



L'interdipendenza (1)

L'interessere

Un poeta, guardando questa pagina, si accorge subito che dentro c'è una nuvola. Senza la nuvola, non c'è pioggia; senza pioggia, gli alberi non crescono; e senza alberi, non possiamo fare la carta. La nuvola è indispensabile all'esistente della carta. Se c'è questo foglio di carta, è perché c'è anche la nuvola. Possiamo allora dire che la nuvola e la carta inter-sono. "Inter-essere" non è riportato dai dizionari, ma, unendo il prefisso "inter" e il verbo "essere", otteniamo una nuova parola: inter-essere. Nessuna nuvola, nessuna carta: per questo diciamo che la nuvola e il foglio inter-sono. Guardando più in profondità in questa pagina, vedremo anche brillare la luce del sole. Senza luce del sole le foreste non crescono. Niente cresce in assenza della luce solare, nemmeno noi. Ecco perché in questo foglio di carta splende il sole. La carta e la luce del sole inter-sono. Continuiamo a guardare: ecco il taglialegna che ha abbattuto l'albero e l'ha trasportato alla cartiera dove è stato trasformato in carta. Sappiamo che l'esistenza del taglialegna dipende dal suo pane quotidiano, quindi in questo foglio di carta c'è anche il grano che è finito nel pane del taglialegna. C'è altro: i genitori del nostro taglialegna. Guardando in questo modo, comprendiamo che la pagina che stiamo leggendo dipende da quelle cose. Se guardiamo ancora più in profondità, vedremo nel foglio anche noi, non è difficile capirlo: quando guardiamo un foglio di carta, il foglio è un elemento della nostra percezione. La vostra mente è lì dentro, e anche la mia. Nel foglio di carta è presente ogni cosa: il tempo, lo spazio, la terra, la pioggia, i minerali del terreno, la luce del sole, la nuvola, il fiume, il calore. Ogni cosa co-esiste in questo foglio. "Essere" è in realtà inter-essere: per questo dovrebbe trovarsi nei dizionari. Non potete essere solo in virtù di voi stessi, dovete inter-essere con ogni altra cosa. Questa pagina è, perché tutte le altre cose sono.

Thich Nhat Han

Un piccolo ripasso (dai 12 anelli)

“poiché vi è questo, quello viene a esistere. Dall'apparire di questo viene quello; se questo è assente, quello non è; cessando quello, questo cessa”
(*Samyuttanikaya, II, 28*)

Idea del condizionato: il nascere e prodursi dei fenomeni in dipendenza da altro, attraverso il dispiegarsi di una continua catena di cause ed effetti (principio del karma);

una interconnessione profonda alla base della vita (interdipendenza).

Ciò costituisce l'esistenza condizionata del samsara

pratītyasamutpada

pratītya = in dipendenza da; ***sam*** = con; ***ut*** = verso l'altro; ***pāda*** = aver luogo;
co-nascere in dipendenza da qualcos'altro

1) Interdipendenza dei fenomeni esterni: cause: seme–germoglio–stelo–foglie–fiori–frutti e condizioni: terra, acqua, sole, ecc.

2) Interdipendenza dei fenomeni interiori: I 12 anelli (catena) descrivono in che modo si producono i cicli di nascita–permanenza–morte–rinascita da tempo senza inizio



In questo mondo esiste un'enorme varietà. Nel mare, sulla terra, nel cielo, vivono esseri senzienti e fra questi ci siamo anche noi.

Gli esseri senzienti che vivono nel profondo dell'oceano sono di innumerevoli varietà per forma, colore, misura. Qualcuno si mimetizza, qualcuno manifesta una sua livrea. C'è un'enorme varietà anche fra gli animali che vivono sulla terraferma.

Sulla terra ci sono anche gli esseri umani. Anche noi esseri umani abbiamo aspetti diversi: chi ha la pelle scura, chi ha la pelle gialla, chi ha la pelle chiara, chi è di sesso maschile e chi è di sesso femminile. Alcuni hanno un aspetto gradevole, altri meno.

Fra tutti gli esseri umani non vi sono solo differenze di colore o sesso, ma anche diverse condizioni di vita: c'è chi vive in grande agiatezza, chi in estrema povertà e chi in una condizione intermedia. C'è chi ha la testa piena di confusione e quindi è estremamente sofferente, perplesso, scontento, mai soddisfatto; chi, invece, è molto sereno, tranquillo, felice, contento.

***Osservando, arriviamo a comprendere che la realtà è composta di aspetti molteplici.
perché tutto questo?***

Negli insegnamenti del sentiero interiore Buddha-dharma, il Buddha Sàkyamuni sostiene che questa **varietà è interdipendente**. Significa che ogni fenomeno è considerato un effetto e come tale dipende da una causa, deve avere una causa; se c'è una causa può maturare un effetto, e, se un effetto è maturato, significa che c'è stata una causa.

