

# Sermoni

---

## A proposito di *Doji* (Essere uno con tutte le cose) del Rev. Dosho Saikawa

---

Per comprendere *doji* (essere uno con tutte le cose), che è spiegato ne "I Quattro modi in cui un Bodhisattva si comporta per fare del bene agli esseri umani" (*Bodaisatta Shishobo* nello *Shobogenzo* del Maestro Zen Dogen), dobbiamo prima parlare innanzitutto del fondamento della Via di Buddha. Una parte importante della struttura di propositi e atteggiamenti fondamentali della Via di Buddha è l'idea che i buddha e i bodhisattva operino per portare a compimento gli scopi e la realizzazione della Via di Buddha.

L'obiettivo della Via di Buddha è la salvezza di tutti gli esseri senzienti, in base allo spirito di compassione. La sua effettiva attività è espressa nei termini di *bakku yoraku* - rimuovere la sofferenza degli esseri umani e offrire tranquillità, gioia e serenità. Quest'attività conduce alla pace nel mondo, offrendo tranquillità e sicurezza al cuore di ogni persona. E sono i buddha e i bodhisattva a operare per tale proposito. Prendendo nota dell'attività dei bodhisattva, il testo "I Quattro modi in cui un Bodhisattva si comporta per fare del bene agli esseri umani" presenta il punto di vista di questa attività.

Coloro che aspirano alla Via di Buddha, usando le azioni e i propositi dei buddha e dei bodhisattva come modello e obiettivo, devono fare uno sforzo incondizionato per realizzare i Quattro Voti (*Shiguseiganmon*):

1. salvare tutti gli esseri senzienti, per quanto innumerevoli
2. estinguere le illusioni, per quanto inesauribili
3. conoscere a fondo gli insegnamenti dharma, per quanto incommensurabili
4. seguire la Via di Buddha, per quanto interminabile

Come i Quattro Voti, lo *shishobo* dovrebbe essere visto come un metodo di pratica, un atto dei bodhisattva, compresi noi stessi.

Coloro che lavorano per portare a termine un tale grande obiettivo sono buddha e bodhisattva, e siamo anche noi che cerchiamo di seguire il loro esempio. Se prendiamo in considerazione questo obiettivo da un altro punto di vista, significa condividere con tutti gli esseri il risveglio di Sakyamuni Buddha. Questo punto di vista è descritto nel primo capitolo di *Denkoroku*, scritto dal Maestro Zen Keizan. Si tratta di incoraggiare ogni individuo a raggiungere realmente il risveglio come propria esperienza e a vivere la vita quotidiana con risveglio e gratitudine per averla raggiunta. Siccome questo effettivamente accade, la Via di Buddha è un modo di praticare e il tesoro del genere umano.

Per capire tutto ciò nel dettaglio, vediamo il primo capitolo del *Denkoroku*. Questo capitolo descrive chiaramente le prime parole di Buddha dopo il risveglio ("Il ruggito leonino di Buddha"): "Sakyamuni Buddha vide la stella del mattino, fu risvegliato e disse "Io e tutti gli esseri senzienti abbiamo realizzato la via contemporaneamente". In quel momento, l'essenza principale dell'illuminazione di Buddha espressa in quelle parole fu definita come il desiderio di Buddha che ogni persona potrebbe sperimentare: "Io e tutti gli esseri senzienti abbiamo realizzato la via contemporaneamente". E così, per la nostra gratitudine, l'attività missionaria di Buddha ebbe inizio, e così anche noi abbiamo la possibilità di ricevere questa grazia. In breve, salvare tutti gli esseri facendo esperienza di divenire un buddha proprio come ha fatto Sakyamuni Buddha, è il grande voto dei buddha e dei bodhisattva, com'è descritto nel primo dei Quattro Voti, "Per innumerevoli che siano gli esseri, faccio il voto di salvarli tutti".

Volere che ogni persona gusti questa simultanea realizzazione significa volere che chiunque incarni "tutti gli esseri senzienti sono in modo innato Buddha realizzati". Nella nostra scuola, il Soto Zen, incoraggiamo molto energicamente le persone a raggiungere questa condizione attraverso *shikantaza* (soltanto stare seduto). Il Maestro Zen Dogen lo spiega in *Shobogenzo Bendowa*, come segue: "raggiungere lo spogliamento del vostro corpo e mente stando soltanto seduti". Quindi, come detto sopra, *Shishobo* (I Quattro Modi per Guidare gli esseri senzienti) e *doji* in particolare, è un metodo per praticare il voto di bodhisattva per consentire alle persone di gustare che "tutti gli esseri senzienti sono in modo innato Buddha realizzati" e di creare un mondo di pace.

Esprimendo il suo significato da un altro punto di vista ancora, *doji* è salvare le persone risvegliandole ai *Sanbo-in* (Tre Sigilli del Dharma) come base della Via di Buddha. Questi tre sono *shogyo mujo* (tutte le cose condizionate sono mutevoli), *shoho muga* (non esiste un sé permanente) e *nehan jakujo* (nirvana è tranquillità).

