

Testo cinese a fronte

A cura di Laura Lettere

Huìnéng

Sūtra dal soglio
del sesto patriarca



BOMPIANI
TESTI A FRONTE

BOMPIANI
TESTI A FRONTE

Collana fondata da
GIOVANNI REALE

diretta da
MARIA BETTETINI

HUÌNÉNG
SŪTRA DAL SOGLIO
DEL SESTO PATRIARCA

Testo cinese a fronte

A cura
di Laura Lettere



BOMPIANI
TESTI A FRONTE

Cover design: Polystudio

ISBN 979-12-217-0464-8

Realizzazione editoriale: Vincenzo Cicero – Rometta Marea (ME)

www.giunti.it

www.bompiani.it

© 2023 Giunti Editore S.p.A./Bompiani

Via Bolognese 165 - 50139 Firenze - Italia

Via G.B. Pirelli 30 - 20124 Milano - Italia

Prima edizione digitale: luglio 2023

SOMMARIO

Introduzione	7
Nota editoriale	49
Cronologia	51
<i>Sūtra dal soglio del tesoro del Dharma del grande maestro il sesto patriarca</i>	53
Note al testo	405
Bibliografia	441
Glossario	447
Indice generale	455

INTRODUZIONE

1. *Huìnéng, sesto patriarca del buddhismo Chán*

Il *Liùzǔ tánjīng* 六祖壇經 o *Sūtra dal soglio del sesto patriarca* narra la vita ed espone il pensiero di Huìnéng 惠能 (638-713), novizio analfabeta di umili origini, che giunse alla più alta consapevolezza spirituale grazie alle sole proprie capacità intellettuali e così divenne, inaspettatamente, il sesto patriarca della scuola Chán 禪, la più fortunata tradizione buddhista di origine cinese – molto conosciuta in occidente grazie alla notorietà del suo ramo giapponese, lo Zen, e diffusa anche in Corea con il nome di Seon e in Vietnam come scuola Thiền.

Il *Sūtra dal soglio* è raccolto nella diciassettesima sezione del canone buddhista cinese e si fregia, appunto, della denominazione di *sūtra* (*jīng* 經), un termine in precedenza riservato solo ai discorsi del Buddha e a testi tradotti da fonti indiane; il termine *tán* 壇, terzo carattere del titolo, qui tradotto con “soglio”, indica il luogo rialzato, all’interno del monastero, al centro del quale il maestro di Dharma – in questo caso, il sesto patriarca, *liùzǔ* 六祖 – siede per impartire gli insegnamenti.¹

¹ In fonti cinesi più antiche questa parola indicava l’altare o il terrapieno su cui si celebravano riti e sacrifici; da questa accezione deriva la più comune traduzione del titolo in lingua

Il racconto della vita di Huìnéng, dalla sua infanzia difficile fino alla sua straordinaria realizzazione spirituale, è narrato nel primo capitolo del *Sūtra dal soglio*. Huìnéng cresce nella provincia meridionale del Guǎngdōng 廣東, regione periferica e malfamata nell'estremo sud dell'impero Táng (唐, 618-907); già adulto si sposterà al nord per studiare nel tempio di Huángméi 黃梅 (nell'odierno Húběi 湖北). Dal soglio Huìnéng racconta gli eventi che hanno preceduto la sua investitura a sesto patriarca, avvenuta dopo che egli ebbe la meglio sull'abate Shénxiù 神秀 (606?-706), da tutti ritenuto erede designato, in una tenzone d'argomento dottrinale. La storia della competizione tra i due esponenti della scuola Chán ha avuto una straordinaria influenza sul pensiero religioso, sull'arte figurativa e sulla letteratura della Cina ed è uno degli apologhi buddhisti più popolari in tutta l'Asia orientale.

Dopo aver ricevuto l'investitura da parte di Hóngrěn 弘忍 (601-674), quinto patriarca, Huìnéng tornerà al sud e fonderà la propria corrente, conosciuta come Scuola del Chán meridionale (Nánzōng Chán 南宗禪). Seguendo la narrazione del *Sūtra dal soglio* apprendiamo che l'insegnamento della Scuola meridionale fece presto proseliti in tutta la Cina, ponendosi come alternativo alla tradizione settentrionale del monaco Shénxiù. I contrasti dottrinali tra le due scuo-

inglese, *Platform Sūtra*. Nel contesto buddhista il termine *tán* è anche usato per tradurre il sanscrito *maṇḍala*, cerchio, diagramma e luogo sacro.

le sono l'argomento principale della seconda parte del *Sūtra dal soglio*, e in particolare dell'ottavo capitolo: la Scuola settentrionale è esplicitamente accusata di promuovere un insegnamento "gradualista", basato sulla disamina delle questioni dottrinali e sull'adozione acritica di rigide norme per la meditazione. La Scuola meridionale di Huinéng promuove invece l'idea di un risveglio immediato e intende ogni dibattito su problemi dottrinali e ogni metodo strutturato di meditazione come forma di attaccamento e quindi impedimento sul percorso per il risveglio spirituale.

