

Come si arriva alla vera comprensione



La fisica dei quanti ha scoperto che la coscienza dell'osservatore è in stretto rapporto con l'oggetto osservato e sta dirigendo sempre di più l'attenzione verso questa coscienza. Sempre in ambito scientifico molti affermano di essere convinti che il mondo e la mente hanno la stessa natura. Io temo che gli uomini di scienza che hanno intravisto la natura della mente vogliano continuare a studiarla in laboratorio alla stregua di ogni altro oggetto. Allora non ci sarà più la mente, ma soltanto una sua proiezione, un suo riflesso, avviluppati in concetti. Osservare il corpo nel corpo, le sensazioni nelle sensazioni, la mente nella mente, gli oggetti mentali negli oggetti mentali. A questo ci invita la meditazione: essere nel corpo nella piena consapevolezza del corpo, essere nella piena consapevolezza delle sensazioni, della mente e degli oggetti mentali, non solo studiandoli come oggetti separati ma per fondersi nella loro realtà, per essere uno con essi. Solo allora la vera comprensione, fondata sull'attenzione e la concentrazione meditativa, potrà essere realizzata, nella visione diretta e profonda della realtà, oltre ogni concettualizzazione. Pensare è come prendere dei blocchi di scorie dal deposito della memoria e usarli per erigere delle costruzioni più o meno stabili. Tali pensieri o concettualizzazioni, a ben vedere, non hanno

alcun valore realmente creativo. Solo ricevendo la luce della comprensione, un pensiero assume reale sostanza. La comprensione non sorge come risultato del pensiero, è invece il risultato di un lungo processo di consapevolezza cosciente che può anche essere tradotto in pensieri e parole, i quali però sono spesso troppo rigidi e limitati per descrivere la ricchezza della comprensione. Le grandi scoperte della scienza sono il risultato di una condizione meditativa, non del pensiero. Gli strumenti dello scienziato non sono solo il ragionamento e il laboratorio. Tutto il suo essere, è all'opera. La funzione intellettuale dissoda il terreno della mente e vi depone i semi, ma finché questi non germogliano, l'intelletto non può fare altro. Ad un certo punto, che è imprevedibile, i semi germogliano nel campo della comprensione. Lo scienziato ha "covato" questo momento, è rimasto "seduto" sull'oggetto di giorno, di notte, mangiando, camminando, giocando con suo figlio, finchéecco la soluzione! La nuova scoperta rompe con le vecchie nozioni, con i limiti delle nozioni precedenti, che per certi versi sono di ostacolo all'apparire di una nuova comprensione. Gli ostacoli della conoscenza, come usa definirli il buddhismo. La comprensione, negli esseri umani, si traduce in concetti, pensieri e parole ma non è un agglomerato di frammenti di conoscenza tenuti insieme dalla ragione, bensì un'intuizione diretta , immediata e folgorante, che non può essere pienamente resa in parole, pensieri e concetti, che non può essere descritta nè tantomeno incorporata in schemi di pensiero logico. (liberamente tratto dagli scritti del monaco buddhista Thich Nath Hanh).