

# Living the Lotus 2

*Buddhism in Everyday Life*

2026  
VOL. 245



Il 12 Dicembre 2025 il Rev. Yasutoshi Mori è andato in pensione dopo aver prestato servizio nel Dojo del Bangladesh dal 2023. Gli è succeduto il Rev. Keiichi Akagawa, già direttore della Rissho Kosei-kai Internazionale.

## Il Dojo della Rissho Kosei-kai del Bangladesh celebra la Cerimonia d'insediamento del nuovo Reverendo

### Living the Lotus Vol. 245 (February 2026)

Direttore Responsabile: Takashi Maeda  
Redattore: Sachi Mikawa  
Revisore Editoriale: Ayshea Wild  
Traduttori: Nicola Tini, Sara Saladino, Hiromasa Tanaka

*Living the Lotus* è una pubblicazione mensile della Rissho Kosei-kai International, Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Giappone.

Tel: +81 353411124 / Fax: +81 353411224

Email: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

La Rissho Kosei-kai è una comunità buddista internazionale composta da persone che si impegnano ad applicare gli insegnamenti del Triplice Sutra del Loto (uno dei più importanti testi del Buddismo) nella vita quotidiana e a contribuire alla pace nel mondo.

Fondata nel 1938 dal Rev. Nikkyo Niwano (1906-1999) e dalla Rev. Myoko Naganuma (1889-1957), sotto la guida del Presidente Nichiko Niwano, vede i suoi membri condividere attivamente il Dharma e partecipare ad attività per la pace sia a livello locale sia internazionale, in cooperazione con persone provenienti da ogni ambito della società.

Il titolo della newsletter, *Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life* ("Vivere il Loto—il Buddismo nella vita quotidiana"), esprime il nostro desiderio di impegnarci a praticare gli insegnamenti del Sutra del Loto nella vita di ogni giorno, anche in un mondo imperfetto, per arricchire l'esistenza e renderla più significativa, come gli splendidi fiori di loto che sbocciano dalla melma degli stagni. Questa newsletter si propone di aiutare le persone in tutto il mondo ad applicare più facilmente il Buddismo nella loro vita quotidiana.



# Imparare da Kenji Miyazawa **2: Se a ovest c'è una madre stanca**

Rev. Nichiko Niwano  
Presidente della Rissho Kosei-kai



### Come Bodhisattva che sorgono dalla Terra

Forse conoscete già "Senza arrendersi alla pioggia", la poesia di Kenji Miyazawa che, come vi ho detto il mese scorso su questa stessa rivista, mi fa sentire come se stessi recitando un sutra ogni volta che la leggo. Questo mese voglio presentarvi il testo integrale della poesia.

Senza arrendersi alla pioggia,  
senza arrendersi al vento,  
senza arrendersi alla neve e al caldo estivo.

Il corpo forte e sano,  
senza avidità,  
mai in collera,  
sempre con un sorriso quieto.

Quattro ciotole di riso integrale al giorno,  
miso e un po' di verdura.  
Fare ogni cosa  
senza mettersi al centro.

Osservare bene.  
Ascoltare con attenzione.  
Comprendere. Non dimenticare.

All'ombra dei pini, nei campi,  
vivere in una casetta col tetto di paglia.

Se a est c'è un bambino malato  
andarci, prendersene cura.

Se a ovest c'è una madre stanca  
andarci, aiutarla con le fascine.

Se a sud c'è qualcuno che sta morendo  
andarci, dirgli di non avere paura.

Se a nord c'è una lite o una contesa  
andarci, dire che non ne vale la pena.

Piangere quando c'è siccità.  
Aggirarsi con smarrimento se l'estate è fredda.

Per tutti gli altri, solo una nullità,  
che non riceve lodi  
e che non causa sofferenza a nessuno.

Io voglio diventare  
una persona così.

La determinazione di Kenji, fondata sulla fede, è espressa liricamente con una schiettezza tale che non posso che definire come "straordinaria". In particolare, ciò che colpisce con forza travolgente è il passaggio in cui, verso est, ovest, sud e nord, ricorre l'espressione "andare". Correre per stare accanto a un bambino malato, sostenere una donna stremata dal lavoro nei campi, parlare della verità della vita a chi giace sul letto di morte, calmare le persone che litigano e incoraggiarle alla riconciliazione: sono tutti voti di pratica concreta. Rivolgere il pensiero alla sofferenza degli altri, all'angoscia che hanno in fondo al cuore e "andare" lì, per fare quel che si può: in tutto questo si percepisce una forte volontà, quella di vivere come un bodhisattva nel mondo saha, la nostra realtà. È questa la missione di chi si è incamminato lungo la Via.

