

I tre veicoli nelle parole dei maestri tibetani

I TRE VEICOLI DEL BUDDISMO TIBETANO

Alcuni sostengono che il Buddismo Tibetano sia la pratica del Buddismo Mahayana. Altri invece che sia la pratica del Buddismo Vajrayana. In realtà non è possibile dire che il Buddismo Tibetano sia solo Mahayana o solo Vajrayana. Gli insegnamenti del dharma in Tibet sono chiamati i “tre immutabili” o il “triplice vajra”, appunto perché il dharma del Tibet contiene gli insegnamenti sia dell’Hinayana, sia del Mahayana che del Vajrayana. Più specificamente, il Buddismo Tibetano possiede la pratica esterna dell’Hinayana, la motivazione interna o il bodhicitta del Mahayana, e la visione e la pratica del Vajrayana, conosciuta come la visione segreta o essenziale.

Thrangu Rinpoche

TUTTI E TRE GLI YANA SONO AUTENTICI

Tutti e tre gli yana sono insegnamenti autentici del Buddha Shakyamuni; sono tutti parte integrante del dharma del Buddha.

Kalu Rinpoche

LE TRE DIVISIONI DEGLI 84.000 METODI INSEGNATI DAL BUDDHA

Gli 84.000 metodi insegnati dal Buddha Shakyamuni si dividono principalmente in tre categorie. La prima, il sentiero Hinayana, è basata sulla comprensione che il samsara è permeato dalla sofferenza e dalla difficoltà, che laddove ci sia felicità sarà impermanente. Chi segue questo sentiero assume la ferma decisione di praticare allo scopo di trovare la libertà oltre la sofferenza. Applicando il metodi dell’Hinayana, il praticante sviluppa la capacità di andare oltre i cicli della sofferenza per sperimentare gioia e beatitudine.

Nella seconda categoria, il Mahayana, oltre alla stessa visione della sofferenza, si trova l’insegnamento secondo il quale ogni cosa - sofferenza e felicità, buona sorta e sventura, tutti frutto dell’azione del karma - è illusoria, come lo è un sogno, un miraggio, o il riflesso della luna sull’acqua. Fondamentale in questo sentiero è la visione della non separabilità della verità relativa e di quella assoluta dall’aspirazione ad aiutare tutti gli esseri, non solo se stessi, a trovare la liberazione. Non si desidera solo che ciò accada, ma diligentemente si applicano i metodi mediante i quali può essere raggiunta l’illuminazione. Attraverso la pratica delle Sei Perfezioni si sviluppa l’abilità di andare oltre il samsara e il nirvana, per trovare la completa liberazione. Questo è il sentiero del bodhisattva.

La terza categoria della pratica Buddista è chiamata Vajrayana. Ciò che è “vajra” [cioè adamantino] possiede sette qualità: non può essere danneggiato dai mara, gli ostacoli alla nostra illuminazione, né afferrato o suddiviso in concetti; non può essere distrutto da concetti che attribuiscono alle apparenze una “verità” che queste non possiedono; è la pura verità in quanto non c’è alcun errore in esso; non possiede sostanza che si sia aggregata e possa quindi disgregarsi; non è impermanente, è perciò stabile e immutabile; non è arginabile per cui è onnipervasivo; ed è invulnerabile in quanto più profondo di ogni altra cosa e perciò non teme nulla. Queste sono le sette qualità della nostra vera natura.

Chagdud Tulku Rinpoche

I TRE YANA SONO UN PROCESSO DI EVOLUZIONE

Il progresso spirituale è visto come un processo di maturazione, piuttosto che come qualcosa che viene imposto. Nessuno dice: “Adesso hai finito con l’Hinayana, dovresti passare alla seconda marcia, al Mahayana, e poi passare alla marcia più alta, al Tantra”. Non si cambia in questo modo. Si tratta di un processo graduale di sviluppo che si trasforma in Tantra automaticamente, una volta raggiunta la maturità.

Chögyam Trungpa Rinpoche

IL BUDDHA INSEGNÒ I TRE YANA

A coloro che avevano una minore comprensione delle cose, egli insegnò che il Samsara è una casa in fiamme e che la disciplina di un monaco è il metodo adeguato per sfuggire alla Ruota della Nascita e della Morte [Hinayana]. A coloro che erano più capaci, insegnò che un'attenzione compassionevole verso tutti gli esseri libererà tutti dal Samsara [Mahayana]. E ai più avanzati insegnò il metodo per riconoscere la visione non dualistica e per ottenere la Buddhità nello spazio di una sola vita [Vajrayana].

Tarthang Tulku Rinpoche

PERCHÉ CI SONO TRE YANA?

