

Una parola è già abbastanza

dal Venerabile Ajahn Chah

Titolo originale inglese Even One Word Is Enough, pubblicato per la prima volta nel libro Everything Is Teaching Us. Il discorso è stato pronunciato al Sangha occidentale, appena arrivato in Inghilterra, nell'anno 1979.

Traduzione di Roberto Paciocco.

© Ass. Santacittarama, 2014. Tutti i diritti sono riservati.

SOLTANTO PER DISTRIBUZIONE GRATUITA.

QUALSIASI COSA insegnerete non potrà andare al di là di *sīla*, *samādhi* e *paññā*, o, per usare un'altra classificazione usuale, di moralità, meditazione e generosità. La gente è piuttosto complicata. Dovete guardare coloro ai quali insegnate e capirli. Siccome sono complicati, dovete dare loro qualcosa cui possano relazionarsi. Non andrà bene dire solo: « Lasciar andare, lasciar andare! » Per il momento, mettetelo da parte. È come parlare alla gente anziana in Thailandia. Se cercate di parlare bruscamente, si risentiranno. Se lo faccio io, va bene; se lo sentono da me, a loro piace, altrimenti si arrabbieranno. Potete essere in grado di parlare bene, ma ciò non significa ancora che siete abili. Giusto, Sumedho? È così, non è vero?

Ajahn Sumedho: È così. Alcuni *bhikkhu* dicono la verità, ma non lo fanno in modo abile, e i laici non vogliono ascoltare. Non posseggono mezzi abili.

Ajahn Chah: Giusto. Non hanno una "tecnica". Non hanno la tecnica del parlare. È come costruire. Posso costruire delle cose, ma non ho la tecnica per farlo, per costruire cose belle e che durino nel tempo. Io posso parlare, tutti possono parlare, ma è necessario possedere mezzi abili per sapere cosa sia appropriato dire. Allora anche una sola parola può essere di beneficio. Altrimenti, con le parole puoi causare problemi.

Ad esempio, qui la gente ha imparato un sacco di cose. Non esaltate la vostra via: « La mia via è giusta! La tua è sbagliata! » Non fatelo! E non cercate nemmeno di essere profondi. Potreste condurre la gente alla follia. Dite solamente: « Non scartare le altre vie che puoi aver imparato; per il momento, però, mettile per favore da parte e concentrati su come stiamo praticando proprio ora. » Ad esempio, la consapevolezza del respiro. È un qualcosa che potete insegnare a tutti. Insegnate a concentrarsi sul respiro che

entra ed esce. Limitatevi ad insegnare in questo modo, e lasciate che la gente giunga a comprenderlo. Quando diventate abili ad insegnare una cosa, la vostra abilità ad insegnare si svilupperà da sé, e sarete in grado di insegnare altre cose. Giungendo a comprendere bene una cosa, la gente ne può comprendere molte. Succede da sé. Ma se cercate di insegnare molte cose, la gente non ne comprenderà veramente nemmeno una. Se evidenziate una cosa con chiarezza, allora saranno in grado di conoscere molte cose con chiarezza.

Come quei cristiani che sono venuti oggi. Dicevano una sola cosa. Una sola cosa colma di significato: « Un giorno ci rincontreremo tutti nel posto della Verità Ultima. » Una sola affermazione era abbastanza. Erano le parole di una persona saggia. Non importa quale genere di Dhamma impariamo, se non realizziamo nei nostri cuori la Verità Ultima, *paramatthadhamma*, non raggiungeremo la realizzazione.

Ad esempio, Sumedho potrebbe insegnarmi. Io devo prendere quella conoscenza e cercare di metterla in pratica. Quando Sumedho mi insegna, io capisco, ma non si tratta di comprensione reale o profonda, perché non ho ancora praticato. Quando pratico e realizzo il frutto della pratica, arriverò al punto e conoscerò il reale significato di tale frutto. Allora posso dire che io conosco Sumedho. Vedrò Sumedho in quel punto. Quel punto è Sumedho. Siccome egli insegna quel punto, questo è Sumedho. Quando insegno sul Buddha, è così. Dico che il Buddha è quel punto. Il Buddha non è negli insegnamenti. Quando la gente sente queste cose, sbigottisce: « Il Buddha non insegnò queste cose? » Sì, lo fece, ma per parlare della Verità Ultima. La gente non può ancora riuscire a capirlo.

