

【Yuka-sensei】

Buongiorno a tutti. Grazie di cuore per esservi uniti a noi per la "Riunione di Preghiera in Video" di sabato 22 agosto.

Agosto sta volgendo al termine e, poiché i miei figli torneranno presto a scuola, mi ritrovo piuttosto entusiasta. Ma parlando di cose più serie: quest'estate abbiamo avuto il terremoto a Kumamoto e, la scorsa settimana, le piogge torrenziali nella prefettura di Chiba. Immagino che molte persone stiano ancora vivendo con questo caldo le conseguenze di quei disastri.

In questo momento nel mondo intero stanno sorgendo situazioni di ogni genere e, anche in mezzo ai disastri naturali, sento che il nostro pregare insieme è una forza davvero grande: una forza che trasforma il grande disastro in un disastro minore e che continua a inviare luce, la risonanza della divinità, in quei luoghi. La "Riunione di Preghiera in Video" è, sento, un tempo prezioso in cui tutti i membri della nostra organizzazione possono riunirsi così e inviare le loro preghiere come una sola. Perciò anche oggi, a tutti voi, grazie di essere qui.

【Maki-sensei】

Nella precedente "Riunione di Preghiera in Video", mentre dissolvevamo i confini tra le nazioni, abbiamo offerto preghiere per ciascun Paese del mondo immaginando insieme a tutti voi un mondo in cui quei confini scompaiono. Da allora anche a me sono state date molte ore, in queste due settimane, per riflettere sui confini e sulle frontiere nazionali.

Che cosa significa dissolverli? Qual è il ruolo veramente divino che quelle frontiere e quei confini possiedono? Non esistono senza significato. Sicuramente non sono lì soltanto per approfondire la divisione, per intensificare l'opposizione, per rafforzare la separazione e il conflitto tra sé e l'altro, o tra un Paese e l'altro. Ho continuato a pensare che, man mano che noi stessi approfondiamo ed eleviamo la nostra comprensione di che cosa sia una linea, potremmo scoprire che c'è un ruolo divino contenuto nell'esistenza stessa di quella linea.

Anche nella mia vita, nei rapporti con le altre persone, ci sono stati momenti in cui — per il desiderio di onorare davvero i sentimenti dell'altro, di realizzare ciò che sperava — ho cercato di accogliere quei sentimenti e di dar loro forma anche quando non potevo necessariamente dividerli. In questo senso, queste due settimane sono state per me anche molto dolorose.

Ciò che ho sentito attraverso quell'esperienza è questo: il fatto che esista un confine — fondersi e diventare uno — non significa necessariamente accogliere i desideri dell'altro, esaudirli, fondermi con essi e cambiare i miei stessi sentimenti per realizzarli. Piuttosto, quando c'è una linea, quando c'è distanza, essa mi permette di rispettare sia ciò che io stessa ho a cuore sia ciò che l'altra persona ha a cuore; e anche quando non posso esaudire ciò che desidera, mi permette di continuare a nutrire sentimenti di rispetto, di comprensione, di volerla accogliere. In queste due settimane ho sentito con molta forza che il ruolo di quella linea può essere in realtà quello di impedire che la divinità di ciascuno venga violata, e di far vivere quella divinità.

Tra le molte cose che esistono in questo mondo, non c'è nulla che sia semplicemente cattivo o semplicemente buono, nulla che debba semplicemente essere eliminato, nulla che debba semplicemente essere mantenuto in esistenza o continuato. La questione è piuttosto come possiamo, di fronte a ciò che ci procura un senso di disagio, elevare la nostra prospettiva, collegare la nostra comprensione con la nostra esperienza e guardare di nuovo le cose con occhi nuovi.

La mia comprensione non è ancora arrivata così lontano, perciò temo di non trasmettervi bene ciò

che vorrei dire. Ma il tema dentro di me è questo: non si tratta di giudicare qualcosa come cattivo o buono, come meglio eliminato o meglio conservato.