E' necessario comprendere che ai tempi degli insegnamenti del Buddha, egli non si comportava come un grande studioso che voleva dimostrare un particolare punto di vista filosofico o che insegnava per il gusto di farlo.

Il suo desiderio era quello di presentare la vera essenza dei profondi e vasti stadi di realizzazione. Per questo motivo, egli impartì degli insegnamenti che fossero conformi alle abilità dei propri discepoli. Tutti i suoi insegnamenti, sia quelli più consistenti che quelli brevi, erano una risposta diretta e adatta allo sviluppo dei discepoli che andavano ad ascoltarlo. Naturalmente le persone hanno diverse capacità e diversi livelli di comprensione. Inoltre hanno anche desideri e voglie di imparare e capire il dharma differenti. Se il Buddha avesse insegnato solo la vera essenza della sua comprensione di quegli insegnamenti così grandi e di così vasta portata, solo pochissime persone avrebbero intrapreso il sentiero, solo un piccolo numero di discepoli con un livello intellettuale superiore. Il Buddha insegnò tutto ciò che potesse permettere ad una persona di progredire spiritualmente e di procedere gradualmente verso la liberazione. Quando si analizzano tutti gli insegnamenti del Buddha, ci si rende conto che questi possono essere suddivisi secondo tre approcci o veicoli principali [Hinayana, Mahayana e Vajrayana].

Thrangu Rinpoche

IL BUDDISMO POSSIEDE DIVERSE TECNICHE

Il Buddismo possiede diverse tecniche o pratiche che possono essere applicate a varie situazioni e a differenti livelli di coscienza. Alcuni insegnamenti si basano sull'auto-aiuto, attraverso l'indagine interiore guidata e l'autocontrollo [Hinayana]. Altri evidenziano la compassione e la comprensione [Mahayana]. Ma così come non si può parlare ad un fornaiolo delle macchinose insite nel mandare un razzo sulla luna, nulla può essere compreso adeguatamente e profondamente senza un'iniziale esperienza degli insegnamenti ed una certa pratica e capacità. Il Vajrayana è sempre stato insegnato e considerato un sentiero per i più forti, e questo sentiero richiede una completa apertura ad ogni esperienza.

Tarthang Tulku Rinpoche

L'HINAYANA

Dei tre yana il primo è l'Hinayana. Hinayana letteralmente significa "il veicolo minore". Bisogna che sia chiaro che il termine "minore" non è in alcun modo un termine peggiorativo. Esso fornisce le necessarie fondamenta su cui costruire.

Gli insegnamenti fondamentali dell'Hinayana sono gli argomenti principali del primo *dharmachakra* o *giro della ruota del dharma*. Questi insegnamenti furono impartiti soprattutto in India nella città di Varanasi. L'argomento principale di questi insegnamenti sono le quattro nobili verità.

Thrangu Rinpoche

IL PERCORSO GRADUALE DELLA PRATICA BUDDISTA

Esiste un approccio graduale agli insegnamenti Buddisti. Al principio si parla della tradizione *Sutrayana*, o Hinayana, degli insegnamenti Buddisti, che rappresenta la base o il livello iniziale. L'Hinayana sottolinea la disciplina. Nell'Hinayana l'accento è sulla comprensione della causa e dell'effetto rispetto alle azioni che si compiono con il corpo, con la parola e con la mente e che creano emozioni o attività nocive. Riconoscendo la loro dannosità si sviluppa un atteggiamento di

astensione dal compierle. Il secondo livello, o livello intermedio, è l'insegnamento Mahayana, che unisce la compassione e la disciplina e le indica come le due principali qualità da praticare. In questo approccio la disciplina Hinayana del corpo, della parola e della mente è molto più raffinata grazie alla pratica della genuina compassione. Negli insegnamenti Vajrayana l'accento è sulla consapevolezza e sulla reale comprensione della qualità di saggezza presente in ogni essere senziente. Raggruppando questi tre yana - Hinayana, Mahayana, Vajrayana - si può così lavorare sulla disciplina, sulla compassione e sulla capacità di generare una genuina saggezza. Questa saggezza non è un'interpretazione della propria comprensione, è una genuina saggezza che proviene dalla conoscenza delle cose come sono realmente, e dalla capacità di rimanere in questa consapevolezza.

Venerable Khandro Rinpoche

KHYENTSE RINPOCHE SUI TRE YANA

Gli insegnamenti Buddisti descrivono tre atteggiamenti fondamentali, che corrispondono a tre sentieri, o yana ("veicoli"), che possono essere praticati congiuntamente come un insieme integrato.

