

## PRESENZA ALL'ASSENZA\*

### Bhikkhu Anālayo

Nella soteriologia del buddhismo antico la coltivazione della presenza (pāli *sati*/sanscrito *smṛti*/cinese 念/tibetano *dran pa*) può comprendere la consapevolezza di un'assenza: essere presenti a ciò che è assente. Questa assenza può essere specifica, nel senso dell'assenza di una condizione mentale particolare, e può anche assumere un senso più generale, in quelle pratiche meditative specifiche che coinvolgono la presenza e che possono avere come loro oggetto l'idea che non c'è nulla. Oltre al fatto di essere l'approccio usuale per coltivare le sfere immateriali, che sono una forma di pratica pre-buddhista, la stessa nozione che 'non c'è nulla' può anche essere volta alla visione penetrante nel senso specificamente buddhista.

Tale visione penetrante può essere applicata retrospettivamente alla realizzazione della sfera immateriale del nulla, oppure può essere coltivata insieme alla tranquillità in modo che coinvolga la nozione stessa del nulla, a riprova dell'interrelazione tra queste due modalità di meditazione nel buddhismo antico. In aggiunta, il termine nulla può anche servire come epiteto del punto d'arrivo finale della soteriologia del buddhismo antico, il Nirvāṇa, con un uso che può anche essere collegato alla presenza.

La coltivazione della presenza può essere applicata a una vasta gamma di oggetti differenti, restando ricettivamente consapevoli e aperti a qualsiasi cosa accada nel momento presente. A volte, tuttavia, la presenza può essere impiegata per esercitare un ruolo di inibizione nei confronti di un'apertura senza riserve a ciò che sta accadendo nella propria esperienza, in particolare quando ciò comporta qualcosa di natura non salutare.

\* Edizione originale in lingua inglese: Being Mindful of What is Absent, *Mindfulness*, 2022 (13): 1671–1678. Edizione italiana © Āgama Research Group, 2023;

## Non-presenza

La necessità di limitare, almeno in qualche misura, l'aperta ricettività della presenza sembra essere alla base dell'idea di essere intenzionalmente 'non-presenti' (*asati/asmṛti*/不念/*dran med*). L'espressione in questione compare in contesti in cui l'istruzione è di non prestare attenzione a una particolare tematica o condizione mentale. Un esempio compare in una serie di raccomandazioni su come trattare pensieri ricorrenti non salutari. Uno di questi metodi, che si mette in pratica quando due altri metodi sono stati tentati senza successo, è così esposto:

Uno dovrebbe praticare non occupandosi di questi pensieri e non prestandovi attenzione. (MN 20: *tesaṃ vitakkānaṃ asati amanasikāro āpajjitabbo*).

Uno non dovrebbe occuparsi di questi pensieri. (MĀ 101: 彼不念此念).

La traduzione 'non occupandosi di' o 'non occuparsi di' è guidata dal contesto, in modo da rendere comprensibile il senso dell'istruzione. Una traduzione letterale sarebbe quella di coltivare l'essere 'non-presenti' verso questo genere di pensieri non salutari. Il punto qui sarebbe che, dato che un particolare schema di pensiero non salutare è così forte che altri tentativi precedenti di calmare la mente sono stati infruttuosi, il praticante deve esercitare uno sforzo consapevole per ignorare tali pensieri. In particolare, questo ignorare intenzionale sarebbe ancora parte di una pratica che implica la presenza nel suo ruolo generale di monitoraggio di ciò che sta accadendo. In questo caso la funzione della presenza sarebbe di allertare il praticante alla ricomparsa di questo particolare pensiero, e poi supervisionare lo sforzo intenzionale di lasciarlo perdere.

Un'istruzione analoga compare in un altro contesto, dove il compito è di superare il risentimento

traduzione di Silvia Maerna, collaborazione redazionale di Costanza Ceccarelli; a cura di Bhikkhunī Dhamma-dinnā.

verso una particolare persona. Per poterci riuscire, si dovrebbe fare uno sforzo simile per dimenticarsi di questa persona (AN 5.161: *asati amanasikāro ... āpajjitabbo*), presumibilmente nel senso di non prestare più attenzione a sue qualità o atteggiamenti in grado di innescare il risentimento. Come nel caso di pensieri non salutari ricorrenti, il risentimento può attrarre la mente e portarla a tirare interiori senza fine contro la persona vissuta come irritante. Quindi la stessa strategia della presenza di mettere da parte le cose, di tralasciare e ignorare intenzionalmente, può essere d'aiuto per uscire dal vortice di una condizione mentale ossessiva.

I due passi sopra esaminati forniscono in qualche misura dei precedenti nei confronti della nozione della cosiddetta 'non-saggia attenzione' (*amanasikāra*) elaborata da tradizioni buddhiste più tarde. Altri precedenti, già evidenziati da Higgins (2006/2008, p. 255 nota 2) e da Mathes (2009, p. 4), sono la descrizione standard nei discorsi antichi dell'entrata meditativa nella sfera dello spazio infinito, che richiede la non-attenzione alla percezione della varietà (MN 137: *nānattasaññānaṃ amanasikārā* e il suo parallelo MĀ 163: 不念若干想; Anālayo 2020), e la progressione meditativa descritta nel *Cūḍasūññata-sutta* e nei suoi paralleli, esaminati qui di seguito.

