

Sua Santità
il Dalai Lama

SCIENZA
E FILOSOFIA
nei classici
BUDDHISTI
INDIANI

2 - *La mente*

A cura di
THUPTEN JINPA

Traduzione italiana di
FABRIZIO PALLOTTI

Un compendio della letteratura psicologica ed epistemologica contenuta nei testi classici del buddhismo indiano, tradotti con esemplare chiarezza, mette in luce le connessioni con la filosofia, la psicologia e le scienze della mente contemporanee.

Ubalдини Editore - Roma

Prefazione

NOTA DEL CURATORE

È una vera gioia vedere in stampa questo volume speciale che presenta idee e intuizioni del pensiero buddhista classico sul tema importante della mente e del suo potenziale di trasformazione. Questo è il secondo volume di *Scienza e filosofia nei classici buddhisti indiani*, una serie unica nel suo genere che è stata realizzata sotto la supervisione di Sua Santità il Dalai Lama. Mentre il primo volume guardava al mondo fisico, questo indaga la scienza della mente. Il terzo e il quarto volume della serie, in preparazione, presentano le intuizioni filosofiche dei grandi pensatori buddhisti indiani.

Un'importante premessa alla base della serie, come sottolinea Sua Santità il Dalai Lama nella sua lunga introduzione, è la differenziazione dell'argomento dei testi buddhisti nei tre campi della scienza, della filosofia e della religione. Egli ritiene che, mentre l'ultimo ambito è rilevante soprattutto per i buddhisti praticanti, i primi due, la scienza e la filosofia come si trovano nelle fonti buddhiste classiche, possano e debbano essere riconosciuti come parte del patrimonio scientifico e filosofico globale. Esorto quindi il lettore a leggere prima di tutto la lunga introduzione in cui Sua Santità delinea in dettaglio la visione, il pensiero e le aspirazioni che stanno dietro alla creazione della serie in quattro volumi, e di questo volume sulle scienze della mente buddhista in particolare. L'apertura e la chiusura della sua introduzione corrispondono a quelle del primo volume, mentre il materiale relativo unicamente a questo volume si trova al centro.

Una caratteristica degli antichi sistemi di pensiero indiani è la loro attenta indagine sulla natura, la funzione e l'addestrabilità della mente umana, con la tradizione buddhista che eccelle particolarmente in questo campo. A partire dal Buddha stesso, risalendo indietro di oltre due millenni e mezzo, la tradizione buddhista ha posto in risalto come l'indagine critica della propria mente sia un percorso indispensabile per la padronanza di sé, la trasformazione spirituale e l'illuminazione. Una famosa affermazione attribuita al Buddha dice che la mente è il precursore di tutto e che la persona che ha pa-

droneggiato la mente ha trovato la vera pace. Criteri 'scientifici' e filosofici più sistematici sono emersi nella tradizione buddhista alcuni secoli dopo la morte del Buddha, poco prima dell'alba dell'era comune. Gli studiosi si riferiscono a questa fase come al periodo dell'Abhidharma, quando, non diversamente dalla storia dietro la creazione dell'Oxford English Dictionary, il grande corpus di insegnamenti attribuiti al Buddha fu compilato secondo diversi sistemi di classificazione. Un punto di riferimento nel periodo dell'Abhidharma è stato la creazione dell'esaustiva antologia conosciuta come il *Grande trattato sulla differenziazione* (*Mahāvibhāṣa*), datato al I o II secolo d. C. Vediamo in questo compendio una delle prime presentazioni sistematiche conosciute di quella che potrebbe essere definita una mappa della mente umana. Al centro di questa mappa della mente c'è una distinzione tra 'mente' e 'fattori mentali': il primo termine si riferisce al fatto fondamentale della consapevolezza e il secondo a immagini o dimensioni della vita mentale, definiti in termini di funzioni distinte. Il presente volume costituisce la più ampia risorsa in lingua occidentale su questa importante dimensione delle scienze buddhiste classiche della mente.