Dopo questa poesia, nel taccuino viene nuovamente disegnato un Mandala del Sutra del Loto: al centro il Daimoku (*Namu Myoho Renge Kyo*), ai lati il Buddha Molti Tesori e il Buddha Shakyamuni, e più all'esterno i Quattro Bodhisattva: Pratica Superiore, Pratica Sconfinata, Pratica Pura e Pratica Assidua. Questi quattro sono le guide dei Bodhisattva Sorti dalla Terra, coloro che incarnano, con la loro attività, il Voto del Buddha, salvando concretamente gli esseri dalla sofferenza. Anche noi che viviamo ai giorni nostri abbiamo moltissimo da imparare da questo atteggiamento: interrogarsi su ciò che si può fare e avvicinarsi agli altri.

### Osservare bene. Ascoltare con attenzione. Comprendere.

Ogni volta che leggo il passo «senza mettersi al centro. Osservare bene. Ascoltare con attenzione. Comprendere», penso sempre che questo sia ciò che i responsabili della nostra comunità buddista (*shibucho*, "guide di comunità"; e *shunin*, "guide spirituali locali") mettono in pratica quotidianamente, quasi senza accorgersene.

Senza inserire le proprie opinioni o i propri sentimenti, confidando nella Natura di Buddha dell'altro, ascoltano con totale dedizione la sofferenza e le preoccupazioni degli altri. È un momento prezioso, nel quale chi parla ha già fatto il primo passo per avviarsi verso l'uscita dalla propria angoscia. Questa è la nostra nobile pratica del bodhisattva. Chi si confida viene avvolto dalla compassione di chi ascolta e, continuando a esprimere lamentele, rabbia e tristezza, arriva naturalmente a riconoscere che cosa lo fa soffrire e dove ne risiede la causa. In questo modo il cuore si alleggerisce e si trova l'uscita dalla difficoltà.

In passato mi sono recato in regioni segnate da conflitti etnici dovuti a guerre civili e ho incontrato importanti leader religiosi locali. Forse proprio perché influenzato dalle parole di Kenji, mi sono limitato ad ascoltare in silenzio. Eppure, tra persone per le quali persino il dialogo era difficile, a poco a poco si è creato un clima che rendeva possibile parlarsi.

Ritengo che ciò sia accaduto perché, nel momento in cui ciascuno ha potuto esprimere ciò che aveva nel cuore, quella presenza interiore che identifichiamo con le Divinità e i Buddha, dimorante in ogni essere, ha fatto sorgere in ciascuno la consapevolezza che "litigare non porta a nulla".





## Guida del Maestro Nichiko

Nel mondo ci sono moltissime persone che soffrono, e ciò che noi possiamo fare è davvero poco. Anche se vogliamo fare qualcosa, in realtà siamo come persone che sembrano non servire a nulla. Tuttavia, Kenji ci insegna a non trascurare nemmeno un singolo giorno della nostra vita, a tenere lo sguardo aperto sul mondo, a rivolgerci agli altri con lo spirito del “gassho” e della reverenza, con gentilezza e calore, senza dimenticare che le pratiche quotidiane, semplici e ordinarie, sono il fondamento che ci connette ai problemi del mondo.





## Aiutare gli altri a risvegliarsi alla loro Natura di Buddha

Anup Barua

Dojo di Kolkata (Calcutta), India

### **Quando e come hai incontrato per la prima volta gli insegnamenti della Rissho Kosei-kai?**

Sono diventato membro del Dojo della Rissho Kosei-kai di Kolkata nell'ottobre 2017. Tutto è iniziato con un sogno misterioso che ho fatto una notte. Nel sogno c'era un prete buddista che sembrava giapponese che mi parlava e mi diceva: «Da oggi in poi, diffondiamo insieme gli insegnamenti del Buddha».