### L'assenza di stati mentali

L'essere emersi con successo da una condizione mentale non salutare ossessiva può, a sua volta, portare ad essere presenti alla sua assenza. Questa presenza a uno specifico tipo di assenza è esplicitamente inclusa nelle istruzioni sulla contemplazione degli stati mentali, il terzo fondamento della presenza (*satipaṭṭhāna/smṛtyupasthāna/念處/draṇ pa nye bar gzhag pa*). Le istruzioni relative a questa modalità contemplativa menzionano non solo il riconoscimento consapevole della presenza delle tre radici non salutari ma anche della loro assenza, come illustrano bene le seguenti istruzioni del *Satipaṭṭhāna-sutta* e dei suoi due paralleli negli *Āgama* cinesi:

Uno riconosce una mente senza desiderio sensuale essere 'una mente senza desiderio sensuale' ... [uno riconosce una mente senza rabbia essere 'una mente] senza rabbia' ... [uno riconosce una mente senza illusione essere 'una mente] senza illusione'.

(MN 10: *vītarāgaṃ vā cittaṃ: vītarāgaṃ cittaṃ ti pajānāti ... vītadosaṃ ... vītamohaṃ*).

Essendo la mente priva di desiderio sensuale, uno riconosce, come realmente è, che la mente è priva di desiderio sensuale ... [essendo la mente priva di rabbia, uno riconosce, come realmente è, che la mente] è priva di rabbia ... [essendo la mente priva di illusione, uno riconosce, come realmente è, che la mente è] priva di illusione.

(MĀ 98: 無欲心, 知無欲心如真 ... 無恚 ... 無癡).

Avendo una mente senza desiderio sensuale, uno ne è consapevole e riconosce di avere una mente senza desiderio sensuale ... avendo una mente senza rabbia, uno ne è consapevole e riconosce di avere una mente senza rabbia ... avendo una mente senza illusione, uno ne è consapevole e riconosce di avere una mente senza illusione.

(EĀ 12.1: 無愛欲心, 亦自覺知無愛欲心; ... 無瞋恚心, 亦自覺知無瞋恚心 ... 無愚癡心, 便自覺知無愚癡心).

In questo modo, un tipo specifico di assenza può diventare oggetto di pratica della presenza. Questa istruzione è probabilmente meglio compresa nel suo contesto. Di particolare rilevanza qui è l'indicazione che la precede, ovvero quella di aver riconosciuto che il desiderio sensuale, la rabbia o l'illusione erano presenti. Tale riconoscimento presumibilmente getta le basi per accorgersi, successivamente, di ogni volta che queste qualità dannose sono state abbandonate. Così inteso, il riconoscimento si basa sull'aver familiarizzato con le ripercussioni che queste tre radici non salutari hanno sulla condizione mentale, così che diventi poi possibile notare quando tali effetti non si manifestano più. A quel punto, il compito della presenza è di essere consapevoli di un'assenza.

Lo stesso schema di base si applica alla contemplazione degli impedimenti e dei fattori di risveglio nel *Satipaṭṭhāna-sutta* e nel suo parallelo incluso nel *Madhyama-āgama* (e in qualche misura anche alla contemplazione dei vincoli che sorgono alle porte dei sensi), laddove il compito del meditante comporta l'essere cosciente dell'assenza di queste qualità mentali. Di séguito sono riportati i passi relativi al primo impedimento e al primo fattore di risveglio:

Se il desiderio sensuale non è presente internamente, uno sa: "il desiderio sensuale non è presente in me".

(MN 10: *asantaṃ vā ajjhataṃ kāmacchandaṃ: n' atthi me ajjhataṃ kāmacchando ti pajānāti*).

Non essendoci desiderio sensuale, uno riconosce, come realmente è, che non c'è desiderio sensuale.

(MĀ 98: 內實無欲, 知無欲如真).

Se il fattore di risveglio della presenza non è presente internamente, uno sa "il fattore di risveglio della presenza non è presente in me".

(MN 10: *asantaṃ vā ajjhataṃ satisambojjhaṅgaṃ: n' atthi me ajjhataṃ satisambojjhaṅgo ti pajānāti*).

Non essendoci in realtà il fattore di risveglio della presenza, uno riconosce, come realmente è, che non c'è il fattore di risveglio della presenza.

(MĀ 98: 內實無念覺支, 知無念覺支如真).

L'ultimo passo è particolarmente interessante, in quanto qui il compito diventa quello di coltivare uno dei fondamenti della presenza per notare quando la presenza stessa, nel suo ruolo di fattore di risveglio, risulti assente. Questo potrebbe essere inteso in riferimento a quei momenti in cui si realizza improvvisamente di aver completamente perso la presenza per un certo periodo di tempo. Questo riconoscimento è già di per sé un momento di presenza poiché consiste in un tornare a sé stessi. Ciò nonostante, a causa dell'essere appena

riemersi da un periodo in cui ci si è persi nella distrazione, questa ritrovata presenza non è probabilmente ancora abbastanza forte da funzionare come un fattore di risveglio.

