

Io - non sé - *anattā*.  
Libertà e responsabilità\*



Nell'attuazione dell'Ottuplice Sentiero, un posto speciale occupa la Retta Parola. La radice del comportamento moralmente scorretto nel caso specifico, può essere individuata nel considerare l'io come il centro o il culmine di ogni azione e pensiero: quasi sempre, infatti, le parole sbagliate vengono pronunciate con il fine di rafforzare la posizione dell'io, rispetto alla realtà e rispetto agli altri.

Le nostre percezioni ci mostrano il mondo circostante come un insieme di oggetti separati, che consideriamo immobili e permanenti, ma che in realtà sono transitori e continuamente cangianti. La dottrina buddhista della temporaneità di tutte le cose e anche delle persone (*aniccā*) è strutturalmente connessa con l'idea secondo cui non esiste alcun sé (*anattā*), alcun soggetto permanente delle nostre esperienze. Secondo questa teoria, ciascun sé non è né costituito né pensato come unità separata, autonoma, indipen-

---

\* Appunti tratti da: GIANGIORGIO PASQUALOTTO, *Il buddhismo. I sentieri di una religione millenaria*; FRITJOF CAPRA, *La rete della vita*; Ajahn Sumedo, *Crede nel sé*.

dente, in quanto ciascun ente è sempre necessariamente formato da relazioni.

Ciò significa che ciascun io non esiste indipendentemente dalla esistenza degli altri. In tal senso, qualsiasi individuo (corrispondente all'immagine di un luogo di passaggio di infinite rette e di infiniti eventi) è un organismo tessuto da una serie di mutevoli rapporti fisici, una rete formata da un complesso variabile di nodi, dove il movimento di un filo si ripercuote inevitabilmente sugli altri fili. L'idea di un sé separato, individuale, è un'illusione, un concetto intellettuale, che non ha alcuna realtà. Le scienze della cognizione sono giunte esattamente alla stessa conclusione, come viene esplicitamente affermato nel libro *La rete della vita* di Fritjof Capra: noi generiamo il sé proprio come generiamo gli oggetti. Il nostro sé, o ego, non possiede alcuna esistenza indipendente, ma è la conseguenza del nostro accoppiamento strutturale, interno: finché resta vivo, un organismo è strutturalmente accoppiato al proprio ambiente. I suoi cambiamenti continui in risposta all'ambiente (cioè i processi di adattamento, apprendimento, e sviluppo) rappresentano una caratteristica fondamentale del comportamento di tutti i sistemi viventi. Questa non è un'affermazione di principi, ma una realtà che può essere recepita solo dopo averla a lungo elaborata e accuratamente metabolizzata fino a farne un'esperienza vissuta.

Noi abbiamo ancora le pulsioni istintive primordiali pervenuteci da infinite generazioni del passato, le paure, i rimpianti, i desideri, le delusioni, le avversioni, gli attaccamenti, che consideriamo come un bagaglio personale ereditato. Ma ora quei sentimenti possiamo guardarli per quello che sono: sono energie, sono parte dell'essere umano, conseguenza dell'aver un corpo con le sue esigenze. Non riusciamo a capire la natura di questi stati d'animo, a causa del nostro attaccamento all'io. Ci identifichiamo con queste energie, le quali sorgono e cessano indipendentemente dalla

nostra volontà e tuttavia fanno parte della realtà umana. Non sono personali, sono comuni a tutti. Possiamo tentare di liberarci dall'identificazione attraverso la consapevolezza, l'introspezione e la meditazione, grazie alle quali riusciamo a riconoscere ciò che siamo; è così com'è; le condizioni sono queste. Ciò significa rispettare i nostri limiti, la nostra situazione; significa accettarli e imparare a lavorare con le nostre limitazioni. Quando cominciamo a renderci conto che i nostri limiti, i nostri difetti non sono impedimenti, possiamo accettarli e adoperarli per superare il nostro attaccamento, la nostra dipendenza nei loro confronti e renderci liberi dall'identificarcene. Abitualmente consideriamo quello che ci capita come eventi esterni a noi, mentre, in realtà, siamo elemento di essi. Le nostre esperienze sono interazioni tra noi e l'ambiente. Dipendono tutte da un io che vede se stesso come qualcosa di autonomo, integro e indipendente. Il nostro condizionamento esistenziale è costituito da questa situazione dualistica. In questa interazione tra l'io "soggetto" e gli altri "oggetti" non sperimentiamo le cose come sono, ma come noi le vediamo attraverso il filtro deformante del nostro io e delle sue reazioni: è ciò che si chiama illusione.

A questo punto, diventa legittimo chiedersi quali conseguenze comporti il modello a rete nel quale siamo inseriti, in ordine al problema della libertà e della responsabilità, tenuto conto dei condizionamenti che ci sono stati trasmessi dalla quasi totalità della tradizione etica occidentale, fondata sull'identità certa dell'io. In rapporto alle implicazioni derivanti dal modello a rete, come ciascuno dovrebbe sapere di essere predeterminato da un'immensa quantità di condizionamenti spaziali e temporali del passato, così dovrebbe sapere di essere determinante per una serie altrettanto immensa di condizionamenti che si ripercuoteranno nel futuro.