Lo stesso vale per la Gratitude alla Natura di oggi. Pur pensando che sarebbe davvero meglio se i disastri naturali non accadessero, invece di concludere semplicemente "sarebbe meglio che non esistessero, punto" — quando eleviamo questo a una prospettiva divina, mostrando al contempo la nostra determinazione a tendere la mano con tutte le forze e a restare accanto a chi viene ferito da tali eventi —, non è semplicemente "meglio che non esistessero, punto". Anche dentro gli eventi stessi — come dice lo scritto che Goi-sensei ci ha donato oggi — tutto è un processo che fa evolvere l'umanità verso la divinità. Mantenere quell'ampiezza mentre si affronta ogni cosa: questo, sento, è qualcosa a cui tengo molto nella mia vita in questo momento.

È da tutto questo che è nato il programma speciale di oggi. Ancora una volta, sarei felicissima se potessimo condividere insieme a tutti voi la nostra comprensione di questo, e la sensazione viva che sorge dentro di noi mentre preghiamo. Grazie di essere con noi oggi.

【Rika-sensei】

Ascoltando ora le parole di Maki-sensei, c'è molto che sento allo stesso modo. Quando penso che l'apparenza che svanisce e la Preghiera per la Pace nel Mondo siano proprio la via dell'evoluzione e della creazione dell'umanità, è perché la divinità da sola, la luce da sola, non giunge del tutto alla nuova creazione, all'evoluzione e alla creazione dell'umanità. In un certo senso, quando si aggiunge la reazione dell'apparenza che svanisce, il fondamento che sta sotto — la divinità, oppure lo spirito e la spiritualità del fondersi con tutte le cose, come in "Che la pace regni sulla Terra" — la parola di preghiera che lo sostiene dal profondo prende vita e affiora. In un certo senso, ho sentito che questa coppia formata dall'apparenza che svanisce e da "Che la pace regni sulla Terra" compie un'opera davvero grande nell'evoluzione e nella creazione dell'umanità.

Il 17 agosto, anniversario della scomparsa di Goi-sensei, noi tre abbiamo offerto la preghiera al Santuario Fuji. Abbiamo formato un triangolo e, quando tutte e tre ci siamo collegate direttamente con Goi-sensei, qualcosa come una grande colonna di luce di Goi-sensei è scesa dolcemente al centro. La via e la preghiera che Goi-sensei ci ha lasciato e a cui continua a collegarci — e tutto: la natura, Dio, tutto ciò da cui ci eravamo divisi e separati — si fondono attraverso questa parola di preghiera. Quella via è già tracciata, e noi stiamo in testa, con il permesso di pregarla giorno per giorno nella vita quotidiana. Per quest'opera, e per la preziosa missione che ci è data di vivere, ho offerto la mia più profonda gratitudine.

E così anche oggi, questa via che Goi-sensei ha aperto e che Masami-sensei ha portato avanti fino alla Scintilla Divina — accogliendo saldamente quella corrente e con il cuore colmo di gratitudine — spero che possiamo inviare una preghiera profonda anche alle apparenze che svaniscono che stanno emergendo in tanti luoghi della natura. Grazie di cuore.

<Spiegazione di Yuka-sensei in inglese>

【Yuka-sensei】

Bene, allora, cominciamo con la preghiera. Grazie di cuore.

<Preghiera per la Pace nel Mondo>

【Rika-sensei】

Passiamo al programma principale. Come Maki-sensei ha detto poco fa, oggi vorremmo offrire la Gratitude alla Natura insieme a tutti voi.

Come sempre, cominceremo con una lettura, affinché tutti voi possiate accogliere pienamente nel cuore le parole di Goi-sensei, e poi offriremo la Gratitude alla Natura. Se il modo in cui vediamo la natura e il modo in cui ci relazioniamo con essa si trasformano poco a poco dentro di noi, credo che la nostra preghiera si approfondirà ancora di più.

Oggi leggerò da "La Natura—Il Rotolo Illustrato della Grande Vita, Volume 1", un libro di Goi Masahisa-sensei. Da pagina 36 di questo libro leggerò il testo intitolato "Per l'evoluzione dell'umanità". Vi prego di ascoltare.

<Lettura di "Per l'evoluzione dell'umanità" di Goi-sensei>

Per l'evoluzione dell'umanità

Masahisa Goi

Contemplando il cielo della stagione delle piogge, guardando gli alberi del giardino ondeggiare nel vento, comincio a sentire che il cuore del vento è cupo e triste. Eppure sotto un cielo d'estate, con il sole che batte forte, quello stesso cuore diventa luminoso e rinfrescante, e il cuore del vento si fa vivido e pieno di vita.