I suddetti esempi mostrano come specifici tipi di assenza possano diventare oggetti della coltivazione dei fondamenti della presenza. Compreso in questo modo, ciò che è assente diventa presente attraverso la sua assenza. Il compito della presenza è quindi precisamente quello di essere consapevoli della 'presenza' di tale assenza.

### La sfera del nulla

La nozione dell'essere presenti a un'assenza può essere portata oltre. Negli esempi precedenti, l'assenza era specifica, vale a dire relativa a un particolare stato mentale. Tuttavia, l'assenza può anche assumere una portata più ampia e generale, a significare che non c'è alcunché, pervenendo cioè alla nozione del 'nulla' (= non-qualcosa). Tale totale assenza diventa evidente con il terzo dei quattro conseguimenti della tranquillità conosciuti come le sfere immateriali: la sfera del nulla. Dato che la presenza così come intesa nel buddhismo antico ha un ruolo importante nel raggiungimento degli stati di quiete mentale (Anālayo 2019), una coltivazione meditativa della sfera del nulla richiede appunto la presenza e sarebbe difficilmente possibile senza di essa. In altre parole, il fatto di riuscire a prestare attenzione all'assenza totale (nel senso che non c'è proprio niente) richiede comunque che la presenza stessa non sia assente.

I discorsi antichi presentano la sfera del nulla come una pratica pre-buddhista. Secondo la tradizione, il futuro Buddha coltivò questo conseguimento sotto la guida di un maestro di nome Āḷāra Kālāma (MN 26 e MĀ 204). Il relativo discorso in pāli e il suo parallelo in uno degli *Āgama* cinesi non forniscono maggiori dettagli circa il tipo di filosofia che avrebbe ispirato il modello di pratica insegnato da Āḷāra Kālāma. Ciò nonostante, indicazioni trovate in altri discorsi rendono probabile che esso

implicasse la nozione della realizzazione di un rarefatto tipo di sé, corrispondente al tipo di percezione meditativa che è esperita da coloro che hanno ottenuto la maestria in tale conseguimento (Anālayo 2021).

Dal punto di vista del buddhismo antico, in ogni caso, la sfera del nulla, insieme con la sua controparte cosmologica nella forma di rinascita nel regno celeste corrispondente, sono semplicemente una delle modalità di creazione di un senso di identità reificato (MN 106, MĀ 75, Up 4058; Anālayo 2011, p. 617). È per questa ragione, secondo quanto riportato dai testi, che il futuro Buddha fu insoddisfatto del conseguimento raggiunto sotto la guida di Āḷāra Kālāma:

Monaci, mi venne in mente: “questo Dharma non porta al disincanto, né allo svanire della passione, né alla cessazione, né alla pace, né alla conoscenza penetrante, né al completo risveglio, né al Nirvāṇa, ma solo alla rinascita nel [regno della] sfera del nulla. Monaci, essendo insoddisfatto da questo Dharma, disincantato, abbandonai questo Dharma.”

(MN 26: *tassa mayham, bhikkhave, etad ahoṣi: nāyaṃ dhammo nibbidāya na virāgāya na nirodhāya na upasamāya na abhiññāya na sambodhāya na nibbānāya saṃvattati, yāvada eva ākiñcaññāyatanūpapattiyā ti. so kho aham, bhikkhave, taṃ dhammaṃ analaṅkaritvā tamā dhammā nibbija pakkamim*).

Inoltre, ebbi questo pensiero: “questo Dharma non porta alla saggezza, non porta al risveglio, non porta al Nirvāṇa. Preferisco lasciare ora questo Dharma e proseguire la ricerca della pace suprema del Nirvāṇa che è libero dalla malattia [ecc.]”.

(MĀ 204: 我復作是念: 此法不趣智, 不趣覺, 不趣涅槃. 我今寧可捨此法, 更求無病無上安隱涅槃).

Una piccola differenza nella versione dell'Āgama cinese è che non si fa esplicitamente riferimento al tema della rinascita nel corrispondente regno. Nel complesso, comunque, i paralleli concordano

nel rappresentare il disincanto del Buddha nei confronti del conseguimento della sfera del nulla. In un altro discorso in pāli è riportato che la coltivazione del conseguimento del nulla può portare a una forma di rinascita che perdura per il lunghissimo periodo di 60.000 eoni (AN 3.114). Tuttavia, la ricerca del Buddha era quella di una trascendenza completa e radicale della condizione umana soggetta alla vecchiaia, alla malattia e alla morte. Quindi, un mero posporre l'esservi ancora soggetto, anche se questo rinvio sarebbe durato per un periodo incredibilmente lungo, lo lasciò insoddisfatto.

