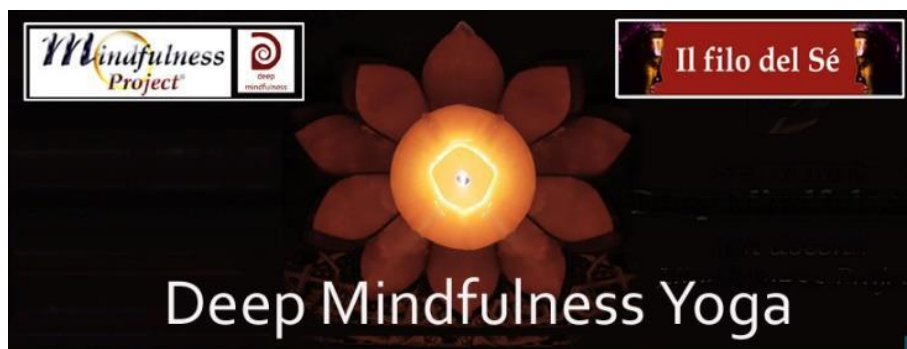




La via del Bodhisattva e la Bodhicitta

A cura di Massimo Gusmano



Chi è il Bodhisattva?

Bodhisattva: essere dell'illuminazione o eroe della mente dell'illuminazione; *bodhi* ("illuminazione") e *sattva* ("essere", o anche "mente")

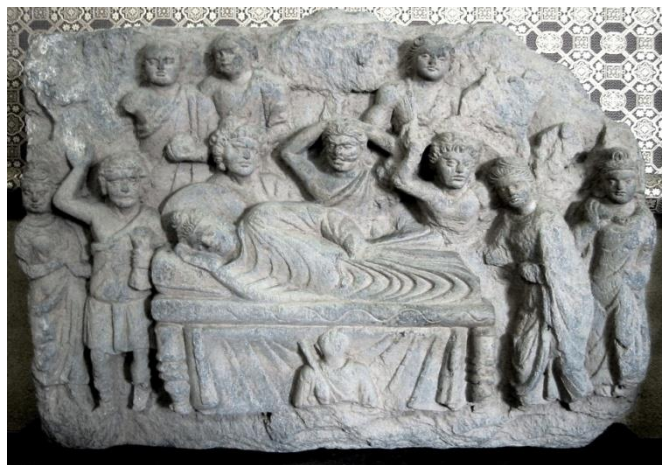
Nel buddhismo Theravada è colui che, rinunciando a entrare nel Nirvana, si accinge a diventare un Buddha agendo per il bene degli altri. Nei *Jatakamala*, una raccolta di 547 storie di altrettante vite anteriori del Buddha storico contenute nel Sutta Piṭaka del Canone pāli, il futuro Buddha Sakyamuni è chiamato "il Bodhisattva" in numerose sue vite anteriori. Ad esempio, nella lontana epoca del Buddha Dipankara il futuro Buddha era il brahmano Sumedha che rinunciò in segreto alla propria liberazione e pronunciò il voto di Bodhicitta per diventare un perfetto Buddha capace di condurre gli esseri senzienti alla liberazione.

Nel Mahayana il Bodhisattva diventa figura centrale: è colui che, mosso da compassione per gli esseri immersi nel samsara, agisce senza tregua per il loro bene senza esitazione. L'aspirante Bodhisattva pronuncia il voto di ottenere l'illuminazione per aiutare tutti gli esseri a liberarsi dalla sofferenza e dalle sue cause.

La compassione augura: "Che tu sia libero dalla sofferenza e dalle sue cause"

I Bodhisattva *Mahāsattva* (grandi esseri)

Nei testi religiosi del Buddhismo Mahāyāna e Vajrayāna compaiono spesso dei *bodhisattva* pienamente illuminati ma che, tuttavia, rinunciano all'estinzione completa (*parinirvāṇa*) propria dei Buddha scegliendo quindi di rinascere per aiutare gli esseri senzienti.



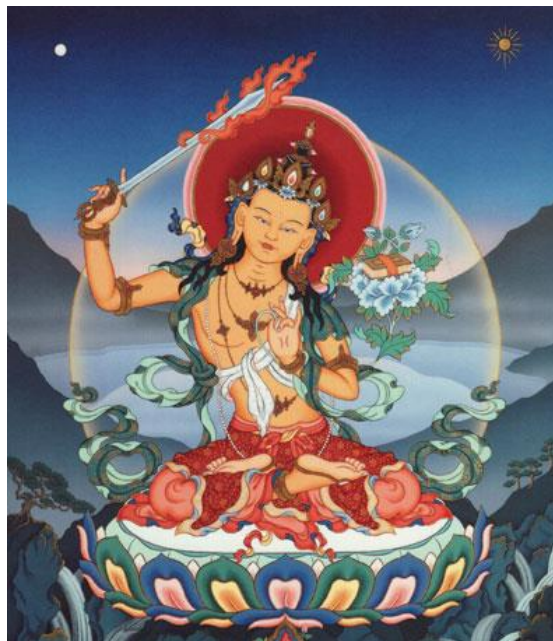
Il parinirvāṇa del Buddha Śākyamuni in un bassorilievo dell'arte del Gandhāra (II-III secolo d.C.)