Per far riflettere le persone che sono venute oggi ho detto così. Questa mela è un qualcosa che potete vedere con i vostri occhi. Il sapore della mela non è un qualcosa che potete conoscere guardandola. Però, la mela la vedete. Sentivo che ciò rappresentava quanto erano in grado di ascoltare. Non potete vedere il sapore, ma è lì. Quando lo conoscerete? Quando prenderete la mela e la mangerete. Il Dhamma che insegniamo è come la mela. La gente sente, ma non conosce veramente il sapore della mela. Quando praticano, allora può essere conosciuto. Il sapore della mela non può essere conosciuto con gli occhi, e la verità del Dhamma non può essere conosciuta con le orecchie. C'è una conoscenza, è vero, ma non raggiunge la realtà. C'è bisogno di metterla in pratica. Allora sorge la saggezza e si riconosce direttamente la Verità Ultima. È qui che si vede il Buddha. Questo è il Dhamma profondo. L'ho paragonato ad una mela e l'ho offerto a quel gruppo di cristiani affinché ascoltassero e ci pensassero su.

Quel tipo di discorso era un po' "salato".¹ Salato è buono. Dolce è buono, aspro è buono. Molti modi differenti di insegnare sono buoni. Bene, se avete qualcosa da dire, chiunque di voi, sentitevi per favore liberi di dirlo. Presto non avrete l'opportunità di discutere sulle cose. Sumedho è probabilmente a corto di cose da dire.

A.S.: Sono stufo di spiegare cose alla gente.

A.C.: Non esserlo. Non puoi essere stufo.

A.S.: Sì, ho chiuso.

A.C.: L'insegnante in capo non può. C'è un sacco di gente che cerca di raggiungere il *nibbāna*, e loro dipendono da te. A volte insegnare riesce facile. Altre volte non sai cosa dire. Ti mancano le parole, non viene fuori niente. Oppure è solo che non vuoi parlare? È un buon addestramento per te.

A.S.: La gente qui intorno è abbastanza buona. Non sono violenti e meschini o molesti. Non dispiaciamo ai sacerdoti cattolici. Il genere di domande che la gente fa riguarda cose come Dio. Vogliono sapere cos'è Dio, cos'è il *nibbāna*. Alcuni pensano che il buddhismo insegna il nichilismo e che voglia distruggere il mondo.

A.C.: Significa che la loro comprensione non è completa o matura. Temono che tutto finisca, che il mondo giunga alla fine. Concepiscono il Dhamma come un qualcosa di vuoto e nichilistico, e così sono sfiduciati. La loro strada conduce solo alle lacrime. Non avete visto com'è quando la gente teme la "vacuità"? I capifamiglia cercano di aumentare i loro possedimenti e di controllarli, come topi. Ciò li protegge forse dal senso di vuoto dell'esistenza? Anche loro finiscono su una pira funeraria, e tutto va perduto. Mentre sono in vita, però, cercano di aggrapparsi alle cose, tutti i giorni con il timore che andranno perdute, cercando di evitare la vacuità. Soffrono, in questo modo? Certo, soffrono davvero. Significa non comprendere la reale insostanzialità e vacuità delle cose; non comprendendo questo, la gente non è felice.

Siccome le persone non osservano loro stesse, non capiscono veramente cosa succede nella vita. Come fermare quest'illusione? La gente crede che "questo sono io, questo è mio". Se parli a loro del non-sé, se dici che io e mio non esistono, sono pronti a discutere fino al giorno della loro morte. Perfino il Buddha, dopo che ottenne la conoscenza, si sentì affaticato a pensarci. Non appena raggiunse l'illuminazione, pensò che sarebbe stato estremamente difficile spiegare la via agli altri. Alla fine, però, comprese che questo atteggiamento non era giusto. Se non insegniamo a queste persone, a chi insegneremo? Questa è la mia domanda, questa è la domanda che ero solito fare a me stesso quando ero stufo e non volevo più insegnare: a chi insegneremo, se non insegniamo agli illusi? Davvero non esiste un posto in cui

¹ Con il senso di "duro", "diretto".

andare. Quando siamo stufi e vogliamo scappare dai discepoli e vivere soli, siamo illusi.

