

# IL BUDDHISMO

Come per tutte le grandi esperienze religiose e filosofiche, pensare di riassumere il buddhismo in poche pagine è impossibile.

In queste righe proveremo, in modo semplice, a rispondere alle seguenti domande, ben sapendo che si tratta solo di un primo passo:

Chi era Buddha?

Quali sono i principi fondamentali del suo insegnamento?

Che cos'è il buddhismo e chi è il buddhista?

## CHI ERA BUDDHA?



Il Buddha, il cui nome era Siddharta Gautama (più avanti scopriremo perché questo bambino di nome Siddharta, da adulto venne definito il “Buddha”), nacque all'interno di una famiglia principesca appartenente al clan dei Sakyas intorno all'anno 566 a.C. Viveva tra il corso medio del Gange e l'Himalaya, in una regione che oggi fa parte del Nepal.

Il padre si chiamava Suddhodhana e la madre Mahamaya.

Il giovane principe Siddharta fu cresciuto in mezzo ad un lusso degno di un principe. A lui non mancava nulla e ricevette una istruzione finalizzata a succedere al padre, un giorno, come capo clan. Intorno ai diciannove anni sposò Yasodhara, una donna molto bella, e visse per tredici anni una vita nella ricchezza, nella felicità e nella serenità della sua casa. Questo perché il padre aveva preso tutte le precauzioni possibili per evitargli qualunque esperienza di dolore. Ma questo ingenuo tentativo di mantenere il figlio lontano dalla realtà della vita, si rivelò, ad un certo punto, inutile.

Un giorno infatti, desideroso di conoscere il mondo al di fuori dei suoi palazzi, il giovane Siddharta incontrò un vecchio, un uomo malato e si imbatté in un corpo senza vita. Da ultimo vide un monaco. Questi incontri gli svelarono la vera natura dell'esistenza umana e il suo animo fu profondamente turbato dalla sofferenza che intravide in questi uomini. Comprese che la vecchiaia, la malattia, la morte sono parte integrante della vita e decise di mettersi alla ricerca della verità sulla vita e sulla causa della sofferenza.

Ma perché lui, che aveva tutto dalla vita e poteva permettersi un'esistenza agiata, decise di lasciare tutto? Quest'uomo di 29 anni voleva con tutto il cuore scoprire la causa del dolore che colpisce tutti gli esseri viventi al mondo.

Pertanto, una notte, mentre la moglie e il figlio appena nato dormivano, li guardò per l'ultima volta e lasciò il palazzo, determinato nel cercare una risposta a queste grandi domande che lo tormentavano. Camminò nella notte fino ad addentrarsi in una foresta. Come gli eremiti si rasò il capo e indossò l'abito giallo. Per numerosi anni cercò la risposta alla sua domanda interrogando filosofi, privandosi di tutto ciò che in qualche modo l'avrebbe troppo tenuto legato alla realtà materiale. Vedendo questa sua eroica dedizione alcuni asceti si unirono a lui. Continuò a digiunare per lunghissimo tempo finché queste privazioni lo portarono quasi vicino alla morte. Alla fine, però, comprese che questa non era la strada per trovare la verità. Decise così di tornare a nutrirsi in modo normale suscitando lo sdegno dei suoi compagni che lo abbandonarono. Accettò da una ragazza una ciotola con del latte di riso e da un uomo il dono di una stuoia.

Siddharta rimase solo e in quel momento comprese che avrebbe dovuto abbandonare gli insegnamenti tradizionali e ricercare una via personale.

Abbracciando uno stile di vita moderato si concentrò sulla sua interiorità mettendosi profondamente in ascolto di se stesso. Durante una notte si sedette sotto un Pìpal determinato a non muoversi fino a quando non avrebbe trovato una risposta alle sue domande. Sotto quest'albero subì una serie di tentazioni che avevano lo scopo di ricondurlo alla sua vita precedente, quindi, ad abbandonare la sua ricerca. Ma dopo quarantanove giorni di meditazione nel mese di maggio, mentre in cielo splendeva una



stupenda luna piena, Siddharta, all'età di trentacinque anni raggiunse l'illuminazione e divenne noto come il Buddha "l'illuminato". Comprese la causa della sofferenza, della morte, del ciclo delle rinascite, scoprì come mettere fine ad ogni sofferenza e sfuggire al continuo ciclo di nascita e morte per raggiungere il Nirvana.

Successivamente per circa quarantacinque anni dedicò la sua vita alla predicazione per diffondere il suo messaggio di felicità e speranza.