
Conversazioni del mercoledì

Conversazioni fra i praticanti zen del mercoledì

Di Michael Olbrich-Majer, Seelheim (Germania)

“Come potrei organizzarmi e motivarmi per praticare regolarmente a casa?”

“Lo zen vi aiuta quando siete in collera o vivete dei conflitti?”

“Perché si deve praticare zazen se siamo già dei buddha?”

Ecco il tipo di domande che affrontiamo ogni primo mercoledì del mese. Dopo uno zazen, invece di due, seguito da una cerimonia, ci riuniamo nel dojo seduti in cerchio sullo zafu, e uno di noi ha l'opportunità di porre una domanda. La domanda deve avere un'attinenza diretta con la pratica di chi la pone. Allora la porta è aperta alle risposte individuali basate sulla propria pratica, senza che diventi una discussione. L'idea è la condivisione del nostro vissuto riguardo ai nostri tentativi d'integrare lo spirito zen nella vita quotidiana, ma senza fare sfoggio delle nostre conoscenze basate su ciò che abbiamo sentito o letto, e senza fare dei dibattiti del tipo giusto/falso.

Il responsabile del gruppo ha la funzione di moderatore e noi iniziamo e terminiamo la seduta con un gassho. La questione è affrontata di solito in una mezz'ora. Così, invece di andare a bere una birra in un pub e scambiarsi le idee sullo zen, abbiamo trovato un modo per arricchire la nostra pratica condividendo il vissuto di ciascuno, le difficoltà e l'evoluzione sulla Via e questo nell'ambito del dojo.

Essendo un piccolo sangha, impariamo gli uni dagli altri, e affrontiamo diversi temi quali: “Come parlare di zen agli altri?” “Quale è il senso degli strumenti o del kesa?” “Dobbiamo veramente salvare tutti gli esseri sensibili?”

Debbo precisare che siamo solo due monaci con qualche praticante anziano, e in tutto solo tra cinque e otto, il che facilita le cose.

Non tutti vanno in sesshin, e non tutti hanno il coraggio di porre delle domande durante un mondo. E allora, non posso che incoraggiare ogni dojo o gruppo, a provare questa modalità per aiutarsi reciprocamente nella pratica sulla Via.