In linea di massima, sono qui presentate in modo ricercato quattro immagini distinte del pensiero buddhista classico legate alla disciplina delle scienze della mente. In primo luogo l'analisi dell'Abhidharma dei fattori mentali, le sue classificazioni, definizioni, funzioni e condizioni prossime. La *Seconda parte* del volume, la sezione più lunga, è una presentazione completa dei fattori mentali basata principalmente sul *Compendio della conoscenza* di Asaṅga, ma che include anche confronti critici con altre importanti fonti dell'Abhidharma, come l'Abhidhamma theravāda. Questa lunga sezione del volume è di particolare importanza per la psicologia e le neuroscienze contemporanee, così come per quanti sono interessati a comprendere il più ampio contesto delle pratiche complementari di derivazione buddhista, come la *mindfulness* e l'addestramento alla compassione. La seconda dimensione della scienza della mente buddhista presentata nel volume riguarda ciò cui gli studiosi si riferiscono come epistemologia buddhista (*pramāṇa*), soprattutto come sviluppata da Dignāga (v-vi secolo) e Dharmakīrti (vi secolo). La *Prima*, la *Quarta* e la *Quinta parte* del volume presentano le teorie e le intuizioni di questa risorsa classica in termini di tre temi chiave: la natura e la definizione della mente, includendo in particolare una distinzione tra mente percettiva e concettuale; la mente e il suo oggetto, che include una tipologia di cognizione basata sul modo in cui la mente interagisce con i suoi oggetti; infine, i sistemi di ragionamento che possono portare a una corretta inferenza riguardo il mondo e la nostra mente. La terza dimensione delle scienze della mente

buddhista, presentata nella *Terza parte* del volume, riguarda la prospettiva unica del *tantra* buddhista, che vede la mente e il corpo come non duali, e le tecniche di meditazione basate su tale visione. Il quarto e ultimo aspetto delle scienze della mente buddhiste, nella *Sesta parte*, comprende i metodi e le tecniche di addestramento mentale, tra cui in particolare la coltivazione del calmo dimorare (*samatha*) e della visione speciale (*vipāśyanā*), così come la coltivazione della gentilezza amorevole e della compassione.

I lettori hanno la fortuna di avere a disposizione gli eccellenti saggi di John Dunne, che precedono ognuna delle sei parti del libro come una guida perspicace e altamente accessibile ai temi chiave, alle domande e alle intuizioni specifiche di ciascuna delle sezioni. Attingendo dalla sua esperienza sia nel pensiero buddhista indo-tibetano classico sia nel pensiero occidentale contemporaneo, in particolare le scienze cognitive e la filosofia della mente, questi saggi portano alla luce le questioni chiave specifiche delle singole sezioni. Forniscono un contesto più ampio agli argomenti e preziosi indicazioni per i lettori contemporanei, in modo che possano navigare abilmente nel vasto territorio coperto da questo volume. In particolare, provvedono quella che potrebbe essere definita una 'traduzione concettuale' attraverso le culture, che oltre a portare consapevolezza al linguaggio (l'uso della parola 'mente' in forma plurale, per esempio), pone in relazione i concetti classici del buddhismo con i loro paralleli nella scienza e nella filosofia contemporanee.

Personalmente, è stato un profondo onore far parte di questo importante progetto. Innanzitutto, vorrei esprimere la mia più profonda gratitudine a Sua Santità il Dalai Lama per la visione e la guida in questa iniziativa di grande valore, che ha portato le intuizioni dei grandi pensatori buddhisti nel mondo contemporaneo. Attraverso la sua vita e il suo pensiero, Sua Santità è l'esempio della profondità e della vastità incarnate nella grande tradizione buddhista.

Ringrazio i redattori tibetani che hanno lavorato diligentemente per molti anni alla creazione di questo lavoro, soprattutto per la loro pazienza nei confronti delle sostanziali modifiche editoriali che ho apportato alle varie fasi dei manoscritti. Vorrei applaudire e ringraziare Dechen Rochard per essersi assunta l'impegnativo compito di tradurre l'intero volume. La sua padronanza del tibetano, la sua competenza della materia e la sua esperienza di studiosa accademica occidentale l'hanno resa una traduttrice ideale per questo importante lavoro. Devo un profondo inchino di gratitudine a John Dunne per aver lavorato con Dechen nel perfezionare la traduzione e, naturalmente, per aver scritto saggi magistrali come introduzione a ciascuna delle sezioni. Vorrei anche ringraziare il nostro editore di Wisdom Publications, David Kittel-

strom, e la sua collega Mary Petrusiewicz per l'attenta preparazione della traduzione inglese al fine della pubblicazione.

Infine, offro la mia profonda gratitudine alla Fondazione Ing per il suo generoso patrocinio dell'Institute of Tibetan Classics e alla Fondazione Scully Peretsman per il sostegno al mio lavoro, che mi ha permesso di dedicare il tempo necessario per l'edizione del volume originale tibetano e di questa traduzione.