Inutile dire che questo mondo è fatto di dualismi e come tale, esiste il bene e il male, il superiore e l'inferiore, il guadagno e la perdita, la vita e la morte, l'illusione e il risveglio. Di conseguenza, in questo mondo esistono chiaramente un ideale e un percorso verso di esso. Tuttavia, quando riusciamo davvero a cogliere *doji*, ci rendiamo conto che non vi è dualismo. Per questo motivo, Buddha ha fatto voto di aiutare gli esseri senzienti a sperimentare "Io e tutti gli esseri senzienti abbiamo realizzato la via contemporaneamente", e ha dedicato il resto della sua vita soltanto alla loro salvezza. Inoltre, con questo proposito in mente, Buddha ha trasmesso la via della pratica chiamata *zazen* (anche se ci sono differenze di contenuto nello *zazen* tra le diverse tradizioni, come quella Theravada e quella Tibetana).

Inoltre molti testi insieme ad altri metodi di pratica sono stati trasmessi attraverso le generazioni. Le Scritture si dividono in *kyo* (經- sutra), *ritsu* (律 - precetti) e *ron* (論- filosofia) ma sono tutti metodi, mezzi abili che hanno come obiettivo primario quello di salvare le persone.

Per questo motivo, i quattro modi di *Shishobo* - dare (布施- *fuse*), parole gentili (愛語- *aigo*), benevolenza (利行- *rigyo*) e unità (同事- *doji*) - non devono essere analizzati solo logicamente o filosoficamente. Dovrebbero essere visti soprattutto come un modo per salvare le persone trasmettendo la grande tranquillità che Buddha raggiunse attraverso il risveglio del sé.

Come ho scritto in precedenza, l'insegnamento di Buddha, la Via di Buddha, è considerato come il tesoro del genere umano perché il suo scopo principale è la salvezza delle persone, e anche perché l'insegnamento e la pratica della Via di Buddha hanno il potere di salvarle.

Ebbene, queste osservazioni preparatorie pongono le basi di quanto io posso scrivere in merito a *doji*, l'argomento di questo testo. Ma come persona coinvolta nella diffusione della Via di Buddha, non posso limitarmi a spiegare semplicemente tale argomento. Una spiegazione della parola o la sua interpretazione accademica sarebbe più adatta a uno studioso di buddismo. Il compito dei missionari come me è quello di condurre le persone alla tranquillità attraverso il loro insegnamento, e per questo voglio mostrare il senso di *doji* da questo punto di vista.

Cominciamo con le quattro modalità di *Shishobo*. La prima modalità è il dare. Se le persone apprezzano un tesoro, dateglielo; se apprezzano il dharma, dategli il dharma. Attraverso questa donazione, l'affinità emerge e colui che riceve può cominciare a capire e ricevere la Via di Buddha. La seconda modalità sono le parole gentili. Attraverso l'offerta di buone parole, parole che gauriscono, si crea un'affinità e i destinatari possono essere disposti a ricevere la Via. La terza modalità è la benevolenza. Se facciamo del bene alle persone con buone azioni del corpo, della parola e dell'intenzione, scaturirà un'affinità che li renda disposti a ricevere la Via. La quarta modalità è *doji*. Variamo il nostro aspetto e le nostre azioni a seconda delle persone con cui ci troviamo. Questo comportamento farà emergere un'affinità e potrebbe far ricevere loro la Via di Buddha.

Queste sono le vie fondamentali per salvare gli altri, ma prendiamo in considerazione le parole del Maestro Zen Dogen. Esiste un sutra chiamato *Shushogi* che è composto di frasi tratte dagli scritti del Maestro Zen Dogen. Nel quarto capitolo, intitolato "Fare voto di beneficiare gli esseri" (*Hotsugan Risho*) si ritrovano parole del *Bodhisattva Shishobo*, che elencano il dare, le parole gentili, la benevolenza e *doji* come suoi contenuti, dicendo "tutti questi sono voti che deve portare a compimento un bodhisattva". Questo dimostra chiaramente il modo effettivo in cui un bodhisattva lavora per la salvezza delle persone.

Se abbiamo modo di leggere e di riflettere profondamente sullo *Shishobo*, ci accorgiamo che la Via di Buddha è riassunta in *doji*: ciò significa che la prima modalità, il dare, la seconda modalità, le parole gentili e la terza modalità, la benevolenza, sono legate *doji* in quanto loro fondamento.

Il quarto capitolo di *Shushogi* afferma che il Bodhisattva Avalokiteshvara nei suoi voti e nelle sue azioni diventa innanzitutto tutt'uno con coloro che vuole salvare, quindi li spinge verso di sé e li salva. Questo significa che solo quando un bodhisattva che fa voto di salvare le persone e le persone da salvare diventano uno, la salvezza attraverso il dare, le parole gentili, la benevolenza o *doji* può effettivamente avvenire. Quindi, ci sono quattro divisioni, ma rappresentano un'unica cosa.