Io però ero nato e cresciuto in una famiglia buddista Theravada: la mia pratica religiosa ruotava intorno alla meditazione e all'osservanza dei precetti, e del Buddismo Mahayana sapevo poco o nulla, figurati della diffusione del Dharma! Così, nel sogno, gli ho risposto: «Io non so come si diffonde il Dharma». Lui, con grande gentilezza, mi ha detto: «Va bene così. Gli insegnamenti del Buddha sono quelli, quindi non c'è niente di cui preoccuparsi».

Dopo quel sogno, dato che già avevo un certo interesse per il Buddismo Mahayana, ho cercato online organizzazioni in India che lo praticassero. Ed è lì che ho scoperto che a Kolkata, capitale del Bengala Occidentale, c'era un'organizzazione buddista chiamata Rissho Kosei-kai. Anche se Kolkata (la città più grande dell'India orientale) e Andal, dove vivo io, sono nello stesso stato, in realtà distano circa 200 chilometri. Quindi ho chiesto ai miei parenti a Kolkata di trovare il numero di telefono del signor Suman Barua, responsabile del Dojo di Kolkata. Poi l'ho incontrato.

### **Che impressione ti ha fatto la prima visita in un Centro per la Pratica del Dharma?**

Quando sono entrato, la prima cosa che mi ha colpito è stato il Gohonzon, la solenne immagine del Buddha Originale custodita sull'Altare sacro, insieme alle offerte di frutta e verdura disposte con grande cura. Per me era una cosa nuova, e mi ha emozionato profondamente. Il signor Suman Barua mi ha poi spiegato come si pratica il servizio all'Altare e come si recita il Sutra del Loto, una scrittura del Buddismo Mahayana.

Al primo Hoza a cui ho partecipato, mi ha colpito tantissimo vedere come le persone aprissero il loro



*Anup Barua*

cuore e parlassero con sincerità delle proprie difficoltà. E mi ha toccato anche il modo in cui la guida dell'Hoza rispondeva, con una profonda compassione che veniva dal cuore. Vedendo persone che imparavano insieme gli insegnamenti del Sutra del Loto e che erano unite da una fiducia profonda, ho pensato: «Anch'io voglio studiare gli insegnamenti del Sutra del Loto, applicarli nella vita di tutti i giorni e dedicare il mio servizio alla felicità degli altri». È così che ho deciso di entrare nella Rissho Kosei-kai.

### **Lo scorso ottobre, nel Grande Santuario, hai ricevuto la qualifica di Kyoshi. Come ti senti adesso?**

Ricevere la qualifica di Kyoshi (Guida spirituale) è stata una gioia enorme, e ne sono davvero orgoglioso. Allo stesso tempo, ora che quello che mi era stato detto nel sogno — «diffondiamo insieme gli insegnamenti del Buddha» — è diventato realtà, sento questo ruolo come una missione che mi è stata affidata: diffondere gli insegnamenti del Sutra del Loto in India, la terra dove è nato il Buddha Shakyamuni.



# Intervista



Anup Barua (a destra) con due nuovi membri del Dojo di Kolkata.

Anche se l'India è conosciuta come la culla del Buddismo, purtroppo oggi è vero che molte persone non conoscono gli insegnamenti su saggezza, compassione ed eguaglianza che il Buddha ha spiegato. Per questo ho rinnovato la mia determinazione: studiare a fondo il Sutra del Loto e incarnarne gli insegnamenti nella pratica quotidiana. Facendolo, credo che riuscirò a condividere il Dharma con più fiducia di prima.

## **Ci sono insegnamenti particolari della Rissho Kosei-kai che metti in pratica nella tua vita quotidiana?**

Tempo fa, leggendo *Ciglia Invisibili*, un libro di insegnamenti del Fondatore Nikkyo Niwano, mi sono ricordato di quanto sia importante cercare una ricchezza spirituale attraverso una vita semplice. Nel capitolo intitolato "Il contenuto del sacco di Hotei" (Hotei è una delle sette divinità della fortuna nella mitologia giapponese; viene rappresentato come un monaco buddista allegro e soddisfatto, che porta sulle spalle un grande sacco), il Rev. Nikkyo Niwano scrive: «Il sacco è pieno di avanzi, selezionati e ordinati con cura. Hotei non è una divinità che porta fortuna: è piuttosto un prete Chan (Zen) che insegna la virtù della frugalità... Tutte le cose, compreso il cibo che mangiamo e gli strumenti che usiamo, hanno una loro vita. Quando una vita viene utilizzata pienamente e manifesta completamente il suo valore, allora, nel senso Mahayana dell'espressione, "ha raggiunto la Buddità".»

