

## **Giusta Motivazione all'inizio, nel mezzo e alla fine**

### **Buon inizio, buon mezzo, buona fine**

È molto importante iniziare tutte le cose con un buon inizio, un buon mezzo e una buona fine, con la giusta motivazione per il beneficio degli altri.

Ogni singola sofferenza che proviamo in questo mondo, che sia una malattia, che siano ostacoli, cominciano tutti dalla mente che non inizia con la giusta motivazione. E' come mettersi in viaggio nella direzione totalmente sbagliata.

Naturalmente mi avete sentito dirlo molte volte, ma da quello che osservo fino adesso, potete anche aver iniziato con la giusta motivazione, ma spesso è il caso in cui non lo seguite nel mezzo e scordatevi poi della fine.

## **Ripetuto ascolto, ripetuta contemplazione, ripetuta meditazione**

Il giusto inizio, il giusto mezzo e la giusta fine, corrispondono molto al ripetuto ascolto, alla ripetuta contemplazione e alla ripetuta meditazione.

### **Avvicinarsi alle cose con equanimità, non con curiosità**

Spesso le persone a causa dell'ossessione all'immagine dell'etica dell'io, mentre sono spesso molto spensierati nell'offrire opinioni, idee, offrendo osservazioni frammentate senza avere realmente nessuna vera esperienza, quando si arriva al momento critico in cui le cose devono essere fatte, spesso sono molto, molto indietro e poi anche il modo in cui si approcciano, si approcciano con l'intento sbagliato, la motivazione sbagliata. Se vi approcciate a qualcosa solo con un senso di curiosità, quando con la curiosità non lo si ritiene più interessante, vi arrendete, o perché la vostra mente non riesce a capire quello che sta accadendo, vi arrendete.

Quando vi approcciate alle cose con equanimità, allora le cose sono molto diverse.

Durante il corso della giornata, in ogni singola cosa che fate, ci dovrebbe essere un inizio, un mezzo e una fine, ma a causa dell'ossessione con l'io, l'idea di quello che pensate che si adatta meglio ai vostri sentimenti, che si adatta meglio alle vostre sensazioni, che si adatta meglio alle vostre emozioni, combinate ogni volta un pasticcio e più pasticci fate, più diventate oscurati, più diventate arroganti.

## **Digerire quello che avete imparato**

In Cina, c'è un antico testo che definisce molto chiaramente cosa dovrebbe fare uno studente. Il consiglio che viene dato è:

*“Non cominciate un libro nuovo fino a quando non avete finito quello vecchio e poi non solo aver finito il libro, ma anche aver digerito il contenuto di quel libro.”*

Quindi se esaminate e riflettete su ciò che avete fatto nel corso degli anni, molti degli studenti sono con me da un po' di tempo e hanno imparato molto materiale, ma spesso in un batter d'occhio, quel materiale svanisce, perché non lo avete digerito.

Quello che non avete digerito arriva oggi e se ne va domani. Quando l'avete veramente digerito e diventa parte di voi, allora corrisponderà ai consigli dell'insegnamento sul: studiarlo, praticarlo e digerirlo ed integrarlo in modo che voi ed esso diventiate un tutt'uno.

### ***Esempio del lavoro***

Proprio come quando avviate un'azienda, se il prodotto che producezete non è quello che descrivete o non potete svolgere il lavoro, non torneranno. Quindi potete cominciare con un buon inizio, ma per un buon inizio dovete prima avere un buon prodotto, poi avete bisogno di avere una buona pubblicità, avete bisogno di avere un buon marketing, avete bisogno di avere buon servizio di post vendita, avete bisogno di avere una buona relazione con i clienti.

Ci sono molte compagnie, che sono per esempio nella classifica delle prime cento compagnie di successo e lo dicono molto chiaramente. Per esempio la Generic Electric, era un fenomeno sotto il precedente amministratore delegato, quando è diventata una delle più grandi società per azioni del mondo, come han fatto a far così?