Il *Sūtra dal soglio* è accompagnato da due prefazioni e da varie postfazioni ed epitaffi; questi allegati danno l'impressione che la documentazione storica relativa a Huinéng sia estremamente ricca e stratificata. A parte i documenti a corredo del *Sūtra dal soglio*, tuttavia, le fonti storiche attendibili sulla figura di Huinéng sono scarsissime. In ambito accademico la storicità di quanto narrato nel *Sūtra dal soglio* è stata messa in discussione a partire dalla fine degli anni sessanta del Novecento, quando il buddhologo giapponese Yaganida Seizan (1922-2006) pubblicò uno studio dettagliato delle origini della scuola Chán.²

² Yanagida Seizan 柳田聖山, *Shoki zenshū shisho no kenkyū* 初期禪宗史書の研究 [Studi delle fonti storiche sul primo periodo della scuola Chán], Hōzōkan, Kyōto 1967. Questo studio è stato riassunto e presentato ai lettori occidentali da John R. McRae, "The Ox-head School of Chinese Chan Buddhism: From Early Chan to the Golden Age", in *Studies in Chan and Huayen*, a cura di Robert M. Gimello e Peter N. Gregory, University of Hawai'i Press, Honolulu 1983. John R. McRae (1947-2011) è

Yaganida Seizan sostenne che il *Sūtra dal soglio* fu composto molti anni dopo la morte di Huìnéng nell'ambito della scuola Chán nota come Niútóu 牛頭 “Testa di bue”, dal nome della montagna su cui era stata fondata. A capo della scuola Niútóu vi era l'abate Shénhuì 神會 (668-760), il quale attraverso il *Sūtra dal soglio* intese costruire *ad hoc* la narrazione di una Scuola settentrionale promotrice di un insegnamento gradualista, e quindi inefficace.³ L'attacco che Shénhuì ordì contro la Scuola settentrionale di Shénxiù attraverso la creazione del *Sūtra dal soglio* ebbe enorme successo e contribuì alla polarizzazione delle due principali scuole del buddhismo Chán, contrapponendole definitivamente: la Scuola settentrionale di Shénxiù, accusata, forse ingiusta-

l'autore di una fortunata traduzione inglese del *Sūtra dal soglio*, *The Platform Sūtra of the Sixth Patriarch*, Numata Center for Buddhist Translation and Research, Berkeley 2008; nell'introduzione al testo, McRae si dimostra molto scettico sulla possibilità che Huìnéng abbia effettivamente declamato il *Sūtra dal soglio del sesto patriarca*. Oltre alla traduzione di McRae, si veda la traduzione inglese, con edizione critica delle diverse versioni manoscritte del *Sūtra*, di Philip B. Yampolsky: *The Platform Sutra of the Sixth Patriarch: The Text of the Tun-huang Manuscript with Translation, Introduction, and Notes*, Columbia University Press, New York 1967. Si segnala inoltre la traduzione di Fabrizio Pregadio, *Il sutra di Huineng: la scrittura fondamentale del buddhismo zen*, Ubaldini, Roma 1977, basata sulla versione in inglese di Wong Mou-Lam del 1929.

³ Prima della diffusione del *Sūtra dal soglio*, la scuola di Shénxiù non si definiva “settentrionale”, ma scuola di Dōngshān 東山, ovvero “della Montagna orientale”.

mente, di promuovere un avvicinamento graduale alla buddhità⁴ e la Scuola meridionale di Huìnéng, che considerava l'illuminazione un ottenimento immediato.

Perché Shénhuì, guida spirituale della scuola Niútóu, volle generare una simile spaccatura all'interno del Chán? Le ragioni di questa complessa operazione culturale e religiosa sono da ricercare nel contesto storico e religioso in cui l'abate Shénhuì amministrava la propria comunità. Durante il regno dell'imperatore Xuánzōng 玄宗 (685-762), una nuova classe politica e militare, in gran parte di origine turca o turco-cinese, aveva preso il potere nella Cina della dinastia Táng.⁵ Shénhuì intendeva offrire ai nuovi amministratori il supporto del clero buddhista, emendandolo però dalla presenza scomoda di coloro che erano stati i sostenitori della precedente classe politica, tra i quali vi erano personalità molto note come quella dell'abate Shénxiù e dei suoi successori – uno di questi, Pǔ Jì 普寂 (651-739) si era autoproclamato “settimo patriarca”. In particolare, Shénhuì ritenne utile elevare al rango di patriarca la figura di un monaco che fosse allo stesso tempo autorevole e

⁴ John R. McRae, *Seeing Through Zen: Encounter, Transformation and Genealogy in Chinese Chan Buddhism*, University of California Press, Berkeley 2003, p. 64.

