

# Living the Lotus

*Buddhism in Everyday Life*

**New Year's Issue**



**Guida di Capodanno**

## Un anno nuovo di zecca

di Nichiko Niwano

Presidente della Rissho Kosei-kai

**La coltivazione degli esseri umani:**

**la cosa più importante di tutte**

**Impegniamoci con determinazione avviandoci verso il centenario della Fondazione**

Auguro un Felice Anno Nuovo a ciascuno di voi.

Il giorno di Capodanno è come il nostro compleanno: una data irripetibile. Al di là di quanti anni abbiamo, dal giorno in cui siamo nati in poi, ogni giorno che abbiamo vissuto e che viviamo è completamente nuovo, vissuto per la prima volta.

Un classico cinese del Confucianesimo, il Daxue, ovvero *Il Grande Studio*, afferma: “Se puoi correggere te stesso in un giorno, allora fallo giorno dopo giorno. Che sia una correzione quotidiana.”

Si dice che un famoso sovrano dell'antica Cina avesse inciso questa iscrizione nel bacile per l'acqua che usava ogni giorno e che la recitasse quotidianamente per auto disciplinarsi.

Vorrei che questo nuovo anno fosse anche per noi un tempo in cui accogliere ogni giorno rinnovando la propria energia, la propria mente e il proprio impegno.





All'Assemblea Generale Annuale dei Direttori e Ministri di culto della Rissho Kosei-kai, tenutasi a novembre 2024, ho presentato le mie “Linee guida per la pratica della fede da parte dei membri per il 2025” come segue.

«Invece di accontentarci semplicemente dello stato attuale delle cose, noi esseri umani cerchiamo incessantemente cose più elevate, più preziose e più grandi. Questo desiderio genera riverente rispetto nel cuore e nella mente. Quando questo riverente rispetto si sviluppa, ci porta inevitabilmente a riflettere su quanto sia inadeguata la nostra vita in tal senso e, di conseguenza, a coltivare un crescente senso di umiltà. Le cose più importanti per il progresso e il miglioramento dell'umanità sono coltivare questo riverente rispetto nel nostro cuore e, pertanto, sviluppare l'umiltà nel cuore e nella mente.»

Queste parole furono ben esplicitate da coloro che ci hanno preceduto, descrivendo l'atteggiamento che è importante mantenere per noi esseri umani. Con questo spirito, rinnoviamo il nostro impegno attraverso la nostra fede, come mariti, mogli, padri, madri e come genitori per essere in qualche modo una guida, su un percorso di umanità, per i bambini e gli adolescenti, i quali porteranno avanti la prossima generazione. Avendo a cuore l'obiettivo di aiutarli a formarsi, dobbiamo rimettere ordine nei nostri rapporti familiari. Dobbiamo anche andare avanti per costruire dei paesi meravigliosi, preservandone le migliori tradizioni. Spero che tutti noi ci impegneremo sempre con energia per raggiungere questi obiettivi.



Sebbene tutto ciò sia piuttosto simile a quanto ho detto anche l'anno scorso, voglio rimarcare che, per i nostri membri, si tratta di cose importantissime.

Fino a oggi vi ho incoraggiati a impegnarvi al massimo nel nostro obiettivo primario: “formare gli esseri umani.”

Il *Guanzi*, un antico testo politico e filosofico cinese, afferma: “Seminare il grano è la scelta migliore per un piano di un anno; piantare alberi è la scelta migliore per un piano di dieci anni; per un piano che abbraccia tutta la vita, non c'è niente di meglio che formare gli esseri umani.”

Quando pensiamo al futuro delle nostre comunità locali, dei nostri paesi e del mondo, la cosa più importante è la formazione degli esseri umani.

La base per realizzare ciò è prima di tutto l'educazione in famiglia, perché è proprio attraverso la gestione della famiglia (ovvero l'amministrare le cose familiari con saggezza) che si fornisce una corretta educazione umana. Ciò rende l'educazione scolastica più completa e porta a una vera “formazione degli esseri umani.”

Masahiro Yasuoka (1898–1983), noto come un'autorità in fatto di filosofia orientale, ha scritto quanto segue in uno dei suoi libri:

“Il padre dovrebbe essere il modello per il figlio. La madre dovrebbe essere il simbolo della compassione per il figlio. Questo perché la famiglia è come un semenzaio per la crescita dei bambini.” Se il semenzaio per le piantine di riso non è ben curato, non si può sperare in un buon raccolto in autunno.

