
La Via è sotto i nostri piedi

Del Roland Yuno Rech

Estratto dal libro "Le Vent Pur" (Il Vento Puro), una raccolta di insegnamenti fatti in sesshin sul Denko-Roku del Maestro Keizan.

In questa sesshin vi parlerò della trasmissione dell'essenza dello zen tra il Maestro Toshi Gisei e Fuyo Dokai che divenne il quarantacinquesimo patriarca del nostro lignaggio. Benché questa trasmissione sia avvenuta in Cina nell'undicesimo secolo, l'esperienza che è stata trasmessa è sempre attuale. Essa esprime l'essenza stessa della nostra pratica qui e ora in questa sesshin.

Fuyo Dokai, che era diventato discepolo di Toshi Gisei, un giorno gli chiese :

- Le parole dell'insegnamento dei buddha e dei patriarchi sono come il te e il riso ma c'è qualcosa di più per aiutare gli esseri ?

Toshi Gisei rispose :

- Il potere dell'imperatore dipende dagli imperatori di un tempo ?

Fuyo Dokai era sul punto di rispondere ma Toshi Gisei gli mise il suo hotsu sulla bocca dicendogli :

- Quando hai iniziato a pensare, hai meritato trenta colpi di kyosaku !

E' in quel momento che Fuyo Dokai si risvegliò profondamente.

« *Le parole dell'insegnamento dello zen sono come il te e il riso* », cioè riguardano la realtà quotidiana della nostra vita.

Si insegna come praticare zazen, come assumere la postura, come respirare, come pensare senza attaccarsi ai pensieri, come concentrarsi sulla marcia in kin hin, sui gesti della cerimonia, sul samu, restando completamente presenti ogni volta nel corpo, compiendo ogni cosa completamente, senza aspettarsi un merito personale, un beneficio, semplicemente dandosi alla pratica insieme agli altri con tutta la nostra attenzione e energia. Questo di per sé è armonizzarsi con la realtà ultima dell'esistenza.

Non è una tecnica speciale per raggiungere l'illuminazione. Non c'è nulla di nascosto nell'insegnamento. Ma certe persone a volte credono che la pratica sia solo un mezzo per raggiungere il risveglio che sarebbe posto al di là. Allora praticano ma mentre praticano aspettano qualcosa d'altro, hanno lo spirito altrove. In tal modo svuotano la pratica del suo senso profondo. Restano sempre con un dubbio : non c'è qualcos'altro ? E' possibile che sia solo questo ?

Certamente il satori è ben oltre l'azione dello sbucciare le verdure o di tendere la colonna vertebrale durante zazen...Dominati dalla mente che vuole sempre afferrare qualcosa, si crede in una verità nascosta, come se qualcosa ci sfuggisse sempre ; ma l'insegnamento del Buddha e di tutti i patriarchi è proprio l'abbandono di questo atteggiamento e accontentarci di essere uno con ogni azione, ogni pratica, abbandonando l'idea che ci sia qualcosa oltre la pratica stessa.

Allora si può praticare con una fede e fiducia profonda e la pratica diventa veramente la cosa assoluta della nostra vita, così com'è, alla quale non manca nulla. Questa pratica diventa veramente realizzazione, cioè una totale riconciliazione con se stessi. Si può smettere di essere divisi tra se stessi mentre si vive la presente vita e l'attesa di qualcos'altro, come se non fosse sufficiente essere totalmente presenti qui e ora.

Quindi, in questa sesshin, per favore, concentratevi totalmente su ogni pratica. Datevi così la possibilità di sperimentare che non avete bisogno d'altro. Questa esperienza può allora proseguire in tutti gli aspetti della vita quotidiana, per diventare la vita assoluta.

Così ciascuno può trovare la vera pace dello spirito e smettere d'errare nell'esistenza come un fantasma. Ciascuno può trovarsi veramente a casa ovunque si trovi e ogni giorno diventa un buon giorno. La vita, così com'è, è la vera vita. Non c'è bisogno di avere nostalgia d'altro. Per vedere tutto ciò, si tratta semplicemente di convertire il proprio sguardo, di smettere di guardare lontano, perché la Via esiste esattamente sotto i nostri piedi, proprio qui e ora.