

INSEGNAMENTO DEL VENERABILE LAMA DONDRUP DORJE RINPOCHE

Discorso sul Dharma Successo nella pratica del Dharma

1. *Quello che non migliora peggiora – nulla rimane uguale.*
2. *Quello che migliora oggi può peggiorare se non stai attento.*
3. *Per le cose che continuano a migliorare devi ricordarti continuamente come seguire il metodo corretto.*

Per questo devi evitare di dare qualsiasi opinione. **Segui solamente il metodo. E tramite questa via, genererai intuito nella tua pratica**, seguendo il metodo. Non seguire quello che ti conviene. La convenienza è sempre dettata e influenzata dalla tua logica. **Non seguire quello che è conveniente. La convenienza è sempre dettata dalla logica, ma la logica è influenzata dall'emozione. Non seguire quello che è conveniente; segui quello che è giusto. “Giusto” significa quello è giusto rispetto all'insegnamento, corrispondente alla Verità.**

Parti da un livello appropriato

Comincia dal livello che puoi apprezzare; comincia al livello dove puoi avere dei risultati.

Giusto come, *“così e così puoi comprare una casa e dare via 20 bilioni”*. E' perchè hanno 20 bilioni. Tu non hai 20 bilioni. Se avessi solamente cinque sterline o cinque euro non parleresti nella stessa maniera.

Così come dicono le persone, *“Ah, nelle arti marziali a livelli elevati non ci sono tecniche”*. Questo è perché hanno tecniche, poi imparano ad usare le tecniche a tal punto dove le tecniche ridiventano il nulla. **Tu non hai niente. Non c'è nulla cui ritornare. Perché tu possa avere qualcosa da far ritornare al vuoto, devi avere prima qualcosa!** Per dare dei soldi, devi prima avere dei soldi. Non hai da dare dei soldi, devi quindi generare prima le risorse per darle via in seguito.

Non essere così desideroso di aiutare gli altri, - Indirizzali a qualcuno che è qualificato.

Allora vuoi aiutare le persone? **Non puoi aiutarle se non hai delle esperienze che possono essere d'aiuto.** Se non hai esperienze che possono essere d'aiuto, tutto quello che puoi dare sono esperienze sulla rabbia e sulla visione sbagliata. Hai solo l'esperienza della visione sbagliata, questo è il motivo per cui dico, *“Non essere così desideroso di aiutare gli altri.”* Perché? *“non essere così desideroso di aiutare gli altri” significa “Non essere così desideroso di ritenere di sapere”*

Aiutali a secondo di quello che puoi fare. Come fai a sapere quello che puoi fare? Avendo la diretta esperienza di quello che fai. E' così semplice. Questo è il motivo per il quale dico *“Non essere così impaziente ad insegnare”* *“Ma cosa dire rispetto alle persone che hanno bisogno del Dharma?”* Dirigili da qualcuno che conosce il Dharma.

Così come, *“Non essere così desideroso di essere un dottore quando non sei un dottore”*. Solo perché tu sei stato in ospedale (venire agli insegnamenti è come andare

in ospedale) diventi improvvisamente un dottore? Non è la stessa cosa? Solamente perché tu sei stato a lezione non significa che tu sia un dottore; il solo essere andato in ospedale non ti rende un dottore. Tu dici *“soffrivo di questa cosa, sono andato lì e mi sono ripreso”*. Ti sei ripreso e sei diventato un dottore? Sei solo un paziente guarito.

Quindi se volessi aiutare delle persone che hanno delle patologie simili alle tue, non comportarti come un medico. Non ti sei curato da solo, è il dottore che ti ha curato. Quindi cosa fai? Dirigi la persona dal dottore, all'ospedale, quello sì che va bene. Ma quante volte pensi a te stesso, che solamente perché sei stato in ospedale e hai notato dei miglioramenti in te, adesso ti comporti come se fossi un dottore. Ti suona familiare? Non l'ha mai fatto nessuno? Veramente? E' per questo che hai bisogno di riflettere e renderti conto di quello che fai.

