

Il processo della morte nel buddismo tibetano: impermanenza e attaccamento

*Considerazioni intorno all'incontro con Lama Khube Rinpoche presso il Centro Asia Modena
a cura di Nicoletta Prampolini*

La conferenza dello scorso sei novembre del Lama Khube Rinpoche è stata veramente ricchissima, piena di spunti e riflessioni. Il fatto che sia stata interamente dedicata a rispondere alle domande del pubblico, ha senz'altro costituito un arricchimento, ma ne rende impossibile la sintesi.

Per chiunque voglia avere una visione completa, rimando alla lettura completa dei testi, nei quali si potrà trovare l'integrità di ciò che è stato detto. Qui mi limiterò a riportare alcune suggestioni che sono sorte nell'ascolto.

All'inizio e fine conferenza, come apertura e come chiusura, si è parlato dello specifico momento del trapasso. Khube Rinpoche ha parlato dell'accompagnamento del morente da parte delle persone che gli sono vicine, e anche dei segni, percepiti internamente e manifestati esternamente dalla persona che si sta avvicinando alla morte. Una cosa che mi ha colpito profondamente è stata la concretezza con cui è stato descritto questo passaggio, come di chi sa con precisione ciò di cui sta parlando: un fatto che conosce. Già il fatto che la morte sia descritta nel dettaglio come un processo, il fatto che il morente e chi gli sta vicino possano e debbano fare qualcosa in questo passaggio, mostra come ogni indicazione e consapevolezza nasca e termini nell'esperienza concreta. Questo è stato comunque un filo conduttore, una sottile sottotraccia che ha percorso tutto l'incontro: è il reale visto e accettato nella sua nuda verità, nel suo darsi esattamente come si dà nell'esperienza diretta, e questo dato è ciò da cui in ogni caso si deve partire. Un approccio molto diverso da quello di noi occidentali, che per abitudine consolidata abbiamo più familiarità con i concetti: lo dimostra il fatto ad esempio che nella nostra attuale cultura la morte è più immaginata che vissuta, è iper-rappresentata e nel contempo allontanata dalla vista diretta e dalla riflessione. E così la morte viene fraintesa: minimizzata, occultata da un lato; enfatizzata e sovraccaricata di valore dall'altro.

Un'altra differenza di grande interesse e fertilità sulla quale ha posto l'accento, Khube Rinpoche è quella che parte da una distanza linguistica nel descrivere il medesimo fenomeno: ciò che noi chiamiamo "morte" "fine", viene nella loro tradizione culturale definito come un caso particolare di "impermanenza", l'impermanenza del corpo fisico. L'impermanenza non esprime semplicemente l'idea di caducità fisica, per quanto la contenga. Ogni oggetto, ogni persona, ogni relazione, ogni fenomeno si trasforma incessantemente, ogni cosa generata ha la natura del continuo cambiamento. Ma anche se questo lo capiamo e ne possiamo convenire razionalmente, non lo vediamo nel concreto. E se non realizziamo istante per istante che il cambiamento è nella natura di ogni fenomeno, anche i più infinitamente piccoli, è evidente che quando ci accostiamo al cambiamento più radicale che conosciamo, siamo impreparati. Khube Rinpoche, a partire dal punto di vista buddista, ha suggerito un cambio di prospettiva notevole: la morte non è più quella solitaria, unica, drammatica figura, con falce e cappuccio (tanto per intenderci), ma è un tratto già presente in ogni nostro respiro, nella natura dell'esserci di ogni cosa. Non è che la morte non sia dolore, perché l'attaccamento e la confusione, sono caratteristici del nostro stare nel mondo, ma il tentare di cogliere l'impermanenza di ogni cosa è sicuramente una pratica che prepara alla morte, semplicemente perché avvicina alla verità delle cose.

Da questo cuore, tante diramazioni.

Una di queste, su cui si è più volte tornati nel corso della serata, ha per oggetto gli attaccamenti. L'"attaccamento" deriva proprio dalla non realizzazione dell'impermanenza. Nasce, infatti quando ci afferriamo un oggetto (una cosa, una persona, una relazione) come avesse una natura stabile, non

soggetta al cambiamento, permanente. Nasce da questo errore visivo, di prospettiva. E su questa base viene attribuito un valore eccessivo a questo oggetto.

Anche semplicemente porre attenzione a questo atteggiamento, così poco visibile ma così abituale, che abbiamo nei porci in relazione con le cose e con le persone, può produrre innumerevoli osservazioni e riflessioni: noi produciamo attaccamento continuamente verso le cose, verso le persone, verso le idee che ci sono più familiari, verso le nostre abitudini, e persino verso i nostri difetti. E il più delle volte non ce ne accorgiamo... Così il cambiamento manifesta all'improvviso, inevitabilmente e inesorabilmente la natura instabile di ciò che noi credevamo dovesse essere permanente. E questo produce sofferenza. Tanta più sofferenza quanta più vicinanza e importanza ha per noi l'oggetto dell'attaccamento. E massimamente quando questo cambiamento è la morte.

Kubi Rimpoche, ha fatto notare come durante la vita e al momento della morte sia cruciale il lasciare gli attaccamenti, l'abbandonarsi alla natura impermanente delle cose. E' ovviamente sforzo da coltivare costantemente, lavoro quotidiano e mai finito.

Molti altri argomenti sono stati toccati: la mente come elemento privo di forma e senza tempo, l'io nella sua centralità e imprevedibilità, la compassione e l'amore disinteressato come evoluzione di un sentimento naturale, la cura di se e degli altri. Non c'è davvero modo di accennarne velocemente senza snaturarne la profondità.

C'è però un ultimo aspetto, del quale mi sento profondamente grata a Kubi Rimpoche e che mi sembra centrale al pari dei suoi insegnamenti...: le sue meravigliose risate.

Prorompenti ed educative, spiazzanti, fresche e sincere. Hanno tolto pathos laddove noi lo aggiungiamo per abitudine mentale e struttura culturale. Hanno spostato istantaneamente la prospettiva, hanno unito levità e serietà, hanno testimoniato il valore di una pratica, hanno dato un sapore indelebile alle cose che si sono comprese ascoltando.

Aver potuto associare questo sapore a un tema come quello della morte e a tutta la complessità degli argomenti che a questo tema sono correlati è a mio parere una cosa rara, quanto preziosa.

Un'indicazione e uno strumento di pratica.

E' come se ci avessero regalato una stilografica di prima qualità. Che ne so, una Mont Blanc delle migliori.

Bhé, bisogna che quando arriviamo a casa, con quella penna qualcosa scriviamo.