T.R.: Proprio così. Credo che tu abbia ragione. L'idea è che, allorché uno crea il proprio mondo, egli inizia già ad essere molto fiero della propria espansione e delle proprie ramificazioni, ciò che, in generale, incoraggia ancora di più. Nello stesso tempo, vi è un po' di esitazione e di disagio: e così voi vi sforzate di non guardare la radice della proiezione, della ramificazione e, per mascherare ciò, diventate ancora più arroganti...

St.: Si può stabilire una equivalenza tra l'*alaya* e la breccia?

T.R.: Beh, la breccia, in qualche modo, si può dire che è artificiale.

St.: L'*alaya* è dunque artificiale? Stiamo parlando dell'*alaya* che viene dopo la separazione dualista tra questo e quello?

T.R.: L'*alaya* è proprio il mezzo propizio per questa separazione.

St.: Quindi, l'*alaya* è come una versione del *dharmakaya* fabbricata dall'io?

T.R.: Sì, qualcosa del genere. In effetti, potrebbe essere piuttosto una versione del *vajradhatu* fabbricata dall'io.

St.: Rinpoche, se non vi è nulla all'inizio e nulla alla fine, che cosa accade nel mezzo?

T.R.: Ebbene, la cosa non sta affatto in codesto modo. Sembra che vi sia qualcosa all'inizio, ma che non vi sia nulla alla fine; quindi, in mezzo, suppongo che vi sia la sparizione di quel qualcosa che poi diventa nulla. In mezzo, vi è ciò che è chiamata '*marga*', "la Via"...

St.: Nel nostro gruppo di discussione, abbiamo parlato di una correlazione possibile tra la tua descrizione verticale delle famiglie-di-buddha e la respirazione durante la pratica della meditazione. Il fattore più solido e fondamentale sarebbe la postura seduta, che si avvicina alla famiglia-buddha. Poi vi è quel movimento graduale di dissoluzione nello spazio, in armonia con l'espiazione, che verrebbe associato alla famiglia-vajra. È così? Il rapporto tra la pratica della meditazione e la tua spiegazione sarebbe del tipo macrocosmo-microcosmo?

T.R.: Lo spero bene...

St.: Durante la precedente conversazione, avevi parlato del movimento che parte dalle profondità dell'oceano e che risale in superficie, da dove è più facile osservare il mondo fenomenico. Questo punto corrisponde alla famiglia-vajra. Tuttavia, mi sembra che sia nella famiglia-buddha che si è più in contatto con i fenomeni, che sia questa posizione che ci permette di osservare meglio le cose...

T.R.: Tutto sta nella radice, e si tratta di sapere fino a che punto la radice può fare l'esperienza dei rami. Se la radice è intelligente, essa cessa allora di essere radice, poiché comincia a dedicarsi ad essere intelligente e non cerca più, riuscendovi, di aggrapparsi alla terra, come aveva fatto finora...

Appendice A)

