



UN MELOGRANO DI CUORI

Un colpo di taku, quattro inkin...e un gruppo di cuori, serrati come i chicchi della melagrana, affronta, nel silenzio della sala di meditazione, il koan dell'esistenza.

Dall'Italia, i più, ma anche dall'Austria, dalla Grecia, dalla Finlandia, dalla Germania, giungono, ogni mese, da quasi quarant'anni, uomini e donne di ogni età, delle più diverse estrazioni sociali e culturali, per partecipare, nella più assoluta parità di diritti-doveri, alla sesshin del Monastero Zenshinji di Scaramuccia, nella campagna che circonda Orvieto, coltivata a olivo e vite.

E zazen e kinhin, sutra e sanzen, the-mondo e junkej, lavoro e tai chi, si susseguono a segnare la Via per quella terra senza sentieri che ogni praticante dovrà raggiungere; e, poi, il teisho, che, misteriosamente, sembra avere per ogni discepolo la *parola che aiuta a passare oltre*, una parola "sottovento alla poesia".

Fosse anche la millesima sesshin alla quale si partecipa, ogni volta è, a suo modo, la prima volta, e la strada che percorriamo abbracciati al respiro è sempre un po' sconosciuta; muoversi nel mondo, relazionarsi all'*altro*, pone ogni essere nella tempesta delle contraddizioni, nella quale dovrà immergere tutto se stesso, e la sesshin è un laboratorio privilegiato per sperimentare quel che si incontrerà poi; uno spazio *altro*, nel quale guardare sistematicamente dentro di sé, per realizzare la nostra fondamentale natura di ombre cinesi, una delle grandi realizzazioni del Buddha Shakyamuni, ed essere poi capaci di viverla nelle innumerevoli vicende dell'esistenza (ordinarie, straordinarie, felici, tragiche, comiche), sorretti, in queste ardue prove, dalla consapevolezza incrollabile che "*il mondo è perfetto così*", e che è da vivere trasformando il corpo-mente in acqua e nuvole, da unsui, come, in Giappone, viene chiamato il monaco zen.

E ognuno sperimenta, per libera scelta, dentro il grande melograno dello zendo, solo con se stesso, ma con la vicinanza del Maestro e dei compagni d'avventura, il dolore fisico e il dolore spirituale, per realizzare, infine, che non ci attende nessun favolistico nirvana senza sofferenza, nessun

paradiso extra-mondo, ma che possiamo acquisire, ora e qui, la massima libertà dell'essere umano, che non è la libertà dalla sofferenza, ma è la libertà *nella* sofferenza.

E il tempo scorre come un fiume impetuoso; il brivido che si prova ogni qual volta la sesshin inizia, pensando a quante ore o giorni ci attendono, il senso di solitudine esistenziale che avvolge, e che con gli anni si impara ad accettare, ma anche le risate, il buon umore, l'autoironia che circolano tra tutti i partecipanti, e con il Maestro Engaku Taino, pur nel rigoroso, reciproco rispetto formale e sostanziale, tutto contribuisce a quella arcana "chimica" della sesshin.

E quando le gambe, la bicicletta, il treno, l'auto, l'aereo ci riportano a casa, rimane nel cuore la consapevolezza che la piccola sesshin che abbiamo vissuto al Monastero, ha lasciato il posto, senza soluzione di continuità, alla grande sesshin, quella nascosta in ogni nostro respiro.