Un bhikkhu: Potremmo essere *pacceka* Buddha.²

A.C.: È una buona cosa. Ma non è davvero giusto essere dei *pacceka Buddha* se volete semplicemente fuggire dalle cose.

A.S.: Solo vivendo naturalmente, in un ambiente semplice, allora potremmo essere naturalmente *Pacceka* Buddha. Ma oggi non è possibile. L'ambiente in cui viviamo non consente che questo succeda. Dobbiamo vivere come monaci.

A.C.: A volte dovete vivere prima in una situazione come quella di adesso, con alcuni fastidi. Per spiegarlo in modo semplice, a volte sarete un Buddha onnisciente, *sabaññū*, altre volte un *pacceka*. Dipende dalle condizioni. Parlare di questo tipo di esseri significa parlare della mente. Non è che uno nasce *pacceka*. Ciò è detto "spiegare per mezzo della personificazione degli stati mentali" (*puggalādhithāna*). Un *pacceka* dimora in modo equanime senza insegnare. Da ciò non giunge un grande beneficio. Ma quando si è in grado di insegnare agli altri, allora si manifesta un Buddha onnisciente. Sono solo metafore. Non siate nulla! Non siate proprio nulla! Essere un Buddha è un fardello. Essere un *pacceka* è un fardello. Non desiderate essere. « Io sono il monaco Sumedho. » « Io sono il monaco Ānando. » In questo modo c'è sofferenza, credere che voi esistiate così. "Sumedho" è solo una convenzione. Capite? Credere che esistiate realmente, porta sofferenza. Se c'è Sumedho, quando qualcuno vi critica, Sumedho si arrabbia. Ānando si arrabbia. Questo è quello che succede quando ritenete reali queste cose. Se non c'è alcun Ānando o alcun Sumedho, allora lì non c'è nessuno. Nessuno risponde al telefono. Suona suona, ma nessuno alza la cornetta. Non diventate nulla. Se nessuno diventa qualcosa, non c'è sofferenza.

Se crediamo di essere qualcosa o qualcuno, allora ogni volta che il telefono suona, alziamo la cornetta e siamo coinvolti. Come possiamo liberarci da questo? Dobbiamo osservare con chiarezza e sviluppare la saggezza, così che non c'è alcun Ānando o alcun Sumedho ad alzare la cornetta. Se siete Ānando o Sumedho e rispondete al telefono, sarete coinvolti nella sofferenza. Così, non siate Sumedho. Non siate Ānando. Riconoscete solo che questi nomi esistono al livello della convenzione. Se qualcuno dice che siete buoni, non siatelo; non pensate: « Sono buono. » Se qualcuno dice che siete cattivi, non pensate: « Sono cattivo. » Non cercate di essere qualcosa. Conoscete ciò che sta avvenendo. Ma non attaccatevi neanche alla conoscenza.

² *Pacceka Buddha*: un Buddha solitario, che preferisce vivere in solitudine e non insegnare il Dhamma.

La gente non ci riesce. Non capisce di cosa si tratti. Quando sentono parlare di questo, si confondono e non sanno cosa fare. In precedenza ho utilizzato l'analogia del piano superiore e di quello inferiore. Se scendete dal piano di sopra, siete al piano di sotto e vedete il piano di sotto. Se andate di nuovo al piano di sopra, vedete il piano di sopra. Lo spazio fra i due, quello in mezzo, non lo vedete. Significa che il *nibbāna* non si vede. Vediamo le forme degli oggetti fisici, ma non vediamo che ci aggrappiamo, ci aggrappiamo al piano di sopra e a quello di sotto: divenire e nascita. Divenire in continuazione. Il luogo senza divenire è vuoto. Quando cerchiamo di insegnare alle persone il posto che è vuoto, dicono solo: « Lì non c'è niente. » Non capiscono. È difficile, perché lo si capisca si deve praticare veramente.