TRANSLITTERAZIONE E TRADUZIONE DEI TERMINI TIBETANI E SANSKRITI

TIBETANO	PRONUNCIA	SANSKRITO	ITALIANO
Yid	Yii	manas	mente ordinaria, concettuale
ming dang	mindang	nama	nome
gzugs	zuk	rupa	forma
ming dang gzugs	mingdankzuk	namarupa	nome e forma
kun gzhi	kunshi	alaya	coscienza primordiale
rnam par shes pa	nampashepa	vijnhana	coscienza-deposito
skye mched drug	kyecedruk	shadayatana	coscienza sensoriale
ye shes	yeshè	jnhana	saggezza, sapienza, erudizione
shes rab	sherab	prajna	conoscenza, saggezza trascendente
'du byed	durjè	samskara	opinioni, concetti mentali
'du shes	dushè	samjnha	percezioni, impulsi mentali
skye ba	kyewa	jati	nascita
rga shi	gashi	jamarana	vecchiaia e morte
ma rig pa	marikpa	avidya	ignoranza metafisica
'khor ba	khorwa	samsara	ciclo delle esistenze
byang chub	cianciub	bodhi	illuminazione
byang chub kyi sems	cianciubkiisem	bodhicitta	mente risvegliata, illuminata
byang chub sems-dpa	cianciubsempa	bodhisattva	un essere risvegliato
chos	ciò	dharma	fenomeno, o Legge
chos dbyings	ciògnin	dhamadhatu	natura degli elementi
lhas	lè	karma	azione, o effetto dell'azione
bsam gtan	samten	dhyana	meditazione, concentrazione
snying rjè	gninjè	karuna	compassione
ne bar len pa	niewarlenpa	upadana	attaccamento
sbyin pa	jinpa	dana	generosità, il dare
rnal 'byor	neljor	yoga	yoga, unione spirituale
rnal 'byor pa	neljorpa	yogin	meditante, praticante
mkhan po	khenpo	maestro di studi
skyor dpon	kyorpon	acharya	dottore in filos. spirituale
sprul sku	tulku	maestro reincarnato
b'lama	lama	guru	maestro spirituale
rigs	rig	gotra	lignaggio, linea spirituale
dkyil 'khor	kiilkor	mandala	mandala, compos. geometrica
lam	lam	marga	sentiero (spirituale)
stong pa nyid	tombagnin	shunyata	vacuità, vuotezza
bzod pa	sòpa	kshanti	pazienza
rsam ghyas	sanghyè	buddha	Un Risvegliato
thabs	deb	upaya	metodo, mezzo, strumento
tshul khrim	tsultrim	shila	disciplina, etica

Il Dharma di Aliberth

Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
85/92 - <http://www.superzeko.net>

brtson 'grus	tsòndrù	viryà	sforzo, forza d'animo
reg pa	rekpà	sparsha	contatto, attrazione
thsor ba	tsorwa	vedana	sensazione
sred pa	sepè	trishna	desiderio, brama
srid pa	sipà	bhava	vivere, divenire
sdug bsngal	dungyè	dukkha	soffrire, sofferenza
thar pa	derwa	moksha	liberazione
bsod nams	sonam	punya	merito
phung po'	junbò	skandha	aggregati
nyon mongs	nyonmon	klesha	afflizioni mentali
byams pa	giampè	maitri	amorevolezza
bde pa	dewà	suksha	gioia, piacere, beatitudine
rgyu	ghyù	hetu	causa, condizione
bdu ma pa	jumepà	madhyamika	Via di Mezzo
rgyud	ghyùd	tantra	trama, continuità
pha rol tu phyin pa	perodujinpà	paramita	perfezione, andare aldilà
theg pa	depa	yana	veicolo, scuola
bdag	dè	atman	sé, io
ting nge 'dzin	tingezin	samadhi	stabilità meditativa

Il Dharma di Aliberth

Articoli e traduzioni di Alberto Mengoni (Aliberth) riprodotti senza revisione
dal sito "centronirvana.it" e dal bollettino "Nirvana News" che hanno cessato di esistere
86/92 - <http://www.superzeko.net>

Appendice B)

A PROPOSITO DELL'AUTORE

Il venerabile Chögyam Trungpa nacque nella provincia di Kham, nel Tibet orientale, nel 1940. Non aveva che tredici mesi quando fu riconosciuto come Tulku, ovvero maestro incarnato di primo piano. Secondo la tradizione tibetana, un maestro risvegliato – uomo o donna – può, in conformità al suo voto di compassione, reincarnarsi sotto forma umana per numerose generazioni consecutive. Prima di morire, un tale maestro lascia una lettera o un'altra indicazione circa il luogo ove si potrà trovare la successiva reincarnazione. Più tardi, dei discepoli e altri maestri realizzati studiano queste indicazioni e, basandosi su un esame attento dei sogni e delle visualizzazioni, fanno delle ricerche per scoprire e riconoscere il successore. È così che vengono stabiliti i lignaggi di insegnamento che possono, in certi casi, prolungarsi anche per parecchi secoli. Chögyam Trungpa era l'undicesimo maestro del lignaggio dei Tulku Trungpa.