Se qualcuno arreca danno a un altro, si rende responsabile di un'azione che va condannata sia moralmente che civilmente, anche per affermare il diritto della società alla propria difesa; ma ciò non deve far dimenticare che il giudizio risponde solo superficialmente alla conoscenza dei meccanismi e dei problemi connessi all'azione incriminata, poiché si è rinunciato a priori alla conoscenza dell'intera personalità dell'individuo e alla ricostruzione di tutte le cause e di tutti i condizionamenti che hanno condotto costui a commettere quell'azione; a meno che non si abbia a disposizione lo psicologo, lo psicoanalista, il sociologo, il cronista e perfino il politico, cosa evidentemente impossibile dal punto di vista pratico.

Ciò non significa che si profili una situazione di completa irresponsabilità, perché la responsabilità personale va tenuta presente in tutte le attività, anche nel caso che tale responsabilità si allarghi a tal punto da diventare virtualmente infinita, considerato che perfino la minima azione involontaria provoca una serie infinita di conseguenze. I livelli più alti di moralità possono essere raggiunti, praticati e sviluppati nella misura in cui viene abbandonato l'attaccamento all'io, non dimenticando che tale condizione potrebbe generare due opposte situazioni: se si enfatizza il peso degli infiniti condizionamenti sull'io, si ha un'atrofia dell'io deresponsabilizzato, una sua inerte passività; se invece si enfatizza l'importanza degli infiniti condizionamenti prodotti dall'io si ha una ipertrofia dell'io, una sua presunzione di determinare ogni evento e ogni cosa. L'azione perfetta si ha quando un io, pur sapendo di essere predeterminato, sa di essere contemporaneamente determinante e di conseguenza agisce spontaneamente per il meglio. Ciò comporta l'abbandono non dell'orizzonte della responsabilità, ma di quello dell'attribuzione individuale delle responsabilità. Tanto più un io si scioglie, scoprendosi come un e-

lemento di una rete di condizionamenti, tanto più ampie sono le garanzie che le sue azioni siano positive.

Benché per il Buddhismo tutti possono aspirare a raggiungere i massimi gradi di moralità, solo pochi di fatto ci riescono. Si possono così configurare tre livelli di moralità, corrispondenti ai tre seguenti livelli di comprensione della realtà.

- A livello di moralità convenzionale, ancora persiste il senso dell'io e si fa riferimento alle idee di identità e di responsabilità. L'io continua ancora a sforzarsi di agire moralmente, in obbedienza alle regole, che glielo impongono.
- A livello intermedio, l'io comincia a farsi consapevole di essere parte di una realtà impermanente di aggregati, inserita in una serie infinita di condizionamenti; gli si va aprendo l'orizzonte delle infinite responsabilità, ma comprende che seguire le regole della morale "conviene", se vuole dare un senso e un ordine alla vita individuale e alla convivenza civile. Infatti, quanto più comprende che la realtà funziona come rete di interconnessioni, tanto più comprende che l'agire positivo in una direzione produce ripercussioni positive in tutte le direzioni. Cosicché viene inconsapevolmente messo in atto il contenuto del noto passo del Samyutta Nikaya: « Proteggendo se stessi si proteggono gli altri; proteggendo gli altri si protegge se stessi. »
- A livello massimo, ogni riferimento all'io scompare e proprio per questo l'azione morale viene fatta nella massima purezza, senza riconoscersene il merito e senza più un io con la pretesa che il merito gli venga riconosciuto. Egli non si astiene dal fare il male per il timore di conseguenze negative, né decide di fare il bene per ottenere conseguenze positive, avendo "incorporato" a tal punto le regole dell'Ottuplice Sentiero da non doversi più sforzare di applicarle, anche

perché sa che non c'è un io sostanziale e permanente che possa godere individualmente della ricompensa per il bene fatto.

Stando così le cose, sorge naturale la domanda: perché allora fare il bene? Quanto più scompare nell'ombra ogni identità protagonista dell'agire nella moralità e nella saggezza, tanto più viene alla luce la positività dell'azione. L'agire bene e anche la "buona azione" devono avere la caratteristica principale della gratuità dell'azione. Una buona azione compiuta in vista di un sottinteso vantaggio di ritorno è una azione inquinata dall'interesse, cioè dall'attaccamento. Al limite, si può dire che anche l'agire bene unicamente allo scopo di guadagnarsi la salvezza o l'illuminazione è un agire malsano.

Osservando in prospettiva le implicazioni degli apporti dottrinali e didattici del Buddha, ci si accorge che la sua analisi della realtà, condotta con minuziosità e raffinatezza, è sempre ancorata allo scopo fondamentale che sorregge, con altissima nobiltà d'intenti, i suoi insegnamenti: l'estinzione del dolore in questa vita e in questo mondo.

#### **Disclaimer**

Saddha autorizza a ripubblicare il proprio materiale e a distribuirlo attraverso qualunque mezzo, purché:

- 1) questo venga offerto gratuitamente;
- 2) sia indicata chiaramente la fonte (sia della traduzione che dell'originale);
- 3) sia incluso per intero questo testo di autorizzazione.

Altrimenti tutti i diritti sono riservati.