Il cuore umano passa nel vento, o è il cuore del vento a passare in noi? All'interno della vita umana, i movimenti del cuore del vento hanno un'influenza considerevole. L'esempio più chiaro di questo è il tifone. Il tifone infonde paura negli esseri umani e distrugge le loro vite.

Assumendo il proprio ruolo nella volontà della grande Natura, che cerca di far evolvere ulteriormente il cuore umano, il vento continua a operare. Eppure, per il vento, distruggere vite umane è cosa dolorosa.

La volontà di Dio opera sempre nel desiderio dell'evoluzione dell'umanità. Se non continua a evolversi, l'umanità perderà un giorno il valore stesso della propria esistenza. In questo momento, l'umanità sta percorrendo il cammino della sua più grande evoluzione. Quanto più grande è l'evoluzione, tanto più severa è la sofferenza che essa comporta. Tutte le varie abitudini e i modi di vivere che appartenevano alle fasi precedenti, non evolute, devono essere cancellati e gettati via del tutto. È in mezzo a quell'angoscia che l'umanità si trova ora. Quelle apparenze che svaniscono sono affiorate alla superficie della vita umana, e il mondo è colmo di cose brutte e stolte: di quelle che feriscono il cuore delle persone sensibili e fanno loro aggrottare le sopracciglia.

I terremoti, i tifoni, tutti i fenomeni della natura: ognuno di essi è un fenomeno prodotto dalla volontà delle divinità, al fine di estinguere e purificare le cattive abitudini del passato non evoluto dell'umanità. Se desideriamo sfuggire a tali calamità, l'umanità deve porre il proprio cuore in accordo con la legge dell'evoluzione prima che simili sconvolgimenti del cielo e della terra accadano.

La legge dell'evoluzione è questa: diventare uno con la volontà di Dio, così come Shakyamuni, Laozi e Cristo hanno insegnato fino in fondo, per quanto le loro parole fossero diverse. Un cuore in armonia con la totalità del grande universo, con la totalità della grande Natura: questa dovrebbe essere la prima cura del cuore umano. Tanto nella pioggia quanto nel vento opera la volontà delle divinità per l'evoluzione dell'umanità.

Se cade la pioggia, diventa il cuore della pioggia;
se soffia il vento, fonditi nel vento e vivi.

All'interno della Preghiera per la Pace nel Mondo, prego per la grande armonia con tutto ciò che è.

Grazie di cuore. Bene, Maki-sensei, a te la parola.

【Maki-sensei】

Ogni singola parola di Goi-sensei trabocca di profonda saggezza. Nel tempo che segue, tornando lentamente alle parole di Goi-sensei, vorrei che entrassimo nel programma speciale, la "Gratitudine alla Natura".

Per prima cosa, vorrei che rivolgessimo il cuore alle parole di Goi-sensei che Rika-sensei ci ha letto: "Il cuore umano passa nel vento, o è il cuore del vento a passare in noi? All'interno della vita umana, i movimenti del cuore del vento hanno un'influenza considerevole".

Perciò, per favore, chiudete lentamente gli occhi e respirate molto, molto piano. Inspirate lentamente ed espirate lentamente. Continuate a respirare in silenzio.

Con gli occhi chiusi, continuando a respirare, vi prego di ascoltare. Questo respiro è qualcosa che tutti facciamo nella vita quotidiana senza fermarci a pensarci: un atto del vivere che diamo per scontato. Eppure, anche in questo semplice atto del respirare, sentite che non siamo qualcosa di completo in noi stessi, e continuate a inspirare ed espirare lentamente.

Riceviamo come aria l'ossigeno che gli alberi e le piante producono per noi. E c'è l'acqua che sostiene quegli alberi, e il sole, e la terra, e la pioggia. Ci sono innumerevoli vite. Anche solo prendendo un unico respiro come questo, posso ricordare che oggi, e in questo preciso istante, sono un essere tenuto in vita dalla natura.

