

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

Milarepa, vita di un asceta

di Adolfo Castelli

Si è appena aperto il nuovo millennio e già sentiamo affermare, sempre più frequentemente questa proposizione:

«come il XX secolo ha vissuto il tempo della realizzazione del positivismo occidentale nel mondo, così il XXI secolo vedrà riemergere lo spirito dell'Oriente».

Si tratta di un fenomeno, che sta investendo i due mondi sotto tutti i possibili aspetti in grado di legare tra loro, ormai irreversibilmente, interessi sociali, economici, politici, culturali e religiosi.

E' in atto un processo epocale che avvertiamo chiaramente tutti nella sua inesorabilità, anche se, nello stesso tempo, ci accorgiamo come in ciascuno di questi settori lo scontro culturale non abbia ancora trovato possibili, comuni radici che ci permettano di immaginare un orizzonte comune nel quadro di un'unica antropologia.

Tutti si affannano a correre dietro alle proprie egoistiche possibilità di proporre, come scambio, commerci, finanze, sistemi politici o sociali tutti supportati dalle relative culture di appoggio. Ma dietro questo scoppiare di fenomeni di scambio sotto la moda di un inevitabile consumismo, rimangono nascosti i due poli antitetici costituiti, da un lato, dal bisogno, o per lo meno dalla speranza di una fruttuosa comunicazione tra le rispettive tradizioni al fine di liberare quel poco che è rimasto dell'anima umana e dall'altro, dalla febbre tecnocratica e consumistica, generata irresponsabilmente dal razionalismo nuovo proprietario del mondo. Quindi fede contro ragione; coscienza contro positivismo biologico.

Per cui, in tutta questa congerie di eventi grandiosi, potentemente sottolineati dall'evento primario di "cambio di millennio", a noi sembra fondamentale, come ad altri ricercatori di diverse culture, di porre l'attenzione proprio sulle fenomenologie che le varie tradizioni stanno coltivando e riverificando verso gli enormi problemi che sembrano pesare sul futuro di un pianeta, il nostro, ormai insopportabilmente sovraccaricato.

Fenomenologie, abbiamo detto, cioè i modelli di vita esemplari che le reciproche esperienze di queste tradizioni, hanno messo in luce nel corso della storia dell'uomo. E quando si parla di storia dell'uomo non ci si riferisce agli eventi che hanno condizionato le storie contingenti dei popoli, quanto a quei "cammini illuminati" che sono riusciti ad emergere nella loro spiritualità proprio perché significativi delle possibilità umane. E, guarda caso, sembra che questa attenzione sia abbastanza concentrata sui casi esemplari che si sono verificati proprio attorno allo scadere del millennio precedente, cioè attorno all'anno mille o poco dopo: Per

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

esempio, tra i tanti si potrebbero citare i grandi mistici della cristianità o del sufismo islamico, o dell'Ebraismo e così via.

Ad essi accosteremo il Grande Maestro Buddista (o *yogin*) **Mi la ras pa**, non certamente per fare confronti ma per meditare sul suo cammino esistenziale il cui significato può essere così riassunto:

«*se ci si impegna in questo "senso", si vedrà la natura della propria mente che è la divinità sublime*».....

Mi la ras pa (o come comunemente nominato: **Milarepa**) (1040- 1123) è il più famoso ed il più amato degli *yogin* tibetani ed uno dei più grandi maestri spirituali di tutti i tempi. Egli è l'asceta che meditando tra le pietraie desolate delle montagne vestito solamente di tela (Ras pa) abbia raggiunto la condizione di Buddha ed è il poeta che con voce melodiosa canta la sua esperienza di realizzazione e il suo insegnamento spirituale movendo il cuore di quanti lo ascoltano.

Ma la fama della straordinaria vicenda dello *yogin* che in una sola vita e in un sol corpo diventò Buddha ha valicato ormai da tempo i confini del Paese delle Nevi. Dalla Tradizione buddista sono pervenute al mondo occidentale una quindicina di piccole agiografie su Milarepa, ma quella riconosciuta è stata scritta dopo 350 anni dalla sua morte.