Attraverso la pubblicazione di questo volume sulle scienze buddhiste della mente, possano le intuizioni e la saggezza dei grandi maestri buddhisti diventare accessibili e fonte di beneficio per i lettori contemporanei oltre i confini della geografia, della lingua e della cultura.

THUPTEN JINPA

Prima parte

La mente

IL SENTIERO DELLA CONOSCENZA

Fin dai loro primi giorni, le tradizioni buddhiste hanno posto in risalto l'importanza della mente. I resoconti tradizionali sostengono che il principe Siddhārtha, il quale divenne la figura storica che chiamiamo il Buddha, il 'Risvegliato', sperimentò una sorta di crisi spirituale verso i vent'anni. Il nocciolo di quella crisi era il problema del *dubkha*, un termine che viene solitamente tradotto come 'sofferenza', ma che indica anche un senso più sottile e sfuggente di insoddisfazione persistente. Si dice che il giovane principe lasciò la sua vita di svaghi e privilegi per accingersi a risolvere il problema della sofferenza, e incontrò una moltitudine di opzioni offerte da varie guide spirituali. Tra le tradizioni che incontrò, alcune esortavano i ricercatori spirituali a manipolare il corpo attraverso pratiche fisiche, incluse severe austerità. Tali metodi, in vari modi, vedono la sofferenza come un problema principalmente fisico, e non mentale, e quindi propongono che il problema della sofferenza possa essere risolto manipolando il mondo esterno, il corpo o entrambi. I resoconti tradizionali sostengono che il giovane principe Siddhārtha si immerse in tali pratiche e alla fine, a causa del deperimento provocato dalle sue austerità fisiche, premendo la mano sul suo ventre poteva facilmente sentire la spina dorsale sottostante. Questa immagine iperbolica del principe debilitato trasmette chiaramente la forza della sua determinazione a trovare una soluzione fisica al problema della sofferenza e dell'insoddisfazione.

Tuttavia, alla fine Siddhārtha si allontanò da questo metodo più fisico e adottò una prospettiva che sembra essere stata sempre più influente nel suo tempo. Il mondo fisico e il corpo stesso devono essere mantenuti, ma il problema della sofferenza non può essere eliminato attraverso manipolazioni puramente fisiche. Piuttosto, la sofferenza nasce da una distorsione mentale di fondo nel modo in cui sperimentiamo il mondo, tale che viviamo in uno stato di ignoranza perpetua (sscr. *avidyā*) o di oscuramento (*moha*). Così, per alleviare la sofferenza, si deve rimuovere quell'oscuramento di fondo contra-

standolo con la saggezza (*prajñā*), che “vede le cose come sono veramente” (*yathābhūtaadarśana*).

Interpretando la sofferenza come un problema di ignoranza, Siddhārtha aveva intrapreso un percorso spirituale che, in comune con alcune altre tradizioni indiane, divenne noto come ‘sentiero della conoscenza’ (*jñānamārga*). Per qualsiasi percorso di conoscenza, comprese tutte le tradizioni buddhiste indiane, l’obiettivo fondamentale della filosofia e della pratica contemplativa è quello di sradicare l’oscuramento che è alla base di ogni sofferenza. I resoconti buddhisti si concentrano spesso su ciò che costituisce esattamente l’ignoranza, la distorsione cognitiva fondamentale che sta alla radice della sofferenza, poiché identificare correttamente l’ignoranza permette di coltivare il suo antidoto. Diversi livelli di analisi filosofica interpretano l’ignoranza in modo diverso, e al livello più elementare, l’ignoranza riguarda le distorsioni cognitive che inducono la sensazione di avere un’identità personale fissa e completamente autonoma. I volumi successivi di questa serie esamineranno non solo questo livello di base, ma anche i resoconti più fini che si trovano a livelli di analisi più alti, come l’anti-essenzialismo radicale che si trova nella filosofia del Madhyamaka. Per tutti questi livelli di analisi, il punto chiave è che il difetto che produce sofferenza e insoddisfazione è all’interno della mente stessa, e i teorici buddhisti dal primo periodo in poi furono in tal modo obbligati a impegnarsi in una vasta e robusta indagine sulla natura della mente. In questo sforzo, hanno esplorato i processi cognitivi, i contorni degli stati affettivi, i costituenti della conoscenza affidabile, i metodi meditativi per la trasformazione, e così via. Questo volume, compilato da un’abile squadra di studiosi tibetani, presenta il resoconto buddhista indiano della mente e del suo funzionamento, e in questa prima parte i nostri autori si concentrano sulla natura della mente stessa, insieme a questioni chiave relative alla cognizione. Prima di esaminare alcune questioni chiave nella *Prima parte*, chiariamo le fonti e i metodi di questo resoconto.

