

Un esempio di Originazione Dipendente nella vita di tutti i giorni

Tratto da:

Dependent Origination: The Buddhist Law of Conditionality

Di Ven. Prayudh Payutto

Prendiamo un semplice esempio di come il principio dell'Originazione Dipendente opera nella vita di tutti i giorni. Supponiamo che ci siano due compagni di scuola, Giorgio e Andrea. Ogni volta che si incontrano a scuola si sorridono e si dicono ciao. Un giorno Giorgio vede Andrea, gli si avvicina con fare amichevole per salutarlo ma lo trova silenzioso e con un'aria truce. Giorgio ne rimane turbato e smette di parlare con Andrea. In questo caso, la catena delle reazioni potrebbe procedere come segue:

1. **Ignoranza (*avijja*):** Giorgio non conosce il vero motivo dell'espressione arcigna e imbronciata di Andrea. Non si sofferma a riflettere con saggezza per comprendere le vere ragioni di questo comportamento di Andrea, che può non avere niente a che vedere con i suoi sentimenti per Giorgio.
2. **Formazioni mentali (*sankhara*):** Come risultato, Giorgio comincia mentalmente a formulare ipotesi e teorie, condizionato dal proprio temperamento, e queste danno origine a dubbio, rabbia e risentimento, ancora una volta condizionate dal proprio carattere.
3. **Coscienza (*vinnana*):** sotto l'influenza di queste contaminazioni, Giorgio rimugina. Prende nota e interpreta il comportamento e le azioni di Andrea secondo quelle prime impressioni. Più ci pensa, più ne è sicuro: ogni gesto di Andrea sembra offensivo.
4. **Corpo e mente (*namarupa*):** i sentimenti, i pensieri, gli umori, le espressioni del viso e i gesti di Giorgio, ovvero il suo corpo e la sua mente insieme, cominciano a prendere le caratteristiche generali di una persona arrabbiata o offesa, pronta a funzionare secondo quella certezza.
5. **Basi sensoriali (*salayatana*):** gli organi sensoriali di Giorgio sono pronti a ricevere informazioni già filtrate e condizionate dallo stato di rabbia e di offesa dell'organismo mente-corpo.

6. **Contatto (*phassa*):** l'influsso degli organi sensoriali sarà sulle attività o attributi di Giorgio che sembrano particolarmente coinvolti nel caso, come espressioni corrucciate, gesti di ostilità eccetera.
7. **Sensazione (*vedana*):** le sensazioni (sentimenti), condizionati dal contatto sensoriale, sono dei tipo spiacevole.
8. **Desiderio (*tanha*):** sorge *Vibhavatana*, il desiderio di non-essere, il disprezzo o l'avversione per quell'immagine offensiva, il desiderio che vada via o che sia distrutta.
9. **Attaccamento (*upadana*):** segue l'attaccamento a pensieri ossessivi sul comportamento di Andrea, che è interpretato come una sfida diretta. Andrea è visto come un avversario e l'intera situazione richiede qualche forma di azione compensatoria.
10. **Divenire (*bhava*):** di conseguenza, il comportamento di Giorgio cade sotto l'influenza dell'attaccamento e le sue azioni diventano quelle di un antagonista.
11. **Nascita (*jati*):** Diventando sempre più chiaro, il sentimento di inimicizia viene assunto come un'identità. La distinzione fra "me" e "lui" diventa più forte e c'è un sé che è obbligato a rispondere in qualche modo alla situazione.
12. **Vecchiaia e morte (*jaramarana*):** Per esistere e crescere, questo "sé", o stato di inimicizia, ha bisogno di certe condizioni, come il desiderio di apparire un duro, di mantenere l'onore e l'orgoglio e di essere il vincitore: tutte condizioni che hanno i loro opposti, come i sentimenti di indegnità, di inferiorità e di fallimento. Non appena sorge, quel sé si trova a confrontarsi con l'assenza di ogni garanzia di vittoria. Anche se ottenesse la vittoria che desidera, Giorgio non ha alcuna certezza di mantenere la propria supremazia nel tempo. Anzi, potrebbe non essere affatto il "vincitore tosto" che vuole essere ma essere invece il perdente, il debole, quello che perde la faccia. Queste possibilità di sofferenza influiscono sull'umore di Giorgio e producono ansia, insicurezza e preoccupazione. Esse stesse, a loro volta, nutrono l'ignoranza, facendo partire un nuovo giro del ciclo. Questi stati negativi sono come ferite aperte che non sono state curate e continuano così a rilasciare il loro effetto "velenoso" sulla coscienza di Giorgio, influenzando tutto il suo comportamento e causando problemi sia a lui stesso che agli altri. Nel caso di Giorgio, potrebbe sentirsi infelice per tutto il giorno, parlando sgarbatamente a chiunque incontri, e dunque aumentando la possibilità di altri incidenti spiacevoli.