Fin dal giorno della nostra nascita abbiamo fatto affidamento sul divenire, sull'attaccamento a noi stessi. Quando qualcuno parla di non-sé, è troppo strano; non possiamo modificare le nostre percezioni con facilità. Così, è necessario fare in modo che la mente veda per mezzo della pratica, e allora potremo crederci: « Oh! È vero! »

Le persone si sentono felici quando pensano: « Questo è mio, questo è mio! » Però, quando ciò che è "mio" andrà perduto, piangeranno. Questo è il sentiero che fa nascere la sofferenza. Possiamo osservarlo. Se non c'è alcun "mio" o "io", mentre siamo in vita possiamo utilizzare le cose senza attaccarci ad esse come nostre. Se vanno perdute o si rompono, è semplicemente un fatto naturale; non le vediamo come nostre o di chiunque altro, e non abbiamo la concezione del sé o dell'altro da sé. Non ci stiamo riferendo ad un folle, ma ad una persona diligente, che conosce davvero ciò che è utile, in molti modi differenti. Però, quando gli altri lo guarderanno e tenteranno di comprenderlo, vedranno un pazzo.

Quando Sumedho guarda i laici, li vede ignoranti, dei bambini. Quando i laici considerano Sumedho, pensano che sia uscito di senno. Voi non vi interessate per nulla alle cose per le quali i laici vivono. Per dirla in altro modo, un *arahant*³ e uno squilibrato sono simili. Pensateci. Se la gente guarda un *arahant*, penserà che sia folle. Se imprecate contro di lui, non se ne cura. Qualsiasi cosa gli diciate, non reagisce, come un folle. Egli è folle ma ha la consapevolezza. Uno che è folle davvero può anche non arrabbiarsi quando inveite contro di lui, ma è perché non sa cosa stia succedendo. Qualcuno che osservi l'*arahant* e il matto potrebbe considerarli identici. Al gradino più basso c'è un pazzo, a quello più in alto di tutti c'è un *arahant*. Il più alto e il più basso sono simili, se guardate le loro manifestazioni esteriori. Ma la loro consapevolezza interiore, il loro senso delle cose, è del tutto diverso.

Pensateci. Quando qualcuno dice qualcosa che dovrebbe farvi

³ *arahant*: un "Meritevole", un "Essere Libero" che è completamente libero dall'ignoranza, un Illuminato.

arrabbiare e voi lasciate andare, la gente potrebbe pensare che siete matti. Perciò, quando insegnate questo genere di cose, gli altri con capiscono con molta facilità. Da parte loro c'è bisogno che siano interiorizzate, per essere comprese davvero. Ad esempio, in questo paese la gente ama la bellezza. Se dite soltanto: « No, queste cose in realtà non sono belle », non vogliono ascoltarvi. Se parlate di "invecchiare", non sono soddisfatti; della "morte" non vogliono sentir parlare. Significa che non sono pronti per comprendere. Se non vi crederanno, non fategliene una colpa. È come cercare di fare un baratto, di dare loro qualcosa di nuovo per rimpiazzare ciò che hanno, ma non vedono alcun valore in quello che state offrendo. Se ciò che avete fosse evidentemente di grandissimo valore, certamente lo accetterebbero. Però, perché ora non vi credono? La vostra saggezza non basta. Perciò, non arrabbiatevi: « Che c'è che non va in te, sei fuori di testa? » Non fatelo. Dovete prima di tutto insegnare a voi stessi, impiantare la verità del Dhamma in voi stessi e sviluppare il giusto modo per presentarla agli altri, e allora la accetteranno.

A volte gli Ajahn insegnano ai discepoli, ma i discepoli non credono in quello che dicono. Questo dovrebbe irritarvi, ma invece di irritarvi è meglio individuare la ragione per cui non vi credono: la cosa che offrite ha per loro poco valore. Se offrite qualcosa di maggior valore rispetto a ciò che hanno, certamente lo vorranno. Dovreste pensare in questo modo, quando state per arrabbiarvi con i vostri discepoli; così potrete bloccare la vostra rabbia. Non è per niente divertente arrabbiarsi. Per fare in modo che i suoi discepoli capissero il Dhamma, il Buddha insegnò un solo sentiero, ma con varie caratteristiche. Non utilizzò una sola forma di insegnamento, né presentò il Dhamma allo stesso modo per tutti. Però, insegnò con il solo scopo di far trascendere la sofferenza. Tutti i tipi di meditazione che insegnò avevano quest'unico obiettivo.

