



Il karma: la legge di causa ed effetto (1)

A cura di Massimo Gusmano



“Ogni azione di corpo, parola e mente, compiuta con attaccamento, odio e ignoranza, porta alla sofferenza. Dalle azioni compiute con le disposizioni opposte – amore, compassione e saggezza – può originarsi solo felicità”

Nagarjuna

“Più ci si persuade della legge interiore di causa ed effetto, più si raccoglie energia per cambiare e migliorare se stessi e la propria vita”

Lama Yeshe

Cos'è il karma?

Tutti noi, egualmente e spontaneamente, vogliamo essere felici. Altrettanto egualmente e spontaneamente, non vogliamo essere infelici ed evitiamo la sofferenza. Ma dove si origina la felicità che cerchiamo e dove si origina l'infelicità che non desideriamo? "Azione" in tibetano si dice *Le* oppure *Ciawà*, che corrispondono in sanscrito alla parola "**karma**". Ci sono tre tipi di attività o azioni: del corpo, della parola e della mente. Tali azioni possono avere natura virtuosa o non virtuosa.

Le origini e le cause dell'infelicità sono sempre le azioni non virtuose del corpo, della parola e della mente; mentre le cause e l'origine della nostra felicità sono sempre le azioni virtuose del corpo, della parola e della mente. Qualsiasi nostra azione di mente, corpo e parola lascia un “seme” (una causa) nel nostro continuum mentale che, se incontrerà in questa vita o in una vita futura le condizioni favorevoli, farà maturare l'effetto.

Un'origine ancora più antica

Nella letteratura Brahmanica il concetto di karma nasce nelle Upanishad per poi diffondersi e venir assorbito da tutti i sistemi ortodossi e non (giainismo e buddhismo). All'inizio stava ad indicare la pratica di doveri religiosi (in particolare il sacrificio per ottenere favori divini, l'azione rituale); più tardi si afferma l'idea del karma come azioni “buone-cattive” rispetto al Dharma. Tali azioni determinano frutti diversi. Si delinea così una disciplina etica.

Il Buddha pone l'accento sull'intenzione e sul ruolo centrale della mente

Tutte le esperienze negative che maturano sono state, in definitiva, causate e create da noi stessi. Tutti gli effetti positivi che maturano nella nostra vita, le esperienze

positive che sperimentiamo, la felicità che raggiungiamo sono sempre stati creati e determinati da noi stessi (**principio di responsabilità personale**)

4 punti importanti

- **il karma è certo**
- **il karma si incrementa**
- **non si incontra l'effetto se il karma non è stato creato**
- **il karma creato non scompare nel tempo**

Il karma è certo: quindi se crei una causa positiva, il suo effetto sarà positivo, se invece crei una causa negativa, il suo effetto sarà sofferenza. Questo è certo.

il karma si incrementa: un esempio di come si incrementa il karma nei fenomeni esterni potrebbe essere quello di un seme che viene piantato e alla fine della crescita dell'albero maturano tanti frutti. Da un singolo seme maturano tanti frutti e ogni frutto a sua volta avrà dei semi che hanno la potenzialità di far nascere in futuro, se seminati, altri frutti. Quindi la legge dei fenomeni esteriori, indica questo aspetto di incremento; un seme singolo ha il potere di produrre molteplici risultati. La stessa legge vale a maggior ragione nel karma interiore. Un piccolo karma positivo è il potenziale per poter causare tanta felicità in futuro, mentre un piccolo karma negativo ha la potenzialità di incrementare tanta sofferenza in futuro.

Non si incontra l'effetto se il karma non è stato creato: significa che se il karma non è creato, il suo effetto non può maturare. Quando ascoltiamo il telegiornale, alle volte sentiamo di incidenti, come quelli aerei; muoiono quasi tutti i passeggeri, tranne uno. Un'altra notizia ci racconta di una alluvione, muoiono tutti gli abitanti della zona, tranne uno. Si dice, quindi che sia stato un miracolo, perché quell'unico individuo non è morto. Per noi la spiegazione è che quella persona non aveva il karma di morire in quel modo ed in quel momento. Non ha creato la causa, perciò non deve sperimentarne l'effetto.

