

# **Segreti della Coltivazione della Mente**

**Pojo Sunim**  
**Chinul**

T48, n° 2020, 1005c

Traduzione dal Cinese

Bhikṣuṇī Ruxiong

Copyright © Bhikṣuṇī Ruxiong 2020

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Potete usare quest'opera secondo i seguenti termini:

**Attribuzione:** Dovete riconoscerne appropriatamente la paternità.

**Non commerciale:** È vietato l'uso di quest'opera a fini commerciali.

**Non opere derivate:** Potete copiare e distribuire solo copie letterali dell'opera, non opere derivate e redatte basate su di essa.

# Introduzione

Il trattato qui presentato è l'opera di uno dei più famosi Maestri Son (Zen) Coreani, il maestro Po Jo (Splendore Universale), meglio conosciuto come Chinul (1158 – 1210). A lui si deve la fondazione dell'ordine Jogye del Buddhismo coreano, ordine che è sopravvissuto fino ai giorni nostri e che attualmente è l'ordine buddhista maggioritario, includendo la maggior parte dei templi e monasteri della Corea e la maggior parte dei monaci.

Esistono due versioni inglesi del testo. Una è dovuta a Thomas Cleary ed è inclusa nell'antologia *Minding Mind*, pubblicato da Shambala nel 1995, uscita in italiano per Ubaldini col titolo *Coltivare la Mente*. L'altra è dovuta a Robert Buswell ed appare in *Collected Works of Korean Buddhism, Chinul: Selected Works*, University of Hawaii Press, 1983, ripubblicata dall'ordine Jogye nel 2012 nel secondo volume dell'opera in 12 volumi *Collected Works of Korean Buddhism*<sup>1</sup>. Quest'ultimo lavoro contiene un dettagliato resoconto della vita, delle opere e del pensiero di Chinul a cui rimando.

Poiché l'unica versione in italiano è una traduzione dall'inglese, si è pensato fosse opportuno affiancare ad essa una traduzione fatta direttamente dal testo cinese originario<sup>2</sup> che si trova nel Tripitaka cinese, vol. 48 dell'edizione Taisho.

Il lettore constaterà da sé che vi sono alcune discrepanze sia con la versione di Cleary sia con quella di Buswell, ma ciò non determina alcuna differenza per quel che concerne il contenuto dell'insegnamento di Chinul sulla pratica meditativa.

Il Maestro espone qui la sua visione della pratica come consistente di due stadi distinti, ossia risveglio<sup>3</sup> improvviso e pratica graduale. Non è questo un'esclusiva di Chinul: tutta la letteratura abhidharmica è d'accordo nel distinguere una serie di stadi nel processo che conduce un essere ordinario a realizzare la completa illuminazione.

Lo stadio precedente il risveglio è caratterizzato dallo sforzo di tenere a freno i contaminanti e di accumulare una quantità sufficiente di meriti e virtù. Lo sforzo della coltivazione, per quanto possa condurre a stati sublimi, non è tuttavia sufficiente ad eradicare i contaminanti, ma può solamente renderli deboli ed inattivi. Pian piano, la mente sviluppa le qualità che le permettono di accedere allo stadio successivo.

Il risveglio (indicato con vari sinonimi, per esempio “vedere il Dharma”, “vedere la Natura”, etc.) è un evento spartiacque che divide drasticamente gli esseri ordinari dai santi (in senso buddhista). L'evento del risveglio pone il praticante di fronte alla totalità del Dharma e tuttavia non è di solito sufficiente a permettere di eradicare totalmente i contaminanti basilari che ci tengono legati al *samsāra*. La pratica deve dunque continuare ed anzi, come dicono molti maestri, in realtà comincia solo adesso. Questo è ciò che si chiama coltivazione graduale. Essa si avvale della e si appoggia sull'esperienza del risveglio che ha messo a

---

<sup>1</sup> I dodici volumi dell'opera sono interamente scaricabili da Internet.

<sup>2</sup> Po Jo sunim scriveva in cinese, come era costume tra le persone colte in tutta l'area di influenza culturale cinese. L'alfabeto coreano non fu inventato prima del quindicesimo secolo.

<sup>3</sup> Traduco il termine *wu* (悟) con *risveglio*, invece che *illuminazione*, riservando quest'ultimo termine a *jue* (覺), che indica lo stadio finale del percorso ascetico.

disposizione del praticante lo strumento essenziale per riuscire: la saggezza intrinseca, il “maestro senza maestro”, prima offuscato dai contaminanti.

La stessa concezione ispira anche il poema della caccia al bue, la cui prima versione forse risale all'11° secolo, citato anche da Chinul in questo stesso lavoro. Il poema è solitamente accompagnato da una serie di immagini, di cui esistono varie versioni. Quest'opera rappresenta in forma poetica e visiva la progressione del praticante verso la suprema illuminazione. Nella versione più comune, la terza immagine corrisponde al risveglio e le sei seguenti il lavoro di purificazione della mente dai contaminanti fino a giungere all'illuminazione. La decima immagine rappresenta il ritorno al mondo del bodhisattva illuminato.

Come si può constatare, nel Buddhismo l'idea che il risveglio debba essere seguito dalla pratica vera e propria di rimozione definitiva dei contaminanti non è appannaggio di alcuna scuola particolare.

Questo trattato fornisce molto materiale per la pratica e per una comprensione corretta del cammino verso l'illuminazione. Spero possa essere d'ausilio a molti.

La presente traduzione, come tutte le traduzioni, non è naturalmente esente da imperfezioni. Di qualunque errore essa possa contenere sono l'unica responsabile.

Possano tutti gli esseri realizzare la liberazione definitiva dalla sofferenza.

# Segreti sulla Coltivazione Della Mente

Le roventi contaminazioni del triplice mondo divampano come una casa in fiamme. Come si può sopportare di indugiarsi a lungo, patendo volontariamente questa lunga sofferenza? Se si vuole evitare di vagabondare nel *samsāra*, non c'è miglior modo che ricercare la buddhità. Se si vuole diventare un Buddha, il Buddha è la mente; perché cercare la mente lontano? Non è al di fuori del corpo. Il corpo fisico è condizionato, soggetto a nascita e morte. La vera mente è come lo spazio, costante ed immutabile. Perciò è detto: "Questo corpo fisico si sgretolerà e si dissolverà in fuoco e vento. Una cosa soltanto è eternamente consapevole ed avvolge il cielo e la terra."

Ahimè! Le persone di oggi sono state confuse per così lungo tempo. Non comprendono che la loro mente è il vero Buddha; non comprendono che la loro propria natura è il vero Dharma. Volendo cercare il Dharma, lo attribuiscono ai saggi del passato. Volendo cercare il Buddha, non osservano la propria mente. Se uno afferma che il Buddha è al di fuori della mente, o che il Dharma è al di fuori della natura e, afferrando caparbiamente questa inclinazione, vuole perseguire la Via del Buddha, allora, anche se per eoni numerosi come particelle di polvere brucia il corpo, brucia le braccia, frantuma le ossa estraendone il midollo, si provoca l'uscita di sangue e copia (con esso) i Sūtra, siede per lungo tempo senza mai coricarsi, mangia solo una volta al giorno al mattino<sup>4</sup>, oppure legge l'intero canone e coltiva ogni sorta di pratiche ascetiche, è come cercare di ottenere riso cucinando sabbia: si finirà solo con lo stancarsi ulteriormente.

Basta comprendere la propria mente e si afferreranno metodi innumerevoli e significati infiniti senza neanche cercarli. Perciò l'Onorato dal Mondo disse: "Contemplando universalmente tutti gli esseri senzienti, vedo che essi sono dotati della saggezza e delle virtù del Tathāgata". Egli disse anche: "Tutte le innumerevoli apparenze illusorie degli esseri senzienti sorgono dalla mente sublime della completa illuminazione del Tathāgata"<sup>5</sup>.

