

L'insegnamento del Buddha

C. W. LEADBEATER

Edwyn Arnold, nell'ottavo capitolo de *La luce dell'Asia*, narra che il Signore Buddha, nella reggia che fu sua dimora, attorniato dai suoi cari e da una moltitudine di devoti, descrisse la propria dottrina; C.W. Leadbeater ne *I Maestri* e il *Sentiero* spiega ed illustra tale insegnamento: qui di seguito vengono riportate queste sue spiegazioni.

Le Quattro Nobili Verità

Il sermone comincia col proclamare che la Via di Mezzo è la più sicura anzi, la sola vera. L'immergersi da un lato negli eccessi e nei piaceri sensuali dell'ordinaria vita terrena è basso e degradante ed a nessun fine conduce l'uomo. D'altro lato un ascetismo stravagante è pure inutile e dannoso.

Vi possono essere alcuni, pochi, ai quali aride la vita altamente ascetica e solitaria; essi possono essere capaci di viverla rettamente, senza eccesso. Ma, per tutte le persone ordinarie, la Via di Mezzo di una buona vita vissuta nel mondo è sotto ogni riguardo la migliore e la più sicura.

Il primo passo per condurre una vita simile è di capirne le condizioni ed il Signore Buddha ce le espone in quelle che Egli ha chiamato le Quattro Nobili Verità.

Esse sono: 1. Il Dolore o Sofferenza; 2. La Causa del Dolore; 3. La Cessazione del Dolore (ossia la liberazione dal Dolore); 4. La Via che conduce alla liberazione dal Dolore.

1. *Il Dolore o Sofferenza.* La prima verità è l'affermazione che ogni vita manifestata è dolore, a meno che l'uomo non sappia come viverla.

Commentando questa verità il Bodhisattva disse che vi sono due sensi in cui la vita manifestata è dolorosa. Uno di questi è sino ad un certo punto inevitabile, ma l'altro non è che un errore il quale può essere con grandissima facilità evitato.

Per la Monade, la quale è il vero Spirito dell'uomo, ogni vita manifestata è in un senso dolore, perché è una limitazione, limitazione che col nostro cervello fisico non possiamo in alcun modo concepire, perché non abbiamo nessuna idea della grandiosa libertà della vita superiore. Esattamente in questo senso si è sempre detto che Cristo offre se stesso come Sacrificio, quando discende nella materia; questo è senza dubbio un sacrificio, perché è una limitazione inespriabilmente grande, che lo separa da tutti i gloriosi poteri che sono Suoi al Suo proprio livello. La stessa cosa è vera per la Monade dell'uomo: essa fa indubbiamente un grande sacrificio quando scende a mettersi in connessione con parti di materia di gradi inferiori, quando adombra questa durante tutte le lunghe epoche dello sviluppo sino a raggiungere il livello umano, quando fa scendere un minuto frammento di sé (la punta di un dito, per modo di dire), e con ciò forma un ego o anima individuale.

Pur essendo noi soltanto un minuto frammento, ed in verità un frammento di un frammento, siamo tuttavia una parte di una meravigliosa realtà. Non vi è nulla da insuperbirci per il fatto di essere soltanto un frammento, ma abbiamo la certezza che, essendo per ciò par-



te di una cosa più elevata, possiamo col tempo innalzarci fino a quell'altezza ed unificarci con essa. Questa è la fine e questo lo scopo della nostra evoluzione. Ricordiamoci che, se anche un giorno raggiungeremo quella meta, non sarà per godere il nostro progresso, ma per poter essere in grado di aiutare il progresso dell'evoluzione. Tutti questi sacrifici, tutte queste limitazioni, possono giustamente essere descritti come implicanti una sofferenza ma l'Ego se li sobbarca lietamente non appena riesce ad acquistare una completa comprensione. Un Ego non possiede la perfezione della Monade e perciò non ha subito una piena comprensione: egli ha da imparare, come tutti devono imparare. Questa limitazione veramente terribile che si produce ad ogni nuova discesa nella materia è un fatto inevitabile e così avviene che vi sia quel tanto di sofferenza inseparabile dalla manifestazione. Noi dobbiamo accettare questa limitazione come un mezzo per un fine, come parte del Piano Divino.

