

Living the LOTUS

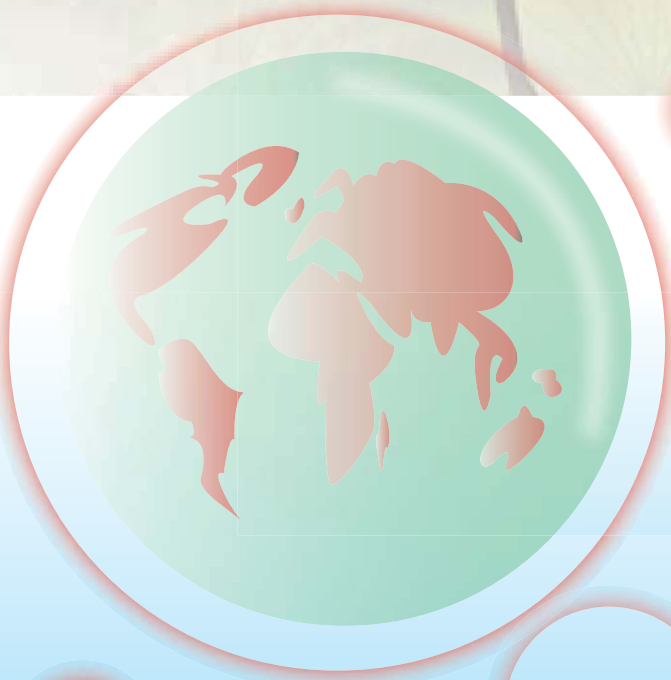
7
2014

Buddhism in Everyday Life

VOL. 106

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.

Living the Lotus è pubblicato in quattordici lingue in collaborazione con le filiali RK oltreoceano. La pubblicazione è irregolare, però, e alcune edizioni contengono solo la guida del Presidente Niwano. Cercheremo di migliorare la newsletter e gradiremmo il vostro continuo aiuto e i vostri commenti.



Living the Lotus Vol. 106 (Luglio 2014)

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: Etsuko Nakamura

Traduttori: Nicola Tini,
Sara Saladino, Koichi Kawamoto

Comitato editoriale: Shiho Matsuoka,
Mayumi Eto, Sayuri Suzuki,
Eriko Kanao, Shizuyo Miura,
Sachi Mikawa, Yurie Nogawa,
Yoshihiro Nakayama,
e Bold Munkhtsetseg



Trasmettiamo la nostra gioia

di Nichiko Niwano
Presidente della Rissho Kosei Kai

Perché il Momento Presente è Così Importante?

“La sola cosa che conta sono cuore e mente nel momento presente” – queste sono le parole del famoso maestro Zen Dokyo Etan (1642-1721), comunemente noto come Shoju Rojin (il Vecchio di Shoju) dal suo eremitaggio di Shoju-an (Eremitaggio della Retta Percezione), ad Iyama, nella Provincia di Shinano (l’odierna Prefettura di Nagano), dove si dedicò alla pratica dello Zen.

Etan propose il concetto di “vivere solo per oggi” insegnando alle persone che “non importa quanto sia difficile la situazione che state vivendo, se pensate che essa durerà solo per oggi, sarete in grado di sopportarla. Lo stesso vale per le cose piacevoli. Se pensate che esse dureranno solo nel giorno presente, non ci sarà motivo di crogiolarvisi”. Ciò che ci sta insegnando con queste parole è che la cosa più importante è vivere questo singolo giorno, oggi, con impegno e poi il giorno seguente e poi l’altro ancora e così via. In altre parole, dobbiamo dedicare il nostro intero essere in ogni singolo giorno. Per conseguire questo scopo, dovremmo vivere dando la massima importanza al momento presente di oggi. In effetti, Etan insegna che se trascureremo il presente per pensare a ciò che ci aspetta dopo finiremo con lo sprecare anche il domani, e forse l’intera vita.

Tuttavia è sempre difficile dare una così grande importanza al momento presente, all’oggi. Certo, si tratta di un concetto facile da capire dal punto di vista razionale, ma nei fatti, anche quando diciamo cose tipo “continuerò con la recitazione del sutra al mattino e alla sera” o “smetterò di fumare”, finiamo sempre con il rimandare al giorno dopo e a trascurare il momento presente di oggi.