Si sappia pertanto che al di fuori di questa mente non c'è buddhità che possa essere ottenuta. Tutti i Buddha del passato erano soltanto persone che hanno compreso fino in fondo la loro mente; tutti i santi e i saggi del presente sono ugualmente solo persone che coltivano fino in fondo la loro mente. Gli studenti che nel futuro coltiveranno (la Via) devono fare affidamento su questo principio. Io spero che tutti voi che coltivate la Via non cerchiate all'esterno. La natura della mente è incontaminata, originariamente perfetta e completa in sé stessa. Basta abbandonare i fenomeni illusori ed immediatamente così com'è il Buddha.

**Domanda:** Tu affermi che la natura di Buddha esiste adesso nel corpo, e quindi, essendo nel corpo, non è separata dalle persone comuni. Allora perché adesso non posso vedere la natura di Buddha? Spiega ulteriormente questo concetto così che tutti possano capire.

---

<sup>4</sup> Letteralmente, tra le cinque e le sette circa del mattino, durante il periodo chiamato *mao* in cinese (coreano *myo*).

<sup>5</sup> Citazione dal *Sūtra della Completa Illuminazione* (圓覺經, *Yuan Jue Jing*).

**Risposta:** È nel tuo corpo, ma non la vedi da te. In definitiva, cosa è quella cosa che durante i dodici periodi della giornata<sup>6</sup> percepisce fame e sete, percepisce freddo e caldo, a volte si arrabbia a volte gioisce? Il corpo fisico è un composto dei quattro elementi fisici, terra, acqua, fuoco e aria. Poiché questa materia è inerte e priva di sensibilità, come può vedere, sentire, discernere e conoscere? Ciò che ha capacità di vedere, sentire, discernere e conoscere è necessariamente la tua natura di Buddha.

Per questa ragione, Linji<sup>7</sup> disse: “I quattro elementi non sanno come esprimere il Dharma o ascoltare il Dharma. Lo spazio vuoto non sa come esporre il Dharma o ascoltare il Dharma. È soltanto quella cosa priva di forma davanti ai vostri occhi che brilla distintamente solitaria che conosce come esporre il Dharma o ascoltare il Dharma.” Questa cosa priva di forma di cui parla è il sigillo del Dharma di tutti i Buddha; è anche la vostra mente originaria. Dal momento che questa natura di Buddha esiste nel corpo proprio ora, perché cercarla invano all'esterno?

Nel caso in cui non ci crediate, citerò brevemente le circostanze in cui alcuni saggi del passato sono entrati nella Via in modo da sciogliere i vostri dubbi. Siatene positivamente convinti.

Un tempo, un re che seguiva una dottrina diversa domandò al venerabile Bharati:

“Che cosa è il Buddha?”

Il venerabile rispose: “Vedere la natura è il Buddha.”

Il re chiese: “Il venerabile vede la natura, o no?”

Il venerabile rispose: “Vedo la natura di Buddha.”

Il re chiese: “Dove è la natura del Buddha?”

Il venerabile rispose: “La natura è presente nella funzione.”

Il re chiese: “In quale funzione? Io non la vedo adesso.”

Il venerabile rispose: “La funzione si manifesta ora, ma vostra maestà non è in grado di vederla da sé.”

Il re chiese: “E' presente in me?”

Il venerabile rispose: “Ogniqualevolta vostra maestà agisce, non v'è (alcuna azione) in cui non sia presente. Se vostra maestà non agisce, la sua essenza è nuovamente difficile da vedersi.”

Il re chiese: “Nell'utilizzarla, in quanti luoghi si manifesta?”

Il venerabile rispose: “Quando si manifesta lo fa in otto modi.”

Il re chiese: “Parlami di queste otto manifestazioni.”

Il venerabile rispose: “Nel ventre è chiamata corpo; nella società è chiamata persona; negli occhi è chiamata vedere; nelle orecchie è chiamata ascoltare; nel naso distingue gli odori; nella lingua parla; nelle mani afferra; nei piedi cammina e corre. Si manifesta ovunque,

---

<sup>6</sup> La giornata era suddivisa in dodici periodi di circa due ore ciascuno, per un totale di ventiquattro ore. Il periodo *mao*, citato sopra, è il quarto della serie.

<sup>7</sup> Maestro Chan cinese del nono secolo. Il suo nome monastico era Yi Xuan. Fondatore della scuola Chan omonima.

includendo totalmente infiniti mondi; è inclusa in un singolo granello di polvere<sup>8</sup>. Coloro che l'hanno realizzata sanno che è la natura del Buddha; coloro che non sanno lo chiamano spirito.”

Mentre il re ascoltava, la sua mente si risvegliò.

Ancora, un monaco chiese al Maestro Guizong:

“Cosa è il Buddha?”

Guizong rispose: “Se adesso te lo dico, temo che tu non mi crederai”.

Il monaco replicò: “Se il Maestro parla sinceramente, come oserei non credere?”

Il Maestro disse: “Sei proprio tu!”

Il monaco chiese: “Come lo preservi?”

Il Maestro replicò: “Basta una singola ostruzione<sup>9</sup> negli occhi ed i fiori nel cielo cadranno copiosamente.”

Il monaco, a quelle parole, comprese.

Le storie che ho citato circa le circostanze in cui alcuni saggi del passato sono entrati nella Via sono chiare e semplici; possono ben far risparmiare energia. Se per mezzo di questi esempi acquisite fede e comprensione, passerete mano nella mano con gli antichi saggi.

**Domanda:** Tu parli di vedere la natura. Se uno realmente vede la natura significa che è un santo, dovrebbe perciò manifestare poteri spirituali<sup>10</sup> ed essere diverso dalle persone (comuni). Perché oggi tra coloro che coltivano la mente non ve n'è nemmeno uno che manifesta poteri spirituali?

**Risposta:** Non proferire avventatamente parole assurde; essere incapaci di distinguere il falso dal vero è essere una persona illusa e confusa. Gli studenti della Via del giorno d'oggi parlano del vero principio, ma il loro cuore retrocede impaurito, cadendo nell'errore di non distinguere (il vero dal falso). Questa è la fonte dei vostri dubbi.

Studiare la Via senza sapere cosa viene prima e cosa dopo, parlare del principio senza distinguere l'essenziale dal secondario è chiamato avere false opinioni, non è chiamato

---

<sup>8</sup> In altri termini, sfugge a qualunque tipo di valutazione dualistica.

Robert Buswell, cui si deve una delle due traduzioni inglesi del testo, introduce qui il concetto di espansione e contrazione in riferimento alla natura di Buddha, seguendo l'interpretazione coreana del testo: “When it is expanded, it contains worlds as numerous as grains of sand. When it is compressed, it exists within one minute particle of dust”. Tuttavia, questa è un'interpretazione totalmente arbitraria, che oltretutto non ha riscontro nel testo. È vero proprio il contrario: non ha bisogno né di espandersi né di contrarsi, sfugge a qualunque valutazione prodotta dalla mente dualistica in termini di grande-piccolo e simili.

La dottrina Avatamsaka, cui appartiene questo tipo di dialettica, spiega che la natura ultima delle cose altro non è che la vacuità, intesa come assenza di esistenza intrinseca, condizionalità, ed essa è tale a qualunque scala di misura. Cfr. Thomas Cleary, *Entry into the inconceivable*.

<sup>9</sup> Il termine *yi* (翳) significa cataratta, opacità corneale, qualcosa insomma che impedisce la vista.

<sup>10</sup> La frase 神通變化 (*shen tong bain hua*) è una frase stock che indica le sei *abhijñā* (P.: *abhiññā*) e la capacità di trasformazione. Quest'ultima può intendersi sia come la manifestazione di illusioni percettive create per mezzo del potere del *samādhi*, sia la capacità di manifestare differenti corpi a seconda delle capacità karmiche degli esseri senzienti. Traduco semplicemente con poteri spirituali, termine generico che include tutto.

coltivare e studiare (la Via). Non si inganna solo se stessi, ma si ingannano contemporaneamente anche gli altri. Come potete non essere cauti?

