

Il significato di vivere la realtà della vita

Ho appena detto che la realtà della vita è vivere la vita così come è, e che *zazen* è l'*operare in atto* di questa realtà di vita; però esiste qualcosa di altro all'infuori della realtà del vivere la vita così come è? Insomma, è forse possibile vivere al di fuori della realtà? Messe così le cose, è ovvio che qualunque sia il nostro modo di vivere, per il solo fatto di essere vivi stiamo vivendo la realtà della vita, e non esiste un luogo che sia «fuori» da questa realtà. Ovunque siamo, sempre, stiamo vivendo la nostra vita reale. Eppure, nonostante ciò, c'è la possibilità di vivere avendo *perso di vista* la realtà vera della vita, e di conseguenza di patire e di soffrire la propria esistenza.

Un esempio concreto. Un giorno è venuta a parlarmi e a chiedere consiglio una donna di circa quarant'anni. Si vedeva chiaramente quanto fosse addolorata e turbata. Mi raccontò che fin dall'infanzia aveva avuto una vera passione per la pittura, e fin da bambina aveva dimostrato un notevole talento. Perciò, giovane ventenne, con il sostegno dei genitori era andata a vivere a Tokyo dalla campagna, per studiar arte e coronare il sogno di diventare pittrice. Ebbe immediatamente successo; i suoi quadri furono esposti, vinse numerosi premi, la critica la lodò come una giovane, bella promettente artista. Ma un ostacolo offuscò il suo brillante inizio. Proprio quando iniziava ad essere conosciuta e stava per affermarsi, il padre ebbe un rovescio economico e perse tutto ciò che aveva. Era ancora aleatorio, per lei, vivere dei proventi della vendita dei suoi quadri, e inoltre era preoccupata per i genitori che passavano momenti difficili; decise così di tornare al paese, e di occuparsi esclusivamente dei suoi. Gli anni passavano, i genitori si fecero vecchi. Ma la passione per la pittura non si affievoliva, e non la lasciava tranquilla: non poteva restare a inaridire e avvizzire in quel paesino. Così, qualche anno prima della sua visita a me, aveva deciso di recarsi nuovamente a Tokyo, per tornare ad essere un artista, facendo nel frattempo qualche lavoretto per vivere. Si era portata con sé i genitori, di giorno lavo-

rava, di notte si dedicava con passione alla pittura. Era andata avanti in questo modo per qualche anno, però questa volta, a differenza del tempo dei suoi vent'anni, nessuno l'aveva presa in considerazione. Questa volta nessuno dei quadri che esponeva e in cui riponeva tante speranze ottenne alcun riconoscimento. Non riuscì quindi a venderne neppure uno, e doveva continuare a lavorare soltanto per il mantenimento; le vennero meno coraggio e energia. Lamentando la sua disgrazia mi disse in lacrime: «Sono sfortunata e infelice. Non ho potuto sfruttare il mio talento, solo perché i miei genitori sono rimasti senza mezzi».

Pur comprendendo i suoi sentimenti e compatendo il suo destino che le aveva impedito per avverse circostanze di affermare il proprio talento artistico, tuttavia mi permisi di parlarle con franchezza: «Il suo modo di pensare è completamente errato. È assurdo pensare che sia normale avere delle proprietà di famiglia: normale è non possedere niente. Eppure, nel suo caso, lei ha potuto studiare la sua amata pittura, fino a vent'anni, grazie ai beni della sua famiglia. È una cosa assolutamente fuori del comune, di cui dovrebbe solo essere grata. Per di più, sono oramai passati venti e più anni da quando ha perso tutto. Adesso non ha più niente, e stare a lamentarsi ora dicendo "Ah! se non avessimo perso tutto, allora..!" significa soltanto farsi trasportare da fantasmi del passato, ed è del tutto privo di senso. Ora lei deve aprire bene gli occhi alla realtà presente, partendo da se stessa, un io completamente nudo, senza proprietà e nient'altro.

Oltretutto, quando aveva vent'anni, portava i quadri alle mostre, li esponevano, ha persino vinto dei premi. Continuare a pensare a quei tempi, col desiderio di provare ancora quelle soddisfazioni, è un tormento che deriva ugualmente dall'essere preda di fantasie; getti via il sogno di provare ancora il gusto dei vent'anni, per partire dalla sua realtà di adesso.

Ancora una cosa: l'aspetto più importante, quello fondamentale della sua storia, è che lei dipinge perché le piace dipingere, lo fa per passione. Tanto le deve bastare. Rattristarsi a tal punto perché non si vendono i quadri che a lei piace dipingere, dimostra che sta pretendendo troppo. Procurarsi di che vivere lavorando è del tutto normale. Una volta assicurato il sostentamento, lei si può godere la gioia di continuare a dipingere per piacere. Ha avuto in dono il talento e la passione per dipingere: non è forse sufficiente per rallegrarsi di poter avere una vita ricca di significato, indipendentemente dal riconoscimento o meno degli altri?