⁵ Le incaute riforme militari dell'imperatore Xuánzōng e la scarsa capacità amministrativa dei suoi ministri causarono grandi sommovimenti politici e sociali, sfociati nella rivolta capeggiata dal generale Ān Lùshān 安祿山 (755-763).

di umili origini. Huìnéng, taglialegna analfabeta, era il candidato perfetto.⁶

McRae ipotizza che la presenza di una forma di “concorrenza” avrebbe spinto le scuole di buddhismo Chán attive in Cina durante l’ottavo secolo a rinnovarsi, introducendo e sottolineando la possibilità di ottenere rapidamente il risveglio spirituale. I rivali con cui dovevano confrontarsi i monaci Chán erano i missionari giunti dall’India per insegnare un nuovo tipo di dottrina: il buddhismo esoterico. Tra i maestri tantrici giunti in Cina durante l’ottavo secolo vi furono Śubhākarasiṃha (637-735), Vajrabodhi (671-741) e Amoghavajra (705-774), i quali divennero molto influenti presso la corte a Cháng’ān. I nuovi missionari proponevano rituali spettacolari, tecniche di visualizzazione e prospettavano il conseguimento di poteri sovrumani: nulla a che vedere con la pratica costante e indefessa promossa dai seguaci della scuola gradualista di Shénxiù, che evidentemente era percepita come inadeguata e non al passo con i tempi.⁷

⁶ Sullo sviluppo storico di questi eventi, e sul “populismo” che caratterizzò la vita politica e religiosa dopo la rivolta di Ān Lùshān, si veda John R. McRae, *The Northern School and the Formation of Early Chan Buddhism*, University of Hawai’i Press, Honolulu 1986, pp. 65-67.

⁷ Per i dettagli di questa ricostruzione storica si veda John R. McRae, *Seeing Through Zen*, cit., pp. 69-73. Già nei *Chán-jīng*, introdotti in Cina nel quinto secolo, erano descritte le “visioni confermate”, ovvero le visualizzazioni che permettevano al praticante di accertare il progresso nella pratica spirituale (sull’argomento si veda pp. 22-24). Queste visioni, tuttavia, han-

Secondo la ricostruzione di Yaganida e McRae, il maestro Shénhuì, grande oratore animato da una forte propensione all'evangelizzazione, aveva l'intenzione di rinnovare l'insegnamento della scuola Chán e autoproclamarsi settimo patriarca, come successore di Huìnéng.⁸ Alla fine del *Sūtra dal soglio*, Huìnéng è infatti presentato come la personalità che unifica e rappacifica le scuole del sud e del nord, riunendo in sé le caratteristiche di entrambe. Nella sua predicazione ripete spesso che “la natura di Buddha è unica, non ha un nord o un sud”. La figura del sesto patriarca rappresentava senza dubbio un momento di sintesi tra due istanze del buddhismo cinese di epoca Táng (唐, 618-907): la tradizione più intellettuale ed elitaria, che godeva del supporto della corte imperiale, trovò nell'illetterato e umile sesto patriarca un rappresentante in grado di porla in connessione con il buddhismo popolare, incentrato sui rituali e su culti locali.⁹ In questo senso la figura di Huìnéng sembra essere costruita come anello di congiunzione tra le due scuole; il successore di Huìnéng – Shénhuì, almeno secondo le nostre fonti –, sarebbe divenuto quindi la guida di tutta la tradizione Chán.

no una natura ben diversa da quelle del buddhismo tantrico, che propone un'identificazione con la divinità visualizzata durante la meditazione.

⁸ John R. McRae, *Seeing Through Zen*, cit., pp. 55-56.

⁹ Sul buddhismo popolare si veda l'introduzione di Stefano Zacchetti “Il Buddhismo cinese dalle origini al 581”, in *La Cina vol. 2 – L'età imperiale dai Tre Regni ai Qing*, a cura di Mario Sabattini e Maurizio Scarpari, Einaudi, Torino 2010, pp. 429-490.

Quanto allo Huìnéng storico, non siamo in grado di affermare con certezza quale fosse esattamente la sua posizione nel lignaggio del buddhismo Chán delle origini. Apparentemente, fatta eccezione per un breve periodo trascorso nel monastero del quinto patriarca Hóngrěn, Huìnéng visse sempre da eremita nel sud della Cina. Le prime fonti note su Huìnéng risalgono ad un periodo successivo al 730, anno in cui Shénhuì iniziò a diffonderne la biografia e a promuoverlo come patriarca in opposizione a Shénxiù. A tal fine, Shénhuì giunse persino a commissionare un epitaffio per Huìnéng al noto poeta Wáng Wéi 王維 (699-759).¹⁰

Per i devoti buddhisti l'autorevolezza di Huìnéng e la sua storicità sono indiscutibili: Huìnéng è oggi riconosciuto come sesto patriarca da tutti i lignaggi del buddhismo Chán. Il sesto patriarca è ancora, in un certo senso, fisicamente presente: la salma mummificata di Huìnéng siede a gambe incrociate nel tempio di Nánhuà 南華, sito nella cittadina di Sháoguān 韶關, visitato ogni anno da migliaia di pellegrini, raggiungibile in poco più di un'ora di treno da Canton.¹¹ La

¹⁰ L'epitaffio stesso, riportato in appendice al *Sūtra dal soglio*, tradisce l'imbarazzo del poeta, che alla rivale scuola di Shénxiù era molto legato per motivi personali e familiari (la madre era una devota del maestro). Si veda John J. Jørgensen, "The Figure of Huìnéng", in *Readings of the Platform Sūtra*, a cura di Morten Schlütter e Stephen F. Teiser, Columbia University Press, New York 2012, pp. 34-35.