In un altro senso la vita è spesso una sofferenza, ma una specie di sofferenza che può essere totalmente evitata. L'uomo che vive la vita ordinaria del mondo si trova sovente in mezzo a difficoltà di vario genere. Non sarebbe giusto dire che egli sia sempre negli affanni, ma è di frequente ansioso ed esposto a cadere ogni momento in *grandi angosce* o in *grandi dolori*. La ragione di ciò è che egli è pieno di desideri inferiori di vario genere, non necessariamente cattivi, ma sempre desideri per cose inferiori ed a causa di questi desideri è limitato ed imprigionato. Egli cerca continuamente di raggiungere qualche cosa che non possiede, ed è sempre pieno di angoscia nell'incertezza di ottenerla; e quando l'ha ottenuta, è sempre ansioso di perderla. E questo è vero non soltanto per il danaro, ma anche per la posizione e per il potere, per la fama e per la preminenza sociale. Tutte queste bramosie producono un perturbamento incessante sotto molti diversi

aspetti; non si tratta soltanto dell'ansietà individuale dell'uomo che ha o non ha qualche oggetto di desiderio generale, ma dobbiamo anche tenere conto di tutta l'invidia, della gelosia e dell'astio creati nel cuore degli altri che lottano per giungere allo stesso scopo.

Vi sono altri oggetti di desiderio che sembrano superiori a questi e tuttavia non sono i più elevati. Quante volte, per esempio, un giovane desidera l'affetto di qualcuno che non glielo può dare o che non ha affetto da dare. Da questo genere di desideri deriva spesso una grande quantità di tristezza, di gelosia e di molti altri cattivi sentimenti. Si dirà che un tale desiderio è naturale; lo è senza dubbio, ed un affetto ricambiato è una grande sorgente di felicità. Se però non potesse essere ricambiato, l'uomo dovrebbe avere la forza di accettare la situazione senza permettere che questi desideri insoddisfatti abbiano ad essere causa di dolore. Quando diciamo che una cosa è naturale, intendiamo che essa è ciò che ci si potrebbe aspettare dall'uomo comune. Ma lo studioso di occultismo deve cercare di elevarsi alquanto al di sopra del livello dell'uomo comune; altrimenti, come potrebbe questo uomo comune essere da lui aiutato? Dobbiamo elevarci al di sopra di quel livello per poter tendere dall'alto una mano soccorritrice; noi dobbiamo mirare non a ciò che è naturale (nel senso di cosa comune), ma a ciò che è soprannaturale.

Chi è chiaroveggente sarà ben disposto ad accettare la verità di questo grande insegnamento di Buddha, cioè che nel suo complesso la vita è dolore. Se osserva il corpo astrale ed il mentale di coloro che incontra, egli vedrà che sono saturati da un grandissimo numero di piccoli vortici, tutti vigorosamente turbinanti, che rappresentano ogni sorta di piccoli pensieri, di piccole ansietà, di piccole cure per una o per altra cosa. Tutto ciò cagiona turbamento e sofferenza, mentre quello che soprattutto occorre per il progresso è la serenità. Il solo modo di ac-



quisire la pace è di liberarsi totalmente da tutte quelle cose, e ciò ci porta alla nostra seconda Nobile Verità, la Causa del Dolore.

