Buddhismo: l'appassire dei fiori ci insegna a non soffrire

Liberamente tratto da:

Giangiorgio Pasqualotto, Dieci lezioni sul Buddhismo, Marsilio, 2017

Selezione del brano, guida alla lettura e biografia a cura di Pino Pignatta

Guida alla lettura

«Il Buddha insegna che malattia e morte sono parte della vita, sono due aspetti della stessa realtà. Siamo noi che le separiamo e dunque soffriamo. Interpretiamo malattia e morte come un'ingiustizia, piuttosto che come un evento naturale. Ma in un fiore che cade non c'è errore. E' la via delle cose».

Dario Doshin Girolami, abate del Centro Zen «L'arco», Roma

«Anche se li amiamo, i fiori appassiscono. Anche se le detestiamo, le erbacce crescono».

Detto Zen

Due spunti di riflessione, o meglio, due angoli di osservazione sulla vita assai lontani da quelli occidentali, che ci riconducono a uno dei cardini del pensiero buddhista: l'impermanenza di tutte le cose, di tutti i fenomeni mentali e fisici. Tutto è soggetto a cambiamento, a dissoluzione. Non accettarlo, resistere a quel cambiamento, opporre resistenza, combattere contro l'accadere delle cose, genera sofferenza, in tutte le sue forme: fisica, psicologica, sociale. Sofferenza generata dalla brama, dai desideri, i quali a loro volta generano attaccamento alle cose e alle persone.

Il buddhismo non è altro che questo: una via di liberazione dalla sofferenza, al termine della quale c'è il Nirvana. Che tuttavia non è, come nella nostra tradizione nata dalle radici giudaico-cristiane, un paradiso dove si va se abbiamo vissuto la nostra vita nel timor di Dio e osservando i suoi precetti. Il Nirvana è il raggiungimento della liberazione dalla sofferenza, qui e ora, in questa vita.

E uno dei modi per liberarci dalla sofferenza, nel pensiero orientale, è accettarla per quello che è: prima non c'era, poi arriva, poi in qualche modo cessa. Perché anche la sofferenza, come ogni pensiero, come ogni bellezza, come ogni giovinezza, come ogni esistenza, come ogni forma animale o vegetale, come ogni inspirazione e come ogni espirazione, è impermanente. Separare la malattia dalla morte, come si separa il grano dal loglio, significa resistere al cambiamento, avere una mentalità dualistica, mentre malattia e morte sono espressione dell'unica realtà della vita: nonostante tutto l'amore e la cura che possiamo infondere, accade che il fiore appassisce, e l'unico modo di non farlo appassire è non coglierlo, lasciarlo cioè all'unità del Tutto. Ma anche così, anche amandolo così, è destinato ad appassire.

Tutto ciò è lucidamente presente in un altro insegnamento del buddismo Zen: «Diventa uno con ciò che temi e smetterai di aver paura. Diventa uno con il dolore e smetterai di avere dolore. Tutto ciò che ci spaventa o ci ferisce, perde le proprie forze nel momento in cui smettiamo di combatterlo».

Approfondiamo queste riflessioni leggendo alcuni frammenti di un libro scritto da uno dei più grandi studiosi italiani di buddhismo, Giangiorgio Pasqualotto.

© 2020 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

Una caratteristica determina l'originalità degli insegnamenti del Buddha rispetto a quelli di altri fondatori di religioni universali: egli non parla come Dio, né come Figlio di Dio, né in nome di Dio come suo Profeta. **Le sue parole nascono da un'esperienza tutta umana, originata e accompagnata da una riflessione sul problema del dolore**.
Secondo il Buddha, la vita felice non dipende dalla soluzione dei grandi problemi metafisici: qualsiasi sia la posizione che si assume nei riguardi di essi, esistono comunque la nascita, la vecchiaia, la morte, la sofferenza, «di cui già in questa vita io insegno a realizzare la fine».
Quest'ultimo riferimento alla sofferenza ci avvicina alla prima delle quattro "Nobili Verità", dukkha. Di solito si traduce questo termine con "sofferenza", il che, letteralmente, è giusto. Ma è da ricordare che nell'Anguttara Nikāya [un testo che fa parte del Canone Pali, la più antica raccolta di testi e discorsi del Buddha storico] è contenuta una lista di felicità, da quelle materiali a quelle più spirituali, le quali sono dette «impermanenti, dukkha e soggette a cambiamento (anicca dukkha viparināmadhamma)». Si può allora cogliere il significato di dukkha ricordandosi di associare sempre l'idea di sofferenza a quella di impermanenza (aniccatā): ogni elemento, fenomeno o aspetto dell'esistenza, per quanto stabile possa apparire, si rivela essere, sempre e comunque, impermanente; **e, in quanto impermanente, produce sofferenza in chi continua, invece, a crederlo permanente**.
A questo punto si potrebbe osservare che la prima della quattro Nobili Verità [«Tutta la vita è dukkha, sofferenza»] sembra gettare un'ombra gelida di pessimismo sull'intera concezione buddhista della vita e della realtà. Tuttavia, è da ricordare innanzitutto che, in generale, a questa prima Nobile Verità fanno poi seguito la terza e la quarta Verità, le quali individuano ed esprimono, rispettivamente, la possibilità e i modi per estinguere le cause del dolore. In particolare, poi, è da notare che **se tutto viene riconosciuto e dichiarato impermanente, anche la sofferenza deve essere riconosciuta impermanente**. Infine, è da osservare che un'interpretazione pessimistica di dukkha non appare legittima perché non risulta da un giudizio di valore, ma dalla semplice e inequivocabile constatazione del fatto che la qualità dell'impermanenza (aniccatā) è propria di ogni elemento, fenomeno e aspetto della realtà.
Tale constatazione qualifica la posizione del Buddha né come pessimistica né come ottimistica, ma come realistica: **la realtà non va giudicata né buona né cattiva, ma impermanente, sia nel bene che nel male**. Non a caso il Buddha, per questa sua attitudine realistica, è stato spesso paragonato a un buon medico che non minimizza né esagera la malattia del paziente, ma cerca, sulla base di una diagnosi corretta, la terapia più efficace. Questa attitudine si condensa nel nucleo forte, e nel contempo semplice, del suo insegnamento: «O monaci, in passato e ora, quello che io insegno è una cosa soltanto: la sofferenza e il superamento della sofferenza».

Biografia

Giangiorgio Pasqualotto, 74 anni, vicentino, è stato professore di Estetica e Storia del pensiero buddhista all'Università di Padova. Ha contribuito a fondare l'associazione Maitreya di Venezia per lo studio della cultura buddhista ed è stato presidente della Scuola Superiore di Filosofia orientale e comparativa di Rimini. Dopo essersi occupato per anni della Scuola di Francoforte e del pensiero di

Nietzsche, negli ultimi trenta si è dedicato allo studio del buddhismo e del taoismo.