

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

4
2016

VOL. 127

RIFLESSIONI DEL FONDATORE

Le persone con le quali non andate d'accordo sono preziose

Se non vi fidate di nessuno non riuscirete a svolgere davvero nessun lavoro nella società. Questo perché se non vi fidate degli altri, gli altri non riusciranno a fidarsi di voi. Le persone attorno a voi sono il vostro tesoro più prezioso.

Aprile è il mese dei nuovi inizi. Ci sono dei giovani che fanno i loro primi passi nella società degli adulti, o persone che vanno a occupare nuove posizioni sul posto di lavoro, imbattendosi in ogni tipo di persona in ogni circostanza e facendo incontri di ogni genere. Ciò che è importante è che vi asteniate dal decidere ciò che vi piace o meno in base a dei preconcetti. Negli ultimi anni, in particolare, i giovani hanno il forte desiderio di vivere la propria vita in modo confortevole, tendendo a limitarsi a vivere solo le situazioni piacevoli. Tuttavia, se vi costruirete un ambiente fatto solo di persone con le quali andate d'accordo, finirete

col perdere la capacità di uscire dalla vostra zona di comodità.

A volte gli esseri umani si imbattono in ostacoli difficili da sormontare e, raccogliendo tutte le loro forze, riescono a sperimentare una crescita nelle loro idee e nella loro energia.

Il Buddha è nascosto dietro le persone che vi urtano con i loro modi, con le loro facce arrabbiate e con le loro osservazioni sgradevoli. Nell'incontrare le persone è importante che accogiate ognuno con un sorriso e che li salutate energicamente, con voce allegra. Anche solo praticando in questo modo vedrete che il vostro ambiente cambierà completamente.

From *Kaisozuikan* 8 , pp. 136-137

Living the Lotus Vol. 127 (Aprile 2016)

Edizioni: Rissho Kosei-kai International Fumonkan,
2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, 166-8537
Giappone

TEL: +81-3-5341-1124

FAX: +81-3-5341-1224

Email: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Capo redattore: Shoko Mizutani

Redattore: Shizuyo Miura

Traduttori: Nicola Tini, Sara Saladino,
Koichi Kawamoto

Staff editoriale di RK internazionale

La Rissho Kosei-kai è un'organizzazione buddhista laica la cui scrittura principale è il Triplice Sutra del Loto. È stata fondata nel 1938 da Nikkyo Niwano e Myoko Naganuma, che sono rispettivamente rispettati come Fondatore e Cofondatrice. L'organizzazione è composta da persone ordinarie, uomini e donne, che hanno fede nel Buddha e che si adoperano per arricchire la loro spiritualità applicandone gli insegnamenti nella vita quotidiana. Sia come comunità locali che a livello internazionale, sotto la guida del Presidente Nichiko Niwano, siamo molto attivi nella promozione della pace e del benessere attraverso attività umanitarie e cooperazione con altre organizzazioni.

Il titolo, Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life, vuole esprimere la nostra fiducia nello sforzo di praticare gli insegnamenti del Sutra del Loto nella vita quotidiana, per arricchire e rendere le nostre vite più meritevoli, come i fiori del loto che sbocciano nello stagno fangoso. L'edizione online vuole rendere il Buddhismo più praticabile nella vita delle persone di tutto il mondo.

GUIDA DEL PRESIDENTE NIWANO

VOI, IO – TUTTI NOI SIAMO DEI BUDDHA

di Nichiko Niwano
Presidente della Rissho Kosei-kai



Gli esseri viventi e il Buddha sono un'unica cosa

Quando osserviamo la ricorrenza della nascita di Shakyamuni, l'8 aprile di ogni anno, scaldati dal sole primaverile versiamo del tè dolce sulla statua del Buddha bambino, consacrata nell'hanamido (l'altare di fiori), e celebriamo così la nascita del Buddha Shakyamuni.