E non solo il nostro respiro: se risaliamo alle cose che compongono il nostro corpo, possiamo arrivare a comprendere che tutto ciò lo riceviamo dalla natura. L'acqua che scorre dentro il nostro corpo, il nutrimento che costruisce il nostro corpo, l'energia che muove questo corpo fisico: tutto ciò è ricevuto dalla natura, e in questo preciso istante siamo tenuti in vita dalla natura.

Più che comprenderlo con la testa, vorrei che sentiste con il corpo la sensazione di essere tenuti in vita. Attraverso il respiro, vi prego di ricordare quella sensazione. E collegandovi al fatto che siamo esseri tenuti in vita, spero che vi colleghiate al sentimento di gratitudine che sgorga e trabocca.

Il sentimento di "grazie" che trabocca quando rivolgiamo la nostra consapevolezza ai legami che stiamo sentendo. Alle benedizioni della natura — il sole, l'acqua, la terra, l'aria, le piante e tutta la vita — e alla nostra stessa vita, vorrei che rivolgeste quel sentimento di "grazie". Grazie di cuore.

Proprio ora, all'interno della risonanza della gratitudine, abbiamo sentito nel corpo e attraverso la nostra stessa esperienza che siamo esseri tenuti in vita.

Ora vorrei che rivolgessimo la nostra consapevolezza alle parole di Goi-sensei: "La volontà di Dio opera sempre nel desiderio dell'evoluzione dell'umanità" e "In questo momento, l'umanità sta percorrendo il cammino della sua più grande evoluzione".

Quando ho letto queste parole, ciò che ho pensato è stato questo: forse i vari disastri naturali che accadono ora sulla Terra non cercano di distruggere l'umanità; forse possiamo guardarli dalla prospettiva dell'opera della grande Natura, che davvero cerca di condurre l'umanità verso una grande evoluzione.

Siamo rapiti dalle bellissime benedizioni che la natura ci dona e dalla grandezza della natura, e ci è relativamente facile rivolgere gratitudine verso questo. Ma quando vediamo il lato severo che la natura talvolta ci mostra, ho pensato che rivolgere gratitudine verso quello sia senz'altro piuttosto difficile.

E in tali momenti, non credo che ci sia alcun bisogno di costringerci a provare gratitudine.

Soltanto, come dice Goi-sensei, ho voluto non dimenticare che, di fatto, le opere della natura — sia

nella bellezza sia nella severità — hanno dietro di sé una grande intenzione che cerca di produrre la nostra evoluzione e creazione, e che lì è presente una forza di divinità.

In una prospettiva lunga — il movimento dell'universo — vi sono le molte opere della natura che l'umanità ha affrontato finora: terra nuova nata dall'attività vulcanica, montagne nate dai movimenti della crosta terrestre, la pioggia che inumidisce la terra e le piene dei fiumi che arricchiscono ogni sorta di microrganismi nel suolo.

Di tali grandi opere possiamo comprendere questo: "Quando rivolgiamo i nostri pensieri all'opera immensa, immensa, e lasciamo che il nostro cuore si accosti all'intenzione dell'universo, scopriamo che perfino gli eventi che istante per istante appaiono come distruzione o si avvertono come terrore portano in sé un'opera che cerca di far germogliare il seme della divinità".

Dico questo perché credo che assomigli molto all'accumularsi di "l'apparenza che svanisce e l'opera della divinità" di cui ho parlato all'inizio del discorso di oggi.

Non vi sarà forse una grande opera della divinità, un'intenzione di evoluzione, che non può essere colta con la misura umana del bene e del male? Solo quando rivolgiamo là il nostro sguardo possiamo davvero accogliere il senso reale delle parole che Goi-sensei ha messo per iscritto nel testo che abbiamo ascoltato oggi: "La volontà di Dio opera sempre nel desiderio dell'evoluzione dell'umanità" e "In questo momento, l'umanità sta percorrendo il cammino della sua più grande evoluzione".

Eppure, ciò a cui soprattutto tengo è questo: pur comprendendo che esiste questa grande opera della natura, non c'è alcun bisogno di costringerci a pensare "c'è un senso in questo" oppure "anche questa è una benedizione" riguardo al dolore e alla tristezza che riceviamo attraverso di essa.

