

Living the Lotus 12

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 243



L'International Buddhist Congregation della Rissho Kosei-kai
una comunità buddista per persone non giapponesi che vivono in Giappone,
per un Buddismo vivo e che connette i cuori gli uni degli altri



Visite di guida nel
Dharma a casa dei
membri



Visite guidate



Pratica dell'Hoza



Classi di Ikebana



Classi di lingua
giapponese

Living the Lotus
Vol. 243 Dicembre 2025

Direttore Responsabile: Keiichi Akagawa
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

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.

Una melodia d'insieme

Seconda parte: consapevolezza e ruolo

Rev. Nichiko Niwano
Presidente della Rissho Kosei-kai



Siamo già in uno stato di armonia

Secondo Kazuo Murakami, professore emerito all'Università di Tsukuba, «le cellule riescono a far funzionare gli organi perché, mentre ciascuna svolge il proprio lavoro, aiuta anche le altre. E gli organi, compiendo la loro funzione, sostengono a loro volta gli altri organi» (*Chichi, Gennaio 2011*). Nel numero scorso, alla luce della situazione mondiale e di ciò che oggi è importante per noi, ho toccato il tema degli atteggiamenti che spezzano l'armonia tra le persone e tra i paesi. Dal punto di vista del funzionamento del nostro corpo, è abbastanza naturale che ogni cellula aiuti l'altra per mantenere l'armonia. Vista in questo modo, sembrerebbe logico dire che la pace nel mondo sarebbe possibile solo se noi esseri umani esprimessimo la nostra innata capacità di armonizzarci, proprio come fanno le nostre cellule. Ma, come sappiamo tutti, non è affatto un'impresa facile.

Detto questo, ritengo che se si realizzasse anche solo una delle seguenti condizioni, l'armonia tra gli esseri umani e la pace nel mondo smetterebbero di essere un'utopia. Se ognuno di noi vivesse ogni giorno della sua vita con gratitudine e se le nostre famiglie fossero in armonia, avremmo un'influenza positiva sui nostri vicini e potremmo guidarli ad avere rapporti cordiali tra loro e con la comunità. Infatti, un paese pacifico, dove ognuno può condurre la propria vita nella pace interiore, otterrebbe la fiducia degli altri paesi e costruirebbe relazioni armoniose con essi.

Vi ho già parlato, in diverse occasioni, degli insegnamenti di Confucio volti a migliorare se stessi, a "mettere ordine" nella propria famiglia, a gestire gli affari di stato e a rendere il mondo un luogo di pace. Credo che dovremmo dare particolare valore al principio di "mettere ordine" nelle nostre famiglie perché, avendo a cuore la salute delle nostre "cellule" (ovvero le nostre famiglie) potremmo arrivare a un mondo di pace. Penso che la famiglia sia un vivaio: solo se i suoi membri stanno bene tra loro si possono formare persone in grado di riconoscere la via umana, e saranno proprio queste persone a portare il frutto della pace nel mondo.

Cosa significa amare davvero il proprio paese?

A proposito: nella vita di tutti i giorni, quali ruoli svolgete nelle vostre famiglie, nel vostro quartiere, a scuola o sul lavoro? Siete consapevoli di quale contributo portate, di quale attività rivolta ad aiutare svolgete? Vi pongo questa domanda perché, richiamando l'esempio delle cellule citato prima, l'armonia si mantiene quando ciascuno adempie al proprio ruolo e pratica azioni di altruismo.

Perciò, per accordarci con le persone che ci stanno intorno e intessere una bella armonia, è innanzitutto importante conoscere le nostre qualità distintive e i nostri ruoli, per poi realizzarli al meglio. In secondo luogo, è essenziale prestare attenzione alle voci e ai sentimenti degli altri. Per sfruttare appieno le nostre capacità, immaginiamoci membri di un'orchestra sinfonica: ascoltiamoci l'un l'altro, facendo attenzione a non suonare troppo forte e a non stonare. In questo modo si genera un'armonia che mette a proprio agio tutti i presenti. Inoltre, se ognuno di noi riesce a scambiarsi con sincerità le parole che il fisico teorico Haruo Saji definisce «le parole che salvano una società dal caos», ovvero "grazie", "è merito tuo", "sosteniamoci a vicenda" e "mi dispiace" allora quell'armonia potrà durare a lungo.

Il Rev. Nikkyo Niwano, nostro Fondatore, ha affermato che «le persone che non amano davvero il proprio paese non possono aspettarsi che chi le circonda empatizzi con loro.» In altre parole, l'amore per la patria tra i cittadini di un dato paese è una condizione preliminare per l'armonia con le altre nazioni. Tuttavia, questo tipo di patriottismo non si fonda sul nazionalismo o su aspirazioni egemoniche che tendono a condurre alla guerra. Piuttosto, è uno stato d'animo che, visto l'amore che proviamo per il nostro paese, ci fa pregare e desiderare di renderlo davvero pacifico. È quel tipo di mentalità che ci fa sperare di lasciare ai figli e ai nipoti un luogo in cui possano vivere con serenità, e che ci rende disposti a cooperare con gli altri. Come possiamo dichiarare guerra a gente di un altro paese pur sapendo che quelle persone amano la loro terra esattamente come noi amiamo la nostra? In altre parole, il patriottismo di cui vi sto parlando significa rispetto per il prossimo. A volte, esso si trasforma in una forza dinamica che ci spinge a migliorarci attraverso l'introspezione e l'umiltà.

