

Come diventare un Tesoro Vivente del Dharma

Dunque, stiamo parlando del percorso che conduce a liberare voi stessi da tutte le schiavitù, come la rabbia, l'attaccamento, l'oscuramento e così via.

Allora come si raggiunge quello stato ove è possibile rilassarsi all'interno della natura di chi siete veramente; invece di cercare distrazione per distrarvi da ciò che è essenziale?

Il motivo per cui le persone si dedicano ai pettegolezzi, passano il tempo a chiacchierare a ruota libera e si dedicano a svariati tipi di indulgenza, è che in realtà nulla dà loro un senso di pace. E così sperano che ciò darà loro una sorta di pace, una forma di evasione. E così ci rivolgiamo a tutti i tipi di attività per sentirci bene; ma in realtà nessuna ci aiuta, perché sono tutte alle spese della sofferenza di qualcun altro. Lo spettegolare si fa alle spese della sofferenza di qualcun altro, inoltre, volendo essere competitivi, si finisce per creare anche il terreno che genera il vincere e perdere. Potete vincere, ma generate anche il risentimento che vi torna indietro. Se vincete, perdete; quello che stiamo cercando è vincere e vincere, nel senso di non-attività. Non interferire con le cose; lasciare che le cose si svolgano naturalmente.

Attualmente nel mondo, a causa del progresso di tecnologie diverse, e tutta la tecnologia è dovuta alla mente concettuale, cerchiamo di controllare il modo in cui peschiamo, come usiamo il carburante, cerchiamo di avere il controllo su come fare questa o quella cosa, tutto ciò che senza tener conto della natura di ciò che realmente è.

Nella nostra città, qui nel Regno Unito, i giovani durante l'inverno escono in abiti che non sono diversi rispetto all'abbigliamento estivo, e più a nord si va, più è corta la gonna in inverno, quindi perché è così, è perché sono più resistenti al freddo? No, non è vero, ci sono numerosi casi di polmonite qui, di persone affette da influenza, ma i giovani qui hanno la fissazione dell'apparire, apparire strabilianti, apparire all'ultimo grido, che significa indossare abiti ridotti al minimo, soprattutto per le ragazze. Chi ha iniziato non si sa, ma era così prima? No. È un fenomeno iniziato da alcuni anni; qualsiasi cosa sia, adesso è così. Ma quando non si ha alcun rispetto della temperatura esterna e si esce con dei vestiti del genere, naturalmente si prende l'influenza, ovviamente si prende il raffreddore, questo è certo.

Siamo impegnati in tutti i tipi di distrazione per trovare uno scopo. E il più delle volte lo scopo è quello di ottenere una certa attenzione. Siamo così insicuri, vogliamo un po' di attenzione. E per attirare l'attenzione dimostrate di sapere qualcosa che altre persone non sanno. Siete ossessionati dalla conoscenza e usate la conoscenza come un punto di forza nel dibattito, come punto di discussione con gli altri, per mostrare "So questa cosa che tu non conosci".

E anche i pettegolezzi: "Io so qualcosa che tu non sai. Vuoi saperlo anche tu? O quando le persone commettono errori," Guarda, qualcuno ha fatto un errore. Guarda questo, guarda quello."

Così una delle prime cose che gli insegnamenti ci consigliano è: non parlare di ciò che è giusto e sbagliato nel comportamento delle altre persone. Non c'è giusto, non c'è sbagliato: se ci si concentra su qualcosa considerato giusto allora ci si concentrerà anche su qualcosa considerato sbagliato. Avviene contemporaneamente, perciò non concentratevi su questo. "Lui sta facendo questa cosa", Sì, è proprio così.

Ecco una risposta semplice per voi - "Perché lui sta facendo cose del genere?" È così. Perché il topo scappa dal gatto? "è così"; perchè il topo insegue il gatto? È così.

Accade che a volte le persone hanno torto; si girano e vogliono mordere chi è nel giusto. Si sbagliano e si girano e dicono che siete voi ad avere sbagliato. Come mai? È così. Perché voi lavorate duro e qualcun altro non lavora duro, e voi venite licenziati e loro no? È così.

Perché è così? È il karma. Non può essere esaminato, non può essere motivato in termini di logica. Perché? È così.

Proprio come una ragazza che venne a incontrare Sua Santità, e rimase sorpresa che sua Santità non fosse alto, "Sua Santità, siete molto basso" e sua Santità disse: "Sì, sono così, ora vai a sederti". Allora, perché è così? È così, ora vai e schiarisci la tua mente. Come mai? È così

Un uomo arriva al monastero. Il Maestro gli chiede: "Da dove vieni?" "Io vengo da quel tale paese". "È la prima volta che vieni qui?" «Sì.» «Per favore, vai a bere un pó di tè."

