

# ZADANKAI

Uno specchio limpido per riflettere lo stato vitale che esiste dentro di me.

Sospesa sopra la reggia del dio Indra, simbolo delle forze naturali che nutrono e proteggono la vita, vi è una vastissima rete. A ognuno dei suoi nodi è legato un gioiello. Ogni gioiello riflette in sé l'immagine di tutti gli altri gioielli, rendendo la rete meravigliosamente luminosa. Questa metafora della tradizione buddista rappresenta il principio di "origine dipendente" (giapp. engi), secondo il quale nulla esiste separatamente, ma tutto è profondamente interrelato. «Poiché vi è questo, quello viene a esistere. Dall'apparire di questo viene quello; se questo è assente, quello non è; cessato quello, questo cessa». Così recita l'antico testo buddista Samyutta Nikaya (II, 28), in una delle prime formulazioni di questo concetto. Nessun essere o fenomeno esiste separatamente, ma solo in virtù della sua relazione con altri esseri o fenomeni. Ogni cosa nel mondo si manifesta in virtù di cause e condizioni. Da una prospettiva temporale, ogni fenomeno è effetto di cause passate e a sua volta causa di futuri avvenimenti; dal punto di vista spaziale, ogni cosa esiste in virtù delle altre e sostiene tutto ciò che la circonda. Questa intuizione folgorò Shakyamuni durante la lunga notte di meditazione precedente alla sua Illuminazione, poco prima dell'alba. Per dirla con le parole del Faust di Goethe: «Ogni cosa si tesse col tutto, e l'una cosa vive e opera nell'altra» (citato in D. Ikeda, Un nuovo umanesimo, Esperia, 2004, p. 166).



È sorprendente come questa visione "multidimensionale" di un cosmo vivente tenuto insieme da una rete di invisibili legami sia in accordo con le più recenti teorie scientifiche. Josei Toda affermava spesso che il progresso della scienza avrebbe finito per dimostrare la validità dei principi buddisti. A proposito di engi, il presidente Ikeda cita l'esempio del DNA contenuto nel nucleo delle nostre cellule, ognuna delle quali, a prescindere dalla funzione che svolge, contiene l'informazione genetica dell'intero corpo. Come nell'ologramma, l'insieme non è semplicemente la somma delle parti, ma è contenuto in ognuna di esse (cfr. La saggezza del Sutra del Loto, Esperia, vol. 1, p. 155). Tornando alla metafora iniziale, ogni singolo gioiello riflette in sé lo splendore dell'intera rete. L'insegnamento del vero aspetto di tutti i fenomeni esposto nel capitolo Espedienti del Sutra del Loto rivela questa meravigliosa interrelazione e spiega che tutti i

fenomeni, cioè ogni singola vita, sono una cosa sola con il vero aspetto, la Legge mistica. Tutti i fenomeni sono manifestazioni della Legge mistica, ogni forma di vita ha un valore inestimabile ed è degna del massimo rispetto in quanto racchiude in sé il tesoro dell'intero universo. Ne Il conseguimento della Buddità in questa esistenza, Nichiren Daishonin scrive: «È chiamata Legge mistica perché rivela la relazione di mutua inclusione tra un singolo istante di vita e tutti i fenomeni». Ciò significa che «la vita in ogni singolo istante abbraccia il corpo e la mente, l'io e l'ambiente di tutti gli esseri senzienti dei dieci mondi e anche di tutti gli esseri insenzienti dei tremila regni: le piante, il cielo e la terra, fino al più piccolo granello di polvere. La vita in ogni singolo istante permea l'intero regno dei fenomeni e si manifesta in ognuno di essi» (RSND 1, 3). Questa è l'Illuminazione del Buddha. Questa è la dimensione dell'esistenza alla quale ognuno di noi può accedere quando si libera del proprio sé egoista, quando rompe il guscio del "piccolo io" che lo tiene prigioniero per aprirsi alla dimensione del "grande io" che è una cosa sola con il cosmo. Nel Sutra del Loto

questa dimensione senza confini è rappresentata dall'apparizione dell'immensa Torre preziosa che simboleggia la magnificenza della nostra vita. Il piccolo io illuso soffre perché separa, giudica, discrimina. Il grande io gioisce, colmo di gratitudine, perché percepisce questa profonda unità con il tutto e sa che il vero scopo della nostra vita è diventare felici insieme agli altri. Nichiren Daishonin scrive: «Se comprendiamo che la nostra mente, o vita, in questo istante è *myo*, allora comprenderemo che anche la mente o vita degli altri è la Legge mistica» (Ibidem, RSND 1, 4, nota 6). Le nostre esistenze individuali sono interamente basate sulle relazioni con le persone. È all'interno di questa rete che ognuno di noi crea la propria felicità, ed è questo il motivo per cui l'essere umano non si può distaccare dalla società. Gli scritti di Nichiren Daishonin sono pieni di metafore che esprimono questa verità: «Se si accende un fuoco per gli altri, si illuminerà anche la propria strada» (Sulle tre virtù del cibo, RSND, 2, 996). Oppure: «È come il caso in cui ci si inchini rispettosamente davanti a uno specchio: l'immagine nello specchio allo stesso modo si inchina rispettosamente davanti a noi» (Raccolta degli insegnamenti orali, BS, 120, 53). Quando scaviamo nel profondo di noi stessi troviamo la base comune a tutte le persone. E questa base comune non è altro che la Legge mistica, il nostro io originale. Non possiamo essere veramente felici se gli altri rimangono infelici. Né l'infelicità di una persona riguarda lei soltanto. Più felicità riusciamo a portare agli altri, più felici diventiamo noi stessi. Finché una sola persona è triste, la nostra felicità non è completa. Di conseguenza, trasformare la realtà è la nostra eterna missione, è l'essenza dello spirito del Sutra del Loto.