Anche nel mio caso, non faccio zazen per vendere lo zazen. Da trent'anni conduco una vita di zazen, e per i primi venti sono stato

completamente ignorato: ho fatto zazen nell'oscurità, in condizioni di povertà tali da non essere mai certo di mangiare.

Eppure, proprio per aver fatto zazen in quelle condizioni, ho potuto trovare il senso della mia propria vita. Negli ultimi dieci anni, questo mio stile nel fare zazen ha avuto una certa risonanza, e sono venute delle persone a motivo dello zazen, ma neanche adesso ho la benché minima intenzione di vendere zazen o cose del genere. Io faccio zazen, e questo è tutto. Dipingere quadri, per lei, è realmente vitale ora: non ce n'è forse abbastanza per essere, tutto sommato felice?».

Quella persona comprese pienamente il senso delle mie parole, e quando se ne andò aveva il volto rasserenato.

Naturalmente noi, chiunque di noi, in realtà stiamo sempre vivendo la nostra vera vita, eppure, indipendentemente da ciò, ci capita di non veder più la realtà della nostra vita. Preda di fantasmi del passato, schiavi dei rapporti con gli altri, siamo trascinati, in balia di fantasie: si sviluppa un senso di vuoto, di abbandono, un misto di sofferenza e risentimento, di pena e di astio.

Una volta mi recai in un luogo fuori città. Guardando da lontano, si poteva vedere un bosco sul fianco della montagna, e, fra gli alberi, il tetto di un grande tempio. Mi raccontò un uomo del posto che prima il tempio era molto più grande, ma in seguito a un incendio che lo aveva distrutto era stato ricostruito in dimensioni ridotte com'era ora. Mi fece da guida e salimmo una lunga scalinata di pietra. Man mano che ci avvicinavamo, potevo vedere una splendida costruzione che, oltre a non aver niente di piccolo, non faceva assolutamente pensare a una costruzione recente. Mi sembrò strano in relazione alle sue precedenti spiegazioni, e gli chiesi quanto tempo prima fosse bruciato. «Ai tempi di Kamakura», rispose. Kamakura è il nome di un'epoca storica del Giappone che va dal 1185 al 1333. Può darsi che durante l'epoca Kamakura lì vi fosse un tempio ancora più grande, ma si trattava di sette, ottocento anni prima. Mi venne da ridere, perché da come l'uomo aveva detto «prima dell'incendio» avevo pensato parlasse di cinque o sei, a dir tanto, di venti, trent'anni prima. Mi sorprese il fatto che la gente del posto, nel riferire un fatto di cui certo non erano stati testimoni, lo pensasse come accaduto il giorno prima.

D'altro canto, a ben pensarci, un fatto accaduto sette, ottocento anni fa è certo un avvenimento recente. Gli ebrei ricordano la costruzione del tempio di Salomone avvenuta migliaia di anni fa come se fosse ieri. A dire il vero, quando si dice *ricordare* dovrebbe trattarsi di qualcosa di cui si è fatta personale esperienza durante la propria vita, però in questi casi il senso è ricordare cose tramandate da-

gli antenati oppure scritte nei libri. Non si tratta poi solo di memoria; su questi ricordi gli ebrei giocano il destino di tutto il loro popolo, e con islamici e cristiani si uccidono a vicenda. Non è certo un fenomeno che dipende solo dagli ebrei; infatti si tratta piuttosto di un unico groviglio con le «memorie» cristiane e islamiche. Sia come sia, che storia è mai questa?

Nelle religioni mitologiche, in quelle settarie, le persone si comportano in base a ciò che viene loro detto, a ciò che è scritto nei libri o tramandato dagli antichi. Eppure sono troppo frequenti e numerosi i casi in cui la logica di appartenenza a un gruppo crea guerre di massa e omicidi a non finire. Ciò non è limitato alle religioni, ma è la stessa cosa per quanto riguarda l'essere schierati sotto diverse ideologie o *ismi*. Invece di guardare la nuda realtà della propria vita con i propri occhi, si finisce per uccidere la vita stessa, in nome di Dio, in nome della Giustizia, in nome della Pace, seguendo dogmi fissi e modi di pensare precostituiti!