In particolare egli è stato ricordato sempre non solo come simbolo sacro della Tradizione iniziatica del Buddismo Tibetano, ma soprattutto per il significato profondo e complessivo che appare dal racconto di tutta la sua vita, cioè dal suo mito o dai canti del suo *rnam thar*, che, oltrepassando i limiti finiti di ogni speranza antropologica ha indicato *il senso, la direzione* del cammino dell'uomo, nella sua natura *essenziale*, verso un infinito cosmico nel quale ha trovato posto, in tutta la sua finitezza ed adamantina verità, il suo spirito e la sua energia.

Questa perfezione fenomenologica, così come oggi viene definita quella scienza umana che ha rivelato in ogni uomo l'esistenza primordiale di una mente originata in sé di coscienza e consapevolezza, ha rivoluzionato la tradizione giudaico-cristiana abituata a porre nel "cuore" dell'uomo tutto ciò che la sua sapiente ragione crede di motivare per il suo essere nel mondo.

Infatti, nella tradizione buddista l'evento spirituale avviene nella "mente" di ogni uomo, dove con la funzione di mente si intende la sua integrale natura, l'essere-soggetto in un universo di esseri-oggetto.

Furono i Gesuiti stessi, che andando in Tibet scoprirono la simbolicità del personaggio di Milarepa e, quando sono tornati in Europa, hanno parlato di questo grande asceta che, potremmo dire, rispetto al nostro mondo, mostrava di possedere una fama uguale a quella di S. Francesco, appunto. In una recente conferenza sulla vita di Milarepa, il Padre Priore del Monastero camaldolese di Fonte Avellana (Marche) rivelò subito quale fosse stato il punto centrale del suo interesse per l'esperienza di questo asceta.

Secondo i suoi studi la filosofia cominciava dalla condizione della nostra nascita, che nel mondo Buddista viene chiamata

« **bar do** », cioè lo stato intermedio tra la morte e la successiva rinascita (stato intermedio accompagnato da altri due stati, *del sogno* e della

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

meditazione, più altri due di livello superiore quali quello della *dharmata*^{natura di Buddha} e del *divenire*)

« *Noi occupiamo, secondo la visione Buddista, un segmento limitato di un tutto che non conosciamo e se non raggiungiamo l'evento spirituale ovvero l'illuminazione, noi ritorniamo con altre vite, in questo segmento, che è un segmento mondano, creaturale, cosmico, limitato nello spazio-tempo.* »

Sarà questo anche il nostro preciso punto di partenza, poiché è qui che anche noi porremo l'ipotesi di un primo principio metafisico sulla base del quale cercheremo di dar luce al *rnam thar* (*il canto che racconta*) di Mi la ras pa.

Appare quindi subito che da qualsiasi versione agiografica si parta, il libro che si sceglierà offrirà sempre spunti di una profondità inaspettata verso la liberazione del proprio io, o "pneuma" o anche "scintilla divina" (ben diversa dalle altre due entità dell'uomo: il corpo e l'anima. Entità queste che lo coinvolgono come prigioniero della rete *Maya* (l'illusione) costringendolo a dibattersi come animale preso in trappola. (Anzi tra due trappole: la *res cogitans* e la *res extensa* di Cartesio.)

Altri spunti sono invece di un'altezza mistica così illuminata ed illuminante da offrire ad ogni lettore (purché in "qualche modo libero di pregiudizi religiosi") meditazioni che superano d'un balzo qualsiasi legame della ragione, di qualsiasi credenza particolare, di qualsiasi appartenenza di razza, politica e religiosa esso sia. Questo lettore viene ricondotto dal suo inizio cosciente a crearsi una pura coscienza logica di sé per sentirsi poi spinto verso la terza, la più alta e la più nascosta entità di sé, l'entità spirituale che, secondo la sua dottrina, non è stata mai creata, non ha esistenza e quindi non ha tempo in quanto adamantina emanazione divina.¹

La sua dottrina apre quindi orizzonti infiniti ad un mondo percettibile e raggiungibile per cui anche lo stesso "conosci te stesso" è proiettato molto più in alto di quanto l'interpretazione occidentale è abituata a credere.

