

La Visione del Dhamma

di Ñyāṇaponika Thera *

(...) Quando si tratta di buddhismo e di meditazione, è inevitabile nominare il Venerabile Ñyāṇaponika Thera. Nato e cresciuto in Germania agli inizi del '900, è profondamente radicato nell'oriente buddhista (in Sri Lanka, dove ricevette l'ordinazione a monaco nel 1937, e dove risiede da oltre mezzo secolo). Nel corso della vita è riuscito, e riesce ancor oggi ultraottantenne, a gettare un ponte tra due mondi, trasmettendo l'insegnamento del Buddha in una forma totalmente autentica, ma accessibile agli occidentali. Egli, infatti, conosce bene, per averli vissuti, la condizione e le angosce dell'occidentale moderno, e allo stesso tempo, in quanto monaco nell'antichissima tradizione theravāda, vede con chiarezza quanto quella millenaria saggezza possa dare al mondo di d'oggi.

La recente pubblicazione da parte di un così autorevole maestro di un nuovo importante volume, *La Visione del Dhamma*, non può non rappresentare un avvenimento significativo per gli studiosi e i praticanti dell'insegnamento del Buddha. L'avanzata età dell'autore, conferisce a quest'opera il carattere di un

* Recensione di A. Solé-Leris in *Paramita*, op.cit, 1988/27, col titolo *Una guida teorico-pratica per i buddhisti occidentali*. Estratto. Articolo risale a quando Ñyāṇaponika T. (1901-1994) era ottantasettenne.

riassunto degli insegnamenti dispensati nel corso di una vita consacrata al Dhamma, al suo studio e alla sua amorevole diffusione. (...)

Il volume ha la prefazione di Erich Fromm, che illustra l'importanza dell'Autore per il mondo occidentale, l'introduzione del Ven. Bhikkhu Bodhi, con un profilo biografico dell'autore e una breve, luminosa presentazione dell'insegnamento secondo la tradizione theravāda; è completato da un glossario di termini pali, e da una bibliografia delle opere dell'autore, in inglese e in italiano.

Riassunto degli insegnamenti, ho accennato. Ed è precisamente così che l'opera è stata concepita dal curatore Bhikkhu Bodhi. *La Visione del Dhamma* raccoglie tutti gli scritti originali (cioè esclusa la gran parte delle sue traduzioni commentate di testi pali) prodotti dal Ven. Nyanaponika, in inglese, durante il trentennio in cui ha operato nella *Buddhist Publication Society*. La raccolta è articolata in modo da dare al lettore una visione chiara e accessibile, ma non per questo meno profonda e penetrante, degli aspetti essenziali dell'insegnamento del Buddha, sui quali sono d'accordo tutte le scuole e tradizioni del buddhismo, senza eccezioni.

Inizia con *La vecchia pelle consunta*, un saggio sul *Discorso del serpente (Uraga Sutta)*, brano iniziale del *Sutta Nipāta* (uno dei più antichi e autorevoli testi del Canone pali), tradotto e ampiamente commentato. Esso tratta di chi, riuscendo a eliminare le contaminazioni e delusioni che intaccano la mente, si libera dalle dualità dell'esistenza condizionata 'come un serpente lascia la vecchia pelle consunta'.

Segue *Il potere della presenza mentale*, che sviluppa il discorso (iniziato ne *Il Cuore della Meditazione Buddhista*) sulla pratica della retta attenzione (settimo fattore dell'Ottuplice Sentiero), sottolineando la sua grande efficacia nonché la sua indispensabilità per lo sviluppo della consapevolezza meditativa, unico modo per conseguire la purificazione della mente e, con essa, la liberazione.

Le radici del bene e del male illustra con acutezza l'universale influsso di quei tre stati mentali, identificati dal Buddha come radici della sofferenza: desiderio, avversione e illusione; nonché la necessità di coltivare i loro antidoti, cioè l'assenza di desiderio, avversione e illusione.

Il quarto saggio riguarda *I quattro nutrimenti della vita*. La parola 'nutrimento' correntemente è usata per indicare il cibo materiale, ma nell'insegnamento del Buddha ha un'accezione più ampia, che tiene conto di tutti i fattori che sostengono lo svolgimento dei processi vitali, sia fisici sia mentali, e delle conseguenze karmiche. Questi 'nutrimenti' si articolano in quattro livelli: per il corpo, il cibo propriamente detto; per la mente, le impressioni sensorie, gli atti della volontà (che, precisamente, generano la dinamica del karma e i suoi frutti) e l'operato dei processi conoscitivi (coscienza). Questo saggio colma una lacuna: questo è un aspetto dell'insegnamento spesso non trattato in Occidente, forse perché, a torto, considerato come implicito appello a uno spiacevole ascetismo. Tratta, invece, del saggio uso dei diversi 'nutrimenti', cioè funzionalmente e senza attaccamento, senza mai dimenticare che il Buddha insegnò la via di mezzo, l'equilibrio:

L'abbandonarsi alla sensualità è cosa vile, comune, volgare, turpe e niente vantaggiosa; l'abbandonarsi alla propria mortificazione è cosa dolorosa, turpe e niente vantaggiosa. Questi sono i due estremi che evita la Via Media, perfettamente compresa dal Perfetto, la via che fa vedere, conoscere e che conduce alla pace, alla comprensione diretta, all'Illuminazione, al Nibbāna.

Così disse il Buddha nel suo primo sermone, *Il discorso sulla messa in moto della ruota della legge (Dhammacakkapavattanasutta)*, LVI, 11, *La raccolta dei discorsi raggruppati per argomenti (Samyutta Nikāya)*.

(...) Con i tre brani seguenti, come osserva Bhikkhu Bodhi nell'Introduzione, “entriamo nella fase ascendente dell'insegnamento, che corrisponde alle ultime due nobili verità: il sentiero e la meta.”

(p. 23)

Il Triplice Rifugio espone la prima mossa verso la salvezza compiuta da chi, ricevuto il messaggio del Buddha, decide di fare qualcosa di concreto per migliorare la sua situazione esistenziale e si rivolge alle *Tre Gemme* per il tradizionale rifugio: il rifugio presso il Buddha, il Dhamma e il Saṅgha. Qui l'autore molto giustamente richiama l'attenzione sul senso sia trascendentale sia concreto del triplice atto di cercare rifugio, che soddisfa le necessità della psiche ai livelli volitivo, razionale ed emotivo e definito come “un atto consapevole di volontà, volto verso la liberazione, fondato sulla conoscenza e ispirato dalla

fede”. (p. 184)

Ne *I quattro stati sublimi*, che ben possono essere definiti le quattro virtù cardinali del buddhismo: benevolenza o amore universale (*mettā*), compassione (*karuṇā*), gioia altruistica (*muditā*) ed equanimità (*upekkhā*), l'autore cita i relativi passi fondamentali dai discorsi del Buddha; spiega il senso profondo dell'attributo eccellenti o sublimi: “rappresentano il modo giusto o ideale di comportarsi nei confronti degli esseri viventi” (p. 192); e fornisce spunti per il loro sviluppo meditativo.

È questo un capitolo sul quale vale la pena di soffermarsi, poiché questi stati hanno una funzione fondamentale nello sviluppo morale e spirituale, importante per la progressiva realizzazione della visione penetrativa. Equanimità e benevolenza (che implicano compassione e gioia altruistica: le loro manifestazioni riguardo a sofferenze e gioie altrui) sono complementari e, nello stesso tempo, sia mezzo per la realizzazione sia risultato della stessa. L'importanza capitale dell'equanimità è evidente: un animo equilibrato, non turbato da attaccamento e avversione, è l'unica base possibile della benevolenza, cioè di un amore disinteressato, di un reale altruismo. La benevolenza, come amore puro e disinteressato verso tutti gli esseri, è l'espressione naturale del livello di realizzazione e comprensione esperienziale del praticante. Suoi sommi esempi sono la decisione del Buddha, dopo l'Illuminazione, di aiutare gli altri a ottenere la stessa realizzazione, e il modo totalmente disinteressato con cui si dedicò all'insegnamento, per più di quaranta anni e per il bene di tutti gli esseri.

Con *Anattā e Nibbāna*, l'ultimo dei saggi estesi, arriviamo alla considerazione di due punti fondamentali: l'inesistenza dell'*io* (*anattā*), e la meta finale della soteriologia buddhista, il Nibbāna. Due cardini dell'insegnamento del Buddha che vanno confrontati nella ricorrente domanda degli occidentali perplessi: "Se non esiste un'entità duratura, che cosa è ciò che raggiunge il Nibbāna?" La risposta non è facile, anzi, a livello discorsivo, è impossibile, poiché si tratta di verità esistenziali e, per definizione, non riducibili a concettualizzazioni. Il non-*io* e il Nibbāna non sono temi atti alla speculazione filosofica, ma sono vissuti mediante la pratica delle discipline etico-mentali riassunte nell'Ottuplice Sentiero.