Già c'è molto nella vita delle persone in Europa. Se cercate di mettere addosso alla gente qualcosa di grande e complicato, potrebbe essere troppo. Cosa dovreste fare, allora? Avete suggerimenti? Se qualcuno ha qualcosa da dire, questo è il momento. Non avrete di nuovo questa opportunità. Se non avete niente su cui discutere, se avete esaurito i vostri dubbi, potrei pensare che siate dei *pacceka* Buddha. In futuro qualcuno di voi sarà insegnante di Dhamma. Insegnerete agli altri. Quando insegnate agli altri, state insegnando anche a voi stessi. Qualcuno di voi è d'accordo su questo? La vostra abilità e la vostra saggezza aumenteranno. La vostra contemplazione aumenterà. Ad esempio, insegnate a qualcuno qualcosa per la prima volta, e iniziate a domandarvi perché è così, quale è il significato di quel qualcosa. Cominciate a pensare in questo modo e poi vorrete contemplare, per scoprire quale sia il reale significato di essa. Così, insegnando agli altri, insegnate anche a voi

stessi. Se avrete consapevolezza, se starete praticando la meditazione, sarà così. Non pensate che state insegnando solo agli altri. Abbiate presente l'idea che state insegnando anche a voi stessi. Allora non c'è perdita.

A.S.: Sembra che la gente nel mondo stia diventando tutta uguale. Le idee di classe sociale e di casta stanno scomparendo e modificandosi. Alcuni credono nell'astrologia e dicono che, entro pochi anni, si verificheranno dei disastri naturali che causeranno molta sofferenza nel mondo. Non so se sia vero, ma pensano che si tratti di qualcosa che va oltre le nostre capacità di controllo, perché la nostra vita è troppo distante dalla natura e il nostro benessere dipende dalle macchine. Dicono che ci saranno molti cambiamenti nella natura, terremoti ad esempio, che nessuno può prevedere.

A.C.: Parlano per far soffrire la gente.

A.S.: Giusto. Se non abbiamo consapevolezza, possiamo soffrire davvero per queste cose.

A.C.: Il Buddha insegnò a proposito del presente. Non ci consigliò di preoccuparci di cosa potrebbe accadere entro due o tre anni. In Thailandia la gente viene da me e dice: « Oh, Luang Por, stanno arrivando i comunisti, cosa faremo? » Io chiedo: « Dove sono questi comunisti? » « Beh, arriveranno da un giorno all'altro », dicono. I comunisti ci sono da quando siamo nati. E qui mi fermo. L'atteggiamento che ci sono sempre ostacoli e difficoltà elimina i "comunisti". Così non siamo distratti. Parlare di cosa succederà entro quattro o cinque anni è guardare troppo lontano. Dicono: « In due o tre anni la Thailandia sarà comunista! » È da quando sono nato che ho la percezione che ci siano dei comunisti e, perciò, ho sempre discusso con loro. Ma la gente non capisce di cosa stia parlando.

È la verità. L'astrologia può dire cosa succederà entro due anni. Ma quando parliamo del presente, non sanno cosa fare. Il buddhismo si occupa delle cose nel momento presente ed a prepararci per bene a tutto quello che può succedere. Qualsiasi cosa possa succedere nel mondo, non dobbiamo preoccuparcene troppo. Noi pratichiamo solo per sviluppare la saggezza nel presente e per fare quello che è necessario ora, non domani. È meglio, no? Possiamo attendere un terremoto che potrebbe giungere entro tre o quattro anni, ma in effetti le cose tremano adesso. Gli Stati Uniti stanno realmente tremando. Le menti delle persone sono così agitate, questo è il vostro terremoto, proprio qui ed ora. Ma la gente non se ne accorge. Grandi terremoti accadono di rado, ma questa terra delle nostre menti sta sempre tremando, ogni giorno, ogni momento. Durante la mia vita non ho mai sperimentato un grande terremoto, ma questo genere di tremori si verifica sempre, facendoci agitare e turbinare ovunque. È questo che il Buddha voleva guardassimo. Però, forse non è quello che la gente vuole sentire.