Infatti, chi è abituato ad una continua ricerca introspettiva probabilmente riconosce già che in fondo al proprio io non c'è soltanto la verità cosciente del nostro essere ma c'è ciò che noi chiamiamo scintilla divina. Tuttavia questa presenza che caratterizza la nostra natura e ci fa sentire figli di Dio, creati da Dio, non è una semplice impronta, una semplice constatazione scintillante di un "non-io" che supporta (o giudica) la volontà di erigerci con dignità (o ribellione) di fronte all'immensità dell'Universo. Per il Buddismo, e quindi Milarepa stesso, questa scintilla è proprio *luce adamantina* che non è "semplice causa, a noi estranea, del "non io", ma è, per propria natura originale, vera emanazione del Dio stesso che è in noi. E quindi la sua visione, raggiungibile soltanto attraverso due stadi di

¹ Si potrebbe soffermarci sull'analogia con quanto Platone, sul *Fedro*, ci rivela sulla natura divina dell'anima umana che, « come una biga alata, percorre un cammino celeste, al di sopra del cielo (iperuranio) ritornando alla sede celeste da cui è uscita, ma di cui conserva, almeno in parte, la memoria. » Per Platone, e forse per lo stesso Eraclito, « la condizione umana su questa terra non può identificarsi con quella divina, ma bisogna comunque pensare ad un'unità precedente, e dunque da ricostituire ». Quindi il cammino dell'anima, il cammino della vita umana è dunque pensato come un eterno ritorno. (Da: Marco Vannini, *Il volto del Dio nascosto*, Mondadori)

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

maturazione mentale, nettamente divisi tra loro, ---“*la visione profonda*”² ed il“*il calmo dimorare*”³ --- sarà ciò che costituirà la vera Beatitudine. Il suo riconoscimento sarà una vera Gnosi, Gnosi che non è “conoscenza”, ma Luce della Grande Conoscenza, della Conoscenza Infinita.

Il primo passo della vita di Milarepa è caratterizzato da vari eventi (che noi potremmo chiamare “Viaggi-metaforici”) che appartengono alla dottrina esoterica ed in particolare alla millenaria corrente religiosa *Mahayana* o *Grande Sentiero (o grande veicolo)* del Buddismo originale.

Ce n'è uno molto importante che un'ermeneutica superiore dovrebbe subito individuare:

E non è il fatto che il padre di Milarepa muore, che la sua famiglia va in disgrazia, che Milarepa, la madre e la sorella sono soggiogati dallo zio.

Questi sono tutti fatti secondari, contingenti; il fatto determinante è la nostra nascita e quello che unisce tutti gli uomini attorno ad un elemento comune: ognuno di noi ha la possibilità che nella vita ci potrebbe andare bene o male, **ma invariabilmente tutti si è toccati dalla dimensione del male, ed è proprio in questa dimensione che nel racconto, si vede chiaramente l'energia negativa che attraversa tutti gli uomini.**

Così allo zio di Milarepa le cose vanno bene, a differenza del padre di Milarepa che muore, e lui, lo zio, usurpa tutti i beni della famiglia del fratello. Tutto dunque gli va bene umanamente parlando, ma anche lui poi viene sottoposto a questa energia negativa. Solo che a differenza di Milarepa, gli altri uomini che vengono citati nella biografia non si liberano dal male.

Allora dove si trova il primo punto saliente ?

La vita può andare male e percepisci il negativo maggiormente, e lo soffri di più, ma ti potrebbe andare bene, nel successo ecc., ma in qualsiasi caso ed in ogni stato tu viva, tu farai esperienza del male. Come Milarepa, ragazzo buono che avrebbe tutte le possibilità di crescere bene, ma fa esperienze negative, perché la madre lo manda da un maestro negativo, che *opera magia nera*, e attraverso questa capacità Milarepa farà crollare la casa sulla testa dello zio, uccidendo, precipitando anche lui nel male.

Poi ritroverà lo zio in una seconda parte della sua vita, ormai impoverito e che appena lo vedrà, lo maledirà.

² Per realizzare la “*visione profonda*” è necessario concentrare i propri sforzi, senza distrarsi ad accumulare atti positivi, e a pratiche di purificazione tra meditazione e meditazione. La vacuità, l'equanimità, l'indicibilità e la non concettualità (di tutto l'esistente) costituiscono le quattro iniziazioni del sentiero supremo: il “Mantra segreto del veicolo di Vajra”, cioè il *VajraYana*, il raggiungimento dell'illuminazione suprema in una sola vita e con un solo corpo.

