

# ZADANKAI



Qual è la differenza fra un Budda e un comune mortale? A questa domanda Nichiren Daishonin risponde: «Raggiungere la Buddità vuol dire comprendere che non c'è differenza fra la nostra vita e la vita del Budda».

Il Daishonin ha iscritto il Dai-Gohonzon per permettere a tutte le persone di raggiungere la Buddità. Il Dai-Gohonzon è l'oggetto fisico che materializza l'essenza purissima della vita illuminata dell'universo. Chi pratica il Buddismo è legato al Gohonzon, il vero Oggetto di culto per raggiungere l'Illuminazione, attraverso i quattro poteri: il potere del Budda, il potere della Legge, il potere della fede, il potere della pratica. I primi due sono inerenti al Gohonzon e sono assoluti, mentre il potere della fede e il potere della pratica dipendono dalla fede di ognuno e, perciò, sono relativi. Fin qui, la teoria. A cosa serve capire i quattro poteri e come si possono applicare nella vita personale?

Sono state utilizzate delle metafore per spiegare i quattro poteri. Ad esempio, si è detto che un'eco è tanto più forte quanto più chiaro, energico e potente è il suono emesso dalla voce. Mettiamo di avere uno scopo da un bel po' di tempo, un problema non risolto da un pezzo. In certi casi, si è portati a convivere con le sofferenze, quasi a nostra insaputa.

Così si fanno strada nella mente i dubbi sulla nostra effettiva capacità di raggiungere gli scopi. Piuttosto che cercare con ogni mezzo di sconfiggere i dubbi, attingendo all'immenso potenziale dentro noi stessi, si accantonano gli scopi. Si dimentica che è proprio quello il momento di "prendere il toro per le corna", recitando Daimoku in maniera più risoluta e rinnovata. Se non attiviamo al massimo i poteri della fede e della pratica, i poteri del Budda e della Legge non si manifesteranno. Alla luce della teoria dei quattro poteri, non ha un senso mettere in discussione il Gohonzon, pensando "non funziona", né la capacità personale di raggiungere gli scopi e di risolvere le difficoltà. Vale la pena, invece, preoccuparsi ogni volta dell'atteggiamento, vale a dire della capacità di credere, davanti al Gohonzon, che non vi è differenza fra la

nostra vita e la vita del Buddha. «Quando riusciremo a percepire questa identità – afferma ancora il Daishonin – non ci sarà nessun karma negativo che ci potrà ostacolare nel raggiungimento della Buddità né alcun sentimento malvagio che ci farà condurre una vita disperata».

Veniamo in contatto col Gohonzon tramite "i quattro poteri".

Il potere del Buddha

Il potere della Legge

Il potere della fede

Il potere della pratica

I primi due appartengono al Gohonzon, che è fuori e dentro di noi, e gli altri due sono propri dell'essere umano. I due poteri del Gohonzon sono assoluti, vasti come l'universo, infiniti, senza limiti e vengono attivati dai due poteri relativi che abbiamo noi, della fede e della pratica.

Il potere del Buddha consiste nel giuramento di salvare tutto il genere umano e di far diventare ogni persona uguale a lui.

Nel potere della Legge sono contenuti incommensurabili benefici, saggezza, forza vitale, tutto quello che serve per raggiungere l'illuminazione.

Il potere della fede significa avere fiducia nel futuro, avere il pensiero rivolto al futuro

I fattori emotivi sono più stimolanti dei fattori intellettuali, ma soprattutto la mente non si apre se non si apre il cuore. E i di scorsi che mi interessano sono quelli che più degli altri coinvolgono la mia emotività e quindi attraverso questo coinvolgimento costruisco la mia identità di buddista.

La mia identità è il sentimento che ho di me, è base della mia autostima.

E senza la stima di me stesso non c'è impegno, non c'è interesse non c'è motivazione, non c'è determinazione.

Quanti *zadankai* mi danno un coinvolgimento emotivo. Certe volte sento l'impulso ma non sento poi l'emozione. Rischio che queste parole diventino un vincolo ma un un pprocessore per rafforzare la mia fiducia.

Senza una partecipazione emotiva non accedo al mio sentimento. Amore e odio, piacere e dolore, noia e divertimento, disperazione e fiducia, entusiasmo e indifferenza, malinconia e gioia, solo se conosco il significato, il percorso, il modo con cui si manifestano, le fasi di quanto e cosa si agitano dentro il mio cuore posso evitare l'angoscia che sempre mi accompagna con difficoltà emotive.

Tanto più questi sentimenti sono sconosciuti, tanto più sono le difficoltà emotive, tanto più sono ingestibili, tanto più l'azione della mia pratica e della mia fede non rende. Ed ho una sensazione di sconfitta.

Se non curo e gestisco la formazione del mio sentimento non ho l'accesso all'apertura della mente.

Avverto che è importante la condizione interiore ed emotiva e con il mio processo di fiducia posso migliorare queste qualità.