

*“Per essere felici si dovrebbe
solo essere capaci di stare di fronte
(il che significa sperimentare)
alle cose esistenti.”*

UNA NUOVA OTTICA SULLA VITA

DUE REGOLE PER VIVERE FELICI



1. *Essere in grado di sperimentare qualsiasi cosa.*
2. *Causare solamente le cose che gli altri sono in grado di sperimentare con facilità.*

L'Uomo ha sempre avuto molte regole auree. La regola buddista del "Fa' agli altri quello che vorresti fosse fatto a te" è stata ripetuta spesso nelle altre religioni. Ma queste regole auree, benché siano servite ad innalzare l'Uomo al di sopra dell'animale, non hanno invariabilmente prodotto l'equilibrio mentale, il successo o la felicità. Una tale regola aurea fornisce soltanto il punto-causa o, al massimo, il punto-effetto riflessivo. Diventa un qualcosa che uno fa a se stesso e tende ad attribuire tutto ad una causa ossessiva. Non dice cosa si fa nei confronti delle cose che ci vengono fatte da chi non ha ricevuto un tale insegnamento.

Come si affrontano le azioni malvagie che ci vengono fatte? La regola buddista non lo dice. Da ciò derivarono molte risposte casuali. Tra di esse vi sono le risposte della Scienza Cristiana (gli effetti su di sé non esistono), le risposte dei primi cristiani (diventare martire), le risposte dei sacerdoti cristiani (condannare tutti i peccati). Tali risposte agli effetti subiti da una persona generano uno stato mentale un po' meno che sano, per non parlare dell'infelicità.



Dopo che la vostra casa è andata a fuoco e la vostra famiglia è stata cremata, non è di grande consolazione (a) fingere che ciò non sia accaduto, (b) paragonarsi a Giobbe oppure (c) condannare tutti i piromani.

Fintanto che si teme o si soffre per gli effetti della violenza, si avrà violenza. Quando *si è in grado* di sperimentare esattamente ciò che ci viene fatto, oh magia, la cosa non avviene!

Come essere felici in questo universo è un problema che pochi profeti o saggi hanno osato contemplare direttamente. Li vediamo "risolvere" il problema della felicità assicurandoci che l'Uomo è destinato a soffrire. Non cercano di dirci come essere felici, ma come sopportare l'infelicità. Tale presupposto casuale del fatto che la felicità sia impossibile ci ha portato ad ignorare qualsiasi vero esame dei modi per essere felici. Perciò abbiamo proceduto a tentoni verso un traguardo negativo: eliminare tutta l'infelicità dalla Terra per poter avere una Terra su cui fosse possibile vivere. Se si cerca continuamente di eliminare qualcosa, si ammette continuamente di non potervi stare di fronte e così ognuno scende la china. La vita diventa una spirale discendente composta da sempre *più* cose a cui non possiamo stare di fronte. E così, ci siamo incamminati verso cecità e infelicità.

Per essere felici si dovrebbe solo essere *capaci* di stare di fronte alle cose esistenti (il che significa sperimentarle).

L'infelicità è soltanto questo: l'incapacità di stare di fronte a ciò che esiste.

Da qui: 1. Essere in grado di sperimentare qualsiasi cosa.

Il lato "effetto" della vita merita un'attenta considerazione. Anche il lato "causa auto-determinata" merita attenzione.

Creare soltanto gli effetti che gli altri potrebbero sperimentare con facilità ci fornisce una nuova, chiara regola di vita. Poiché se una persona agisce in tal modo, che cosa potrebbe mai fare da dover tenere



poi nascosto agli altri? Non vi è alcuna ragione di tener celate le proprie azioni o provarne rimorso (il che è lo stesso) se tali azioni sono sperimentate dagli altri con facilità.

Questo è un test (ed una definizione) a vasto raggio della buona condotta: fare soltanto le cose che gli altri sono in grado di sperimentare.

Se si esamina la vita di una persona, si scoprirà che è ossessionata soltanto dalle azioni compiute nei confronti di altri che altri non erano in grado di ricevere. Pertanto, la vita di una persona può diventare un guazzabuglio di violenza trattenuta che attira, quindi, la violenza causata da altri.

Più una persona compie azioni che altri non sono in grado di sperimentare, peggiore diventa la sua vita. Riconoscendo di essere stata una cattiva causa o che ci sono già state troppe cattive cause, una persona cessa di causare le cose: un infelice stato di esistenza.

Il dolore, la mis-emozione, l'incoscienza, la pazzia derivano tutti dal causare agli altri cose che essi non sono in grado di sperimentare con facilità.

Quindi sono cattive tutte le azioni che non possono essere sperimentate con facilità all'altro capo della linea.

In base a questa definizione riesaminiamo le nostre "cattive azioni". Quali sono *state* cattive? Sono state cattive soltanto quelle che non potevano essere sperimentate con facilità da un altro. Perciò, *quali* tra le cattive azioni preferite dalla società, sono cattive? Gli atti di vera violenza che producono dolore, incoscienza, pazzia ed una seria perdita potrebbero venir considerati, a questo punto, cattivi. Beh, quali altri vostri atti considerate "cattivi"? Erano cattive le cose che avete fatto e che voi stessi non eravate in grado di sperimentare con facilità. Ma le cose che avete fatto e che voi stessi avreste potuto sperimentare, se fossero state fatte a voi, *non* erano cattive. Questo cambia certamente il punto di vista di una persona!



Non c'è bisogno di condurre una vita violenta solo per provare che si è in grado di fare esperienze. L'idea non è *provare* di essere in grado di fare esperienze, ma riconquistare la *capacità* di fare esperienze

Perciò, oggi abbiamo due regole auree per la felicità:

1. Essere in grado di sperimentare qualsiasi cosa; e
2. Causare solamente le cose che gli altri sono in grado di sperimentare con facilità.

La vostra reazione a quanto sopra vi suggerisce la distanza che dovete ancora colmare.

Se riuscite ad attuare queste due regole auree sarete una delle persone più felici e di successo di questo universo: perché chi mai vi potrebbe dominare con il male?