Questo, credo, è lo stesso che dire: quando un'apparenza che svanisce si presenta davanti a noi, non c'è alcun bisogno di rendere qualcosa che non è mai accaduto la tristezza, l'ansia e la paura che riceviamo attraverso di essa. Quando sorge questa apparenza che svanisce, invece di negare l'ansia e la paura che vi si trovano, pur sentendo quell'apparenza che svanisce, allo stesso tempo sarebbe bene poter tenere in un angolo della mente che c'è un sé divino, una possibilità divina, una capacità infinita che sta cercando di nascere da essa.

Quando accade un disastro naturale, affrontiamo al massimo quella paura e quell'ansia; e quando ci sono paura e ansia, proviamo gratitudine per la vicinanza degli altri, restiamo il più vicino possibile a chi ha paura, tendiamo le mani, offriamo le nostre preghiere.

Questa è la capacità di empatia che abbiamo come esseri umani, la forza di stare accanto agli altri. Pur tenendo caro quel desiderio di "fare in qualche modo qualcosa", non si tratta di negare il fenomeno; piuttosto, se possiamo, cerchiamo di rivolgere lo sguardo anche all'opera della divinità che sta nel profondo di quel fenomeno.

Qualunque apparenza che svanisce stia accadendo, voglio continuare a nutrire un cuore che ha la certezza, che crede, che la corrente della divinità e l'opera della divinità nel suo profondo non vanno mai perdute.

E così, pregare perché siamo in ansia è un modo di essere; ma pur essendoci l'ansia, mettendo quell'ansia da parte, tenendo la convinzione che "tutto è perfetto", "la mia divinità non va perduta in nessuna situazione", "la mia perfezione non va perduta in qualunque circostanza", "la perfezione della Terra e la perfezione dell'universo non vanno perdute per quanto si dispieghi davanti ai nostri occhi" — e, con quella convinzione, guardare l'apparenza che svanisce e pregare.

Quella preghiera, credo, è proprio la parola di preghiera che ci è tanto cara: "Che la pace regni sulla

Terra".

E così ancora una volta, tornando alle parole di Goi-sensei — "La volontà di Dio opera sempre nel desiderio dell'evoluzione dell'umanità", "In questo momento, l'umanità sta percorrendo il cammino della sua più grande evoluzione" — e ricordando che ciò che appare davanti a noi non è tutto ciò che esiste, vorrei di nuovo, insieme a tutti voi, riportare il nostro cuore alla divinità dell'essere umano nel profondo dell'apparenza che svanisce, alla divinità dell'umanità, alla divinità nel profondo della confusione, alla divinità nel profondo della tristezza, alla divinità che è presente anche quando ci troviamo davanti al volto feroce della natura — che forse in quell'istante non riusciamo a comprendere —, alla divinità della grande Natura nel profondo, e offrire la Gratitudine alla Natura insieme a tutti voi. Le diapositive, per favore.

Mentre offriamo questa Gratitudine alla Natura, lo dirò di nuovo: mentre riportiamo più e più volte l'apparenza umana che svanisce dentro la Preghiera per la Pace nel Mondo, allo stesso tempo allineiamo il nostro cuore con la divinità che sta nel profondo: la divinità del mare, della terra, delle montagne, dell'acqua, delle piante, degli animali e della Terra stessa. Offrendo così la Gratitudine alla Natura, ciascuno di noi ritorna, attraverso questa offerta di gratitudine, nella vera grande armonia. E l'umanità si collega a questo. Con questi pensieri vorrei offrire questa gratitudine insieme a tutti voi. Cominciamo.

<Gratitudine alla Natura>

Prendendoci un po' di tempo nel silenzio, vorrei che ciascuno di voi si collegasse dentro di sé a un profondo sentimento di gratitudine verso tutta la natura.

Nell'offrire la Gratitudine alla Natura, l'abbiamo offerta come chi ringrazia la natura, come chi vede la divinità della natura e vi si collega.

Ora, per ultimo, seguendo le parole di Goi-sensei — "Se cade la pioggia, diventa il cuore della pioggia; se soffia il vento, fonditi nel vento e vivi" —, se piove, invece di essere colui che guarda la pioggia, diventa il cuore della pioggia. Se soffia il vento, invece di essere colui che sente il vento, fonditi nel vento. Vorrei prendermi un po' di tempo per rivolgere la nostra consapevolezza a questo.