¹¹ La salma mummificata di Huìnéng è stata laccata; nei secoli sono stati aggiunti vesti e ornamenti, anch'essi rivestiti in

reliquia del corpo mummificato di Huìnéng è per i fedeli la prova tangibile della storicità del sesto patriarca e connette saldamente la tradizione del buddhismo Chán alla regione meridionale del Guǎngdōng.

2. I contenuti dottrinali del *Sūtra* dal soglio del sesto patriarca

Quali che fossero le motivazioni politiche e dottrinali della redazione del *Sūtra dal soglio*, da sole non basterebbero a giustificarne l'innegabile successo: la narrazione proposta nel *Sūtra* attribuito a Huìnéng è stata implicitamente riconosciuta come autorevole dai maestri Chán successivi¹² e ha di fatto soppiantato la realtà storica.¹³ La densità dei contenuti dottrinali

lacca. L'idea che il corpo di un meditante potesse mantenersi intatto nei secoli grazie ai poteri conferiti dall'assorbimento contemplativo era giunta in Cina attraverso i racconti di viaggio dei pellegrini cinesi che percorsero l'Asia centrale. Si veda John J. Jørgensen, *Inventing Hui-Neng, the Sixth Patriarch: Hagiography and Biography in Early Ch'an*, Brill, Leiden 2005, pp. 230-231.

¹² Jeffrey Lyle Broughton, *Zongmi on Chan*, Columbia University Press, New York 2009, p. 74.

¹³ Ad esempio, secondo le fonti attendibili contenute nei cataloghi del canone buddhista, Shénxiù e Huìnéng non furono mai presenti nello stesso periodo presso il monastero del quinto patriarca Hóngrèn, come invece narrato nella biografia di Huìnéng; Shénxiù era effettivamente stato nominato sesto patriarca da Hóngrèn; è certo che Shénxiù visse presso la corte imperiale, mentre nei "documenti storici" contenuti alla fine del *Sūtra dal*

del *Sūtra dal soglio* – summa e sintesi di vari insegnamenti – e la raffinatezza letteraria del testo hanno senz’altro contribuito alla sua grande popolarità.

Il *Sūtra dal soglio* sostiene l’idea che il risveglio sia raggiungibile in maniera improvvisa e totalizzante: risvegliarsi è *vedere* (*jiàn* 見), ovvero avere percezione diretta e immediata della natura di Buddha, in egual misura presente in tutti gli esseri umani.¹⁴ Il risveglio non è una forma di realizzazione cui si possa giungere per gradi, attraverso lunga pratica o applicandosi allo studio e al ragionamento: vedere la natura di Buddha è risvegliarsi alla consapevolezza e la natura di Buddha si percepisce nella sua talità. Questo è il principio centrale del *Sūtra dal soglio*, ben rappresentato dalla figura di Huinéng, che nonostante le circostanze sfavorevoli (è cresciuto in un contesto familiare molto umile, è analfabeta e si è sempre dedicato a lavori pesanti per aiutare l’anziana madre), sin da quando si reca a vivere nel monastero di Huángméi come manovale al servizio della comunità dei monaci, mostra una sensibilità intellettuale e spirituale superiore, che gli consente di afferrare il

soglio si sostiene che Shénxiù avrebbe declinato l’invito dell’imperatore Zhōngzōng e dell’imperatrice Wǔ Zétiān, cedendo il posto a colui che riteneva il vero maestro, Huinéng (si veda pp. 310-319). Sulla vita di Shénxiù si veda la raccolta di biografie di monaci illustri *Sòng gāosēng zhuán* 宋高僧傳, consultabile nel database CBETA (T50, no. 2061, pp. 755c26-756b18).

¹⁴ Alla percezione sensoriale, ed in particolar modo all’olfatto, è anche connesso il “rituale del pentimento”, si veda pp. 198-201.

contenuto dei *sūtra* al primo ascolto. Consapevole di avere in sé la natura di Buddha, Huìnéng è dunque un grande saggio.

Più volte nel *Sūtra dal soglio* la saggezza è identificata con la prassi meditativa. La meditazione è generalmente intesa come una pratica che conduce al risveglio spirituale in maniera graduale e ciò sembrerebbe in contraddizione con l'avversione esplicita di Huìnéng per tutte le pratiche che implicino un avvicinamento graduale al risveglio. Nel *Sūtra dal soglio*, tuttavia, la meditazione non è vista come un insieme di tecniche finalizzate all'ottenimento della saggezza; meditazione è piuttosto un esercizio costante della saggezza nella vita quotidiana. Come spiega Huìnéng:

Tutti quelli che studiano questo percorso spirituale non direbbero mai che prima viene la meditazione e da essa è [poi] generata la saggezza, o viceversa che prima viene la saggezza, che genera la meditazione.¹⁵

Chi percepisce la propria natura di Buddha è un saggio e in quanto tale possiede sempre, in ogni momento, la chiara visione che si accompagna alla pratica meditativa.