Non si può certo dire che i ricordi, le fantasie, i miti, la storia, le ideologie siano privi di significato, perché è la vita stessa dell'uomo che li origina. Però non sono la nuda esperienza della vita (quel soltanto essere vivo ora), ma piuttosto cose che si formano nell'ambito della concettualizzazione, vale a dire che hanno un'esistenza concettuale. Tutto ciò attiene all'esperienza, alla sapienza del passato, oppure all'esperienza e sapienza dei gruppi umani, e andrebbe fatto vivere all'interno della propria diretta e semplice esperienza della vita.

Invece noi, non di rado, ci tuffiamo e ci immergiamo esageratamente nelle memorie e nelle fantasie, nei miti e nella storia, e ancor più nei dogmi religiosi o nelle ideologie e in modi di pensiero formalistici; quando poi ci dedichiamo completamente a queste cose, ci crediamo ciecamente, ci infiammiamo di fanatismo; allora mettiamo in opera attivamente queste realtà ideali predeterminate, confondendole con la pura e semplice esperienza della vita e spacciandole per essa. Quanto sono frequenti e numerosi i casi in cui, trascinati in balia di realtà nient'altro che pensate, compiamo azioni che soffocano, che finiscono per uccidere la vita nella sua diretta realtà!

Nel caso di un singolo individuo che manifesti una tale sintomatologia, è possibile internarlo in un ospedale psichiatrico; ma quando sono le masse umane, la folla radunata in gruppi a cominciare ad agire in base alle visioni delle religioni settarie, alle ideologie o alle correnti di pensiero, allora non solo non è possibile trovare un manicomio che accolga tutti, ma anzi, sono proprio questi gruppi fanatici che muovono, danno impulso alla storia. Non è forse lecito dire che la storia passata del genere umano è un continuo, così fatto ricorso?

Se ci riflettiamo, senz'altro, chiunque vive sempre (anche nel caso della follia) la vita reale, la vita vera; non vi è eccezione a questa realtà di fatto: ma se procediamo oltre, senza fermarci a questa constatazione, non possiamo non pensare che la cosa importante è, senza perdere di vista il fatto che *viviamo la realtà della vita*, continuare a mettere effettivamente in atto il nostro *tendere a vivere la realtà della vita* in concreto. In questo risiede anche il vero significato dello zazen, che è *mettere in pratica il vivere la realtà della vita*.¹

¹ Il fatto che la vita sia vissuta nella propria autentica realtà quali che siano le condizioni (fisiche, psicologiche, sociali, spirituali...) in cui si vive, induce a importanti considerazioni. Innanzitutto ciò vuol dire che la vita vera è qui, non in un vago altrove, ma nel presente, nell'oggi che è sempre tale. (Paolo: 2Cor 6,2: «Eccolo adesso il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza!»). Perciò è possibile «recuperarla», o meglio, «recuperarci ad essa» ora, in questo stesso momento, dato che è innegabile che la perdiamo di vista, che ci smarriamo spesso, pur essendo sempre nel luogo vero. Recuperarsi alla vita non è mai un'acquisizione, una consapevole e duratura conquista perché il solo dire *io sono uno con la vita vera* sottolinea una condizione di separatezza ricucita anziché di identità indivisibile; e inoltre perché la vita è movimento, e chi ristagna nell'idea di durature acquisizioni è già smarrito. Per quanto riguarda ciò di cui abbiamo coscienza, dunque, non si può parlare d'altro che di «tendere» a vivere la realtà della vita così come è, di tendere a ciò che già è. Questa contraddizione inerente alla nostra vita cosciente è il modo di essere della vita: non si tratta di risolvere la contraddizione eliminandola con una soluzione che la supera o che annulla uno dei fattori, ma di viverla come la molla della vita. La *pratica* è allora manifestare effettivamente questo tendere attivo: non cioè una tensione ideale, un'aspirazione, ma un modo di fare che *tende* a un modo di essere. Zazen è la forma più *asciutta*, più *raffinata*, più *sobria* della pratica: pratica che esprimiamo a parole come «a partire dalla realtà della vita», «a partire dal risveglio alla realtà della vita» (piuttosto che per arrivare ad esso) perché la realtà della vita è ciò che già stiamo vivendo. Se non ci si rende conto di questo, non tanto intellettualmente quanto nella profondità dell'esperienza, rimarrà sempre un senso di separatezza fra la mia vita e la vita vera, fra la mia vita e la mia pratica... Rendendo così del tutto vana la pratica, per quanto strenua, e scindendola dalla propria vita. È evidente che quando dico «profondità dell'esperienza» non intendo parlare di chissà quale profonda e significativa esperienza particolare, ma dell'esperienza della vita che è profonda perché senza fondo e che è immersione ogni volta, senza riferimenti di confronto (non gara di profondità con se stessi o con altri).