FONTI E METODI

Come indicato nei saggi introduttivi di Thupten Jinpa nel primo volume di questa serie, le fonti principali di questa compilazione provengono da opere buddhiste scritte originariamente in sanscrito, sebbene alcune siano ora disponibili solo in traduzione tibetana. Il presente volume sulla mente cita decine di fonti, compresi i discorsi (*sūtra*) attribuiti al Buddha, ma tre generi sono particolarmente centrali: il corpus dell’Abhidharma, i *pramāṇa* o lette-

ratura epistemologica, e i manuali di pratica contemplativa. Il corpus dell’Abhidharma, chiave anche per il primo volume di questa serie, emerge dal primo periodo della storia buddhista, e questi testi sono particolarmente interessati a dare un resoconto sistematico dei costituenti fondamentali della mente. Uno dei contributi più duraturi dell’Abhidharma è il resoconto “della mente e dei fattori mentali” che caratterizza la *Seconda parte* di questo volume, ma le fonti dell’Abhidharma sono spesso citate anche in altri contesti, e il *Tesoro della conoscenza* (*Abhidharmakośa*) di Vasubandhu (IV secolo circa) è una fonte frequente.

A differenza dell’Abhidharma, la letteratura epistemologica emerge più tardi nella storia buddhista, ed è associata soprattutto ai teorici indiani Diḡnāga (ca. V-VI secolo) e Dharmakīrti (ca. VI secolo). Per le analisi della percezione, del ragionamento inferenziale, della formazione dei concetti e di altri processi cognitivi, le opere di Dharmakīrti in particolare sono una fonte fondamentale. I nostri autori citano anche i testi epistemologici per le loro influenti teorie sulla natura della mente.

I grandi autori buddhisti dell’India scrissero anche alcuni trattati (sscr. *śāstra*) che a volte sfuggono a una facile categorizzazione, ma molti di questi possono rientrare nella categoria generale dei ‘manuali contemplativi’, nel senso che anche quando si addentrano in una filosofia complessa, rimangono fondamentalmente interessati a fornire istruzioni, teorie o spiegazioni per una pratica contemplativa efficace. Tra le molte fonti di questo tipo citate dai nostri autori, una delle più frequenti è *Impegnarsi nelle attività del bodhisattva* di Śāntideva (VII-VIII secolo circa), che è esemplare nel modo in cui intreccia istruzioni dirette per la pratica contemplativa con l’analisi filosofica. Tradizionalmente, tutte queste fonti sono organizzate secondo lo schema gerarchico delle ‘quattro scuole’ della filosofia buddhista: Vaibhāṣika, Sautrāntika, Yogācāra e Madhyamaka. La scuola Madhyamaka è tradizionalmente considerata la ‘più alta’ perché si dice che le sue critiche all’essenzialismo forniscano il resoconto più accurato di ciò che esiste veramente, ma le modalità della mente e della cognizione sostenute dal Madhyamaka sono tratte quasi interamente dalle tre scuole inferiori. La terza scuola, Yogācāra, è spesso considerata una forma di idealismo filosofico, tale da criticare l’esistenza della materia. Mentre la scuola Yogācāra fornisce alcune fonti chiave per i modelli della mente e della cognizione presentati in questo volume, sono le due scuole inferiori, il Vaibhāṣika e il Sautrāntika, a fornire la prospettiva analitica per la maggior parte del contenuto qui articolato. Mettendo da parte le distinzioni più sottili tra le due scuole inferiori, l’aspetto più rilevante della loro prospettiva è che esse sostengono una forma di dualismo, per cui il mondo

consiste di elementi fisici irriducibili, generalmente concepiti come particelle di materia infinitesimalmente piccole, e di elementi mentali irriducibili, le varie componenti della coscienza e della cognizione.

Metodologicamente, i nostri autori adottano un criterio tradizionale e pragmatico su questo vasto materiale. Poiché i livelli superiori di analisi forniti dalle scuole Madhyamaka e Yogācāra sono spesso controintuitivi, e poiché i modelli di base della mente, degli affetti e della cognizione possono essere adeguatamente articolati senza fare appello a questi livelli superiori di analisi, i nostri autori scelgono principalmente di presentare questo materiale dal livello inferiore di analisi assunto dalle scuole Vaibhāṣika e Sautrāntika. Livelli più alti di analisi sono occasionalmente invocati, ma questo livello di base, in cui mente e materia sono tenute distinte, è la prospettiva predefinita per la maggior parte delle spiegazioni, in parte perché non si allontana troppo dalle nostre intuizioni ordinarie. Eppure, come diventerà evidente, queste intuizioni ordinarie sono spesso messe in discussione anche a questo livello più basso di analisi, e questo è precisamente il motivo per cui il livello più elementare è pragmaticamente utile a fini esplicativi, poiché una critica che si allontana troppo dalle nostre intuizioni ordinarie potrebbe rivelarsi impegnativa in un modo che distrae inutilmente.