### La sfera del nulla come oggetto di visione penetrante

Sebbene il Buddha, stando a quanto riportato, avesse scoperto che la realizzazione del nulla non l'aveva condotto al pieno soddisfacimento della sua ricerca di una libertà completa, la sua coltivazione meditativa è un argomento ricorrente nei discorsi antichi. Il conseguimento della sfera del nulla compare come l'ultima nell'elenco delle sette stazioni della coscienza (AN 7.41 e EĀ 39.5) e come la sesta nell'elenco delle otto liberazioni (AN 8.66). Insieme con la rinascita nel regno corrispondente, il conseguimento del nulla è riconosciuto come superiore nell'ambito delle modalità di percezione (AN 5.170 e SĀ 484). Costituisce un modo per bendare gli occhi di Māra (MN 25 e MĀ 178), che rappresenta la tentazione sensuale. La sfera del nulla è una forma di equanimità che è basata sull'unità piuttosto che sulla diversità percettiva (MN 137 e MĀ 163). Pur essendo uno stato di profonda equanimità, può anche essere riconosciuto quale forma di felicità, e in quanto tale è ancora più raffinato rispetto alla felicità delle sfere immateriali dello spazio infinito o della coscienza infinita (MN 59; SN 36.19; SHT II 51R, Waldschmidt et al. 1968, p. 10; SĀ 485).

Insieme a queste valutazioni positive, tuttavia, i discorsi antichi mostrano anche un'attenta consapevolezza di potenziali inconvenienti circa il conseguimento della sfera del nulla. Per qualcuno,

quest'esperienza può portare a immaginazioni concettuali fuorvianti (MN 1; MĀ 106; T 56; EĀ 44.6). Infatti, il perfezionamento del conseguimento della sfera del nulla può diventare palesemente problematico se questa diventa un'occasione per il sorgere della presunzione:

Andando completamente oltre la sfera della coscienza infinita, [consapevole che] “non c'è nulla”, una persona indegna dimora avendo raggiunto la sfera del nulla. Costoro pensano: “sono conquistatore del raggiungimento della sfera del nulla; questi altri monaci non sono invece conquistatori della sfera del nulla”. Si compiacciono di loro stessi per il raggiungimento della sfera del nulla e denigrano gli altri. Monaci, anche questo è caratteristico di una persona indegna.

(MN 113: *asappuriso sabbaso viññāṇañcāyatanaṃ samatikkammā n' atthi kiñcī ti ākiñcaññāyatanaṃ upasampajja viharati. so iti paṭisañcikkhati: ahaṃ kho 'mhi ākiñcaññāyatanasamāpattiyā lābhī, ime pan' aññe bhikkhū ākiñcaññāyatanasamāpattiyā na lābhino ti. so tāya ākiñcaññāyatanasamāpattiyā attānukkamseti, paraṃ vambheti. ayam pi, bhikkhave, asappurisadhammo*).

Supponiamo che una persona consegua la sfera del nulla. Avendo conseguito la sfera del nulla, si compiace e denigra gli altri. Questa è riconosciuta essere la natura di una persona indegna. (MĀ 85: 或有一人得無所有處。彼因得無所有處故，自，賤他。是謂不真人法；l'originale abbrevia e fornisce la trattazione completa solo per il primo assorbimento e la quarta sfera immateriale, da cui il testo è stato qui integrato. L'esposizione corrispondente in un altro parallelo, T 48, sembra avere sofferto di un errore testuale; si veda Anālayo 2011, p. 643 nota 35. Ancora un altro parallelo, EĀ 17.9, menziona soltanto il risultato nella concentrazione in generale, senza elencare le differenti sfere immateriali).

A lato di alcune differenze lessicali, le due versioni parallele sopra riportate concordano nel descrivere il sorgere della presunzione basata sull'aver

perfezionato il conseguimento della sfera del nulla. Per evitare questa trappola, lo stesso stato può essere preso come oggetto meditativo della visione penetrante:

Andando completamente oltre la sfera della coscienza infinita, [consapevoli che] “non c'è nulla”, una persona dimora avendo raggiunto la sfera del nulla. Qualsiasi cosa vi sia che riguardi la tonalità edonica, riguardi la percezione, riguardi le forme volitive, e riguardi la coscienza, uno contempla questi stati come impermanenti, *dukkha*, una malattia, una pustola, una freccia, una miseria, un'afflizione, aliena, disintegrandosi, vuota e priva di un sé.

(AN 9.36: *sabbaso viññāṇañcāyatanaṃ samatikkammā n' atthi kiñcī ti ākiñcaññāyatanaṃ upasampajja viharati. so yad eva tattha hoti vedanāgataṃ saññāgataṃ saṅkhāragataṃ viññāṇāgataṃ, te dhamme aniccato dukkhato rogato gaṇḍato sallato aghato ābādhato parato palokato suññato anattato samanupassati*).

Ritirando in questo modo la mente dallo stesso conseguimento del nulla, il praticante la inclina invece verso il Nirvāṇa. Questo tipo di riorientamento in qualche misura ripercorre le orme del Buddha che, sul finire del suo periodo di apprendistato presso Ālāra Kālāma, divenne disincantato rispetto a questa pratica.

Il discorso sopracitato predice che questa modalità di pratica del nulla secondo la traiettoria della visione penetrante porterà alla condizione di non-ritorno o al risveglio completo. Un'altra modalità di contemplazione con lo stesso potenziale soteriologico prende la forma seguente:

Uno comprende: “Questo conseguimento della sfera del nulla è pure condizionato e prodotto dalla volizione. Eppure, tutto ciò che è condizionato e prodotto dalla volizione è impermanente e per sua natura destinato a cessare”. (AN 11.17: *ayam pi kho ākiñcaññāyatanasamāpatti abhisankhatā abhisāñcetaṃ. yaṃ kho pana kiñcī abhisankhataṃ abhisāñcetaṃ,*



*tad aniccaṃ nirodhadhamman ti pajānāti; si*  
veda anche Anālayo 2011, p. 311).