Questi ruoli, fondamentali nel processo di formazione del carattere, sono portati avanti dai nostri giovani mariti e mogli (la generazione giovane), dai nostri padri e madri (la generazione di mezza età) e dai nostri genitori (la generazione anziana), che sono i progenitori della vita umana. È attraverso di loro che si nutre l'umanità dei nostri figli e giovani. Spero sinceramente che, avvicinandoci al centesimo anniversario della fondazione della nostra organizzazione, ci dedicheremo a questo impegno con serietà.

Nel primo articolo della sua *Costituzione in Diciassette Articoli*, il Principe Shotoku (574–622) affermava che “l'armonia è preziosa.” Inoltre, l'antico nome del Giappone era Yamato (“Grande Pace”), e abbracciare lo spirito della



“Grande Pace” e della “Grande Armonia” era l’ideale nazionale. Questa tradizione del Giappone è rilevante anche per il mondo di oggi, ed è nostro importante compito impegnarci per realizzarla.

### **L’essenziale natura del rispetto e della riverenza sta nel dare dignità a noi stessi attraverso il rispetto di sé**

Avere nel cuore quel “riverente rispetto” di cui ho parlato nelle mie Linee Guida per il Nuovo Anno significa avere un obiettivo più grande, un desiderio di progredire e di migliorare. Significa quindi non accontentarsi di un sé incompleto, ma di avvicinarsi, anche se di poco, a una condizione superiore.

Man mano che il riverente rispetto si sviluppa nel nostro cuore, il sé comincia a percepirsi come inadeguato, e ciò genera l’umiltà nella mente. Successivamente, con cautela e autodisciplina, il sé si riprende con rinnovato impegno e diligenza.

Tuttavia, in questo riverente rispetto che si sviluppa nel cuore, c’è qualcosa di ancora più importante: l’essenza del rispetto e della riverenza sta nel fatto che il sé abbia rispetto per se stesso e che, di conseguenza, noi rispettiamo noi stessi.

Chi non è consapevole del proprio valore non può, nel senso più autentico, rispettare gli altri. Solo quando una persona è conscia della propria dignità può riconoscere la dignità negli altri.

È davvero un miracolo il fatto che abbiamo ricevuto questa vita in questo mondo. Yoshio Toi (1912-1991), un celebre educatore giapponese, ha espresso questo concetto nel modo seguente.

Non c’è mai stata una sola persona che sia venuta al mondo di propria volontà. Gli esseri umani nascono in questo mondo per via di una forza sconosciuta. È un dono: la vita umana.

Queste sono parole che risuonano profondamente in ognuno di noi.

Allo stesso tempo, le nostre vite sono sostenute dalle benedizioni di tutto ciò che esiste nell’universo, tra cui il

sole, la luna, le stelle, le montagne, i fiumi, l’aria, l’acqua, le persone intorno a noi, le piante, gli animali, gli insetti, i microrganismi e i batteri.

Più osserviamo le nostre vite, con il loro valore inestimabile e il meraviglioso stupore che suscitano in noi, più ci sentiamo umili e pieni di gratitudine.

Soprattutto, ci è stato insegnato che tutti gli esseri umani nascono con la capacità di conseguire il risveglio del Buddha e di comprendere la Verità: che tutti possediamo i semi della buddità, ovvero la natura di buddha.

Quando vediamo una persona in difficoltà sentiamo il desiderio di aiutarla. Questa è la prova che, nel profondo del cuore, condividiamo tutti lo stesso desiderio del Buddha.

Ogni giorno ci inchiniamo al cospetto del Buddha e giungiamo le mani in preghiera. Quando lo facciamo riceviamo la stessa mente del Buddha, ed è per questo che venerare il Buddha equivale a venerare la natura di buddha nei nostri cuori.

Tendiamo sempre a sottovalutarci, pensando: “Non sono abbastanza bravo, o brava.”

Tuttavia la verità è che ciascuno di noi ha ricevuto una vita preziosa, che possiamo definire come “miracolosa”. Nel profondo del cuore custodiamo la stessa natura di buddha del Buddha stesso. Ognuno di noi ha la capacità di realizzare la Verità e il Dharma così come di risolvere da solo i propri problemi. Ricordarselo e praticare con fiducia è la base per una vita fondata sugli insegnamenti del Buddha.