Ci sono molti metodi per entrare nella Via, ma se parliamo dell'essenziale essi non esulano dalle due categorie di risveglio improvviso e coltivazione graduale. Nonostante si possa parlare di un risveglio improvviso ed una coltivazione improvvisa, sono (solo) coloro che sono dotati di qualità spirituali elevatissime che possono accedervi. Se esaminiamo il loro passato, essi hanno già coltivato (la mente) sulla base del risveglio per molte vite, cosicché (la loro mente) è stata gradualmente permeata (dalla pratica) e giunti a questa esistenza si risvegliano non appena odono (la dottrina). In un solo istante concludono tutto. In realtà, anche costoro sono inclusi nella categoria di coloro che prima si risvegliano e poi coltivano (la mente).

Pertanto, questi due metodi del (risveglio) improvviso e della (coltivazione) graduale sono il cammino consueto di tutti i saggi. Perciò fin da tempi passati non vi è alcun saggio che non si sia prima risvegliato e poi abbia coltivato, ed a causa della coltivazione abbia realizzato (la Via). I cosiddetti poteri spirituali si manifestano a seguito della permeazione graduale (della mente) dovuta alla coltivazione che si basa sul risveglio. Non è che si manifestano immediatamente a seguito del risveglio. Come dice un Sūtra, "Ci si risveglia al principio d'improvviso e sulla base del risveglio uno è assorbito da esso; i problemi concreti non sono eradicati d'improvviso, devono essere eliminati gradualmente."

Perciò Guifeng, spiegando profondamente il senso di risveglio prima e coltivazione poi, disse: "Sappiamo che un lago gelato è tutta acqua, ma necessita del calore del sole per sciogliersi. Capiamo che un uomo comune non è diverso dal Buddha, ma è per mezzo della forza del Dharma che uno viene permeato dalla coltivazione. Quando il ghiaccio si scioglie, l'acqua scorre e bagna ed allora manifesta la funzione di irrigare e pulire. Quando l'illusione cessa, la mente diviene allerta e penetrante e manifesta la funzione dello splendore dei poteri spirituali."

Si sappia pertanto che i veri poteri spirituali non si realizzano in un giorno; si sviluppano solo con la graduale permeazione (della mente). Inoltre, i veri poteri spirituali dal punto di vista di chi li ha ottenuti sono come fenomeni fantasmagorici, fenomeni collaterali inessenziali per i saggi. Anche se a volte li manifestano, non devono essere usati per mettersi in mostra.

Gli stolti uomini moderni pensano falsamente che a seguito di un singolo istante di risveglio si manifestino le innumerevoli sublimi funzioni dei poteri spirituali. Intrattenere una simile opinione è detto non sapere cosa viene prima e cosa dopo e non distinguere l'essenziale dal secondario. Se si vuole ricercare la Via del Buddha senza capire il prima e il dopo, l'essenziale ed il secondario, è come tentare di inserire un pezzo di legno quadrato in un buco rotondo. Non è forse un grave errore?

Non conoscendo i metodi opportuni, uno si immagina di essere su un precipizio e retrocede impaurito. Coloro che hanno troncato la potenzialità di divenire Buddha non sono pochi. Visto che loro stessi non hanno ancora compreso e poiché non credono che altri abbiano ottenuto risveglio e comprensione, non vedendo poteri spirituali, danno origine a disprezzo, ridicolizzando saggi e santi. Com'è triste!

**Domanda:** Hai detto che i due metodi del risveglio improvviso e della coltivazione graduale sono il cammino consueto di tutti i saggi. Visto che il risveglio è un risveglio improvviso, che

bisogno c'è di aggiungere una coltivazione graduale? Se la coltivazione è una coltivazione graduale, come si può parlare di risveglio improvviso? Parla più estesamente del significato di improvviso e graduale, in modo che possiamo eliminare i dubbi rimanenti.

**Risposta:** Riguardo al risveglio improvviso, gli uomini ordinari, quando sono confusi, considerano i quattro elementi come il corpo e i pensieri illusori come la mente. Non sanno che la loro propria natura è il vero Dharmakāya<sup>11</sup>; non sanno che la loro penetrante consapevolezza<sup>12</sup> è il vero Buddha. Ricercano il Buddha al di fuori della mente, correndo a casaccio di qua e di là. Improvvisamente, un amico spirituale indica loro la strada d'accesso; volgendo in un istante la luce all'interno, vedono la propria natura originaria. Il fondamento di questa natura è originariamente privo di contaminazioni. La natura della saggezza priva di efflussi è originariamente completa e perfetta. In quel momento, non c'è la benché minima differenza con tutti i Buddha. Perciò è chiamato risveglio improvviso.

Riguardo alla coltivazione graduale, nonostante uno si sia risvegliato alla propria natura originaria e non sia diverso dai Buddha, le proclività (accumulate) fin da tempi senza inizio sono difficili da eradicare all'improvviso, perciò uno coltiva (la mente) basandosi sul risveglio, permea gradualmente (la mente) fino alla perfezione, nutrendo costantemente l'embrione di santità, e dopo lungo tempo diviene un santo. Perciò è chiamata coltivazione graduale. Come un bambino: nel giorno che nasce possiede già tutte le facoltà complete, senza alcuna differenza rispetto agli altri. Tuttavia, il suo potere è ancora insufficiente. Devono passare alcuni anni prima che diventi un uomo adulto.

**Domanda:** Con quale metodo opportuno possiamo risvegliarci alla nostra natura volgendo in un istante la mente all'interno?

**Risposta:** Non è altro che la tua mente; quale altro metodo opportuno vuoi usare? Se uno ricerca la comprensione tramite l'uso di metodi opportuni è come qualcuno che, non vedendo i propri occhi, presume di non avere occhi e si pone a cercarli. Visto che sono i propri occhi, com'è possibile vederli? Nel momento in cui si diviene consapevoli di non averli perduti, questo è chiamato vedere gli occhi. Non c'è alcun ulteriore desiderio di cercare di vederli; come può esservi il pensiero di non vederli? Lo stesso dicasi per la propria penetrante consapevolezza: visto che è la propria mente, che bisogno c'è di ulteriore comprensione? Se uno vuole comprendere, non realizzerà alcuna comprensione. Semplicemente essere consapevoli che non c'è nulla da comprendere, proprio questo è vedere la natura.

**Domanda:** Le persone di elevatissime facoltà spirituali comprendono facilmente al solo udire. Coloro che sono di facoltà medie e inferiori non sono privi di dubbi. Parlati di altri metodi opportuni, in modo che coloro che sono confusi possano accedere (alla Via).

**Risposta:** La Via non appartiene al conoscere o non conoscere. Liberati della mente che tramite le proprie illusioni (cerca di) anticipare l'illuminazione ed ascolta ciò che dico.

---

<sup>11</sup> Letteralmente "Corpo del Dharma". Nonostante il concetto si sia evoluto col tempo ed abbia assunto significati diversi in diverse scuole, in questo contesto è da intendersi come la natura fondamentale di tutti i fenomeni di cui un Buddha è manifestazione.

Nell'usare termini del genere è bene ricordare che essi non si riferiscono, almeno nelle scuole filosofiche più antiche, ad una sostanza eterna ed immutabile.

<sup>12</sup> "Penetrante consapevolezza" traduce il termine *ling zhi* (靈知).

Poiché tutti i fenomeni sono come un sogno e come un miraggio, i pensieri illusori sono originariamente quieti e gli oggetti dei sensi sono originariamente vuoti. Nel luogo ove tutti i fenomeni sono vuoti, la penetrante consapevolezza non è oscura. Proprio questa mente vuota e quieta della penetrante consapevolezza è il tuo volto originario ed è anche il sigillo del Dharma segretamente trasmesso da tutti i Buddha dei tre tempi, dalle generazioni di patriarchi e dagli amici spirituali del mondo. Se vi risvegliate a questa mente, ciò è realmente chiamato ascendere direttamente allo stadio di Buddha senza arrampicarsi su una scala. Ogni passo travalica i tre mondi. Tornati a casa, troncate improvvisamente i dubbi e divenite maestri di uomini e dei. Con compassione e saggezza che si aiutano l'una con l'altra, portate a compimenti il duplice beneficio<sup>13</sup> e diventate degni di ricevere le offerte di uomini e dei. Potete usare diecimila *tael* di oro in un sol giorno (senza timore di incorrere in debiti). Se potete essere così, allora siete davvero dei grandi esseri; il vostro compito in questa vita è ultimato.