Dovremmo essere tutti quel tipo di persone che non dimenticano mai quale sia la vera via dell'essere umano, cioè amare la propria terra e voler bene agli altri, facendo di noi stessi una luce e tenendo il Dharma come nostra luce. Solo così potremo portare nel mondo la felicità del condividere invece di quella dell'appropriarsi, e affidare alle generazioni future un mondo migliore.



Intervista

Ricorrere ai Social Network per disseminare il Dharma

Intervista a Cendrawati

membra indonesiana dell'International Buddhist Congregation (IBC) della Rissho Kosei-kai

Quando sei arrivata in Giappone, e perché?

Dopo essermi diplomata alla scuola superiore a Medan, sull'isola di Sumatra in Indonesia, nel luglio 2016, ho fatto domanda per una borsa di studio del Ministero dell'Istruzione, Cultura, Sport, Scienza e Tecnologia del governo giapponese, motivata dalla mia ammirazione di lunga data per il Giappone. Nel dicembre 2016 ho superato l'esame richiesto e nell'aprile 2017, all'età di diciotto anni, sono arrivata in Giappone come studentessa internazionale borsista.

Inizialmente ho studiato giapponese in una scuola di lingua, poi ho studiato contabilità in un istituto professionale. Nell'aprile 2020 mi sono trasferita alla Facoltà di Economia dell'Università Komazawa, dove mi sono laureata nel marzo 2022. Tuttavia, a causa della pandemia di COVID-19, la maggior parte delle lezioni e degli esami si svolgeva online, e questo ha reso difficile fare amicizia attraverso i club universitari o vivere la vita nel campus come avevo sperato.

Attualmente lavoro per un'azienda di Tokyo che esporta prodotti alimentari giapponesi e importa vino. A volte viaggio per lavoro sia in Giappone sia all'estero.

Quando sei entrata nella Rissho Kosei-kai, e in che modo?

Sono entrata nella Rissho Kosei-kai nel marzo 2019, e tutto è iniziato con un foglietto della fortuna.

Durante le vacanze di Capodanno del 2018 e del 2019 andai al santuario per la prima visita dell'anno e pescai un foglietto della fortuna. Stranamente, per due anni consecutivi vi era scritta esattamente la stessa frase: «Avvicinati agli dèi».

Circa il novanta per cento degli indonesiani è musulmano, ma a Medan, dove vivo, ci sono molti buddisti e numerosi templi. Essendo buddista, presi quelle parole come un importante messaggio del Buddha. Cercai subito online una comunità buddista e trovai il sito dell'IBC. Contattai quindi l'IBC via e-mail e partecipai per la prima volta all'incontro della domenica.

Quando visitai il Centro, che allora si trovava nel Dojo delle Origini, l'Antica Sede della Rissho Kosei-kai, fui colpita dall'accoglienza calorosa dei membri dell'IBC. Anche l'ampia sala di tatami del Dojo mi colpì molto, comunicandomi in modo vivido le vibrazioni della cultura giapponese, che ricordo ancora molto bene.



Cendrawati (prima fila, al centro) visita la mostra delle sculture buddhiste di Unkei al Museo Nazionale di Tokyo insieme ai membri anglofoni dell'IBC.

Cosa hai appreso dagli incontri e dalle attività dell'IBC?

Ogni settimana l'IBC organizza incontri in lingua inglese aperti alle persone di tutto il mondo.

Durante la cerimonia che si tiene la quarta domenica di ogni mese, svolgo il ruolo di lettura del testo dell'insegnamento del giorno del ministro di culto dell'IBC, il Rev. Masatoshi Kohno, e delle parole del Fondatore Nikkyo Niwano.

Spesso rimango sorpresa da quanto i messaggi di queste letture riflettano il mio stato d'animo del momento. Ho sempre l'impressione che parlino direttamente a me, offrendo proprio la guida di cui ho bisogno in quel momento. Queste esperienze hanno approfondito la mia comprensione degli insegnamenti e mi hanno dato molte nuove consapevolezze nella vita quotidiana.

Inoltre, durante la pratica dell'O-Bon che si è tenuta a luglio di quest'anno, dopo aver danzato la *Bon Odori* abbiamo cantato insieme *Heal the World* di Michael Jackson, che avevo scelto io. Ho sentito che i nostri cuori erano uniti in una preghiera per la pace, con il desiderio di guarire il mondo. È stato un momento molto toccante.

È vero che parli bene giapponese, inglese e mandarino?

La mia città natale, Medan, ha una forte presenza di residenti cinesi originari della provincia del Fujian, e molte persone parlano hokkien. Per questo la mia lingua madre

è l'hokkien, mentre la lingua ufficiale è l'indonesiano.

Ho inoltre studiato mandarino, inglese, coreano e giapponese.

Inoltre mia madre ha problemi di udito, e fin da piccola ho comunicato con lei attraverso gesti ed espressioni. Questa esperienza mi ha permesso di imparare la lingua dei segni in modo naturale.