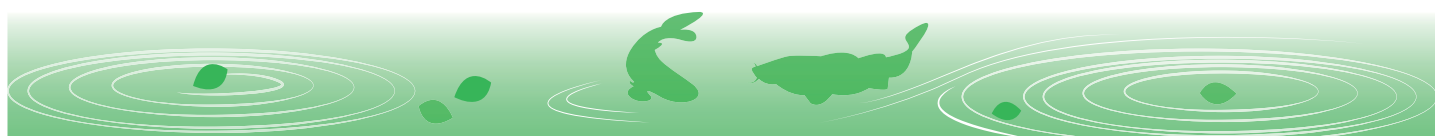
In questa occasione, molte persone rinnovano il proprio voto di impegnarsi a essere più simili al Buddha.

In queste circostanze, tuttavia, può succedere di pensare che il divario fra sé stessi e il Buddha sia talmente grande, che diventare un buddha sia una meta troppo distante. Potreste pensare che per quante buone azioni voi facciate, non potrete mai vivere la vostra vita in modo costantemente saggio e compassionevole come Shakyamuni.

“Gli esseri viventi sono intrinsecamente dei buddha. È proprio come l'acqua e il ghiaccio. Non ci può essere ghiaccio senz'acqua, e se non fosse per gli esseri viventi non ci sarebbero buddha”. Questi versi appaiono nello Zazen wasan (Lode alla meditazione seduta), composto dal maestro Zen Hakuin (1685-1768). Hakuin voleva dire che gli esseri viventi e il Buddha sono un'unica entità. In altre parole, dal momento che gli esseri viventi e il Buddha sono essenzialmente un'unica cosa, non ci sono buddha al di fuori degli esseri viventi.

Inoltre, il Venerabile Mumon Yamada (1900-1988), della scuola Zen Rinzai, disse che il verso “Gli esseri viventi sono intrinsecamente dei buddha”, è il principio fondamentale del Buddha Dharma. Disse inoltre: “Se comprenderai davvero questo verso, allora non sarà esagerato dire che hai davvero afferrato il Buddha Dharma nella sua interezza”. Nel corso di molti anni può essere che, in un certo senso, molte persone abbiano usato un metodo dopo l'altro per trasmettere questo concetto, finendo con l'aggiungere strati su strati di guide e di insegnamenti.

Normalmente, noi crediamo: “Io sono solo una persona ordinaria, molto diversa dal Buddha”, oppure che le persone ordinarie e il Buddha sono completamente diversi e separati, e diamo per certo che non potremo mai diventare dei buddha. Ma non è così che stanno le cose. Il nostro cuore si addolcisce quando sorridiamo e salutiamo calorosamente le persone; si spezza quando veniamo a sapere del dolore o della sofferenza di qualcuno; e infine ci sentiamo felici quando vediamo il viso di qualcun altro che esprime felicità. Queste reazioni



sono proprio la prova che noi esseri viventi e il Buddha siamo un'unica entità e che le persone ordinarie come noi e i santi non sono due entità separate. La nostra pratica quotidiana mira a seguire sempre la Via basandosi su questa comprensione.

Conosci il tuo vero sé

Perciò i buddha sono persone che hanno compreso di essere dei buddha, e questo significa che hanno compreso la sacralità della loro stessa vita e che hanno conosciuto il loro vero sé.

Tuttavia, proprio come ci insegna Shakyamuni, “Tutti gli esseri viventi possiedono la saggezza e i segni virtuosi del Tathagata, ma non se ne rendono conto a causa delle loro illusioni e dei loro attaccamenti”. È per questo che non siamo in grado di liberarci dalle nostre catene.

A tale proposito, un prete Zen di tanto tempo fa era solito usare il metodo seguente per ricordare a sé stesso che lui e il Buddha erano uno. Si rivolgeva a sé stesso e diceva: “Hey, maestro”, e si rispondeva dicendo: “Sì, signore?”.