Il presidente Ikeda scrive: «Credo che la vita sia espressione di una risonanza tra il macrocosmo dell'universo e il microcosmo della nostra vita. L'universo stesso produce un suo ritmo: è il "ritmo" della compassione, che permette a tutti gli esseri di crescere e progredire. Lo si potrebbe chiamare una "lunghezza d'onda" di compassione; gli esseri viventi sono i ricevitori che possono intercettare questa lunghezza d'onda. In qualsiasi posto ci troviamo, quando ci sintonizziamo sulla frequenza della Buddità siamo avvolti da una melodia di compassione che ci ispira a sviluppare noi stessi e ad aiutare gli altri a svilupparsi» (La saggezza del Sutra del Loto, vol. 2, p. 126). Se si hanno due diapason della stessa frequenza e se ne fa risuonare uno, anche l'altro, pur trovandosi a una certa distanza, comincerà a vibrare spontaneamente. È il fenomeno acustico della risonanza. Quando il diapason della nostra vita comincia a vibrare di compassione, anche se inizialmente siamo soli, sicuramente altri diapason inizieranno presto a vibrare. La compassione ha una sua lunghezza d'onda, ma per creare questa risonanza è necessario che ci sia qualcuno a emettere la vibrazione per primo. «In ogni caso - avverte il presidente Ikeda - un diapason non vibra se viene poggiato su un fianco; per produrre un suono, deve stare ben dritto, e questo vale anche per le nostre vite» (Ibidem, pp. 126-27).

Tutto comincia da me. La rete della vita esiste, così come esistono la forza di gravità e le onde radio, anche se non me ne accorgo. Ma solo io posso decidere di "accendere" questa rete e iniziare a farla funzionare per creare felicità. Sono io che decido quanto valore dare a ogni incontro, anche a quello apparentemente più casuale, quanta attenzione merita la persona che mi sta di fronte. Nella Proposta di pace di quest'anno il presidente Ikeda scrive: «Per quanto possano apparire tenui le nostre relazioni in superficie, ciò non cambia il fatto che il mondo sia intessuto dei profondi legami e collegamenti di un'esistenza con l'altra. È ciò che rende sempre possibile, per noi, compiere quell'azione in grado di generare onde di effetti positivi nell'insieme delle nostre connessioni» (pp. 15-16). Rifletto sulla mia esperienza. C'è sempre un momento in cui posso scegliere se entrare o meno in relazione. C'è sempre un primo passo da fare per gettare un ponte e andare verso l'altro. Passare distratta seguendo il filo dei miei pensieri, oppure privilegiare la persona che ho di fronte, guardarla negli occhi, dire una parola, prestarle "attenzione". Questo piccolo atto di coraggio apparentemente irrilevante crea uno scarto, e quasi sempre apre un mondo. Mi viene in mente Cristiana, un'allieva dei miei corsi di arte che dopo aver recitato i primi cinque minuti di Daimoku della sua vita, seduta accanto a me su un capitello nel Foro romano, esclama: «Ecco cos'era!! Sentivo che c'era qualcosa che andava al di là di quello che dicevi, ora ho capito: era *Nam-myoho-renge-kyo!*». Una considerazione un po' personale: il Daimoku che recito la mattina per adempiere al mio voto per *kosen-rufu* tira fuori dalla mia vita una "qualità" particolare che gli altri percepiscono, e ne vengono toccati. I nostri sforzi di creare legami, di gettare ponti di amicizia, hanno la funzione di mettere in contatto le persone con la Legge mistica che esiste nella loro vita. In un certo senso, come *Bodhisattva* della Terra, siamo tutti "portatori sani" di Buddità, ovunque ci troviamo. Josei Toda soleva dire: «Se vuoi fare *shakubuku* devi recitare con la convinzione: la mia vita è *Myoho-renge-kyo*» (cfr. BS, 157, 19). È proprio così. Più mi risveglio alla Legge inerente alla mia vita, più percepisco la natura meravigliosa e insondabile dei legami che mi uniscono a tutte le persone. Più lucido il mio cuore recitando Daimoku e sforzandomi per *kosen-rufu*, più la rete di cui sono parte si illumina, riempiendosi di senso. Così mi stupisco, ad esempio, nel ritrovare dopo tanti anni i miei compagni di liceo e nel portarli con grande emozione davanti al *Gohonzon*, uno dopo l'altro... Toda diceva spesso: «Sono

assolutamente convinto che siamo tutti Bodhisattva della Terra, coraggiosi leader di kosen-rufu nati in questo mondo di saha per fare da guida a una molteplicità di persone legate a noi da profondi legami karmici. Prendetelo come un dato di fatto e impegnatevi con tutto il cuore, quotidianamente, nella preghiera, nell'azione e nel dialogo. Facendo così, gli amici ai quali siete uniti da un legame karmico appariranno invariabilmente davanti a voi, uno dopo l'altro. E anche loro, in seguito, serviranno la causa di kosen-rufu. Impegnandoci a dialogare con ogni singola persona possiamo espandere all'infinito le potenzialità inerenti alla nostra vita e allargare il sentiero attraverso cui avanzare» (NR, 526, 14).

(da Buddismo e Società num 164)