Dopo aver letto questo libro, ho iniziato a frenare desideri inutili come "ne voglio di più" o "voglio anche quest'altro", e ho provato invece a essere contento di ciò che ho già, scegliendo uno stile di vita semplice e sobrio. Per esempio: riutilizzo

oggetti vecchi o non desiderati come risorse, faccio il compost con gli scarti di cucina (come bucce di frutta e verdura) per coltivare piante in casa, e condivido il compost con i contadini, che ne sono molto grati.

## **C'è un insegnamento del Sutra del Loto che ti ha colpito più di altri?**

Sì: il capitolo 20, "Il Bodhisattva Non Disprezza Mai". Sono rimasto profondamente toccato dalla pratica di questo bodhisattva, che si inchinava a mani giunte davanti a chiunque incontrasse dicendo: «Tu diventerai sicuramente un Buddha», e dedicava tutto se stesso a riverire la Natura di Buddha presente in ogni persona.

Quelli che non capivano il significato delle sue azioni si arrabbiavano e gli tiravano dei sassi, altri lo minacciavano con dei bastoni. Eppure lui restava fermo nella sua convinzione e, continuando nella sua pratica di devoto rispetto, alla fine raggiunse il perfetto risveglio. La sua pratica — non guardare mai nessuno dall'alto in basso e venerare senza sosta la Natura di Buddha in tutti, con le parole «diventerete tutti dei Buddha» — secondo me è l'essenza del Buddismo Mahayana, perché incarna pazienza e compassione.

Credo anche che lo spirito del Bodhisattva Non Disprezza Mai ci insegna qualcosa di vitale per la vita di oggi: trattare con rispetto costante familiari, amici, colleghi e persone che dipendono da noi; concentrarci non sui difetti, ma sui punti di forza e sul potenziale; e, nelle nostre comunità, mirare a una società che protegga pace e dignità umana attraverso il dialogo, andando oltre le differenze di religione e cultura. Credere nella Natura di Buddha di tutti e rispettarla: questo, secondo me, è in



Anup Barua (a sinistra) partecipa a una sessione di recitazione a casa di membri della Kosei-kai.



sintonia con il cuore del Buddha e con il nucleo del Sutra del Loto. Prendendo come modello il Bodhisattva Non Disprezza Mai, aspiro a diventare una persona che trasmette a chi incontra questo messaggio: «Tu hai un potenziale meraviglioso», così da risvegliare la sua Natura di Buddha.

**Per concludere, parlati dei tuoi obiettivi di pratica di oggi e dei tuoi sogni per il futuro.**

Il mio obiettivo principale, in questo momento, è continuare a fare del mio meglio per diffondere gli insegnamenti del Sutra del Loto e della Rissho Kosei-kai ad Andal, dove vivo. Spero anche che le persone che ho guidato e sostenuto approfondiscano lo studio degli insegnamenti, ricevano la qualifica di Kyoshi e il Gohonzon, e arrivino a servire come guide.

Guardando più avanti, il mio grande sogno è che gli insegnamenti si diffondano sempre di più e che un giorno venga fondato un Dojo anche ad Andal, come nuova base per la diffusione del Dharma. Per rendere reale questo sogno, voglio continuare a condividere con quante più persone possibile questo messaggio potente: «Attraverso gli insegnamenti del Sutra del Loto, che rivelano che tutte le persone possono diventare Buddha, possiamo raggiungere tutti la felicità, insieme».



*Anup Barua (il terzo a partire da destra in prima fila) con altri compagni di fede che hanno ricevuto la qualifica di Kyoshi dopo la cerimonia officiata nel Grande Santuario il 26 ottobre 2025.*



# Praticare il Dharma qui e ora

## I Dieci Così della Realtà

di Dominick Scarangelo

Consulente Internazionale della Rissho Kosei-kai



Il mese scorso abbiamo esaminato il concetto di Sange, ovvero una pratica di continuo movimento interiore volto alla riflessione su se stessi alla luce del Dharma e di correzione del proprio atteggiamento. Abbiamo anche visto che, in altri contesti, quest'idea viene spesso chiamata "consapevolezza". Infine, abbiamo anche compreso quanto sia importante praticare Sange in modo continuativo e costante.