Una volta riconosciuti, i giovani tulku iniziano un periodo di formazione intensiva, al fine di apprendere la teoria e la pratica degli insegnamenti buddhisti. Trungpa Rinpoche (termine onorifico che significa 'prezioso') dopo aver ottenuto l'intronazione superiore suprema dei monasteri di *Surmang* ed il governatorato del distretto dallo stesso nome, comincia un periodo di formazione che doveva durare diciotto anni, fino alla sua partenza dal Tibet, nel 1959. Come Tulku della tradizione Kagyu, Trungpa ricevette una formazione basata sulla pratica sistematica della meditazione e su uno studio teorico sottile della filosofia buddhista. Tra le quattro grandi scuole del Tibet, la linea Kagyu è conosciuta sotto il nome di 'lignaggio della pratica'.

All'età di otto anni, Trungpa Rinpoche è ordinato monaco novizio. Inizia quindi lo studio e la pratica intensiva della disciplina monacale tradizionale, come pure quella di diverse arti, cioè la calligrafia, la pittura di tanke e la danza monastica. I suoi principali maestri sono Jamgon Kongtrul di *Sechen* e Khempo Kangshar, maestri di primo piano dei lignaggi Kagyu e Nyingma. Nel 1958, a diciotto anni termina gli studi e riceve i titoli di *Kyorpon* (dottore in teologia) e di *Khempo* (maestro di studi). Nello stesso anno, è ordinato monaco.

Grandi sconvolgimenti segnano la fine degli anni cinquanta in Tibet. Siccome appare evidente che i comunisti cinesi hanno l'intenzione di prendere il potere con le armi, numerose persone, monaci, assistenti e laici, decidono di fuggire dal Tibet. Trungpa Rinpoche comincia allora un lungo e penoso viaggio di parecchi mesi per superare a piedi le montagne himalayane (di cui si possono leggere le peripezie nella sua opera *'Nato in Tibet'* (Ed. Ubaldini, Roma). Dopo essere sfuggito per un pelo ai cinesi, arriva infine in India nel 1959. Una volta in India, S.S. Tenzin Ghyatso, quattordicesimo Dalai-Lama, lo nomina Consigliere spirituale della Young Lama's Home School, situata a *Dalhousie* (India). Occupa questa funzione dal 1959 al 1963.

Riceve, in seguito, una borsa di studio dalla Fondazione Spaulding per proseguire i suoi studi ad Oxford; questa sarà per lui l'occasione di effettuare un primo incontro con l'Occidente. Ad Oxford, egli studia la religione comparata, la filosofia e le belle arti. Si interessa anche alla composizione floreale di ispirazione giapponese (*Ikebana*), e riceve un diploma di istruttore della Scuola *Sogetsu*. È in Inghilterra che Trungpa Rinpoche comincia ad insegnare il Dharma, cioè gli insegnamenti del Buddha, agli Occidentali. Nel 1968 egli fonda, insieme ad Akong Tulku, il centro di meditazione di Samyé-Ling, nel *Dumphriesshire* (Scozia). Durante questo periodo, pubblica anche due opere in inglese: *'Born in Tibet'* e *'Meditation in Action'*.

Nel 1969, si reca in Bhutan per farvi un ritiro in solitudine. Questo ritiro segnerà una svolta nel suo approccio all'insegnamento. Infatti, finito il ritiro, prende la decisione di tornare laico, mette da

parte le sue vesti da monaco e si veste all'occidentale. Sposa, anche, una giovane Inglese e lascia la Scozia in sua compagnia per stabilirsi in Nord America. Alcuni dei suoi primi allievi sono shockati e turbati da questi cambiamenti. Egli è convinto, tuttavia, che se gli insegnamenti devono prendere piede in Occidente, il *Dharma* deve essere insegnato senza trappole culturali e senza fascinazioni religiose.

