

# No m'ho puc creure!

## Per veure el món en un gra de sorra

“Per veure el món en un gra de sorra,

i el cel en una flor silvestre,

abasta l'infinit en el palmell de la teva mà

i l'eternitat en una hora.”

(William Blake)<sup>1</sup>

Quan hi ha alguna cosa que ens preocupa no podem pensar en res més. Per molt que intentem distreure'ns, els nostres pensaments tornen sempre al mateix lloc i no parem de donar-hi voltes. De vegades el problema, a la vista dels altres, no sembla tan gros i llavors ens solen dir: apa, estàs fent un castell d'un gra de sorra.

I és així, però d'aquesta forma hi donem la volta amb una altra frase més poètica i positiva: “el món en

un gra de sorra”, que diria William Blake. Però, en el significat més profund, totes dues frases acaben dient el mateix.

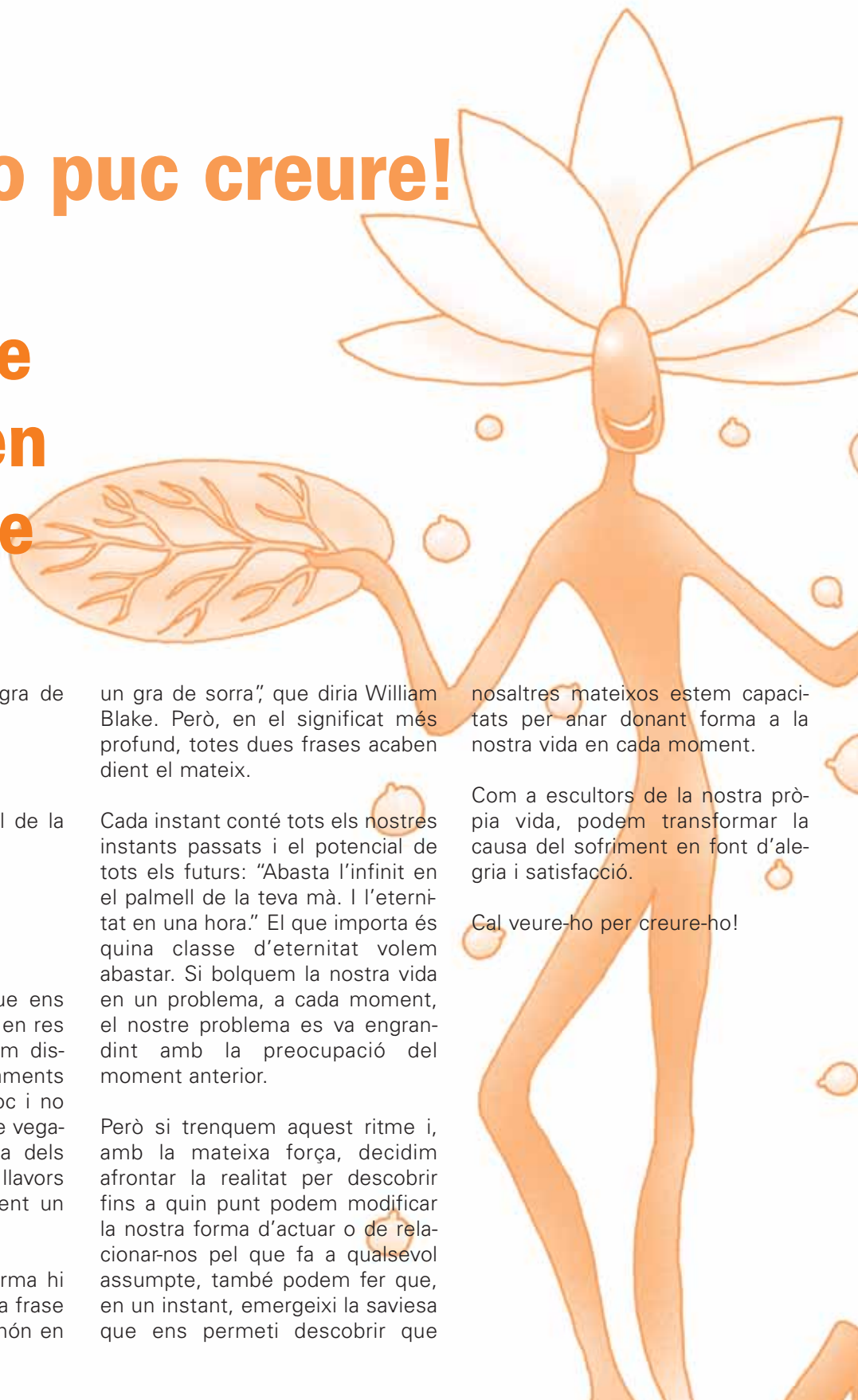
Cada instant conté tots els nostres instants passats i el potencial de tots els futurs: “Abasta l'infinit en el palmell de la teva mà. I l'eternitat en una hora.” El que importa és quina classe d'eternitat volem abastar. Si bolquem la nostra vida en un problema, a cada moment, el nostre problema es va engrandint amb la preocupació del moment anterior.

Però si trenquem aquest ritme i, amb la mateixa força, decidim afrontar la realitat per descobrir fins a quin punt podem modificar la nostra forma d'actuar o de relacionar-nos pel que fa a qualsevol assumpte, també podem fer que, en un instant, emergeixi la saviesa que ens permeti descobrir que

nosaltres mateixos estem capacitats per anar donant forma a la nostra vida en cada moment.

