

NIMITTA NEL BUDDHISMO ANTICO*

Bhikkhu Anālayo

La realizzazione dello stato di *arahant* richiede lo sviluppo della visione penetrante, *vipassanā*, e della tranquillità, *samatha*, una coltivazione meditativa della mente che necessita di una base solida nella condotta morale. Il progresso in ciascuno dei quattro stadi di risveglio riconosciuti dal buddhismo antico, culminanti nell'ottenimento dello stato di *arahant*, si dà grazie alla frequentazione di persone spiritualmente superiori, all'ascolto del Dharma, ponendo saggiamente attenzione alle cose e praticando in accordo con il Dharma (SN V 410). In ogni caso, il requisito base per ottenere lo stato di *arahant* è l'esistenza di un Buddha, in quanto è grazie ai suoi insegnamenti che il cammino verso tutti i gradi di risveglio è rivelato all'umanità (AN I 23).

Nimitta è un 'segno', inteso quale indicatore che caratterizza le cose. Il *Potaliya-sutta* (MN I 360), ad esempio, menziona l'apparenza esteriore di un capofamiglia (ossia, un laico) in termini di '*nimitta*'. In modo simile, il *Raṭṭhapāla-sutta* (MN II 62) racconta di una schiava che, in virtù del '*nimitta*', riconosce colui che era stato in precedenza il figlio di casa e che ora, fattosi monaco, ritornava dopo una lunga assenza.

In altri passi dei discorsi antichi, il termine *nimitta* suggerisce l'idea di causa, come, ad esempio, nel *Sanimitta-vagga* dell'*Aṅguttara-nikāya* (AN I 82), dove è sinonimo di parole come *nidāna* (ragione), *hetu* (causa) e *paccaya* (condizione). La stessa sfumatura si ritrova nel *Vesāraja-sutta* dello stesso *Aṅguttara-nikāya* (AN II 9), quando il Buddha sottolinea di non vedere alcun motivo (*nimitta*) per cui altri possano accusarlo di affermare a torto di essere pienamente risvegliato.

Questa sfumatura causale sottende anche gli esempi precedenti, dove il termine *nimitta* ha a che fare con l'apparenza esteriore. Il punto centrale è che la schiava, per riconoscere colui la cui accon-

ciatura e il cui vestito erano ormai totalmente diversi da come era abituata a vederlo precedentemente, doveva cogliere quei tratti del suo aspetto che erano rimasti invariati. In tale frangente, proprio quei tratti divengono per lei '*nimitta*', ciò che 'ha fatto sì', in senso causativo, che essa fosse in grado di riconoscerlo.

Il *nimitta* è, dunque, un fattore centrale nella meccanica operativa della memoria e della facoltà di riconoscere qualcosa, poiché è con l'aiuto di tale *nimitta* che l'aggregato della percezione o della identificazione cognitiva, *sañña*, è in grado di combinare le informazioni ricevute nel momento presente con concetti, idee e ricordi.

Il fatto che le percezioni e le cognizioni operino sulla base del riconoscimento di tali *nimitta* nel mondo che ci circonda, non è, tuttavia, privo di problemi. Per poter riconoscere una persona dopo una lunga assenza, è necessario prendere in considerazione quei suoi *nimitta* meno suscettibili al cambiamento. Questa esigenza, tuttavia, fa sì che, nella nostra valutazione percettiva del mondo, si ponga l'accento sugli aspetti maggiormente permanenti dell'esperienza. Il meccanismo stesso della percezione, cioè, basato sul riconoscimento dei *nimitta*, conduce facilmente ad un'idea errata di permanenza. Ogni atto di riconoscimento riuscito, se non controbilanciato da un'attenzione sistematica alla verità dell'impermanenza, può in questo modo accrescere la presunzione inconscia che nei fenomeni ci sia qualcosa che non cambia.

Il *nimitta* può anche portare ad altre nozioni errate. Nel processo percettivo, il *nimitta* può portare con sé una prima valutazione dei dati sensoriali, poiché è in questa fase iniziale della valutazione percettiva che avviene la decisione semi-conscia che decreta se l'oggetto percepito è sufficientemente interessante da meritare ulteriore attenzione. È grazie a questo primo input valutativo che un oggetto può apparire, ad esempio, 'bello' (*subhanimitta*) o 'irritante' (*paṭighanimitta*). Proprio per questo motivo il *Mahāvedalla-sutta* (MN I 298) parla dei tre inquinanti radice, il desiderio sensuale, la rabbia e l'illusione, come 'produttori di segni' (*nimittakaraṇa*) [cause efficienti di segni

* Edizione originale in lingua inglese: "Nimitta", in *Encyclopaedia of Buddhism*, a cura di G. P. Malalasekera e W. G. Weeraratne, Sri Lanka: The Government of Sri Lanka, 2003, vol. 7.1,

pp. 177–179. Edizione italiana © Āgama Research Group, 2023; traduzione di Costanza Ceccarelli, collaborazione editoriale di Elena Trusel, a cura di Bhikkhunī Dhammadinnā.

che si presentano ogni volta che si percepisce qualcosa, N.d.T.].

Per contrastare l'influenza di questi tre 'produttori di segni', i o le meditanti che praticano il sentiero graduale devono sviluppare il contenimento dei sensi. Secondo le istruzioni per tale contenimento dei sensi, il o la praticante non deve soffermarsi sul 'segno' (*nimitta*) o sulle caratteristiche secondarie (*anuvyañjana*) degli oggetti sensoriali, per evitare l'afflusso di influenze dannose (si veda, ad esempio, MN I 273).

