

Il *tatami* della fraternità monastica zen-cristiana

Riflessioni sul XII scambio spirituale est-ovest
(Giappone, 17 settembre - 4 ottobre 2011)

Questo non è un diario di viaggio né una cronaca di quello che ho vissuto in Giappone insieme a quattro altri monaci e monache cristiani dal 17 settembre al 4 ottobre 2011. È solo una catena di intuizioni spirituali raccolte durante il nostro scambio spirituale con i monaci zen, novizi e maestri in occasione del nostro soggiorno monastico in tre monasteri buddhisti zen.

Ichigo, ichie, “Ogni momento, un’occasione”. Questa è la prima intuizione spirituale che ha toccato la mia mente e il mio cuore ancora prima di mettere piede sul suolo giapponese. Ho incontrato quest’espressione per la prima volta scritta nella guida turistica che ho letto durante il viaggio aereo per il Giappone. Questa intuizione è rimasta con me durante tutta la nostra esperienza nei monasteri zen: l’ho trovata appesa alle pareti dei luoghi visitati, l’ho ritrovata più volte dietro le parole e i volti delle persone con cui abbiamo conversato.

Tutto è qui, nella più piccola porzione di ogni cosa, di ogni esperienza, di ogni momento. E ogni momento è sempre nuovo. Anche la nostra fede cristiana e la nostra tradizione monastica cristiana parlano molto di attenzione, vigilanza, cura per ogni dettaglio. La Bibbia e la letteratura monastica parlano. Permettetemi di riportare solo alcune citazioni:

Ora è il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza (2Cor 6,2).

Abba Poimen disse di abba Pior che iniziava [ad essere monaco] tutti i giorni (Detti dei padri del deserto, *Serie alfabetica*, Poimen 85).

Abba Mosè interrogò abba Silvano dicendo: “Può l’uomo ricominciare ogni giorno?”. E l’anziano rispose: “Se è laborioso può ricominciare anche ogni ora” (Detti dei padri del deserto, *Serie alfabetica*, Silvano 11).

Un abba una volta disse: “A un monaco anziano è stato chiesto: ‘Abba, che fate qui nel deserto?’. L’abba rispose: ‘Cadiamo e ci alziamo, cadiamo e ci alziamo, cadiamo ancora e ci alziamo ancora!’” (Detto anonimo dei padri del deserto).

Questa riscoperta dell’importanza di mantenere una “mente di principiante” è il dono più importante che porto con me al mio ritorno a casa. Le parole di alcuni *rōshi* hanno espresso queste stesse intuizioni.

Sono stato toccato dalle parole di uno di loro, perché per la prima volta ho sentito parlare di felicità da parte di un maestro buddhista: “Il mio modo di essere felici, di godere la vita, è quello di prendermi cura di questo momento, di ogni momento” (Oba *rōshi*). Monaci buddhisti e monaci cristiani sono alla ricerca della felicità ed entrambi cercano la felicità nella lotta contro l’ego e nella ricerca dell’unità: “monaco” significa letteralmente “uno”, “unificato”, “colui che ha un solo scopo”. L’abate del monastero di Manjuji, dicendo di aver visto la felicità sul nostro viso, ha così riassunto la vita monastica nella ricerca della felicità: *Sanmon shifuku*, “la porta del monastero conduce alla più grande felicità”. Possiamo anche noi dire la stessa cosa dopo aver visto tanti volti

sereni in quei giorni. Riconoscere che possiamo stimolarci l'un l'altro nel nostro viaggio verso la felicità cercando l'unificazione interiore è stato un grande dono per tutti noi.

Due cose mi hanno permesso di vivere questa intuizione in modo molto concreto e al tempo stesso molto profondo. Dirò brevemente come queste due cose hanno arricchito la mia vita cristiana monastica.

In primo luogo, lo *zazen*. Uno del nostro gruppo di cinque monaci cristiani una volta ha posto una domanda arguta a un *rōshi*: “Buddha ha insegnato la liberazione dalla sofferenza, e allora perché devo soffrire un dolore terribile quando pratico lo *zazen*?”. La risposta è stata illuminante per la mia comprensione: “Se le tue gambe ti fanno male significa che il tuo *zazen* diventa pratica. Quando ti siedi e senti male, allora puoi davvero vedere chi sei”.