Avalokiteśvara

La personificazione dell'infinita compassione di tutti i Buddha

“Nel regno celestiale delle montagne innevate, la fonte di ogni felicità e beneficio per gli esseri è Tenzin Ghyatso, Avalokitesvara in persona. Possa la sua vita durare per centinaia di eoni”.



Manjushri

Il Bodhisattva della saggezza

“Rendo omaggio al mio maestro e protettore Manjushri che regge un testo scritturale simbolo della sua padronanza di tutto lo scibile...la tua possente spada della saggezza rimuove la sofferenza e dissipa l’oscurità di ogni ignoranza...”



Vajrapani (aspetto irato)

L’infinito potere di tutti i Buddha, l’abilità del metodo

I mezzi e l’abilità idonei per mettere effettivamente in pratica la nostra compassione e saggezza. Dobbiamo conoscere le inclinazioni di chi stiamo per aiutare e avere una

profonda comprensione intuitiva riguardo il modo più efficace per arrecare i benefici desiderati; nessun metodo sarà sempre valido per tutti.



Tre modi di prendere i voti ed agire da Bodhisattva

(dal testo: *le parole del maestro perfetto*)

1) *con il coraggio di un re*: ottenere l'illuminazione per essere poi in grado di aiutare efficacemente gli altri esseri,

2) *con il coraggio di un traghettatore*: il desiderio di ottenere l'illuminazione insieme a tutti gli altri esseri, come il traghettatore che raggiunge l'altra riva contemporaneamente ai suoi passeggeri,

3) *con il coraggio di un pastore*: è il desiderio di fare passare tutti gli altri avanti a noi, il che richiede il massimo del coraggio

Nel *Lankavatarasutra* si parla di Bodhisattava che hanno fatto voto di rinunciare al Nirvana finchè non lo avranno raggiunto tutti gli esseri senza eccezione

L'ingresso in questa "Via"

Si intraprende nel momento in cui il praticante *mahāyāna* realizza per la prima volta l'"aspirazione a conseguire l'Illuminazione" a favore di tutti gli esseri senzienti e si impegna a praticare le "perfezioni" (*pāramitā*) e a rispettare i "precetti"

Le 6 paramita (Mahayana)

- *Dāna*: generosità, disponibilità;
- *Śīla*: virtù, moralità, condotta appropriata;
- *Kṣanti*: pazienza, tolleranza, sopportazione, accettazione;
- *Vīrya*: energia, diligenza, vigore, sforzo;
- *Dhyāna*: concentrazione, contemplazione;
- *Prajñā*: saggezza.

Precetti del Bodhisattva

18 “cadute radice” del Bodhisattva e 46 voti secondari. Ad esempio: nutrire costantemente l’auspicio di poter essere utile agli altri, abbandonare tutto ciò che può essere causa di danno agli altri e coltivare tutto ciò che può servire come base per il bene altrui

Bodhicitta

E’ la mente dell’illuminazione o del risveglio, nozione centrale nel Mahayana; inizia con il voto del futuro Bodhisattva che genera il pensiero dell’illuminazione.

Bodhicitta relativa: ha per oggetto il bene degli altri e lo sviluppo della compassione per tutti; “ sintetizzando il pensiero dell’illuminazione, sappiate che ha due aspetti: la mente che aspira all’illuminazione e la partenza effettiva per l’illuminazione. Sappiate che tra essi vi è la stessa differenza che c’è tra chi intende partire e chi è già in cammino...” (*Bodhisattvacharyavatara, cap.1*)

Esiste quindi una Bodhicitta dell’aspirazione, cioè la motivazione altruistica dove lo scopo è la felicità di tutti senza eccezione (equanimità) tramite la pratica dei 4 Brahma Vihara, e una Bodhicitta dell’azione e cioè l’applicazione del voto del Bodhisattva tramite la pratica delle 6 paramita per conseguire l’illuminazione

Bodhicitta assoluta: è la visione diretta della vacuità del sè e dei fenomeni e il riconoscimento della natura di Buddha presente in tutti gli esseri. Riguarda lo sviluppo della saggezza fino alla realizzazione non concettuale della vacuità.