Non soltanto come chi offre gratitudine, ma nutrendo il sentimento che "io sono uno con la natura": con questo, torniamo al respiro che abbiamo fatto all'inizio.

Vi prego di chiudere gli occhi e di respirare lentamente. Inspirate lentamente. Mentre inspirate, la grande Natura entra dentro di me. E poi espirate. Mentre espirate, io entro dentro la grande Natura.

Mentre inspiro, la grande Natura entra dentro di me; mentre espiro, io entro dentro la grande Natura. Attraverso il respiro, il confine tra la natura e me si dissolve poco a poco. Il confine tra me e la natura si dissolve piano, piano. E mentre si dissolve, dove finisco io e dove comincia la natura?

L'acqua che scorre nel mio corpo era un tempo acqua che ha percorso la pioggia, il vento e il mare. L'aria che ora inspiro è aria che ha circolato insieme alle piante, al mare e a innumerevoli vite. E l'aria che espiro si collega di nuovo alle piante, al mare e a innumerevoli forme della natura, e continua a fare la natura. Attraverso il respiro, io non sono un essere separato dalla natura. Sono una parte della natura, e la natura è a sua volta una parte di me; la natura è dentro di me. Attraverso il respiro, in silenzio, sentendo questa sensazione, sentendomi dissolvere nella natura, vi prego di continuare a respirare. Grazie di cuore.

Alla fine del suo scritto, Goi-sensei ha scritto: "All'interno della Preghiera per la Pace nel Mondo, prego per la grande armonia con tutto ciò che è". E penso che questa "grande armonia con tutto ciò che è" di cui parla Goi-sensei sia forse esattamente ciò che stiamo sentendo dentro di noi e

dentro tutti voi in questo momento: il confine tra la natura e me che si dissolve poco a poco, e la figura di sé che esiste insieme a tutto questo — il proprio essere, e l'essere della persona che ci sta davanti.

Ora, per ultimo, sentendo che questo è ciò che significa che tutto esiste come un'unica Grande Vita, come un'esistenza divina, vorrei che formassimo il Mudra Divine Spark IN una volta insieme a tutti voi, e concludessimo così questo programma speciale.

"La natura e io non siamo separati". "Io e le persone attorno a me non siamo separati". "All'interno della risonanza della divinità, tutte le cose sono collegate tra loro".

Tornare alla divinità significa tornare al sé che è collegato con tutto questo. Con questo pensiero, formiamo il Mudra Divine Spark IN.

<Il Mudra Divine Spark IN, una volta>

【Maki-sensei】

Grazie di cuore. Mi piacerebbe molto ascoltare anche Yuka-sensei e Rika-sensei su ciò che hanno sentito nelle parole di Goi-sensei. Yuka-sensei, ci sei?

【Yuka-sensei】

Mentre ascoltavo i vari discorsi e le spiegazioni di Maki-sensei, mi sono ritrovata a sentire questo: come esseri umani, in mezzo a un disastro c'è naturalmente il sentimento della paura; ma nel profondo di quel fenomeno c'è qualcosa che desidera l'evoluzione dell'umanità, e voglio essere una persona capace di cogliere quella verità nell'istante e di vederla.

Mi dispiace che questo sia un po' lungo, ma in questo momento ho avviato un canale YouTube in inglese e, insieme a un team, stiamo realizzando video per YouTube.

Proprio ieri, per caso, stavamo intervistando il signor Takeuchi, un membro veterano di Byakko. È stato uno scambio in giapponese, e ci ha raccontato che Goi-sensei aveva detto: "L'Aikido e Byakko sono in realtà le due ruote di uno stesso carro".

Partendo da lì, ascoltando il signor Takeuchi — che ha lavorato a Byakko per più di sessant'anni continuando l'Aikido per più di cinquanta —, un'ora e mezza è volata in un attimo.

Il suo racconto è stato davvero uno scrigno di saggezza. Credo che ora lo staff del nostro team si arrovererà su come trasformarlo in un video di circa dieci minuti per il canale YouTube in inglese. Non so in quale forma uscirà nel mondo, ma è stato tale che ho davvero desiderato che anche i membri in Giappone potessero vederlo.