Il Piccolo Veicolo (Hinayana)

La Rinuncia, il fondamento del Piccolo Veicolo e quindi la radice di tutte le fasi successive del sentiero, implica il forte desiderio di liberare se stessi non solo dagli immediati dolori della vita ma anche dalle apparentemente infinite sofferenze del samsara, il circolo vizioso dell'esistenza condizionata. Con essa arriva una sincera stanchezza e la disillusione dal continuo bisogno di gratificazione, approvazione, profitto e status.

Il Grande Veicolo (Mahayana)

La Compassione, la forza guida del Grande Veicolo, nasce quando si realizza che sia l' "io" individuale che l'apparenza del mondo fenomenico sono in realtà privi di qualsiasi intrinseca, indipendente esistenza; si vedono tutte le sofferenze come frutto della propria ed altrui innata ignoranza, la quale interpreta l'infinita manifestazione delle apparenze illusorie come se fossero composte da entità separate ed esistenti in modo permanente. Un essere illuminato - colui che ha compreso che la natura ultima di tutte le cose è costituita da questa assenza di qualunque intrinseca, indipendente esistenza - agisce spontaneamente per la compassione senza limiti che sente verso coloro che vagano e soffrono nel samsara, sotto l'influsso dell'ignoranza. Ispirato da una simile compassione, colui che segue il Grande Veicolo non mira solo alla propria liberazione ma fa voto di ottenere la Buddhità con l'intento di acquisire la capacità di liberare tutti gli esseri senzienti dalla sofferenza insita nel samsara.

Il Veicolo Adamantino (Vajrayana)

La Pura percezione, la straordinaria visione del Veicolo Adamantino, consiste nel riconoscere la natura di Buddha in tutti gli esseri senzienti e nel vedere la purezza primordiale e la perfezione in tutti i fenomeni. Ogni essere senziente è dotato dell'essenza della Buddhità, così come l'olio pervade ogni seme di sesamo. L'ignoranza è semplicemente la non consapevolezza di questa natura di Buddha, come quando un uomo povero non sa che c'è un vaso d'oro seppellito sotto il suo tugurio.

Il percorso verso l'illuminazione, perciò, è una riscoperta di questa natura dimenticata, simile alla ricomparsa del sole quando le nuvole che l'avevano coperto sono spazzate via dal vento.

Dilgo Khyentse Rinpoche

DAL PUNTO DI VISTA DELLA PRATICA INDIVIDUALE

Un modo per guardare ai tre yana è adottare il punto di vista della propria pratica individuale. L'aspetto esterno, il proprio stile di vita, appartiene ai voti della liberazione individuale dell'Hinayana. La motivazione interiore della propria pratica è l'atteggiamento di Bodhisattva del Mahayana. L'aspetto nascosto o segreto della propria pratica è l'esperienza che si può sviluppare attraverso la pratica tantrica, tramite le tecniche Vajrayana e il proprio samaya o impegno verso la pratica.

Kalu Rinpoche

GLI YANA IN UN GUSCIO DI NOCE

Secondo il sistema Hinayana, il punto di vista è la mancanza di un sé. Secondo il sistema Mahayana, il punto di vista è la mancanza di un sé, la mancanza di sostanza reale nei fenomeni e la libertà da tutte le attività mentali. Secondo il sistema Mahamudra, il punto di vista è l'onnipervasiva Mente di Saggezza in tutti i fenomeni esistenti e non-esistenti. Secondo il sistema Maha-sandhi [Dzogchen], il punto di vista è la liberazione senza inizio della Mente di Saggezza di Samantabhadra.

Thinley Norbu Rinpoche

LA VACUITA' E' L'OGGETTO DI OGNUNO DEI NOVE VEICOLI

Il punto vitale della visione di ognuno dei nove veicoli non è altro che la vacuità. Ogni veicolo mira a sperimentare questa natura vuota delle cose e ad applicarla nella pratica, seguendo l'approccio che ogni veicolo ritiene corretto e senza errori. Dall'Hinayana in poi, il concetto di cosa la mente realmente sia diventa sempre più raffinato e sottile.

Tulku Urgyen Rinpoche

IL SENTIERO È UNA REALIZZAZIONE VIA VIA PIU' PROFONDA DELLA NATURA DI BUDDHA

La natura di buddha è esattamente ciò che viene praticato in ciascuno dei veicoli, ma differisce il modo in cui questa viene messa in pratica, dato che c'è un raffinamento della comprensione che diventa progressivamente più sottile attraverso i veicoli.

Tulku Urgyen Rinpoche

*Da: "In the Presence of Masters", Autori Vari, Shambhala Publications, 2004.
Traduzione di Gemma Patiscot.*
