

# De l'esperança a l'experiència

## Una gran aventura en el nostre escenari diari

Per a algunes persones l'escenari d'un dia qualsevol podria ser aquest: 6:00 sona el despertador amb una melodia vigorosa i el cos es desperta per afrontar el dia; 6:30 l'agenda, des d'un temps ençà, està dedicada a l'agraïment pel nou dia fins a la preparació dels esmorzars; 7:00 endreçar la casa; 8:30 portar els nens a l'escola; 9:00 comença la jornada laboral; 10:30 discussió amb un client; 11:00 solució d'una incidència; 12:00 reunió d'incentius,

d e s -

acords però finalment es passa al diàleg; 15:00 el dinar, un menjar deliciós; 17:00 els deures dels nens, tornar a fer una divisió sense calculadora...; 18:00 el hobby; 19:00 l'exercici físic, la lectura d'un llibre; 19:45 agraïment pel dia, per la salut...; 20:30 un temps per al nen, per explicar-li el conte, veure la brillantor dels seus ulls i dormir pensant-hi; 21:00 rentar els plats de sopar i posar-se a punt per a l'endemà; 22:00 / 23:00 posar el despertador a les 6:00. És clar que el dia es compon de molts moments diferents i no en tots aquests instants la

teva resposta és la mateixa. De vegades t'omplis d'èxtasi en trobar el teu espai per realitzar el teu hobby, d'altres la ira t'encén quan t'arriba la trucada d'un client de molt mal humor... una altra cosa és la inquietud de l'aprenentatge a través d'un bon llibre o la humanitat de veure la brillantor dels ulls del teu fill.

Aquesta és la gran aventura en el nostre escenari diari.

## Una línia constant

Certament, són variats els esdeveniments quotidians, tant positius com negatius, que influeixen en el nostre ànim i comportament.

Ens esforcem per mantenir una línia constant o una actitud de fortalesa i comprensió davant els assumptes d'aquest món, per no ser un vaixell a la deriva quan es navega entre aigües turbulentes, o al contrari, per no caure en aquesta excessiva confiança de creure's invulnerable davant de tot.

Assolir un esperit ampli i ferm i alhora sensible i solidari, és un

repte i un exercici personal difícil, perquè l'estat de la nostra vida sigui el més elevat possible. Això ens obliga a un esforç constant per aconseguir-ho i després mantenir-ho, i encara més en una existència plena de tribulacions.

Tot i així, gaudir de la vida significa viure-la en totes les seves facetes de tristeses i alegries, derrotes i victòries, però sempre lluitant per mantenir una línia constant o un rumb fix cap a la nostra expansió com a éssers humans, i sense deixar-nos desviar pels canvis quotidians.



## Grans persones comunes

La vida és una constant successió de transformacions de la ment. Cada dia passem de l'alegria a la tristesa, de la seguretat al dubte, de la generositat a la ingratitud, en un viatge infinit a través d'emocions trobades que, de vegades, ni tan sols sabem descriure o compartir amb els altres.

El budisme dedica molta atenció a les mutacions de la ment i a les seves conseqüències en la vida. Qualsevol estat vital (còlera, tranquil·litat, por, alegria) determina la manera com percebem la realitat i les nostres accions. Si assumim la idea que la budeïtat és un estat vital inherent a qualsevol persona resulta clar que la budeïtat, com qualsevol altra condició vital, pot assentar-se en la nostra vida i marcar la tònica de les nostres actuacions i sentiments quotidians. Pensem, per exemple, en com ens sentim quan ens ocupem sincerament de la felicitat d'altres persones: l'empatia benvolent i solidària que experimentem cap a l'altra persona no només arriba a ella sinó que s'expandeix en la nostra vida i alleuja el nostre patiment. D'aquesta manera, ocupant-nos sincerament de la felicitat dels altres, expandim la nostra vida i desenvolupem la força, l'esperança i la saviesa que ens permeten afrontar i superar els nostres problemes. Així expressem més plenament la nostra personalitat i aprenem a viure millor.

La SGI és un conjunt d'individus molt diversos que lluiten junts amb l'esperit de "diferents persones amb un mateix propòsit", que es basen en la Llei mística i es mouen per la mateixa causa, diu Daisaku Ikeda. La SGI és [...] una imatge fidedigna dels éssers dels Deu Estats, que viuen en harmonia i fan que resplendeixin el seus dignes i nobles atributs amb la llum de Nam-myoho-renge-kyo.<sup>1</sup>

La comunitat de membres de la Soka Gakkai és un exemple de solidaritat i unió per la causa de la felicitat de tothom, en què les persones es donen suport mutu per desenvolupar el millor de la seva pròpia individualitat. L'objectiu de la pau mundial representa l'expansió d'aquest àmbit en el qual els éssers humans s'uneixen al voltant d'una aspiració comuna. No

sempre és fàcil, perquè la ment fluctua, però és el millor camí per desenvolupar-nos com a grans persones comunes, és a dir, com a budes de debò.