**Domanda:** Per persone come me, cos'è questa mente vuota e quieta della penetrante consapevolezza?

**Risposta:** Ciò che ora mi ha fatto questa domanda è la tua mente vuota e quieta della penetrante consapevolezza. Perché non rivolgi (l'attenzione) all'interno ed invece cerchi all'esterno? Ora, in base alla tua situazione presente, ti mostrerò la tua mente originaria per condurti al risveglio. Purifica la tua mente ed ascolta le mie parole.

Dal mattino alla sera, nel corso dei dodici periodi della giornata, riguardo a tutti i tipi di attività che si susseguono, vedere, udire, ridere, parlare, essere arrabbiati, essere felici, agire bene, agire male, dimmi un po', in ultima analisi chi è che compie questo susseguirsi di attività? Se mi rispondi che è il corpo fisico che agisce, allora perché quando uno improvvisamente muore ed (il corpo) è ancora intatto, gli occhi non vedono, le orecchie non sentono, il naso non distingue gli odori, la lingua non parla, il corpo non si muove, le mani non afferrano, i piedi non camminano o corrono? Sappi dunque che ciò che può vedere, udire, agire, necessariamente è la tua mente originaria, non è il tuo corpo fisico. Oltretutto, la natura dei quattro elementi (che compongono) questo corpo fisico è vuota; sono come un'immagine in uno specchio, come la luna riflessa nell'acqua: come possono essere costantemente consapevoli in modo distinto, nitidi e privi di oscurità, rispondere (ai fenomeni) fondendosi con innumerevoli funzioni sottili? Perciò si dice: "Poteri spirituali e sublimi funzioni: attingere acqua e portare legna".

Inoltre, vi sono molti modi di penetrare il principio. Ti indicherò un metodo per condurti a tornare alla sorgente. Senti il gracchiare di corvi e gazze?

Risposta: Lo sento.

Domanda: Gira (l'attenzione all'interno) ed ascolta l'essenza del tuo udire: vi sono ancora molti suoni?

Risposta: Giunti qui, non vi è alcun suono né alcuna discriminazione che possa essere afferrata.

---

<sup>13</sup> Beneficare sia se stessi che gli altri esseri senzienti.

Maestro: Benissimo! Benissimo! Questo è il metodo per penetrare il principio di Avalokiteśvara<sup>14</sup>. Ti chiedo ancora, dimmi: arrivati qui non vi è alcun suono né alcuna discriminazione che si possa afferrare. Visto che non si possono afferrare, in quel momento (l'essenza) è forse vuota?

Risposta: Originariamente non vuota, è nitida e priva di oscurità.

Domanda: Qual è l'essenza che è non vuota?

Risposta: Non ha alcuna forma; a parole non si può spiegare.

Maestro: Questa è la vita di tutti i Buddha e di tutti i patriarchi, non dubitarne più.

Poiché non ha alcuna forma, c'è forse ancora (la distinzione tra) grande e piccolo? Non essendoci (discriminazione tra) grande e piccolo, c'è forse un confine? Non essendoci alcun confine, non ci sono né esterno né interno. Non essendoci né esterno né interno, non ci sono né vicino né lontano. Non essendoci né vicino né lontano, non c'è (distinzione tra) questo e quello. Poiché non c'è (distinzione tra) questo e quello, non ci sono né andare né venire. Poiché non ci sono né andare né venire, non ci sono né nascita né morte. Non essendoci né nascita né morte, non ci sono né passato né presente. Non essendoci né passato né presente, non ci sono né confusione né risveglio. Non essendoci né confusione né risveglio, non ci sono né persone ordinarie né santi. Non essendoci né persone ordinarie né santi, non ci sono né contaminazione né purezza. Non essendoci né contaminazione né purezza, non ci sono né giusto né sbagliato. Non essendoci né giusto né sbagliato, tutti i concetti sono inafferrabili. Visto che (tutte le precedenti dicotomie) sono totalmente insostanziali, allo stesso modo tutti i sensi ed i loro oggetti, tutti i pensieri illusori, qualunque tipo di apparenza, qualunque tipo di concetto sono tutti inafferrabili. Questo non è forse essere originariamente vuoto e quieto, originariamente vuoto di ogni fenomeno?

Tuttavia, nel luogo in cui tutti i fenomeni sono vuoti, la penetrante consapevolezza non è oscura. Ciò è diverso dall'essere inanimato: la natura è di per sé meravigliosamente acuta. Questa è la tua penetrante consapevolezza vuota e quieta, l'essenza pura della mente. Inoltre, questa mente pura, vuota e quieta è la luminosa mente supremamente pura di tutti i Buddha dei tre tempi; è anche la natura originariamente illuminata degli esseri senzienti. Coloro che si risvegliano ad essa e la proteggono siedono nella liberazione dell'unica quiddità immota. Coloro che sono confusi riguardo ad essa e voltano ad essa le spalle, migrano nelle sei esistenze e rimangono per eoni nel *saṃsāra*. Perciò è detto che coloro che sono confusi riguardo alla Mente Unica e migrano per le sei esistenze passano e si agitano; coloro che si risvegliano al *dharmadhātu* e ritornano alla Mente Unica arrivano e sono quieti. Nonostante confusione e risveglio siano differenti, di fatto la sorgente originaria è unica. Perciò è detto che ciò che è chiamato Dharma è la Mente degli esseri senzienti. Inoltre, questa mente vuota e quieta non si accresce nei saggi e non diminuisce negli uomini comuni. Perciò si dice che nei saggi conosce ma non splende, nascosta nella mente degli uomini ordinari non è oscura. Visto che non si accresce nei santi, né diminuisce negli uomini ordinari, in che modo Buddha e patriarchi sono diversi dagli uomini comuni? Il motivo della differenza con gli uomini ordinari sta nel fatto che essi sono in grado da sé stessi di proteggere la mente. Se tu riesci ad avere fede, i dubbi svaniranno all'improvviso, manifesterai la volontà dei grandi uomini ed

---

<sup>14</sup> Descritto nel *Śūraṅgama Sūtra*.

otterrai la genuina e corretta visione della liberazione. Gustandone il sapore personalmente, giungerai allo stadio in cui potrai da solo confermare (il tuo risveglio). Questo è il luogo di comprensione e risveglio di coloro che coltivano (la Via). Non vi sono ulteriori passaggi graduali, perciò viene chiamato (risveglio) improvviso. Come è detto: la (vera) fede si realizza solo quando si integrano tutte le virtù del frutto della buddhità all'interno della causa della fede senza la minima differenza.

**Domanda:** Dato che uno si è risvegliato a questo principio, non c'è bisogno di ulteriori stadi. Che necessità c'è della coltivazione successiva, della graduale permeazione e della graduale realizzazione?

**Risposta:** Ho già parlato prima del significato di coltivazione graduale dopo il risveglio. Se tuttavia i dubbi non sono ancora chiariti, posso benissimo spiegare un'altra volta. Purifica la tua mente. Ascolta con attenzione! Ascolta con attenzione!

