



Il karma: la legge di causa ed effetto (2)

A cura di Massimo Gusmano



Come possiamo purificare, quindi eliminare il karma negativo?

Innanzitutto cercando di proteggere le “**tre porte**” (corpo, parola e mente) dal compiere azioni non virtuose, con coscienza, in ogni momento della vita e, al contrario, praticare anche la più piccola azione virtuosa.

In maniera più specifica, ci sono **quattro forze, antidoti opposti**:

- la forza della base, che consiste da una parte nel prendere Rifugio, praticare Rifugio negli Esseri Illuminati: Buddha, Dharma e Sangha e dall'altra parte, praticare Bodhicitta verso gli esseri senzienti ordinari
- la forza del rimorso o pentimento delle azioni non virtuose compiute, provando una sensazione di immenso dispiacere
- la forza della volontà, della determinazione di non volerlo più ripetere in futuro
- la forza dell'antidoto diretto: praticare attività virtuose, come fare offerte, prostrazioni, recitare mantra, fare meditazione, e dedicarle per il beneficio di tutti gli esseri senzienti

le 10 azioni non virtuose

Tre in relazione al corpo: ***uccidere; rubare; avere un'attività sessuale scorretta.***

Quattro relative alla parola: ***raccontare menzogne; calunniare; usare parole offensive; parlare a vanvera.***

Tre relative alla mente: ***brama; malevolenza; sostenere una visione distorta.***

I 4 rami del karma

Il Primo ramo: *ramo della base*. Secondo ramo: *ramo della motivazione (riconoscimento, motivazione, difetti mentali)*. Il terzo ramo: *ramo dell'azione vera e propria*. Quarto ramo: *ramo della conclusione*.

Azione nera del corpo: **uccidere**. Per creare il karma completo dell'azione dell'uccisione è necessario che **i quattro rami** dell'azione dell'uccisione, siano tutti quanti presenti.

Analizziamo i quattro rami della prima azione del corpo: **uccidere**. Quindi, primo ramo, la *base* della uccisione deve essere necessariamente un altro essere senziente diverso da sé stesso. Potrebbe essere un qualsiasi altro essere senziente, perfino un animale. Quindi abbiamo di fronte l'oggetto della nostra uccisione.

Il secondo ramo è la *motivazione* che ha tre sottodivisioni: riconoscimento; motivazione (nuovamente si dice motivazione); difetti mentali. Questi tre insieme costituiscono il secondo ramo principale: ramo della motivazione. Il riconoscimento è importante perché se ad esempio si vuole uccidere un elefante, questo deve essere riconosciuto come tale e non scambiato con un essere umano o un altro animale. Se si è intenzionati ad uccidere esclusivamente un elefante si deve riconoscere che l'oggetto che è davanti è effettivamente un elefante. Viceversa, se hai davanti un elefante e vuoi uccidere un cane, non devi scambiarli. Il riconoscimento deve essere valido. Secondo: ci deve essere la motivazione che è l'intenzione di uccidere. Terzo: è il difetto mentale. Potrebbe essere attaccamento, odio, ignoranza, possono essere presenti uno o anche tutti e tre. Si potrebbe essere spinti da attaccamento, per esempio per ottenere l'avorio, la carne o la pelle dell'elefante, utilizzati per farne dei guanti od altro. Si potrebbe essere spinti dall'odio, e questo non occorre commentarlo o si potrebbe essere spinti dall'ignoranza. Qui è interessante analizzare la spinta dell'ignoranza. Per esempio, esistono delle culture, delle tradizioni, in cui la gente cresce con la convinzione che uccidere un animale è normale e naturale; non viene considerata una azione distruttiva non virtuosa. Secondo la tradizione, l'animale non soffre, perciò tu puoi ucciderlo tranquillamente. C'è questo tipo di cultura o conoscenza, considerata dall'insegnamento come ignoranza. Addirittura, esistono certi insegnamenti che sostengono che fare offerte di sacrifici di animali, fare offerte agli dei del sangue degli animali, è una offerta suprema per andare in paradiso. Poi ci sono altri insegnamenti, che sostengono, addirittura la guerra santa; viene interpretata la parola come "santa": la guerra come qualcosa di prezioso, quindi uccidere tutti coloro che ti sono contro, sono avversari e vanno uccisi, è una cosa giusta e santa. Ci sono queste credenze che portano la persona a compiere l'azione dell'uccidere. Tutto è causato dall'ignoranza.

Terzo ramo: *azione vera e propria dell'uccisione*. Possiamo uccidere in tanti modi, con tante differenti azioni, non c'è solamente un modo, per esempio con gli armamenti, col veleno, e così via, Abbiamo diversi modi di compiere l'azione di uccidere. Conclusione, il quarto ramo: l'essere senziente deve cessare di essere in vita.