A proposito del momento presente, il fisico teorico giapponese Haruo Saji ha scritto quanto segue:



“Il fatto di provare un senso di libertà quando pensiamo a come usare il momento presente, ovvero questo preciso istante, è la prova che siamo vivi.

Il momento in cui possiamo fare uso del presente non è nel passato e non è nel futuro, è solo e soltanto ora, adesso, in questo preciso istante”.

Tutti noi viviamo solo una volta e ognuno di noi è l’unico che possa vivere la sua vita. Inoltre, il tempo che possiamo usare liberamente è solo il momento presente. In questo mondo impermanente, nel quale non possiamo mai sapere cosa accadrà dopo, possiamo spingerci a dire che trascurare il momento presente è sprecare la vita stessa.

Mettere in Pratica il Momento Presente

Vediamo come possiamo dare importanza al momento presente.

Nell'Hagakure (Nascosto fra le foglie), una raccolta di commenti sul codice di combattimento dei samurai compilata all'inizio del diciottesimo secolo, c'è una frase: "Ato miyo sowaka" (guarda alle tue spalle, sowaka). "Sowaka" (sanscrito: svaha) è un incantesimo pronunciato al termine dello Shingon, o mantra delle sette Buddhiste Esoteriche, e dire a se stessi "guarda alle tue spalle" significa considerare profondamente il corso delle proprie azioni e domandarsi se stiamo dimenticando qualcosa e se stiamo davvero facendo quello che dovremmo. Se vi rendete conto, nel momento in cui dovete prendere una decisione importante, che state cominciando a crearvi degli alibi, delle scuse per non agire tempestivamente, allora dovrete provare a recitare questo incantesimo Shingon.

Un altro metodo è quello di annunciare la vostra decisione davanti a molte persone. A me venne insegnato di fare proprio così, e posso assicurarvi che è un metodo efficace.

Naturalmente ci sono anche altri sistemi. Il vecchio detto, "il momento giusto per fare qualcosa è quando hai pensato di farla" ci suggerisce l'importanza di non perdere tempo e di aver cura delle cose nel "momento presente, proprio adesso". Per quale motivo è così? Perché è quando decidiamo di fare qualcosa, o che la nostra mente si mette in

azione, che siamo in conformità con la verità della causalità condizionata, ed è quindi quello il momento in cui dovremmo immediatamente mettere in pratica la nostra decisione. In altre parole, possiamo vivere la nostra esistenza in accordo con la verità tenendo a mente di fare tutto quello che possiamo nel momento presente, proprio adesso.

Le cellule che formano i nostri corpi funzionano in armonia in accordo con una verità universale, tenendoci in vita. Tuttavia i nostri cuori e le nostre menti spesso vengono guidati da sensazioni egoistiche che vogliono farci andare in una direzione che dovrebbe farci evitare qualsiasi sofferenza o problema. Quando questo avviene, le cose non vanno lisce come potrebbero e, per contro, ci causano sofferenza. Ma se invece ci muoviamo seguendo la corrente della verità universale, i nostri cuori e le nostre menti e anche le nostre azioni saranno in armonia, e il nostro corpo, cuore e mente saranno in pace.

Shoju Rojin, di cui ho parlato all'inizio, disse che vivere ogni giorno appieno agendo in base a ciò che ci troviamo davanti ci porta alla "forma spirituale e al segreto di una buona salute". Sia che si tratti di smettere di fumare o di pensare a come condurre uno stile di vita più sano, ciò che importa davvero è lo sviluppo dell'attitudine che dà la più grande importanza al "momento presente", all' "adesso".

Da Kosei, Luglio 2014



Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2014

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: dharmanasantonio@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 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 Dharma Center of Oklahoma

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

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

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, Zhongzheng 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

423, Han-nam-dong, Young-San-ku, Seoul, Republic of Korea
Tel: 82-2-796-5571 Fax: 82-2-796-1696
e-mail: krkk1125@hotmail.com

Korean Rissho Kosei-kai of Pusan

1258-13, Dae-Hyun-2-dong, Nam-ku, Kwang-yok-shi, Pusan,
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
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, Suginami-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, Suginami, 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 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

Rissho Kosei-kai of Galle**Rissho Kosei-kai of Kandy****Branches under the South Asia Division****Delhi Dharma Center**

E-112 (Ground Floor), Greater Kalkaji Enclave - I
New Delhi 110048, 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 Lumbini

Shantiban, Lumbini, Nepal

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**