Nel corso degli anni settanta, l'America visse un periodo di effervescenza politica e culturale. È l'epoca in cui l'Oriente esercita tutto il suo fascino. Trungpa Rinpoche critica l'approccio materialistico e commerciale della spiritualità che vi trova, definendola un '*supermercato spirituale*'. Nelle sue conferenze e nei libri intitolati: '*Pratica della Via tibetana*' e '*Il mito della Libertà*', egli mostra che il modo di recidere queste distorsioni del cammino spirituale è di stabilire un legame con l'aspetto diretto e semplice della pratica della meditazione. Nel corso dei diciassette anni in cui insegna nell'America del Nord, Trungpa Rinpoche ottiene una reputazione di maestro sia dinamico che controverso. Parlando correntemente l'inglese, egli è uno dei primi Lama ad indirizzarsi direttamente agli studenti occidentali senza l'aiuto di un interprete. Durante i suoi molteplici viaggi nel resto dell'America ed in Europa, effettua centinaia di incontri e seminari. Inoltre, stabilisce dei centri prestigiosi in Vermont, Colorado e Nuova Scozia, come pure numerosi centri di studi e meditazione più modesti, in un gran numero di città dei due continenti. *Vajradhatu*, fondato nel 1973, costituisce il centro amministrativo di questa rete.

Nel 1974, Trungpa Rinpoche fonda il *Naropa Institute*, divenuto ora la prima Università di ispirazione buddhista riconosciuta dagli Stati Uniti d'America. Numerosi incontri sono stati da lui tenuti presso questo Istituto ed il suo libro: '*Viaggio senza Meta*' è basato su un corso ivi tenuto. Nel 1976, ha organizzato un metodo di apprendistato chiamato *Shambala Training*, insieme di stage in cui, per alcuni week-end o periodi più lunghi, si forniscono istruzioni sulla pratica della meditazione in un contesto laico e assai adatto al tipo di vita degli occidentali. Un altro suo libro intitolato: '*SHAMBALA, la via sacra del guerriero*', offre una visione d'insieme di questi insegnamenti.

Trungpa si è interessato attivamente anche al campo della traduzione. Nel 1975, egli pubblica, con la collaborazione di Francesca Fremantle, una nuova traduzione del '*Libro Tibetano dei Morti*'. Un po' più tardi, forma il *Nalanda Translation Committee* che ha lo scopo di tradurre testi e liturgie tibetane per i propri discepoli, come pure di far conoscere al grande pubblico, le più importanti opere del passato.

È noto, anche, il suo interesse per le arti e specialmente l'intuizione penetrante con cui egli ha stabilito una relazione tra la disciplina contemplativa ed il processo artistico. Come artista, egli si è interessato alla calligrafia, la pittura, l'ikebana, la poesia, le commedie teatrali e sistemazioni architettoniche di spazi dharmici. Inoltre ha creato, al *Naropa Institute*, una atmosfera di apprendimento che attira numerosi artisti e poeti di primo piano. L'esplorazione del processo creativo alla luce dell'approccio contemplativo è andato avanti, nell'Istituto, e suscita sempre un dialogo che dà motivi per riflettere. Ha, altresì, pubblicato due raccolte di poemi: '*Mudra*' e '*Prima pensi, meglio pensi*'.

Ancora, nel corso dei suoi diciassette anni di insegnamenti in America del Nord, egli ha concepito con abilità, le strutture necessarie per assicurare ai discepoli una formazione dharmica completa e sistematica. Discorsi di introduzione ai corsi ed ai ritiri per gruppi avanzati. Questi programmi mettono l'accento sull'importanza di equilibrare lo studio e la pratica, l'intelletto e l'intuizione. Grazie a queste molteplici occasioni di formazione, discepoli di tutti i livelli hanno avuto accesso alla meditazione ed al sentiero buddhista. Sono i discepoli di lunga data di Trungpa Rinpoche che insegnano in questi successivi corsi ed offrono appropriate istruzioni per la meditazione.

Anziché limitarsi solamente ai numerosi insegnamenti collegati alla tradizione buddhista, Trungpa Rinpoche ha anche assai insistito sugli insegnamenti della tradizione di *Shambala*, che puntano sull'importanza della formazione della mente, come elemento distinto dalla pratica religiosa, sulla partecipazione alla vita in comune e la creazione di una società risvegliata, come pure sulla necessità di apprezzare la vita quotidiana.

