

## La nostra vera persona

*Da: Thich Nhat Hanh, "Nulla da cercare. Un commento alla raccolta di Linji",  
Astrolabio, 2010*

Nel tredicesimo secolo il re del Vietnam Tran Thai Tong scrisse i seguenti versi.

La persona vera senza posizione  
giace su un ammasso di carne rossa  
Il colore rosa e il colore bianco della carne e delle ossa possono ingannarci.

Sta dicendo che i colori della nostra carne possono darci l'illusione che siamo questo corpo. Vediamo la nostra carne e ci identifichiamo con il nostro corpo. Se qualcuno dice che il nostro corpo non è bello, abbiamo il complesso di non essere belli. I nostri stati d'animo fluttuano e ci identifichiamo con quelle sensazioni. Quando siamo tristi diciamo: "Sono triste". Quando siamo felici, diciamo: "Sono felice". Ma la nostra vera persona non è queste cose, né qualcosa fuori di noi.

In noi vi è la nostra vera persona, ma non viviamo con la nostra vera persona, non riconosciamo la nostra vera persona. Viviamo solo con le cose che pensiamo siano la nostra vera persona. Viviamo la nostra intera esistenza in questa ignoranza, nella convinzione che la nostra carne e le nostre sensazioni siano la nostra vera persona. La nostra vera persona non ha posizione, non è né dentro né fuori, non è ingannata dalla nascita e dalla morte, dall'andare e dal venire, dall'avere e dal non avere, da ciò che facciamo o non facciamo. Che giochiamo a scacchi, siamo a letto tutto il giorno o meditiamo tutta la notte, quella non è la nostra vera persona.

La nostra vera persona non può essere trovata con i mezzi dell'intelletto, dai ragionamenti. Su questo ammasso di carne rossa c'è una vera persona. Chi non l'ha vista osservi con attenzione, viva consapevolmente. La nostra vera persona è il nostro miracoloso Buddha, presente nelle nostre meravigliose relazioni con tutte le cose. Il nostro Buddha non è i nostri cinque skanda, le cinque cose che fanno di noi un essere umano. Forme, sensazioni, percezioni, formazioni mentali e coscienza, non sono la nostra vera persona. Noi siamo le nuvole, il cielo, i nostri antenati e i nostri discendenti. La nostra vera persona è una meraviglia e quando ce ne accorgiamo ci sentiamo bene. Abbiamo ancora i nostri alti e bassi, ma non ci identifichiamo con essi, sappiamo di essere di più. Il nostro successo come praticanti è realizzare la nostra vera persona.