Avete mai desiderato di conoscere una tesi concreta che chiarisca in che modo i nostri atteggiamenti fanno nascere la sofferenza? Con un teorema pratico di questo genere potremmo capire quali sono le radici dei nostri problemi e armonizzare i nostri pensieri e le nostre azioni con il Dharma, passando dalla sofferenza alla felicità con meno fatica.

Per fortuna, il Sutra del Loto ci offre proprio una guida del genere, semplice e utilissima. Si tratta del principio dei Dieci Così della Realtà, un insegnamento pratico che ci mostra come il nostro modo di pensare e di agire possa creare sofferenza oppure felicità.

Nel capitolo 2 del Sutra del Loto, il Buddha insegna che tutto ciò che esiste — un oggetto, un essere vivente o una situazione — presenta questi dieci aspetti: 1) così è l'aspetto, 2) così è la natura, 3) così è il corpo, 4) così è la forza, 5) così è la funzione, 6) così è la causa, 7) così è la condizione, 8) così è l'effetto, 9) così è la ricompensa e, 10) dal primo all'ultimo, così è perfetto compimento e interrelazione.

A prima vista i Dieci Così possono sembrare complicati, ma li possiamo considerare anche come dieci passaggi attraverso i quali le cose prendono forma e gli eventi accadono. Invece di affrontarli tutti insieme, partiamo dai primi due: aspetto e natura.

Con *aspetto* si intende il modo in cui le cose si presentano ai nostri sensi. Ciò non si limita alla vista, ma include anche gli altri sensi, come udito, tatto e olfatto. La *natura*, invece, è la disposizione, l'indole, il "carattere" di qualcosa. Per noi esseri viventi, l'*aspetto* è l'immagine di noi che diamo al mondo attraverso il portamento, le espressioni del volto e via dicendo. E, sempre per noi esseri viventi, la *natura* è la disposizione della mente.

Anche se non possiamo "vedere" direttamente la natura di qualcosa con i nostri sensi, il Buddha ci insegna che interno ed esterno corrispondono. Quindi, se osserviamo bene l'aspetto di qualcosa, possiamo capire che esiste una disposizione interiore corrispondente: "così è la natura".

Per esempio: come riusciamo a capire se qualcuno è arrabbiato? Non possiamo certo vedere la sua mente! Eppure, capiamo la sua natura in quel momento, ovvero la sua situazione interiore, attraverso l'aspetto. Il viso potrebbe essere teso, le narici dilatate, la mascella serrata. Potrebbe camminare pestando i piedi e sbuffare. Quando la mente è nel mondo d'inferno, l'apparenza la tradisce: e anche se proviamo a reprimerla, prima o poi viene fuori. Non si può tenerla dentro per sempre.

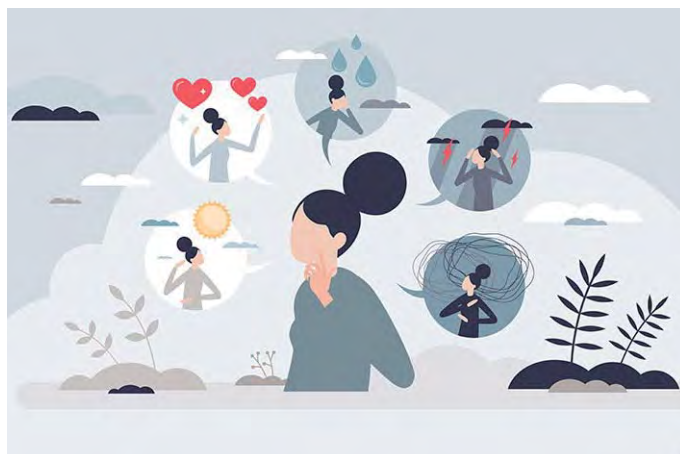
Conoscere anche solo questo piccolo frammento dei Dieci Così può aiutarci moltissimo a praticare il Dharma nella vita quotidiana.

La rabbia non fa stare bene, eppure quando ci arrabbiamo spesso restiamo così per tutta il giorno, a volte anche di più. È pericoloso, perché la rabbia tende a spingerci ad agire in modi che ci faranno soffrire ancora di più o che feriranno altre persone. Se, riflettendo su noi stessi, ci accorgiamo che siamo arrabbiati, dobbiamo correggere la rotta il prima possibile.

