

Fabieu Martino Torneri

# FIDUCIA NEL CUORE

*Commento libero a uno dei testi essenziali dello Zen*



*Iscriviti alla newsletter su [www.lindau.it](http://www.lindau.it) per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un racconto in eBook tratto dal nostro catalogo.*

In copertina: foto realizzata da Fabieu Martino Torneri

© 2024 Lindau s.r.l.  
via G. Savonarola 6 - 10128 Torino

Prima edizione: Giugno 2024  
ISBN 979-12-5584-102-9

## Introduzione

*Versi sulla fiducia nel cuore*, la poesia di cui si parla in questo libro, ci invita a riflettere su due cose estremamente importanti, ovvero la mente e il cuore. Per coloro che sono nati e cresciuti in Occidente, la mente è l'organo della ragione, del pensiero e dell'intelletto, mentre il cuore è legato all'intuito, al sentire e al lato più emotivo della nostra esistenza. È importante sapere che nella lingua cinese questa distinzione non è invece mai stata fatta. Mente e cuore sono indicati con lo stesso identico carattere: *tam* 心. Questo significa che, leggendo la versione originale di questa poesia, dobbiamo capire di che cosa stiamo parlando a seconda del contesto. Il carattere *tam* viene utilizzato in due modi ben distinti. Nella maggior parte dei casi si riferisce alla mente illusa, ovvero allo stato mentale che accompagna la maggioranza delle persone nella loro quotidianità. Questa è una mente profondamente coinvolta con gli oggetti esterni; essa esulta, soffre, prova piacere o repulsione a seconda dell'ambiente che percepisce. Il secondo modo in cui viene utilizzato questo carattere è per indicare una dimensione dell'esistenza molto più profonda. In questi casi è più corretto parlare di cuore, perché stiamo cercando di descrivere una realtà legata al sentire, all'intuito, a un inspiegabile senso di affetto e di

compassione. Tutte le versioni che conosco traducono il titolo di questa poesia come *Versi sulla fede nella mente*, con pochissime eccezioni o variazioni. Io preferisco tradurlo come *Versi sulla fiducia nel cuore*. Se parliamo di *mente*, rischiamo di interpretare questa poesia come se stesse trattando dell'aspetto mentale o intellettuale della nostra vita. Se la mente è vista come l'organo del pensiero, allora è profondamente coinvolta con le nostre strutture psichiche, la nostra identità e con i condizionamenti che ci rinchiudono in una vita ripetitiva o addirittura meccanica. Questi versi però parlano di una realtà che trascende il pensiero e il senso stesso di essere separati dal mondo, ed è questo che vogliamo indicare con la parola *cuore*. Il cuore non ha nulla a che vedere con il pensiero, con i nostri condizionamenti o con il senso di separazione sul quale si basa la nostra identità.

Allo stesso modo, non è corretto parlare di *fede*. Personalmente ho sempre avuto molta difficoltà ad accettare il concetto di *fede*. In generale parliamo di *fede* quando c'è qualcosa in cui dobbiamo credere, senza fare domande e senza aspettarci spiegazioni soddisfacenti. In questo modo la fede ci rende dipendenti da un'idea o da una persona. Abbiamo fede in un'idea di Dio, nell'esistenza di una terra pura o nell'efficacia dell'insegnamento di un maestro. Questo ci conferisce un certo conforto psicologico; una sensazione di sicurezza a causa della quale non ci accorgiamo che siamo sbilanciati verso l'esterno. Il fedele non cerca la verità e la liberazione come una dimensione dell'interiorità. Le cerca piuttosto come cose esterne; parole nella bocca di un maestro, frasi in un libro, cerimonie e rituali. In questo stato diventiamo estremamente intransigenti e giudicanti verso tutto quello che minaccia la roccaforte psicologica che chiamiamo «la mia fede». A causa della fede sono stati perpetrati

grandi crimini contro l'umanità. Questo è un semplice dato di fatto e non un'opinione.

