

2 DONI INATTESI

RACCONTO ZEN

La storia del vaso incrinato

Protagonisti di questo racconto sono due vasi pieni d'acqua trasportati con fatica. L'acqua cade lungo il sentiero, però non va mai del tutto persa.

Una leggenda cinese racconta di un'anziana signora che andava tutti i giorni alla fonte a prendere l'acqua, portando due vasi appesi alle estremità di un lungo bastone. Uno dei due vasi era intatto, l'altro incrinato. La strada fino alla fonte era lunga.

Come ovvio, una volta tornata a casa il vaso intatto era ancora pieno, mentre quello incrinato aveva perso acqua lungo il tragitto ed era pieno solo a metà.

Per due anni, ogni giorno, la vecchia signora portò a casa solo un vaso e mezzo d'acqua. Il vaso intatto era molto orgoglioso del suo lavoro. Il vaso incrinato, invece, si sentiva sminuito e inutile: si vergognava, ed era triste

perché poteva svolgere il proprio compito solo a metà.

Così, non riuscendo più a trattenersi, dopo due anni il vaso incrinato si rivolse alla vecchia signora: «Mi vergogno di me stesso, perché tutti i giorni perdo acqua preziosa».

L'anziana donna sorrise e rispose: «Guarda lungo il sentiero: vedi i fiori che si trovano su un lato solo della strada? Sono cresciuti dalla tua parte, proprio grazie all'acqua che hai lasciato cadere ogni giorno. Ho sempre saputo che eri incrinato, ed è per questo che ho fatto cadere dei semi su quel lato. Sei stato tu a innaffiarli, giorno dopo giorno! Se ho tanti splendidi fiori a illuminare la mia casa è solo grazie alla tua incrinatura...»

CHE COS'È UN RACCONTO ZEN?

Il racconto zen è una storia breve, apparentemente semplice ma dal significato profondo, che invita a meditare, a riflettere su una grande questione universale. La parola *zen* è la pronuncia giapponese del carattere cinese "Chan" e significa "visione" o "meditazione"; indica una pratica di meditazione molto antica, diffusa in Estremo Oriente da migliaia di anni, che ha come scopo una comprensione profonda di sé e del cosmo.

C. Santini, *Kintsugi, l'arte segreta di riparare la vita*, trad. di M. Parolini, M. Curtoni, Rizzoli, Milano 2022



■ PAROLE CHE RESTANO

1. Rileggi la storia e sottolinea un passaggio che ti è piaciuto o ti ha colpito per qualche motivo; condividilo con il tuo compagno o compagna di banco, preparandoti a spiegare la tua scelta e ad ascoltare la sua.

■ SBIRCIARE TRA LE STORIE

2. Le storie zen si concludono tutte con un insegnamento saggio, una sorta di avviso o consiglio a chi legge. Hai mai letto una poesia o una storia, o visto un film o un cartone animato che secondo te nasconde un insegnamento simile a quello della storia dei due vasi? Raccogli qui le tue idee e poi condividile con il tuo compagno o compagna di banco.

■ GUARDARE LE PROPRIE DEBOLEZZE DA UN ALTRO PUNTO DI VISTA

A volte capita di **non essere soddisfatti di se stessi**, di vedere una caratteristica del proprio modo di essere ingigantita fino a considerarla un **difetto**, qualcosa da nascondere.

Certo, ci sono aspetti del carattere su cui possiamo o dobbiamo lavorare (per esempio la pigrizia o la permalosità), ma ce ne sono altrettanti che possiamo imparare a guardare da un altro punto di vista, cercando di **scovare gli effetti positivi** che hanno sulle nostre vite; per esempio, le persone considerate timide spesso sono ottime ascoltatrici, le persone che non riescono a star ferme un minuto di solito sono molto dotate negli sport.

3. Trova tre aspetti del tuo carattere che non ti convincono e prova a guardarli da un altro punto di vista: quali doni portano con sé?

Mi considero...	Questo però fa sì che io...
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

4. Ora scegli uno degli aspetti su cui hai riflettuto e condividilo con un compagno o compagna. Può essere chi ti siede accanto o un'altra persona: decidete insieme all'insegnante.