Il genuino stato di assorbimento meditativo, *samādhi* (in cinese *sānmèi* 三昧), è definito sia “*samādhi* dell'unica caratteristica” sia “*samādhi* dell'unica pratica”. Huìnéng spiega che non si può evitare il con-

¹⁵ Si veda pp. 180-181.

tatto con il mondo fenomenico; si può però cessare di generare stati mentali a causa di questo contatto: il “*samādhi* dell’unica caratteristica” è la condizione in cui non si generano tali stati, in quanto la mente riposa in sé ed è in grado di percepire tutti gli opposti (attrazione e repulsione, esistenza e non esistenza, luce e oscurità ecc.) come omogenei.

Il “*samādhi* dell’unica pratica” è l’assiduità dell’assorbimento meditativo; questo non equivale a sostenere che la pratica della meditazione debba essere ripetuta tutti i giorni, o che debba essere protratta a lungo nel tempo – al contrario, Huìnéng condanna esplicitamente le lunghe sedute di meditazione. Il “*samādhi* dell’unica pratica” coincide piuttosto con la pratica costante della presenza mentale nella vita quotidiana. A questo insegnamento è accostata una fondamentale norma morale: il praticante Chán deve in primo luogo nutrire rispetto per gli altri – se questo viene a mancare, qualunque pratica diviene inutile. Essere tenaci nello studio della dottrina è inutile se non si dimostra la stessa forma di rispetto per i propri superiori e per i propri sottoposti – negli uni come negli altri è presente la natura di Buddha, e qualsiasi forma di discriminazione è quindi priva di fondamento. Il più grave errore che si possa fare, secondo Huìnéng, è applicarsi alla meditazione da seduti pur essendo mal disposti nei confronti del prossimo.

I capitoli centrali del *Sūtra dal soglio* coincidono con la descrizione di una complessa cerimonia; questa comprende l’insegnamento su come riconoscere “i tre corpi del Buddha” in ciascuno di noi, la reci-

tazione dei quattro voti dei *bodhisattva*, la recitazione delle formule di pentimento, il conferimento dei precetti “senza forma” e un sermone conclusivo sulla perfezione della saggezza.¹⁶

Il pentimento e il conferimento dei precetti costituiscono la parte centrale del rito. I precetti sono detti “senza forma” perché vanno al di là dell’aspetto formale; sono senza forma se sono rispettati di momento in momento e non solo professati esteriormente all’atto di prendere i voti. Il pentimento (*chànhuǐ* 懺悔) è tale se è un atto interiore, e non un mero adempimento rituale.¹⁷ Huìnéng si rivolge a un’assemblea

¹⁶ Questa sezione del testo, attestata nelle più antiche versioni manoscritte, è probabilmente il nucleo su cui Shénhuì costruì il *Sūtra dal soglio*, definendolo come la predicazione a Huìnéng e allegandovi i documenti che ne dovrebbero corroborare la valenza storica. Si veda Christoph Anderl, “Was the Platform Sūtra Always a Sūtra? Studies in the Textual Features of the Platform Scripture Manuscripts from Dūnhuáng”, in *Studies in Chinese Manuscripts: From the Warring States Period to the 20th Century*, a cura di Imre Galambos, Institute of East Asian Studies, Eötvös Loránd University, Budapest 2013, pp. 121-175.

¹⁷ Il rito del pentimento è un fenomeno religioso assai complesso, le cui origini indiane si sono innestate in Cina su una tradizione di matrice daoista. Il pentimento prevede l’ammissione di aver violato i precetti ed implica un processo di purificazione che rende il praticante atto alla pratica meditativa. Questo rituale è attestato con una certa frequenza nelle fonti a partire dal quinto secolo, con l’introduzione di una serie di manuali dedicati alla pratica meditativa, i cosiddetti *Chánjīng* 禪經. Si veda Erik M. Greene, *Chan Before Chan: Meditation, Repentance, and Visionary Experience in Chinese Buddhism*, University of Hawai’i Press, Honolulu 2021, pp. 240-286.

che comprende sia monaci sia laici, e questo è senza dubbio un aspetto originale del *Sūtra dal soglio*. Secondo l'interpretazione di Paul Groner, la cerimonia descritta nel *Sūtra dal soglio*, molto semplificata rispetto alle tradizionali cerimonie di ordinazione, non è un rituale di iniziazione a una scuola o ad un ordine, ma avrebbe la funzione di stabilire un legame karmico tra i praticanti laici ed il maestro.¹⁸ Lo stesso Huinéng afferma spesso che è grazie ai buoni semi piantati nelle vite precedenti che lui e i suoi seguaci si sono incontrati, e che questo incontro non è altro che l'inizio del percorso che conduce al risveglio.