³ Il “*calmo dimorare*” con forma o senza forma, si fonda, prima di ogni altra cosa, sull'amore e sulla compassione. Qualsiasi sia la pratica, non ci separa mai dalla mente di illuminazione volta al beneficio degli altri esseri. In una fase successiva, attraverso la visione perfettamente pura, si pratica il rimanere in uno stato non concettuale. E' in questo stato mentale non concettuale che la preghiera si concentra sulla dedica a beneficio degli altri esseri. Il “*calmo dimorare*” rappresenta il culmine del cammino del *MahaYana*.

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

Quindi gli esseri vivono una contentezza limitata, creaturale, nello spazio e nel tempo, con tutti i fatti che si conoscono. **Ma c'è un punto che la agiografia di Milarepa individua e cioè che nessuno di noi scamperà all'esperienza del maligno e ognuno farà la propria esperienza della negatività, dell'energia nera, del male.**

L'esperienza di Milarepa presso il maestro negativo ne è l'esempio. Crescendo, sarebbe potuto diventare anche lui come il maestro. Ma quando vede il male davanti ai propri occhi, Milarepa si ricrede e va a cercare Marpa, maestro che insegna la via del Dharma e del karma positivo.

Il secondo passo della vita di Milarepa è caratterizzato dalla ricerca della strada che lo porti al Bene.

Nel frattempo il *rnam thar* racconta come il Lama, lo *Yogin* Marpa avesse sognato *Mila ras pa* prima che questi bussasse alla porta della sua scuola. *Mila* significa vestito di tela ed il suo cammino ascetico lo portò a vivere, fino all'ultima fase della sua vita, a due-tre mila metri di altezza senza soffrire il freddo nell'Himalaya. Infatti la scuola di Marpa lo aveva esercitato a vivere uno yoga particolare secondo il quale, conoscendo i passaggi delle energie del proprio corpo, non soffriva il freddo, avendo una temperatura corporea media sui 37-38 gradi.

Fin quando viviamo il male è creato dagli altri, e ciò è umano; ma quando creiamo noi il male, prodotto da noi, o veniamo risucchiati oppure si fa un passo indietro come fece Milarepa quando seguiva la scuola di quel maestro di magia nera che gli insegnava la via della vendetta. Allora ci si immerge sempre più nel mondo del Male.

Riconoscere il male, superare il male, vincere il male sarà il suo primo compito. Tuttavia non dimentichiamo come Marpa avendo già sognato Milarepa gli era apparso nella sua natura già diamantina.

Ma quando Milarepa giunge da Marpa (quando questi stava lavorando la terra) non sa quale sarà il cammino che dovrà fare per raggiungere il suo diamante, ovvero trasfondersi in luce.

Quale è l'insegnamento che impara da Marpa e che Milarepa continuerà ad insegnare anche quando diventerà un grande asceta ?

Il suo primo ostacolo incognito che dovrà affrontare avrà un significato semplice, una semplice verità: sarà il riconoscimento in sé, nella propria coscienza di quattro principi dialettici: cioè gli otto dharma/non dharma. A questo scopo dovrà vivere delle esperienze, (dei "vissuti" come indica la moderna fenomenologia) l'edificazione delle torri, così come è mostrato nel film della Cavani: costruire, costruire, ne esiste sempre ancora una da edificare e con pietre sempre più squadrate.

Perché è importante questo racconto ? Perché, dopo il confronto con il male, bisogna ricostruire qualcosa dentro di noi.

La torre rappresenta la ricostruzione di questa coscienza, in questa realtà interna l'uomo deve ricostruire qualcosa che si era lacerato nell'esperienza fenomenica precedente ed ora c'è un Maestro, Marpa che lo costringerà a costruire qualcosa che annullerà il disordine dei suoi principi innati.

Dopo la costruzione della prima torre, Marpa lo andrà a trovare e gli dirà

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

che la torre non gli piace: " *Non è così che la intendevo e me la farai così!*"

Quindi la costruzione della torre è simbolica, la torre è importante perché è fatta di pietre, e non basta accatastare pietre, avere un progetto. Ecco cosa scopre Milarepa, per sconfiggere gli otto dharma-non dharma bisogna costruire qualcosa di profondo, autentico, essenziale.