Poi continuava: “I tuoi occhi sono aperti?”

“Sì, lo sono”

“Non perdere di vista il tuo vero sé”

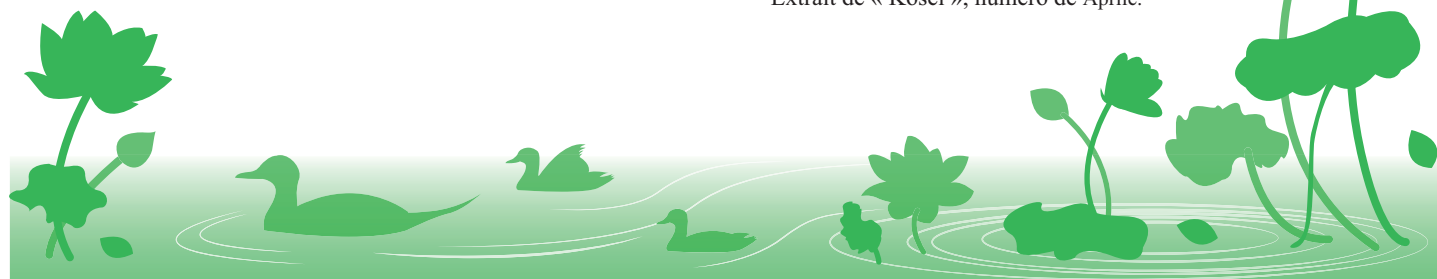
“Va bene, non lo farò”.

Un poema buddhista recita: “Non pensare che la luce arrivi quando le nuvole si disperdono, perché la luna è sempre alta e splendente nel cielo”. Questo ci insegna che quando le nuvole dell'illusione e dell'attaccamento vengono spazzate via dalla nostra mente, noi diventiamo pienamente coscienti della nostra luce interiore.

Parlando personalmente, nel mio caso io mi rivolgo a me stesso chiamandomi: “Hey, Nichiko” e mi rispondo per incoraggiare la mia auto-realizzazione. È divertente provare a usare questo genere di pratica. Come si legge nell'espressione “I semi della buddhità germogliano attraverso le connessioni karmiche”, potete sentirvi felici quando ascoltate le parole gentili e di incoraggiamento che vengono dai membri del sangha (gli amici nella fede), come quelle che vengono pronunciate durante gli hoza, ad esempio, entrando così in contatto con quella gentilezza e serenità che non trovate in voi stessi. Questo succede perché la vostra natura-di-buddha sta reagendo a quelle parole. In un certo senso, ciò avviene perché un buddha sta predicando il Dharma a un altro buddha, e assieme stanno cercando la Via. Nelle parole del maestro Zen Ryokan (1758-1831), “Tutti gli esseri viventi partecipano della medesima unità, come fanno le persone ordinarie e i santi, e tutti hanno la natura-di-buddha. Quando rendi omaggio a tutti gli esseri viventi come se fossero intrinsecamente il corpo-di-buddha, allora diventi una persona che si sta avvicinando a diventare un buddha”.

Conosci il tuo vero sé. Comprendi che gli esseri viventi e il Buddha sono uno. Queste cose formano il tema delle nostre vite. Così come la Via del Buddha viene definita come “la Via suprema”, è la natura umana che, una volta che iniziamo a comprendere la Via, non fa altro che spingerci a essere più diligenti nel percorrerla senza sosta. Per un essere vivente con una mente, questa è la funzione della natura-di-buddha.

Extrait de « Kōsei », numéro de Aprile.





Guida per la cura bambini

Ogni giorno mi arrabbio con mia figlia, che frequenta la seconda elementare, perché fa tardi quando si prepara per la scuola.