Chögyam Trungpa Rinpoche è deceduto nel 1987, all'età di 47 anni. Ha lasciato sua moglie Diana e cinque figli. Al momento della sua morte, era considerato come uno dei precursori dell'introduzione del Dharma in Occidente. Poiché apprezzava grandemente la cultura occidentale e comprendeva a fondo la propria tradizione, egli ha potuto adottare un accostamento rivoluzionario per trasmettere il Dharma. Secondo questo accostamento, egli presentò gli insegnamenti più antichi e più profondi in una maniera perfettamente contemporanea. Gli è stato riconosciuto, anche, il coraggio e l'audacia con cui ha proclamato il Dharma: senza esitazioni, fedele alla purezza originaria e con una totale freschezza.

Che questi insegnamenti mettano radice e si propaghino per il bene degli esseri dotati di sensibilità!

NOTE

1) Il *Samsara* è la ‘ruota’ delle nascite, delle morti e delle rinascite, le cui caratteristiche sono: la sofferenza, l'impermanenza e l'ignoranza. Il *Nirvana* è l'illuminazione o estinzione delle cause dell'esistenza samsarica.

2) Il termine *ignoranza* ha differenti connotazioni in francese ed in inglese. Mentre in francese *ignorer* significa “non sapere” in inglese *to ignore* vuol dire “non tener conto di, chiudere gli occhi di fronte a, far finta di non accorgersi di”. Se uno fa finta di non accorgersi di qualcuno per non dovergli rivolgere la parola, in inglese si dice che lo si ignora. Malgrado la importantissima differenza di intenzionalità, nel linguaggio buddhista si è consacrato l'uso del termine ‘ignoranza’ nella sua accezione inglese. (In Italiano, il significato è più vicino al termine Francese. – N.d.T.)

3) Questi sono i dodici *nidana*, gli anelli della causalità che perpetuano l'esistenza karmica. Vengono elencati secondo un ordine convenzionale:

IGNORANZA (Sanscrito *avidya*, tibetano *marigpa*); ACCUMULAZIONE IMPULSIVA (o TENDENZE KARMICHE) (S.*samskara*, T.*du*); COSCIENZA (S.*vijnana*, T.*namparshepa*); NOME-E-FORMA (S.*namarupa*, T.*ming dang zuk*); SENSIBILITÀ (S.*shatayatana*, T.*kye druk*); CONTATTO (S.*sparsha*, T.*rekpa*); SENSAZIONE (S.*vedana*, T.*tsorwa*); DESIDERIO (S.*trishna*, T.*sepa*); ATTACCAMENTO (S.*upadana*, T.*nyewar lenpa*); DIVENIRE (S.*bhava*, T.*sipa*); NASCITA (S.*jati*, T.*kyewa*); ed infine VECCHIAIA E MORTE (S.*jaramarana*, T.*gashi*);

4) Il *mandala* è generalmente rappresentato in forma schematica con una divinità centrale, personificazione della sanità fondamentale della *natura-di-buddha*. La struttura di base di questa rappresentazione è un palazzo con un cortile centrale e quattro porte orientate verso i quattro punti cardinali.

5) Il *kriyayoga* pone l'accento sulla purezza e sul fatto che tutti i fenomeni si caratterizzano attraverso la loro purezza inerente, la loro natura sacra e l'assenza di fissazioni.

6) “*Sitting bull*” (Toro Seduto) è il nome di un celebre capo e guerriero Sioux del XIX secolo, al quale il *Vidyadhara* ha già fatto allusioni altrove. (N.d.T.)

7) *Madhyamaka*: Scuola del *Mahayana* basata sulla dottrina di *Shunyata*, che sottolinea il fatto che ogni quadro concettuale è totalmente “vuoto” di “realtà”.