2. *La Causa del Dolore.* Abbiamo già veduto che la *Causa del Dolore* è sempre un desiderio. L'uomo che non ha desideri, che non si affanna per la conquista di una posizione o del potere o della ricchezza, è ugualmente tranquillo sia quando posizione o ricchezza vengono a lui, sia quando lo abbandonano. Egli rimane calmo e sereno perché non se ne cura; essendo umano, egli naturalmente desidererà questa o quell'altra cosa, ma sempre con moderazione e gentilezza, così che non permetterà mai a se stesso di essere turbato. Sappiamo, per esempio, quanto spesso si lascino prostrare dal dolore quelli che la morte ha separato dai loro amati. Ma se il loro affetto si trova al livello superiore, se amano veramente l'amico e non il corpo dell'amico, allora non vi potrà essere nessun senso di separazione e, per conseguenza, nessun dolore. Se invece sono desiderosi soltanto di un contatto materiale sul piano fisico con quell'amico, allora quel desiderio causerà senz'altro del dolore. Ma, se metteranno da parte questo desiderio e vivranno nella comunione della vita superiore, quel dolore si dissiperà.

Talvolta alcuni si dolgono di sentirsi invecchiare, di non trovare più i loro veicoli così forti come prima. Essi desiderano la forza e le facoltà che avevano una volta. Per loro è cosa saggia reprimere quel desiderio e convincersi che i loro corpi hanno fatto un buon lavoro e che, se non possono produrre quanto facevano prima, dovrebbero fare con tranquillità quello che possono e non angosciarsi del cambiamento. Presto avranno dei nuovi corpi ed il modo migliore di assicurarsi un buon veicolo è di fare tutto quello che si può col vecchio, conservandosi in ogni caso sereni e calmi. La sola maniera di farlo è dimenticare se stessi, fare che cessi ogni desiderio egoistico e rivolgere il pensiero

ad aiutare gli altri per quanto lo consentano le proprie capacità.

3. *La Cessazione del Dolore.* Abbiamo già veduto come cessa l'angoscia e come si deve giungere alla calma: questo avviene mantenendo sempre il pensiero sulle cose più elevate. Noi abbiamo da vivere ancora in questo mondo che è stato poeticamente definito come l'astro del dolore ed invero lo è per molti, forse anche per la maggior parte. Noi possiamo viverci felicemente se non vi siamo attaccati con il desiderio. Noi siamo nel mondo, ma non dobbiamo essere del mondo, almeno sino al punto in cui sia per noi causa di crucci, di afflizioni e di tormento. Senza dubbio è nostro dovere aiutare gli altri nelle loro afflizioni ma, per poterlo fare efficacemente, non dobbiamo averne nessuna per nostro conto. Se prendiamo con filosofia questa vita inferiore, troveremo che per noi le angosce cessano quasi totalmente.

Vi possono essere alcuni i quali ritengono irraggiungibile una simile attitudine. Ma ciò non è, altrimenti il Signore Buddha non ce l'avrebbe mai prescritta. Noi possiamo tutti raggiungerla, e dovremmo farlo, perché solo quando l'avremo fatta nostra potremo realmente ed efficacemente aiutare l'uomo nostro fratello.

Il Nobile Ottuplice Sentiero

4. *La Via che conduce alla liberazione dal dolore.* Questa ci è data in quello che è chiamato il Nobile Ottuplice Sentiero, altra delle meravigliose categorie del Signore Buddha; è una espressione veramente magnifica, perché può essere applicata a tutti i livelli. L'uomo del mondo ed anche l'uomo privo di ogni cultura, possono prenderlo nei suoi aspetti inferiori e trovarvi una via verso la pace ed il conforto; ma anche il più grande filosofo può accettarlo e, interpretandolo al proprio livello, ricavarne molto insegnamento.

Il primo passo su questo Sentiero è *Retta Credenza*. Alcuni mettono in dubbio tale requisito perché dicono che esige da loro un qualche



Il tempietto buddhista ad Adyar: un sereno equilibrio di natura e spiritualità.

genere di fede cieca. Non è affatto questo tipo di fede che si richiede; si tratta piuttosto di una certa somma di conoscenze riguardo ai fattori dominanti della vita. Ci viene domandato di comprendere un poco del Piano Divino, per la parte che ci riguarda e, se non possiamo ancora vederlo da noi stessi, di accettarlo come sempre ci viene esposto. Certi fatti generali sono sempre esposti agli uomini in una forma od in un'altra; essi sono spiegati alle tribù selvagge dagli stregoni ed al resto dell'umanità dai diversi istruttori religiosi e dalle sacre scritture. È verissimo che bibbie e religioni differiscono tra di loro, ma i punti in cui tutte si accordano devono essere accettati dall'uomo, prima che egli possa comprendere abbastanza la vita per vivere felice.

