

DEREK LIN

il Tao
del
DESTINO



ARMENIA

Titolo originale dell'opera: *The Tao of Success*

Traduzione di Rossana Terrone

Copyright © 2010 by Derek Lin

All rights reserved including the right of reproduction in whole or
in part in any form.

This edition published by arrangement with Jeremy P. Tarcher, a
member of Penguin Group (USA)

Copyright © 2011 Gruppo Editoriale Armenia S.p.A.

Via Valtellina, 63 - Milano

armenia@armenia.it

www.armenia.it

Stampato da Grafiche Litocolor S.r.l.
per conto del Gruppo Editoriale Armenia S.p.A.

Questo libro è dedicato
alla memoria di Robert Lin:
fratello, migliore amico,
e straordinario cultore del Tao.

INTRODUZIONE

La trasformazione della vita: un evento speciale
Le magico quando accade. All'improvviso, ci si rende conto di aver superato una transizione. Nulla è cambiato, eppure tutto è diverso, perché interiormente non siamo più la stessa persona.

Non è meno speciale e magico quando si osserva un altro individuo attraversare questo processo. Fisicamente, egli resta lo stesso, ma spiritualmente è come se una farfalla fosse emersa dalla crisalide. Vede il mondo con occhi nuovi; dispiega le fragili ali e prende il volo. È un onore esserne testimoni, poiché una rinascita spirituale è miracolosa quanto una nascita fisica.

La trasformazione della vita, infatti, è lo scopo primario di chi coltiva il Tao. Gli antichi studiarono il Tao – la via dell'esistenza – non per sviluppare argomenti da discutere, bensì per comprendere come procedere da un livello di spiritualità a quello successivo. Usando la loro terminologia, «conformarsi al Tao correttamente» significa procedere con successo al livello successivo.

Essi accumularono le loro conoscenze sul Tao gradualmente, nel corso di secoli di attenta osservazione. Appresero dalla natura e dagli individui che riuscivano a ottenere un successo straordinario in modo naturale e privo di sforzo. Col tempo, perfezionarono il Tao trasformandolo in una via affidabile e collaudata in grado di catalizzare un cambiamento duraturo nella vita.

Come gli antichi, anche noi desideriamo migliorare. Tuttavia, invece di adottare metodi comprovati, spesso seguiamo le mode. Ascoltiamo audiolibri sull'evoluzione del sé, ci sintonizziamo su programmi motivazionali e ci rechiamo in gran numero ad acquistare gli ultimi best seller.

Tutto ciò produce risultati contraddittori. Alcuni riescono ad apportare un cambiamento genuino e positivo alla loro vita. Sono quelli che si sono conformati al Tao correttamente, anche se gli attribuiscono un nome differente. Altri non sono altrettanto fortunati. Forse ottengono il successo solo per vederlo svanire. Forse per un po' sono diversi, solo per ritornare alle vecchie abitudini. Questi sono coloro che non si sono attenuti alla via del Tao.

La via degli antichi saggi è più affidabile. La loro comprensione globale della natura umana ci offre uno strumento per rimanere non soltanto sul sentiero giusto, ma per avvisarci se deviamo. Tutto ciò che dobbiamo fare è prendere questo Tao del successo e applicarlo al qui e ora. In altre parole, dobbiamo praticare il Tao della vita moderna.

SUCCESSO E TAO

Vi sono coloro che sono fermamente convinti che il Tao sia diametralmente opposto alla ricerca del successo nella vita. Poiché è possibile che abbiano studiato la filosofia orientale, alcuni di loro potrebbero sostenere che «nel Tao non vi è successo né fallimento», oppure che «in ultima analisi, il successo non ha alcun senso», o ancora che «è inutile ricercare il successo, poiché hai già successo».

Tali considerazioni sembrano profonde, eppure, se vi addentrarete nella cultura cinese, scoprirete che non esistono massime che le rispecchiano. I cinesi sono assai orientati verso il successo. Discuteranno volentieri con voi del *cheng gong zhi dao* (il Tao del successo), ma se provate a convincerli che esso sia fondamentalmente privo di senso, non farete altro che sconcertarli. Essi potranno indicarvi i genitori che lavorano duramente per costruire una famiglia, oppure il maestro di Kung Fu che pratica con rigore per anni al fine di perfezionare la tecnica. Questi individui onesti di sicuro non credono di aver già ottenuto il successo o di non avere nulla da fare.

Come può essere? Com'è possibile che proprio i cinesi non capiscano il concetto fondamentale del *wu wei*, l'essenza della non-azione nel Tao? Il pensiero taoista non ha forse permeato ogni aspetto della loro cultura per secoli?

La semplice risposta è che il Tao solitamente

proposto in Occidente non corrisponde all'onnipresente Tao dell'Oriente. La versione che vediamo è stata distorta dalla barriera linguistica. *Wu wei* non significa non-azione, e alcuni degli insegnamenti nei quali ci imbattiamo sono molto più simili ai dolcetti della fortuna o a un piatto cinese (che tutti ritengono siano cinesi ma che in realtà sono stati inventati in Occidente).

La verità è che vi sono insegnamenti del Tao più profondi che trascendono la natura priva di significato di ogni cosa. La maggior parte delle persone non ne viene a conoscenza, pertanto alcuni daranno automaticamente per scontato che la mancanza di significato sia la forma più alta di saggezza. In realtà, è soltanto il punto di partenza.

La tradizione taoista ha una parabola che illustra questo concetto.

Molto tempo fa, nell'antica Cina c'era un giovane uomo così intimorito all'idea del vuoto dell'esistenza che non poteva fare a meno di parlarne. A tutti coloro che erano disposti ad ascoltarlo, diceva: «Quando si va al fondo della questione, ci si rende conto che non vi è alcunché che abbia un significato intrinseco».

Un giorno, un saggio lo udì discutere dell'argomento con i suoi amici: «Tutto è privo di significato», insisteva. E li sfidò a confutare la sua affermazione, ma il suo ragionamento sembrava così solido che nessuno riuscì a farlo.

Il saggio si unì al gruppo e chiese al giovane uomo: «Perché sei così convinto che tutto sia privo di significato?».

«Perché chiedere perché?» ribatté il giovane. «Anche il motivo è insignificante. Forse non vi è alcun motivo».

«C'è sempre un motivo», disse il saggio. «Ogni cosa è priva di significato perché è esattamente così che dev'essere. Dev'essere in questo modo perché il suo vuoto è ciò che ti rende libero di creare il tuo significato. Lo spazio vuoto di un vaso è ciò che gli conferisce la sua utilità. L'esistenza è una tabula rasa che ti invita a dare il tuo contributo».

Fu come se una luce avesse illuminato una stanza buia. Quel giorno tutti conseguirono un barlume di illuminazione. Anche il giovane uomo si rese conto di avere ancora molto da imparare. Il sentiero verso il Tao era appena iniziato.

La stessa cosa vale per il successo. Ciò che avete qui è un invito aperto a creare il vostro significato e a contribuire con la vostra creatività. Usate il vuoto e riempitelo con la vostra definizione unica e personale di ciò che una bella vita dovrebbe essere. Il vostro sentiero verso il Tao del successo è appena iniziato.

L'ADDESTRAMENTO DEL TAO

Dopo la pubblicazione del mio ultimo libro, *The Tao of Daily Life*, ho avuto il privilegio di incontrare

molte persone, di parlare con loro del potere del Tao di trasformare la vita. In occasione di una di queste conversazioni, un lettore sollevò una questione interessante: «Derek, il tuo libro offre un'ottima visione d'insieme del Tao», disse. «Mi ha spronato ancora di più a coltivarlo. Mi piacerebbe iscrivermi a un corso più strutturato e sistematico, da seguire passo passo. Sai se esiste qualcosa del genere?».

«Purtroppo no», gli risposi. «La pratica del Tao è estremamente decentralizzata, sicché non esiste un corso di studio universalmente riconosciuto che si possa seguire. Non vi sono esami da superare, né livelli da raggiungere. Ciascuno di noi deve individuare i settori della vita che richiedono attenzione, per poi concentrare su di essi i suoi sforzi».

«Permettimi di porre la domanda in modo diverso», insistette lui. «Supponiamo che mi trasferisca in Asia e decida di seguire una tradizione taoista autentica per migliorarmi. I maestri mi diranno di lavorare sull'aspetto che più mi interessa?».

«No. Ti faranno seguire un percorso di apprendimento spirituale. Questo percorso ti porterà a toccare vari aspetti di te stesso in una sequenza specifica... Okay, adesso capisco che cosa vuoi dire».

Lui sorrise. «Sì! Quali sono gli aspetti di me stesso che posso coltivare? Qual è la sequenza specifica che devo seguire per coltivarli?».

Illustrai quali avrebbero potuto essere gli argomenti di un simile programma di addestramento.

Tutti erano impazienti di saperne di più. Questa fu la prima volta che ebbi sentore del forte interesse della gente per questo argomento. In seguito, quando parlai ad altri gruppi, mi resi conto che l'interesse non solo era forte, ma anche diffuso. E questo mi ha indotto, in modo del tutto naturale, a decidere di scrivere questo libro.

I CINQUE PASSI PER TRASFORMARE LA VITA

Benché non vi sia un corso universalmente riconosciuto per lo studio del Tao, il metodo di apprendimento tradizionale presenta una serie di schemi comuni. Tali schemi non sono casuali né arbitrari. Sono stati distillati dall'esperienza accumulata nel corso di migliaia di anni. Quando gli antichi saggi osservavano qualcuno che apportava un miglioramento significativo nella propria vita, lo annotavano. In che modo era avvenuto il cambiamento? Quali erano stati i fattori implicati? Gli altri potevano raggiungere risultati simili?

Ne emersero numerosi principi, e uno di essi era che i veri cambiamenti devono essere fatti dall'interno all'esterno. Chi cercava di conseguirli seguendo la direzione opposta invariabilmente otteneva risultati scarsi. Essi modificavano il modo in cui si presentavano al mondo, ma non il modo in cui pensavano o sentivano. Trattavano i sintomi, ma non la causa.

Fallivano perché l'aspetto esteriore alla fine deve riflettere lo stato interiore, quale che sia quello stato.

Dopo tale osservazione, gli antichi saggi concepirono i loro metodi con istruzioni specifiche. Concepirono l'essere umano come un insieme di molteplici anelli concentrici. Occorreva iniziare dal centro e avanzare, passo dopo passo, dall'anello più interno a quello più esterno. Il cambiamento che si viene a creare ad ogni passo si diffonde all'esterno come le increspature sulla superficie di un lago.

Complessivamente vi sono cinque anelli, pertanto occorre muovere cinque passi dal centro verso la periferia. Ogni passo (con la propria serie di cinque elementi) rappresenta un progresso significativo nella vita. Tutti e cinque insieme avranno il potere di modificare completamente il sé, innescando così una trasformazione globale. Ecco i cinque passi.

PASSO 1: LA SPIRITUALITÀ

Il primo passo consiste nel coltivare lo spirito. Talvolta lo spirito viene confuso con la mente, ma essi sono molto differenti. La mente, come qualsiasi altra cosa nel mondo, è soggetta a un mutamento continuo. La si può immaginare come una tempesta sempre in movimento. A volte infuria con violenza inaudita. Lo spirito è l'occhio della tempesta. Resta

eternamente costante, indipendentemente da come si comporta la tempesta.

L'occhio della tempesta è il punto dal quale dovette iniziare il vostro lavoro. Alcuni possono pensare che il lavoro consista nel diventare più calmi, più controllati, ma questa è soltanto la fase preliminare. La calma e la padronanza di voi stessi vi consentono di stabilire un forte legame con lo spirito, il quale, a sua volta, vi permette di attingere al suo potere illimitato. La chiave è una comprensione chiara. Qual è la natura del sé spirituale? Come può essere usato il suo potere, non per un attimo, ma da questo punto in poi?

PASSO 2: LA MENTE

Il secondo passo consiste nel pensare in conformità con il Tao: il che non significa diventare più scaltri o più informati. È la base per i due passi successivi, perché ogni cosa che fate nel mondo affonda le sue radici nella vostra mente. Tutte le vostre parole, azioni, decisioni e scelte iniziano sotto forma di pensieri. Pertanto, la vostra posizione generale nel mondo non può migliorare a meno che voi non condizioniate la mente a pensare in modo diverso e migliore.

Benché vi siano molti metodi diversi per addestrare la mente, ve ne sono cinque particolarmente importanti per la trasformazione della vita. È possi-

bile che non rispondano alle vostre aspettative, nel senso che non accrescono le capacità della mente (non vi serviranno per leggere più in fretta o per memorizzare più dati). Al contrario, hanno a che fare con il potere delle percezioni, delle attitudini e delle prospettive: i componenti essenziali di un giusto stato mentale per conseguire il successo.

PASSO 3: LE RELAZIONI

Il terzo passo consiste nel trasformare le relazioni con le altre persone. Se finora vi siete focalizzati sul vostro panorama interiore, adesso dovete collegare l'interno con l'esterno. Una mente che sia stata trasformata dal Tao ha una tendenza naturale a protendersi verso altre menti. In altre parole, potete estendere il potere di trasformazione dalla vostra mente ai vostri contatti personali.

Proprio come l'esterno riflette l'interno, i vostri amici rispecchiano il vostro sé autentico. Via via che vi lascerete ispirare dal lavoro richiesto per questo passo, scoprirete il potere di ispirare le persone che vi circondano. Diventeranno spontaneamente migliori, senza esservi costrette e senza fingere. Scoprirete altresì il potere di attrarre gente meravigliosa, gente che vi ispirerà proprio come voi ispirate i vostri amici.

PASSO 4: IL VOSTRO MONDO

Il quarto passo riguarda il mondo materiale. Si tratta di una progressione logica dal terzo passo, poiché concerne il legame con gli oggetti invece che con le persone. Questo potrebbe sorprendere coloro che danno per scontato che il Tao si occupi soltanto degli aspetti eterei e intangibili della vita. La verità è che il Tao abbraccia tutto ciò che esiste, compresi gli oggetti materiali.

Questo passo mette in risalto la natura semplice e concreta di una pratica autentica. Tuttavia non riguarda specificamente il diventare ricchi. Se avete padroneggiato i precedenti tre passi, la conseguenza naturale sarà che godrete di un'abbondanza materiale. Pertanto, l'enfasi in questo passo è sulla gestione della prosperità. Volete gestire correttamente i vostri guadagni, invece che siano loro a gestire voi.

PASSO 5: IL VOSTRO DESTINO

L'ultimo passo riunisce il lavoro degli altri quattro per canalizzarlo verso la trasformazione della vita. Gli antichi saggi si resero conto che il destino di un essere umano non era immutabile. La gente che non conosceva il Tao non aveva altra scelta se non quella di seguire il destino prestabilito per loro; coloro invece che comprendevano il Tao potevano riscriverlo a

piacimento. Questa riscrittura doveva essere fatta in una maniera specifica, ed è di questo che si occupa il quinto passo.

Riguarda anche l'importanza del vostro scopo finale. Non è sufficiente riuscire a modificare il proprio destino. Non è nemmeno sufficiente coltivare lo spirito e la mente, o rafforzare il legame con le persone e gli oggetti. Questi compiti diventano significativi soltanto se vi impegnate a metterli al servizio di qualcosa di più elevato di voi stessi. Pertanto, questo passo non riguarda solo *in che modo* foggiate il proprio destino ma anche *perché*.

IL METODO PER COLTIVARE IL TAO

Non crediate di dovervi allontanare dalla civiltà per lavorare su questi cinque passi. Se è vero che nell'antichità v'erano discepoli che vivevano e studiavano in monasteri remoti, è altrettanto vero che un numero ancora maggiore di studenti coltivava il Tao in silenzio e nell'anonimato tra la popolazione. Non ne sentiamo parlare molto, forse perché non si conformano alla nostra idea di Oriente esotico, ma ciò non sminuisce la validità dei loro metodi.

Voi potete coltivare il Tao nello stesso modo, fondendo le lezioni illustrate in questo libro nella vostra frenetica vita moderna. La struttura narrativa delle lezioni le rende ancora più memorizzabili, cosicché

quando incontrerete gli schemi che descrivono, sarete in grado di riconoscerli più facilmente. Tale riconoscimento scatenerà il ricordo del dharma associato cosicché possiate modificare i vostri pensieri e le vostre azioni di rimando.

Non disperate se dimenticate di applicare il Tao. Occorre molto lavoro per pensare e agire coerentemente come un saggio. Per fortuna, alla maggior parte di noi accadono così tante cose nella vita che non esauriremo mai le opportunità per praticare. Se vi attenete al Tao, inizierete a vedere gli inconfondibili segni del cambiamento nella vostra vita. Apriranno la porta a un mondo più ricco e soddisfacente di quanto si possa immaginare.

Quando la porta si aprirà, sarà un giorno speciale, non solo per voi ma anche per me. Il livello finale della trasformazione della vita non consiste solo nell'attraversarlo o nell'osservare qualcuno che lo attraversa. Vi è qualcosa di ancora più grande, e questo qualcosa consiste nell'aver aiutato fattivamente gli altri a scoprire la possibilità di operare un cambiamento genuino, e a trasformare tale possibilità in realtà.

Mentre leggete queste parole, sappiate che io vi sosterrò e mi rallegrerò per voi. Se riuscirò a svolgere anche solo un piccolo ruolo nell'aiutarvi a intraprendere la trasformazione della vostra vita... *questo* sarà per me l'onore più grande di tutti!

Nota

Tutte le traduzioni del *Tao Te Ching* citate nel presente volume sono tratte da *Tao Te Ching: Annotated & Explained*, opera originale dell'autore, pubblicata nel 2006.

INDICE

<i>Introduzione</i>	pag.	7
PASSO UNO - LA SPIRITUALITÀ	»	23
La tranquillità autentica	»	31
Il regalo di compleanno	»	39
La preghiera	»	47
Esistenza	»	55
Il restauro del tempio	»	67
 PASSO DUE - LA MENTE	»	75
Il ladro d'ascia	»	81
Il buddhista devoto	»	89
Il soccorritore	»	97
Mezzo pieno o mezzo vuoto?	»	109
Il grande segreto del nonno	»	119
 PASSO TRE - LE RELAZIONI	»	129
Il voto del silenzio	»	135
La freccia avvelenata	»	143
La scuola di Kung Fu	»	151
L'agricoltore e il cacciatore	»	163
La coperta	»	173

PASSO QUATTRO - IL VOSTRO MONDO	»	183
Il vuoto	»	189
Il grillo	»	197
I libri antichi	»	205
La prima battuta di caccia del re	»	215
Il vaso antico	»	223
 PASSO CINQUE - IL VOSTRO DESTINO	 »	 229
La casa più bella	»	237
La gara di tiro con l'arco	»	243
Lavare i piatti	»	251
La statua e il gradino	»	263
La visita del saggio	»	271