Gli uomini ordinari per innumerevoli eoni fino al tempo presente hanno vagabondato per le cinque vie (di rinascita), nascendo e morendo. Si afferrano al concetto di un sé e, fin da lungo tempo, i pensieri illusori, le percezioni distorte<sup>15</sup>, l'ignoranza ed ogni sorta di proclività sono diventati la (loro) natura. Nonostante giunti a questa esistenza si siano improvvisamente risvegliati alla propria natura originariamente vuota e quieta, non differente dal Buddha, tuttavia queste proclività inveterate difficilmente possono essere sradicate d'un colpo. Nel momento in cui incontrano situazioni sfavorevoli o favorevoli, ira e gioia, giusto e sbagliato sorgono e cessano con vigore. I contaminanti (che sono come) polvere avventizia<sup>16</sup> non sono diversi da come erano prima. Se non lavorano duro e non si sforzano tramite l'uso di *prajñā*, come possono contrastare l'ignoranza e giungere allo stadio del totale riposo? Come è detto: "Nonostante tramite il risveglio improvviso uno è uguale al Buddha, tuttavia le proclività (accumulate lungo) numerose esistenze sono profonde. Nonostante il vento sia cessato, le onde si propagano ancora; nonostante il principio sia rivelato, i pensieri illusori si intromettono ancora."<sup>17</sup> Ancora, il Maestro Chan Gao<sup>18</sup> disse: "Spesso coloro che hanno facoltà acute sistemano questa questione senza eccessivo sforzo. Di conseguenza divengono compiacenti e non coltivano ulteriormente. Col passare del tempo, si lasciano andare come prima e non sfuggono al *samsāra*." Quindi, è forse possibile trascurare la coltivazione successiva sulla base di un singolo evento di risveglio? Perciò dopo il risveglio è sempre necessario continuare ad investigare. Se improvvisamente sorgono pensieri illusori, non bisogna seguirli. Bisogna continuamente distruggerli fino a giungere all'incondizionato. Solo allora (si perviene allo) stadio finale. La pratica di domare il bue dopo il risveglio è questo. Nonostante ci sia una coltivazione successiva, uno si è già improvvisamente risvegliato (al fatto che) i pensieri illusori sono originariamente vuoti e la natura della mente è originariamente pura. Si elimina ciò che è negativo, e tuttavia uno elimina senza eliminare. Si coltiva la virtù, e tuttavia uno coltiva senza coltivare. Questa è proprio la genuina coltivazione e la genuina eliminazione. Perciò è detto che nonostante uno coltivi perfettamente diecimila pratiche, esse hanno l'assenza di pensiero (illusorio) come fondamento. Guifeng ha fatto il

---

<sup>15</sup> Le quattro *vipariyāsa* (Pāli: *vipallāsa*) o percezioni distorte: considerare l'impermanente come permanente, l'impuro come puro, ciò che è penoso come piacevole e ciò che è vuoto di un sé come dotato di un sé.

<sup>16</sup> Riferimento ad una similitudine ripresa dal *Śūraṅgama Sūtra*.

<sup>17</sup> Robert Buswell attribuisce questa citazione al maestro Guizong Zongmi.

<sup>18</sup> Da Hui Zong Gao, dodicesimo secolo, il propugnatore e divulgatore del metodo Huatou.

sunto del significato di risveglio prima e coltivazione dopo dicendo: “Uno si risveglia improvvisamente a questa natura che è fin dall’inizio priva di contaminazioni; la natura della saggezza priva di efflussi è originariamente completa, non dissimile dal Buddha. Coltivare sulla base di questa è detto Chan del Supremo Veicolo ed è anche chiamato Puro Chan del Tathāgata. Se uno è in grado di coltivare (in questo modo) un istante dopo l’altro, realizzerà gradualmente innumerevoli *samādhi* in modo spontaneo. È proprio questo il Chan che è stato trasmesso una generazione dopo l’altra nella tradizione di Bodhidharma.” Perciò, il significato di risveglio improvviso e pratica graduale è (raffigurato dalle) due ruote di un carro: non è possibile che ne manchi una.

Ci sono persone che non capiscono che la natura di bene e male è vuota e siedono rigidamente senza muoversi, reprimendo corpo e mente come una pietra schiaccia l’erba e chiamano questo coltivare la mente. Questo è un grande errore. Perciò è detto che gli *śrāvaka* ad ogni istante di pensiero troncano l’illusione, e tuttavia l’intenzione di troncane l’illusione è il nemico. Basta contemplare con attenzione che uccidere, rubare, fornicare e mentire<sup>19</sup> sorgono dalla natura, così il sorgere è un non sorgere e proprio in quel luogo (i contaminanti) si acquietano. Che bisogno c’è di troncane (l’illusione)? Quindi si dice che non si teme il sorgere di pensieri (illusori), bensì l’essere lenti nel divenirne consapevoli. Si dice anche se, al sorgere di un pensiero, se ne è consapevoli, esso scompare per il fatto di esserne consapevoli. Perciò, dal punto di vista di coloro che si sono risvegliati, nonostante esistano i contaminanti (che sono come) la polvere avventizia, sono stati tutti trasformati in saggezza<sup>20</sup>. Basta comprendere che i contaminanti non hanno (natura propria) e sono originariamente vuoti. I tre mondi (simili ai) fiori (nel cielo) sono come fumo che turbinata nel vento; il miraggio dei sei oggetti dei sensi è come ghiaccio sciolto da acqua bollente. Se uno può coltivare in questo modo un istante dopo l’altro, senza dimenticare di essere attento, sostenendo ugualmente *samādhi* e saggezza, allora attaccamento ed avversione si indeboliranno spontaneamente, mentre compassione e saggezza accresceranno spontaneamente il loro splendore; le azioni negative cesseranno spontaneamente, mentre meriti e virtù saranno spontaneamente incentivati. Quando i contaminanti cessano, il *samsāra* cessa. Se il sottile flusso (dei contaminanti più profondi)<sup>21</sup> viene condotto a completa cessazione, la grande saggezza della completa illuminazione permarrà solitaria nella sua radiosità. Allora uno potrà manifestare innumerevoli corpi di trasformazione in tutti i mondi nelle dieci direzioni, rispondendo alle (differenti) qualità (degli esseri senzienti), similmente alla luna che si manifesta nel cielo e la cui immagine si riflette in miriadi di acque. Le sue funzioni sono innumerevoli. È in grado di traghettare oltre (il *samsāra*) gli esseri senzienti con cui ha connessioni karmiche, è felice e spensierato. Costui è chiamato il grande illuminato onorato dal mondo.

**Domanda:** Riguardo al metodo della coltivazione successiva, in verità non ho ancora compreso il significato del sostenere equamente *samādhi* e saggezza. Spiega ulteriormente

---

<sup>19</sup> I primi quattro precetti del codice monastico, la cui violazione rappresenta l’infrazione più grave.

<sup>20</sup> Il testo letteralmente dice “trasformati in burro chiarificato”, tuttavia il termine “burro chiarificato” è usato come sinonimo di saggezza.

<sup>21</sup> Penso che il riferimento qui sia agli *āsava*, ossia i contaminanti più profondi. Vi è una lista di tre, ossia desiderio sensuale, desiderio di esistenza, opinioni erronee. A questi viene a volte aggiunta l’ignoranza fondamentale dando una lista di quattro.

mostrando in dettaglio come risolvere l'illusione, conducendoci ad entrare dalla porta della liberazione.

**Risposta:** Nel determinare il significato del Dharma, i numerosi metodi di accedere al principio non sono altro che (applicazioni di) *samādhi* e saggezza. Se ne consideriamo l'elemento essenziale, questo non è altro che il duplice aspetto di sostanza e funzione nell'autonatura. È ciò che più sopra abbiamo chiamato la penetrante consapevolezza vuota e quieta. Il *samādhi* è la sostanza, la saggezza è la funzione. Poiché è funzione della sostanza, la saggezza non è separata dal *samādhi*. Poiché è sostanza della funzione, il *samādhi* non è separato dalla saggezza. Il *samādhi*, a causa della saggezza, è quieto eppure sempre consapevole; la saggezza, a causa del *samādhi*, è consapevole eppure sempre quieta. Come disse Cao Xi<sup>22</sup>: “Quando il fondamento della mente non è confuso, questo è il *samādhi* dell'autonatura; quando il fondamento della mente non è ottuso, questa è la saggezza dell'autonatura.” Se uno si risveglia in questo modo, è quieto e consapevole nell'adeguarsi al corso delle circostanze; ostruzione ed illuminazione non sono diverse. Questa è la coltivazione simultanea di *samādhi* e saggezza da parte di coloro che seguono il metodo improvviso.