E' stato maturato il quarto ramo: la *conclusione*.

L'uccisione che avviene con la presenza di tutti questi quattro rami ha un karma pesante.

Se nell'uccidere dovesse essere assente uno, soltanto uno dei quattro rami, allora l'azione non è completa e il karma non è così pesante.

Andiamo a meditare sulla seconda azione del corpo: **rubare**. Il primo ramo, il *ramo della base*, sono necessariamente oggetti, possedimenti e beni altrui e non appartenenti a se stessi.

Il secondo ramo, la *motivazione*: abbiamo tre sottodivisioni di cui il primo è il riconoscimento. Se vuoi rubare un anello lo devi riconoscere come tale e non confonderlo con un bracciale o una collana; quindi il riconoscimento è importante.

Seconda motivazione: l'intenzione di rubare.

Terzo: difetti mentali. Si potrebbe essere spinti dall'attaccamento per quell'oggetto, quindi si ruba. Si potrebbe essere spinti dall'odio perché si vuole privare quella persona di quell'oggetto, perché la si vuole danneggiare. Questo è un esempio di odio.

Si potrebbe essere spinti dall'ignoranza. In India ci sono diversi insegnamenti che dicono che rubare va benissimo, non è una azione negativa. Rubare va benissimo, è normale, non è una azione negativa. Questo è l'esempio dell'ignoranza.

Il terzo ramo, ramo dell'*azione vera e propria*. L'azione di rubare può essere compiuta in diversi modi: con la forza, con violenza o con la gentilezza, con l'inganno e di nascosto.

Il quarto ramo dell'azione del rubare, *conclusione*, è quello di provare soddisfazione di essere venuto in possesso dell'oggetto.

Andiamo ad analizzare e meditare sul terzo punto, la terza azione del corpo, ***l'attività scorretta sessuale*** comprendente sempre quattro rami.

Il primo ramo: il *ramo della base*. La base è un altro essere senziente di qualunque sesso, sia che ha già convenzionalmente stabilito una famiglia, un rapporto coniugale, o intrattiene un rapporto con un'altra persona.

Il secondo ramo: il *ramo della motivazione* ha tre sottodivisioni:

Il primo è il riconoscimento. Se fosse una donna e volesse avere un rapporto con un uomo, la base deve avere un sesso maschile; se fosse di sesso femminile, allora, si è scambiata la base. Il riconoscimento è importante: se fosse un uomo e volesse avere un rapporto con una donna, la base deve essere una donna e non un uomo, altrimenti il riconoscimento è sbagliato, la base è errata. Il riconoscimento è importante. L'oggetto deve essere riconosciuto correttamente.

Secondo: la motivazione è avere un rapporto sessuale scorretto.

Terzo: difetti mentali. Si potrebbe essere spinti sicuramente dall'attaccamento; si potrebbe essere spinti addirittura dall'odio e si potrebbe essere spinti anche dall'ignoranza.

Terzo ramo, il *ramo dell'azione*. Si riferisce all'attività sessuale praticata.

Quarto ramo, la *conclusione*: sperimentare gioia dovuta a questo incontro.

Così andiamo a meditare sui quattro rami della prima azione della parola, cioè, **raccontare menzogne**. Prima è la *base* che è l'individuo, la controparte a cui si andrà a raccontare la menzogna. Quell'individuo, l'essere senziente deve essere capace di intendere e di volere. Se uno è incapace di intendere e volere la menzogna non sarà compresa.

Secondo, *motivazione*, abbiamo tre sottodivisioni di cui la prima è il riconoscimento: nel raccontare la menzogna si deve prima riconoscere la verità e riconoscere l'opposto della verità che si andrà a dire. Si deve riconoscere quale sia la verità e quale il falso che si riferisce. Riconoscere correttamente.

Seconda motivazione: la nostra intenzione di andare a raccontare la menzogna.

Terzo è il difetto mentale: potrebbe essere ignoranza, attaccamento, odio.

Il terzo ramo, l'*azione vera e propria* del raccontare menzogne, potrebbe essere compiuto dai cinque organi dei sensi, in relazione alle proprie cinque coscienze. Per esempio, la coscienza visiva ha visto realmente, però si dice che non si è visto. La coscienza uditiva ha sentito veramente, ma si dice di non aver sentito. La coscienza olfattiva ha percepito l'odore, quindi si dirà che non si è sentito alcun odore. La coscienza gustativa ha gustato e si dice di non aver gustato alcunché. Con la coscienza tattile, si è avuta una sensazione di contatto, ma lo si nega. Dire il contrario delle esperienze effettivamente sperimentate dalle cinque coscienze sensoriali.

