

RIFLESSIONI SULL'IMPERMANENZA

Ciascuno di noi, nella vita quotidiana, cerca di eliminare la sofferenza che si è creato per poter raggiungere la tanto desiderata felicità: ma spesso questo non è possibile perché ci attacchiamo con tutte le nostre forze a situazioni, persone, cose, idee e questo non fa altro che procurarci dolore e visioni errate della realtà.

Tendenzialmente tutti gli esseri pensano che «tutto» possa durare per sempre, non si vorrebbe mai modificare la situazione in cui si vive, specialmente le persone e le situazioni alle quali si è legati, ma la transitorietà, il divenire delle situazioni cambia continuamente: invece di aggrapparci disperatamente, dovremmo invece imparare a lasciare andare e accettare i cambiamenti, gustando così tutto quello che la vita offre senza possessività.

Solo così, alla fine, sarà possibile trasformare il nostro modo di vedere le cose.

In linea generale noi soffriamo, non perché l'impermanenza sia di per sé «sofferenza», ma perché non accettiamo che le cose cambino.

Anche l'universo che ci circonda muta continuamente, nonostante esista da miliardi di anni; prima o poi si estinguerà, nascerà un nuovo universo, nasceranno nuove galassie. Il nostro sole, per esempio, non è eterno e prima o poi questa stella si spegnerà e il nostro pianeta Terra morirà perché non sarà più alimentato dal sole.

Ricordiamoci che la vita umana è preziosa, non solo perché è difficile ottenerla, ma anche perché è così facile perderla. Non esistono delle regole, i bambini non è detto che sopravvivano ai loro genitori, anche se sia normale pensarlo, ma non è così scontato.

Tutti questi esempi ci devono far capire che c'è un inizio e una fine. Tutto è impermanente e non dura per sempre.

L'impermanenza è quindi un processo di continua creazione e distruzione e porta con sé due aspetti fondamentali:

- Grossolano, che corrisponde alla cessazione, alla morte, alla scomparsa dei fenomeni
- Sottile, che corrisponde alla continua trasformazione dei fenomeni, momento per momento

Se ci sbarazziamo dell'idea che tutto duri per sempre, possiamo vivere bene attimo per attimo, senza crearci attese: impareremo a essere compassionevoli, attenti alle esigenze degli altri, a non rimandare le cose che possiamo fare oggi. Accettare che tutto è transitorio ci darà la possibilità di non tormentarci per ricercare ricchezza, potere o bellezza a tutti i costi.

L'insegnamento di Buddha ci permette quindi di cogliere la parte migliore della vita, di non sprecare questa preziosa forma umana (che è provvisoria nel ciclo delle esistenze) e di accettare il presente, quindi, la vita.

Prima di morire il Buddha pronunciò le sue ultime parole legate all'impermanenza:

«... Dalla morte nasce nuova vita, da quella che sembrava la fine di tutto inizia un passo in avanti per avvicinarci alla nostra vera natura, di luce e amore, senza rimorso o macchia ...»

Per concludere, ciò che veramente conterà al momento del trapasso, saranno le impressioni, sia positive che negative, che la nostra mente ha raccolto nel corso dell'esistenza.

E saranno proprio queste impressioni che determineranno lo stato della mente, la nostra esperienza della morte e il modo in cui sarà possibile rinascere.