Living the Lotus 3

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 246

L'8 Febbraio i giovani membri cambogiani e thailandesi hanno pregato per la Pace tra i loro confini; il Sangha Globale della Rissho Kosei-kai si è unito a loro.

Living the Lotus
Vol. 246 (March 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

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.

Riflessioni sull'Unità

Rev. Nichiko Niwano
Presidente della Rissho Kosei-kai

La visione dell'Essere Umano e del Mondo nel Sutra del Loto

Il testo sacro a cui noi membri della Rissho Kosei-kai ci affidiamo, inutile anche dirlo, è il *Triplice Sutra del Fiore del Dharma*, il quale è composto da tre sutra: il Sutra degli Innumerevoli Significati, il Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso e il Sutra sul Metodo per Contemplare il Bodhisattva Sapienza Universale. In particolare, custodiamo con cura la visione dell'essere umano e del mondo così come viene indicata nel Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso, ovvero il Sutra del Loto.

Questa visione dell'essere umano consiste nel cominciare a sviluppare la compassione nel proprio cuore, desiderare che la felicità di chi ci sta intorno aumenti e che la sofferenza diminuisca e agire di conseguenza. In altre parole, è una visione secondo cui l'essere umano si trasforma in Bodhisattva. Questa visione del mondo del Sutra del Loto insegna che, se ognuno di noi prendesse coscienza che tutti, nessuno escluso, siamo bodhisattva, e manifestasse la propria Natura di Buddha, il Mondo Saha (ovvero il mondo reale in cui viviamo) si trasformerebbe nella Terra della Luce Tranquilla.

Sono anche convinto che il Sutra del Loto sia l'insegnamento che ci spiega con chiarezza che dai grandi problemi del mondo che vediamo ogni giorno alle questioni più vicine a noi, nulla potrà essere risolto finché penseremo che "qualcuno" o "qualcosa" possa farlo al posto nostro. Finché non capiremo che ognuno di noi deve alzarsi in piedi e agire senza deviare dalla Via dell'Umanità proprio come se fossimo sorti dalla Terra, non ci sarà davvero niente che potrà essere risolto.

Forse vi sembrerà un'interpretazione un po' grossolana, ma è esattamente questo ciò che ci dice il Sutra del Loto: siamo proprio noi, persone anonime, comuni, che abbiamo la capacità e la responsabilità di risolvere i problemi della vita e del mondo. Il Sutra del Loto sprona tutti noi comuni mortali a risvegliare la nostra consapevolezza di essere dei bodhisattva. A sostenere tutto ciò c'è il cuore stesso del sutra: l'idea che "tutte le vite sono parte di un'Unica, Grande Vita che le sostiene", e che "Tutto è Unità".

L'Universo è Unità, il Mondo è Unità

«Lo scopo per cui ho fondato questa comunità era uno solo: salvare le persone.» Queste sono parole che il Fondatore pronunciò molto tempo fa. Forse vi sembrerà solo una delle tante interpretazioni del Sutra del Loto, ma quando assaporiamo fino in fondo lo spirito fondativo della Kosei-kai poniamo anche le basi per incidere nel nostro cuore un'idea dirompente: "Tutto è Unità." Un'idea che si trasforma in forza motrice per liberare le persone, ovvero salvarle dalla sofferenza.

"Tutto è Unità." Naturalmente questa è una prospettiva fondata sull'insegnamento dell'Unico Veicolo del Sutra del Loto. Se vogliamo metterla in modo più semplice potremmo dire così: "l'universo è Unità, la Terra è Unità, il mondo è Unità".

La Terra è nata in un universo che continua a evolversi proprio come un unico organismo vivente. Ogni cosa su questa Terra esiste in una condizione di interdipendenza reciproca. Questo significa che ogni cosa esiste perché esiste tutto il resto: un mutuo supporto della vita. Ecco perché possiamo considerare l'intero universo come un'Unica Grande Vita e la vita di ciascuno di noi come un tutt'uno con essa. E anche nel campo della spiritualità ciò che molte religioni — pur nella loro pluralità — condividono è l'insegnamento dell'unità di tutte le cose e il concetto di "compassione" e di "amore". Più di ogni altra cosa, poi, siamo "un' unità" nel sentimento di riverenza e rispetto verso ciò che è sacro, verso il divino o il Buddha. E dunque, se tutti, non soltanto le persone di fede, se ognuno smettesse di puntare il dito sui dettagli che dividono e rivolgesse invece lo sguardo su ciò che abbiamo in comune, riconoscendo che siamo "un'unità", allora nel cuore di ciascuno nascerebbero una compassione più profonda e uno spirito di ben più ampia tolleranza: un mondo di liberazione che si espanderebbe, portando con sé serenità e fiducia nella vita. Nonostante ciò, è chiaro che gli esseri umani non riescono a farlo.