3. Il buddhismo cinese, la tradizione Chán e la meditazione

Il *Sūtra dal soglio del sesto patriarca* è un testo composito, apparentemente accresciutosi nel tempo come amalgama di orientamenti dottrinali di diverse epoche. Si può intendere in fondo come una pregevole sintesi del pensiero buddhista e della tradizione letteraria della Cina Táng. Per comprenderne l'importanza occorre ripercorrere, pur brevemente, le vicende storiche che ne hanno preceduto la composizione.

Il buddhismo si diffuse in Cina nei primi secoli della nostra era, all'inizio di un periodo della storia cinese che viene definito, in analogia con la storio-

¹⁸ Paul Groner, "Ordination and Precepts in the *Platform Sūtra*", in *Readings of the Platform Sūtra*, cit., pp. 146-147.

grafia europea, “medioevo”, poiché si assiste alla diffusione di una religione straniera e alla caduta di un grande impero (la dinastia degli Han orientali, 東漢, 25-220 d.C.), cui seguì un periodo di frammentazione politica: nel nord della Cina il potere fu conteso tra sovrani di origine straniera (nord e centro-asiatica), mentre gran parte della popolazione di etnia cinese emigrò a sud, insediandosi nell’area del delta del Fiume Azzurro.¹⁹

Durante questo periodo di frammentazione politica, la traduzione assunse in Cina un’importanza senza precedenti nella storia della cultura umana: gruppi di monaci traducevano alla presenza di assemblee di fedeli al fine di trasmettere il Dharma del Buddha dall’India alla Cina. Perché il testo tradotto fosse ritenuto canonizzabile, era necessaria la presenza di un maestro indiano che lo recitasse a memoria o che fosse in grado di “tenere in mano” il manoscritto in lingua indica, ovvero di leggerne e interpretarne il testo. Al maestro indiano o centro-asiatico andava la paternità della traduzione; l’origine straniera dell’autore era garanzia dell’autorevolezza del testo.²⁰

¹⁹ La storiografia cinese definisce questo periodo in base alle dinastie regnanti; non sorprende che i molti nomi di dinastie riflettano la frammentazione politica di quello che era stato un impero unitario: abbiamo quindi la dinastia dei Jin Occidentali (*Xī Jīn* 西晉, 266-316), dei Jin Orientali (*Dōng Jīn* 東晉, 317-420), i Sedici Regni (*Shíliù guó* 十六國, 304-329), e le Dinastie del sud e del nord (*Nánběi cháo* 南北朝, 420-589).

²⁰ La pratica della traduzione continuò anche durante l’epoca Táng (唐, 618-907) e nella prima parte della dinastia Sòng (宋,

Tra la seconda metà del quarto secolo e l'inizio del quinto secolo giunsero in Cina numerosi monaci appartenenti alla scuola buddhista Sarvāstivāda;²¹ provenienti dalle regioni dell'India nord-occidentale, questi monaci introdussero in Cina le prime traduzioni dell'*Abhidharma* (raccolta di filosofia scolastica composti circa due secoli dopo la morte del Buddha storico, che ne sistematizzano gli insegnamenti), i codici della disciplina monastica (*Vinaya*) e manuali di meditazione, o *Chánjīng* 禪經, che guidano il praticante attraverso i vari stadi dell'esperienza contemplativa; il termine *chán* è qui una trascrizione del sanscrito *dhyaṇa*, traducibile con “assorbi-

960-1127). Sull'organizzazione delle squadre di traduzione in epoca Sòng si veda Richard Bowring, “Buddhist Translations in the Northern Song”, *Asia Major*, III^a s., vol. 95 (2), 1992, pp. 79-93.

²¹ La scuola Sarvāstivāda era preminente nelle regioni nord-occidentali del subcontinente indiano, dalle quali si espanse all'Asia centrale e alla Cina. Il nome della scuola si può tradurre come “corrente che afferma l'esistenza di tutti i fenomeni”. La scuola Sarvāstivāda elaborò diverse teorie atte a giustificare la retribuzione karmica nell'ambito della più generale dottrina dell'impermanenza; la teoria più nota è quella secondo cui i *dharma*, costituenti minimi del mondo fenomenico, avrebbero una forma di esistenza anche nel passato e nel futuro (si veda per esempio Raffaele Torella, *Il pensiero dell'India*, Carocci, Roma 2008, pp. 120-122). Sulla missione Sarvāstivāda in Cina si veda Antonello Palumbo, *Models of Buddhist Kingship in Early Medieval China*, in Yu Xin 余欣 (ed.), *Zhōnggǔ shídài de lǐyí, zōngjiào yǔ zhìdù* 中古时代的礼仪, 宗教与制度, *Shànghǎi gǔjí chūbǎnshè* 上海古籍出版社, Shanghai 2012, pp. 308-312.

mento meditativo”.²² I *Chánjīng* sono di tradizione Sarvāstivāda-Yogācāra;²³ si basano sull’impianto dottrinale dell’*Abhidharma* (della scuola Sarvāstivāda), ma spostano l’attenzione sulle diverse pratiche meditative e sui diversi stadi raggiunti attraverso le pratiche stesse, stadi noti come *yogācārabhūmi*, stadi della pratica meditativa, in cinese *xiūxíng dào dì* 修行道地. Le due principali tecniche meditative introdotte da questi manuali sono la meditazione sulle impurità (*bùjìng* 不淨, *asubha*) ovvero la contemplazione del-