LA NATURA DELLA MENTE

La *Prima parte* di questo volume presenta un resoconto della mente tratto da fonti buddhiste indiane, e questo solleva immediatamente alcune difficoltà per i lettori abituati alle nozioni di mente della filosofia occidentale, della psicologia e delle scienze cognitive. Una questione chiave è che il termine ‘mente’ nei contesti occidentali suggerisce una singola entità che dura nel tempo e ha varie capacità, disposizioni o caratteristiche. Al contrario, le fonti buddhiste citate dai nostri autori sostengono che la mente è *episodica*, così che una mente (sscr. *citta*) è un continuum (*santāna*) di momenti mentali, ogni momento emerge causalmente dal momento precedente e agisce come causa per il momento successivo. Ogni mente è quindi un momento unico di coscienza (*jñāna*) o consapevolezza (*saṃvitti*). Pertanto l’analisi della natura della mente è in realtà un’analisi di ciò che, in molti contesti occidentali, sarebbe un momento della mente o un ‘evento mentale’. In un modo che può creare ulteriore confusione, gli autori buddhisti parlano spesso di ‘menti’ plurali che riguardano la stessa persona in diversi momenti o in differenti contesti, come la mente in un momento di coscienza visiva o la mente in un momento di

concentrazione su un punto. Entrambe queste menti potrebbero essere nello stesso continuum, così che riferendosi a qualcuno di nome Jane, si potrebbe parlare delle ‘molte menti di Jane’, una locuzione che sembra strana nei contesti occidentali. Nella nostra traduzione, abbiamo cercato di evitare il più possibile l’uso del plurale *menti*, ma è importante notare che, anche al singolare, il termine ‘mente’ si riferisce a un singolo evento mentale, cioè a un momento distinto in un continuum mentale.

Passando ora alla natura della mente, i nostri autori si concentrano sul resoconto più ampiamente citato, vale a dire che la mente è chiara (tib. *gsal ba*) e consapevole (*rig pa*). Qui, il termine ‘chiara’ rende due termini sanscriti distinti che evocano il carattere fenomenico della mente e anche una delle sue proprietà essenziali. In relazione al termine sanscrito *prakāśa*, la traduzione tibetana è più accuratamente resa come ‘luminosa’, nel senso che la mente ‘illumina’ o presenta contenuti, proprio come una lampada illumina ciò che è vicino. A differenza di una lampada fisica, però, la mente non dipende dalla vicinanza per ‘illuminare’ ciò che è presente in un momento di coscienza; un’immagine della Torre Eiffel, per esempio, può essere presentata nella coscienza senza bisogno di essere a Parigi. Una seconda caratteristica chiave è che, anche nei casi eccezionali in cui un momento di coscienza non ha contenuto cognitivo, una mente o un momento di coscienza include ancora il carattere fenomenico di presentare o illuminare, anche se non c’è contenuto da illuminare.

La mente è anche chiara in quanto è trasparente (sscr. *prabhāsvara*). Qui, il termine ‘chiara’ indica una proprietà fondamentale della mente. L’acqua, per esempio, è per sua natura chiara, in quanto anche quando è torbida, le impurità che la oscurano possono essere rimosse, e la sua naturale chiarezza o trasparenza ritornerà. Allo stesso modo, la mente è chiara in quanto nessun oggetto particolare (come la Torre Eiffel) o stato emotivo (come la rabbia) è essenziale per un momento di coscienza. Questo punto è particolarmente cruciale per gli orientamenti buddhisti alla trasformazione personale e al cambiamento del comportamento, poiché significa che le abitudini disfunzionali che producono sofferenza e insoddisfazione possono essere trasformate, proprio perché non sono essenziali alla mente stessa. Ciò significa in particolare che l’ignoranza, la distorsione cognitiva fondamentale che sta alla base della sofferenza, non è una proprietà essenziale della mente, ed è quindi possibile rimuovere tale distorsione senza porre fine alla coscienza stessa.