D Mia figlia, che frequenta la seconda elementare, la mattina fatica a prepararsi per andare a scuola. Allora in anticipo, la incoraggio dicendo: “Sbrigati e fai così e così!” oppure “Non hai ancora fatto questo e quello!” Lei mi risponde dicendo “Mamma, stai tranquilla!”, Quando sento queste parole, mi arrabbio e grido contro di lei per dispetto “OK allora. Non dico più niente.” Giorno dopo giorno, la cosa si ripete.



R Se interferisci nell'intenzione di tua figlia di compiere un'azione prima che faccia qualcosa, perderà motivazione, e non riuscirà a fare qualcosa finché è spinta a farlo. Alla fine, potrebbe diventare il genere di bambina che non riesce a fare quello che le si dice.

Una delle cose più importanti che un genitore può fare è incoraggiare l'indipendenza del figlio, perché possa pensare ed agire da solo. Per favorire l'indipendenza di un figlio, è necessario “affidarsi”.

Dando attenzione ai bambini, i genitori non dovrebbero costantemente tendere loro una mano o interferire nelle loro cose. I genitori devono avere pazienza e sforzarsi per gestire queste situazioni.

Nella crescita dei figli, è importante che i genitori mantengano con loro il contatto in modo da aiutarli a pensare a sé stessi, o a provare le cose per conto loro, o a realizzarle da soli. E' più importante per i genitori fare questo piuttosto che insegnare ai bambini quello che dovrebbero fare. Per avere questo contatto, sarebbe bene fare delle domande ai figli, per esempio: “Quando ti cambi i vestiti?” “Da quanto tempo stai giocando?” oppure “Che ne dici di una cosa così?”



I piccoli sono nati per fare uno sforzo nella vita. I bambini possono sperimentare un'amara delusione, o un senso di frustrazione nei fallimenti occasionali. Per i genitori è importante essere a loro agio quando questo succede, guardando ai loro figli con la convinzione che queste esperienze saranno preziose ed essenziali per incoraggiare la loro indipendenza.

(Risposte offerte dall'Istituto di Ricerca per l'educazione della Famiglia di Tokyo)

In base al principio “Se cambiano i genitori, cambieranno anche i figli”, l'Istituto di ricerca per l'Educazione della Famiglia di Tokyo organizza incontri in diverse parti del Giappone e all'estero, dove si fornisce un aiuto per la crescita dei figli. Molte famiglie felici si sono formate attraverso “l'educazione familiare a imparare dai bambini”.

Il Buddha sono io stesso

Ogni volta che giungo le mani davanti al Gohonzon in un Dojo oppure a casa, mi sento colmare da un profondo senso di pace e gratitudine. Il nostro Fondatore, Nikkyo Niwano, ci ha insegnato che il Buddha siamo noi, proprio noi. Io fui davvero meravigliato da questa prospettiva del Buddhismo, una prospettiva che non avevo affatto prima di entrare a far parte della Rissho Kosei-kai. Ciò fece espandere la mia mente e mi fece pervadere da una sensazione di calore. Il vero sé di ognuno di noi è il Buddha, la grande vita dell'Universo che è uno con tutte le cose. La sua essenza è saggezza e compassione. Anche quando ci sentiamo felici o tristi, quando confrontiamo noi stessi con gli altri o quando ci imbattiamo in vari eventi della vita, noi siamo uno con il Buddha. Nel momento in cui concentriamo il nostro pensiero su questa verità, le nostre menti si espandono sull'universo. Allora sentiremo un sorriso affiorare sulla nostra faccia e il nostro cuore si riempirà di gentilezza e felicità.

Il mese prossimo, il sangha mondiale della Rissho Kosei-kai si riunirà alla Grande Aula Sacra per festeggiare il 110° anniversario della nascita del Fondatore Nikkyo Niwano. Vorrei che quest'assemblea fosse un'opportunità per propagare il risveglio al valore inestimabile di ognuno di noi e di tutti gli esseri in tutto il mondo.