Se si afferma che prima si contrasta l'attività mentale per mezzo della quiete e successivamente si contrasta la stagnazione per mezzo della saggezza, e che si entra nella tranquillità per mezzo del controllo precedente e successivo, regolando uniformemente stagnazione ed agitazione, questa è la pratica del metodo graduale (seguita dalle) persone mediocri. Nonostante affermino di sostenere equamente saggezza e quiete, non possono evitare di praticare afferrandosi alla tranquillità. Possono forse essere reputati persone che comprendono la questione, che non sono separate dalla quiete originaria e dall'originaria consapevolezza, che coltivano simultaneamente (*samādhi* e saggezza) nell'adeguarsi al corso delle circostanze? Perciò Cao Xi disse: “La pratica e coltivazione di coloro che si sono risvegliati non sta nella quiete. Se prima e dopo si è sempre nella quiete, si è persone confuse.”

Perciò dal punto di vista di coloro che hanno penetrato (la Via), il senso del mantenere equamente *samādhi* e saggezza non ha a che fare con lo sforzo, è originariamente spontaneo, senza ulteriori stadi speciali o tempi speciali. Nel vedere le forme o udire i suoni è così; nell'indossare gli abiti o mangiare è così; nel defecare od urinare è così; nel conversare con le persone è così; in qualunque attività, camminare, sostare, sedere, giacere, nel parlare o nello stare in silenzio, nel gioire o nell'adirarsi, in qualunque momento, è sempre così. È come una barca vuota in balia delle onde che si alza e si abbassa seguendo (il moto ondoso); come un fiume che traversa una montagna, a volte incontra una curva, a volte va dritto. Allora, ad ogni istante di pensiero non discrimina, oggi rilassato ed in accordo con le circostanze, domani in accordo con le circostanze e rilassato, armonizzandosi a qualunque condizione senza alcun ostacolo. Non coltiva la virtù né eradica il male. È onesto, privo di falsità. Poiché vedere ed udire sono ordinari<sup>23</sup>, allora è possibile eliminare la contrapposizione (tra i sensi) ed il loro oggetti. Che bisogno c'è di usare energia per eliminare (i pensieri illusori)? Senza un singolo

---

<sup>22</sup> Il Sesto Patriarca della Scuola Chan Hui Neng.

<sup>23</sup> Ossia non danno origine a discriminazione, nel vedere vi è solo il vedere, nell'udire solo l'udire, etc.

pensiero che genera attaccamento, non serve usare un inutile sforzo per abbandonare gli oggetti (dei sensi).

Tuttavia, gli ostacoli sono fitti e le abitudini profonde, (la capacità di) osservazione è debole, la mente è dissipata, il potere dell'ignoranza è grande, mentre il potere di *prajñā* è debole. Nell'incontrare situazioni positive o negative è inevitabile che si alternino agitazione e quiete. Colui che non ha la mente quieta ed appagata non può evitare di usare energia per abbandonare gli oggetti (dei sensi) ed eliminare (i pensieri illusori)<sup>24</sup>. Come è detto: quando i sei sensi sono raccolti e la mente non segue le circostanze, ciò è chiamato *samādhi*; quando mente e fenomeni sono entrambi vuoti e (la mente) è come un luminoso specchio privo di confusione, questo è chiamato saggezza. Nonostante questo sia un metodo (di coltivare) *samādhi* e saggezza che si adegua alla situazione, un metodo graduale praticato da coloro che hanno qualità inferiori, nell'approccio di contrasto (ai contaminanti) non può mancare. Se l'agitazione è intensa, allora per mezzo del *samādhi* uno raccoglie la mente agitata in accordo col principio; non seguendo le circostanze, (la mente) si armonizza con la quiete originaria. Se il torpore è particolarmente eccessivo, allora per mezzo della saggezza uno investiga i fenomeni e ne contempla la vacuità; lo specchio (della mente) diviene luminoso e privo di confusione e si armonizza con la consapevolezza originaria. Per mezzo del *samādhi* uno controlla i pensieri illusori; per mezzo della saggezza uno controlla l'ottusità.

Cessate le qualità di agitazione e quiete, terminato il lavoro di contrasto, allora nell'incontrare i fenomeni ad ogni istante uno torna al principio; nell'imbattersi nelle circostanze ogni pensiero si armonizza con la Via. Adeguandosi al corso delle circostanze uno coltiva simultaneamente (*samādhi* e saggezza). Solo allora è ritenuto una persona priva di scopo. Se è così, allora si può realmente dire che costui è uno che mantiene equamente *samādhi* e saggezza e che vede chiaramente la natura di Buddha.

**Domanda:** Stando a quanto hai spiegato, all'interno del metodo di coltivazione successivo alla realizzazione, il senso del mantenere equamente *samādhi* e saggezza è di due tipi: primo, *samādhi* e saggezza dell'autonatura; secondo, *samādhi* e saggezza che si adegua alla situazione. Riguardo all'aspetto dell'autonatura hai detto: "Quieto e consapevole in accordo al corso delle circostanze, originariamente spontaneo, è possibile eliminare la contrapposizione (tra i sensi) ed il loro oggetti. Che bisogno c'è di usare energia per eliminare (i pensieri illusori)? Senza un singolo pensiero che genera attaccamento, non serve usare un inutile sforzo per abbandonare gli oggetti (dei sensi)." Giudico che ciò si riferisca al non essere separati dall'autonatura ed a mantenere equamente *samādhi* e saggezza da parte di coloro che coltivano il metodo improvviso.

Riguardo al metodo dell'adeguarsi alla situazione hai detto: "(*Samādhi* è) raccogliere la mente agitata in accordo col principio, (saggezza è) investigare i fenomeni contemplandone la vacuità. Si entra nell'incondizionato regolando uniformemente torpore ed agitazione."

---

<sup>24</sup> Qui Chinul mette bene in chiaro che, nonostante il metodo correttivo di contrasto sia un metodo graduale "usato da persone di qualità inferiore", non è possibile negligerlo quando ancora siamo incapaci di controllare la reazione della mente ai fenomeni, seguendo le nostre inclinazioni. Ciò può essere vero perfino per coloro che già hanno avuto un'esperienza di risveglio, a cui questo passaggio si riferisce.

Più sotto nel testo, Chinul sottolinea in modo inequivocabile che prima del risveglio non esiste alcuna altra opzione. Coloro che si illudono di "avere qualità superiori" e trascurano il lavoro di correzione, riempiendosi la bocca di concetti sulla "pratica senza sforzo", sono avvertiti.

Giudico che ciò si riferisca alla pratica del metodo graduale di coloro che hanno qualità inferiori.

Riguardo a questi due aspetti di *samādhi* e saggezza non sono privo di dubbi. Nel riferirsi alla pratica di una singola persona, intendiamo che uno prima coltiva equamente *samādhi* e saggezza sulla base del metodo dell'autonatura e poi utilizza il lavoro di correzione del metodo che si adegua alla situazione? Oppure che uno prima regola uniformemente torpore ed agitazione basandosi sul metodo che si adegua alla situazione e successivamente per mezzo di esso ha accesso al metodo dell'autonatura?

Se uno prima (coltiva) *samādhi* e saggezza dell'autonatura, allora è quieto e consapevole nell'adeguarsi al corso delle circostanze; l'ulteriore lavoro di correzione non è necessario. Che bisogno c'è di adottare (la coltivazione di) *samādhi* e saggezza secondo il metodo che si adegua alla situazione? Sarebbe come incidere e dipingere una giada bianca: si rovinano le sue qualità.

