

FELICITÀ IN QUESTO MONDO

Un percorso alla scoperta
del Buddismo
e della Soka Gakkai



ISTITUTO BUDDISTA ITALIANO
SOKA GAKKAI

Pubblicazione a cura dell'Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai
con sede in via di Bellagio 2/E – 50141 Firenze

Edito in proprio dall'Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai

Copyright © Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai, 2001

Tutti i diritti riservati. Sono vietati la traduzione, la riproduzione
e l'adattamento totale o parziale, con qualsiasi mezzo (compresa le copie fotostatiche,
i film, i microfilm, i nastri magnetici audio-video, i cd-rom, Internet)

Finito di stampare nel mese di luglio 2001 presso lo stabilimento
Arti Grafiche Tilligraf S.p.A. via del Forte Bravetta, 182 – 00164 Roma

ISBN 88-88155-03-1

la Legge dell'universo

Noi siamo l'universo e l'universo è dentro di noi. Inafferrabile. Difficile capirlo con la mente razionale. Impossibile percepirlo con gli occhi. In effetti vediamo, o meglio, percepiamo solo una minima parte della realtà in cui siamo immersi. Per usare le parole dell'astrofisico Carl Sagan, uno dei più grandi divulgatori scientifici dei nostri tempi: «Noi viviamo la nostra vita quotidiana senza comprendere quasi nulla del mondo».

Prima di tutto siamo immersi nell'universo. I telescopi più avanzati hanno scoperto finora 100 miliardi di galassie. La nostra – la Via Lattea – è una di queste, e la luce impiega 100mila anni per andare da un capo all'altro, percorrendo ogni anno l'inconcepibile distanza di 9.500 miliardi di chilometri. La Via Lattea è composta a sua volta da centinaia di miliardi di stelle, fra cui il Sole, che impiega 225 milioni di anni per compiere un'orbita completa intorno al centro della Galassia. La Terra su cui viviamo è un puntino che ruota su se stesso a migliaia di chilometri orari, sfrecciando fulminea nello spazio. Dopo il Sole, la stella a noi più vicina è Alfa Centauri, che è a 40.850 miliardi di chilometri di distanza.

Ed eccoci coi piedi per terra – è il caso di dirlo – perché una forza invisibile, la gravità, ci impedisce di volare via. Le insondabili profondità dell'inconscio ci sfuggono; l'infinita vastità dello spazio ci sfugge. Milioni di pensieri sfrecciano come meteore dentro di noi: luminosi, limpidi, leggeri; e poi fastidiosi come tempeste di sabbia, cupi e dannosi come

nubi di smog. I ricordi si depositano, sedimentano, si stratificano, tornano a galla. Miliardi di cellule lavorano incessantemente in un'armonia di inimmaginabile complessità. Solo per far funzionare i polmoni ne servono 300 milioni. Se si potessero mettere in fila tutti i vasi sanguigni di un corpo umano, questi si estenderebbero per 96mila chilometri, coprendo due volte la circonferenza della Terra.

Nella regione dell'invisibile le emozioni creano tempeste, terremoti, inondazioni, albe radiose. A volte siamo un tramonto languido, un cielo terso e maestoso, una nebbia malinconica. A volte dentro di noi cala la notte. Ci sentiamo vasti come un panorama montano o angusti come un cunicolo cieco. Leggeri come una brezza o pesanti come una stella di neutroni, con i suoi 10 milioni di tonnellate per centimetro cubo.

Un'ora può essere eterna; un anno può andarsene in un lampo. L'angoscia dilata il presente, la speranza ci proietta nel futuro. I nostri occhi possono vedere il passato: il sole è già tramontato da qualche minuto quando lo vediamo scomparire all'orizzonte. E il tempo è relativo: può essere percepito in modo diverso ma può anche scorrere in modi differenti secondo le situazioni, come ha spiegato Einstein.

Miliardi di vite si intrecciano dentro e fuori di noi, attraversate da energie invisibili. Una pietra è fatta di atomi. La composizione chimica di base è la stessa: siamo fatti di carbonio, idrogeno, ossigeno... come un fiore, un granello di polvere, un pianeta. Siamo pezzi di stelle che contemplano le stelle.

Scriveva il poeta William Blake, in *Auguries of Innocence*:

Vedere il mondo in un granello di sabbia
E il cielo in un fiore di campo,
Tenere l'infinito nel palmo della tua mano,
E l'eternità in un'ora.

Ciò che chiamiamo vita comprende l'infinito movimento di questa enorme estensione di spazio e tempo, con il suo ritmico ciclo di nascita e morte cui tutti siamo soggetti: esseri umani, alberi, stelle... Un movimento che è trasformazione, vibrazione continua. L'energia, la luce, il mare, i pensieri, le orbite dei pianeti: c'è un ritmo vitale alla base di tutto, musica, suono, armonia.