C'è un insegnamento del Buddha che ti sta più a cuore?

L'insegnamento che custodisco più profondamente è quello secondo cui tutte le cose sono impermanenti.

Esso rivela la verità che tutto in questo mondo è in continuo cambiamento e che nulla rimane identico per sempre. Questo insegnamento mi ricorda che la tristezza e la sofferenza non dureranno per sempre, ma anche che la gioia non è qualcosa a cui aggrapparsi.

Quando lo compresi per la prima volta, provai un incredibile senso di sollievo, come se un peso fosse stato tolto dal mio cuore e fossi stata liberata dall'attaccamento. Ancora oggi questo insegnamento mi guida a vivere ogni giorno con gratitudine, equilibrio e una mente positiva.

Su quale principio della Rissho Kosei-kai preferisci focalizzarti?

Praticando Hoza all'IBC sono rimasta profondamente colpita dall'insegnamento secondo cui, quando cambiamo noi stessi, anche gli altri cambiano.

Nella vita quotidiana, quando incontriamo qualcuno con cui è difficile relazionarsi, la nostra reazione naturale è spesso quella di evitare il dialogo. Tuttavia la Rissho Kosei-kai insegna che anche quella persona possiede la Natura di Buddha e che dobbiamo imparare a vederla e a rispettarla.

Per questo, invece di cercare di cambiare gli altri, è importante prima riflettere sul nostro cuore, riconoscere ciò che in noi deve essere migliorato e impegnarci

sinceramente a cambiare.

Sono davvero grata di aver appreso un modo di vivere così positivo e compassionevole.

Cosa c'è che ti ha colpito di più della Kosei-kai?

Mi colpisce il modo in cui la comunità accoglie tutti con grande calore e gentilezza, in ogni momento, con uno spirito di apertura verso chiunque.

Partecipando agli Hoza posso apprendere la via della liberazione e uno stile di vita basato sugli insegnamenti del Sutra del Loto, mentre condividiamo tra noi esperienze, sofferenze, tristezze, dolori e gioie.

Credo inoltre che la fiducia reciproca e i legami profondi tra i membri nascano proprio dal condividere la stessa fede.

Per concludere, quali sono le tue speranze e i sogni per il futuro?

Come parte delle mie attività di comunicazione, condivido attivamente sui social media immagini di fiori di loto e statue del Buddha accompagnate da musica di sottofondo rilassante.

Recentemente abbiamo anche iniziato a discutere della creazione di un gruppo giovanile dell'IBC. Attualmente ci sono più di una dozzina di membri che parlano inglese e il nostro obiettivo è rafforzare la nostra presenza online per diffondere gli insegnamenti del Buddha e della Rissho Kosei-kai a un numero sempre maggiore di persone, soprattutto tra i giovani.

Spero che questa piattaforma sui social media possa diventare un luogo di guarigione e di incontro: una rete attraverso cui molte persone possano essere guidate e liberate dagli insegnamenti del Sutra del Loto.

In futuro, anche se non so quanto sarò capace, spero di poter utilizzare le mie competenze linguistiche per contribuire, anche solo in piccola parte, alla diffusione internazionale attraverso attività di volontariato, traducendo o facendo da interprete.



Cendrawati (quarta da destra nella seconda fila) partecipa al Bon Festival organizzato dall'IBC.

Praticare il Dharma qui e ora

La mutua inclusione dei Dieci Mondi



Proseguendo quanto pubblicato il mese scorso, siamo lieti di condividere il nuovo contributo della rubrica *Praticare il Dharma Qui e Ora*, a cura del Dott. Dominick Scarangelo, Consulente Internazionale della Risho Kosei-kai. Il titolo della serie, *Sokuze Dojo* è ispirato dal capitolo 21 del Sutra del Loto citato anche nel Kyoten, e significa "questo è il Luogo della Via". Il senso di queste parole è che ovunque possiamo essere, quello è il luogo della pratica. Questo insegnamento è un principio guida per noi buddisti laici e ci incoraggia a vivere il Dharma dovunque siamo, a casa, al



Dominick Scarangelo

In ottobre e novembre abbiamo studiato i Dieci Mondi: i sei mondi, o stati della mente, della sofferenza e i quattro mondi del risveglio. Come insegnava il Fondatore Nikkyo, non possiamo ottenere la liberazione dalla sofferenza restando nella «casa in fiamme» dei sei mondi; per raggiungere la vera felicità dobbiamo ascendere ai mondi del risveglio.

Ma ascendere ai mondi del risveglio sembra difficile. A volte quei mondi possono apparire molto lontani dai nostri stati mentali ordinari.

Tuttavia il risveglio non è lontano. Questo perché possiamo scoprire i mondi del risveglio proprio all'interno dei mondi dell'illusione.

Consideriamo il Mondo di Inferno: la rabbia. Ci arrabbiamo quando sentiamo che qualcuno non ci tratta nel modo giusto o quando pensiamo che il mondo sia ingiusto nei nostri confronti. Ciò che desideriamo è che gli altri si prendano cura di noi, che il mondo si prenda cura di noi. Vogliamo essere amati. Ma quando sentiamo di non aver ricevuto la cura e la gentilezza che meritiamo, il divario tra aspirazione e realtà accende in noi sentimenti di rabbia. Eppure, dietro la collera si nasconde il desiderio del suo opposto: la benevolenza amorevole. Questo è un seme del Mondo dei Bodhisattva presente all'interno del Mondo di Inferno.