Un secondo uomo arriva. "Di dove sei?" "Io sono di questo tale luogo". "Sei stato al nostro monastero prima?" "Sì, sono stato qui prima d'ora." "Per favore, vai a bere un pó di tè."

Ora l'attendente del Maestro si chiede, "Hmm? Perché il Maestro dà la stessa risposta a queste due persone? Uno per la prima volta qui. Uno è già stato qui prima. E la sua risposta è di andare a bere un pó di tè. Così chiese al Maestro: "Perché fai così?" E il Maestro disse: "Vai anche tu a bere un pó di tè."

Si tratta di un evento del passato molto famoso che è stato annotato per ricordare alla gente, è *così*. E che bere il tè significa schiarire la vostra mente, quindi, invece di parlarne, bevete una tazza di tè.

Le persone spettegolano. Uno dei migliori modi per farle smettere di pettegolare è quello di farle parlare di qualcosa che hanno fatto. La gente ama parlare di se stessa. Date loro la scelta di parlare di altri o di loro, preferiscono parlare di se stessi. Il fatto che parlino di altre persone è perché non trovano l'occasione di parlare di se stessi. Così, indirizzando la loro mente su cose a cui sono interessati non commetteranno l'atto del pettegolezzo.

Come alle persone che non hanno alcun senso di uno scopo; dare loro delle attività, date loro qualcosa da fare. In questo modo non saranno ossessionati dalle speculazioni o dal giudicare se le persone hanno ragione o hanno torto.

Se siete permissivi con voi stessi e trattate gli altri con durezza sarà la causa di grave sofferenza in futuro. Un vero praticante di BuddhaDharma deve essere in grado di raggiungere uno stato di assenza della parola, nessuna discussione per quanto riguarda gli errori altrui. Quando non riuscite a smettere di parlare degli errori altrui, e non è vostro compito farlo ... come Insegnante è un compito farlo, è necessario indicargli i loro errori ... voi non siete un insegnante. Se non siete un insegnante, non è il vostro compito. Allora perché farlo

Quante volte siete stati molto veloci nel saltare a qualche conclusione, su ciò che voi percepite come giusto e sbagliato, basandovi su valori morali fasulli. Fasulli significa che nemmeno voi li rispettate, è qualcosa che non seguite neanche voi . Quindi, se non siete l'insegnante di quella persona, non è il vostro lavoro correggerla, potrebbe essere il vostro collega, potrebbe essere un compagno di studi, qualunque cosa facciano, non è il vostro compito dire loro che si sbagliano. Potere consigliare e dire che il vostro Maestro dice di non fare una certa cosa, ma sicuramente non ne dovete parlare alle spalle della persona. Fare ciò dimostra la vostra condotta morale, la vostra pratica ha bisogno di miglioramento; la vostra integrità, la vostra dignità, la vostra comprensione del Dharma richiede un miglioramento enorme.

Inoltre, quando qualcuno ha commesso un crimine, una cattiva condotta, qualunque esso sia, non propagatela; non uscite a diffonderla. Fare questo servirà solo a danneggiare il proprio valore morale. Farà anche esaurire il merito che avete generato nel passato. Distruggerà la vostra reputazione. Quando si parla in questo modo, nessuno si fida di voi. Non c'è un solo beneficio per voi stessi. Quindi, essere consapevoli delle vostre parole, essere consapevoli delle vostre azioni, essere consapevoli della vostra mente. Le tre porte: corpo, parola e mente. Anche se sono errori veri e propri, non trasmetteteli. Succede; ne siete a conoscenza; è necessario avere compassione e non sfruttare l'occasione per causare più danni.

Al giorno d'oggi, nei film, in televisione o per strada, usare bestemmie come espressione verbale è diventato comune; far salire rapidamente la rabbia, voglia di imprecare e voler anche creare dei conflitti per gli altri attraverso l'uso di parole è comune, e questo in genere non fa sentire le persone a proprio agio.

Se desiderate che qualcosa non vi accada è meglio che non facciate ad altri. Se non volete che vi accada, allora perché farlo ad altre persone? È così semplice. Mettetevi al loro posto. A nessuno piace essere trattato con disprezzo verbale. Nel farlo create danno anche a voi stessi, porta componenti contaminati nella vostra mente.

Questa è la mia osservazione, la mia esperienza; nel corso degli anni sono stato in molti posti. Io sono stato in luoghi dove ci sono persone che quando parlano, bestemmiano; lo fanno senza pensare. La maggior parte delle volte io non le sento. Altri dicono che le stesse persone quando sono con me, non usano quel linguaggio. Possono usarlo altrove; con me non lo usano. Come mai? Tutto dipende; se avete negatività, portate fuori la negatività.

Se non avete negatività, potete portare fuori la parte migliore degli altri; portate fuori la loro parte

migliore, quella del Buddha, il Buddha non bestemmia. Non ne ha bisogno. Voi tirate fuori il diavolo, e il diavolo bestemmia; voi tirate fuori la parte peggiore che lo fa; se invece portate fuori la parte migliore, non avrà motivo di farlo.