Una caratteristica condivisa da entrambe le istruzioni è quella di dirigere l'attenzione verso l'impermanenza. La chiave, qui, sembra essere il realizzare che pure un'esperienza così profondamente tranquilla e stabile, per non parlare della vita incredibilmente lunga nel corrispondente regno di esistenza, è soggetta alla legge del cambiamento.

### Convergenza di tranquillità e visione penetrante

Oltre alla possibilità di coltivare la visione penetrante (dell'impermanenza come pure secondo altre prospettive) in relazione al profondo livello di tranquillità acquisita con la sfera del nulla, i discorsi antichi posizionano questo stesso conseguimento meditativo al punto di convergenza tra tranquillità e visione penetrante. La prospettiva offerta in questo modo è significativa, in quanto mostra come, nel buddhismo antico, la tranquillità e la visione penetrante siano qualità correlate, piuttosto che due modalità di pratica meditativa che non ammettono una misura comune e tra cui non è perciò possibile stabilire un rapporto (Anālayo 2017, p. 173).

Una modalità per raggiungere una tale convergenza di tranquillità e visione penetrante può ravvisarsi nell'*Āneñjasappāya-sutta* e nei suoi paralleli in cinese e tibetano, le cui descrizioni ricoprono diversi approcci meditativi per raggiungere la sfera del nulla (Anālayo 2009). Uno degli approcci è basato sulla visione penetrante del vuoto:

Questo è vuoto di un sé e di ciò che appartiene a un sé.

(MN 106: *suññam idaṃ attena vā attaniyena vā ti*).

Questo mondo è vuoto: vuoto di un sé e di ciò che appartiene a un sé, vuoto dell'essere permanente, vuoto dell'essere durevole per sempre, vuoto dell'esistere continuamente e vuoto dell'essere immutabile.

(MĀ 75: 此世空, 空於神, 神所有, 空有常, 空有恒, 空長存, 空不變).

Il mondo è vuoto ... è vuoto di permanenza, di stabilità, di eternità, di stati immutabili, ed è privo di un sé e di ciò che appartiene a un sé.

(Up 4058: *'jig rten ni stong pa'o ... rtag pa dang, brtan pa dang, g.yung drung dang, mi 'gyur ba'i chos can gyis stong zhing bdag dang, bdag gi dang bral ba'o*).

Le versioni cinese e tibetana sono più dettagliate, rappresentando varie prospettive aggiuntive sul vuoto, al di là dell'assenza di un sé e di ciò che appartiene al sé descritte nel testo pāli. Nonostante in tutte le versioni l'istruzione sia indubbiamente quella di una contemplazione orientata alla visione penetrante, nel contesto attuale il suo scopo è portare al conseguimento della sfera del nulla e quindi al conseguimento di uno stato di tranquillità. Questo è quindi un caso in cui la meditazione di visione penetrante conduce alla tranquillità.

All'opposto, la tranquillità che porta alla visione penetrante del nulla si ritrova nel *Cūḷasuññata-sutta* e nei suoi paralleli (Anālayo 2015). La traiettoria meditativa qui descritta sembra comportare una graduale decostruzione dell'esperienza al fine di condurre alla realizzazione del vuoto nel suo più vero e definitivo significato (così come compreso nel pensiero del buddhismo antico), che richiede di svuotare la mente da tutte le contaminazioni.

Il percorso meditativo descritto nel *Cūḷasuññata-sutta* e nei suoi paralleli per portare a questo scopo prevede la coltivazione della percezione del nulla. La terminologia qui usata differisce dalle descrizioni standard su come conseguire il raggiungimento della sfera del nulla, in quanto parla solo del corrispondente tipo di percezione (*ākiñcaññāyatana* 無所有處想 / *ci yang med pa'i skye mched du 'du shes*). Questa formulazione lascia aperta la possibilità di coltivare questa percezione senza avere sviluppato la piena padronanza meditativa dell'effettivo conseguimento, il quale, al contrario, richiede la padronanza dei quattro assorbimenti (*jhāna/dhyāna* / 禪 / *bsam gtan*). In ogni

caso, la percezione in quanto tale appartiene chiaramente al regno della tranquillità. Al fine di sfociare nella svolta definitiva verso il risveglio, l'intera serie di percezioni coltivate in questa progressione meditativa, delle quali la percezione del nulla è parte integrante, richiede di essere contemplata nel seguente modo:

Uno comprende che ciò è impermanente e per natura destinato a cessare.

(MN 121: *tad aniccaṃ nirodhadhamman ti pajānāti*).

Non mi delizio in questo, non cerco questo; non è idoneo dimorare in questo.

(MĀ 190: 我不樂彼, 不求彼, 不應住彼).

Non è idoneo deliziarsi in esso, approvarlo, diventare attaccati ad esso, o restare attaccati ad esso.

(Skilling 1994, 174: *de la ni mngon par dga' bar bya ba 'am, mngon par brjod par bya ba 'am, lhag par chags par bya ba 'am, lhag par chags shing gnas par bya bar mi rigs so*).