Com a escultors de la nostra pròpia vida, podem transformar la causa del sofriment en font d'alegria i satisfacció.

Cal veure-ho per creure-ho!



<sup>1</sup> William Blake. Poeta i pintor anglès (1757-1827)

## Atrapar cada moment

La situació que vivim mostra una imatge del futur força negativa, sembla que sigui igual el que fem perquè segurament tampoc no canviarem res durant una llarga temporada. Tanmateix el nostre suggeriment és apostar per l'ara, ja que el que fem en aquest instant influirà de ben segur en el que vindrà després.

Per tant, per què no vivim el moment actual plens d'energia i de coratge? Viure així és vibrar a cada instant, emocionarnos amb el que tenim al voltant.

Podem aprofitar cada segon per canviar i millorar, i sentir que cap dels esforços que realitzem no és en va.

Atrapem aquest minut que no tornarà mai més, donem el millor de nosaltres i desafiem-nos davant les adversitats sense por al futur, sinó amb esperança i alegria, amb la certesa que podem fer de la nostra vida el que decidim que sigui a cada instant.

## Podem

No és un invent d'Obama, de la Selecció espanyola ni de Zapatero. Abans que ells existissin, l'ésser humà havia protagonitzat gestes sorprenents, només cal revisar la història. És més, segur que al nostre al voltant hi trobem més d'un heroi o d'una heroïna que també ha dut a terme proeses quotidianes que semblaven increïbles. Aquella mare que va tirar endavant onze fills, un oncle que va travessar l'Atlàntic per fer-se un futur, l'amiga que ha superat un càncer i continua somrient...

Què passa llavors? Ara és més difícil que abans? No, és que ara em passa a mi... Però llavors, potser hauré de canviar l'estratègia, oi? Renovar l'esperança, posar gasolina al motor de l'autoestima i del coratge, pensar seriosament en què he de fer per ser feliç. Confiar, al cap i a la fi, que podem fer un gir i emprendre l'acció sense dubtes. I fer-ho. No és màgia sinó imaginació, molt d'esforç i esperit de recerca. Preguntem als altres, obtinguem suport d'aquells que ho van aconseguir, demanem consell i donem coratge.

Moltes persones amb experiència en la superació d'obstacles ens recomanen tirar endavant passi el que passi, perquè nosaltres podem.

# Rengue

Rengue significa flor de lotus. El lotus floreix i dóna llavors al mateix temps i així representa la simultaneïtat de causa i efecte que és una expressió de la Llei mística. Causa i efecte simultanis significa, essencialment, que el futur està contingut en les causes presents. D'aquesta manera, la Llei de causa i efecte és també el principi de la responsabilitat personal vers el nostre propi destí. De totes maneres, ja que la naturalesa de buda inherent a la vida és molt més gran i més poderosa que el Karma acumulat, és possible crear una felicitat veritable, sense tenir en compte el karma. Això també està representat per una altra qualitat del lotus. Creix i floreix en un estany fangós i tot i així està lliure de qualsevol contaminació, la qual cosa simbolitza l'aparició de la buidesa des de l'interior de la vida d'una persona comuna. En altres paraules, la naturalesa més profunda de la vida roman incorrupta malgrat les causes negatives que es puguin haver fet. Rengue significa, doncs, revelar la naturalesa fonamental de la realitat de la vida.

**Mantingui sempre la fe en el Sutra del lotus. És impossible fer foc amb una pedra si un es deté a meitat de l'intent.**

**Expliqui tot això també a la seva esposa i treballin junts com el sol i la lluna, com els ulls, com les dues ales d'una au. Il·luminats pel sol i per la lluna, el seu camí podria estar immers en la foscor? Amb dos ulls, sens dubte vostè veurà els rostres de Shakyamuni, Molts tresors i els budes de les deu direccions. I amb un parell d'ales, sens falta, podrà remuntar el vol en un instant, fins a la Terra dels Tresors de la Llum Tranquil·la.**

*Els desitjos mundans són la il·luminació.  
Los Escritos de Nichiren Daishonin, pàgina 338.*

# Agraïment

*Com en un immens prat, sota un magnolier ple de flors perfumades. Així de tranquil em sentia en una parada d'autobús aquesta tarda de primavera.*

*Aquest matí no em podia imaginar que el cotxe se m'espallaria, ni que en sortir del taller on l'he deixat, et trobaria i et podria saludar una altra vegada. Sé que has notat el meu agraïment, però vull dir-t'ho per escrit.*

*Gràcies per l'esperança que m'has regalat quan jo m'havia oblidat de tots els colors... menys del negre. Gràcies per dosificar amb saviesa els consells que m'has donat sobre la vida quotidiana. Gràcies per aclarir-me que no puc anar pel món com si els altres tinguessin la inexcusable obligació d'entendre la meua conducta. Gràcies per recordar-me que la vida*

*no consisteix en un constant lament, sinó en una estimulante i fructífera successió d'obstacles i victòries, que són el clar senyal que cada vida és un gran patrimoni amb passat, present i futur. Per cert, gràcies, també per confiar-me la fórmula per conèixer el meu futur: pregunta't pel teu passat i pel teu present... m'has dit.*

*Gràcies per haver-me ajudat que aquesta tarda de primavera, en una parada d'autobús, m'hagi pogut sentir igual que en un immens prat, sota un magnolier ple de flors perfumades.*

*En tot cas sé que per a tu, i ara ho entenc, l'agraïment més gran és saber que estic assaborint la meua vida. No ho dubtis... amic meu!*