Prendiamo un altro esempio: l'avidità del Mondo degli Spiriti Affamati. Paradossalmente, alla base della nostra avidità c'è proprio l'aspirazione alla soddisfazione. Perché una persona si abbuffa? Perché risponde al desiderio di sentirsi soddisfatta. Ma, poiché siamo ignoranti e non possediamo la saggezza del Buddha, cerchiamo di ottenere soddisfazione attraverso il consumo. Pensiamo che saremo soddisfatti se consumeremo o comprenderemo ancora una cosa, ma la nostra soddisfazione è fugace. Così continuiamo a riprovare, consumando in eccesso. Tuttavia l'aspirazione alla soddisfazione che sta dietro il Mondo degli Spiriti Affamati, cioè la mente dell'avidità, è un seme della serena appagata tranquillità che caratterizza tutti gli stati mentali del risveglio.

Questi sono soltanto due esempi che illustrano l'insegnamento del Buddha secondo cui ciascuno dei Dieci

Mondi (stati della mente) contiene tutti gli altri. Tutti e dieci i mondi si compenetrano reciprocamente. Questo è ciò che viene chiamato «mutua inclusione dei Dieci Mondi». Possiamo raggiungere i mondi del risveglio proprio perché essi sono già presenti all'interno dei mondi della sofferenza e dell'illusione in cui così spesso ci troviamo. Tutto ciò che dobbiamo fare è concretizzarli.

Ma come?

Il passo del Kyoten tratto dal Sutra degli Innumerevoli Significati ci offre importanti indicazioni su come fare. Per esempio, se sono caduto nel Mondo di Inferno e la mia visione è oscurata dalla rabbia, posso impegnarmi a praticare la compassione. Questo può essere qualcosa di semplice, come illuminare la giornata di una persona dall'aria triste con un sorriso gentile. Se sono caduto nello stato mentale dell'avidità del Mondo degli Spiriti Affamati, posso assicurarmi di praticare la generosità. Potrei donare qualche moneta a una raccolta di beneficenza incontrata per strada oppure rinunciare a un pasto in solidarietà con le persone che soffrono l'insicurezza alimentare e donare quel denaro al movimento Dona un Pasto. Se l'invidia egocentrica verso gli altri mi conduce nel Mondo degli Asura, posso impegnarmi a cercare di gioire per gli altri. Parlando con le persone che fanno parte della mia vita posso prestare più attenzione a ciò che accade nelle loro esistenze e essere felice insieme a loro per qualcosa di bello che stanno vivendo.

Quando compio atti di compassione, di generosità o di condivisione della gioia degli altri, vengo trasportato nel Mondo dei Bodhisattva. Questo accade perché compassione, generosità e gioia sono già presenti anche all'interno della rabbia, dell'avidità e della gelosia. Ciò che ci è richiesto è di impegnarci con costanza nell'introspezione, riconoscendo sempre con onestà dove si trova la nostra mente. Se ci rendiamo conto di vagare in un mondo dell'illusione, questo farà naturalmente sorgere una scintilla dell'aspirazione a cambiare, a raggiungere un mondo del risveglio. In quel preciso momento di consapevolezza ho scoperto il mondo del risveglio che era rimasto latente all'interno del mondo dell'illusione.

Ma per entrare in quel mondo del risveglio devo rispondere praticando così come insegna il Buddha.

A essere sinceri, nonostante i nostri sforzi, all'inizio potremmo non provare una grande compassione, una generosità sentita o una gioia travolgente per gli altri. La nostra pratica potrebbe persino sembrarci forzata o poco sincera, e potremmo presto ricadere in un mondo dell'illusione. Ma non scoraggiamoci. I mondi del risveglio — la nostra Natura di Buddha — sono sempre presenti, anche all'interno dell'illusione e della sofferenza. E nei momenti in cui ci concentriamo sulle nostre intenzioni risvegliate, le teniamo a mente e le mettiamo in pratica, veniamo trasportati, come

attraversando un portale, nei mondi del risveglio. Più pratichiamo, più questi stati mentali diventeranno profondi e autentici, e più tempo trascorreremo nei mondi del risveglio.