In quel racconto ha detto che la primissima presentazione, quando Goi-sensei e Ueshiba-sensei si incontrarono, fu: "Io sono l'universo". Quando Ueshiba-sensei disse "Io sono l'universo", Goi-sensei rispose: "Anch'io sono l'universo". Così, a quanto pare, i due si presentarono al loro incontro.

Il motivo per cui ne parlo è che la parola chiave emersa da quel discorso sulle due ruote è stata "un cuore vivo e vibrante e la grande armonia". Proprio perché sia Ueshiba-sensei sia Goi-sensei tenevano tanto a questo, Goi-sensei disse che Byakko e l'Aikido sono due ruote dello stesso carro.

Approfondendo il discorso, il signor Takeuchi ci ha raccontato qualcosa che solo chi ha praticato Aikido così a lungo può raccontare: che quando due praticanti di Aikido si affrontano, ci sono momenti in cui, senza alcuna percezione di ciò che è accaduto, ci si ritrova semplicemente atterrati.

Ma pare che, se ci si affronta pensando "lo batterò" oppure "farò questo", separandosi dall'avversario, non si possa mai sperimentare quello stato.

È qualcosa che solo chi l'ha sperimentato può conoscere; ma il suo racconto — che quando ti affronti con qualcuno che ha superato quello stato, o quando entrambi siete in quello stato, tutto finisce in un istante, come se il momento dello scontro non fosse mai avvenuto — mi ha colpita profondamente, e ho sentito che si collega fortemente con "un cuore vivo e vibrante e la grande armonia".

Ciò che volevo dire è che, a quanto pare, quando si pensa "lo batterò" oppure "farò questo", non si può mai raggiungere quello stato.

Così anche in un disastro, quando diciamo "devo proteggermi", "devo fare qualcosa", "io, io", ho pensato che veniamo enormemente separati dallo stato vivo e vibrante del cuore che è nel profondo, e dalla grande armonia.

Anche il signor Takeuchi diceva che, alla domanda "come si elimina il pensiero dell'io?", la risposta è che è bene vivere immersi nella risonanza della gratitudine verso i nostri Guardiani, con lo stato d'animo che "i nostri Spiriti Guardiani e le nostre Divinità Guardiane ci proteggono sempre".

Allora non si tratta più che io faccia qualcosa al riguardo; piuttosto, si giunge a uno stato di affidamento alla volontà di Dio, sentendo "sono protetta da tutto, quindi va bene così". Che sia nell'Aikido o in mezzo a un disastro, ho sentito che per me è proprio la presenza dei nostri Spiriti Guardiani e delle nostre Divinità Guardiane a diventare il ponte.

I pensieri di ansia e di paura nascono nel momento in cui pensiamo di dover fare qualcosa da soli. Ma le divinità sono magnifiche. Le divinità desiderano l'evoluzione dell'umanità. Dicono: "Tutto è amore".

Guardando me stessa ora, in quello stato, ho pensato: "Qui c'è la legge dell'evoluzione", "Qui sono una cosa sola con la volontà di Dio".

Quando i nostri Spiriti Guardiani e le nostre Divinità Guardiane ci proteggono sempre, e ci collochiamo non in "devo fare qualcosa", "devo superare questo", "devo proteggermi", ma nel cuore della grande armonia che dice "qualunque cosa accada, va tutto bene", allora a noi accade la stessa cosa del racconto sull'Aikido.

Proprio come in quel racconto tutto era finito prima ancora che ci fosse memoria di essere stati atterrati, così anche diventa uno stato in cui, in un istante, senza avvertire lì alcuna opposizione né alcun attrito, si pensa: "Ma come, che cosa è appena successo?".

Non ho potuto dimenticare il racconto che me ne ha reso consapevole, e per questo ve l'ho condiviso. Una volta entrati nella risonanza della grande armonia, possiamo attraversare ogni cosa in un istante, nella grande armonia.

Poiché il caso ha voluto che facessi quell'intervista proprio ieri, ho intrecciato qui quel racconto. Per non dimenticare che nel profondo del mondo visibile c'è un'opera che desidera l'evoluzione dell'umanità e cuori vivi e vibranti, ho sentito che voglio restare collegata alle Divinità e agli Spiriti Guardiani. Mi sono dilungata, ma grazie di cuore ancora per oggi.