Compassione

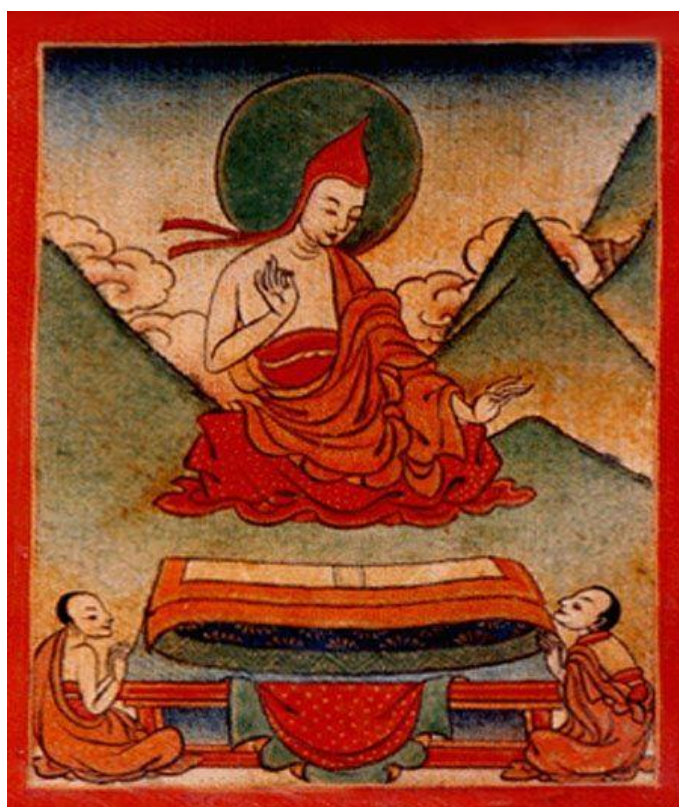
- ✓ provare un “fremito o un brivido del cuore in risposta al dolore di un essere” (empatia) e desiderare che cessi. Significa prendersi molta cura della sofferenza altrui, come se fosse la propria,
- ✓ Implica l'apertura del cuore, assoluta e diretta. Un «amore» privo di attaccamento, o di qualsiasi aspettativa di ottenere qualcosa in cambio,
- ✓ Nasce dalla percezione spontanea della connessione con tutti gli esseri viventi (interdipendenza).

Sviluppare Bodhicitta

“chi si prende cura di se stesso si prende cura degli altri e chi si prende cura degli altri si prende cura di se stesso”

Sedakasutta, Samyutta Nikaya, 47.19

Nei testi pali del buddhismo theravada, il Buddha afferma che prendendosi cura di se stessi, cioè purificando la mente e il cuore, ci si prende, spontaneamente e inevitabilmente, cura degli altri. Il saggio indiano Shantideva, nella sua famosa opera *La via del Bodhisattva*, spiega con chiarezza un altro metodo con cui sviluppare Bodhicitta. È un approccio che consolida l'azione compassionevole tramite la pratica di anteporre gli altri a sé, di attribuire maggiore importanza agli altri che a se stessi. Se si attribuisce più importanza agli altri, la preoccupazione per se stessi perde vigore. **Possiamo considerarli due aspetti dello stesso principio,** che aiutano a compensare i rischi derivati da ciascuno di essi preso singolarmente. Se diamo eccessivo risalto alla nostra purificazione a spese dell'aiuto che potremmo offrire agli altri, il nostro viaggio spirituale può diventare ristretto ed egoista. Analogamente, se anteponiamo sempre gli altri a noi stessi, possiamo scivolare in schemi di confusa dipendenza in cui ignoriamo il nostro benessere al semplice scopo di compiacere gli altri. Perciò, da un lato, ci purifichiamo con l'intento di procurare benessere e giovamento a tutti; dall'altro, pur anteponendo gli altri a noi stessi, comprendiamo che tale atteggiamento fa parte del nostro stesso sentiero di purificazione". *A. Wallace*



Shantideva

Possa io essere un protettore per coloro che ne sono privi,
una guida per tutti coloro che sono in cammino sulla via;
possa essere un ponte, un'imbarcazione e una nave
per tutti coloro che desiderano attraversare le acque.
Possa essere un'isola per coloro che sono alla ricerca di terra,
e un lume per quelli che desiderano luce;
possa essere un giaciglio per coloro che desiderano riposo,
e un servitore per tutti quelli che desiderano uno.
Possa essere un gioiello dei desideri,
un vaso della fortuna, mantra potenti e medicine prodigiose;
possa diventare un albero che esaudisce i desideri
e una mucca dell'abbondanza per il mondo.
Proprio come la terra e gli altri elementi,
possa io essere sempre un sostegno per la vita
delle innumerevoli creature,
rimanendo sino a quando esisterà lo spazio.
E sino a quando non trascenderanno il dolore,
possa io essere fonte di vita e sostentamento
per tutti gli esseri viventi,
che si estendono sino ai confini dello spazio.

Shantideva: Bodhisattvacharyavatara

