
Un Festival annunciato all'ultimo minuto

Chiara Pandolfi

Di ritorno da un weekend frastornante ma entusiasmante, presso lo stand ZEN al festival dell'Oriente a Milano, vorrei condividere a caldo con voi qualche impressione.

L'AREA ZEN: giunti allo stand il giovedì pomeriggio con una certa vaga idea di come allestire l'area di 6x6 m – grazie al materiale gentilmente offerto da Edo tramite il suo lavoro di grafico pubblicitario, pali e fili professionali, belle fotografie cartonate con le immagini ideate da Geneviève Gauckler, loghi dell'AZI, qualche tessuto per i tavoli, buddha e materiale per l'altare, panchette, cubi di legno, l'idea di un tavolo con boutique, qualche fiore, una piccola area ristoro.. – ci ritroviamo davanti alla responsabile dell'organizzazione del festival con un'idea molto chiara in testa: creare un'area che ricordi il tempio zen, niente tavoli per vendere, area puramente spirituale, con monaci in tenuta d'ordinanza.

“Voglio una pedana grande, con un grande buddha al centro... Aspettate che vado a cercare un bel buddha...”. Ne trova 3 in prestito da un altro stand che vende arredamento orientale, con anche un tavolino in legno teak pesantissimo.

Elena ed io restiamo sul momento un po' interdetto e anche scocciate: tanto lavoro per stampare di tutto, acquisto di qualche libro e incensi e ora ci dicono che non possiamo esporli, anzi sì, ma non dobbiamo essere troppo visibili. Ma lo stand è offerto gratuitamente e allora tranquillamente ci arrendiamo e lasciamo fare.. ... l'allestimento definitivo lo scopriamo solo il mattino del primo giorno ... Niente male però! Stanno molto bene insieme i due buddha e la testona di Buddha, il tavolino dove possiamo mettere i volantini.. Siamo contente.

E' uno stand molto colorato, il rosso vivace ci piace con i cuscini neri sopra ... tutto ha trovato la sua giusta collocazione .. il tessuto nero che si pensava di utilizzare per il tavolo boutique, è servito da sfondo al grande altare e ci ripara almeno un po' da un lato, ci regala un po' più di intimità; una bella trave che ricorda una sezione di canna di bambù recuperato dai lavori di falegnameria all'area GIARDINO ZEN, come soglia del dojo.

Siamo pronti!

E alé! Puntale il venerdì mattina alle 10.30 inizia la fiumana di persone. Io alle introduzioni, Nilska all'accoglienza. Un'introduzione dopo l'altra non-stop fino all'una e mezza quando Nilska mi avvisa che alle due deve partire per tornare a Bergamo. Oddio! Dovrebbe arrivare Elena a breve... Alle 16.30 forse è meglio che mangi qualcosa... corro al ristorante indiano! Sforriamo introduzioni una dopo l'altra: da intimi tête-à-tête fino a gruppi di 5-7 persone.. ma quando il rumore è troppo forte, bisogna stare molto vicini altrimenti scopro le persone che si sforzano di leggere il mio labiale perché non sentono!!!

È troppo... musica, rumore, suoni, odori, un flusso continuo di persone che si muove. E i pensieri? Mi accorgo spiegando la postura che in quella situazione ci sono talmente tante sollecitazioni sensoriali che i pensieri soccombono, non arrivano! Inutile dire “se arriva un pensiero, lascialo passare...”. L'unica ancora di salvezza in quel bazar rumoroso è restare in contatto con il proprio respiro; e le visualizzazioni che servono da appiglio, rocce a cui

aggrapparsi in quel mare burrascoso .. altrimenti c'è poco, lì in quel momento, che possa farci riunire, riconnettere al nostro corpo, a noi stessi! Le immagini, le metafore zen vengono in soccorso ... quelle che ricordo Ma anche se uso sempre le stesse, sono un buon esercizio per cercare di riproporle senza ripetere sempre le stesse cose ... e infatti, ogni piccolo zazen, ogni spiegazione è sempre nuova, cerco di capire chi ho davanti ... noto che tante persone respirando alzano le spalle, hanno un respiro breve, alto, agitato ... allora altri insegnamenti mi tornano in mente ... è importante entrare in sintonia con le persone, fare qualche domanda all'inizio per avere qualche informazione in più al di là della loro fisicità, della difficoltà a sedersi, qualche informazione sul perché vogliono provare la meditazione, che tipo di vita conducono, che attività lavorativa svolgono. Informazioni che si riesce a strappare prima di varcare insieme la soglia del dojo dopo aver allineato bene le proprie scarpe. Quello che vogliono provare è meditare, scollegarsi per un momento dall'esterno, ritrovare la pace all'interno, capire cos'è, come raccontarla una volta a casa.