Mentre la versione pāli mette l'accento sull'impermanenza, i paralleli descrivono la rinuncia all'attaccamento che dovrebbe risultare in modo naturale da un pieno apprezzamento dell'impermanenza. Visti in questa prospettiva, i paralleli offrono angolazioni in qualche modo complementari sulla coltivazione della visione penetrante che porta alla liberazione.

Laddove nell'*Āneñjasappāya-sutta* e nei suoi paralleli è mostrata la possibilità di impiegare una percezione orientata alla visione penetrante per ottenere il conseguimento della sfera del nulla, nel *Cūḷasuññata-sutta* e nei suoi paralleli è rappresentata invece l'opzione di basarsi sulla percezione della sfera del nulla per ottenere la visione penetrante liberatrice. Dato che tutti questi metodi di coltivazione meditativa implicano in un modo o nell'altro la qualità della presenza, in questi discorsi l'assenza di qualsiasi cosa in quanto oggetto o tema di presenza si posiziona al punto di convergenza tra visione penetrante e tranquillità.

## Il nulla come epiteto del Nirvāṇa

La stessa nozione dell'assenza di tutto può anche fungere da epiteto dello scopo finale del sentiero di pratica del buddhismo antico. La motivazione dietro a quest'uso può essere dedotta dal passo seguente, evidentemente un insegnamento dato a un pubblico di monaci da un meditante laico realizzato:

Venerabili signori, il desiderio sensuale è un qualcosa, la rabbia è un qualcosa, l'illusione è un qualcosa. Un monaco che abbia sradicato gli influssi le ha abbandonate, tagliate alle radici, le ha rese come un ceppo di palma, destinate a morire, di natura tale da non sorgere più in futuro. Venerabili signori, nella misura in cui esistono liberazioni della mente attraverso il nulla, l'incrollabile liberazione della mente è dichiarata essere la prima tra queste. Inoltre, questa liberazione incrollabile della mente è vuota di desiderio sensuale, vuota di rabbia e vuota di illusione.

(SN 41.7: *rāgo kho, bhante, kiñcanam, doso kiñcanam, moho kiñcanam. te khīṇāsavassa bhikkhuno pahīnā ucchinnamūlā tālavatthukatā anabhāvakatā āyatim anuppādadhammā. yāvata kho, bhante, ākiñcaññā cetovimuttiyo, akuppā tāsam cetovimutti aggam akkhāyati. sā kho pana akuppā cetovimutti suññā rāgena, suññā dosena, suññā mohena*).

Chi è lussurioso è uno che possiede qualcosa; chi è rabbioso o illuso è uno che possiede qualcosa. Un arahant è uno che non possiede nulla. Ancora, un arahant è vuoto, essendo vuoto di lussuria e vuoto di rabbia e illusione.

(SĀ 567: 貪者是所有, 恚, 癡者是所有. 無諍者是無所有. 復次, 無諍者空; 於貪空, 於恚, 癡空).

La nozione che un arahant sia vuoto nel senso di essere libero dalle tre radici non salutari ricorre in un verso del *Dhammapada* e dei suoi paralleli. Il verso in questione dice:

Le affezioni non capitano a chi non ha nulla. (Dhp 221: *akiñcanam nānupatanti dukkhā*; *Dharmapada gāndhārī* 274, Brough 1962/2001, p. 163: *akijaṇa naṇuvadadi dukhu*; *Dharmapada* di Patna 238, Cone 1989, p. 165: *akiñcanam nānupatanti dukkhā*).

I versi precedenti chiariscono che ci si riferisce a un arahant che ha trasceso i vincoli e non è attaccato (a nome-e-forma). Si può ritenere che il riferimento all'avere (o possedere) nulla, contenuto nel segmento citato del verso, alluda alla stessa condizione cui fa riferimento il passo precedente, in quanto è proprio l'assenza di contaminazioni che costituisce tale nulla.

Un altro verso, presente nell'*Udāna*, elogia la felicità che proviene da questo tipo di nulla:

Davvero felici sono coloro che non hanno nulla, perché le persone sagge non hanno nulla. Guardate [come] afflitti sono quelli che hanno qualcosa!

(Ud 2.6: *sukhino vata ye akiñcanā, vedaguno hi janā akiñcanā; sakiñcanam passa vihaññamānam*; un verso assai simile esiste in sanscrito, *Udānavarga* 30.40: *sukhino hi janā hy akiñcanā, vedaguṇā hi janā hy akiñcanāḥ, sakiñcanam paśya vihanyamānam*).

Diversi versi della collezione del *Suttanipāta* riflettono una simile applicazione della nozione del nulla. Due casi rilevanti riguardano l'essere degni di ricevere offerte e quindi costituire una fonte di merito:

[Si dovrebbero fare offerte a] coloro che vivono nel mondo senza attaccarsi, [non] avendo nulla. (Sn 490: *ye ve asattā vicaranti loke, akiñcanā*).

[Si dovrebbero fare offerte a] coloro che vivono nel mondo come isole a sé stessi, [non] avendo nulla, liberati sotto ogni aspetto.

(Sn 501: *ye attadīpā vicaranti loke, akiñcanā sabbadhi vippamuttā*).