La stessa idea di contenimento a livello delle porte sensoriali è alla base della famosa istruzione a Bāhiya, con cui, durante il loro primo incontro, il Buddha insegna ad un asceta non buddhista a praticare in modo tale che "nel visto ci sarà solo il visto, nell'udito solo l'udito, nel percepito solo il percepito, nel conosciuto solo il conosciuto" (Ud 8). Dopo pochi minuti da questa istruzione, Bāhiya divenne un *arahant*. Che questa istruzione riguardasse effettivamente l'input affettivo causato dal prestare attenzione a tipi di *nimitta* inappropriati risulta evidente dalla rielaborazione della stessa istruzione da parte del monaco Māluṅkyaputta (SN IV 73), il quale spiega che a causa del rivolgere l'attenzione al segno che produce attaccamento (*piyanimitta*) la mente è infatuata ed affetta da reazioni non salutari.

Nello schema di addestramento mentale del buddhismo antico, lo sviluppo sistematico di *sati-paṭṭhāna* serve come strumento principale per contrastare questa tendenza della mente. Rivolgere la piena luce della presenza (mentale) sulle fasi iniziali del processo percettivo mette a nudo l'input valutativo che procede dal *nimitta*, aiutando in tal modo a correggerne le ripercussioni.

La procedura di *satipaṭṭhāna*, come descritta nel *Satipaṭṭhāna-sutta* (MN I 56), include anche il dirigere la consapevolezza verso la natura impermanente di tutti i fenomeni, contemplandoli nel loro 'sorgere' (*samudaya*) e 'svanire' (*vaya*). La visione penetrante della natura impermanente di tutti i fenomeni ha il potenziale di culminare nel pieno risveglio, nella realizzazione di *animitta*, la condizione 'senza-segno'.^[1] Con il pieno risveglio, tutte le nozioni fuorvianti e i 'segni' di permanenza vengono abbandonati per sempre.

L'assenza di qualsivoglia segno è anche caratteristica di un alto livello di pratica meditativa chiamato *animitta-samādhī*. Tale 'concentrazione senza-segno', secondo la spiegazione fornita dal monaco Moggallāna, si basa su un alto grado di concentrazione e richiede la capacità di ritirare l'attenzione da tutti i segni (SN IV 269).

La relazione che intercorre tra il *nimitta* e lo sviluppo della concentrazione si riflette anche in espressioni quali 'segno della tranquillità' (*samatha-nimitta*),^[2] 'segno di concentrazione' (*samādhī-nimitta*)^[3] e 'segno della mente' (*citta-nimitta*),^[4] che ricorrono nei discorsi in diverse occasioni. La coltivazione di *nimitta* di tipo benefico è particolarmente importante per le fasi iniziali della meditazione *samatha*. Secondo l'esegesi commentariale Theravāda (Vism 125), il progresso della concentrazione procede in base alla prima appercezione dell'oggetto da evocare per tale meditazione attraverso il *parikamma-nimitta*. Una volta in grado di percepire questo oggetto senza la necessità di vederlo effettivamente, cioè ricordandolo mentalmente, si è conseguito l'*uggaha-nimitta*. Quando, in virtù del procedere della pratica, la mente raggiunge lo stadio della 'concentrazione d'accesso' [al primo livello di assorbimento, N.d.T.] (*upacāra-samādhī*), questa percezione mentale che non è del tutto ancora chiara si trasforma in un'immagine interiore del tutto limpida e stabile, detta *paṭibhāga-nimitta*, considerata come un prerequisito per il raggiungimento del pieno assorbimento (*jhāna*). Anche in questi contesti, il termine *nimitta* ha conservato la sua sfumatura causale, poiché è lo sviluppo di tali *nimitta* che 'fa sì' che il o la praticante raggiunga livelli di concentrazione più profondi.

In sintesi: il 'segno' *segnala* ciò che è sufficientemente *significativo* da meritare un'attenzione più ravvicinata. Spesso, le forze che concorrono ad *assegnare* tale *significato* sono il desiderio sensuale, la rabbia e l'illusione (*rāga*, *dosa* e *moha*). In questo caso, la mente tende a reagire a quelli che ritiene siano aspetti propri agli oggetti esterni, rimanendo così invischiata in associazioni e reazioni mentali non salutari. La stessa dinamica di attrazione dell'attenzione che sta alla base del *nimitta* può, tuttavia, essere abilmente utilizzata per sviluppare la concentrazione profonda. In relazione allo sviluppo della visione penetrante, il problema posto dal *nimitta* è che esso si presta facilmente

all'erronea convinzione che i fenomeni sperimentati siano di natura permanente. L'assenza di ogni *nimitta* è una delle tre qualità della realizzazione di ciò che è senza-segno (*animitta*), senza-desiderio (*appaṇihita*) e vuoto (*suñña*): il Nibbāna.

Abbreviazioni

AN	<i>Aṅguttara-nikāya</i>
DN	<i>Dīgha-nikāya</i>
MN	<i>Majjhima-nikāya</i>
Paṭis	<i>Paṭisambhidāmagga</i>
SN	<i>Samyutta-nikāya</i>
Th	<i>Theragāthā</i>
Ud	<i>Udāna</i>
Vism	<i>Visuddhimagga</i>

Note

[1] Una correlazione tra la caratteristica dell'impermanenza e l'emancipazione 'senza-segno' si trova in Paṭis II 48 e Vism 657.

[2] DN III 213, SN V 66, SN V 105.

[3] DN III 226, DN III 242, DN III 279, MN I 249, MN I 301, MN III 112, AN I 115, AN I 256, AN II 17, AN III 23, AN III 321.

[4] Si veda, ad esempio, SN V 151, AN III 423, Th 85.