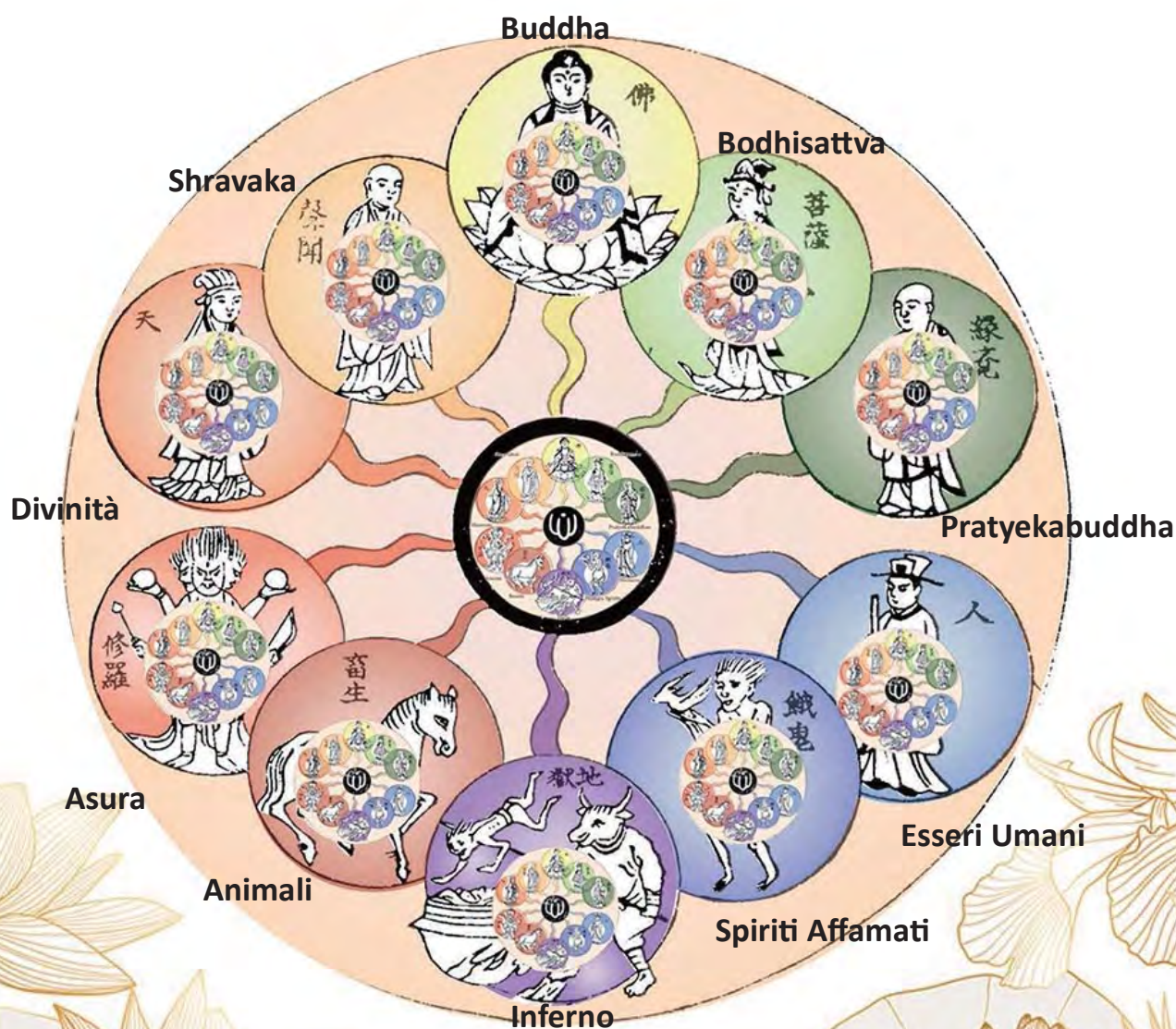


Diagramma della mutua inclusione dei Dieci Mondi basata sul diagramma dei Dieci Mondi contenuto nel Dainihon Zoku Zokyo.



Cronache dal Sangha

Rev. Dott. Kyohei Mikawa
Ministro di culto della Rissho Kosei-kai di Los Angeles

Ricordo il giorno in cui incontrai questo particolare responsabile d'ufficio. Con il tempo iniziai a sentire che criticava il mio lavoro in modo ingiusto, e le sue osservazioni ripetute e poco gentili mi traumatizzarono, lasciandomi emotivamente esausto. Dopo circa un anno cominciai a provare nausea e tremori ogni volta che percepivo la sua presenza. Paura e stanchezza mi accompagnavano ovunque.

Riconoscendo che si trattava di una vera crisi, mi rivolsi a una guida del Centro buddista Rissho Kosei-kai che frequentavo a quei tempi. Con il mio consenso, invitò due membri anziani e noi quattro iniziammo a incontrarci ogni settimana per fare Hoza, la nostra pratica del Dharma di condivisione e riflessione in gruppo.

Ricordo il sollievo che provai durante il primo Hoza. Raccontai apertamente le mie difficoltà e la delusione che provavo verso me stesso per non riuscire ad affrontare la situazione. Invece di darmi consigli o cercare di risolvere il problema, si limitarono ad ascoltarmi e a pormi domande gentili: «Puoi descrivere come si manifesta il dolore quando ti critica o ti ferisce?» e anche «Che cosa ti prosciuga di più emotivamente nella comunicazione con lui?»

Mentre parlavo, rimasi sorpreso dalle molte parole di risentimento e di rabbia verso il mio superiore che uscivano da me. Mi resi conto che avevo represso quelle emozioni per molto tempo. La mia mente, occupata da risentimento e rabbia, trovò finalmente conforto nello spazio compassionevole che avevano creato per me. Non provavo vergogna né paura di essere giudicato. Divennero uno specchio stabile che mi aiutava a vedermi con chiarezza, ponendo domande delicate senza aspettarsi una risposta precisa né cercare di orientarmi in una direzione particolare.