Le cose succedono in ragione di cause. Cessano perché sono le cause a cessare. Non c'è bisogno di preoccuparci delle previsioni astrologiche. Anche se a tutti piace porsi questo genere di domande. Possiamo solo sapere cosa sta succedendo ora. In Thailandia, i funzionari vengono da me e dicono: « Il paese sarà tutto comunista. Che faremo se succede? » « Siamo nati: cosa facciamo? Non ho riflettuto molto su questo problema. Ho sempre pensato che i "comunisti" mi sarebbero stati alle calcagna, fin dal giorno in cui sono nato. » Dopo aver risposto in questo modo, non hanno nulla da dire. Questo li blocca.

La gente può parlare dei pericoli che entro pochi anni saranno causati dalla conquista comunista, ma il Buddha ci insegnò a preparare noi stessi proprio ora, ad essere consapevoli e a contemplare i pericoli innati nella vita. Questo è il grande problema. Non siate distratti! Se fate affidamento su quello che l'astrologia dice che succederà entro un paio d'anni, non toccate il punto della questione. Se fate affidamento sulla "buddhologia" non dovete ruminare il passato né preoccuparvi del futuro, ma guardare il presente. Le cause nascono nel presente, perciò osservatele nel presente.

La gente che dice queste cose sta solo insegnando agli altri a soffrire. Però, se qualcuno parla come io sto facendo ora, la gente dice che è folle. Nel passato vi è sempre stato del movimento, ma sempre un po' per volta, così che non era possibile notarlo. Per esempio, Sumedho, non appena sei nato, eri così grande? È il risultato del movimento e del cambiamento. Il cambiamento è bene? Certo che lo è; se non ci fosse stato movimento o cambiamento, non saresti mai cresciuto. Non v'è bisogno di aver paura delle trasformazioni naturali. Se contemplate il Dhamma, non so a cos'altro possiate aver bisogno di pensare. Se qualcuno predice cosa avverrà entro qualche anno, non possiamo solo stare ad attendere per vedere che succede prima di fare qualcosa. Non possiamo vivere così. Qualsiasi cosa si debba fare, va fatta adesso, senza aspettare che succeda qualcosa di particolare.

Di questi tempi, nel mondo la popolazione è costantemente in movimento. I quattro elementi sono in movimento. Terra, acqua, fuoco e aria sono in movimento. Ma le persone non vedono che la terra si sta muovendo. Guardano solo la terra esterna e non vedono alcun movimento. In questo mondo, se nel futuro la gente si sposerà e resterà assieme più di un anno o due, gli altri penseranno che ci sarà qualcosa che non va in loro. La norma sarà pochi mesi. Le cose sono costantemente in movimento in tal modo; è la mente delle persone che è in movimento. Non avete bisogno di guardare l'astrologia. Guardate la buddhologia e potete comprenderlo.

« Luang Por, dove andrete se arrivano i comunisti? » Dov'è che si può andare? Siamo nati e dobbiamo avere a che fare con vecchiaia, malattia e

morte. Dove possiamo andare? Dobbiamo restare proprio qui e affrontare queste cose. Se i comunisti vinceranno, resteremo in Thailandia e affronteremo la situazione. Non dovranno anche loro mangiare riso? Perché mai siete allora così spaventati? Se continuate a preoccuparvi di cosa potrebbe accadere nel futuro, non la smetterete mai. Ci saranno solo confusione costante e continue congetture. Sumedho, sai cosa succederà tra due o tre anni? Ci sarà un grande terremoto? Quando la gente viene a chiedervi queste cose, potete dire che non c'è bisogno di guardare a cose lontane, che non si possono conoscere con certezza; parlate loro dei movimenti e dei tremori che si verificano sempre, delle trasformazioni che vi hanno consentito di crescere e di diventare come siete ora.

Il modo di pensare della gente è che, dopo essere nati, non vogliono morire. Vi sembra giusto? È come versare acqua in un bicchiere senza volere che si riempia. Se continuate a versare acqua, non potete aspettarvi che non si riempia. Così pensa la gente: nasce ma non vuole morire. È un modo di pensare corretto? Prendetelo in considerazione. Se la gente nasce ma non muore, ciò porterà felicità? Se nessuno di quelli che vengono al mondo morisse, le cose andrebbero molto peggio. Se nessuno morisse mai, probabilmente finiremmo per mangiare escrementi! Dove potremmo mai stare tutti quanti? È come versare acqua nel bicchiere senza smettere, ma continuare a volere che non si riempia. Nasciamo, ma non vogliamo morire.