Ho capito che affinché l'esperienza lasci il segno, è importante che si portino qualcosa a casa, e quindi che già lì in quella baranda sovraccarica di una eccitazione quasi dolorosa, trovino un modo di stare e di camminare, passo dopo passo, corpo esteso verso il cielo, respiro nel basso ventre. "Quando vi alzerete e oltrepasserete la soglia di questo piccolo zendo, vi rimetterete le scarpe e tornerete a camminare in questa bolgia, il vostro passo sarà più consapevole, così come il vostro respiro, i vostri occhi avranno meno fame, meno desiderio di vedere tutto e di non perdersi niente, meno voglia di accaparrarsi tanti oggetti, meno avidi, meno affamati di possedere.."

La varietà di persone che si sono sedute in meditazione è incredibile: il carabiniere appena rientrato da una missione all'estero sente un forte bisogno di meditare: mi scrive poi che appena arriva a casa, già il lunedì va a praticare in un dojo vicino a casa, di un altro sangha; il ragazzino di 9 anni curioso di tutto, dice la mamma, si siede in zazen mentre lei lo aspetta fuori; 4 ragazzine amiche dai 16 ai 22 anni – una sente un forte senso di vuoto allo stomaco, un'altra sente che il collo le trema ... vogliono capire perché; papà mamma figliola e figlio adolescente costretto a sedere con loro; coppie sull'orlo di una crisi di nervi: lei che si siede per far sedere lui perché pieno di rabbia e una volta seduti mi accorgo che è lei la più agitata, la più bisognosa in quel momento; il ragazzo musulmano molto molto attratto dalla meditazione; due amiche dolcissime con il cane che pure medita con noi; un gruppo di giovani amici ingegneri, che ridono come adolescenti, scoprono quanto è importante anche la postura sul lavoro, fare una cosa alla volta, capiscono l'impatto che il proprio lavoro può avere sul resto dell'ufficio, la calma e la visione al di là del proprio lavoro; persone che già praticano in altri sangha ma che vogliono approfittare per sedere un po' in silenzio; offriamo la sedia alla signora che non riesce proprio a sedere sullo zafu, è contenta. La qualità degli incontri ci lascia tutti molto impressionati e felici.

E io che avrei voluto andare in sesshin a Pegomas, mi ritrovo a praticare zazen non-stop ricevendo una moltitudine di preziosi insegnamenti. Grazie Festival dell'Oriente, grazie Beppe, Alessandro che ci avete aperto questa importante porta per praticare la trasmissione dello Zen di Deshimaru, di Roland!

Grazie Elena, Edo, Diego, Nilska e Stefano, siamo stati un grande team!

Siamo un bel sangha, forte e con una forte fede, la pratica insieme credo che sia proprio la Via da coltivare.

E' chiaro però che poi bisogna fare i conti con le risorse che ogni dojo ha a disposizione. A Milano ci siamo accorti che in 3 a fare le introduzioni (che non possono fare i principianti) nemmeno sempre contemporaneamente, ce la siamo cavata a fatica. Una persona all'accoglienza e una sola a fare le introduzioni è troppo poco, soprattutto nei momenti di grande afflusso. Se si dice a una persona di tornare dopo perché, per esempio, devo mangiare, facilmente quella persona non torna più; non possiamo "rubare" troppo tempo alle persone, se vogliono sedere in quel momento, in quel momento va fatto, e il tutto in breve tempo perché subito si forma la coda...

L'ideale sarebbe per ogni festival poter raggruppare dojo/gruppi vicini e programmare insieme le presenze. Non è detto che qualcuno non decida di fare un salto a Bologna, per esempio, per dare una mano. Ma se non c'è già un gruppo di persone presenti, la data salterà. E qui Beppe ed Alessandro possono spiegare meglio qual è l'intento dell'organizzazione del Festival per il futuro, già da quest'anno, già dalla prossima data. Con il sumi-e Beppe e gli altri saranno presenti sempre, credo, ma come hanno spiegato, non possono garantire di riuscire a occuparsi contemporaneamente dell'area Zen. Per loro il sumi-e è fonte di reddito e quindi la priorità in queste occasioni.

Da un rapido calcolo spannometrico, si può stimare che abbiamo fatto sedere circa 500 persone in 3 giorni e raccolto un centinaio di contatti e-mail.

E c'è anche la possibilità di fare delle conferenze in sale più tranquille.

E di divulgare testi tramite la boutique.

Parliamone!