In questo caso, dovendo praticare correttamente, Giorgio dovrebbe partire subito col piede giusto. Vedendo l'amico così imbronciato, potrebbe usare l'intelligenza

(*yoniso-manasikara*: pensare prendendo in considerazione cause e condizioni) e riflettere che Andrea potrebbe avere qualche problema – potrebbe essere stato sgridato dalla madre, potrebbe avere bisogno di denaro, o potrebbe semplicemente essere depresso. Se Giorgio riflettesse in questo modo, non sorgerebbe alcun incidente, la sua mente resterebbe tranquilla e lui stesso potrebbe persino essere mosso verso un'azione compassionevole e comprensiva.

In ogni caso, la catena degli eventi, una volta partita, può sempre essere interrotta con la consapevolezza (*mindfulness*) in ogni punto. Per esempio, se fosse continuata fino al contatto sensoriale, la percezione delle azioni di Andrea in maniera negativa, Giorgio avrebbe ancora potuto applicare la consapevolezza proprio lì: invece di cadere sotto il potere del desiderio di non-essere, avrebbe potuto invece riflettere sulla situazione e quindi conseguire una nuova comprensione del comportamento di Andrea. Quindi avrebbe potuto ripensare con saggezza sia alle proprie azioni che a quelle di Andrea, e la sua mente non sarebbe più stata oppressa da reazioni emotive negative ma avrebbe invece risposto in modo più chiaro e positivo. Quel ripensamento, oltre a non causare alcun problema per Giorgio, avrebbe anche potuto incoraggiare il sorgere della compassione.

Prima di lasciare questo esempio, potrebbe essere utile ripetere alcuni punti importanti:

- Nella vita reale, i cicli completi, o le catene, di eventi simili a quelli citati in questo esempio, accadono molto rapidamente. Uno studente che scopre di avere fallito un esame, qualcuno che riceve una brutta notizia, come la morte di una persona amata o un uomo che vede la propria moglie con un amante, per esempio, può provare un dolore intenso o uno shock, persino cadere in ginocchio, gridare o svenire. Più sono intensi l'attaccamento e la dipendenza, più sarà intensa la reazione.
- Dovremmo sottolineare ancora che l'interdipendenza all'interno di questa catena di eventi non deve necessariamente essere in ordine sequenziale, proprio come un gessetto, una lavagna e lo scrivere sono tutte condizioni indispensabili per le lettere bianche sulla superficie della lavagna ma non devono apparire in ordine sequenziale.
- L'insegnamento dell'Originazione Dipendente cerca di chiarire il funzionamento della natura, di analizzare lo scorrere degli eventi mentre stanno succedendo, in modo che le cause possano essere più facilmente identificate e corrette. I modi in cui questa correzione si può agire non

riguardano l'insegnamento dell'Originazione Dipendente ma sono piuttosto il territorio di *magga* (il Sentiero), o delle Via di Mezzo.

In ogni caso, gli esempi qui riportati sono molto semplificati e possono sembrare in qualche modo superficiali. Non sono sufficientemente dettagliati per esprimere tutta la sottigliezza del principio di Originazione Dipendente, specialmente le parti riguardanti l'ignoranza come determinante delle formazioni mentali e il dolore, il lamento e la disperazione come determinanti dell'ulteriore giro del ciclo. Nel nostro esempio, potrebbe sembrare che il ciclo appaia solo occasionalmente, che l'ignoranza sia un fenomeno sporadico, e che una persona normale possa passare lunghi periodi della propria vita senza che l'ignoranza sorga affatto. In realtà, per un essere non illuminato l'ignoranza, nei suoi vari gradi, sta dietro ogni pensiero, azione e parola. Il livello più basico di questa ignoranza sta semplicemente nella percezione che ci sia un sé che pensa, parla e agisce. Se non si tiene a mente questo, l'importanza di questo insegnamento per la vita di tutti i giorni potrebbe non essere compresa.

(Traduzione dall'inglese di Marco Coccioli)