Se la mente è chiara, o forse ‘luminosamente chiara’ (per cogliere i due sensi compresi in questo termine) è anche consapevole (tib. *rig pa*; sscr. *saṃvit*). In generale, ciò significa che una mente o un momento di coscienza ha

un carattere epistemico; cioè, la mente non illumina semplicemente, ma lo fa anche in modo informativo. Più specificamente, al livello di analisi impiegato dai nostri autori, una mente o un momento di coscienza *riguarda* il suo oggetto, e presenta quell'oggetto in un modo che è rilevante per l'atto che si relaziona a quell'oggetto. I nostri autori sottolineano che la mente, in virtù dell'essere consapevole, è distinta dalla materia, che manca di questo carattere. Tuttavia, due punti qui sono cruciali. In primo luogo, se la mente è distinta dalla materia, dipende comunque da una 'base' materiale per funzionare. In altre parole, la mente è necessariamente immanente al corpo (incarnata), e i vincoli posti da una particolare incarnazione (come le capacità dei propri organi sensoriali) devono essere presi in considerazione quando si esaminano i processi cognitivi e altre immagini della mente. In secondo luogo, se la mente è intrinsecamente consapevole in virtù del fatto che presenta gli oggetti come rilevanti per l'azione immanente al corpo, non è necessariamente detto che un momento di consapevolezza (cioè, qualsiasi evento mentale dato) fornisca informazioni affidabili sul suo oggetto. È per questa ragione, in parte, che i teorici buddhisti sono così preoccupati di distinguere le molte varietà di consapevolezza.

VARIETÀ DI COGNIZIONI:
IL CASO DELLE COSCIENZE SENSORIALI
E DELLA COSCIENZA MENTALE

Nella *Prima parte* molto spazio è dedicato all'esame dei diversi modi di categorizzare la mente, e di particolare rilievo qui è la distinzione tra coscienze sensoriali e coscienza mentale. In questo contesto, l'uso del termine *menti* al plurale non si applica solo al continuum degli eventi mentali. Possiamo anche dire correttamente che un essere senziente in qualsiasi momento può avere più menti. Ciò indica un'importante caratteristica del resoconto buddhista presentato dai nostri autori: esso adotta quella che si potrebbe chiamare una tesi della modularità, simile ad alcuni resoconti contemporanei nelle scienze cognitive. La modularità stessa è un argomento complesso, e le nozioni contemporanee comprendono alcune prospettive concorrenti. In termini semplici, *modularità* significa che processi cognitivi distinti sono eseguiti da moduli mentali distinti che sono 'incapsulati', nel senso che possono funzionare indipendentemente da altri moduli. Forme forti di modularità spesso collegano queste funzioni a regioni cerebrali specifiche, e possono affermare la modularità anche a livelli complessi di elaborazione. Forme più

deboli di modularità affermano che i moduli operano a livelli più elementari di elaborazione, e tali teorie possono non mantenere una forte corrispondenza tra un modulo e qualsiasi regione cerebrale localizzata. Dalla prospettiva di questa considerazione altamente semplificata della modularità, i teorici buddhisti indiani affermano una forma debole di modularità, specialmente per quanto riguarda le cinque forme di coscienza sensoriali.

In breve, un'istanza di coscienza sensoriale emerge inizialmente quando la facoltà sensoriale fisica contatta l'oggetto e diventa così la sua *condizione dominante* (sscr. *adhipatipratyaya*). Con condizioni aggiuntive in atto, i processi mentali richiesti per produrre, per esempio, il primo momento di una coscienza visiva possono verificarsi contemporaneamente ai processi che producono il primo momento di qualsiasi altra coscienza sensoriale, come una coscienza uditiva o olfattiva. In questo modo, più 'menti' sensoriali possono (e di solito lo fanno) sorgere simultaneamente, e questo suggerisce che la coscienza sensoriale mostra almeno una forma debole di modularità. Perché al basso livello di elaborazione richiesto per produrre il primo momento di una coscienza sensoriale, i cinque tipi di coscienza sensoriale operano indipendentemente l'uno dall'altro.