Su questo punto, il Fondatore Nikkyo Niwano ammoniva così: «Ogni persona ha la sua individualità, la sua posizione, le sue circostanze. Una volta compreso questo, sentiremo nascere spontaneamente un sentimento di generosità nel nostro cuore. È questo ciò che ci consentirà di accogliere l'altra persona.» Al contempo, alla terza Assemblea della Conferenza Mondiale delle Religioni per la Pace (1979), il Fondatore lanciò un monito che sembra leggere in anticipo la condizione della Terra e del mondo: «È del tutto evidente che ormai il mondo debba andare oltre i nazionalismi dalla mentalità chiusa e dirigersi verso una cooperazione tra macro-aree e, infine, arrivare a un *Terra-centrismo*.» Anche se da allora è passato circa mezzo secolo, lo spirito fondativo della nostra comunità — ovvero "salvare le persone", liberarle dalla sofferenza — non è stato ancora realizzato a sufficienza. Questo pensiero mi pesa nel cuore, e vorrei quindi assaporare di nuovo, insieme a tutti voi, la missione di costruire un mondo dell'*Unità,* nel quale tutti si sostengono gli uni con gli altri, uniti proprio come un'unica entità.

Intervista

L'urgenza interiore di affidare il Dharma a chi cerca la Liberazione qui e ora

Marcus Staff

Rissho Kosei-kai del Regno Unito

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

Ho incontrato per la prima volta gli insegnamenti della Rissho Kosei-kai nel 2001. Fin dall'adolescenza ero interessato alla religione e alla dimensione spirituale che va oltre il mondo materiale. Col tempo ho sviluppato un forte interesse per il Buddismo e ho iniziato a studiarlo attraverso diversi libri. Tra i testi buddisti che mi sono capitati tra le mani ce n'era uno intitolato *Fire in the Lotus*, che trattava del Sutra del Loto e dell'insegnamento di Nichiren. Quel libro ha acceso in me un grande interesse per il Sutra del Loto, e il suo contenuto ha risuonato profondamente nel mio cuore: sentivo che era qualcosa che si accordava intimamente con me. Nelle pagine dedicate alle organizzazioni buddiste ho trovato una breve presentazione della Rissho Kosei-kai.

In seguito ho contattato la Rev. Megumi Hirota (oggi Direttrice degli Affari Generali presso la Sede Centrale), che all'epoca era la rappresentante della Rissho Kosei-kai del Regno Unito a Oxford. Ho incontrato personalmente la Rev. Hirota, che mi ha introdotto agli insegnamenti e alla pratica della Rissho Kosei-kai. Gradualmente ho iniziato a partecipare alle recitazioni periodiche, ai riti per gli antenati e agli Hoza, e ho cominciato a praticare come membro del Sangha nel Regno Unito. Fino all' apertura del Dojo di Londra nel 2020 e all' assegnazione del Rev. Kyoichiro Hosoya come responsabile, mi sono principalmente dedicato alle attività di diffusione del Dharma insieme ai membri del Sangha a Cardiff, nel Galles del Sud, dove vivo, a circa 250 chilometri da Londra.

Puoi raccontarci un'esperienza o un evento che abbia rappresentato una svolta o abbia avuto un' influenza significativa sulla tua pratica della fede?

La partecipazione alla terza Assemblea Mondiale del Shanga (*World Sangha Assembly*) nel 2006 è stata una svolta decisiva nella mia vita. In quel periodo soffrivo di depressione e attraversavo giorni molto difficili. Quando ho ascoltato, nel Grande Santuario,

Marcus Staff

la testimonianza di un Cammino nel Dharma[1] di una dei membri del Dojo di Los Angeles, sono stato profondamente toccato e ho ricevuto un enorme coraggio.

Nonostante avesse affrontato più interventi chirurgici per un tumore al cervello, attraverso la fede aveva coltivato una grande forza interiore, mantenuto un atteggiamento positivo verso la vita e espresso una sincera gratitudine. Ascoltandola, qualcosa dentro di me è cambiato. Invece di concentrarmi sull'eliminare la sofferenza causata dalla depressione, ho deciso di accogliere la malattia come parte della mia vita e di "vivere con essa" da quel momento in poi.

Allo stesso tempo, ho iniziato a provare gratitudine per la vita che mi viene donata ogni giorno. Mi sono anche chiesto: «Condividendo il Sutra del Loto, gli insegnamenti della Rissho Kosei-kai e la mia esperienza con la depressione e l'ansia, potrei forse essere di aiuto a qualcuno?»

Attraverso l'insegnamento dell'impermanenza di tutte le cose, ho compreso che nulla, né il bene né il male, dura per sempre. Proprio perché tutto è in

continuo mutamento, ho deciso di dare valore al vivere pienamente qui e ora, di affrontare con sincerità ciò che ho davanti e di agire di conseguenza.