Se uno prima, per mezzo della (coltivazione di) *samādhi* e saggezza secondo il metodo che si adegua alla situazione, fa il lavoro di correzione con successo e quindi avanza verso il metodo dell'autonatura, questo è piuttosto simile alla realizzazione prima ed alla permeazione progressiva (della mente) da parte di coloro che hanno qualità inferiori nell'ambito del metodo graduale. Si può forse chiamare il metodo della (improvvisa) realizzazione e della successiva coltivazione usato da coloro che praticano il metodo improvviso, utilizzando lo sforzo senza sforzo? Se (li si coltiva) simultaneamente senza un prima ed un dopo, visto che i due tipi di *samādhi* e saggezza, quello improvviso e quello graduale, sono diversi, com'è possibile praticarli contemporaneamente? Poiché coloro che coltivano il cammino improvviso si basano sul metodo dell'autonatura, (praticando) senza sforzo in qualunque situazione, mentre quelli di qualità inferiori coltivano il cammino graduale seguendo il metodo che si adegua alla situazione, applicando lo sforzo di correzione, (significa che) le qualità (adatte ai) due metodi, improvviso e graduale, sono diverse; l'eccellente e l'inferiore sono chiaramente distinti. Com'è che nell'approccio della realizzazione prima e della coltivazione successiva i due tipi (di metodi) sono trattati equamente? Ti prego di condurci a comprendere in modo che possiamo eliminare i dubbi.

**Risposta:** Ciò che ho già spiegato è estremamente chiaro. Crei dubbi da te stesso; crei spiegazioni seguendo le parole e rimani sempre più preso dai dubbi. Non aderire rigidamente alle parole, ma cogline il senso; non affaticarti ad analizzare.

Se valutiamo separatamente il tipo di pratica dei due metodi, allora la coltivazione del *samādhi* e della saggezza dell'autonatura è il metodo improvviso, l'uso dello sforzo senza sforzo, l'utilizzo simultaneo (di *samādhi* e saggezza) e l'acquietamento di entrambi. Uno coltiva da sé l'autonatura e realizza da sé la Via del Buddha.

La coltivazione del *samādhi* e della saggezza secondo il metodo che si adegua alla situazione è il metodo graduale utilizzato prima che avvenga il risveglio da coloro che sono di qualità inferiore. Utilizzando lo sforzo correttivo, eliminano la confusione un pensiero dopo l'altro e si afferrano alla quiete come pratica.

Quindi la pratica dei due metodi, improvviso e graduale, sono diverse. Non possono essere mescolate confusamente. Tuttavia, nell'ambito della coltivazione successiva al risveglio, quando si discute simultaneamente della correzione propria del metodo che si adegua alla

situazione, non si adotta nella sua totalità la pratica graduale di coloro che hanno qualità (inferiori). Si adottano i metodi opportuni (propri di quell'approccio); semplicemente vi si dimora temporaneamente, prendendone in prestito le risorse. Perché? In questo metodo improvviso vi sono coloro che hanno qualità eccelse e vi sono anche coloro che hanno qualità inferiori. Non è possibile valutare secondo uno stesso modello i loro cammini.

Coloro i cui contaminanti sono molto deboli e leggeri, il cui corpo e mente sono nella quiete, che sono capaci di rimanere distaccati dalla virtù nella virtù e dal male nel male, indifferenti agli otto venti<sup>25</sup>, indisturbati dai tre tipi di sensazioni<sup>26</sup>, realizzano il principio della spontaneità basandosi (solamente) sul *samādhi* e sulla saggezza dell'autonatura, coltivandoli simultaneamente in risposta alle condizioni, senza sforzo in modo naturale, sempre nello (stato di) meditazione sia nel moto che nella quiete. Per qual motivo si dovrebbe aggiungere la correzione propria del metodo che si adegua alla situazione? Se non c'è malattia, non serve procurare la medicina.

Se, nonostante uno abbia avuto un risveglio improvviso, i contaminanti sono profondi, le abitudini inveterate estremamente radicate, uno genera emozioni ad ogni istante nel confrontare i fenomeni, si pone in contrasto un pensiero dopo l'altro rispetto ad ogni situazione che incontra, è irrigidito da torpore ed agitazione, confuso riguardo alla condizione normale di quiete e consapevolezza, allora deve adottare il *samādhi* e la saggezza propri del metodo che si adegua alla situazione, non negligenza l'attività correttiva, regolare uniformemente torpore ed agitazione, e per mezzo di ciò entrare nell'incondizionato. Questo è ciò che è opportuno in questa situazione. Nonostante adotti il lavoro dell'attività correttiva domando temporaneamente le abitudini inveterate, poiché ha già realizzato il risveglio improvviso riguardo alla purezza originaria della natura ed alla fondamentale vacuità dei contaminanti, non cade nella pratica corrotta del metodo graduale di coloro che hanno qualità inferiori. Perché? Quando uno coltiva prima del risveglio, allora, nonostante non trascuri mai lo sforzo e per me (la mente) con la coltivazione un istante dopo l'altro, dà origine a dubbi ad ogni passo; ancora non è privo di ostacoli. È come se qualcosa creasse ostruzione nel suo petto: la sensazione di malessere è costantemente presente. Dopo molto tempo, maturando lo sforzo correttivo, i contaminanti di corpo e mente (che sono come polvere) avventizia sembra che si acquietino. Nonostante si acquietino, la radice del dubbio non è ancora troncata. È come schiacciare l'erba con una pietra. Uno non è a suo agio nel mondo del *samsāra*. Perciò è detto che la coltivazione precedente al risveglio non è vera coltivazione.

Dal punto di vista di coloro che si sono risvegliati, nonostante essi facciano uso dei metodi di correzione, sono privi di ostacoli un istante dopo l'altro, non cadono (nella pratica) corrotta (di coloro che hanno qualità inferiori), e, dopo molto tempo, si accordano naturalmente alla spontanea, sublime natura, quieti e consapevoli nell'adeguarsi al corso delle circostanze. Rimanendo coinvolti istante dopo istante nei fenomeni, troncano sempre i contaminanti in ogni stato di coscienza, non sono mai separati dall'autonatura, mantengono equamente *samādhi* e saggezza, e realizzano la suprema illuminazione. Non c'è alcuna differenza con coloro che sono dotati di qualità eccelse di cui si è detto sopra. Perciò il *samādhi* e la saggezza del metodo che si adegua alla situazione, nonostante sia praticato da coloro le cui qualità (richiedono un) approccio graduale, dal punto di vista di coloro che hanno realizzato il

---

<sup>25</sup> Guadagno e perdita, lode e biasimo, encomio e derisione, sofferenza e gioia.

<sup>26</sup> Piacevoli, spiacevoli e neutre.

risveglio è come trasformare il ferro in oro. Se si comprende questo, allora, riguardo al *samādhi* ed alla saggezza (relativi ai) due metodi, è forse possibile che nasca il dubbio (prodotto) dall'opinione dualistica su una sequenzialità fra un prima e un dopo?

Mi auguro che tutti coloro che coltivano la Via investighino e ponderino queste parole e non dubitino più, retrocedendo impauriti.

Coloro che hanno la volontà dei grandi uomini e ricercano l'insorpassata illuminazione che altro mezzo avranno se rigettano questo? Non aggrappatevi alla lettera, dovete direttamente comprendere il senso, tornando in ogni momento a voi stessi ed armonizzandovi al significato originario. Allora, la saggezza senza maestro si manifesterà naturalmente, il principio naturale diverrà estremamente chiaro, uno è in grado di realizzare il corpo di saggezza e di risvegliarsi senza dipendere da altri.

Nonostante questo principio sublime sia applicabile a tutti gli uomini, se uno non è una persona che ha piantato presto il seme dell'onniscienza ed ha la naturale propensione per il Grande Veicolo, non può in un istante originare la retta fede. Sono molti coloro che non solo non credono, ma calunniano (l'insegnamento) con risentimento, cadendo poi nell'inferno ininterrotto. Tuttavia, nonostante non accettino (l'insegnamento) per mancanza di fede, avendo esso attraversato le loro orecchie per una volta, hanno creato una connessione karmica momentanea (con esso), i cui meriti e virtù sono incalcolabili. Come è detto in *Segreti della Mente Unica*<sup>27</sup>: "Se uno ode (l'insegnamento), anche se non crede, crea la causa del seme della buddhità. Se uno studia (l'insegnamento), anche se non lo realizza, gode perlomeno il beneficio della beatitudine d'una rinascita umana o celeste." Uno non perde la corretta causa della realizzazione della buddhità. Tanto meno si possono forse misurare i meriti e le virtù di coloro che odono e credono, studiano e realizzano, proteggono (l'insegnamento) e non lo dimenticano?