Hanno visto che durante gli anni '90, quando le cose han cominciato a cambiare, quando tutte le vecchie persone negli anni '80 erano preoccupati con: "*Oh cielo! I prodotti del Giappone sono molto migliori!*". Il Giappone vendeva le televisioni a meno rispetto a quanto costava alla Generic Electric produrle, per loro costava molto di più produrle nelle fabbriche U.S.A. che per i giapponesi vendere una televisione in un negozio. Ciononostante la direzione l'ha affrontato e l'ha detto molto chiaramente: in ogni business in cui erano, volevano essere o il numero uno o il numero due. Ogni cosa che non potevano svolgere, se ne liberavano. Per cui sono un classico esempio del "*Liberatene*". La vendevano, ogni cosa che non andava bene, non era giusta, la vendevano, se ne sbarazzavano. Continuavano a guadagnare denaro, ma se non potevano avere il primo o il secondo posto, se ne sbarazzavano. Per cui anche il personale sapeva che se non poteva adoperarsi per portare l'azienda sopra ad un certo livello, l'azienda sarebbe stata liquidata.

Tutto quanto era molto chiaro: la tua promozione non è basata sul tuo sesso, non è basata sulla tua cultura, non è basata sul tuo background etico. E' molto trasparente. E' basata sul merito, su cosa hai fatto, se hai fatto abbastanza, allora puoi avanzare.

Quindi nella GE, nella Generic Electric di quel tempo, c'erano delle differenziazioni molto chiara tra coloro che facevano strada e coloro che non facevano strada, se non potevate far strada allora in realtà potevate essere tagliati fuori, perché non potevate portare a termine il lavoro, coloro che potevano, ottenevano delle promozioni e finivano in posti migliori. Non era basato sul 'da quanto tempo si era nell'azienda'. Sembra essere molto

crudele, ma in realtà era molto equo: se non sai nuotare, non entrare in acqua, se non sai cucinare non entrare in cucina. Perché vuoi essere pagato come cuoco quando non sai nemmeno cucinare?

Ogni volta pensate: *“questo non importa, quest'altro non importa”*, non vi rendete nemmeno conto che state adottando una mentalità da perdente. Tutte le volte siete infelici sulla vostra vita perché agite come qualcuno a cui non gli importa. Colui a cui non importa, perde, colui a cui non importa, fallirà.

### **Come essere una persona di successo nella vita**

Volete agire come qualcuno che ha successo nella vita, avere successo nella vita? Allora dovete rendervi conto che tutte le cose devono essere seguite con una chiara premura, con una premura molto, molto chiara, seguita da un'azione e una determinazione molto chiare. E poi essere disposti a fare ammenda degli errori che avete commesso. Anche tutte le persone che hanno successo sono persone che commettono degli errori, ma non vengono intralciati dalla loro immagine dell'etica: *“Oh! Ho fatto un errore”*, lo affrontano, ne escono fuori, ripuliscono l'azione e vanno avanti.

Sapete perché le persone vogliono avere successo? Perché le persone vogliono vincere? Quando vincete vi sentite felici, quando avete successo vi sentite felici, quando vi sentite di aver fatto qualcosa che è d'aiuto, vi sentite felici. Quando vi focalizzate costantemente sul non successo, perché dico non successo se volete il successo? Perché in realtà quello che state facendo è puntare al non successo. Perché? Perché non avete un buon inizio, non avete un buon mezzo, non avete una buona fine, non seguite il codice di condotta che è provato, significa che non avete nessun controllo della qualità, non avendo un controllo della qualità siete facilmente influenzati, siete ossessionati con la vostra immagine, quelle compagnie che falliscono sono così.

Per cui dite: *“Oh, il Dharma è troppo profondo”*, ma lo sto abbassando al livello del mondo, per aver successo in qualunque cosa. Cos'è il Dharma? Cos'è la pratica della meditazione? Quando le persone chiedono che cos'è Zen? Come portare la mente, cos'è la pratica del buddhismo zen?