8) Il *bodhisattva* è qualcuno che si è impegnato nella via *Mahayana* della Compassione e che pratica le sei *paramita*, e cioè:

GENEROSITÀ (S. *dana*, T. *jinpa*); DISCIPLINA (S. *shila*, T. *tsultrim*); PAZIENZA (S. *kshanti*, T. *sòpa*); SFORZO (S. *viryà*, T. *tsondrù*); MEDITAZIONE (S. *dhyana*, T. *samten*); e SAGGEZZA (S. *prajna*, T. *sherab*);. Per indicare che ci si assume la responsabilità di un bodhisattva, si pronuncia un voto, in presenza del proprio maestro, in virtù del quale ci si dichiara pronti a rinunciare alla propria illuminazione, lasciandola da parte, al fine di poter operare per il bene di tutti gli esseri senzienti.

9) ... Nel senso di ignoranza attiva e voluta. (vedi nota 2).

10) Il termine inglese “*pride*” non fa distinzione fra i due.

11) Le *dakini* (quelle che camminano nel cielo) sono divinità femminili astute e gioiose, che rappresentano lo spazio fondamentale della fertilità, da dove sorge il gioco del *samsara* e del *nirvana*.

12) Il *dharmadhātu* è lo spazio che contiene tutto, la totalità incondizionata, senza origine ed immutabile, nella quale sorgono, dimorano e scompaiono tutti i fenomeni. Il *dharmakaya* è l'illuminazione stessa, la saggezza aldilà di ogni punto di riferimento, la mente primordiale che non ha origine né contenuto.

13) Per comprendere il senso della parola *lineare*, qui, bisogna rifarsi a ciò che il *Vidyadhara* dirà un po' più avanti, quando parla di “viaggio lineare”. Qui, ‘lineare’ sembra far allusione ad una sequenza nella quale una cosa segue l'altra, come in un processo ordinario. I veloci sguardi che la sentinella (il controllore) getta avanti e indietro nel corso del processo concettualizzato potrebbero finire per dargli l'impressione che egli mantiene una solida base, che si contrappone ad un confine spazioso. Questi piccoli controlli -con retrospettive e previsioni su quel che accade- e che servono a confermare l'esistenza di una base, sarebbero come le sigarette svincolate alla frontiera (cioè dannose, malgrado siano state lasciate passare).

14) La 'Ruota del Divenire' è una rappresentazione simbologica dell'esistenza samsarica. Essa è tenuta, tra le mani, da YAMA, il Signore della Morte.

15) La "Natura-di-Buddha" è l'essenza risvegliata, inerente a tutti gli esseri senzienti.

16) La PRAJNA (Tib. *sherab*) cioè *conoscenza*, è l'acutezza o coscienza naturale che percepisce e discrimina le cose e che vede, nel medesimo tempo, attraverso la discriminazione concettuale. La *prajna* "inferiore" comprende tutte le conoscenze mondane, cioè utili nel mondo, come cucinare, ecc. La *prajna* "superiore" si divide in due stadi: il primo consiste nel vedere i fenomeni come manifestazione dell'impermanenza, della sofferenza e dell'assenza di 'io'; il secondo, invece, nell'aver una conoscenza diretta delle cose così come sono nella loro realtà. La JNANA (T. *yeshé*) cioè *saggezza*, è l'attività di *saggezza del risveglio*, che trascende ogni concezione dualista; il nostro essere diventa allora spontaneamente *saggezza*, senza che noi si sia obbligati a cercare qualche altra *saggezza*. Il termine tibetano significa letteralmente: "Conoscenza Primordiale".

17) Allusione ad una scenetta (*gag*) dei celebri umoristi Abbott e Costello, dell'epoca dei film muti e dei primi sonori. In una partita di baseball, uno dei giocatori si chiama "Chi", un altro si chiama "Cosa", un terzo si chiama "Egli", e così via. Uno dei personaggi dello sketch ha visto la partita e cerca di spiegare all'altro 'chi ha fatto cosa', ma quello non capisce niente e si ingarbuglia completamente... e così il pubblico...

18) L'AMRITA è una bevanda alcoolica benedetta, utilizzata in alcune pratiche meditative tantriche del *Vajrayana*.