REV. SHOKO MIZUTANI
Direttore della Rissho Kosei-kai International



Rissho Kosei-kai



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2016

Rissho Kosei-kai International

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224

Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

2707 East First Street Suite #1 Los Angeles
CA 90033 U.S.A
Tel: 1-323-262-4430 Fax: 1-323-262-4437
e-mail: info@rkina.org <http://www.rkina.org>

Branch under RKINA

Rissho Kosei-kai of Tampa Bay
2470 Nursery Rd. Clearwater, FL 33764, USA
Tel: (727) 560-2927
e-mail: rktampabay@yahoo.com
<http://www.buddhismtampabay.org/>

Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218
e-mail: thairissho@csloxinfo.com

Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii

2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, U.S.A.
Tel: 1-808-455-3212 Fax: 1-808-455-4633
e-mail: info@rkhawaii.org <http://www.rkhawaii.org>

Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center
1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, U.S.A.
Tel: 1-808-242-6175 Fax: 1-808-244-4625

Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center
73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, U.S.A.
Tel: 1-808-325-0015 Fax: 1-808-333-5537

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles

2707 East First Street, Los Angeles, CA 90033, U.S.A.
Tel: 1-323-269-4741 Fax: 1-323-269-4567
e-mail: rk-la@sbcglobal.net <http://www.rkina.org/losangeles.html>

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio
6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.
Tel: 1-210-561-7991 Fax: 1-210-696-7745
e-mail: dharmasanantonio@gmail.com
<http://www.rkina.org/sanantonio.html>

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Arizona

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Colorado

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Diego

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Las Vegas

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

Rissho Kosei-kai of San Francisco

1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, U.S.A.
Tel: 1-650-359-6951 Fax: 1-650-359-6437
e-mail: info@rksf.org <http://www.rksf.org>

Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center
28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, U.S.A.
Tel: 1-253-945-0024 Fax: 1-253-945-0261
e-mail: rkseattle@juno.com
<http://www.buddhistLearningCenter.com>

Rissho Kosei-kai of Sacramento

Rissho Kosei-kai of San Jose

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Rissho Kosei-kai of New York

320 East 39th Street, New York, NY 10016, U.S.A.
Tel: 1-212-867-5677 Fax: 1-212-697-6499
e-mail: rkny39@gmail.com <http://rk-ny.org/>

Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, U.S.A.
Tel: 1-773-842-5654
e-mail: murakami4838@aol.com
<http://home.earthlink.net/rkchi/>

Rissho Kosei-kai of Fort Myers

<http://www.rkftmyersbuddhism.org/>

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

2745 N.W. 40th Street, Oklahoma City, OK 73112, U.S.A.
Tel & Fax: 1-405-943-5030
e-mail: rkokdc@gmail.com <http://www.rkok-dharmacenter.org>

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Klamath Falls

1660 Portland St. Klamath Falls, OR 97601, U.S.A.

Rissho Kosei-kai, Dharma Center of Denver

1571 Race Street, Denver, Colorado 80206, U.S.A.
Tel: 1-303-810-3638

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

635 Kling Dr, Dayton, OH 45419, U.S.A.
<http://www.rkina-dayton.com/>

Rissho Kosei-kai do Brasil

Rua Dr. José Estefno 40, Vila Mariana, São Paulo-SP,
CEP 04116-060, Brasil
Tel: 55-11-5549-4446 / 55-11-5573-8377
Fax: 55-11-5549-4304
e-mail: risho@terra.com.br <http://www.rkk.org.br>

Rissho Kosei-kai de Mogi das Cruzes

Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP,
CEP 08730-000, Brasil
Tel: 55-11-5549-4446/55-11-5573-8377

Rissho Kosei-kai of Taipei

4F, No. 10 Hengyang Road, Zhongjheng District, Taipei City 100, Taiwan
Tel: 886-2-2381-1632 Fax: 886-2-2331-3433
<http://kosei-kai.blogspot.com/>