Zen è essere in grado di trovare un metodo dove non c'è nessun metodo, ma questo metodo non è separato dalla legge dell'universo. Riguarda il rispetto. Ogni cosa che vedete attorno a voi cambia in continuazione, per questo motivo può essere migliorato o andar in malora e molte volte va in malora. Ogni volta pensate di essere abbastanza intelligenti, volete essere dei vincitori ma agite come dei perdenti.

Le persone di successo producono risultati, tutte le persone di successo producono risultati che sono di beneficio agli altri.

Un buon inizio è essenziale a prescindere che siate un praticante buddista, un praticante del dharma o che siate un imprenditore o che siate un inventore. Un buon inizio ha un buon metodo, ha una buona previdenza, ha una buona premura e poi un buon mezzo. Se

non avete questo tipo di resistenza, questo tipo di perseveranza, non può accadere! Voi dite: *"Ah, io non ce l'ho, come può essere?"*, ecco perché siete sempre infelici, ecco perché non produce mai, ecco perché non avete nessun risultato.

Perché tutte le volte, anche le persone che hanno successo, devono andare fuori dai loro schemi per pensare che cosa questo coinvolge, se non possono produrre quei prodotti, che le persone vogliono comprare, significa che è di beneficio per loro acquistarlo, vogliono comprarlo perché per loro è di beneficio acquistarlo, avrà una certa funzione che gli altri prodotti non hanno e per questo motivo lo compreranno. In questo modo non potete nemmeno creare un prodotto. Anche se è coinvolto il denaro, dovete essere consapevoli di cosa hanno bisogno le persone e consapevoli anche dei cambiamenti nell'aria.

**Tutte le cose devono essere esaminate premurosamente ed è attraverso l'insegnamento del ripetuto ascolto**

Quindi tutte le cose devono essere esaminate premurosamente, attraverso l'insegnamento del ripetuto ascolto. Vi sono state date certe cose su cui focalizzarvi, certi insegnamenti su cui focalizzarvi, poi riflettete nel corso della giornata, usatelo per riflettere in tutto quello che fate, questo è il mezzo. E poi la sera, anche se dite: *"Oh sono così impegnato"*, alcuni di voi dicono di essere molto occupati nel cambiare la casa e di fare questo lavoro e quello, è vero, fate tutto questo, ma comunque la sera dovrete riflettere su: *"quanto ho fatto bene?"*, anziché rimanere in un punto morto e non rendervi conto di quello che state facendo. E' come se non aveste gli occhi, è come muoversi costantemente senza occhi, o guidate al buio senza accendere le luci e naturalmente fallirete ogni volta.

Tutte le volte accade proprio questo, ecco perché imparate qualcosa e non ve lo ricordate mai, qualunque cosa impariate non importa, arriva oggi e se ne va domani, perché non partecipate all'insegnamento con equanimità, partecipate con curiosità: *"Oh molto carino... questo è vero..."* e poi sparisce in un batter d'occhio. Proprio come leggete un libro e in un batter d'occhio ve lo dimenticate, nel momento in cui leggete il secondo libro, vi dimenticate il primo. Questo non è il metodo giusto. Il metodo corretto è: non iniziate il secondo libro fino a quando non avete digerito il primo, questo significa come nei blocco di studio, dovete prima digerire il materiale. La quantità di materiale che vi ho dato, che vi incoraggio a fare, è all'interno della vostra capacità di apprendere. La mia parte è darvi l'insegnamento, la vostra parte è seguire quelle istruzioni e se voi tutti le volte fallite nel farlo, non c'è nessun tipo di relazione.

