

Dieci Direzioni

"... Cominciai a seguire l'insegnamento del Buddha dal momento in cui capii che il vero e proprio non è una religione - una fede in una Divinità e in una relazione con Essa, comunque articolata -, ma un umanesimo e, più concretamente, un sistema etico-psicologico che propone metodi pratici per raggiungere, qui e ora, la piena realizzazione delle proprie potenzialità benefiche. In Occidente, l'insegnamento del Buddha è stato più volte 'interpretato' in senso più o meno teistico: il Buddha come Dio o come sua rappresentazione/manifestazione. Ma quando mi resi conto che il Buddha (il Risvegliato) non pretendeva essere un Dio o un profeta, bensì esempio supremo di ciò che l'essere umano può diventare, mi dissi: "Questo sì che ha un senso: il Risvegliato insegna agli altri, come risvegliarsi". Questo testo vuole contribuire alla comprensione della natura pratica e concreta dell'insegnamento del Buddha, il cui cuore è l'esercizio meditativo. Vi sono delineate le sue caratteristiche essenziali, per offrire al lettore non specializzato un'introduzione generale, che possa incoraggiare a farne esperienza. "Nel 1972 in Sri Lanka (...) ebbi la fortuna di leggere le parole del Buddha: la spiegazione di quello che lui stesso aveva sperimentato, e di come anche altri possano arrivare alla stessa esperienza. E così scoprii la straordinaria semplicità e la profonda concretezza del sentiero di quiete e visione profonda, da lui indicato. Mi dedicai, quindi, allo studio dell'antica lingua pali e dei testi. Nel 1974 feci un corso di meditazione Vipassana con il maestro indo-birmano S.N. Goenka; questa pratica dell'insegnamento del Buddha mi convinse ad accettare la sua validità, come guida di vita, e ad impegnarmi da allora al continuativo esercizio meditativo di Vipassana. Ben sapendo che è una strada lunga, a ogni passo mi appare giusta e benefica."

Quando con la nascita ci poniamo nello spazio, esso si dispiega secondo le quattro direzioni principali, Nord, Sud, Est, Ovest, e le quattro direzioni secondarie NO, NE, SO, SE, ciò che è sopra di noi, Zenith, e ciò che è sotto di noi, Nadir, queste sono le dieci direzioni. È sapienza della tradizione insegnare che ad ogni direzione corrisponde una differente energia, un sapore differente, un colore differente, un sentire differente... Nella costruzione di uno spazio, che sia esso esterno o interno a noi, sempre con essi, ci si dovrà confrontare. È necessità perciò di ognuno di noi di apprendere, fare proprie, queste direzioni, se vi è in lui l'intenzione di procedere oltre se stesso in un percorso cosciente. Incamminandosi, lungo il proprio sentiero, incontriamo per ogni direzione, secondo la tradizione, un'iconografia complessa, essa mostra l'essenza di quell'energia in tutti i suoi aspetti. Ogni disegno qui riportato è l'espressione personale del frutto che si è raccolto grazie all'incontro di quel Guardiano. I Signori delle direzioni principali Lokapala esercitano il controllo e gestiscono i quattro elementi affinché la realtà possa restare positiva e compatta. Sono i Guardiani di un luogo, di uno spazio preciso. I Signori delle direzioni intermedie. Sono i Guardiani del confine che delimitano il luogo, segnano ciò che è dentro da ciò che è fuori. "Che sono quei disegni da meditazione in verità'...." I disegni derivano da un sistema di segni e colori in uno svolgersi grafico assolutamente automatico, attraverso delle forme susseguenti in stati profondi di meditazione raggiunti attraverso una pratica costante, attraverso ciò essi si mostrano. Quando ubbidiente al Maestro di Meditazione li riordinai e glieli consegnai tutti, erano ormai trascorsi alcuni anni da quando chiesi di impegnarsi nel ridare loro la giusta forma, allora chiesi perplesso: "Maestro in tutti questi anni li ho disegnati in buon ordine, li ho guardati e studiati, vi ho molto pensato, certo vi ho meditato, li ho anche dimenticati, più volte, ma in verità da tutto ciò non ne ho tratto nulla che mi abbia veramente soddisfatto anzi Madre Mia che cosa sono questi in verità?". Ed Ella rispose: "Sono disegni della Luce, sono giochi di Luce e Ombra, che hai voluto riassumere in tratti. Sono Luce e sono Ombra, non sono la Realtà, sono la Realtà del pensiero, sono la Forma che tra Luce e Ombra prendono i pensieri. Non sono un Mandala, ma questo è quello che Tu porti dentro: questo è ciò che Tu devi portare fuori. Perché il risveglio, Figlio Mio, può avvenire solo da una rivelazione diretta, attraverso un processo interiore di conoscenza. Non ti insegna la tua pratica forse che la realtà fenomenica è un sogno, un miraggio, un'apparizione magica, un'illusione?..." Solo chi riesce a generare in sé la Prajna può squarciare il velo dell'ignoranza e vedere la natura ultima di tutta l'esistenza (dharmata). Si viene a parlare allora di due verità, una provvisoria e convenzionale legata alla visione dei fenomeni, e l'altra definitiva e assoluta. Ma il dualismo che sembrerebbe scaturire da tale suddivisione è già superato... poiché la realtà fenomenica, essendo di fatto vuota di esistenza propria, si identifica con la verità assoluta. Questa verità non è più esprimibile, non è immaginabile, non ha forma né caratteristiche, è totalmente vuota. "Da allora i disegni rappresentarono un corollario della pratica principale."

Un libro pieno di ispirazione per non soccombere in questi tempi terribili. Una raccolta di aforismi, koan e sutra, che ci siano d'aiuto a sconfiggere il dolore, a dimorare nella calma, a sorridere di più, a vivere nel momento presente, dissolvendo la paura. Piccoli aforismi in grado di cambiare la vita, che abbiano un impatto istantaneo e che accendano in noi "la scintilla", tradotti direttamente dal giapponese e ripresi da maestri quali Bodhidharma, Dogen, Rinzai, Nansen. Lo zen ci insegna a scardinare la "modalità predefinita", la mente reattiva, ed essere veramente liberi da tutte le emozioni distruttive, e ce lo insegna nel qui e ora, nell'adesso, nel vivere pienamente. Per diventare consapevoli e dimorare nella piena consapevolezza mentale, e alla fine risvegliarci. Finché sogniamo, l'oca è nella bottiglia. Se siamo svegli, invece, l'oca non è mai stata nella bottiglia. Non è possibile risolvere un koan, è possibile solo dissolverlo. Noi tutti siamo Buddha dimentichi di esserlo. L'oca è fuori! È fondamentale uscire dallo stato di sonno, in cui siamo sonnambuli, e finalmente risvegliarci, ricordandoci di essere già illuminati.

Consists of separately numbered series of publications of the Parlamento as a whole, the Senato, and the Camera dei deputati. Each session is divided into Disegni di leggi; Documenti; and: Discussioni. L'introduzione del Sutra del Loto Una sintesi di ogni capitolo dei tre Sutra che compgono il Triplice Sutra del Loto: 1) Il Sutra Muryogi (Il Sutra degli Innumerevoli Significati) 2) Il Sutra del Loto (Il Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meravigliosa) 3) Il S

Una biografia letteraria di Siddharta Gautama, il Buddha (ovvero "il risvegliato"), ricavata da diverse fonti antiche e narrata con lo stile unico, fluido di Kerouac che ne fa un libro maestoso.

[Copyright: 2d0a32623131268fcf7b67d425c211c](https://www.dhammadownload.com/2d0a32623131268fcf7b67d425c211c)