Nei mesi successivi continuarono a praticare Hoza assieme a me, e gradualmente acquisii una consapevolezza più profonda della natura del mio risentimento e della mia rabbia. Compresi che ciò che desideravo davvero era cambiare il mio rapporto con il mio responsabile, trovando il coraggio di dirgli la verità. Desideravo esprimere davanti a lui le mie emozioni con onestà e gentilezza, per vedere che cosa sarebbe accaduto.

Un giorno decisi di parlare direttamente con lui. Avevo paura, ma a casa feci molte prove ripetendo ciò che volevo dire. Alla fine mi espressi con sincerità, ma con gentilezza e senza accuse. Gli dissi che mi sentivo

ferito e gli chiesi di smettere di trattarmi in quel modo. Rimase in silenzio e disse di essere sorpreso, perché non aveva mai avuto l'intenzione di ferirmi.

Poi accadde qualcosa di straordinario. Le ferite dolorose del risentimento e della rabbia in qualche modo si dissolsero. Inoltre, con mia sorpresa, anche lui iniziò a cambiare. Le sue parole e il suo comportamento nei miei confronti divennero visibilmente più gentili, anche se il mio intento non era cambiare lui, ma semplicemente dire la mia verità con coraggio e compassione.

L'incontro con la durezza di questo superiore (il Mondo di Inferno), il risentimento e la rabbia che sorsero dentro di me (il Mondo degli Asura) e il mio desiderio di chiedere aiuto (il Mondo degli Esseri Umani) furono diverse espressioni della mia aspirazione interiore.

Qual è la natura fondamentale di questa aspirazione?

Questa domanda rimanda alla natura inconcepibile della vita umana: ogni volta che sperimentiamo la sofferenza, nello stesso tempo nasce in noi un desiderio innato che essa finisca. Quando qualcosa ci provoca disagio, cerchiamo naturalmente sollievo; quando abbiamo freddo, desideriamo il calore. Desideriamo liberarci dal dolore della sofferenza.

Da dove nasce questa aspirazione? La sua origine è inconcepibile, e tuttavia la natura umana fa sì che la nostra vita continui e che ci impegniamo per porre fine alla sofferenza, nostra e degli altri. La natura di questa aspirazione è, alla radice, il desiderio innato di essere liberi dal dolore della sofferenza, ed è la stessa compassione senza limiti del Buddha presente in ciascuno di noi. Questa natura compassionevole è intrinseca e non può essere né aggiunta né sottratta, qualunque sia il Mondo che stiamo attraversando in un determinato momento della vita.

L'insegnamento della mutua inclusione dei Dieci Mondi ci mostra che la natura umana che si esprime come aspirazione è essa stessa il cuore compassionevole del Buddha che pervade tutti i Mondi.



Capitolo 2: Connettersi agli altri

Esprimete gratitudine per la compassione del Buddha

Rev. Nikkyo Niwano

Fondatore della Rissho Kosei-kai



Durante un ricevimento per le delegazioni cinese e giapponese partecipanti alla terza Assemblea Generale di Religions for Peace, i delegati cinesi donarono al Fondatore Nikkyo Niwano un rilievo raffigurante la testa del Buddha (New York, 1979).

Dimenticare se stessi e mettere gli altri al primo posto

Quando guidiamo una persona sulla Via del Buddha, il punto essenziale è farlo con uno spirito di compassione, con il desiderio sincero: «Vorrei che questa persona potesse trovare la vera felicità».

Saicho, noto come "Grande Maestro Dengyo", fondò il tempio Enryakuji sul monte Hiei e diede origine alla scuola Tendai del Buddismo giapponese. Fu proprio il Grande Maestro Dengyo a dire: «Dimenticare se stessi e portare beneficio agli altri è la più alta espressione della compassione». Vorrei che riflettete profondamente su queste parole.

Dimenticare se stessi, essere gentili con gli altri e aiutarli a risolvere le loro difficoltà: questo è il comportamento di un bodhisattva.

Finché una persona non entra nel Dharma, il suo modo di vivere resta incerto. Procede a tentoni nell'oscurità, agitandosi senza direzione, rallegrandosi o rattristandosi a seconda dei cambiamenti delle circostanze. Quando però entra nel Dharma del Buddha, comincia a riconoscere un'unica via nella vita: la gioia di dedicarsi agli altri. Allora la mente trova stabilità.

