

ZADANKAI



Continuare a praticare,
continuare a recitare.
continuare a lavorare.
seguire a credere nel
Daimoku, proseguire ad
ascoltare se stessi,
rinnovarsi e rinnovare
l'impegno ad essere
attivi per proseguire,
procedere avanti e
demordere.

Insistere e impegnarsi per determinare nuovi sforzi, proseguire ad ascoltare gli altri.

In questi giorni il ritmo del Daimoku è lento ma sento sotto sotto il motore che può spingere di più. Ho passato in questa estate più di qualche giorno senza praticare, vedendo il mio mobiletto o il mio angoletto ma lasciandolo lì come un soprammobile. Ho passato altre giornate invece praticando a l'una prima di pranzo come l'aperitivo che si consuma in un giorno di festa. Ho praticato altri giorni con coraggio e determinazione arrivando ad aprire le braccia per abbracciare il mio piccolo mondo ed anche il mondo intero al di fuori di me. Alcuni giorni ho praticato a braccia aperte e distese e ho cercato di aprire le braccia come fanno i falchi quando aprono le loro ali per volare in alto. Ho fatto come i gheppi che ho ammirato e tentato di copiare per molte mattine. ma non sono un falco e ho usato il ritmo del Daimoku per prendere da me stesso l'energia per affrontare quei giorni. Poi ho passato altri giorni, sempre lontano da casa, dove non ho praticato e mi mancava praticare. mi mancava il ritmo incessante della mia voce che mi metteva di fronte alle mie questioni, ma ugualmente vivevo. Sono ritornato a Roma ed il ritmo del Daimoku non c'era. Si c'era la mia voce scordata, il mio ritmo sfasato e la mia discontinuità. Dove trovare la forza per ricominciare per riprendere il modo di praticare a braccia aperte come un gheppio. Riprendere ad aprire le ante, far suonare la campane e dedicarmi al ritmo continuo della mia voce. Si alcune volte provo piacere a recitare Daimoku e provo piacere a sentire la mia voce e provo piacere nel vedere il gohonzon anche senza ricordarmi dei miei obiettivi. E' bello recitare per recitare fine a se stesso.

Sono andato a cercarmi il significato di recitare il Daimoku ed ho voglia di ripeterlo qui. Ci sono due aspetti del Daimoku: il Daimoku della fede e il Daimoku della pratica. Il primo riguarda l'aspetto spirituale della

pratica: ossia la battaglia che ha luogo nel nostro cuore per contrastare le oscurità, la parte illusa. E' una battaglia contro le forze negative e distruttive, è una battaglia per aprire un varco nell'oscurità, è un battaglia per far emergere una condizione di vitalità. E' una battaglia per far emergere la buddità.

Il Daimoku della pratica invece è l'azione specifica di recitare NMRK da soli e insieme agli altri, lo sforzo che compio e gli sforzi che compiamo. Gli sforzi che compiano con parole e azioni, per la nostra gioia e per la nostra tranquillità e anche per la tranquillità degli altri. Il Daimoku della pratica può dimostrare con evidenza dei fatti la forza della battaglia quotidiana contro l'illusione.

Daisaku Ikeda suggerisce di recitare con il ritmo di un cavallo al galoppo, una bella rappresentazione ricca di potenza, leggerezza e armonia, appunto la corsa di un cavallo, e dice che il nostro Daimoku dovrebbe generare gioia in chi ascolta.

E i pensieri e le emozioni di questi giorni svogliati? Non è sempre facile avere ben chiari i nostri propositi durante le recitazioni in cui ho un ritmo al galoppo, figuriamoci durante queste recitazioni in cui sono un po' sottotono. E' ancor più difficile in questi ore mettersi davanti al Gohonzon non per chiedere qualcosa, ma semplicemente per capire cosa voglio. E anche quando sono certo di quello che desidero, chi mi garantisce che il mio desiderio sia dettato dalla natura di Buddha e non dal mio stesso karma?

Ho imparato anche che a non preoccuparmi troppo se, mentre tento di concentrarci, molti pensieri affollano la mia mente distogliendomi dallo scopo della mia recitazione e quando me ne rendo conto tento di ritrovare la concentrazione, di riparte per un tranquillità e serenità ben più ampia.

Forse se calo il ritmo è normale forse se ho una voce dissonante è naturale, forse se sono svogliato è comprensibile, forse se non sono concentrato è perché sto lottando contro le forze interne che tendono a reprimermi, forse sto andando avanti. Per questo posso ancora continuare a praticare, posso ancora continuare a recitare, posso continuare a lavorare e vivere meglio con l'ambiente, posso seguire a credere nel Daimoku, posso proseguire ad ascoltarmi, posso rinnovarmi e rinnovare l'impegno verso gli altri. Non importa, recito Daimoku al di sotto delle possibilità e non per pura formalità, attivando il Buddha dentro di me e lui conosce la risposta e spesso questa è migliore di quella che avrei immaginato, anche se magari è un po' diversa.

«Il Daimoku che noi recitiamo è gioia di vivere, causa originale che consente di diventare felici, forza motrice che porta alla vittoria. Il suono del Daimoku ha la funzione fondamentale di trasformare radicalmente la nostra vita e quella degli altri. Questo vento impetuoso - scrive Daisaku Ikeda - sorge dall'essere a ritmo con l'universo infinito»