

SOFFERENZA MALATTIA E MORTE

Intervento di *Roberto Anshin Coslovi*

Antefatto storico: dobbiamo parlare di buddhismi più che di buddhismo.

2500 anni fa un uomo, tale semplicemente era anche se di grande intuito, Gautama Siddharta, iniziò la sua predicazione in India (si dice: mise in moto la ruota del Dharma).

Partendo dalla sua origine induista (lì è rimasto come tradizione theravada) rapidamente il buddhismo si diffuse in Cina dove entrò in contatto con il taoismo e divenne il ch'an, in Giappone dove diventò zen, in fine in Tibet dove si sovrappose all'animismo locale e alla religione bon lì praticata.

Dunque grande espansione ma soprattutto grande capacità di osmosi con le culture con cui entrò in contatto. Perché questa predisposizione a integrare e integrarsi in contesti diversi?

A mio parere i fattori che lo hanno caratterizzato allora e ancora lo caratterizzano e rendono duttile sono:

- a) essere autolimitante. Non si occupa del prima della nascita né del dopo la morte. Non si occupa dell'anima individuale. Si occupa della vita e di come possiamo vivere riducendo la nostra sofferenza esistenziale
- b) è personale. Si basa sulla capacità della mente di ridurre le sue pretese egoistiche che provocano dipendenza da desideri e attaccamenti. Vuotare la mente equivale ad essere il vuoto inteso come l'assoluto indifferenziato, sorgente di tutte le nostre apparenti esistenze. Essere "uno" con il mondo, non dipendere più da attaccamenti e desideri ossessivi. Con ciò ridurre la nostra sofferenza.
- c) Da ciò deriva la coincidenza tra assoluto e relativo quindi l'assenza di dogmi
- d) La sua analisi parte da cose evidenti come l'impermanenza (anche del nostro io) e l'interconnessione di tutto attraverso la legge di causa ed effetto

Partire da quanto detto implica: la capacità di superare la sofferenza accettandola non fuggendola, la condivisione delle sorti di tutti gli esseri umani e non, la responsabilità di ogni nostra azione intenzionale. Il momento finale di questo percorso non è il distacco ma il vivere come Bodhisattva cioè con la dedizione agli altri. Il primo dei nostri voti è "salvare tutti gli esseri", il secondo "estirpare tutte le brame", il terzo "comprendere tutte le leggi" e questi tre voti possono sostanzarsi solo in quanto si avvera il quarto che dovrebbe essere il primo. "realizzare l'illuminazione" e cioè avere la consapevolezza che tutto è uno e noi siamo "noi, il mondo".

Con queste premesse sarà chiaro l'atteggiamento buddhista nei confronti di sofferenza, malattia e morte.

Rispetto alla sofferenza, una sola notazione: dalla capacità di essere uni con il mondo non può che derivare anche il sentimento della con-passione. Non solo dunque essere caritatevoli ma caricarsi la sofferenza degli altri. Avalokitesvara, uno dei bodhisattva più venerati rappresenta proprio questa capacità. Anche, la sofferenza come possibilità di "redenzione" (per usare un termine più consueto).

Rispetto alla malattia: il buddhismo ha lo stesso atteggiamento che ha nei confronti di tutti gli accadimenti del mondo. C'è, va accettata ma senza rassegnazione. Lì dove possibile va combattuta. Può essere l'occasione per una riflessione esistenziale sia del malato che di chi lo cura.

Malattia e salute non sono visti in termini antitetici o distanti tra loro. Si considera al contrario la loro connessione. La salute come salute nostra, del mondo e della natura che ci circonda. L'azione dell'uomo sia verso sé stesso che verso il mondo, in relazione a salute e malattia, va considerata sia come dipendente dal karma (inteso come la cornice di cause ed effetti dentro cui stiamo), sia come dipendente dalla intenzionalità dell'uomo per la quale c'è la sua responsabilità. Insomma la cornice non la definiamo noi ma il quadro che c'è dentro è tutta opera nostra!

A proposito, rispetto ad un dibattito attualmente molto sentito, si può dire che il buddhismo è fautore di una medicina del bisogno ma poco propenso a quella che attualmente è chiamata "medicina del desiderio" in quanto in quest'ultima viene identificato un meccanismo di "stimolata socialmente" non accettazione di sé stessi, di dilatazione dell'egocentrismo foriero a sua volta di frustrazioni, paure, aggressività. Tuttavia siamo ben lontani da esprimere giudizi su chi scegliesse interventi (per es. estetici) anche voluttuari.

