

# In Allegra Compagnia...

di Alessandro Romagnoli

In allegra compagnia dei miei dubbi, delle mie contrarietà, siedo in zazen. Opportunità acquistata d'osservazione. Subito essa è osteggiata dal coro di pensieri vanitosi ed egocentrici che s'affollano e premono alle porte della mente.

Esercito una decisa resistenza e gonfio il petto, quasi grugnisco. Col fare di chi non ha tempo da perdere, chiedo loro con falsa gentilezza di ripassare tra una trentina di minuti. Stupido! Mi credo il padrone, non riesco a vedermi per quello che sono; incapace di accoglienza con lo stesso personaggio che tanto millanto di conoscere: me stesso. E sia, allora! Torno sui miei passi, quindi alla porta. I pensieri sono ancora lì, in ghingheri, li sento sbattere pugni indignati, "che affronto è mai questo?!?" urlano. Apro, anzi spalanco la benedetta porta e li lascio passare e, poi, affacciarsi sul vuoto. Intanto me ne torno di là per controllare la mia postura in zazen: spingo con vigore le ginocchia a terra, come per alzarmi; riporto i pollici a sfiorarsi delicatamente nel mudra; verifico la giusta tensione della fune che ho fissato alla nuca per poterla rientrare, spero, correttamente. Intanto gli "ospiti" di là aumentano, continuano ad invitare al party altri pensieri loro amici, alcuni accompagnati persino da belle donne vestite di "vis(i)one". Mah! Li sento banchettare allegramente: "Prego, come foste a casa vostra!". Vorrei tanto un poco di silenzio.... ehhh... pazienza, troverò conforto nella espirazione p r o f o n d a e nella breve inspirazione che segue. Lentamente, senza alcun atto volitivo, percepisco la presenza degli altri compagni di pratica. Lentamente, trovo un posto nel mondo. Abbandonare l'io: quanto fascino dietro queste poche parole. Quanto sudore. Quanto lavoro di piccoli esseri che si provano a rimaner dritti, a non essere portati via da un soffio di vento.

Cerimonie, riti, liturgie: provarsi a vivere; percezione che migra oltre i confini del corpo che dico "mio"; adempiere ad una sorta di dovere esserico che responsabilizza nella consapevolezza. Di che? Di tutto e niente. Ripartire costantemente dallo zero assoluto per tornare allo zero assoluto. Sopportare l'insopportabile; tollerare l'intollerabile fardello della coscienza, del punto di vista che mi confonde, che mi ricaccia nella solitudine di individuo che tutto riferisce a sé. Schiacciato nell'angusto spazio del desiderio di volere, di misurare tutto, di "opinionare" comunque sia, di catalogare, ordinare, credermi tutore di qualcosa che non è. Se non nel mio ego. Ripartire da zero, di nuovo, ogni istante. Con-vivere. Con tutto ciò. Ripartire dal qui e ora, perché assurdo pensare un altro luogo e un altro tempo. Guardarmi allo specchio e sorridermi. Sorridere al riflesso che mi osserva con espressione beffarda: non sono quello ma quello è me.

Gassho. Semplice gesto se compiuto con la bella armonia del corpo tutto, e sincerità. Mi, ci, restituisce dignità nella sofferenza, per andarvi oltre. Altri movimenti in sincrono stanno per seguire, qui nel Dojo, in quest'alba autunnale. L'incenso, conforto e parte stessa di questa atmosfera che ci invita ad affidarci con serenità alla vita. Un suono, di colpo. Si rivela qui, ora, l'evidenza, quello che devo fare: "Buongiorno!".