Conclusione: la menzogna è compresa.

Andiamo a meditare sulla seconda azione nera della parola che è **calunniare**, più precisamente causare la divisione.

La base del calunniare, potrebbe essere costituita da due singole persone che sono in rapporto armonioso, oppure due comunità in armonia o entrambe anche in disarmonia.

Andiamo a vedere il secondo ramo, il *ramo della motivazione* con tre sottodivisioni, il riconoscimento: riconoscere che queste due persone o due gruppi di persone sono effettivamente in piena armonia. Riconoscere correttamente.

Poi c'è l'intenzione di andare a causare la divisione.

Difetti mentali: attaccamento, odio, ignoranza.

Il terzo ramo, *azione vera e propria*, poiché si tratta dell'azione della parola, perciò si diranno, si argomenteranno alcune cose ad uno mentre all'altro se ne diranno di diverse allo scopo di creare divisione, causando divisione fra due persone o due gruppi che sono in armonia.

Allo stesso modo, noi possiamo prendere anche la seconda base, cioè quelle due persone o due gruppi che sono già in uno stato di disarmonia; abbiamo la base e nel secondo ramo abbiamo il riconoscimento, motivazione e il difetto mentale. Col riconoscimento dobbiamo renderci conto che quei due sono già in uno stato di disarmonia; la motivazione è l'intenzione di causare e di peggiorare la loro situazione; terzo è il difetto mentale: attaccamento, odio e ignoranza. Il terzo ramo, il ramo dell'azione, è quello di peggiorare, tramite la parola, la loro situazione già in disarmonia. Quindi non favorire la riconciliazione, ma far peggiorare la situazione. Anziché aiutare a realizzare l'armonia e l'amicizia, si lascia la situazione attuale e magari la si fa peggiorare.

La *conclusione*, in entrambi i casi, sia del primo esempio che del secondo, si ha quando loro comprendono il significato delle due argomentazioni.

Andiamo a meditare la terza azione della parola: **usare parole offensive**. La *base* è un altro essere senziente capace di intendere e volere.

La motivazione è suddivisa in tre parti di cui la prima parte è il riconoscimento: riconoscere l'oggetto.

La seconda parte è l'intenzione di usare parole offensive.

La terza parte è il difetto mentale: si potrebbe essere spinti da attaccamento, odio, ignoranza.

Il terzo ramo dell'azione delle parole offensive è l'*azione vera e propria*: pronunciare delle parole offensive. Le parole offensive, potrebbero avere due aspetti: uno è veritiero, il secondo, non veritiero. Ora questo significa che potremmo avere davanti una persona non vedente, e noi le diciamo: sei non vedente e questo ferisce la persona. Un'altra persona davanti a noi, potrebbe avere una bocca storta, noi lo facciamo presente e questo lo ferisce. Queste sono parole offensive che hanno una loro corrispondenza effettiva, quindi vera, ma egualmente feriscono le due persone. Facciamo un altro esempio: se una persona è vedente e gli si dà del non vedente; quindi la si ferisce, oppure ad una persona si dice di avere la bocca storta, e non corrisponde al vero, quindi la si ferisce.

Si può ferire un'altra persona in una maniera dolce; ci sono degli scherzi, delle battute, che apparentemente fanno ridere, ma realmente feriscono la persona.

Conclusione, il quarto ramo delle parole offensive: l'individuo è rimasto offeso perché ha capito il significato della parola.

Quarta azione della parola, è ***parlare a vanvera, pettegolare***.

Base: un essere senziente capace di intendere e volere; il secondo ramo è *la motivazione* con tre sottodivisioni:

Prima sottodivisione: riconoscere di parlare senza alcuno scopo, senza una finalità precisa.

Seconda sottodivisione: è quello semplicemente di chiacchierare.

Terza sottodivisione: difetto mentale, si potrebbe essere spinti da attaccamento, odio, ignoranza.

Il *terzo ramo, azione vera e propria*, è parlare effettivamente senza un motivo preciso.

Il *quarto ramo, la conclusione*, comprende il significato delle proprie chiacchiere, del proprio pettegolare.

Un particolare da ricordare relativamente alla quarta azione della parola, pettegolare, parlare a vanvera: dal punto di vista della natura non è così particolarmente negativo; la sua negatività non è così pesante, ma dal punto di vista dello spreco della propria vita, è quello che fa gettar via il maggior tempo della nostra esistenza. Inoltre può dar luogo all'insorgenza di altre azioni non virtuose ed incrementare difetti mentali.

Ottavo in ordine, e la prima relativa alla mente: ***brama, bramosia.***

La *base*: oggetti, beni materiali o qualunque altra cosa appartenenti ad altri.