Certo, limitarsi a dirsi «Non ti devi arrabbiare» di solito funziona poco. Ma allora cosa possiamo fare?

Il Buddismo insegna la "non dualità di mente e corpo". Significa che non solo la mente influenza il corpo, ma anche il contrario: il corpo influenza la mente. Perciò, se cambiamo il nostro *aspetto, che come abbiamo visto è il modo in cui ci presentiamo al mondo*, l'immagine che stiamo manifestando all'esterno, possiamo cambiare anche la *natura, ovvero ciò che abbiamo nel cuore*. Può sembrare controintuitivo, ma è una lezione importante che possiamo fare nostra grazie ai Dieci Così.

Ecco perché, nella Rissho Kosei-kai, si dà molta





importanza a mantenere un atteggiamento luminoso e sereno. Rendendo il nostro viso più luminoso e sereno, possiamo innalzare anche il nostro atteggiamento interiore. Il Rev. Nikkyo Niwano lo spiegava così: anche se all'inizio non ci sentiamo bene, se continuiamo a sorridere a un certo punto l'umore si alleggerisce. Al contrario, se teniamo un'espressione triste per un po', è naturale che cominciamo a sentirci giù. Si dice che il Fondatore Nikkyo, noto per la sua grande e calorosa umanità, praticasse il sorriso. I Dieci Così della Realtà ci aiutano a capirne il motivo: avere un aspetto luminoso e sereno può aiutarci ad avere una mente luminosa e serena.

Se vi accorgete che la vostra espressione è tesa, che i vostri pugni sono serrati, o se avete la sensazione che le

persone vi stiano tenendo a distanza, dovrete considerare la possibilità che nella vostra mente ci sia rabbia, anche se non ne siete consapevoli. Per cambiare la vostra mente, provate a cambiare l'*aspetto* che presentate al mondo. Regalate un sorriso al mondo! Un gesto semplicissimo, ma capace di trasformare il vostro stato interiore.

E mentre praticate, cambiando il vostro "così è l'aspetto", non solo comincerete a rischiarare la vostra mente, ma inizierete anche ad avere un'influenza positiva sulle persone intorno a voi e sulla situazione in cui vi trovate. Ma di questo parleremo la prossima volta.

## Cronache dal Sangha

Rev. Kevin Roche  
Guida Spirituale del Dojo di San Antonio



### Aspetto e Natura

All'inizio di quest'anno, una splendida persona che fa parte del nostro Sangha si è seduta con me per parlare delle difficoltà emotive che stava attraversando. È una persona in buona salute, spiritualmente matura e piena di compassione. Mentre parlavamo, vedevo chiaramente quanto fosse profondamente scossa, nervosa e sfinita. Nella sua vita gli eventi avevano preso una piega inquietante che non avrebbe potuto prevedere, e lei stava cercando di orientarsi lungo un sentiero davvero impegnativo: dalla disperazione alla comprensione.

Dentro quella che potremmo chiamare la sua "capsula di sofferenza", esprimeva rabbia, delusione e frustrazione. Eppure il suo modo di porsi restava calmo, riflessivo, composto. Si percepiva con facilità che era determinata a trovare Verità e saggezza in ciò che stava vivendo. Era come osservare l'acqua di uno stagno durante una tempesta: il movimento era turbolento, sì, ma superficiale e temporaneo, in attesa della quiete profonda che è la natura dello stagno.

A rendere possibile il ritorno alla pace è stata una decisione straordinaria che ha preso: trasformare questa esperienza in un Percorso del Dharma. Nei sei mesi successivi, attraverso una pratica compassionevole e ascoltando la saggezza dei membri anziani che la guidano nel Dharma, è riuscita ad accedere a quell'intuizione che già si intravedeva nel suo vero sé, nella sua Natura di Buddha. Mese dopo mese, ha ricostruito la propria esperienza: ha fatto Sange sul suo ruolo negli eventi della sua vita, ha riletto le sofferenze in un contesto più ampio così che potessero diventare lezioni di Dharma, e ha

cercato modi sani per correggere e migliorare i propri comportamenti meno consoni.

Col passare del tempo, si è resa conto di essere immersa in uno studio avanzato di consapevolezza e accettazione, lasciando che il Dharma la guidasse fino a poter usare, un giorno, proprio quell'esperienza difficile come guida per altri.