### Gosho

Un sutra assenyala que l'infern és sota terra i un altre afirma que el Buda viu a l'oest. Tanmateix, un examen més acurat revela que tots dos són en el nostre cos d'un metre i mig d'alçada.

(Gosho d'any nou, *Los escritos de Nichiren Daishonin*, pàgina 1183)



1 A El verdadero aspecto del Gohonzon, el Daishonin escribió: Iluminados por la luz de los cinco ideogramas de la Ley mística, [todos los és-

sers vivos de los Deu Estats] despliegan los dignos atributos que tienen de manera intrínseca. Vegeu END, pàg. 873.

# Limito la meva vida?

Hi ha moments en la vida en què ens sentim plens i satisfets perquè el que ens envolta funciona d'acord amb els nostres desitjos i, més enllà de l'origen d'aquesta situació, aquest estat ens fa sentir bé. Com que tot al nostre voltant va bé, ens sentim bé. Tanmateix, la realitat és canviant, i en altres períodes ens podem sentir atrapats i sense sortida perquè fora de nosaltres ha sorgit alguna dificultat.

Pensem que si tot en la nostra vida fos millor, nosaltres també ens trobaríem millor i per això ens lamentem de les nostres circumstàncies, que considerem responsables de tots els nostres sofriments. Però la realitat és que, en aquest estat d'ànim, tampoc no podem veure les coses positives que tenim o que ens passen, per molt que els altres s'esforcin a fer-nos-les veure.

La saviesa popular a través de proverbis i refranys ha sabut concretar molt bé l'essència d'una cosa tan profunda com és identificar l'origen dels nostres patiments, per exemple: ... res no és veritat ni mentida, tot depèn del color del vidre amb què es mira”.

I és així perquè aquest color del vidre amb què mirem, gris i opac o net i transparent, ha de determinar com ens veiem i com veiem els altres. La realitat és sempre la mateixa, però sovint la percebem distorsionada pels colors de l'arrogància, la manca d'autoestima o els prejudicis.

Aquesta mirada distorsionada pot dur-nos a aixecar una defensa invisible al voltant del nostre món petit i segur, fins i tot a costa de privar-nos de l'oportunitat d'enriquir-nos amb coses noves i desconegudes. Per

això, paradoxalment, aquesta defensa sol transformar-se en un setge dins del qual la nostra vida es va empobrint i limitant.

Per tant, és molt important que el color dels nostres vidres, que no és més que la condició de vida amb què afrontem els esdeveniments, estiguin en les millors condicions per poder veure més enllà del que hem preconcebut per endavant.

Sabem que els pobles i les societats que s'aïllen i que només mantenen relacions entre els seus individus, tendeixen a empobrir-se i a desaparèixer. I també sabem que les que són tolerants i plurals, són societats pròsperes i brillants, perquè mentre cadascú conserva la seva pròpia identitat, cada persona és font d'inspiració per als altres i, al capdavant, tothom hi guanya.

## Travessa milionària

Aquells a qui agradi el futbol, i als qui no agradi, també, imagineu una travessa en la qual els resultats depenguin directament de la nostra tasca quotidiana. Les trobades entre les diferents forces s'esdevenen en els estadis, que només són un escenari possible més. El principal terreny de joc és el nostre propi ésser i la trobada es pot veure en múltiples pantalles, per exemple: oficines, llars, espais públics..., qualsevol lloc on hi hagi un ésser humà. Una possible butlleta diària, acotada en catorze partits més el ple al quinze i tenint en compte que els preferits sempre són els equips de casa, podria ser:

1: TEMPRANÇA vs IRA, 2: ALTRUISME vs ENVEJA, 3: GENEROSITAT vs AVARÍCIA, 4: AUTONOMIA vs DEPENDÈNCIA, 5: SERENITAT vs AGITACIÓ, 6: MOTIVACIÓ vs APATIA, 7:

CORATGE vs COVARDIA, 8: ALEGRIA vs TRISTESA, 9: HUMILITAT vs PREPOTÈNCIA, 10: TOLERÀNCIA vs EXCLUSIÓ, 11: HONESTEDAT vs ENGANY 12: AGRAÏMENT vs MENYSPREU, 13: SOLIDARITAT vs INDIFERÈNCIA, 14: COMPASSIÓ vs VENJANÇA. Ple al 15: LLUM vs FOSCOR.

Aquesta butlleta s'omple, a l'inrevés que en el futbol, un cop acabada la jornada. Si en aquesta, en concret, tenim quinze 1, cap X i cap 2, serem milionaris i tindrem un premi més valuós que els diners, que ens arribarà a través del cor d'altres persones. Cada jornada d'encerts implica més possibilitats d'encertar en la següent i així successivament. I si l'únic cost és l'oració, hi ha cap qui niela milionària més barata?