I nostri autori sottolineano che il basso livello di elaborazione che produce un primo momento di coscienza sensoriale non è sufficiente per indurre un'azione che si relaziona a un oggetto sensoriale. Per facilitare l'azione verso un oggetto sensoriale, questo deve essere concettualizzato o categorizzato, e ciò può avvenire solo quando i dati della coscienza sensoriale si spostano nella coscienza mentale. A quel punto, sulla base di condizioni aggiuntive come i desideri e gli obiettivi, può verificarsi un concetto che facilita l'azione orientata all'obiettivo. Ora, tuttavia, la modularità relativa alla coscienza sensoriale non si applica più, perché solo una coscienza mentale può verificarsi in qualsiasi momento. Nel concepire gli oggetti sensoriali, la coscienza mentale dipende dall'elaborazione di livello inferiore fornita dalla coscienza sensoriale e da altri processi mentali come la memoria.

Un aspetto importante di questa articolazione di sei tipi di coscienza (la coscienza mentale e le cinque forme di coscienza sensoriale) è che riflette l'impegno a sviluppare modelli di cognizione che non richiedono un sé autonomo (sscr. *ātman*) o un percettore (*bhoktr*) come agente di un atto cognitivo. Attingendo al lavoro di Dignāga e Dharmakīrti, i nostri autori sottolineano che il senso di soggettività in ogni momento della coscienza è semplicemente una momentanea 'forma fenomenica' o 'immagine' (*ākāra*) che emerge contemporaneamente all'immagine o rappresentazione dell'oggetto. Questa 'immagine' della soggettività non ha quindi alcun ruolo o potere cau-

sale in quel momento di percezione visiva; essa riflette invece una caratteristica strutturale di base, la relazione soggetto-oggetto, che caratterizza ogni momento di coscienza che riguarda un oggetto.

AFFIDABILITÀ EPISTEMICA E IL SOSPETTO DEI CONCETTI

Il risalto posto sulla costruzione di modelli cognitivi che mettono da parte qualsiasi nozione di un 'sé' autonomo e immutabile che agisce come agente della cognizione ci riporta al problema fondamentale della sofferenza e dell'insoddisfazione. Come notato sopra, i teorici buddhisti in India sostengono che il problema fondamentale della sofferenza è causato dall'ignoranza, una distorsione cognitiva fondamentale la cui manifestazione più basilare è proprio questo senso di un 'sé' autonomo e immutabile come l'agente delle azioni, il percettore delle percezioni, il controllore del sistema mente-corpo, e così via. Per questi teorici, tale distorsione può essere risolta solo coltivando una forma di saggezza che la contrasti. Una teoria di base qui è che due stati cognitivi possono essere in opposizione reciproca in modo che uno inibisca necessariamente l'altro. Un'ulteriore affermazione è che, quando una cognizione non ingannevole (sscr. *avisamvādi*), epistemicamente affidabile, entra in conflitto con una inaffidabile, lo stato cognitivo affidabile, se sufficientemente robusto, inibisce sempre quello inaffidabile. Inoltre, le disposizioni che causano l'insorgere della cognizione inaffidabile o distorta possono infine essere eliminate usando tecniche contemplative per immergersi nell'esperienza della cognizione affidabile. Questo modello di base, discusso ampiamente nella *Sesta parte*, si applica a tutti i casi in cui si cerca di eliminare le distorsioni cognitive, e si applica specialmente alla coltivazione della saggezza come mezzo per sradicare l'ignoranza.

Dato il ruolo centrale giocato dall'affidabilità o non ingannevolezza epistemica nelle pratiche destinate a trasformare un praticante, non sorprende che questo tema emerga ripetutamente nelle analisi buddhiste dei processi cognitivi. La tradizione buddhista indiana contiene un'enorme quantità di materiale semplicemente sulla questione dell'affidabilità epistemica, specialmente nel contesto di una *cognizione valida* (*pramāṇa*), che è allo stesso tempo affidabile e motivante dell'azione. La questione fondamentale dell'affidabilità epistemica porta a molte altre indagini e sfumature sottili che producono le tassonomie in questa sezione della *Prima parte*. Una distinzione interessante che emerge in queste analisi tassonomiche è la nozione che l'affidabilità epistemica può ancora applicarsi a cognizioni che sono 'sbagliate'

Indice

<i>Prefazione</i>	pag.	7
<i>Introduzione di Sua Santità il Dalai Lama</i>	»	16

Prima parte

La mente

1. La natura della mente	»	51
2. Le coscienze sensoriali	»	62
3. Concettuale e non concettuale	»	77
4. Validato ed errato	»	86

Seconda parte

I fattori mentali

5. Distinguere la mente e i fattori mentali	»	107
6. I fattori mentali onnipresenti	»	118
7. I fattori mentali con un oggetto determinato	»	123
8. I fattori mentali virtuosi	»	131
9. L'amore e la compassione	»	136
10. Le affezioni mentali	»	150
11. I fattori mentali variabili	»	167
12. I fattori mentali in altre opere	»	171
13. I fattori mentali sostanziali e imputati	»	184
14. Presentazioni alternative dei fattori mentali	»	189