Queste parole solitamente sono scelte a causa della frustrazione. Se capite il linguaggio, perché avete bisogno di ricorrere a questo tipo di parole? Non si riflette positivamente su di voi.

Il prossimo è di evitare la fissazione sulla avidità, sull'avarizia. Strapparsi un pelo dal corpo a beneficio del mondo; io non lo faccio, non io. Questo è il livello della vostra avarizia.

Quando potete essere di beneficio o aiuto agli altri e ancora non siete in grado di farlo dimostra che non avete la corretta attitudine mentale del donare.

Se nemmeno aiutate le altre persone quando li potete aiutare, non possedete la felicità del donare, la gioia di dare, la gioia del fare la cosa giusta, non desiderate di creare quel collegamento karmico con gli altri, perché è questo di cui si tratta, di una connessione karmica. Quando donate create una connessione. Oggi dó da mangiare a un cane, in futuro, quando il cane potrà nascere come essere umano potrò dargli Insegnamenti.

Quello che non date, non vi ritorna. Aiutando le persone meno fortunate create connessioni karmiche. In questo momento forse offrite cibo, offrite abbigliamento, in futuro potrete offrire Insegnamenti, ovviamente se saprete come dare Insegnamento. Ma voi non sapete come dare Insegnamento, perché non sapete come praticare. Prima praticate, poi, quando avete la comprensione e veramente ne avete l'esperienza, allora condividerla con gli altri è ottimo.

Dunque, quando avete, è bene avere. Quando è il momento di dare, dovrete anche sapere quando dare.

Questo è il comportamento che seguo. Non posso dire che sia il mio comportamento, ma è il comportamento dei miei Maestri; è l'atteggiamento del Buddha. Quando una persona andò dal Buddha, prima che divenisse Buddha Shakyamuni, e chiese suo figlio: *"Posso prendere tuo figlio?"* certo il figlio dovette andare; se il figlio non avesse voluto andare non c'era nulla che si potesse fare al riguardo, ma il figlio era un buon figlio, *"mio padre mi dà via, va bene io ti seguirò"*. *"Voglio tua moglie."* *"Va bene, prendi mia moglie"*. Anche la moglie era felice, *"va bene, mio marito mi ha detto di andare con lui, andrò con lui"*. Poi gli disse: *"Dammi i tuoi occhi."* *"eccoli qui."* La persona chiedeva era in realtà Indra, il dio dei Trentatré Cieli, il Capo dei Trentatré Cieli.

Indra, e gli altri trentatré sono tutte donne, che lavorano insieme per aiutare le persone che sono viaggiatori: a costruire ponti, costruire capanne per il loro riposo, gli offrono cibo, offrono provviste, aiutano le persone; tutta la loro vita praticano così, e quando muoiono prendono nascita come dèi

nei Trentatré Cieli. Quindi, diventare dèi richiede la pratica della generosità. E voi volete essere Buddha, e io vi chiedo, *"un pelo,"* e voi dite: *"Non ci penso neanche."* Allora come può accadere?

Quindi, nei termini della pratica delle Sei Perfezioni, la Paramita (il vascello che vi può trasportare sull'altra sponda, che è lontana dall'oceano del samsara, l'oceano della sofferenza, l'oceano della rinascita) la prima di queste pratiche è la perfezione del donare.

Il primo livello del donare è il dare materiale. Ma ancora più meritorio è il dono del Dharma, e il più elevato di ciò è il dono del coraggio. Che cosa è il coraggio? Quando si ha la certezza totale. Totale certezza significa non solo la ricezione di Dharma, ma raggiungere veramente la fruizione della pratica del Dharma. Questa è la forma più alta del dare.

Quindi, se siete avari, non volete aiutare le persone, anche quando avete, non date, e quando avete la possibilità di dare, date senza gioia; raccogliete ciò che avete seminato. È solo quando non si ha alcun problema donando che si può ricevere. Quello che non semina, non si riceve. Quello che non si investe non si ottiene in ritorno.

Quindi, se volete che il vostro corpo e la mente siano stabili, liberi da disturbi ... Se siete sempre ossessionato dalle persone che vi disturbano, sempre ossessionati dal commettere errori, è perché siete ossessionati con l'"io", ossessionati dalla propria fissazione.

Per essere in grado di raggiungere la stabilità, per raggiungere quello stato in cui ci si può sempre rilassare all'interno della natura della vostra vera natura, queste quattro frasi, tratte da uno dei Sutra, sono molto importanti.

Non parlare degli errori altrui.

Non parlare delle trasgressioni altrui.

Non usare parolacce o parole di rabbia.

Non praticare avarizia, egoismo.

Questa è la pratica del Dharma.