Successo nella pratica del Dharma

Conosci il tuo posto e conosci il posto

Per questo continuo a dire, *“Conosci il tuo posto”*. E' questo il fatto. Per questo puoi crescere e imparare. **Hai bisogno di coltivare onestà e sincerità. Non occuparti troppo a ingigantire il tuo successo.** Che grande cose! No. Focalizzati su quello che fai. Quando le persone fanno gli errori, sii gentili e non farglielo notare

In ognuna delle case che abbiamo qui; in ognuna delle case del Sangha, Case del Dharma, c'è una stanza adibita a tempio. Quella stanza è per praticare, non è per chiacchierare. C'è poi il salone, lì puoi chiacchierare. C'è poi la cucina. Puoi cucinare in quella stanza. C'è un bagno. Puoi fare tutte le cose che hanno a che fare con la toilette lì. Faresti le cose che hanno a che fare con la toilette e ti faresti un bagno in sala? No. Allora perché chiacchierare nella stanza dove si studia? Pensi che gli altri non stiano studiando? Perché chiacchierare nella stanza adibita a tempio? Hai posti dove fare ogni cosa. ***Conosci il tuo posto e conosci il posto.***

“Conoscere il tuo posto” significa quando hai da mangiare non mangiare in bagno. Non c'è bisogno di portarlo in bagno e dire, *“Ei, festeggiamo con una cena in bagno.”*

C'era una storia della seconda Guerra mondiale con dei soldati russi; i soldati sovietici arrivarono a Berlino. Siccome molti dei soldati erano arrivati dalla campagna dove non c'erano dei bagni, quando avevano visto le toilette non sapevano cosa farci e ci lavavano le patate.

Se no l'hai mai vista prima, e vedi che c'è dell'acqua dentro cosa fai? Ci lavi le patate. Vedi una lampadina della luce e pensi che sia grandiosa, la sviti, la porti a casa pensando che funzionerà, che si accenderà. E' perché non sei stato esposto a quello che è. Succedono queste cose.

Conosci il tuo posto. Conosci il posto. Questo è quello che significa sincerità. Quando sei sincero in quello che fai e sei onesto nel modo in cui guardi le cose, questo non ti creerà ostacoli inutili nella vita. Da un punto di vista del Dharma Buddista, il successo è questo. Se le cose vanno bene e le persone battono le mani dicendo *“oh è grande, è fantastico!”* Se batti le mani, se ne hai bisogno, se sei attaccato a questo, **allora non è un successo. Hai già perso.** Magari fai qualcosa di buono e la gente dice *“oh sei un grande”*, e poi cominci a pensare *“sono proprio bravo”*, e godrai quell'esperienza, così hai già perso.

Non c'è differenza se perdi. Se le condizioni fossero difficoltose, ti sfidassero, e hai persone che ti insultano continuamente, che ti maledicono, che dicono cose spiacevoli a te, e nella tua mente non c'è rabbia, non c'è odio, allora questo è percepito come un successo nella pratica del Dharma.

E quindi quando batti le mani perché fai le cose bene e ti rallegri dell'idea di questo, ci si riferisce a una sconfitta nella pratica del Dharma, a una perdita nella pratica del Dharma, a un fallimento nella pratica del Dharma. Se le cose vanno male intorno a te, la gente ti maledice e non reagisci, ci si riferisce a un successo nella pratica del Dharma.

Successo nella pratica del Dharma

Quando ti rendi conto che le condizioni transitorie e le condizioni che sono favorevoli sono una e una sola e non lasci che ti influenzino, che le cose vadano bene o meno e rimani con una mente stabile, non sarai influenzato quando le cose vanno bene o meno; quando le cose sono distrutte o tu generi una vincita o una perdita, o quando le persone ti hanno screditato. Tutte le cose di cui parliamo; piacere, dispiacere, le otto preoccupazioni mondane – non sarai influenzato da questi venti, gli otto venti delle preoccupazioni mondane. E ancora nonostante tutto questo, la tua mente è ancora stabile, è questa la vera pratica, questo è il vero successo.