²² Questi manuali sono anche definiti **dhyānasūtra* (“discorsi sulla meditazione”), un termine non attestato in lingue indiane e ricostruito sulla base del cinese *Chánjīng*. Un solo esempio di questo tipo di manuali sopravvive in sanscrito, sebbene in stato estremamente frammentario, lo *Yoga-Lehrbuch*. Sull’argomento si veda Florin Deleanu, “Mindfulness of Breathing in the *Dhyāna Sūtras*” in *Transactions of the International Conference of Orientalists in Japan (TICOJ)*, 37, 1992, pp. 42-57. Per delle traduzioni di *Chánjīng* in inglese, si vedano Nobuyoshi Yamabe e Fumihiko Sueki, *The Sutra on the Concentration of Sitting Meditation (Taishō Volume 15, Number 614)*, BDK America, Berkeley 2009 e Erik M. Greene, *The Secrets of Buddhist Meditation: Visionary Meditation Texts from Early Medieval China*, University of Hawai’i Press, Honolulu 2021.

²³ Tre manuali di meditazione di orientamento Yogācāra erano già stati tradotti tra il secondo ed il terzo secolo (si veda in proposito Charles Willemen, *Remarks about the History of the Sarvāstivāda Buddhism*, in *Rocznik Orientalistyczny*, vol. 67 (1), 2014, p. 265); Erik M. Greene sostiene che l’insegnamento della meditazione si sia effettivamente diffuso in Cina solo con l’introduzione del corpus del *Chánjīng* tra la fine del quarto e l’inizio del quinto secolo (Erik M. Greene, *Chan Before Chan*, cit., pp. 47-52).

le imperfezioni e dell'impermanenza del corpo umano e la meditazione basata sul respiro (*ānāpānā* 安那般那, *ānāpāna* o *shǔxī guān* 數息觀). Oltre a queste tecniche di base, nei *Chánjīng* sono illustrate altre tecniche contemplative di ispirazione Mahāyāna,²⁴ finalizzate alla visualizzazione dei Buddha e dei *bodhisattva*.²⁵ In generale l'insegnamento delle diverse tecniche di meditazione è formulato nei *Chánjīng* come una forma di trattamento (*zhì* 治) di stati mentali nocivi, quali la lussuria, la rabbia, l'ignoranza o la proliferazione mentale. Nei *Chánjīng* sono anche descritte le visioni o visualizzazioni che confermano al praticante la correttezza del suo percorso,²⁶ e gli errori più comuni che conducono all'insuccesso nella pratica.

Il corpus dei *Chánjīng* fu fondamentale per lo sviluppo dottrinale di due tradizioni buddhiste cinesi, la scuola Tiāntái 天台 (letteralmente, della "Terraz-

²⁴ Il Grande veicolo o Mahāyāna è la tradizione buddhista che si sviluppò in India sin dal primo secolo a. C.; questa tradizione si propone come una "seconda predicazione" del Buddha, si basa sui testi in sanscrito (tradotti poi nelle varie lingue dell'Asia centrale e orientale) ed enfatizza il ruolo del *bodhisattva*, ovvero colui che, avendo completato il proprio percorso spirituale, prima di entrare nello stato di non-rinascita del *mahāparinirvāṇa*, fa voto di impiegare la propria compassione per salvare tutti gli esseri senzienti.

²⁵ Nella concezione dell'universo propria del Mahāyāna, i *bodhisattva* si possono manifestare in qualsiasi luogo e in qualsiasi epoca; alla pluralità dei *bodhisattva* corrisponde anche una pluralità di Buddha, che possono manifestarsi in diverse dimensioni spaziali e temporali.

²⁶ Erik M. Greene, *Chan Before Chan*, cit., pp. 93-168.

za celeste”, dal nome della collina nella regione del Zhèjiāng dove la scuola fu fondata) e la scuola Chán, di cui Huìnéng è considerato il sesto patriarca.

La scuola Tiāntái fu fondata da Zhìyǐ 智顓 (538-597), durante la dinastia Suí 隋 (581-618). Zhìyǐ è riconosciuto come uno dei più grandi eruditi del buddhismo cinese; originario del sud della Cina (odierno Hunan) si stabilì presso il monte Tiāntái a venticinque anni. Zhìyǐ studiò disciplina monastica, meditazione e dottrina,²⁷ con l'intento di sintetizzare e armonizzare insegnamenti giunti dall'India e dall'Asia Centrale in periodi diversi.

In particolare, lo studio sulla meditazione di Zhìyǐ è esposto nel trattato *Xiūxí zhǐ guān zuòchán fǎyào* 修習止觀坐禪法要, *Elementi essenziali della pratica della meditazione di cessazione e di contemplazione*, T1915,²⁸ in cui si trovano per la prima volta indica-

²⁷ Zhìyǐ scrisse anche trattati e commentari ai principali testi buddhisti in specie il *Sūtra del loto*, considerato il testo fondamentale della scuola Tiāntái.