Uno di questi fatti è l'eterna legge di Causa ed Effetto. Se un uomo vive nell'illusione di poter fare ciò che gli piace senza che il risultato delle sue azioni abbia mai a ricadere su di lui, egli certamente troverà che alcune delle sue azioni lo trascineranno un giorno o l'altro nell'infelicità e nel dolore. Se inoltre egli non comprende che lo scopo della sua vita è il progresso e che la Volontà di Dio a suo riguardo è che egli cresca diventando migliore e più nobile d'ora, anche allora attirerà sopra se stesso infelicità e dolore, perché probabilmente vivrà soltanto il lato inferiore della vita, e questo lato inferiore non soddisfa mai alla fine l'uomo interiore. E perciò avviene che egli debba almeno conoscere qualche cosa di queste grandi leggi della Natura e, se non può ancora conoscerle

da se stesso, farà bene ad accettarle per fede. Più tardi, ad un livello più alto, prima di poter giungere alla seconda Iniziazione, ci è stato detto che dobbiamo distruggere ogni dubbio.

Alla domanda se ciò significasse che noi dobbiamo accettare ciecamente una qualche forma di credenza, il Signore Buddha rispose: “No, ma dovete conoscere da voi stessi tre grandi cose: che solo sul Sentiero della Santità e di una buona vita l’uomo può alla fine acquistare la perfezione; che per giungere a questa perfezione egli passa attraverso molte vite, innalzandosi gradatamente sempre più in alto; e che vi è una Legge di Giustizia Eterna sotto la quale tutte queste cose si compiono”.

L’uomo, giunto a questo stadio, deve liberarsi da ogni dubbio, e deve essere completamente ed intimamente convinto di queste cose. Ma l’uomo comune è bene che abbia almeno ad accettarle per fede, poiché se nella sua coscienza non possiede questa guida, non può in nessun modo progredire.

Il secondo passo sul Nobile Ottuplice Sentiero è *Retto Pensiero*. Ora *Retto Pensiero* significa due cose distinte. La prima ci chiede di pensare a cose giuste e non a cose errate. Noi possiamo sempre avere al fondo della nostra mente dei pensieri belli ed elevati, ma d’altra parte queste nostre menti possono anche essere riempite di pensieri riguardanti le comuni faccende della vita quotidiana. Non confondiamo: qualunque cosa facciamo dovremmo operare con tutta la precisione e la concentrazione di mente che si rendono necessarie. Ma la maggior parte delle persone, una volta finito il lavoro o durante ogni pausa, continua a pensare a cose senza importanza e relativamente volgari. Quelli che si sono consacrati al Maestro cercano sempre di conservare in fondo alla mente il pensiero del Maestro, in modo che, ad ogni istante di sosta nelle loro occupazioni, questo pensiero venga subito ad occupare la mente. E immediatamente il discepolo pensa: “Che cosa posso

fare affinché la mia vita rassomigli a quella del Maestro? Come posso migliorarmi tanto da manifestare la bellezza del Signore a quelli che mi sono attorno? Che cosa posso fare per eseguire il Suo lavoro ed aiutare gli altri?”. Una delle cose che tutti possiamo fare è di emettere dei pensieri di aiuto e simpatia.