Lasciare andare l'attaccamento a far brutta figura

Quindi invece di continuare a dire *“se confesso i miei errori, faccio una brutta figura. Se permetto alle persone di sapere che non ho fatto bene le cose, faccio una brutta figura.”* Allora hai bisogno di ricordare. La pratica del Dharma ti aiuta a lasciare andare l'attaccamento a fare brutta figura. Quando lasci andare l'attaccamento a far brutte figure quella è la vera pratica del Dharma. Senza lasciare l'attaccamento a fare brutte figure, non puoi praticare il Dharma.

Anche nel campo della scienza, se fai errori e continui a far finta di niente, non ci saranno risultati di nessun genere. Se ti occupi di finanza e sbagli a fare i conti e continui a far finta di niente, in cosa aiuta questo? Cosa ti fa pensare che la pratica del Dharma sia diversa? Pensi che questo sia unico? Pensi che sia strano? **Non è il Dharma che è strano, sei tu che sei strano. Sei la palla strana che penso che ci sia una legge per te e una legge diversa per gli altri.** Quando ti va bene, allora è ok, quando non ti va bene, non lo è. Svegliati! Sei tu che sei strano, perchè strano? Hai un corpo umano, facoltà umane, ma agisci con la stupidità di un animale. Questo è strano. Hai un corpo umano, hai le condizioni e agisci con la stupidità di un insetto.

La storia dell'attaccamento del re a sua moglie

C'era una volta una storia svoltasi ai tempi di Lord Buddha. Uno dei re, un patrone di lord Buddha, aveva una moglie bellissima, ed era ossessionato da sua moglie. La moglie e lui vivevano nel lusso. Non era gentile con le altre persone ed era solamente interessata al piacere e così quando morì, il re era molto molto triste, così imbalsamò il suo corpo nell'oro e lo conservò in una cassa. Poi richiese a Lord Buddha di venire e gli chiese, *“Mi potresti dire dove si trova la mia regina?”* Egli disse, *“Bene, vuoi sapere cosa stia facendo adesso tua moglie? Puoi andare da lei direttamente. E' fuori dalla finestra”* Così aprì la finestra e cercò di vedere cosa stava succedendo.

Fuori dalla finestra c'era sterco di mucca e molte mosche che vi volavano sopra. Lord Buddha disse, *“Vedi quella lì, fuori? Quella è tua moglie.”* E tramite il potere di Lord Buddha, il re riuscì ad avere una conversazione con questa mosca sullo sterco.

“Ti ricordi che eri mia moglie?”

“Oh non mi ricordo. Ho un nuovo marito adesso. Sono troppo impegnata e posare altre uova.”

In quel momento l'illusione nella mente del re fu completamente distrutta. E poi smantellò il corpo imbalsamato di sua moglie. E' così. **Quando impari a non attaccarti alla cosiddetta faccia, la tua immagine, e non ti attacchi all'idea di aver bisogno di lode, e quando impari a non infastidirti quando le condizioni diventano di sfida o quando le persone agiscono in modo negativo con te, questo è il cosiddetto successo nella pratica del Dharma.**

Quindi smetti di essere ipocrita e di voler dire alla gente cosa fare. Conosci il tuo posto. Lo studio, rispettalò come studio; il tempio, rispettalò come tempio; la cucina – per cucinare. Tutto in accordo con l'insegnamento, non d'accordo con la tua logica. Altrimenti, creerai solamente inquietudine e conflitto e l'effetto non influenzerà solo te, ma anche tutti gli altri. Hai capito? *Ricordatelo.*

Comunque non è facile. Per questo ogni mese abbiamo il cosiddetto giorno della confessione. Il giorno della confessione non è semplicemente dire *“Mi dispiace”* ci sono pratiche specifiche che devi fare; ci sono codici di condotta che devi osservare in quel periodo.

Il successo nel Buddha Dharma

Il metro che implica o meno il tuo successo nell'apprendimento del Buddha Dharma, non è basato sulla faccia. Quando lasci andare l'attaccamento alla faccia, all'immagine, poi i tre veleni dell'avidità del desiderio, dell'avversione e della rabbia e di oscuramento non si manifesteranno più. E' a causa dell'attaccamento all'immagine, per questo vedi l'immagine della tua logica più accurata di quella degli altri, la tua logica è più valida di quella degli altri; questo è il motivo per il quale crei questo tipo di emozione, questo tipo di emozione affliggente. Usiamo la parola affliggente perché affligge te, perché di arreca dolore. Poi a causa di questo, questo da luogo alla radice delle dieci non virtù di dire bugie, di prendere quello che non ti è stato dato, di far andare via la gente dal Dharma, di coinvolgerti in una condotta che fa del male agli altri, che causa morte e così via.