Attraverso l'ardua pratica quotidiana dello *zazen* ho imparato l'importanza di avere il corpo e la respirazione in sintonia con la mente. In questo modo ora posso capire meglio il passo biblico che dice che il nostro “corpo è il tempio dello Spirito Santo” (1Cor 6,19), il luogo dove Dio abita. Ho capito che lo *zazen* mi aiuta a tenermi saldo nella giusta direzione. Mi aiuta a essere attento a quello che sto facendo, a essere risoluto nel mio obiettivo spirituale. Sicuramente mi aiuta ad accogliere ciò che ho ricevuto da Dio, a essere aperto e pronto per ricevere la sua parola ancora e sempre di nuovo. La *Regola di san Benedetto* inizia con le parole “Ascolta, apri l'orecchio del tuo cuore” (RB Prologo). Ho capito come lo *zazen* può essere uno strumento molto utile per l'apertura dell'“orecchio del mio cuore” e della mia mente. Per questo motivo sono convinto che è in grado di rendere più profonda la pratica della mia preghiera cristiana.

In secondo luogo, le regole e disciplina. Vivendo in un *dōjō* zen per alcuni giorni mi sono reso conto che il tempo è organizzato rigorosamente e così ho compreso che “qualsiasi tipo di vita monastica viviate, nemmeno un minuto dovrebbe essere sprecato”, come ho sentito dire da un *rōshi*. Questo è il migliore, il più concreto dei modi per smettere di vivere secondo l'ego e per sviluppare un nuovo atteggiamento in accordo alle regole comuni. “Più regole vi sono nel monastero e più profonda e interessante può diventare la vita monastica!”, ci ha detto il medesimo *rōshi* in tono provocatorio. Poiché so che quel *rōshi* ha trascorso molti anni mettendo in pratica le regole e perché ho visto il suo volto sereno come conseguenza di questa pratica dura e lunga, io considero questo un consiglio prezioso per la mia pratica monastica cristiana.

Considero allo stesso modo la pratica del *sanzen*, in cui il *rōshi* “sente” lo stato della mente e il progresso spirituale dei praticanti. Abbiamo una pratica simile nel monachesimo cristiano, che si chiama “apertura del cuore” a un padre spirituale. Vedendo i monaci zen alzarsi in fretta dai loro cuscini per il *sanzen*, sono stato una volta di più confermato riguardo all'importanza del discernimento spirituale attraverso la condivisione personale con un maestro che è in grado di trasmettere il vero insegnamento attraverso le parole e, ancor più, senza di esse.

Vorrei concludere citando ancora alcune parole che abbiamo sentito da un *rōshi*: “Ciascun insegnamento religioso veicola la propria comprensione delle cose. Ogni religione è completa in sé, ma ogni religione deve affrontare ed esaminare lo stesso stato d'animo. Se non continuiamo ciascuno ad approfondire la propria esperienza religiosa – in particolare una vera pratica di *zazen* e una vera pratica di preghiera – il dialogo non ha futuro” (Harada *rōshi*). Ero personalmente convinto di ciò già prima di questo scambio, ma questo scambio mi ha portato ad esserne ancora più profondamente consapevole. Per me questo è anche il vero scopo del dialogo interreligioso: attraverso il dialogo possiamo approfondire la nostra vita spirituale e la nostra pratica monastica.

Attraverso questo scambio sono diventato più consapevole di ciò che un *rōshi* ha chiamato “parallelismo”, come un altro modello o forma di dialogo interreligioso (oltre all’inclusivismo, all’esclusivismo, e al pluralismo), una forma che uno scambio spirituale come quello che abbiamo vissuto esplora e persegue: ciascuno mantiene la propria esperienza religiosa, ma ciascuno cerca di imparare il più possibile dall’altra tradizione religiosa. Ho capito questo non sulla base di speculazioni teoriche, bensì in un modo molto pratico, l’unico modo in cui un vero incontro può avere luogo: sedendo per un po’ – soltanto pochi ma intensi e indimenticabili giorni – sullo stesso terreno umano, essendo accolto per un certo tempo nella casa spirituale degli altri, condividendo lo stesso *tatami* di fraternità monastica.

Come regalo d’addio, dall’abate del monastero zen Rinzai di Manjuji ho ricevuto una calligrafia vergata dallo stesso abate. La parola scritta su di essa è *kizuna*, che significa “legame, vincolo, connessione”. Questo legame spirituale fraterno è in verità quello che ho vissuto in questi giorni di vita condivisa con i nostri amici praticanti zen: loro e noi entrambi alla ricerca della via di liberazione dai legami schiavizzanti di una vita egocentrica e abitati dallo stesso desiderio di un più profondo, reciproco “legame liberante”, il cui nome è fraternità.

Fr. MATTEO NICOLINI-ZANI
Monastero di Bose (Italia)