Con queste esperienze la sua coscienza si evolverà gradualmente dal mondo del *Karma* a quello del *Dharma*. Ma, ci chiediamo, cosa rappresentano questi due mondi?

Innanzitutto va chiarito che essi riguardano mondi interiori della nostra natura ed in questo senso vanno elementarmente distinti dall'altra coppia di piani temporali:

- il mondo del *Samsara* o della vita mondana o esistenza fenomenica (dove si nasce e/o si muore)
- ed il mondo del *Nirvana* o della vita illuminata o della condizione del Buddha.

Su questi due piani temporali si pone il proprio essere a seconda del processo di illuminazione che caratterizza il progredire dell'evoluzione e della liberazione del cammino dell'uomo. Infatti si parte dalla realtà della vita quotidiana, che è appunto, il Karma (che letteralmente significa "azione" in quanto regno effettivo della legge universale di causa ed effetto e quindi di tutte le conseguenze che ne derivano. Le azioni (fisiche, verbali e mentali) possono essere positive, negative o neutre ed in questo senso esse producono un potenziale karmico che costituisce il filo conduttore di tutta la prima parte del cammino iniziatico.

La realizzazione successiva del Dharma avviene sempre attraverso regole costanti, come veri e propri algoritmi, costituiti da moduli rituali teoria-esperienza realizzazione. Questo continuo sottoporre l'essere al processo dell'esperienza esistenziale per maturarlo verso la perfezione, costituisce il sentiero del *Dharmakàya*, *il cui fine ultimo è trasformare il pensiero discriminante in un pensiero concettuale nella sua natura ultima, cioè pura*.

Di conseguenza una delle prime esperienze di Mi la ras pa fu quello dell'attribuzione dei valori mondani :

- **guadagno e perdita,**
- **piacere e dolore,**
- **lode e biasimo,**
- **fama e diffamazione.**

in insegnamento che percorre tutto il *rnam thar* e che Mi la ras pa conferisce in più occasioni. Nello stesso tempo, il riconoscimento della natura samsarica di questi otto atteggiamenti mediante la meditazione su quattro pensieri chiamati in tibetano con l'equivalente di *Preliminari Comuni*.

Meditazione

- sul prezioso corpo umano,

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

- sull'impermanenza dell'esistenza fenomenica,
- sulla legge karmica di causa e effetto e
- sulla sofferenza quale difetto inerente la stessa esistenza ciclica.

Essa conduce a eliminare la radice stessa dell'instabilità della mente costantemente in bilico

attaccamento-desiderio

e

•

odio.

Il terzo passo della vita di Milarepa: L'Iniziazione

Con l'esperienza della costruzione delle torri, Milarepa inizia il cammino verso la luce, verso l'energia bianca, annullando gli effetti negativi che aveva creato precedentemente nella sua vita.

Il primo momento di questo cammino sarà ovviamente la cerimonia di iniziazione, dolorosissima sino allo stremo della sopportabilità psichica, sino ai limiti di un possibile suicidio. La cerimonia di iniziazione meriterebbe effettivamente di essere approfondita in tutti i suoi significati più profondi, ma forse questo evento, (che lo farà rinascere nel piano del sacro Dharma e gli permetterà di ricevere tutte le istruzioni orali, necessarie ad un nuovo Maestro/yogin che avrà il merito di creare una nuova scuola di "Lama perfetti in saggezza e compassione") meriterebbe un'intera serata di approfondimenti e meditazioni.

Subito dopo l'iniziazione venne il momento di "praticare con perseveranza": come primo passo Milarepa verrà invitato da Marpa in una grotta dove inizierà a sperimentare la meditazione e la concentrazione, e, in particolare, l'assenza di visioni.

La caverna è un "Topos" che si ritrova anche in Platone e nell'esperienza dei grandi mistici. E' nella restrizione dello spazio, e quindi dell'essenza, nella costrizione carceraria, che tutti i grandi uomini spirituali hanno avuto questa esperienza dell'auto-reclusione.