【Maki-sensei】

Ascoltando questo ora, ho sentito ancora una volta che la paura e l'ansia sono segnali che ci dicono che la nostra consapevolezza si è separata dalle Divinità e dagli Spiriti Guardiani.

In origine viviamo insieme ai nostri Spiriti Guardiani e alle nostre Divinità Guardiane; siamo tenuti in vita dalla divinità e ci è concesso di fare esperienze di ogni genere.

Ma quando sorgono l'ansia e la paura, dimentichiamo quel legame oppure ne restiamo separati; e

ho pensato che questo sia un segnale che la nostra consapevolezza è rivolta soltanto al sé che in qualche modo è rimasto separato da lì.

Ascoltando quel racconto, ho sentito di nuovo quanto sia importante tornare al luogo in cui si sa che siamo davvero protetti dai nostri Spiriti Guardiani e dalle nostre Divinità Guardiane, e approfondire la preghiera di ogni giorno.

Anche se, quando accade all'improvviso qualcosa di grande, non riusciamo ad arrivare subito, lì sul momento, a "sono collegata ai miei Spiriti Guardiani e alle mie Divinità Guardiane, e sono in pace e serenità", non dobbiamo colpevolizzarci. Rivolgendo di continuo la gratitudine ai nostri Spiriti Guardiani e alle nostre Divinità Guardiane a partire dalle piccole cose della vita quotidiana, quando accadrà qualcosa di davvero grande potremo giungere allo stato d'animo di vivere in modo vivo e vibrante, nella grande armonia.

Io stessa l'ho praticato solo un poco, ma l'allenamento quotidiano dell'Aikido è davvero costante e poco appariscente, e nel processo dell'allenarsi non si vede come questo allenamento si collegherà a quell'esperienza.

Ma si continua ad allenarsi da soli quando non accade nulla. Così facendo, alla fine si diventa capaci di esprimere di essere collegati a ciò che è grande.

Poter, trovandosi davanti a un'altra persona, far scomparire la coscienza dell'io e agire collegati a ciò che è grande: questo, ho sentito di nuovo mentre ascoltavo, è possibile soltanto perché ciascuno si è elevato in quel modo attraverso i propri giorni. Grazie di cuore.

【Rika-sensei】

È stato meraviglioso. Davvero, ascoltando Yuka-sensei, ho sentito che non si tratta di sforzarsi con tensione per proteggere o cancellare qualcosa da soli; piuttosto, vivere con la sicurezza che le Divinità e gli Spiriti Guardiani lo fanno al posto nostro, e con un cuore di totale affidamento: è questo che mantiene tutto in circolazione e in scorrimento senza intoppi.

E così tutto è condensato nelle parole di preghiera "Che la pace regni sulla Terra", "Grazie, Spiriti Guardiani", "Grazie, Divinità Guardiane".

All'inizio vi arriviamo pensando: "Che belle parole". Ma la profondità delle parole della Preghiera per la Pace nel Mondo che preghiamo giunge fino alla vera grande purificazione del Dio Universale, all'evoluzione e alla creazione: a quel grande movimento dell'universo.

E così, con "Il cuore umano passa nel vento, o è il cuore del vento a passare in noi?", è un'opera a due facce, in cui non si può sapere quale sia quale. A volte, perfino là dove dice "vento", io lo interpreto come "Dio".

Quanto a "Il cuore umano passa in Dio, o è il cuore di Dio a passare in noi?", noi siamo entrambe le cose; operiamo su entrambi i lati insieme.

La natura, tutti gli esseri viventi e l'umanità sono tutti dissolti nel grande universo, e alla loro origine stessa scorre quell'unica riga di preghiera: "Che la pace regni sulla Terra".

Oggi ho sentito davvero che siamo tenuti in vita all'interno di un'evoluzione e di una creazione così perfette, e sono stata felicissima di poter avere di nuovo la sensazione e l'immagine della natura che è dentro di me e della natura che è fuori che interagiscono tra loro. Grazie di cuore.

【Yuka-sensei】

Grazie di cuore. Bene, passiamo allora agli annunci.

<Annunci>

【Rika-sensei / Yuka-sensei】

Grazie di cuore. È stato un tempo meraviglioso anche oggi.

E a tutti voi, buona giornata. Che la pace regni sulla Terra. Grazie di cuore.

Questo è tutto.