

ZADANKAI

Responsabile dei miei desideri.

A volte fare Gongyo e Daimoku tutte i giorni sembra una complicazione. Quanto è importante praticare così? Come si fa a mantenere la decisione anche quando non si vedono gli effetti? Come non separare la pratica e l'attività buddista dalla vita quotidiana?

È normale che ognuno abbia una propria idea per vivere il meglio possibile, e poiché si agisce in base all'idea che si ha, se migliora l'idea migliora anche l'azione. Praticare vuol dire "mettere in pratica", pratico per mettere in pratica un'idea.

Per il principio di simultaneità di causa ed effetto: ogni attimo della vita è allo stesso tempo l'attimo di un risultato e l'attimo di una causa da cui poi deriva un altro risultato. Se consideriamo il processo di causa ed effetto, poiché la vita presente è l'effetto di un passato infinito, occorrerebbe un tempo infinito per risanare il negativo che abbiamo accumulato. Pratico questo buddismo perché questo buddismo mi dice che in questa vita posso trasformare tutto quello che ho accumulato nell'infinito passato, esaurendone l'effetto.

Non è importante chiedersi quanto tempo ci vorrà: il tempo è lungo o breve a seconda dello stato d'animo, pratico per percepire che la vita è diversa dal tempo solare, ciò che conta è l'attimo presente. L'azione che si sta facendo ora ha un valore enorme per risolvere tutto l'infinito passato. Pratico per la Legge fondamentale, pratico per comprendere che tutto il passato è compreso in un attimo. Pratico per comprendere e realizzare.



Da una parte c'è la Legge, Nam-myoho-renge-kyo. Dall'altra la nostra vita quotidiana. Di solito cerco di comprendere la Legge con il mio normale ragionamento. Solo quando riusciamo a superare il limite del nostro ragionamento, in ogni attimo e un attimo dopo l'altro, riesco a comprendere e a vivere lo spirito originale della vita.

Il Buddismo dice di credere, di avere fede. Ma credere solo a livello mentale di per sé non è sufficiente per capire.

Solo facendo nella vita quello in cui crediamo mano a mano riusciamo a capire. In quell'attimo nasce tanta gioia, e non si sa quale sia la causa di questa gioia né da dove venga. Viene dall'interno.

Se provo a fermare questa gioia scompare subito.

Pratico anche per questo per mantenere la costanza nella pratica, altrimenti, una volta trovata la gioia, smetterei.

Pratico appunto perché so di avere gioia di vivere e voglia di vivere e continuo a cercarla.

Penso anche allo studio. Si studia per un motivo ben chiaro: per sapere come comportarsi da buddisti nelle varie situazioni. Studiare costantemente dà anche gli strumenti per saper affrontare eventi imprevisti. Se si dimentica questo si abbandona la pratica perché lo studio resta solo teorico e non serve a niente.

Pratico per vivere, anche il Buddismo serve per vivere, non è solo una teoria. Posso realizzare, realizzare l'idea nella vita, posso realizzare più idee in questa vita. Senza realizzazione le idee non valgono nulla.

Ognuno ha una sua concezione della realtà nella situazione in cui si trova, all'interno del suo limite. Ognuno relaziona il proprio sé con l'ambiente intorno e con le persone e limita il proprio sé. Se si toglie quel limite tutto cambia. Il limite è il proprio karma.

Pratico per cambiare il mio karma.

La prima cosa è il desiderio: se si vuole, si riuscirà a rimuoverlo, altrimenti non ci si riuscirà. Alle volte percepisco di avere paura di dove è il limite della mia forza, questo è il motivo per cui non lo voglio conoscere. Prima di arrivare al limite, mi fermo.

Pratico perché quello che sto tentando di fare è di rompere questo limite, di andare oltre.

Non lo so... il punto è che se voglio affrontare il problema supero il limite. Altrimenti vuol dire che ancora non lo hai affrontato veramente. Ognuno avrà un suo motivo, spesso c'è paura ecco perché la parola "coraggio" è così centrale nel buddismo. Se ho paura di affrontare, purtroppo resto dove sono. A volte ho paura anche delle piccole cose. A volte ho paura di tante cose.

Pratico perché le posso affrontarle.

Quando devo rompere un limite, quando ho paura o mi sento demotivato, sento che devo fare lo sforzo di ricominciare con il daimoku, il centro della mia sfera, invece delle mie idee o del fatto che già recito tutti i giorni.

Per esempio i genitori devono capire i ragazzi, devono capire anche quello che non si vede, quello che hanno dentro al di là del loro comportamento, al di là del loro atteggiamento e solo così riesco ad aiutarli. Se guardi solo l'esterno, qualsiasi cosa tu faccia la situazione non cambia. L'importante per me è se riesco o meno a capire quello che c'è dietro. Pratico per sviluppare la capacità di vedere con gli occhi del Buddha

Pratico per non stare male quando stanno male gli altri.