Un simile uso ricorre in un verso che elogia il Buddha, enunciato dopo che egli aveva dato delle risposte profonde a diverse domande probanti:

Ecco colui che ha una saggezza profonda, che vede il significato sottile, che [non] ha nulla, non si attacca alla sensualità e all'esistenza ed è liberato in ogni aspetto.

(Sn 176: *gambhīrapaññaṃ nipuṇatthadassim, akiñcanam kāmabhava asattam, tam passatha sabbadhi vippamuttam*).

Un verso simile è attestato nel *Pārāyana-vagga*, l'ultimo capitolo del *Suttanipāta*.

Chi [non] ha nulla e non si attacca alla sensualità e all'esistenza ha certamente attraversato la piena.

(Sn 1059: *akiñcanam kāmabhava asattam, addhā hi so ogham imaṃ atāri*).

Le altre precisazioni chiariscono che qui, ancora una volta, la nozione di nulla funziona come un epiteto dell'aver raggiunto la meta finale.

### Presenti a “non c'è nulla”

Un altro verso nello stesso *Pārāyana-vagga*, pronunciato dal Buddha in risposta a una domanda posta dal giovane brahmino Upasīva, menziona esplicitamente la presenza:

Dotati di presenza e osservando il nulla, in dipendenza da “non c'è nulla”, attraverserai la piena.

(Sn 1070: *ākiñcaññaṃ pekkhamāno satimā, n' atthī ti nissāya tarassu ogham*).

Antichi e posteriori commentari Theravāda considerano questo passo come indicante l'ottenimento della sfera del nulla, offrendo la seguente spiegazione sul presunto significato implicito dell'istruzione:

Avendo consapevolmente conseguito la sfera del nulla ed essendo emersi da essa, osservando gli stati della mente e i fattori mentali ivi sorti come impermanenti, come insoddisfacenti ...

(Nidd II 101: *ākiñcaññāyatana samāpattim [sato samāpajjitvā tato vuṭṭhahitvā] tattha jāte citta-*



*cetasike dhamme aniccato pekkhamāno dukkhato ...).*

Raggiunta la sfera del nulla e riemerso [da essa] essendo presente, contemplandola secondo la modalità dell'impermanenza e così via.

(Pj II 593: *ākiñcaññāyatanaśamāpattim sato samāpajjitvā vuṭṭhahitvā ca aniccādivasena passamāno*).

Eppure, se il significato implicito dell'istruzione del Buddha fosse stato quello di incoraggiare la contemplazione dell'impermanenza (e le relative prospettive di visione profonda), sarebbe difficile comprendere come mai queste non siano state riprese esplicitamente nei versi. La formulazione attuale dell'istruzione invece presenta la consapevolezza del nulla in sé come principale mezzo per attraversare la piena. Il nulla è infatti menzionato due volte: "osservando il nulla, in dipendenza dal 'non esserci nulla'" (*ākiñcaññam pekkhamāno ... n' atthī ti nissāya*). La rinuncia a tale ripetizione avrebbe lasciato ampio spazio per offrire almeno un breve accenno all'impermanenza, se fosse stata questa l'intenzione. In altre parole, il verso in questione non fornisce elementi per supporre che il suo scopo fosse quello di raccomandare la contemplazione dell'impermanenza.

Dopo la frase sopra tradotta, il verso del *Pārāyana-vagga* continua con delle raccomandazioni più generali, vale a dire il bisogno di abbandonare la sensualità, evitare di parlare (eccessivamente) ed essere continuamente devoti al raggiungimento della distruzione della brama. Per quanto riguarda le istruzioni di meditazione vere e proprie, invece, queste si trovano nel verso tradotto sopra e ruotano attorno alla nozione del nulla senza offrire nemmeno un minimo riferimento ad altre prospettive di visione penetrante.

In uno studio dettagliato sullo scambio tra il Buddha e Upasīva, studio al quale nel contesto della presente esposizione non si può rendere piena giustizia, Wynne (2007, p. 90) ha suggerito che Upasīva "avrebbe creduto che il Buddha, parlando di qualcuno

che manteneva la consapevolezza del 'nulla', stesse parlando dell'"anticipazione" meditativa, in vita, della liberazione che lui credeva – secondo la visione corrente in quel contesto – sarebbe stata ottenuta alla morte" da coloro che avessero perfezionato l'ottenimento della sfera del nulla.

Una prospettiva del genere aiuterebbe infatti a dare un senso allo scambio in versi tra Upasīva e il Buddha nel suo complesso. In ogni caso, contrariamente a quanto affermato da Wynne (2007, p. 106), ciò non deve essere inteso implicare che "il Buddha insegna una forma adattata dell'esercizio meditativo di Ājāra Kālāma". Invece, sembra più convincente presupporre che la prima risposta del Buddha comprendesse un impiego del termine 'nulla' in linea con le altre occorrenze nel *Suttanipāta* esaminate prima. Forse una versione del passo del commentario su questo scambio antecedente a quella attualmente preservata riconosceva che i versi successivi indicano che Upasīva aveva frainteso questo riferimento come se alludesse all'ottenimento della sfera del nulla. Nel corso della trasmissione, i commentatori potrebbero avere erroneamente esteso questa spiegazione anche alla frase iniziale del Buddha. Di conseguenza, hanno dovuto introdurre il tema della visione penetrante in qualche altro modo. In linea con i passi sopra citati che descrivono la visione penetrante della natura impermanente (ecc.) di questo conseguimento (AN 9.36 e AN 11.17), l'idea che la raccomandazione data a Upasīva dovesse avere lo scopo di incoraggiare tale contemplazione relativa alla visione penetrante, da intraprendere dopo essere emersi dall'effettivo conseguimento della sfera del nulla, sarebbe sorta in modo naturale. L'impressione che la raccomandazione di essere presenti al nulla, nel verso sopra tradotto, probabilmente non intendesse il conseguimento della sfera del nulla trova sostegno esaminando la domanda precedente (Sn 1069). Upasīva aveva chiesto al Buddha come attraversare la piena e di indicare un supporto con l'aiuto del quale potesse riuscirci. Sarebbe strano che il Buddha fosse raffigurato nel rispondere a una richiesta così chiara riguardo alla via per giungere alla liberazione raccomandando