Terza parte

Menti grossolane e sottili

15. Menti grossolane e sottili nelle tradizioni condivise	»	215
16. Menti grossolane e sottili nel Tantra dello yoga supremo	»	221

Quarta parte

La mente e i suoi oggetti

17. Come la mente si relaziona ai suoi oggetti.	pag. 253
18. La settuplice tipologia della cognizione.	» 269

Quinta parte

Il ragionamento inferenziale

19. Ragionamento e razionalità	» 297
20. Le categorie dell'evidenza corretta.	» 323
21. L'evidenza inferenziale fallace	» 341
22. Il "Tamburo della ruota delle ragioni" di Dignāga	» 346

Sesta parte

L'addestramento della mente attraverso la meditazione

23. Come si addestra la mente.	» 365
24. Il calmo dimorare	» 390
25. Analisi e visione.	» 421
26. La meditazione di consapevolezza.	» 429
27. Le otto preoccupazioni mondane	» 442
28. Incrementare le buone qualità	» 451
29. Argomento conclusivo: la persona o il sé	» 457

<i>Glossario</i>	» 461
<i>Bibliografia</i>	» 477
<i>Indice analitico</i>	» 488

DALAI LAMA

SCIENZA E FILOSOFIA
NEI CLASSICI BUDDHISTI INDIANI

Il secondo volume della serie concepita e redatta sotto la supervisione di Sua Santità il Dalai Lama, un'opera in quattro volumi che costituisce un compendio delle indagini scientifiche e filosofiche del buddhismo indiano sulla natura della realtà, prende in esame la scienza della mente.

Il lettore è dapprima introdotto alle peculiari concezioni della mente e della coscienza nel buddhismo: la mente come un continuum di momenti mentali, in cui ogni momento sorge dal precedente in modo causale e a sua volta agisce come causa del momento successivo; le sei categorie di coscienza, cinque coscienze sensoriali e la coscienza mentale.

Poi la presentazione tradizionale dei fenomeni mentali: l'analisi dei fattori mentali contenuta nei testi dell'Abhidharma, nella seconda parte del volume, assume particolare rilevanza per la psicologia e le neuroscienze contemporanee, e per quanti siano interessati a comprendere meglio le pratiche complementari di derivazione buddhista quali la *mindfulness* e l'addestramento alla compassione. Si passa poi all'epistemologia buddhista (*pramāṇa*), soprattutto quella sviluppata da Dignāga e Dharmakīrti, e alla prospettiva dei *tantra* buddhisti, secondo cui mente e corpo sono non duali, con i suoi livelli sottili di coscienza collegati alle energie sottili o 'venti' che scorrono lungo alcuni canali all'interno del corpo umano.

Nell'ultima parte è esposta la cosiddetta 'scienza contemplativa buddhista',

la psicologia alla base della meditazione con le teorie e i metodi dell'addestramento mentale, che comprendono la meditazione del calmo dimorare (*śamatha*), la meditazione di visione speciale (*vipāśyanā*) e la coltivazione della gentilezza amorevole e della compassione.

Il volume raccoglie passi scelti da alcuni dei più grandi pensatori buddhisti indiani, come Asaṅga, Vasubandhu, Nāgārjuna, Dignāga e Dharmakīrti, e per fornire un contesto ai lettori occidentali, ogni parte del volume è introdotta da un saggio di John D. Dunne, professore di Filosofia buddhista e pratica contemplativa all'Università del Wisconsin. I saggi stabiliscono una connessione tra il materiale degli antichi filosofi indiani e i loro paralleli occidentali, entrando a pieno titolo nel dibattito contemporaneo.

* * *

Sua Santità il DALAI LAMA è la guida spirituale del popolo tibetano, premio Nobel per la pace e alta fonte di ispirazione per tutti.

*

THUPTEN JINPA è stato il traduttore inglese di Sua Santità il Dalai Lama per oltre trent'anni. Insegna Filosofia buddhista alla McGill University, Montréal.

*

FABRIZIO PALLOTTI (CHAMPA PELGYE), studioso di buddhismo dal 1979, ha frequentato il Geshe Program all'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia e praticato *sūtra* e *tantra* in India. È il traduttore italiano di Sua Santità il Dalai Lama.

*

Del Dalai Lama sono già apparsi presso questa Casa Editrice altri sette titoli.