Si ricordi che il *Retto Pensiero* deve essere definito e non vago; i pensieri che si fermano per un istante su una cosa e poi balzano verso un’altra, sono inutili e non ci aiuteranno mai ad imparare a dominare la nostra mente. Il *Retto Pensiero* non deve mai avere in sé la minima traccia di male, né nulla di dubbioso. Molti, che deliberatamente non penserebbero mai a qualche cosa di impuro o ripugnante, pure accarezzano certi pensieri che vi si avvicinano, pensieri non precisamente cattivi, ma certo alquanto dubbi. Nel *Retto Pensiero* non deve esservi nulla di simile; ogni qualvolta vi sia qualche cosa che possa anche in minimo grado sembrare sospetta o malevola, dovrebbe essere soppressa. Dobbiamo essere ben sicuri che tutti i nostri pensieri sono veramente buoni e gentili.

Un altro significato del *Retto Pensiero* è che esso deve essere *corretto*, vale a dire che noi dovremmo pensare soltanto la verità. Spesso noi pensiamo male e contro verità di altre persone, appunto a causa di un pregiudizio o per ignoranza. Noi ci facciamo l’idea che una certa persona sia cattiva e che tutto quanto essa fa sia male. Noi le attribuiamo dei moventi che spesso mancano di ogni fondatezza e, così facendo, pensiamo indebitamente di lei e quindi il nostro pensiero non è il *Retto Pensiero*. Tutti quelli che non sono ancora Adepti hanno in sé qualcosa di male, non meno che qualcosa di bene. Ma abbiamo purtroppo la disgraziatissima abitudine di fissare tutta la nostra attenzione sul male e di dimenticare completamente il bene, né cercarlo mai. Perciò il nostro pensiero su queste persone non è il *Retto Pensiero*, non solo perché manca di carità, ma anche perché



non è veritiero. Si guarda soltanto un lato della persona e se ne ignora un altro. Inoltre, col fissare la nostra attenzione sul male dell'uomo anziché sul bene, noi rafforziamo ed incoraggiamo il male, mentre col *Retto Pensiero* potremmo dare esattamente lo stesso incoraggiamento al lato buono di quella persona.

Viene poi lo stadio del *Retto Parlare*, e qui ancora ci troviamo davanti alle stesse due divisioni. In primo luogo dovremmo parlare sempre di cose buone. Non è affare nostro parlare delle cattive azioni degli altri. Nella maggior parte dei casi le dicerie che giungono fino a noi riguardo ad altre persone non sono vere, e perciò se le ripeteremo anche le nostre parole non saranno vere e noi faremo del male a noi stessi non meno che a quella persona della quale parliamo. Anche se la diceria fosse vera, è sempre male ripeterla, perché non possiamo fare alcun bene alla persona ripetendo continuamente che ha agito male: la cosa migliore che potremmo fare sarebbe di non parlarne affatto. Lo faremmo istintivamente se la cattiva azione fosse fatta da un membro della nostra famiglia; sentiremmo certamente che sarebbe male propalare gli errori di una persona amata ai molti che altrimenti non ne avrebbero notizia. Ma se vi è mai qualche verità nella nostra professione di Fratellanza universale, dovremmo convincerci che non abbiamo alcun diritto di mettere in circolazione cattive notizie intorno a *chicchessia*, che dovremmo parlare degli altri come è nostro desiderio che essi parlino di noi. Ed inoltre dobbiamo ricordare che molti, nei loro discorsi, peccano contro verità, perché si permettono di cadere nelle esagerazioni e nell'inesattezza. Questi ingigantiscono ogni più piccola cosa, e certamente il loro non è un *Retto Parlare*.

La parola poi deve essere gentile, ed anche sincera e forte, ma non sciocca. Una gran parte del mondo vive nell'illusione di dover fare conversazione, ritenendo scorretto o rude il non

essere dei ciarlatori perpetui. Pare vi sia l'idea che, incontrando un amico, si debba trattenerlo a chiacchiere per tutto il tempo, perché non abbia a sentirsi offeso. Si ricordi che, quando fu sulla terra, Cristo dichiarò precisamente che l'uomo avrebbe dovuto rendere conto di ogni parola oziosa da lui pronunciata. La parola oziosa è spesso una parola maligna, ma anche le più innocue parole oziose implicano una perdita di tempo; se dobbiamo parlare, cerchiamo almeno di dire qualche cosa di utile e di profittevole. Certuni, con l'idea di apparire spiritosi, si abbandonano ad un chiacchierio continuo scherzoso o sarcastico; essi devono sempre superare quanto è stato detto da altri, devono sempre presentare ogni caso sotto un aspetto ridicolo o divertente. Tutto questo rientra certo nella categoria delle parole oziose ed è senza dubbio più che necessaria da parte nostra la massima cura nella questione del *Retto Parlare*.