Il Maestro Zen Dogen (1200-1253), fondatore della







scuola Soto del Buddismo giapponese, scrisse: “Il corpo vivente di questo unico giorno è un corpo vivente che merita stima, è un ‘sacco d’ossa’ degno di essere onorato. Dovremmo amare e rispettare i nostri corpi e le nostre menti, che intraprendono questa pratica.”

Questo singolo giorno della vostra vita è una vita intera che deve essere valorizzata. Il vostro corpo deve essere valorizzato. Ciò significa che dovrete amare sia il vostro corpo che la vostra mente mentre percorrono la Via del Buddha, e valorizzare voi stessi.

Dovremmo essere consapevoli dell’importanza di valorizzare il nostro corpo e la nostra mente mentre apprendiamo, con serietà, a mettere in pratica la Via del Buddha.

### **In vista del mio ottantottesimo compleanno, il mio augurio è che possiamo apprendere e praticare insieme con entusiasmo**

Il 20 marzo di quest’anno compirò ottantasette anni ma, secondo il conteggio tradizionale giapponese, raggiungerò il mio ottantottesimo compleanno, un evento speciale che viene chiamato *beiju*.

Davvero, la mia vita mi è stata data dalle divinità e dai buddha ed è stata sostenuta da tutte le cose in cielo e in terra: sono profondamente grato per questo giorno.

Una persona ha due genitori, una madre e un padre. Tuttavia, se andiamo indietro nel tempo, oltre i nostri nonni e bisnonni, per trenta generazioni, il numero degli avi supera il miliardo. Perciò, se io esisto qui e ora, è grazie a un inimmaginabile numero di antenati che si sono succeduti in una linea ininterrotta.

È in questa eterna catena della vita che il nostro Fonda-

tore Nikkyo Niwano ha vissuto la sua esistenza, per poi lasciarla all’età di novantadue anni. Anche mia madre ha vissuto a lungo, per ottantacinque anni. Ho ricevuto la vita dai miei genitori e io l’ho vissuta fino ad avvicinarmi alla fine dei miei ottant’anni. In questo senso, non posso fare altro che sentire fortemente che ognuno di noi passa ad altri il testimone della vita.

Ciascuno di noi ha la propria identità. È come una staffetta mista nel nuoto: ci sono nuotatori specializzati nella rana e altri che eccellono nel delfino. Membri della stessa squadra di staffetta, ognuno si impegna nel proprio turno nuotando al meglio delle proprie capacità. Finito il turno, si passa il testimone a chi viene dopo. Noi lo passiamo ai figli o ai nipoti.

Man mano che invecchiamo, non siamo più in grado di fare le cose come le fanno i giovani. Le nostre gambe e la nostra schiena diventano più deboli. Pare però che più si usa il cervello e più ne migliorano le funzioni.

Sato Issai (1772-1859), uno studioso confuciano del tardo periodo Edo, scrisse: “Se apprendi da bambino, quando sarai adulto riuscirai a fare le cose. Se apprendi quando sei adulto, da anziano non andrai in declino. Se apprendi da anziano, ciò che hai appreso vivrà oltre te stesso.”

Ciò significa che se impariamo quando siamo giovani, potremo ricavarne qualcosa quando saremo nel pieno della nostra vita. Se impariamo durante la nostra maturità, ciò che avremo appreso non svanirà nemmeno in vecchiaia. Se continuiamo ad apprendere in vecchiaia, ciò che abbiamo imparato, la nostra reputazione e il nostro lascito spirituale non svaniranno nemmeno con la nostra morte, ma saranno tramandati alla generazione successiva.

La cosa più importante è continuare a imparare, impegnandosi a fare il bene per gli altri e contribuendo a rendere il mondo un luogo di pace.

SI dice che quando le persone apprendono, i loro cuori diventino luminosi e chiari come stelle splendenti.

Il mio augurio per quest’anno è che possiamo imparare tutti e praticare con entusiasmo, percorrendo il cammino del bodhisattva (la via dell’umanità), come Shakyamuni ci ha mostrato.

(*Kosei Shimibun*, numero di Gennaio 2025)

