

la meditazione come via

vipassana e zazen

home
presentazione
meditare
le lezioni
buddhismo
zen
gli esercizi
testi
bibliografia
insegnante
dizionario zen
links

Il maestro può solo additare la via (Christmas Humphreys)

C. Humphreys fu uno dei più importanti esponenti occidentali del buddhismo e in particolar modo del buddhismo zen in Europa, nel XX secolo. Scrisse anche diverse poesie.

"Maestro, sono triste e malato.
Insegnami quel che devo sapere".

"Figlio mio non c'è nulla da insegnare,
Né al di sopra, né al di sotto".

"Maestro, io soffro. Sii la mia guida;
Certo la Via è sgombra.
Mostrami i gradini che devo salire
Per giungere alla libertà, ora e qui".

"Figlio mio, se non posso fare di meno
Tuttavia non posso fare di più.
Infatti ognuno troverà da solo il fiume
E arriverà all'altra sponda.
I gradini sono molti. Primo, guardare
Per vedere le cose come sono
Accettando ciascuna come è veramente,
Una goccia di rugiada o una stella,
Quindi sapere che tutto è di tutto,
Del cielo, della terra o dell'inferno.
Tutto il bene è male, il male bene,
E tutto, figlio mio, è buono!".

"Camminare senza sosta è arduo:
Più arduo ancora è incominciare!".

"Col cuore e con la mente sforzati tuttavia
Di raggiungere la visione interiore.
Il sé che tu ami è solo una nebbia,
Trasudata dalla mente
Per offuscare la compassione del cuore
Per tutta la vita e tutta l'umanità.
Il Sè, la luce senza nome,
È lo specchio della Vacuità.
È, l'abbiamo e non l'abbiamo,
Corrotto e incorrotto.
E ora andiamo avanti. Io non guido.
Viaggiamo a fianco a fianco
Finché il cuore sarà l'amore stesso,
E l'amore stesso sarà morto".

"Maestro, il tuo dito indica la Via;
La tua saggezza è mia amica.
Ma quando finirà il viaggio lungo e faticoso?".

"Figlio mio, non c'è fine".

www.lameditazionecomevia.it