soltanto il raggiungimento della sfera del nulla. In base a quanto riportato dalla narrazione della sua ricerca del risveglio, egli certamente sapeva che la sfera del nulla non avrebbe condotto ad attraversare la piena. Per questa ragione, risulta difficile comprendere perché avrebbe dovuto presentare questa stessa pratica come supporto necessario per attraversare la piena.

L'impressione che la risposta del Buddha sia più convincente se letta come indicante il Nirvāṇa trova ulteriore sostegno in un altro scambio di versi nel *Pārāyana-vagga*. In questo caso, al Buddha era stato chiesto di indicare un'isola nel mezzo della terrificante piena. La parte rilevante della risposta è espressa così:

Non avere nulla, non prendere nulla, questa è l'isola insuperabile. La chiamo Nirvāṇa, la distruzione della vecchiaia e della morte.

(Sn 1094: *akiñcanaṃ anādānaṃ, etaṃ dīpaṃ anāparaṃ; nibbānaṃ iti naṃ brūmi, jarā-maccuparikkhayaṃ*).

In questo caso, il verso stesso chiarisce che il riferimento al nulla significa il Nirvāṇa. Lo stesso significato sembra essere idoneo anche nel caso dello scambio con Upasīva. Così inteso, il verso proclamato a Upasīva presenta la pratica della presenza diretta all'osservazione della nozione del nulla come elemento chiave a supporto di una delle possibili modalità per progredire verso il risveglio.

### Abbreviazioni

AN	<i>Aṅguttara-nikāya</i>
Dhp	<i>Dhammapada</i>
EĀ	<i>Ekottarika-āgama</i> (T 125)
MĀ	<i>Madhyama-āgama</i> (T 26)
MN	<i>Majjhima-nikāya</i>
Nidd	<i>Niddesa</i>
Pj	<i>Paramatthajotikā</i>
SĀ	<i>Samyukta-āgama</i> (T 99)
SHT	Sanskrihandschriften aus den Turfanfunden
SN	<i>Samyutta-nikāya</i>
Sn	<i>Suttanipāta</i>

T	edizione Taishō
Ud	<i>Udāna</i>
Up	<i>Abhidharmakośopāyikā-ṭīkā</i>

### Riferimenti bibliografici

Anālayo, Bh. (2009). The Āneñjasappāya-sutta and its parallels on imperturbability and on the contribution of insight to the development of tranquillity. *Buddhist Studies Review*, 26(2), 177–195.

Anālayo, Bh. (2011). *A comparative study of the Majjhima-nikāya*. Taipei: Dharma Drum Publishing Corporation.

Anālayo, Bh. (2015). *Compassion and emptiness in early Buddhist meditation*. Cambridge: Windhorse Publications.

Anālayo, Bh. (2017). *Early Buddhist meditation studies*. Barre: Barre Center for Buddhist Studies.

Anālayo, Bh. (2019). The role of mindfulness in the cultivation of absorption. *Mindfulness*, 10(11), 2341–2351.

Anālayo, Bh. (2020). Attention and mindfulness. *Mindfulness*, 11(5), 1131–1138.

Anālayo, Bh. (2021). The Buddha's pre-awakening practices and their mindful transformation. *Mindfulness* 12(7), 1892–1898.

Brough, J. (1962/2001). *The Gāndhārī Dharmapada, edited with an introduction and commentary*. Delhi: Motilal Banarsidass.

Cone, M. (1989). Patna Dharmapada. *Journal of the Pali Text Society*, 13, 101–217.

Higgins, D. (2006/2008). On the development of the non-mentation (amanasikāra) doctrine in Indo-Tibetan Buddhism. *Journal of the International Association of Buddhist Studies*, 29(20), 255–303.

Mathes, K.-D. (2009). Maitrīpa's amanasikārādhāra ('a justification of becoming mentally disengaged'). *Journal of the Nepal Research Center*, 13, 1–30.

Skilling, P. (1994). *Mahāsūtras, Great discourses of the Buddha*. Oxford: Pali Text Society.

Waldschmidt, E., Clawiter, W. e L. Sander-Holzmänn (1968). *Sanskrihandschriften aus den Turfanfunden, Teil II*. Wiesbaden: Franz Steiner Verlag.

Wynne, A. (2007). *The origin of Buddhist meditation*. London: Routledge.