Il fatto che tutti diventano un'unica cosa deriva dal fatto basilare che Buddha ed esseri sono tutt'uno come sperimentò Sakyamuni Buddha nel suo risveglio. Buddha non è soltanto tutt'uno con tutti gli esseri, ma è anche tutt'uno con la terra. Inoltre, Buddha è tutt'uno con l'universo, il cielo e la terra - questo è il contenuto del risveglio. Ogni cosa è nel complesso una sola vita. Anche per noi, tramite l'esperimentare questa unità, come ha fatto Sakyamuni Buddha, i dilemmi vita-morte, guadagno-perdita,

bene-male, superiore-inferiore che ci hanno turbato, spariscono semplicemente. Così la Via di Buddha dimostra che siamo resi liberi da tutte queste sofferenze.

Come si può vedere, *doji*, unità, esiste fondamentalmente fin dall'inizio. Per questo motivo, non si tratta di tentare di diventare uno, ma è la natura di tutti gli esseri senzienti e della terra, che fin da principio non può essere separata da *doji*. E' molto chiaro che lo scopo principale della Via di Buddha è quello di provocare il risveglio che siamo sempre stati uno con Buddha, uno con il cielo e la terra.

Al fine di comprendere meglio, ora prendiamo in considerazione l'espressione *shobutsu ichinyo* (gli esseri viventi e Buddha sono uno), che è un termine Zen molto vicino allo spirito di *doji*. Ciò significa che tutti gli esseri e Buddha sono inseparabilmente un solo corpo. Sono semplicemente uno e non sono diversi tra di loro. Ma, prima di tutto bisogna capire concretamente, attraverso la pratica, che non esiste opposizione tra le cose.

In generale, è difficile per la maggior parte delle persone liberarsi dalla sensazione che vita è l'opposto di morte, illusione è l'opposto di risveglio. Uno riceve la vita ma perdere questa vita significa morte, ed è difficile liberarsi dall'attaccamento a questa vita. Abbiamo anche bisogno di comprendere chiaramente che non ci sono guadagno e perdita. La coscienza umana crea queste opposizioni per cercare di risolvere i problemi e comprende il mondo con il pensiero. Per svolgere questo compito, essa ha bisogno di concetti di opposti – cioè del dualismo. Quindi è molto importante capire che è il cervello che utilizza i concetti duali come suoi strumenti. Non c'è alcuna opposizione fin dall'inizio, e l'illusione crea il dualismo attraverso l'azione del cervello. Stando così le cose, il Maestro Zen Dogen ci incoraggia, attraverso la pratica, a sperimentare con il nostro corpo che siamo realmente sempre tutt'uno, oltrepassando così l'illusione.

"Apprendere la Via di Buddha è apprendere se stesso. Apprendere se stesso è dimenticare se stesso. Dimenticare se stesso è essere inverati da tutte le cose. Essere inverati da tutte le cose è spogliarsi del proprio corpo e mente e di quello altrui". Così il Maestro Zen Dogen ha scritto in *Shobogenzo Genjokoan*. Questa è la base della Via di Buddha. Ciò significa che insegnare che non c'è il sé e che siamo uno con tutti gli esseri è il nostro primo dovere in quanto buddisti.

Uno dei sutra che usiamo spesso è il "Sutra del Cuore" e in esso è scritto: "... vide chiaramente che tutti i cinque aggregati sono vuoti e così sciolse ogni sofferenza". In queste righe, si evidenzia che percependo completamente che non vi è nessuna entità come quella denominata il "sé" - né nel corpo, né nella mente – il Bodhisattva Avalokitesvara fu liberato e raggiunse la reale tranquillità.

Anche se pensiamo nella nostra solita modalità dualistica, sappiamo che viviamo collegati al mondo intero. Ahimé, non si può evitare il fatto che essere vivi significa essere costantemente connessi al tutto. Per questo, aver cura di noi stessi e volere la nostra felicità non sono cose che possiamo fare senza preoccuparci di tutto ciò che esiste al di fuori di noi. Si dice che uno degli insegnamenti di Buddha sia la pratica della compassione, ma questa compassione dovrebbe essere fondata sulla nostra esperienza che tutto è collegato - noi stessi e tutte le cose che vediamo come non noi stessi – mostrato concretamente attraverso la pratica.

Quindi, *doji* è un insegnamento che ci instruisce a prendersi cura degli altri, incluso il mondo naturale, come se fossero noi stessi. Nella pratica dell'insegnamento che siamo uno (*doji*), noi buddisti dovremmo incarnare il sentimento e l'azione che dimostrano che le persone così come l'ambiente, sono pure noi stessi.

Inoltre, al fine di lasciare un futuro migliore per le generazioni a venire, dobbiamo voler praticare e fare sforzi giorno dopo giorno. Ripeto a me stesso di fare così tutti i giorni.

Poiché *doji* è collegato profondamente all'insegnamento di base della Via di Buddha, apprezzo veramente di cuore la vostra pazienza per questa lunga spiegazione. Prima di concludere, vorrei infine chiedervi quanto segue: per favore, indagate lo spirito del Buddhismo Mahayana espresso come "insieme con tutti gli esseri", citato nella Preghiera dei Tre Rifugi (*Sankiraimon*) e in *doji*.