Mi sono sentito onorato e privilegiato di poter osservare l'evoluzione metodica del risveglio di un Bodhisattva. Questa "persona nuova" era qualcuno che tutti, in qualche modo, avevamo percepito come possibile.

Per me è stato come essere uno spettatore vigile della crescita spirituale di una praticante che sbocciava. Ma è stato anche un apprendimento: imparare a vedere la Natura di Buddha in tutte le persone, così da attivare quelle condizioni che offrono un vero "campo di coltivazione" quando la causa si manifesta.



## Capitolo 2: Connettersi agli altri

### Trovare la felicità facendo crescere gli altri

di Nikkyo Niwano

Fondatore della Risho Kosei-kai



#### Abbracciare con le ali

Sembra che *hagukumu*, la parola giapponese che significa "accudire e far crescere", in origine significasse "avvolgere con le ali." L'uccello genitore avvolge l'uovo con tutto il corpo e con le piume per scaldarlo e, quando il pulcino nasce, lo avvolge ancora con le ali, proteggendolo dai pericoli mentre lo aiuta a crescere. Per questo, *hagukumu* vuol dire accudire con cura, con premura: crescere qualcuno con delicatezza, come fosse prezioso.

Ricordo che mio nonno mi infilava dentro la sua giacca imbottita, mi avvolgeva completamente e, ripetendolo più volte, mi diceva: «Diventa una persona utile agli altri, capito?» Quello era, davvero e senza aggiungere nulla, il modo in cui mi ha ha





## Far germogliare i semi del Risveglio

cresciuto abbracciandomi con le sue ali. Se mi avesse insegnato la stessa cosa facendomi stare seduto sulle ginocchia sul tatami, parlandomi con tono severo, non credo che quest'idea mi sarebbe entrata nel cuore con la stessa forza. Ecco la differenza tra il semplice "educare" e *hagukumu*, accudire con amorevole cura.

E c'è un'altra cosa importante quando si educa e si fa crescere una persona: come faceva mio padre, bisogna prendere l'iniziativa e mostrare per primi qual è il modo giusto di fare. Se si fa così, anche chi viene educato impara a conoscere la gioia di seguire un esempio e di farlo proprio.

*Bodai no me o okosashimu* (Kosei Publishing, 2018), p. 92



## Ciò che ci unisce oltre le differenze

Rev. Takashi Maeda  
Direttore della Rishso Kosei-kai Internazionale

*Nella foto: il Rev. Takashi Maeda mentre fa un discorso  
alla Cerimonia di Insediamento del nuovo Reverendo  
responsabile del Sangha dello Sri Lanka il 20 Dicembre  
2025.*



Ciao a tutti!

Alla fine dell'anno scorso ho visitato i *Dojo*, Centri per la Pratica del Dharma in Bangladesh e in Sri Lanka, e ho avuto l'opportunità di partecipare alle cerimonie di inaugurazione dei nuovi ministri. Anche se entrambi i Paesi si trovano nell'Asia meridionale, ho percepito differenze notevoli non solo nella lingua, ma anche nell'abbigliamento, nel cibo e nelle abitudini quotidiane. Eppure avevano una cosa in comune: la presenza di membri devoti che hanno accolto noi visitatori con calore, gentilezza e compassione.

Durante il mio soggiorno, nelle ore silenziose prima dell'alba, potevo sentire il vento e gli uccelli cantare. Quando chiudevo gli occhi, mi avvolgeva una sensazione misteriosa, come se non riuscissi più a capire dove mi trovassi. Anche se il paesaggio davanti ai miei occhi era diverso, chiudendo gli occhi e lasciandomi diventare un tutt'uno con la Natura, ho sentito nel profondo del cuore, davvero, che tutti noi stiamo vivendo sulla stessa Terra. In quel momento di consapevolezza, nella mia mente i volti dei membri che avevo incontrato lì, lontano da casa, si sono sovrapposti all'immagine dei Bodhisattva che, come racconta il Sutra del Loto, sorgono dalla Terra — proprio come tutti gli altri membri attivi in ogni parte del mondo.

Nel messaggio di questo mese, attraverso la poesia di Kenji Miyazawa "Senza arrendersi alla pioggia", il Maestro Nichiko ci spiega il modo di vivere dei Bodhisattva che sorgono dalla Terra: essere vicini agli altri con compassione riflettendo su ciò che possiamo fare.