Rissho Kosei-kai of Taichung

No. 19, Lane 260, Dongying 15th St., East Dist.,
Taichung City 401, Taiwan
Tel: 886-4-2215-4832/886-4-2215-4937 Fax: 886-4-2215-0647

Rissho Kosei-kai of Tainan

No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan
Tel: 886-6-289-1478 Fax: 886-6-289-1488

Rissho Kosei-kai of Pingtung

Korean Rissho Kosei-kai

6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea
Tel: 82-2-796-5571 Fax: 82-2-796-1696
e-mail: krkk1125@hotmail.com

Korean Rissho Kosei-kai of Busan

3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea
Tel: 82-51-643-5571 Fax: 82-51-643-5572

Branches under the Headquarters

Rissho Kosei-kai of Hong Kong

Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road,
North Point, Hong Kong,
Special Administrative Region of the People's Republic of China
Tel & Fax: 852-2-369-1836

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar

15f Express tower, Enkh taiwnii urgun chuluu, 1st khoroo, Chingeltei district, Ulaanbaatar, Mongolia
Tel: 976-70006960
e-mail: rkkmongolia@yahoo.co.jp

Rissho Kosei-kai of Sakhalin

4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk
693005, Russian Federation
Tel & Fax: 7-4242-77-05-14

Rissho Kosei-kai of Roma

Via Torino, 29-00184 Roma, Italia
Tel & Fax : 39-06-48913949
e-mail: roma@rk-euro.org

Rissho Kosei-kai of the UK**Rissho Kosei-kai of Venezia**

Castello-2229 30122-Venezia Ve Italy

Rissho Kosei-kai of Paris

86 AV Jean Jaures 93500 Tentin Paris, France

Rissho Kosei-kai of Sydney**International Buddhist Congregation (IBC)**

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Sugunami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1230 Fax: 81-3-5341-1224
e-mail: ibcrk@kosei-kai.or.jp <http://www.ibt-rk.org/>

Rissho Kosei-kai of South Asia Division

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Sugunami, Tokyo, 166-8537, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224

Thai Rissho Friendship Foundation

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkok, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218
e-mail: info.thairissho@gmail.com

Rissho Kosei-kai of Bangladesh

85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh
Tel & Fax: 880-31-626575

Rissho Kosei-kai of Dhaka

House No.467, Road No-8 (East), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani

Maitree Sangha, Mayani Bazar, Mayani Barua Para, Mirsarai,
Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Patiya

Patiya, sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Domdama

Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar

Ume Burmese Market, Main Road Teck Para, Cox'sbazar, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Satbaria

Satbaria, Hajirpara, Chandanish, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Laksham

Dupchar (West Para), Bhora Jatgat pur, Laksham, Comilla,
Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Raozan

West Raozan, Ramjan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Chendirpuni

Chendirpuni, Adhunagor, Lohagara, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Ramu**Rissho Kosei-kai Dhamma Foundation, Sri Lanka**

382/17, N.A.S. Silva Mawatha, Pepiliyana, Boralesgamuwa, Sri Lanka
Tel & Fax: 94-11-2826367

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa**Rissho Kosei-kai of Habarana**

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

Branches under the South Asia Division**Rissho Kosei-kai of Central Delhi**

224 Site No.1, Shankar Road, New Rajinder Nagar, New Delhi,
110060, India

Rissho Kosei-kai of West Delhi

66D, Sector-6, DDA-Flats, Dwarka
New Delhi 110075, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata

E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar,
Kolkata 700094, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata North

AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,
West Bengal, India

Rissho Kosei-kai of Kathmandu

Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,
Kathmandu, Nepal

Tel: 977-1-552-9464 Fax: 977-1-553-9832

e-mail: nrkk@wlink.com.np

Rissho Kosei-kai of Singapore**Rissho Kosei-kai of Phnom Penh**

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,
Phnom Penh, Cambodia

Other Groups**Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai**