

# Che cosa è il karma?

Il termine karman ha origine dalla radice verbale sanscrita kr avente il significato di "fare" o "causare", presupponendo la condizione di "creare qualcosa agendo". Ne parliamo con Enrica dal Zio artista della parola, attrice e terapeuta, che terrà un seminario su questo tema nell'ambito del GRU.



Lavorare con il karma significa toccare l'aspetto sacro della vita. Foto Alohshbennet, Flickr.com

Nella terminologia religiosa e filosofica indiana viene considerato per lo più il principio di "causa-effetto", un principio di concatenazione secondo il quale ogni azione provoca una reazione, vincolando, per alcune di esse, gli esseri senzienti al samsara (il ciclo di morti e rinascite). In ambito induista è comunemente considerata la parte non-materiale delle azioni, ed è la causa del destino degli esseri viventi. Sentiamo dall'origine dei significati della parola che si tratta di un ambito molto vasto, profondo e delicato di cui è difficile dare una definizione, ma se dovessi fare una sintesi di cosa è per me karma, alla luce dell'esperienza di questi 16 anni di ricerca pratica, oltre che di studio, in questo campo, direi che è entrare in un ambito di relazioni più ampie. E' un processo che, a partire da una capacità educata di guardare dietro o dentro gli eventi, porta a scoprire piano piano, osservando le vicende della vita e il presente, che ciò che facciamo e ciò che ci viene incontro dalla vita non avviene per un caso ma che appartiene a un ordine più ampio,

superiore, pieno di un senso che lega in maniera saggia gli eventi tra di loro.

Ci sono eventi che fanno parte del nostro destino e che non possiamo evitare?

Tutti sperimentiamo in alcuni momenti della vita dei sincronismi particolari, quasi magici, come se noi e il mondo attorno ci muovessimo all'unisono o invece la forza dirompente della perdita di persone vicine o dell'esperienza della malattia e dell'essere messi alla prova delle difficoltà della vita.

Mi verrebbe da dire che tutti gli eventi fanno parte del nostro destino, ma forse però quelli che non possiamo evitare o che, se cercando di sfuggirli o di non affrontarli e approfondirli, si ripresentano in forma uguale o anche modificata, sono quelli che ci appartengono in maniera particolare. Essi ci possono portare, nella mia esperienza, a sviluppare qualità particolari e uniche che poi caratterizzano la nostra strada personale e la nostra individualità e il suo agire per e nel mondo. Ma per permettere questo svilupparsi del destino degli avvenimenti, del loro impulso evolutivo, dobbiamo entrare in un'attività, dare loro spazio, osservarli, chiederci perché accadono. Se non facciamo questo non riusciamo ad entrare in un presente attivo dove posso riconoscere con interesse che ciò che faccio e vivo mi appartiene profondamente. In altre parole dove posso entrare in maniera consapevole e cooperativa nelle leggi del karma anziché sperimentare

gli eventi della vita come destino ineluttabile ed opprimente.

Che cosa possiamo ottenere lavorando con il karma?

Possiamo iniziare a comprendere il senso delle cose che ci succedono. Possiamo scoprire il contesto in cui è ha avuto origine in altre circostanze l'avvenimento che stiamo vivendo, anche di un passato molto lontano, e questa comprensione ci permette di non esserne completamente travolti ma di poterci distaccare da esso e guardarlo dall'esterno.

E, proprio perché ne percepiamo un "senso" in un determinato contesto si accende in noi un nuovo interesse. Se riconosciamo una ragionevolezza, un perché più profondo, di una situazione siamo naturalmente stimolati a reagire in maniera più presente, attiva e anche specifica e ci verranno delle idee nuove per delle soluzioni. Anziché subire le situazioni, possiamo iniziare a capirle ed esse ci ispireranno nuove modalità di comportamento. Un altro aspetto importante del lavoro con il karma, che già traspare dalle considerazioni precedenti, è che in esso sfioriamo la realtà del nostro io superiore, imperituro, che intesse la trama della nostra esistenza da vita a vita. Sperimentiamo qualcosa di profondissimo di noi stessi in maniera molto intima, consapevole, direi, sacra in senso moderno. Tocchiamo il mistero della nostra esistenza.

*Il seminario si terrà il 12 gennaio 2012 presso Biblioteca Salita dei Frati a Lugano. 91 945 31 49 (Fabio), info@grulugano.ch*