Se andiamo a ripensare al karma passato (che ha determinato la nostra rinascita nel) *samsāra*, chissà per quante migliaia di eoni siamo caduti nell'oscurità e siamo entrati (nell'inferno) ininterrotto, sopportando numerose sofferenze. E chissà quante volte, nel perseguire la Via del Buddha, non abbiamo incontrato buoni maestri, siamo sprofondati per lungo tempo (nel *samsāra*), (avvolti dalle) tenebre (dell'ignoranza), privi di illuminazione, commettendo ogni sorta di azione negativa. A volte nel riflettervi un istante, emettiamo inconsciamente un lungo lamento: possiamo forse rilassarci e sopportare di nuovo le precedenti sfortune? Né sappiamo cosa ha consentito a noi oggi di avere l'occasione di rinascere come esseri umani, coloro che unici fra tutti gli esseri sono dotati di intelligenza, e non essere all'oscuro riguardo alla coltivazione del retto cammino. È davvero come una tartaruga cieca che si imbatte (casualmente) in un pezzo di legno (fluttuante nell'oceano), o come un minuto seme di senape che casca su un ago: questa fortuna è davvero difficile da esprimere! Se adesso, in questa vita, retrocedo impaurito, oppure mi lascio andare alla pigrizia, allora dovrei sempre guardare al futuro: qualora perda la vita in un istante e cada in destini sfavorevoli, soggetto ad ogni sorta di sofferenza, anche se desiderassi ascoltare una singola frase dell'insegnamento del Buddha, e mantenerla con fede, desiderando di evitare il mio misero destino, potrei forse ottenere ciò? Giunti di fronte alla morte, pentirsi non è di alcun giovamento.

---

<sup>27</sup> L'autore di questo testo è il Maestro Yongmin. Il testo è in T48, 996c.

Mi auguro che tutti coloro che coltivano la Via non si lascino andare all'indolenza, non siano avidi ed insaziabili, non trascurino mai di considerare attentamente (la questione) come se dovessero salvare la testa dal bruciare. L'impermanenza è rapida, il corpo è come la rugiada del mattino, la vita come la luce del tramonto. Anche se oggi siamo vivi, è difficile garantire altrettanto per domani. Fate attenzione a questo! Fate attenzione a questo!

Inoltre, anche sulla base della virtù mondana condizionata è possibile evitare le tre vie inferiori di rinascita ed ottenere una ricompensa karmica eccezionale nei paradisi o tra gli esseri umani, godendo di innumerevoli gioie. A maggior ragione, le virtù ed i meriti realizzati col credere anche momentaneamente a questo metodo estremamente profondo del veicolo supremo sono impossibili da valutare anche minimamente con esempi. Come dice il Sūtra (del Diamante): “Se qualcuno usa i sette gioielli di un triplice grande chilocosmo come offerta cosicché tutti gli esseri senzienti dell'universo ne abbiano a sufficienza, oppure istruisce tutti gli esseri senzienti dell'universo cosicché possano ottenere i quattro frutti (di santità), le virtù ed i meriti così prodotti, innumerevoli e sconfinati, non sono comparabili alle virtù ed ai meriti ottenuti dal ponderare correttamente per il tempo di un pasto su questo insegnamento.”<sup>28</sup> Perciò sappiamo che questo nostro metodo è il più venerato ed il più prezioso, non comparabile a tutte le virtù ed i meriti. Perciò il Sūtra dice: “Un singolo pensiero puro è il *bodhimāṇḍa*, superiore all'erigere innumerevoli *stūpa* preziosi. Gli *stūpa* preziosi alla fine si disintegrano; un singolo pensiero puro conduce a realizzare la retta illuminazione.”

Mi auguro che tutti coloro che coltivano la Via investighino queste parole e vi ponderino profondamente. Fate attenzione a questo! Se non traghettiamo oltre noi stessi in questa vita, quale vita aspetteremo per farlo? Se oggi non coltiviamo (la Via), ne saremo lontani per mille eoni. Se oggi coltiviamo strenuamente, ciò che è difficile praticare diviene gradualmente facile ed il lavoro della pratica va avanti da solo.

Ahimè! La gente di oggi se incontra un banchetto reale quando affamata non capisce come profittarne; se incontra un dottore esperto quando malata non capisce come prendere la medicina.

Ahimè! Che mai posso fare per coloro che non si chiedono: “Che fare, che fare”?<sup>29</sup>

Riguardo ai fenomeni mondani condizionati, la loro forma è percepibile e la loro funzione sperimentabile. Quando qualcuno ottiene qualcosa viene esaltato come se fosse speciale. In questa nostra scuola della mente<sup>30</sup> non vi è aspetto contemplabile, né forma percepibile. Il sentiero del discorso concettuale è troncato; l'attività della mente è estinta. Māra ed i seguaci di altre dottrine non hanno modo di calunniarla; Indra, Brahma e tutti gli dèi non possono adeguatamente elogiarla. A maggior ragione, gli uomini ordinari con una comprensione superficiale non possono sondarla.

Ahimè! Come può una rana in un pozzo comprendere la vastità dell'oceano? Come può uno sciacallo ruggire come un leone? Si sappia dunque che coloro che, in quest'epoca della fine del Dharma, all'udire questo metodo, danno origine all'eccezionale pensiero (di seguirne l'insegnamento), vi credono, lo comprendono e lo osservano, sono quelli dotati di attitudini

---

<sup>28</sup> La citazione non è letterale. Il Maestro Chinul condensa passaggi differenti del Sūtra in un'unica frase.

<sup>29</sup> Quest'ultima frase è una citazione letterale dagli *Analecta* di Confucio.

<sup>30</sup> Ossia la Scuola Chan (Son, Zen).

eccelse che, per eoni innumerevoli, hanno già onorato e servito i santi, hanno piantato ogni sorta di radici virtuose, ed hanno creato una profonda connessione con la corretta causa della saggezza (*prajñā*). Perciò il *Sūtra del Diamante* dice: “Sappi che coloro che, riguardo a queste affermazioni, sono in grado di originare una profonda fede, sono coloro che di fronte ad innumerevoli Buddha hanno già piantato radici virtuose.” Dice anche: “Questo è proclamato a favore di coloro che sviluppano (l’aspirazione per) il Grande Veicolo, a favore di coloro che sviluppano (l’aspirazione per) il Supremo Veicolo.”

Mi auguro che coloro che perseguono la Via non divengano indolenti. Bisogna sviluppare un’attitudine eroica; il karma virtuoso (accumulato in) passati eoni ci è ignoto. Se non si crede di essere eccezionali e si pensa di essere mediocri, ci si fa l’idea che tutto sia difficile. Se non si coltiva (la Via) adesso, allora, con l’eradicare nel momento presente le radici virtuose accumulate in vite precedenti, si rimarrà completamente immersi in queste difficoltà e sempre più lontano (dall’obiettivo). Essendo adesso giunti al luogo del tesoro non si può andarsene via a mani vuote. Perduta la vita umana, è difficile riacquistarla (perfino) in diecimila eoni.

Vi prego, siate prudenti riguardo a ciò! C’è forse qualcuno tra coloro che sono saggi che, conoscendo il luogo del tesoro, se ne torni indietro senza cercarlo e si lamenti continuamente di essere povero? Se volete conquistare il tesoro, lasciate andare (l’attaccamento a) questo corpo<sup>31</sup>!

---

<sup>31</sup> Letteralmente “sacco di pelle”.