Voi dite: *"voglio creare una relazione"*, siete pazzi. Perché siete pazzi? Sì, potete avere una relazione, ma non sarà una relazione che vi sarà d'aiuto. Volete essere d'aiuto? Avete bisogno di alzare il vostro standard, non abbassarlo costantemente, non continuando a dimenticare quello che dovrete fare. Avete bisogno di alzare il vostro standard.

Quando avete un buon inizio ma non potete far seguire un buon mezzo e diventate incuranti, allora di sicuro la fine non sarà giusta.

### **Il successo è portare beneficio alle persone**

Quello che insegno, la via del Dharma, riguarda avere successo nella vita, avere successo nella vita è essere vincitori, ma la mia vittoria non è vincere a tutti i costi, la mia vittoria è vincere in modo tale che portiate beneficio alle persone, che significa che ogni volta generate una vittoria-vittoria, in questo momento state generando perdita-perdita. Ogni volta cercate un modo per sabotare voi stessi, avete delle facoltà perfettamente buone, ciononostante le azzoppate con il pensiero abituale sbagliato.

### **Equanimità è che la tua mente e quella di Buddha e quella di tutti gli esseri senzienti non sono separate**

La comprensione dell'equanimità è che la vostra mente, quella di Buddha e quella degli esseri senzienti non sono separate. In questo momento, quando parlate con le persone, parlate dal punto di vista di un essere senziente, parlate da un punto che è pieno di attaccamento e avversione, basato sull'ossessione della vostra importanza e quindi non potete portargli benefici. Se voi tuttavia gli parlate da un punto di vista del bodhisattva, dal punto di un Buddha e li vedete come futuri Buddha, allora non sarete distratti, non sarete ossessionati dalla vostra immagine, non sarete ossessionati da così tante cose non necessarie. La vostra mente, il vostro cuore e quello di Buddha e quello degli esseri senzienti non sono mai separati, ma voi li separate! E a causa di questo, ogni volta, generate sofferenza. Quando c'è una cosa che pensate possa ingrandire la vostra immagine, non vedete l'ora di aggrapparvi e a provare a trasformarla in qualcosa di più grande di quello che è.

### **Storia per illustrare lo stato di equanimità**

C'era una signora che ogni giorno raccoglieva dei fiori freschi dal giardino per offrirli al tempio, per portarli in offerta all'altare, ogni mattina senza eccezione. I fiori nel giardino erano sempre bellissimi e in abbondanza, quindi ogni mattina aveva dei fiori freschi nel giardino.

Un giorno incontrò uno degli abati che viveva vicino al monastero che le disse: *"Ah! Questi fiori sono veramente molto belli e tu che offri fiori ogni giorno a Buddha, secondo i testi rinascerai come qualcuno che avrà delle apparenze nobili, che avrà dei tratti molto belli e sarà rispettato da tutti quanti"* e lei gli disse: *"sto solo facendo quello che sento sia giusto. Voglio veramente avere la possibilità di ascoltare le tue parole, di aprire la mia mente, di essere in grado di stare nel monastero e ascoltare tutti i canti, le preghiere e ascoltare gli strumenti musicali che vengono suonati ed essere in grado di ottenere un certo livello di risveglio e così via"*. Allora l'abate le disse: *"Non hai bisogno di questo. Il tuo corpo, se vedi il tuo corpo come il corpo di Buddha, se ascolti il suono del battito del tuo cuore come un tamburo, se ascolti i suoni attorno a te come i suoni dei canti. Il corpo è il*

*tempio, la natura è quella di Buddha, il battito del tuo cuore sono i battiti di un tamburo, è uno strumento e se sei in uno stato di equanimità, allora non importa dove ti trovi, anche nel bel mezzo di un mercato affollato, è comunque la terra pura” e questo è il risultato della pratica.*

### **La consapevolezza è diversificare ciò che è d'aiuto e ciò che non lo è**

La consapevolezza è ciò che differenzia ciò che è d'aiuto e ciò che non è d'aiuto, cosa è produttivo e cosa non è produttivo. In questo momento non avete questa consapevolezza della differenziazione, fate cose che non sono produttive, vi intrattenete in attività che non sono produttive, vi intrattenete in attività che vi fanno pensare di essere produttivi ma non lo siete.

