

# ZADANKAI

La preghiera è fonte di tutte le energie fisiche, emozionali, intellettuali, volitive e morali.

Dalla mia preghiera nascono impulsi insondabili come pure i sentimenti, gli stati d'animo e i desideri consci. Anche la preghiera ha le sue ragioni ed è il centro della percezione e della comprensione. La preghiera è la sede della volontà: essa fa progetti e perviene a decisioni giuste. La preghiera, quindi, è l'organo centrale e unificante della nostra vita personale. La mia preghiera determina la mia personalità ed è, di conseguenza, non solo il luogo in cui abita il mio silenzio, ma anche il luogo contro il quale il re demone del sesto cielo dirige i suoi assalti più furiosi.

È questo cuore il luogo della preghiera. La preghiera del cuore è una preghiera che si rivolge al centro della persona e, quindi, coinvolge la nostra umanità nella sua totalità e integrità.

Non si vedono, esistono milioni di fili fra noi. Invisibili come le onde radio, come le traiettorie degli uccelli o le strade dei pesci, o come i percorsi dei miei pensieri. Sono sentieri invisibili eppure autentici, che rivelano una verità: non c'è niente e nessuno nell'universo che sia davvero separato dal resto. Al contrario, ognuno di noi si manifesta solo grazie alla sua relazione con altro e altri.



Certo risuona dentro di me la presenza dei miei legami, che mi indicano quanto è forte il legame con gli altri e risuonano anche dentro di me anche le difficoltà e le perplessità che in questi giorni sono più stridenti e forti tali da mettermi davanti al Gohonzon incapace di reagire. Si può convivere con questa presenza di stati di animo differenti e contrastanti ma si può ricercare comunque una prova concreta, che forse stabilizzerebbe un po' questo oscillare. La mia preghiera per accettare questa possibilità, altrimenti questo tempo sarà perso, vagherò senza meta, e a quel punto sarà impossibile qualsiasi preghiera.

Rientrare nella mia profondità e raccogliermi in me stesso, fare silenzio in me e attorno a me. Ogni cosa attorno a me è un bene prezioso. La mia preghiera per riconoscere che ogni situazione attorno a me è una condizione illuminata.

La voce della legge mistica rischia continuamente di essere soffocata e spazzata dagli innumerevoli altri rumori che cercano di assordare la mia coscienza. Occorre essere vigili. Occorre vigilare per non lasciarsi soffocare dal rumore. La legge mistica è attorno a noi e solo chi esercita i cinque sensi riesce a percepirla.

Per entrare nella mia intimità devo ascoltare la mia inquietudine è pertanto necessario un silenzio interiore per dare spazio e voce alla mia sofferenza, per lasciarla alzarsi e dimostrare le sue ragioni e i suoi modi.

In realtà anche per parlare con una persona serve un po' di silenzio, specialmente se pensiamo a cosa vogliamo dirle o comunicarle. Il silenzio dovrebbe permeare il mio dire. Il silenzio dovrebbe essere coltivato di più nella mia preghiera. Nel silenzio c'è il cuore della mia preghiera, l'essenza della mia preghiera; per pregare quindi ho bisogno di creare un silenzio più profondo di me stesso.

Lo so benissimo che la mia entità (tai), composta invece dall'inseparabilità della mia identità fisica (so) e dalla mia natura (sho), è come un foglio di carta composto da due facce. La mia entità è la combinazione del mio corpo e della mia mente. Attraverso questo fattore posso migliorare la mia conoscenza sul legame che esiste tra corpo e mente, e da questa consapevolezza partire per nuovi interessi perché la mia entità si può perdere in mille occupazioni o mille preoccupazioni o in mille inutili fantasticherie, in questi momenti la mia natura è completamente fuori di se e si riduce ad un territorio isolato e sterile.

Facendo nuove cose ritroverò dentro di me il modo di abitare, intraprendendo nuove azioni rigenererò in me un nuovo modo di abitare, ma per sostenere nuove comportamenti devo iniziare a portare avanti situazioni che non hai mai fatto prima. Non resterò ancorato alle cose di sempre.

Quanto volte ho sentito l'inadeguatezza o l'incapacità a compiere le mie azioni, la mia preghiera è anche per provare ad abitare ancora dentro di me.

Ma non è sufficiente raccogliermi e rientrare dentro di me, perché anche un semplice ripiegamento su me stesso potrebbe essere inutile e non produttivo. C'è pericolo di rientrare dentro di me e trasformare il mio intimo in una dimora fissa e se questo si verifica la mia ricerca o la mia preghiera si fermerebbe a metà strada, perché il piccolo io diventa l'oggetto della mia ricerca, anzi il mio piccolo io diventa il centro della mia vita, e tutto si riduce a girare intorno a me stesso, a ruotare intorno al mio problema, ad avvitarci intorno alle mie difficoltà o incapacità. La mia dimora non devo essere il piccolo io ma la mia preghiera il mio daimoku.