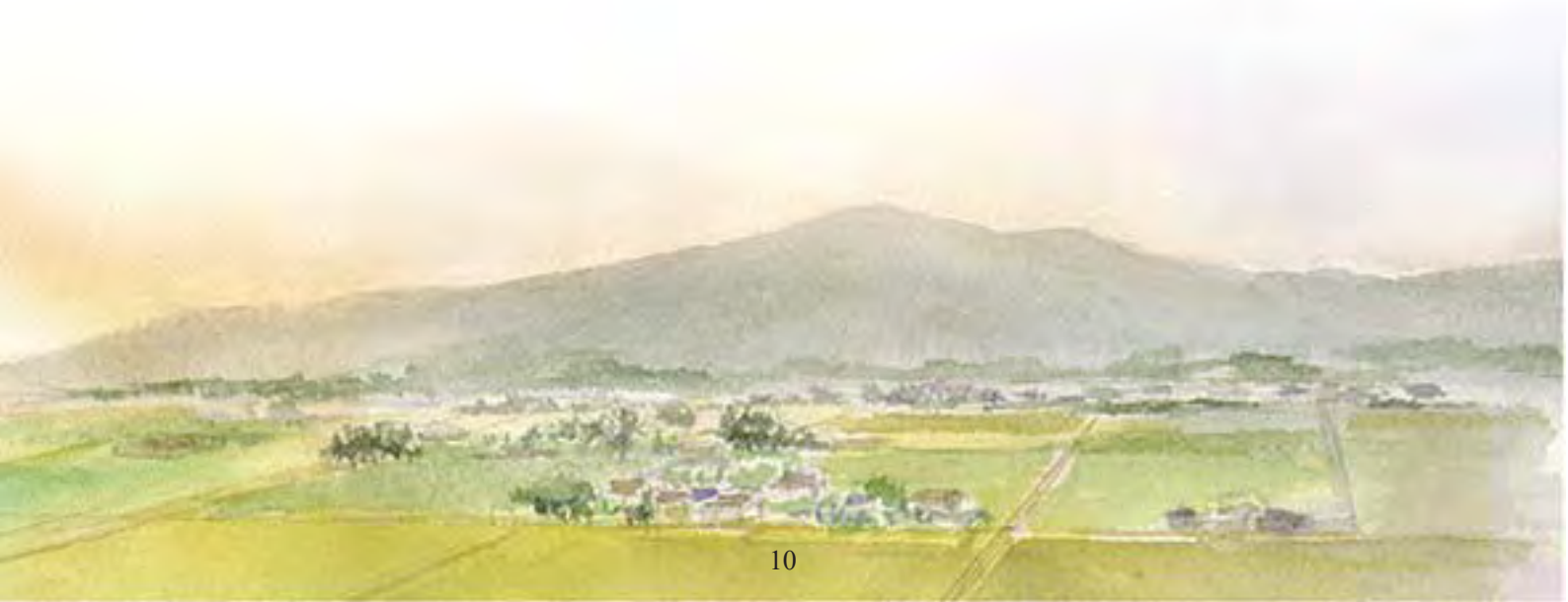
L'unico vero modo per guidare gli altri lungo la Via è farlo con un cuore di compassione, desiderando sinceramente che possano imboccare quest'unico cammino.

La maggior parte di coloro che leggono queste righe è già stata guidata al Dharma da qualcuno. In effetti, anche in quel caso si è trattato della guida dell'Onorato dal Mondo Shakyamuni, il Grande Benefattore, il Maestro dell'Insegnamento. Ma vi rendete davvero conto dell'immensa benevolenza del Buddha? Se vi sembra difficile percepirla pienamente, provate a guidare anche una sola persona sulla Via.

C'è un detto giapponese che recita: «Si comprende l'amore dei genitori quando si hanno dei figli». Allo stesso modo, quando si guida qualcuno lungo la Via, si arriva a comprendere profondamente la gratitudine che dobbiamo a chi ci ha guidato. E insieme a questa gratitudine si sentirà anche, in modo autentico, la grande benevolenza del Buddha Shakyamuni, che è all'origine di tutto.

Come ho detto, trasmettere l'insegnamento del Sutra del Loto con il desiderio «Vorrei che questa persona diventasse felice» è il vero modo di ripagare la grande benevolenza del Buddha.

Bodai no me o okosashimu (Kosei Publishing, 2018), pp. 88-89



Rubrica del Direttore

Con profonda gratitudine per questi cinque anni

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rishso Kosei-kai International



*Il Rev. Keiichi Akagawa (a destra) stringe la mano
al suo successore, il Rev. Takashi Maeda (a sinistra).*

Rivolgo a tutti voi un saluto affettuoso. Anche quest'anno sta ormai giungendo al termine. Ripensandoci, sembra essere passato in un batter d'occhio. Come state vivendo questo intenso mese di dicembre?

Questo mese riceviamo un messaggio del Presidente Nichiko Niwano che colpisce profondamente il cuore. Egli ci spiega che un mondo di armonia, impossibile da realizzare da soli, nasce dalla consapevolezza di ciascuno e dall'impegno nel compiere il proprio ruolo. Il suo messaggio richiama l'insegnamento che il Fondatore Nikkyo condivise quarant'anni fa: «La pace nel mondo può essere realizzata più facilmente di quanto pensiamo. Basta che ciascuno sviluppi consapevolezza di sé e agisca in armonia». Riflettendo su queste parole, sento rinnovarsi in me la gratitudine, rendendomi conto che i messaggi mensili del Maestro Nichiko sono essi stessi una manifestazione della sua compassione, che ci richiama continuamente alla consapevolezza.

Inoltre, parlando del mondo di armonia, il Presidente fa riferimento anche al funzionamento delle cellule del corpo umano. Da quel passaggio mi torna alla mente l'espressione «altro-sé», che il Presidente cita spesso dal maestro zen Dogen. «Studiare se stessi significa dimenticare se stessi» vuol dire che, quando dimentichiamo noi stessi, diventiamo quell'«altro-sé» che vive senza separazione dagli altri: non ci affermiamo a spese degli altri, ma neppure ci lasciamo trascinare dagli altri fino a perdere noi stessi. Il vero sé si manifesta qui e ora come la funzione che sostiene gli altri. Desidero continuare a impegnarmi per vivere in questo modo.