Motivazione: noi abbiamo tre sottodivisioni di cui il primo è il riconoscimento; dunque bisogna riconoscere l'oggetto: se è di pietra, bisogna riconoscerla, se fosse una moneta, riconoscerla come moneta.

Motivazione: desiderare di appropriarsi di quell'oggetto.

Difetto mentale: si potrebbe essere spinti di attaccamento, odio o ignoranza.

Azione vera e propria. Siccome si tratta di una azione mentale, perciò è sufficiente che il desiderio, la brama, la bramosia si intensifichino. Quindi, intensificare il proprio desiderio di volersi impossessare di quell'oggetto, questo rafforzare, intensificare, è l'azione vera e propria della mente.

Conclusione del quarto ramo della bramosia, è la decisione mentale di voler assolutamente possedere quell'oggetto. Decidere mentalmente. Quindi la conclusione in questo caso, è tutta attività mentale.

Andiamo a meditare, in ordine, il secondo della mente: ***la malevolenza.***

Base: un altro essere senziente diverso da noi.

Attenzione: la base delle parole offensive deve essere un essere senziente con la capacità di intendere e volere, la capacità di comprenderne il significato. Nel caso della malevolenza, la base è qualunque essere senziente. Non è necessario che l'altro abbia capacità di intendere e volere; è sufficiente che sia un essere senziente qualsiasi. Qualunque essere senziente diverso da sé, che secondo il nostro punto di vista è un essere spiacevole.

Secondo ramo *motivazione* di cui abbiamo tre sottodivisioni:

Il primo è riconoscere correttamente se l'essere senziente spiacevole, secondo il tuo punto di vista, è umano o animale.

La seconda sottodivisione è l'intenzione che potrebbe essere quella di picchiare, uccidere, far del male o danneggiare

L'intenzione è quella di desiderare che quell'essere senziente possa avere delle disgrazie, possa avere delle negatività: quindi male-volere.

Terzo punto della motivazione sono i difetti mentali. Si potrebbe essere spinti da attaccamento, odio o ignoranza.

Azione vera e propria: studiare mentalmente i tanti modi possibili per poter danneggiare. E' l'azione vera e propria della malevolenza.

Conclusione, il quarto ramo della malevolenza: è decidere mentalmente che io devo danneggiare quell'essere senziente.

Così andiamo meditare l'ultimo: ***sostenere una visione distorta.***

Base: sono oggetti come per esempio la relazione di causa ed effetto, l'interdipendenza, l'esistenza dei tre oggetti di Rifugio, l'esistenza della vita passata, presente e futura. Queste sono le basi per poter andare a sostenere le visioni distorte.

Motivazione: viene suddivisa in tre sottodivisioni di cui andiamo a meditare il riconoscimento. Come potrà avvenire la visione distorta? Come potrà avvenire il sostenere una visione distorta? Ipotesi: noi conosciamo e abbiamo compreso la relazione di causa ed effetto, l'esistenza della vita passata, presente e futura, Buddha, Dharma, Sangha, l'interdipendenza. Successivamente incontriamo un amico o un maestro negativo che ci convincono della falsità di questi argomenti: come la non esistenza del karma, la non esistenza della relazione di causa ed effetto, che è inutile praticare con fatica, con impegno, con sacrificio. Basta vivere divertendosi al massimo, perché c'è solo questa vita presente, perché dopo la morte non c'è niente; preoccuparsene è tempo perso, beneficiare la vita futura, praticare per creare la causa della felicità della vita futura è tempo perso. Noi cominciamo a credere a quanto ci dice l'amico o il maestro negativo pensando: "forse è vero quello che mi dicono". Ecco questo è il riconoscimento; il supporre da parte propria, il credere a ciò che ci viene detto.

La motivazione è quella intenzione di andare a sostenere la non esistenza della vita presente, passata e futura e la non esistenza del karma e della relazione di causa ed effetto.

Il difetto mentale potrebbe essere l'attaccamento, odio e ignoranza che spingono a sostenere la visione distorta

L'azione vera e propria è quella di sostenere la visione distorta, e *la conclusione* sarà che mentalmente finiremo per sostenere l'inesistenza di quanto credevamo precedentemente.

“Non pensare che una lieve non-virtù
Non avrà conseguenze sulle tue vite future.
Come le gocce d'acqua cadendo
Riempiono un grande recipiente,
le piccole non-virtù accumulate da uno stolto
domineranno completamente le vite future”

“Non pensare che una lieve virtù
Non avrà conseguenze sulle tue vite future.
Come le gocce d'acqua cadendo
Riempiono un grande recipiente,
le piccole virtù accumulate dal perseverante
domineranno completamente le vite future”

Il Buddha