Sappiamo che ora sei attivo nella diffusione del Dharma in Galles. Con quale atteggiamento ti dedichi a questa attività?

Mi dedico alla diffusione del Dharma spinto dal sentimento che non posso fare a meno di condividere questo meraviglioso Dharma con chi, proprio ora, in questo momento, sta cercando la Liberazione e ne ha bisogno. Credo che gli insegnamenti della Kosei-kai esprimano verità universali valide per chiunque, in qualsiasi momento. Sono insegnamenti che possono essere applicati nella vita quotidiana come Buddismo pratico. Penso che questa sia la caratteristica principale e il grande fascino della Rissho Kosei-kai.

Con questa convinzione nel cuore, desidero condividere gli insegnamenti del Sutra del Loto con quante più persone possibile, affinché anche loro possano essere liberate e trovare la felicità, così come è accaduto a me. Per far questo, il sostegno del Sangha è essenziale, e spero sinceramente di poter ampliare sempre più questo cerchio.

Marcus con i membri del Galles del Sud davanti al suo Altare di casa.

Marcus mentre guida la recitazione del sutra a casa di un membro nelle West Midlands.

Lo scorso ottobre hai ricevuto la qualifica di Kyoshi nella Grande Aula Sacra. Quali sono ora i tuoi sentimenti?

Ricevere questa qualifica è un grandissimo onore. Per me, come membro della Rissho Kosei-kai che pratica da molti anni, rappresenta una tappa importante e l'inizio di una nuova fase della pratica.

D'ora in avanti intendo dedicarmi pienamente alle attività di diffusione soprattutto in due regioni: il Galles del Sud, dove vivo, e le West Midlands in Inghilterra. In concreto, desidero rafforzare il legame dei membri con il Dharma e riunirci regolarmente per praticare insieme le attività fondamentali della Rissho Kosei-kai, come la recitazione del Sutra e l'Hoza, sia a casa mia sia nelle case dei membri in ciascuna regione.

Quali aspetti della Rissho Kosei-kai ti attraggono maggiormente?

Come ho già detto, credo che gli insegnamenti della Rissho Kosei-kai siano universali e rappresentino una forma di Buddismo pratico. Oltre a questo, considero l'Hoza uno dei suoi maggiori punti di forza.

L'Hoza la pratica di condividere nel Sangha le gioie, i dolori e le sofferenze della vita, incoraggiandoci e ispirandoci reciprocamente mentre percorriamo la Via basandoci sugli insegnamenti del Buddha. Per me è questo il senso

di praticare Hoza.

Ora che ho ricevuto la qualifica di Kyoshi, avrò probabilmente più occasioni di praticare come Hozashu.[2] In quei momenti penso sia fondamentale entrare in relazione con i membri ascoltandoli con attenzione ed empatia. Attraverso un ascolto compassionevole, desidero creare uno spazio in cui ciascuno possa aprire il proprio cuore in modo naturale, alleggerirsi dei propri pesi e parlare delle proprie sofferenze con serenità.

Infine, quali sono i tuoi obiettivi di pratica?

A livello personale desidero continuare con costanza le pratiche di ogni giorno, come la recitazione mattutina e serale del Sutra del Loto, fare Michibiki,[3] praticare Hoza, servire come Hozashu, partecipare alle altre attività e crescere sempre di più come devoto.

Inoltre, come guida spirituale, considero un obiettivo importante sostenere con tutto il cuore ogni membro del Sangha. Sono il primo Kyoshi britannico del Galles, e spero che in futuro possano nascere molti altri Kyoshi dal Sangha del Regno Unito. Con questo desiderio nel cuore, mi impegnerò con dedizione insieme agli altri membri per far crescere nuove guide spirituali, sulla base degli insegnamenti del Sutra del Loto.

Note

1 Cammino nel Dharma

Traduzione dell'inglese *Dharma Journey*, che nella Rissho Kosei-kai corrisponde al giapponese *seppo* ("esporre il Dharma"). Indica la testimonianza personale attraverso cui un praticante racconta il proprio percorso di trasformazione alla luce del Sutra del Loto. Non è una lezione dottrinale, ma il racconto concreto di come il Dharma sia stato messo in pratica nella vita quotidiana, divenendo esperienza viva e fonte di crescita per sé e per gli altri.

2 Hozashu

Termine giapponese che indica la persona incaricata di sostenere lo svolgimento dell'Hoza. Non dirige né insegna in senso formale, ma custodisce lo spazio di ascolto e di dialogo, permettendo ai partecipanti di esprimere liberamente le proprie esperienze. L'Hozashu favorisce un clima di fiducia e, quando opportuno, aiuta a cogliere il legame karmico (*en*) tra quanto emerge e il Dharma, offrendo eventualmente un orientamento di pratica. Il suo ruolo non è quello di guidare dall'alto, ma di far maturare il confronto alla luce degli insegnamenti del Buddha.