²⁸ Negli *Elementi essenziali*, Zhìyǐ definisce la pratica della contemplazione attraverso i due concetti di *zhǐ* 止 *śamatha* o meditazione della calma, per la cessazione dei pensieri, volta alla pacificazione della mente, e *guān* 觀 *vipaśyanā* o meditazione di contemplazione, per l'ottenimento della sapienza. Nella prefazione del manuale Zhìyǐ definisce così i concetti di *zhǐ* e *guān*:

止乃伏結之初門，觀是斷惑之正要；止則愛養心識之善資，觀則策發神解之妙術；止是禪定之勝因，觀是智慧之由借。若人成就定慧二法，斯乃自利利人，法皆具足。(T46, no. 1915, p. 462b8-12)

La meditazione della calma è il metodo iniziale per eliminare i vincoli. La contemplazione è essenziale per porre

zioni concrete su come svolgere la pratica.²⁹ Nel sesto capitolo del manuale, Zhìyǐ spiega che il primo passo da compiere è quello di regolare alcuni aspetti pratici: come un liuto che deve essere accordato prima di poter essere suonato, il meditante deve gestire opportunamente la propria alimentazione (non deve mangiare troppo, né troppo poco e non deve cibarsi in modo non salutare) e deve regolare il sonno, evitando di dormire troppo o troppo poco. Deve porre il cuscino per la meditazione in un luogo silenzioso e senza distrazioni, sedersi a gambe incrociate e con la schiena dritta. Deve evitare di indossare vestiti o cinture troppo strette, porre la mano sinistra sulla destra e posarle sui piedi incrociati. Deve mantenere la schiena, il collo e la testa dritti e chiudere gli occhi quanto basta per non far penetrare la luce. Dopo aver espirato lungamente con la bocca, il meditante inizia a respirare lentamente con il naso, senza fare rumore e cercando di regolare inspirazione ed espi-

fine alle illusioni. La calma è infatti la migliore risorsa per nutrire amorevolmente la mente e la coscienza; la contemplazione invece è la meravigliosa tecnica che rende possibile la realizzazione della suprema comprensione. La calma è la suprema origine della concentrazione meditativa, la contemplazione è l'origine della sapienza. Se una persona riesce a realizzare i due insegnamenti di concentrazione e sapienza, ne trarrà beneficio e sarà di beneficio agli altri.

²⁹ Il fatto che tali indicazioni non siano attestate precedentemente è probabilmente dovuto al fatto che gli insegnamenti venivano trasmessi oralmente, da maestro a discepolo (Rupert Gethin, "He Who Sees Dhamma Sees *dhammas*: Dhamma in Early Buddhism", *Journal of Indian Philosophy*, vol. 32 (5-6), 2004, pp. 513-542).

razione in modo che abbiano la stessa durata.³⁰ Negli *Elementi essenziali*, Zhìyǐ spiega anche diverse tecniche per mantenere la concentrazione, rielaborate in base ai contenuti dei *Chánjīng*.³¹

Il complesso sistema di pratiche meditative elaborato da Zhìyǐ è comunemente sintetizzato nella formula *sì zhǒng sānmèi* 四種三昧 “quattro tipi di

³⁰ Per una traduzione inglese si veda Bhikshu Dharmamitra (a cura di), *The Essentials of Buddhist Meditation: The Essentials for Practicing Calming-and-insight & Dhyāna Meditation; The Classic Śamathā-vipaśyanā Meditation Manual by the Great Tiantai Meditation Master & Exegete Śramaṇa Zhiyi (Chih-i) (538-597 CE)*, Kalavinka Press, Seattle 2009, pp. 63-78.

³¹ Ad esempio, Zhìyǐ illustra quello che bisogna fare quando la mente “è pigra” oppure quando “vaga”.

何等為沈相？若坐時心中昏暗，無所記錄，頭好低垂，是為沈相。爾時當繫念鼻端，令心住在緣中，無分散意，此可治沉。何等為浮相？若坐時心好飄動，身亦不安，念外異緣，此是浮相。爾時宜安心向下，系緣臍中，制諸亂念；心即定住，則心易安靜。(T46, no. 1915, p. 466a16-23)

Come ci accorgiamo che la nostra mente è pigra? Se sediamo in meditazione e la nostra mente è confusa e oscurata, non riesce a ricordare nulla, la testa cade in avanti, allora diciamo che la mente è pigra. In queste situazioni bisogna concentrare l'attenzione sulla punta del naso, e mantenere la mente consapevole delle condizioni esterne: così non siamo distolti dal nostro scopo e rimediamo alla pigrizia. Quando ci accorgiamo che la mente vaga? Se quando siamo seduti in meditazione la mente fluttua continuamente ed anche il corpo non è tranquillo ed iniziamo a pensare alle cose più disparate, questi sono segni che la mente sta vagando. In queste situazioni bisogna stabilizzare la mente e portarla verso il basso, concentrandoci sull'ombelico: in questo modo impediremo pensieri molesti, la mente si concentrerà e sarà facilmente indotta alla tranquillità.