
Corpo-spirito, mente e psicologia

Mondo con Roland Yuno Rech

Domanda: *Quale è, secondo te, la visione del buddhismo riguardo all'inconscio ?*

Roland Yuno Rech: Una visione molto profonda, una visione ben più profonda e più antica di quella di Freud. E' comprendere che siamo gli eredi del nostro karma, non solo da dopo la nascita ma da un tempo infinito. Per questo motivo l'inconscio dal punto di vista del Buddha non è solo l'inconscio rispetto al complesso di Edipo. E' l'inconscio di tutte le cause che abbiamo provocato in passato, che sono come dei semi dileguatisi e che un giorno produrranno i loro effetti. Una delle funzioni importanti di zazen è di permettere a questi semi di purificarsi, di lasciare apparire in superficie tutte le cause e le condizioni inconse, le emozioni, i segreti dal più profondo del nostro essere e di chiarirle con la coscienza hishiryo di zazen, che vede le cose così come sono.

Domanda: *E il sogno ? Quale è il punto di vista del buddhismo, che ne pensi ?*

R.Y.R.: I sogni sono una forma particolare di illusione, si può anche dire il prototipo dell'illusione. Spesso nella vita si vede la realtà attraverso i propri desideri, si vive come in un sogno. Ci si prende per qualche cosa e questo è il sogno fondamentale, la più grande illusione. Nella pratica della Via del Buddha, si osservano tutti i fenomeni come fossero dei sogni. Il risveglio è proprio uscire da questi sogni.