Se davvero non vogliamo morire, dovremmo realizzare "Ciò che non muore" (*amatadhamma*), come insegnò il Buddha. Sapete cosa significa *amatadhamma*? È Ciò che non muore: sebbene si muoia, se si ha saggezza è come non morire. Non morire, non essere nati. Così è dove le cose possono finire. Nascere e desiderare felicità e piacere senza morire, non è assolutamente una cosa corretta. Però, è quello che la gente vuole, e così non c'è fine alla loro sofferenza. Chi pratica il Dhamma non soffre. Bene, praticanti come i normali monaci soffrono ancora, perché non hanno ancora percorso tutto il sentiero della pratica. Non hanno ancora realizzato l'*amatadhamma*, e così soffrono ancora. Sono ancora soggetti alla morte. L'*amatadhamma* è Ciò che non muore. Nati da un utero, possiamo evitare la morte? Senza comprendere che non esiste alcun sé reale, non c'è modo di evitare la morte. "Io" non muoio; seguendo la loro natura, i *sankhārā* sono soggetti a trasformazione. È difficile da capire. La gente non può pensare in questo modo. C'è bisogno di liberarsi dalla mondanità, come ha fatto Sumedho. Dovete lasciare la vostra casa grande e confortevole e il mondo del progresso, come fece il Buddha. Fu lasciando il palazzo e andando a vivere nella foresta che raggiunse tutto questo. La vita fatta di piaceri e divertimenti nel palazzo non era la via dell'Illuminazione.

Chi è che vi parla di previsioni astrologiche?

A.S.: Un sacco di gente ne parla, spesso come se fosse solo un passatempo o un interesse casuale.

A.C.: Se è davvero come dicono, che dovrebbe allora fare la gente? Stanno offrendo loro una via da percorrere? Dal mio punto di vista, il Buddha insegnò con grande chiarezza. Disse che, da quando siamo nati, le cose sulle quali non possiamo essere certi sono molte. L'astrologia può parlare di mesi o di anni futuri, ma il Buddha indica il momento della nascita. Predire il futuro può rendere la gente ansiosa a proposito di cosa potrebbe succedere, ma la verità è che l'incertezza è sempre con noi, proprio a partire dal momento della nascita. La gente non è propensa a credere a questo discorso, o no?

[Rivolgendosi ad un laico] Se hai paura, considera questo: supponi di essere condannato per un crimine che prevede la pena capitale, e che entro sette giorni l'esecuzione avrà luogo. Cosa ti passerebbe per la testa? Questa è la domanda che ti rivolgo. Se tra sette giorni ti toccasse la pena capitale, cosa faresti? Se ci pensi e fai un altro passo in più, capirai che noi, proprio ora, siamo tutti soggetti alla pena capitale, solo che non sappiamo quando succederà. Potrebbe avvenire anche prima di sette giorni. Sei consapevole di essere soggetto a questa sentenza di morte?

Qualora aveste violato una legge e foste giudicati a morte, sareste certamente angosciati al massimo. La meditazione sulla morte ci rammenta che la morte sta per prenderci e che potrebbe avvenire molto presto. Ma non ci pensate, e sentite che state vivendo nel benessere. Se ci pensate, ciò vi indurrà alla devozione nei riguardi della pratica del Dhamma. Perciò il Buddha ci insegnò a praticare regolarmente la contemplazione della morte. Chi non lo fa, vive nella paura. Non conosce se stesso. Però, se ve ne rammentate e siete consapevoli di voi stessi, ciò vi indurrà a praticare seriamente il Dhamma e liberarvi da questa paura.

Se siete consapevoli di questa sentenza di morte, vorrete trovare una soluzione. In genere alla gente non piace sentire questo genere di discorsi. Ciò non significa forse che è molto lontana dal vero Dhamma? Il Buddha ci raccomandò di rammentarci della morte, ma questo discorso turba la gente. È il kamma degli esseri. Hanno una certa qual conoscenza di questo dato di fatto, ma la conoscenza non è ancora chiara.