Mettendo in pratica gli insegnamenti del Buddha, possiamo diventare un sostegno per il cuore di tante donne e tanti uomini. Ognuno di noi è diverso per aspetto, personalità e interessi, ma è proprio grazie a queste differenze che possiamo aiutare persone così diverse tra loro.

Dobbiamo avere fiducia nel fatto che le nostre pratiche quotidiane, anche se sembrano piccole e insignificanti, porteranno alla pace nel mondo. Continuiamo a impegnarci anche questo mese con luminosità ed energia, ciascuno valorizzando i propri peculiari punti di forza.



*Il Rev. Maeda (al centro) con i partecipanti alla Cerimonia di Insediamento nel Dojo dello Sri Lanka.*

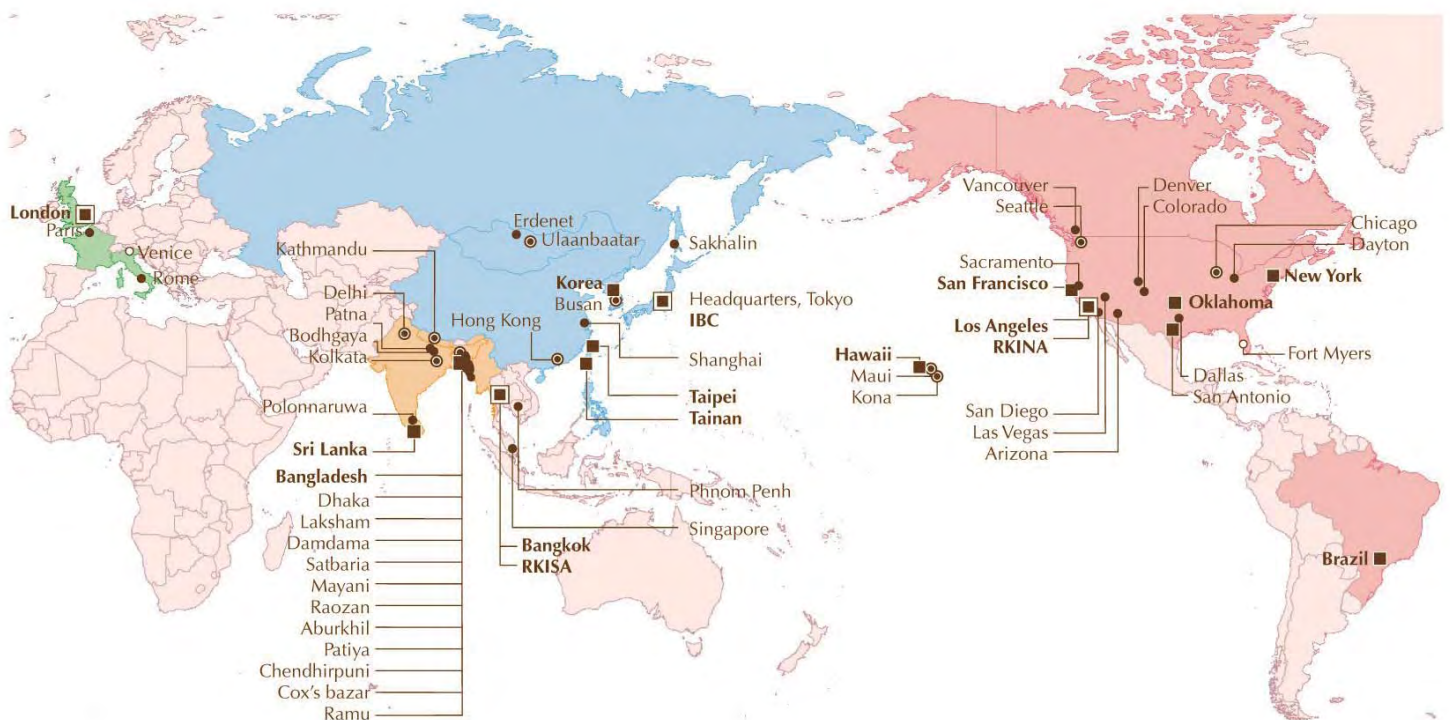


# Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



## 🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about  
local Dharma centers



facebook



X



Accogliamo volentieri i vostri commenti su *Living the Lotus*: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)