Durante la sua conferenza, il nostro monaco camaldolese ci narrò come Sant'Antonio Abate fosse vissuto recluso per venti anni; i discepoli gli portavano il cibo e credevano che una volta che fosse uscito dalla grotta lo avrebbero trovato vecchio e malato. La tradizione narra che al contrario ne uscì d'aspetto giovane, per niente malato, al contrario pieno di vita e gioia.

Quindi la torre è stata sì, una costruzione molto significativa, ma quello che conta è l'imparare ad abitare, come "essere" in questa nuova casa, ovviamente interiore.

Ecco cosa produrrà questa nuova esperienza, questo nuovo "vissuto" senza spazio e senza tempo: attraverso l'isolarsi completamente dalla mondanità, si potrà vincere tutte le passioni, le pulsioni del nostro essere umano, che altrimenti sarebbero pulsioni alienanti.

Tutti siamo portati ad assorbire senza posa gli effetti che ci arrivano dall'esterno derivanti da cause di cui non conosciamo né le loro

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

lontanissime origini, né i motivi, né le possibilità che ci permettano di evitarle: In pratica noi siamo usi vivere fuori di noi stessi, fuori, verso l'esterno utilizzando i soli cinque sensi dell'esperienza fisica; ma non ci accorgiamo di vivere una esistenza (ex-sistere) alienata in senso negativo, o quanto meno, non positivo.

Quindi, auto-reclusione. Auto-reclusione che è piuttosto un andare ad abitare questa dimora interiore, isolata dalle influenze del mondo della contingenza e quindi della realtà, dominando le passioni e quindi spegnendole, non soltanto le passioni fisiche, ma anche quelle mentali con le relative energie che conservano ancora i ricordi negativi del passato.

Milarepa imparerà a governare la propria mente (cosa ben diversa dunque dalla ragione) attraverso la meditazione e quando poi, dopo 11 mesi, uscirà dalla grotta, il suo Maestro Marpa rimarrà fortemente impressionato, come gli altri discepoli, dalle esperienze spirituali che Milarepa aveva saputo sviluppare in così breve tempo.

Ma di cosa sono fatte queste esperienze o eventi spirituali?

Riuscire a prendere coscienza di tutto il male che siamo capaci di fare, rendersene conto e quindi allontanarsi, vivere una nuova esistenza di meditazioni in quella casa interiore che non avrà più come simbolo quella grotta del primo inizio ma vallate e cime altissime del Tibet, ricche di esseri, arcobaleni e cieli colorati per sempre nuovi inizi che, oltretutto, non avranno mai fine.

Per i buddisti ci sono tre esperienze fondamentali in questa meditazione, ovvero per il buddismo tantrico, a cui appartiene anche Milarepa .

- La prima è l'evento dello spirito, l'illuminazione. Ovviamente non possiamo essere noi a generare la luce che ci illuminerà; sarebbe troppo al di sopra delle energie di cui dispone la nostra mente. Nella scuola buddista seguita da Milarepa le cose non sono così: in realtà è il vuoto al quale si giunge, il calmo dimorare. E la luce bianca, che Milarepa inizia a sperimentare nell' auto-reclusione, è un dono, che viene dato, è un evento primordiale ingenuo, inteso non in senso di infantilità, ma di estrema semplicità nel momento della nostra generazione. Ingenuo perché privo di una causa che lo ha volutamente determinato.

- Ma entrando in questi argomenti troppo metafisici, preferiamo usare le parole del nostro monaco camaldolese, esperto in teologia e profondo studioso di Milarepa:

«L'illuminazione, quindi, non è un prodotto, ma un disvelamento, frutto dell'ascolto degli insegnamenti del maestro e degli studi dei testi sacri. Per tutto questo occorre una mente aperta, non ottusa.

Una mente riflessiva, che ritorna sull'ascoltato senza manipolarlo, ma al contrario pronta a farsi forgiare da quello che ha ascoltato; non è un capire ma un comprendere, parole che nel vocabolario italiano risultano sinonimi, ma che non lo sono in quello buddista.

Capire per loro è atto dell'io spirituale, comprendere è un evento sapienziale dove tu e la cosa vi incontrate; ed è la cosa stessa che ti abbraccia e ti trasforma.

