



L'illusorietà della separazione

Vorrei fare alcune considerazioni su una tematica con cui cerco di confrontarmi nella quotidianità: **separazione, interconnessione, unione**. Iniziando a rifletterci mi è venuta in mente, grazie ad una naturale dinamica associativa (strana coincidenza, parlando appunto di interconnessione) una storia tratta dal testo di J. Kornfield [1]. Kornfield ci racconta un episodio accaduto realmente e ci fornisce un bellissimo esempio di cosa accade quando superiamo i nostri confini, quando andiamo oltre una percezione limitata che ci fa vedere le cose, le persone ed i fenomeni come indipendenti, separati.

"Quando si disperde l'illusione della separatezza vediamo al di là dei nostri ruoli e drammi, al livello dello spirito. Riconosciamo la danza universale della vita, dove i ruoli e i drammi e perfino gli stessi attori sono provvisori e onirici, fatti di nulla e di tutto" [2]

Da questa "illusione della separatezza" nasce un senso di isolamento, solitudine; il sentirsi non più parte della Vita, che è Una. Questa visione dell'essenziale è qualcosa di possibile per tutti noi e, personalmente, l'ho incontrata talvolta nella mia vita e nel mio lavoro, nell'ascoltare le storie più diverse. Quando riusciamo a superare tali confini e giungere all'essenza, sentiamo davvero l'altro, il suo dolore che in qualche modo ci diventa comprensibile, sentiamo una profonda connessione che ci proviene dal cuore. In questo senso possiamo sperimentare l'unione non come fusione con l'altro ma come interconnessione profonda, un livello di conoscenza intuitiva e non razionale. Sorge allora una profonda commozione e per un attimo si può percepire la sostanziale unità della Vita. È da questo contatto e "rispecchiamento" tra due essenze che nasce spontaneamente l'amore ed il perdono.

Credo che queste esperienze siano lampi di consapevolezza che ci connettono con la nostra profonda natura, che è una natura non separata, ma che vive bensì nell'inter-essere, come direbbe Thich Nhat Hanh, il ben noto maestro Zen di origine Vietnamita.

Negli insegnamenti buddhisti si parla di "interdipendenza dei fenomeni": qualsiasi cosa o dipende da cause e condizioni o dipende anche dalle parti di cui è composta, dai suoi elementi. E siccome la cosa esiste o dipendendo dalle cause o dipendendo dalle parti, non potrà esistere diversamente e quindi – proprio quella cosa esistente – non esiste dalla parte propria, in modo autonomo, indipendente, perché esiste solo dipendentemente. Per questo si dice che quella cosa esistente è "vuota" di esistere dalla parte propria, in modo naturale, autonomo, indipendente. L'interdipendenza è vista quindi come inseparabile dalla vacuità (idea su cui ora non voglio entrare). Se questo è vero, qualsiasi cosa nasce è già nella natura di cambiamento; qualsiasi fenomeno prodotto non ha nulla di permanente. Quel fenomeno prodotto nel primo istante, verrà trasformato nel secondo istante, grazie alla causa principale ed alle condizioni; istante per istante subisce sviluppo e degenerazione, continuamente: **nascita, permanenza e distruzione**. Qui c'è un forte richiamo ai cicli cosmici nelle dottrine Indù[3], e tale vicinanza tra "terra e cielo" conferma l'idea ermetica del "ciò che è in basso è come ciò che è in alto e ciò che è in alto è come ciò che è



in basso"...per fare i miracoli della cosa una"[4], continua il versetto. Qui si apre il livello trascendente, l'Assoluto, il Tutto; indescrivibile e non comunicabile se non come "neti-neti", per negazione; non-duale, oltre ogni separazione, dove l'Unione è perfetta[5]. Personalmente credo che la Verità sia Una e che, quindi, la realizzazione della piena Illuminazione del Buddha non sia cosa diversa dall'unione con il Brahman degli Induisti, o la consapevolezza del Tao.

È quindi un percorso che dalla illusorietà della **separatezza**, che è così forte e, per noi tutti, così "spontanea", attraverso un percorso di svelamento che ci fa sperimentare la consapevolezza della realtà della **interconnessione**, ci porta infine **all'unione** con il Tutto, la nostra meta finale.

Un'ultima considerazione in relazione all'interdipendenza. Il farne davvero esperienza ci spinge naturalmente **ad assumere comportamenti non violenti**. Se si capisce bene tale principio è naturale praticare la non violenza. **Tutto ciò che esiste, esiste interdipendentemente**; tutto è interconnesso e ciò porta naturalmente a maturare rispetto verso il mondo e quindi ad essere non violenti [6].

[1] Jack Kornfield: importante studioso del buddhismo e maestro occidentale di meditazione, co-fondatore dell'Insight Meditation Society (Massachusetts)

[2] da: J. Kornfield il cuore saggio, Corbaccio

[3] R. Guenon:alcune considerazioni sulla dottrina dei cicli cosmici, in: forme tradizionali e cicli cosmici – ed Mediterranee

[4] Ermete Trismegisto: la tavola di smeraldo – ed. Amenotheres

[5] "Isa Upanishad", commentata da Sri Aurobindo – ed. Astrolabio; oppure con il commento di Sankara – ed. Asram Vidya

[6] Per "non violenza" intendo due cose:

1. a) non danneggiare (ma questo non è sufficiente. Pensiamo ad una persona che non danneggia gli altri, ma dentro è piena di rancore).
2. b) un comportamento che nasce sulla base della compassione e dell'amorevole gentilezza (questa è la vera non violenza).

Massimo Gusmano