Permettetemi anche di condividere una notizia personale. A seguito di recenti cambiamenti nell'organizzazione, ho lasciato il mio incarico di direttore di Rishso Kosei-kai International. A partire da questo mese ho assunto un nuovo ruolo come ministro di culto responsabile del Dojo dello Sri Lanka e di quello del Bangladesh, nell'Asia meridionale. Vorrei inoltre presentarvi il mio successore, il Rev. Takashi Maeda, che ha servito come ministro di culto del Dojo di Itabashi a Tokyo. È una guida spirituale di grande esperienza, con molti anni di servizio sia nella gestione della sede centrale sia nelle attività di diffusione del Dharma. Sono certo che saprete accoglierlo con fiducia e sostenere il suo lavoro.

Con questi cambiamenti, devo purtroppo informarvi che questo sarà il mio ultimo contributo alla «Rubrica del Direttore». Desidero esprimere la mia più sincera gratitudine a tutti gli amati lettori di *Living the Lotus*, che negli ultimi cinque anni mi hanno sostenuto con tanto calore.

D'ora in avanti continuerò, come divulgatore del Dharma, a condividere e incarnare il cammino del Buddismo laico che ci è stato insegnato dal Fondatore e dal Presidente, senza correre ma anche senza fermarmi lungo la via.

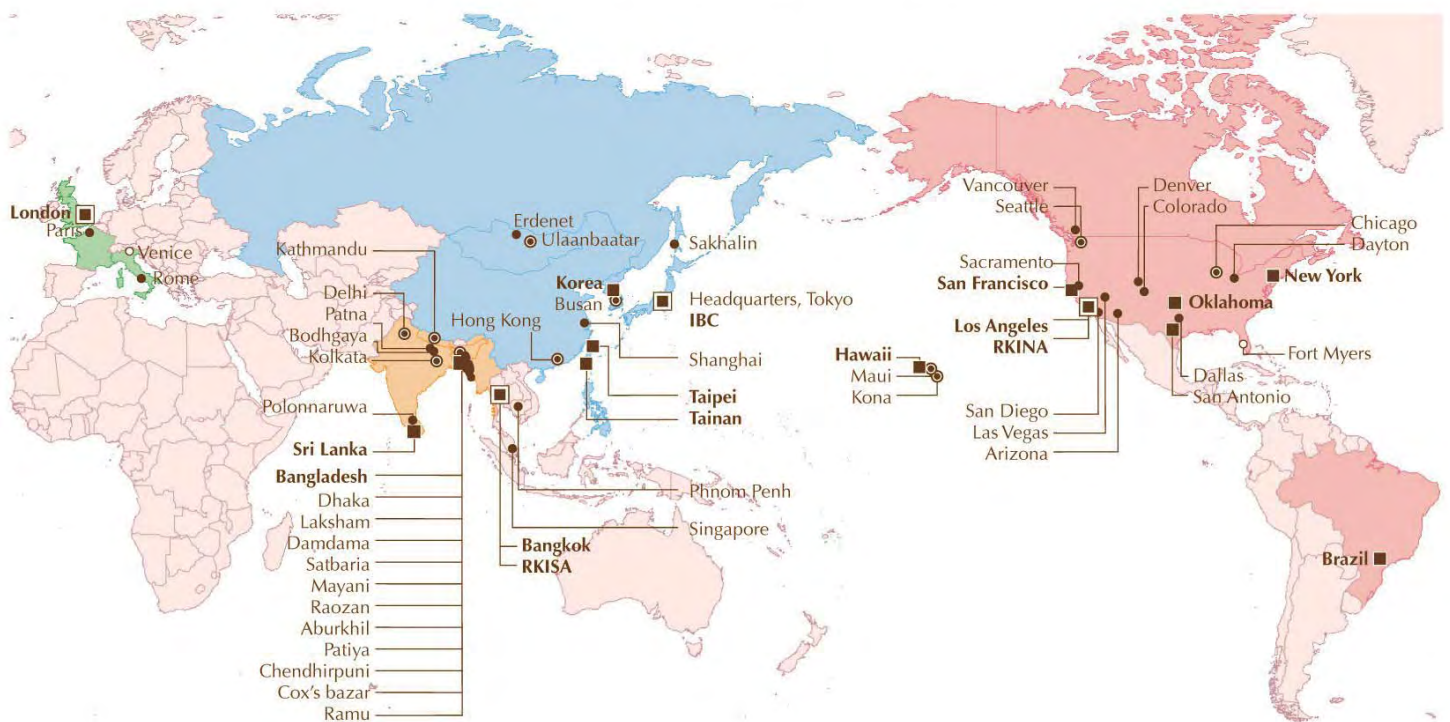
Vi ringrazio di cuore per il vostro continuo sostegno alla Rishso Kosei-kai International e a *Living the Lotus*.

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about
local Dharma centers



facebook



X