Il prossimo passo è la *Retta Azione*. Vediamo subito che questi tre passi si susseguono necessariamente. Se pensiamo sempre a cose buone, certamente non parleremo di cose cattive, perché noi diciamo quello che abbiamo in mente; e se i nostri pensieri e le nostre parole sono buoni, l'azione che ne segue sarà anche buona. L'azione deve essere pronta e tuttavia ben ponderata. Conosciamo tutti persone che, in caso di difficoltà, sembrano perdere la testa: si agitano, non sanno che fare e disturbano quelli che hanno la testa più a posto. Altri agiscono a precipizio, senza affatto pensare a quello che fanno. Imparate a pensare rapidamente e ad agire con prontezza, ma mai senza ponderazione. Soprattutto poi le vostre azioni siano sempre disinteressate, e non mai guidate da considerazioni personali. Ciò è molto difficile per la maggior parte delle persone, e non di meno è un potere che deve essere conquistato. Noi che cerchiamo di vivere per il Maestro abbiamo nel nostro lavoro continue occasioni di mettere



questa idea in pratica. Dobbiamo tutti pensare solamente a ciò che è meglio per il lavoro ed al modo di aiutare gli altri, e dobbiamo mettere completamente da parte ogni considerazione personale. Non dobbiamo pensare quale sia la parte del lavoro che preferiremmo fare, ma dobbiamo cercare di eseguire nel miglior modo possibile quella che ci è stata assegnata.

Ai nostri giorni pochi vivono isolati come facevano i monaci o gli eremiti. Noi viviamo in mezzo agli altri, di modo che tutto ciò che pensiamo o diciamo o facciamo ricade necessariamente su un gran numero di persone. Dobbiamo sempre tenere presente che il nostro pensiero, la nostra parola, la nostra azione, non sono soltanto qualità, ma poteri, poteri dati a noi per servircene e dell'uso dei quali siamo direttamente responsabili. Tutti questi poteri devono essere utilizzati per il servizio e, se li usassimo altrimenti, mancheremmo al nostro dovere.

Veniamo ora al quinto passo: *Giusti Mezzi di sussistenza*, e questo è un soggetto che può interessare moltissimi fra noi. I giusti mezzi di sussistenza sono quelli che non producono alcun danno ad un essere vivente. Vediamo subito che questo si opporrebbe a commerci come quelli del macellaio e del pescatore, ma il comandamento va molto più in là. Non dovremmo ricavare la nostra sussistenza col fare del male a qualsiasi creatura e perciò vediamo subito che il commercio dell'alcool non è un mezzo giusto di sussistenza. Chi vende bevande alcoliche non uccide necessariamente delle persone ma senza dubbio fa loro del male e vive su questo male.

L'idea ci conduce ancora più lontano. Prendiamo il caso di un commerciante disonesto: il suo mezzo di sussistenza non è giusto perché il suo modo di commerciare non è leale ed egli truffa i suoi clienti. Quando un commerciante è onesto nei suoi affari, quando rivende al dettaglio la mercanzia acquistata all'ingrosso

con un profitto ragionevole, questo è un giusto mezzo di sussistenza; ma, dal momento in cui comincia ad ingannare vendendo per buoni degli articoli mediocri, egli truffa gli avventori. Un giusto mezzo di sussistenza può diventare ingiusto se esercitato in modo errato. Noi dobbiamo comportarci con le persone così onestamente come vorremmo che esse si comportassero con noi. Se una persona commercia in una certa specie di mercanzie, essa ha una conoscenza speciale di questa merce. Il cliente che non possiede tali speciali conoscenze si affida al commerciante con la stessa fiducia con cui si rivolge al medico o all'avvocato. Quando un uomo si rivolge a voi in questa maniera, fa appello al vostro onore perché facciate per lui del vostro meglio. Voi avete diritto di ricavare un profitto ragionevole dalle vostre prestazioni, ma non dovete mai perdere di vista il vostro dovere.