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

Quindi la meditazione giunge solo dopo l'ascolto della dottrina del maestro che legge i libri sacri e te li spiega. Solo dopo tu inizi una tua riflessione e di conseguenza divieni custode di ciò che hai assimilato, perché ne vieni abbracciato.

La meditazione è questa custodia: donarsi anima e corpo alla cosa che hai ascoltato e di cui hai riflettuto per te stesso. Di qui il bisogno di prostrarre il più possibile questo stato, coltivandone continuamente i vissuti come un terreno che deve essere arato.

Ecco perché poi non ti sentirai più appagato dalle cose del mondo.

Ci sono infine, come ultimo passo, due stadi di meditazione.

Il primo è lo stato operativo.

In questo stato lo yogi non ha fretta di liberarsi delle cose terrene, nemmeno della sua determinazione esistenziale e mortale, perché vuole incontrare gli altri prima di giungere alla massima esperienza. Del resto la sua sarà una meditazione alla quale anche gli altri potranno partecipare: i centomila canti di Milarepa completeranno il suo rnam thar, come fosse un Vangelo.

Milarepa ricorderà i giovani, i vecchi, gli uomini e le donne e anche i cacciatori che lo riempiranno di botte, perché lo avranno scambiato per qualcos'altro. Infatti era divenuto verde a forza di mangiare ortiche. Ma poi anche i cacciatori si pentiranno di questo e inizieranno a portargli da mangiare e si convertiranno.

Da ciò si deduce che l'essere positivo, la bontà, la luce bianca che anche nella sofferenza si è capaci di emanare, può contaminare positivamente il mondo: questo è lo stato della illuminazione.

E Milarepa rallenterà il passo della sua vita e la propria meditazione per imparare e donare agli altri.

La seconda fase è quella dello stato assoluto.

Milarepa muore a 83 anni e sceglie l'assoluto solo quando si rende conto che ormai poco gli rimane e sa che quella meditazione non può essere che solitaria, in quanto sarà il raggiungimento di un vincolo indissolubile, che non si potrà più rompere.

E una volta raggiunto l'assoluto, la sua compassione avvolgerà tutto, perdonando tutto il mondo, dal filo d'erba alla stella più lontana.

E' questo amore che può diventare chiave di consapevolezza in tutti gli esseri, per aprirsi all'amore più grande.

Alla fine la domanda conclusiva potrebbe essere: "Allora Milarepa è un Dio?".

Sì, è un Dio personale, in natura; una forza del Dio superiore e da ciò l'idea filosofica e ideologica di Dio, perché l'uomo può divenire Dio solo nell'incondizionato.

Nel condizionato esiste solo il Dio superiore.

Infine è la mente che non solo può aspirare ma può giungere a questo stato metafisico, a questo Nirvana, trasfigurandosi e divenendo il vero evento spirituale.»

Concludendo laicamente, Milarepa ci ha insegnato, o per lo meno ha

MIRAREPA, VITA DI UN ASCETA

di Adolfo Castelli

inteso insegnarci che la mente, nella sua purezza ed integralità biologica, energetica e spirituale può creare un orizzonte futuro che nel suo essere finito è simile all'infinito. Tanto che, se ogni mente vivesse in armonia con le altre menti, riuscirebbe a costituire un soggetto universale, cioè una umanità di soggetti aperti non più verso sé stessi, ma questa volta verso l'infinito. Se fosse vero cosa allora potrebbe accadere? *Il rnam thar* di Milarepa potrebbe veramente essere una delle fenomenologie che l'uomo degli inizi del terzo millennio va cercando disperatamente?

Bibliografie essenziali

La "*Vita di Milarepa*" ha avuto diversi editori e traduttori. Attualmente si trovano presso le Librerie (non specializzate) soltanto le edizioni UTET (di gTsang smyon Heruka, a cura di Carla Gianotti) , Adelphi (a cura di Jacques Bacot) e Oscar Mondadori (di Rechung Dorje Tagpa)

Altri testi importanti sono:

A cura di Roberto Donatoni – *I centomila canti di Milarepa* – Adelphi Edizioni , Milano 2002

Rolf A.Stein – *La civiltà tibetana* – Einaudi tascabili , Torino, 1986