

Sermone mensile

Gennaio 2015 - *Gyoji Ho-on* - Praticare il buddismo e ripagare le benedizioni del Rev. Shomyo Aihara

Circa 2.500 anni fa in India, le persone andavano spesso a trovare Shakyamuni Buddha per risolvere i problemi, le preoccupazioni e sofferenze che avevano nelle loro vite. Allora, il Buddha rispondeva sempre in modo caloroso e gentile.

Un giorno, un praticante pose al Buddha una domanda.

"A volte comprendo le cose che ho imparato molto bene in passato, e comprendo anche le cose che non ho imparato bene.

Tuttavia, altre volte, non sono in grado di comprendere, qualsiasi cosa io faccia, anche quando mi è stato insegnato qualcosa di molto importante. Perché mi succede?"

"Immaginiamo che il tuo viso sia riflesso in una bacinella di acqua. Se l'acqua della bacinella è torbida, come è riflesso il tuo viso?"

"Non riuscirei a vederlo bene."

"Giusto. Allo stesso modo, quando i nostri cuori sono offuscati dal desiderio per cui ci occupiamo solo di noi stessi, né noi, chi ci è accanto, né la natura sono riflessi chiaramente. Cosa succederebbe se il tuo viso fosse riflesso in acqua calda, ribollente?"

"Il mio viso non si rifletterebbe a causa delle bolle".

"Giusto. Allo stesso modo, quando i nostri cuori ribollono di rabbia, niente attorno a noi si riflette. Va da sé che anche se la superficie dell'acqua fosse coperta d'erbacce, sarebbe impossibile riflettere i nostri visi".

Il viso del praticante s'illuminò all'improvviso. Il Buddha continuò a parlare.

"Se i nostri cuori sono coperti con l'erba dell'odio, della rabbia o dalla preoccupazione solo verso noi stessi, sarà impossibile vedere questo mondo come realmente è. Di contro, quando l'acqua del cuore è limpida, noi stessi e la situazione attorno a noi possono riflettersi per come sono. Il nostro cuore è come l'acqua. Quando non è offuscato dal desiderio, non ribolle di rabbia e non è coperto da sospetto e dubbio, le cose si vedranno chiaramente e correttamente, e saranno correttamente comprese."

Il senso di questa storia è che, quando rigettiamo l'egocentrismo e l'egotismo, l'acqua offuscata del nostro cuore diventa acqua chiara che riflette le persone e la natura per come sono davvero. Allo stesso tempo, mostra come diventiamo consci della sofferenza e della tristezza degli altri che sono riflessi in quell'acqua, pensiamo a come possiamo essere coinvolti e quindi entriamo in azione. Questo è la pratica e la condotta buddista.

Inoltre, non ci si deve impegnare in questa pratica solo una volta per tutte. Proprio come le unghie e i capelli continuano a crescere e si deve continuare a tagliarli, noi dobbiamo continuare a praticare questa condotta. Ma come si fa? Per separare noi stessi dall'egocentrismo ed egotismo è necessario sedersi in tranquillità ed esaminare se stessi. Questa è la vita di zazen, che insegna "l'armonizzazione della postura", "l'armonizzazione del respiro" e "l'armonizzazione della mente". Non possiamo continuare zazen per sempre. Però, come l'insegnamento di "non inclinare né a sinistra né a destra, né in avanti né all'indietro" indica, noi possiamo praticare 24 ore al giorno, 365 giorni all'anno senza diventare arroganti o servili, senza adulare né ossequiare. Questa è la vita di zazen.

Le nostre vite non sono solo la nostra connessione con i nostri genitori. Si sono formate nel mezzo di un'insondabile varietà di relazioni. Per esempio, ognuno dei nostri genitori ha due genitori, e così la generazione che li precede e così via. Se continuiamo a seguire questo ragionamento, in cinque generazioni abbiamo l'esistenza di 32 persone insostituibili. Inoltre, l'epoca in cui siamo nati, la nostra educazione e le circostanze attorno a noi si sono, tutto combina a crearci come siamo ora.

È importante valutare queste relazioni durante la nostra vita.

Dato che siamo interconnessi con questa vita, la nostra esistenza è insostituibile. Se ciò è vero, allora continuare in modo cosciente la vita di zazen è il modo di vivere, dando valore a ogni giorno.

Se li manteniamo costantemente, un cuore capace di pentimento, la pace dello spirito che riceve i precetti, e l'agire a beneficio degli altri diventeranno meravigliose abitudini. Sono i giorni del vivere la vita di zazen, la vita dell'armonizzazione della postura, dell'armonizzazione del respiro e dell'armonizzazione della mente che terranno sempre limpida l'acqua del cuore.