Il sesto passo è il *Giusto Sforzo*, ed è di grandissima importanza. Non dobbiamo accontentarci di essere negativamente buoni; quello che da noi si desidera non è che ci asteniamo semplicemente dal male, ma che facciamo positivamente del bene. Quando il Buddha riassunse così meravigliosamente la Sua dottrina in un versetto, cominciò col dire: "Cessate dal fare il male", ma aggiunse subito: "Imparate a fare il bene". Non basta essere passivamente buoni: sono tante le persone bene intenzionate che pure non concludono nulla.

Ogni persona ha una certa quantità di forza, non soltanto fisica, ma anche mentale. Quando abbiamo avanti a noi tutta una giornata di lavoro, sappiamo di dover riservare ad esso le nostre forze e perciò, prima di cominciarlo, non intraprendiamo qualche altra cosa che ci esaurirebbe al punto da non poter poi compiere debitamente il vero lavoro della giornata. Del pari abbiamo una certa quantità di forza della mente e della volontà, e su quel livello possiamo compiere soltanto una data quanti-



tà di lavoro; perciò dobbiamo fare attenzione al modo in cui impieghiamo questo potere. Vi sono poi ancora altri poteri. Ognuno ha una certa influenza sugli amici e sui parenti; questa influenza è un potere e noi siamo responsabili del buon uso che ne facciamo. Intorno a noi vi sono sempre fanciulli, parenti, impiegati, operai, servitori, e sopra tutti questi abbiamo un certo grado di influenza, almeno per mezzo dell'esempio; dobbiamo dunque fare attenzione a quanto facciamo e diciamo, perché gli altri ci copieranno.

Giusto Sforzo significa indirizzare il nostro lavoro in direzioni utili, evitando ogni sperpero. Molte sono le cose che possono essere fatte, ma alcune di esse sono più urgenti di altre. Dobbiamo guardarci attorno per vedere dove i nostri sforzi potrebbero riuscire più utili. Non è bene che tutti facciamo la stessa cosa; è più saggio che il lavoro abbia ad essere diviso tra noi affinché esso sia eseguito a perfezione in tutti i suoi particolari. In tutte queste cose noi dobbiamo servirci della nostra ragione e del nostro buon senso.

Giusta Memoria, o *Giusto Ricordo*, è il settimo passo e significa molte cose. La *Giusta Memoria* di cui parlò il Signore Buddha è stata sovente interpretata dai suoi seguaci come la memoria delle passate incarnazioni, che Egli possedeva nel modo più completo. In una delle storie jataka si racconta che, avendo una persona parlato male di lui, Egli si rivolse ai Suoi discepoli e disse: "In una vita precedente io ho insultato questo individuo, e perciò egli ora parla male di me. Non ho nessun diritto di sentirmene offeso". Senza dubbio, se noi potessimo ricordare tutto ciò che ci è accaduto prima d'ora, organizzeremmo la nostra vita attuale assai meglio di quanto facciamo. La massima parte di noi però non ha il potere di ricordare le vite passate, ma non per questo dobbiamo supporre che non si applichi a noi l'insegnamento della *Giusta Memoria*.