19) Nel Buddhismo, gli *yana* o veicoli, sono dei livelli progressivi di insegnamenti spirituali ed intellettuali e di pratiche meditative. I tre principali 'yana' sono lo Hinayana o 'Piccolo veicolo', il Mahayana o 'Grande veicolo' ed il *Vajrayana* o 'Veicolo Indistruttibile'. L'*Hinayana* è diviso in due "yana" secondari ed il '*Vajrayana*' in sei, cosicché fa un totale di nove "yana".

20) I MAHAKALA sono divinità corrucciate la cui funzione è di proteggere il praticante dalla tendenza di autoingannarsi e di fuorviarsi.

21) Questo paragrafo ed il seguente poggiano su un cambiamento di senso subito a causa dell'espressione inglese 'self-conscious'. Questa espressione che, nel senso giusto, significa "cosciente-di-sé", vuol dire, in senso figurato, sia "imbarazzato, timido, confuso, sentirsi a disagio, chi non è sicuro di sé", e sia "compunto, posato, privo di naturalezza". Il cambiamento di senso è dovuto all'idea che, se ci si osserva troppo, si perde la propria naturalezza e si diventa sia molto goffi, che molto affettati.

22) Allusione all'insegnamento buddhista delle "otto coscienze", proveniente dalla Scuola *Yogachara*. Le prime cinque coscienze sono le coscienze sensoriali. La sesta è la mente (S. *manovijnana*, T. *Yi kyi namparshépa*), che coordina le informazioni derivanti dalle coscienze sensoriali in maniera, per esempio, che il colore, la forma e l'odore di un limone siano attribuiti allo stesso oggetto. La settima coscienza (S. *klesha-manas*, T. *nyòñ-yi*) è la mente velata o torbida che fa nascere la soggettività o coscienza di sé. Essa porta con sé il sentimento di dualità embrionale. La ottava coscienza (S. *alaya-vijnana*, T. *kunshi namparshépa*) è la coscienza di fondo, relativamente indifferenziata. Essa è anche chiamata "coscienza-deposito" perché contiene i germi delle attività karmiche provenienti dal karma del passato, che generano a loro volta ancora karma, quando vengono elaborati dalle altre sette coscienze. La nuova attività lascia anch'essa tracce karmiche nell'*alaya*, così da perpetuare il ciclo all'infinito.

23) Vedi nota 22, qui sopra.

24) Vedi nota 27, più avanti.

25) *Don Juan*, in questo caso, non è il personaggio seduttore del teatro spagnolo o della psicanalisi, ma lo stregone 'yaqui' dei libri di Carlos Castaneda.

26) Gioco di parole basato sul senso letterale dell'espressione: 'no man's land, cioè "terra di nessuno".

27) Nella discussione che segue, il *Vidyadhara* (Chögyam Trungpa) riprende la concordanza tradizionale che il *Vajrayana* riconosce tra le cinque famiglie-di-buddha ed i cinque *skandha* o elementi costitutivi dell'ego. Le cinque famiglie-di-buddha sono presentate nel seguente ordine: *buddha*, *ratna*, *padma*, *karma* e *vajra*; esse sono correlate rispettivamente con gli *skandha*: 1) FORMA (S. *rupa*, T. *zuk*), SENSAZIONE (S. *vedana*, T. *tsorwa*), IMPULSO (S. *samjna*, T. *dushé*), CONCEZIONE (S. *samskara*, T. *dujé*), e COSCIENZA (S. *vijnana*, T. *namparshépa*).

In seguito, il Vidyadhara preferirà la traduzione “PERCEZIONE” al posto di ‘Impulso’ per il terzo skandha, e “FORMAZIONI MENTALI” al posto di ‘Concezione’ per il quarto.-

28) La questione allude alla descrizione dello sviluppo dell’ego, data dal Vidyadhara nel suo libro “*Pratica del Sentiero Tibetano*”. L’origine della dualità, nel primo *skandha*, è descritta come una plaga desertica molto estesa, nella quale un granello di sabbia alza la testa e percepisce se stesso.