Avere successo significa realizzare qualcosa che è di successo

Avere successo significa, quando realizzate qualcosa, questo è successo. In questo momento non realizzate cose perché, anche se potreste aver iniziato con un buon inizio, non avete la parte del buon mezzo e di sicuro non ci sarà una buona fine.

Quindi la pratica del buon inizio, buon mezzo e buona fine corrisponde a cosa? Al ripetuto ascolto dei consigli, ripetuta contemplazione, applicandolo vi assicurate di non separarvi da esso, non vi allontanate da esso e ripetuta meditazione per fare in modo che lo digeriate, la meditazione riguarda la digestione, l'averlo digerito. L'avete digerito in voi ed ecco perché voi e quello che avete digerito diventate la stessa cosa.

### **Ogni giorno deve essere fresco**

E poi quando digerite una certa cosa all'asilo, quando vi trasferite alla scuola elementare dovete cambiarlo, mi seguite? Una volta digerito ci sono comunque dei rifiuti, capite? Solo perché mangiate un certo cibo non significa che: *“l'ho mangiato una volta, non ho più bisogno di mangiare di nuovo”*, giusto?. No, mangiate ogni giorno e poi il cibo che mangiate ripara i tessuti danneggiati e vi sostiene, ma non rimane semplicemente lì, ha bisogno di nuovi ricambi giusto? Ne ha bisogno di nuovi, quindi ogni giorno deve essere nuovo, deve essere fresco. Non mangiate la stessa cosa, anche se dite di cucinare la stessa cosa ogni giorno, è comunque fresca.

### **捨得 shě dé**

Se volete avere veramente una svolta, allora dovete imparare a capire cosa significa 捨得 shě dé. 捨 shě è lasciare andare qualcosa, è proprio perché lasciate andare qualcosa che guadagnate qualcosa. 捨 shě è lasciare andare, 得 dé è, in realtà, guadagnare. 捨 shě è la prima cosa. Se non riuscite a lasciar andare, non sarete in grado di dare. Se non potete offrire qualcosa di valore, non potrete acquisire qualcosa di valore. In questo momento non state offrendo nulla di valore.

## **Tre modi per generare merito**

Dei tre modi per generare meriti: il primo, il più importante, il più potente è attraverso la vostra pratica effettiva, il secondo è attraverso il servire il vostro maestro, se servite il vostro maestro allora dovrete seguire le istruzioni, non è così? Ed infine l'ultimo che è fare offerte materiali.

Alcuni di voi, una volta ogni tanto, fanno questo o quello, ma non riguarda una volta ogni tanto, questo è dove avete una visione sbagliata, riguarda la costanza. Mangiate una volta ogni tanto? Se mangiate una volta ogni tanto allora finite sottopeso, non è così? Se andate in bagno una volta ogni tanto, diventate costipati, non è così? Allora perché lo fate solo una volta ogni tanto?

Tutte queste sono osservazioni che faccio, ve lo indico sperando veramente che vi svegliate da questo tipo di mente illusa. Così se andate a fare shopping è la proiezione della vostra mente illusa, la vostra cosiddetta pratica è la proiezione della mente illusa, il vostro cosiddetto aiuto? E' la proiezione della vostra mente illusa, della vostra auto importanza. Svegliatevi gente. Ricordatevi buon inizio, buon mezzo, buona fine. Il fatto che continui a dirvi questo, che vi spieghi di nuovo questo e che quando lo esaminate ogni volta pensate di averlo imparato, ma poi non è stato così, è perché non lo avete digerito. Essere in grado di digerirlo è il risultato dell'averci meditato sopra.

Spero che questo vi sia di qualche aiuto.