Prima di tutto essa significa consapevolezza di noi stessi. Significa che dobbiamo in ogni momento ricordare chi siamo, quale sia il nostro lavoro, quale il nostro dovere e che cosa dovremmo star facendo per il Maestro. In seguito *Retta Memoria* significa esercizio di una scelta ragionevole di quanto dobbiamo ricordarci. A tutti nella vita accadono cose spiacevoli e cose piacevoli. Il saggio curerà di ricordare le cose buone, ma lascerà perdere le cattive. Supponiamo che qualcuno ci parli sgarbatamente; sarebbe sciocco ricordarsene per settimane, per mesi e magari per anni e struggersene continuamente. Qual bene ce ne potrebbe venire? Nessuno, naturalmente; ci darà soltanto noia e ci terrà vivo in mente un cattivo pensiero. Questa non è certamente una *Giusta Memoria*. Noi dovremmo immediatamente dimenticare un



male fattoci e perdonarlo; ma dovremmo sempre tenere presenti le gentilezze nei nostri confronti, perché queste riempiranno di amore e di gratitudine le nostre menti. Inoltre noi tutti abbiamo commesso molti errori; è bene ricordarli per non ricadervi, ma continuare a pensarvi, avere sempre la mente piena di rinascimento e di angoscia, non è *Giusta Memoria*.

L'ultimo passo è chiamato *Giusta Meditazione* o *Giusta Concentrazione*. Questo non si riferisce soltanto alla meditazione regolare che facciamo come parte della nostra disciplina, ma significa pure che in tutta la nostra vita noi dovremmo concentrarci sullo scopo di fare del bene e di essere utili e soccorrevoli. Nella vita quotidiana non possiamo essere sempre in meditazione a causa del lavoro giornaliero che dobbiamo tutti compiere; tuttavia non sono sicuro che un'affermazione di questo genere, fatta senza riserva, sia totalmente vera. Non possiamo avere la coscienza sempre ritratta dal piano fisico e mantenuta a livelli più elevati; pure è possibile vivere una vita di meditazione in questo senso: che le cose superiori siano sempre così fortemente presenti nel fondo della nostra coscienza da potere, come dissi parlando del *Giusto Pensiero*, prendere istantaneamente il primo posto quando la mente non è altrimenti occupata. La nostra vita allora sarà realmente una vita in perpetua meditazione sui più elevati e più nobili argomenti, interrotta di quando in quando dalla necessità di mettere in pratica i nostri pensieri nella vita quotidiana.

L'abitudine di pensare in questo modo avrà su di noi per parecchi riguardi un'influenza maggiore di quanto appaia a prima vista. Il simile attira sempre il proprio simile; due persone che adottano questo modo di pensare saranno presto attratte l'una verso l'altra; e così può succedere che col tempo quelli che d'abitudine nutrono dei pensieri elevati si troveranno riuniti in un nucleo che gradatamen-

te si svilupperà, e forse in un Gruppo Teosofico. Ad ogni modo saranno attirati insieme, i loro pensieri reagiranno gli uni sugli altri, in tal modo ciascuno aiuterà grandemente il progresso degli altri. Inoltre, ovunque noi andiamo, siamo circondati da legioni di esseri invisibili, angeli, spiriti di natura e uomini che hanno deposto i loro corpi fisici. La condizione di *Retta Concentrazione* attirerà a noi tutto il meglio di questi vari ordini di esseri così che, ovunque andremo, saremo circondati da buone e sante influenze.

Questo è l'insegnamento che il Signore Buddha diede in quel suo primo sermone; su questo insegnamento è stato fondato l'universale Regno della Rettitudine, le Ruote del cui Carro Regale furono per la prima volta da Lui messe in moto tanti secoli fa in quella festa di Asala.

Quando in un lontano avvenire sarà giunta l'ora per l'avvento di un altro Buddha, e l'attuale Bodhisattva predirà quell'incarnazione finale in cui sarà compiuto il grande passo, Egli predicherà la legge divina al mondo in quella forma che gli sembrerà più adatta alle necessità di quell'era; nel Suo alto ufficio gli succederà il Maestro Kothumi, il quale si è trasferito al secondo Raggio, per assumere la responsabilità di diventare il Bodhisattva della sesta Razza Radicale.

*Tratto da "I Maestri e il Sentiero"
di C.W. Leadbeater.*