Quando le persone ti criticano, quando vivi il fallimento o la mancanza di successo in quello che fai, non è una cosa così terribile. Puoi imparare da questo. La cosa più importante è imparare da questo. Devi riconoscere la tua responsabilità in quel risultato, che ne sei responsabile. Quindi avere la visione corretta, la giusta comprensione, sostenerti invece che rivolgerti alla tua logica, affidarti alla tua logica personale e speculare scorrettamente, avere la mente che erra ovunque – *quello è veramente perdere la faccia. Quello è veramente vergognoso.*

Con tutto questo errare mentale, causi maggiori trasgressioni, e questo diventa anche peggio. **Quindi la cosa di cui vergognarsi maggiormente, non è perdere la faccia; la cosa più vergognosa è generare karma negativo con la trasgressione del corpo, del discorso e della mente. Quello è veramente vergognoso.**

Accumulare merito silenziosamente

Durante la dinastia Chun, c'era un grande maestro Buddista. Un giorno l'imperatore gli chiese, *“Sta andando tutto bene? Cosa succedrebbe se ci fossero segni di fenomeni?”* (La gente nel passato direbbe che il disastro arriva perchè sta arrivando una cometa, questo sembra come se fossero segni di alcuni tipi di disastri) *“Cosa succedrebbe se si verificassero queste cose, cosa fare?”* Poi il maestro rispose così, *“se promuoverai una linea di condotta equa, una linea di condotta equa ai tuoi soggetti; se accumulerai merito in modo tranquillo, poi questi presagi di disastro scompariranno da soli.”*

Come accumuli merito silenziosamente? Se devi dare il sostegno a qualcosa non farne una cosa grande. **In più, se generi merito e ne parli troppo, renderai gelosi gli dei locali.** Per questo, fallo sempre silenziosamente. Gli dei gelosi, sono gelosi di natura. Li fai sentire come, se *“Parli tu più di me?”* Saranno molti infelici. Questo è un fatto reale. Per questo devi mantenere le cose in silenzio. Anche in Cina nel passato, quando avevano un figlio, davano al bambino un nome da femmina oppure qualcosa del tipo Piccolo Maiolino o Piccola Mucca, nomi che non avevano un gran significato nella speranza che gli dei locali lasciassero il bambini da soli. Se avessi dato loro un nome del tipo Grande Ricchezza, quell bambino si ritroverebbe nei problemi. In verità era un modo di proteggerli perchè gli dei gelosi non erano degli dei realizzati. Quindi questo è quello che fai. Per accumulare merito silenziosamente questo è quello che fai.

Esempio di una storia

Durante la Dinastia Sao Nang Chao, il principe andò una volta nel monastero a chiedere al maestro Buddista che tipo di lavoro fosse fare il Papa, lui era il capo dell'ordine Buddista, e gli chiese, *“Se usassi la musica e la danza da offrire ai Buddha e ai Bodhisattva, ci sarebbe qualche merito?”* Il Maestro rispose *“Nel passato I Bodhisattva usavano 80.000 tipi di danza e di musica come offerta a tutti I Buddha. Anche quello non ha gli stessi benefici di quando pratici il Buddha Dharma silenziosamente dove la tua mente diventa pura e quieta. Oggi giochi col flauto, suonando il drum; cosa sono? Il flauto è bamboo, i drum sono pelle di mucca; cosa potrebbe fare?”*

Se praticassi la gentilezza e ti impegnassi in atti di merito come offrire il sostegno per eventi Dharma, attività Dharma ma se non comprendessi il Buddha Dharma, anche se spendessi un sacco di risorse, ancora come una fonte di merito, ha delle imperfezioni. Devi studiare il Dharma, così poi il merito che genererai non avrà imperfezioni.

Quindi, questo è molto importante.

Fine