Il karma non scompare nel tempo se è già stato creato: qualunque karma che è stato già creato, non scompare nel tempo; non appena ci saranno delle condizioni favorevoli, prontamente maturerà l'effetto. Questo karma non va pensato però come un elemento permanente, statico, come una condanna definitiva, irrevocabile.

il karma può essere purificato, praticando fortemente le quattro forze, antidoti
opponenti.

Tre tipi di risultato del karma

In relazione al karma, abbiamo **tre tipi di risultato**

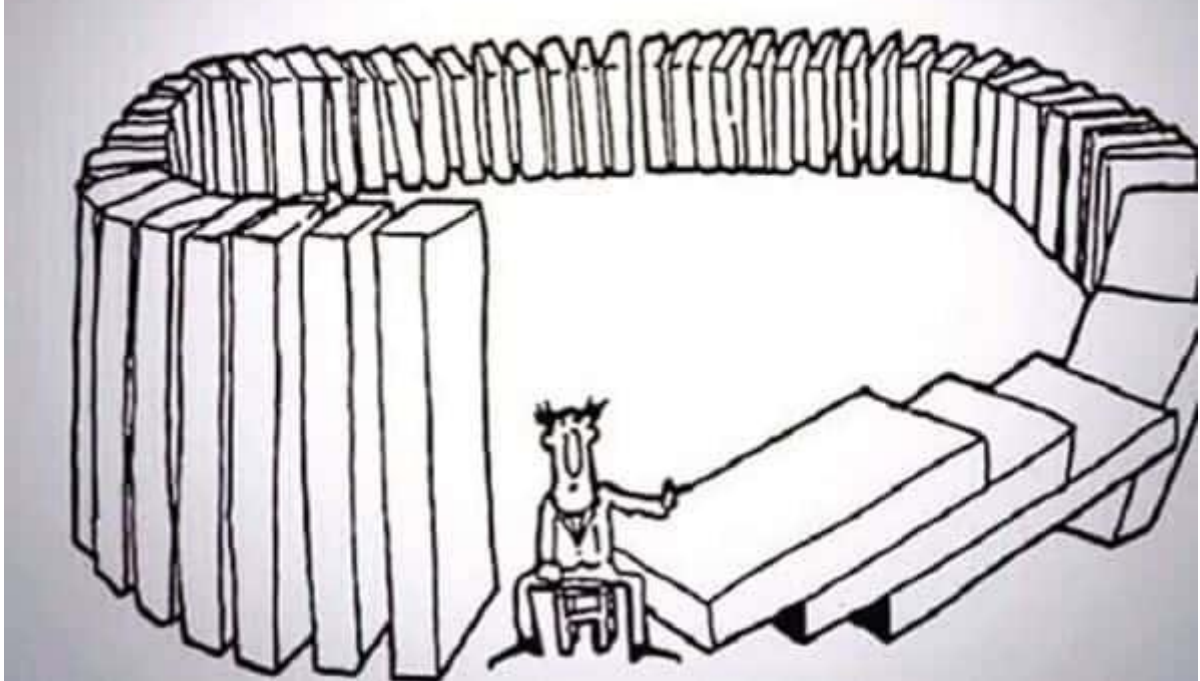
- 1) risultato completamente maturato: è proporzionale a seconda della gravità dell'azione
- 2) risultato simile alla causa: 1) *che si sperimenta simile all'esperienza:* a chi ha ucciso si accorcerà la vita e, a sua volta, patirà dolore; 2) *che si sperimenta simile all'azione:* si avrà nella vita futura l'istinto di uccidere, avendolo fatto nella precedente (ciò è molto grave perché diventa un circolo vizioso)
- 3) risultato ambientale: l'essere si troverà in un ambiente insalubre, negativo, contaminato

Nel caso di **azioni virtuose** i risultati sperimentati saranno esattamente opposti, quindi positivi.

**Come il fuoco ardente riduce la legna in cenere, allo stesso modo il
fuoco della saggezza riduce tutto il karma in cenere.**

(Bhagavad Gita)

KARMA



Buon lavoro!!

Massimo