Quando parliamo di *fiducia*, invece, stiamo indicando una realtà completamente diversa. La fiducia ha una natura molto più flessibile, delicata e misteriosa. Possiamo essere mossi dalla fiducia anche nelle situazioni più inspiegabili. Sembra essere una realtà a sé stante e non ha per forza bisogno di essere *fiducia in qualcosa*. È un'esperienza legata al nostro intuito e al non-sapere, e come iniziamo a esplorarla da vicino vediamo che non può essere contenuta nei limiti fittizi della nostra identità. L'ego, l'individuo, la personalità non possono avere fiducia; non è qualcosa che si può *avere* o *possedere*. La fiducia sorge solamente quando l'individuo si fa un po' da parte e permette a una risposta di nascere in modo spontaneo dalle vastità inesplorate dell'adesso. Potremmo anche dire che la fiducia è un riflesso della luminosità e bellezza della realtà che si cela oltre le limitazioni illusorie del mentale.

In realtà, parlando di *fiducia nel cuore*, dobbiamo anche capire che non c'è una vera differenza fra la fiducia e il cuore. È solo un modo di creare un titolo intelligibile. Se utilizzassimo solamente la parola *fiducia* o la parola *cuore*, il significato rimarrebbe invariato. All'inizio tutto questo sembra essere complicato, ma se osiamo lasciare andare il nostro intelletto e il desiderio di capire vedremo che c'è una parte di noi, più vasta e più profonda del pensiero, che sa già di che cosa stiamo parlando. Questa parte può essere chiamata sia cuore che fiducia. Non è qualche cosa che va capito; è piuttosto una realtà che deve essere vista in modo diretto, senza interpretazioni o descrizioni. Se riusciamo a mettere da parte la mente, queste pagine possono diventare proprio come uno specchio in cui vedere sé stessi, e non la presentazione

di una teoria con cui essere d'accordo o in disaccordo. Se leggendo queste pagine rimaniamo in contatto profondo con noi stessi, non avremo nessuna difficoltà a intuire quello di cui stiamo parlando. Quindi non ha senso divorare questo libro dall'inizio alla fine e poi cercare di sviscerarne i contenuti. È meglio invece prendersi il tempo necessario per fare esperienza diretta dei temi introdotti in queste pagine. Possiamo posare il libro ogni pagina o due, e riconoscere quello che sta accadendo dentro di noi. Possiamo sentire con chiarezza i paragrafi che creano resistenza e quelli che invece ci trasmettono un senso di agio e benessere. Permettiamoci di sentire a fondo le resistenze e di capire da dove sorgono. Potrebbe darsi che qualche frase sia in dissonanza con il nostro sentire, nel qual caso possiamo lasciarla andare, consapevoli che l'autore non ha nessuna intenzione di imporsi sulla nostra percezione diretta della realtà. Potrebbe anche darsi che alcuni di questi insegnamenti mettano in risalto il nostro attaccamento a qualche idea o opinione, oppure una paura nascosta che ancora non abbiamo affrontato. Se è così, possiamo considerarci molto fortunati. Questi momenti di sottile disagio sono la riprova che la nostra coscienza è pronta per iniziare un processo di trasformazione profonda, verso un'esistenza più aperta, luminosa e risvegliata.

I *Versi sulla fiducia nel cuore* sono un testo fondamentale nello Zen. Racchiudono al loro interno l'essenza della grande libertà e dello spirito iconoclasta di questa curiosa disciplina spirituale. Sono stati attribuiti al terzo antenato dello Zen, ovvero il maestro Sengcan (VI secolo d.C.), anche se la ricerca moderna sembra non essere d'accordo. Personalmente non ho nessun interesse a entrare nella controversia perché il valore di questa poesia è ben più che simbolico. Chiunque l'abbia scritta è riuscito a definire con incredibile

maestria e con grande talento letterario l'essenza di un'esperienza spirituale che trascende l'appartenenza a una particolare tradizione o religione. Il linguaggio di questa poesia sembra quasi essere un linguaggio spirituale universale, per aiutarci a navigare in contatto diretto con la realtà così com'è.

I miei commenti a queste parole sono nati disordinati, liberi e in modo molto spontaneo. Non ho pensato a una struttura. Al contrario, mi sono concesso di scrivere quello che attraversava la mia mente mentre leggevo questi versi. È stato un magnifico processo di crescita e di comprensione e l'ho sempre considerato come tale. Quasi per magia, piano piano si è manifestato un libro. Spero che possa essere d'ispirazione e stimolo ad altri ricercatori spirituali che, come me, vedono l'importanza di comprendere la propria mente e il suo misterioso modo di operare.