La varietà di fenomeni, risultati, esperienze, è interdipendente. I fenomeni dipendono da differenti cause e maturano differenti risultati: **questo è il principio della relazione di causa ed effetto**.

L'insegnamento buddhista afferma che tutto è correlato: i fenomeni, le esperienze, gli esseri, umani e non umani. Niente esiste in modo statico: **tutto è in continuo cambiamento**. Se cambia la causa cambia l'effetto: è la ragione per cui i mondi cambiano, gli esseri umani cambiano, la mente cambia.

l'esistenza della molteplicità è quindi spiegata dalle differenti cause, tante quante sono i risultati.

Ogni tipo di esperienza è la conseguenza delle cause che accumuliamo, perciò **tutto dipende da noi**. Perciò ci viene offerta la possibilità di migliorare, se ne abbiamo la volontà: se vogliamo cambiare, possiamo farlo: creare le cause necessarie per la felicità e purificare le cause della sofferenza.

“Con le mie mani non posso togliere le vostre sofferenze, né tanto meno con la magia posso trasformare la vostra condizione in uno stato di felicità. Io ho capito come si può diventare felici e ve lo spiego. Dipende però da voi: se praticate correttamente otterrete il risultato, se non praticate correttamente, non lo otterrete”.

Il Buddha

L'affermazione di Sàkyamuni introduce un altro concetto fondamentale dell'insegnamento buddista: **la responsabilità personale**.

Poiché ognuno di noi è responsabile della propria felicità, noi stessi siamo interdipendenti: abbiamo la possibilità di cambiare.

Se creare delle cause positive non dipendesse da noi, non avremmo la possibilità di cambiare. Ciò significherebbe che se ora abbiamo una vita sofferente, saremmo condannati a rimanere sofferenti per sempre: tutto dipenderebbe da una singola causa che non possiamo modificare, perché se quella singola causa non dipende da noi, se non è stata creata da noi, non potremmo fare nulla per cercare di cambiarla. Non potendo intervenire sulla causa per modificarla, non potremmo cambiare la nostra vita, quindi non potremmo modificare l'esperienza e questo sarebbe un disastro



Non violenza

Tutto ciò che esiste, esiste interdipendentemente

tutto è interconnesso e ciò porta naturalmente a maturare rispetto verso il mondo e quindi ad essere non violenti.

Per “non violenza” intendiamo due cose:

- a) Non danneggiare (ma questo non è sufficiente. Ad esempio: una persona che non danneggia gli altri, ma dentro è piena di rancore.
- b) Un comportamento che nasce sulla base della compassione e dell’amorevole gentilezza (questa è la vera non violenza).

La compassione è un’attitudine che spinge a non sopportare che gli altri soffrano; così non si vuole provocare sofferenze; **nasce così la non violenza come effetto dalla causa radice della compassione.**

- La nostra violenza ci porta sofferenza; la nostra gentilezza ci porta felicità.
- Noi dipendiamo dagli altri e quindi non c’è ragione di essere arroganti.
- Anche il corpo è composto di varie parti interdipendenti tra loro.

Tutto è così! Noi dipendiamo totalmente dagli altri per sopravvivere, come possiamo odiarli? Grazie agli altri noi possiamo vivere; pensiamo alla loro gentilezza!

Gli 8 simboli del buon auspicio





Il nodo senza fine

Il Nodo-senza-fine è composto da linee chiuse intersecantisi ad angolo retto. In origine sembra essere stato **un simbolo delle divinità naga**, che governano i regni sotterranei, le acque, le rocce, i fiumi, i laghi, la pioggia, la fertilità e l'integrità della terra; alcuni di essi sono protettori del *Dharma* ma possono reagire negativamente contro chi non rispetta i luoghi che abitano; nell'iconografia e nella letteratura tibetana sono descritti come esseri per metà umani e per metà serpenti.

Nella tradizione tibetana il nodo-senza-fine è simbolo anche del **modo incessante della manifestazione**; l'intersecarsi delle linee ci ricorda come i fenomeni sono interconnessi e dipendenti da cause e condizioni.

Il nodo-senza-fine **rappresenta l'unione della Saggezza e del Metodo, l'unione della energia femminile e di quella maschile**, la loro armonica inseparabilità, rappresentando l'amore infinito, la vita infinita, la realizzazione della loro unione.

Il nodo-senza-fine è usato da solo come il più alto segno di buon auspicio, per esempio posto assieme a un dono o in uno scritto significa **la connessione tra chi dona e chi riceve**, stabilendo legami per favorevoli circostanze per il futuro; ricordando che ogni effetto positivo e favorevole per noi in futuro ha le sue radici, le sue cause dalle nostre azioni nel presente.