Da parte dell'operatore sanitario quindi sarà importante vedere il malato in termini "olistici": unità di corpo mente, integrazione del paziente nel suo habitat sia per la diagnosi che per la prognosi e la terapia, rispetto del suo vissuto e sincera partecipazione.

Da parte del malato: il maestro Matsu, gravemente malato, ricevette la visita di un suo monaco che gli chiese come stava. La risposta, un po' sibillina ma in classico stile ch'an fu: "Buddha dal volto del sole, Buddha dal volto di luna". Questo per esprimere la capacità di essere sani da sani ed essere malati da malati. Godere i propri momenti di benessere e metterli a frutto e nel contempo essere capaci di vivere la malattia quando arriva, senza vittimismo con accettazione senza rassegnazione. Per citare I ching. "quando è il momento di fermarsi egli si ferma, quando è il momento di procedere egli procede". Questo ben rappresenta un altro aspetto della pratica buddhista che è quello della coerenza. "L'armonia non è né dura né morbida": vivere la vita così com'è!

La morte: prendere atto che quanto è illusoria la nascita, tanto lo è la morte. In fondo possiamo vedere come la nascita sia già una morte, la morte della simbiosi che ci univa alla mamma e come la vita sia una continua morte dei nostri aggregati (i sensi, le sensazioni, la coscienza continuamente cangianti) attimo dopo attimo. Vorrei citare un pezzettino del sutra principe dello zen (il sutra del cuore, della perfetta saggezza detta prajna paramita): "Il bodhisattva praticando la prajna paramita supera tutti gli ostacoli ed è libero. Essendo libero non esiste più paura, gli errori e le illusioni vengono allontanati e si arriva al nirvana". Ecco, il paradiso inteso come vita vissuta senza paura, nella sua completezza, ora non domani! Certo, non sapremo come moriremo ma possiamo azzardare che una vita vissuta bene porti ad una buona morte. La morte non è vissuta come il terribile scheletro con la falce, al contrario con le parole di Vimala Thakar: "non c'è miglior amico della morte. E' il grande, il supremo amico. Ci aspetta alla porta. Ricorda questo e tutto il resto sarà perfettamente semplice e facile". Per tornare al concreto, chi è buddhista non può che rispettare la volontà di ogni singola persona anche rispetto a momenti definitivi come l'estinzione. Dunque in generale si è favorevoli al cosiddetto "testamento biologico", al non accanimento terapeutico. Si deve però tenere conto, nella disamina dell'argomento, di come le modalità di morte siano proprie

per ogni persona e riservino accadimenti inaspettati sia in negativo che in positivo. E' importante quindi tenere conto della aleatorietà delle condizioni che ognuno si prefigura per quel momento e di come sia inaffidabile qualsiasi previsione su come la nostra morte avverrà e di quali saranno in quel momento il nostro vissuto e i nostri desideri. Dunque un campo minato dove è giusto non mettere fili spinati ma piuttosto cercare di cogliere quel sentiero che ognuno vuol percorrere, seguendolo passo dopo passo.

Chiudo con questa citazione di Krishnamurti: “Noi non accettiamo la morte perché la mente è abituata e compulsivamente dedita ad accumulare sia sul versante esterno che su quello interno , per esempio quello spirituale. Questa accumulazione porta a pensare sempre in termini di tempo, a essere schiavi del tempo. Solo la mente che è libera da questo perseguire avidamente tutte le possibili forme di sicurezza, la mente che è libera dal desiderio di immortalità personale, è capace di conoscere cos'è l'immortalità”.

Tornando a comunicazioni più prosaiche volevo ricordare che l'Unione Buddhista ha firmato l'intesa con lo Stato italiano. Da questo deriva il riconoscimento dei “ministri di culto”, per le tradizioni che afferiscono all'UBI, con la possibilità di operare in ospedali, carceri e scuole. Questo allargherà in futuro la nostra sfera di responsabilità sociale e speriamo di poter collaborare con tutte le istituzioni benemerite, religiose e no, che già operano in questi settori. Grazie.

Roberto Anshin Coslovi