Ciò nondimeno, le perplessità di quelli che chiedono aiuto devono essere affrontate, in modo che possano accettare, inizialmente come ipotesi di lavoro (che è tutto quello che ci chiede il Buddha), quell'analisi della realtà che diverrà poi ogni volta più convincente alla luce della propria esperienza. A questo livello, dunque, si può e si deve aiutare l'indagante a non cadere negli errori più grossolani, come sono quelli, tanto comuni, di 'interpretare' l'insegnamento come una dottrina nichilistica (il Nibbāna come estinzione), o eternalistica (il Nibbāna come un genere di eternità goduta da un super sé trascendente). Errori ambedue sorti dalla tendenza (profondamente radicata nella mente non allenata a seguire la Via di Mezzo) a considerare tutto in termini dualistici.

Nel trattare tali questioni fondamentali, la concisione e la chiarezza espositive, che hanno sempre di-

stinto l'autore, sono particolarmente impressionanti. La sua acuta analisi, articolata con gli elementi della tradizione theravāda, ma valida, nell'essenziale, per tutte le tradizioni del buddhismo genuino, riesce a dare, anche al lettore generico, un valido senso della realtà, oltre gli estremi di nichilismo ed eternalismo, di "una via che può essere percorsa, di una meta che può essere raggiunta, di una felicità che può essere sperimentata ora" (p. 224).

La sezione finale, *Saggi brevi*, ne comprende otto che illuminano in modo penetrante aspetti specifici dell'insegnamento:

Vedere le cose così come sono illustra le tre caratteristiche fondamentali dell'esistenza, cioè l'impermanenza (*anicca*), la sofferenza (*dukkha*) e il non-io (*anattā*).

Il Buddhismo e l'idea di Dio chiarisce un tema sul quale tanto di errato e contraddittorio è stato scritto in Occidente, e ribadisce che nell'insegnamento del Buddha non c'è posto per nessuna forma di divinità eterna e onnipotente, sia personale sia impersonale.

La devozione nel Buddhismo sottolinea l'importanza di evitare gli eccessi emotivi (che possono essere un serio ostacolo per lo sviluppo di un carattere equilibrato) pur mantenendo, nel riguardo del Buddha, del Dhamma e del Saṅgha un atteggiamento di riverenza e di devozione che sia "la naturale effusione di una vera comprensione e l'effetto di una profonda ammirazione di ciò che è grande e nobile" (p. 235), e illustra brevemente i vantaggi delle meditazioni devozionali.

Il coraggio della fede spiega come essendo l'idea di Dio estranea al Dhamma, la fede buddhista non è, né può essere, “semplicemente il credere nell'esistenza di una cosa o nella verità di una formula di confessione”, ma consiste “nell'aver fiducia nell'efficienza purificatrice e liberatrice” del modo di vita configurato dall'Ottuplice Sentiero (p. 240).

Perchè mettere fine alla sofferenza ribadisce energicamente la dimensione altruista del buddhismo anche theravāda, facendo capire che nell'aspirare a porre fine alla sofferenza “non dovremmo pensare solamente alle nostre afflizioni, ma anche al dolore e alle sofferenze che infliggiamo agli altri, finché non abbiamo raggiunto la perfetta innocuità di un cuore libero dalle passioni e la chiara visione di una mente liberata” (p. 242), e mettendo in evidenza che “la nostra responsabilità, che è sempre più grande, per tanta sofferenza e infelicità nel mondo, dovrebbe essere un ulteriore e potente incentivo a diventare santi e perfetti anche per il bene degli altri” (p. 244).

Il kamma e il suo risultato getta luce su un altro argomento spesso mal compreso in Occidente, sottolineando l'importante aspetto della modificabilità del *karma*, il margine di libera scelta in quanto “la legge che governa il *kamma* non opera con inflessibilità meccanica, ma permette una gamma considerevolmente ampia di modificazioni dei suoi risultati” (p. 247).

La contemplazione delle sensazioni e *La protezione della presenza mentale* illustrano l'importanza di sviluppare e perfezionare la consapevolezza per raggiungere lo scopo enunziato nel primo dei saggi brevi, cioè ‘vedere le cose così come sono’, nelle parole

del Buddha,

l'unica via per la purificazione degli esseri, per la vittoria sul dolore e sul lamento, per la realizzazione del Nibbāna.

(Mahā-Satipaṭṭhānasutta, Il grande discorso sui fondamenti della presenza mentale, 22, Dīgha Nikāya, La raccolta dei discorsi lunghi).

Il lettore ha così oggi fra le mani un'insostituibile guida per addentrarsi nella conoscenza del Dhamma, e un libro di portata che non esito a definire storica, per l'importanza del suo autore, come legame fra Oriente e Occidente, in tempi di confronto particolarmente fruttuoso fra i due mondi.