3 Michibiki

Guidare lungo la Via; l'azione di accompagnare e orientare gli altri verso il Dharma, attraverso l'esempio, la parola e l'ascolto sincero. Non è proselitismo né imposizione, ma una guida rispettosa che nasce dalla propria pratica e dalla compassione. È il modo concreto in cui l'insegnamento del Sutra del Loto viene condiviso nella vita quotidiana. Nel Michibiki, chi guida e chi è guidato crescono insieme lungo la Via in una relazione che permane nel tempo.

Marcus (in seconda fila, secondo da destra) con i membri del Dojo di Londra dopo la cerimonia per il ventottesimo anniversario della Rissho Kosei-kai del Regno Unito, il 23 novembre 2024.

Praticare il Dharma qui e ora

I Dieci Così della Realtà: Corpo, Forza e Funzione

di **Dominick Scarangello**

Consulente Internazionale della Rissho Kosei-kai

La volta scorsa abbiamo iniziato a esplorare il principio dei Dieci Così del Sutra del Loto — dieci aspetti attraverso cui tutte le cose prendono forma e gli eventi si manifestano. Conoscere i Dieci Così è fondamentale per praticare il Dharma nella vita quotidiana, perché ci aiuta a comprendere — e quindi a riconoscere nel momento stesso in cui accade — come i nostri stati mentali e le nostre azioni generino sofferenza oppure felicità.

Abbiamo esaminato i primi due: "così è l'aspetto" e "così è la natura", riflettendo su come cambiare il nostro atteggiamento, l'espressione del volto e il modo in cui ci presentiamo al mondo possa trasformare anche il nostro stato interiore. In Occidente tendiamo a pensare che l'espressione esteriore sia semplicemente una manifestazione del nostro stato interiore. Il Buddismo, invece, ci insegna che vale anche il contrario: il nostro stato mentale può essere influenzato dal modo in cui ci esprimiamo esteriormente. Ecco perché il Buddismo sottolinea l'importanza di un comportamento appropriato e di un agire corretto, e per questo la Rissho Kosei-kai incoraggia a mantenere, per quanto possibile, un atteggiamento luminoso e sereno.

Questa volta prendiamo in considerazione "così è il corpo", "così è la forza" e "così è la funzione".

Per "corpo" si intende la totalità del nostro essere. È l'insieme del nostro stato interiore — cioè la nostra "natura" — e della sua manifestazione esteriore — il nostro "aspetto". In modo semplice possiamo dirlo così: aspetto + natura = corpo.

Il Buddha insegna che tutto ciò che si manifesta nel nostro mondo possiede due qualità: forza e funzione. La forza è il potenziale, cioè le capacità e le possibilità latenti. La funzione è la manifestazione concreta di quel potenziale attraverso l'azione.

Riprendiamo l'esempio del mondo d'inferno — un mondo interiore dominato dall'ira. Uno stato mentale e un aspetto segnati dalla rabbia generano in noi la "forza", cioè la potenzialità, per colpire gli altri con parole o azioni, causando danno fisico o emotivo. Siamo carichi e pronti, come un giocattolo a molla, una molla compressa o un'arma già armata.

La "funzione" si manifesta quando incontriamo circostanze che offrono l'occasione di liberare quell'energia negativa accumulata. È il momento in cui la "forza", cioè l'energia potenziale, diventa energia in atto.

Ecco perché è fondamentale essere consapevoli del nostro stato mentale e del modo in cui ci comportiamo: essi preannunciano come siamo predisposti ad agire. Se riusciamo a intervenire già al livello di "così è l'aspetto" o "così è la natura", possiamo evitare di incarnare l'energia negativa della rabbia e prevenire la sua manifestazione in azioni dannose verso gli altri, prima ancora che si producano.

Al contrario, se coltiviamo gli stati mentali dei mondi dell'illuminazione e ci comportiamo di conseguenza, accumuleremo il potenziale per azioni sagge e abili, capaci di condurci alla Liberazione dalla sofferenza e di portare più luce nel mondo che ci circonda.

Se ci accorgiamo di fissare qualcuno con ostilità o di rispondere bruscamente, è importante riflettere sui nostri sentimenti e sul nostro stato interiore. Dobbiamo riconoscere che l'altra persona non è

mai la causa del nostro scatto di rabbia o frustrazione. Questo è ciò che insegnano i Dieci Così. Gli altri non sono la causa del nostro comportamento: lo siamo noi. L'altra persona è soltanto la condizione, la circostanza che offre l'opportunità di manifestare ciò che è già presente dentro di noi.

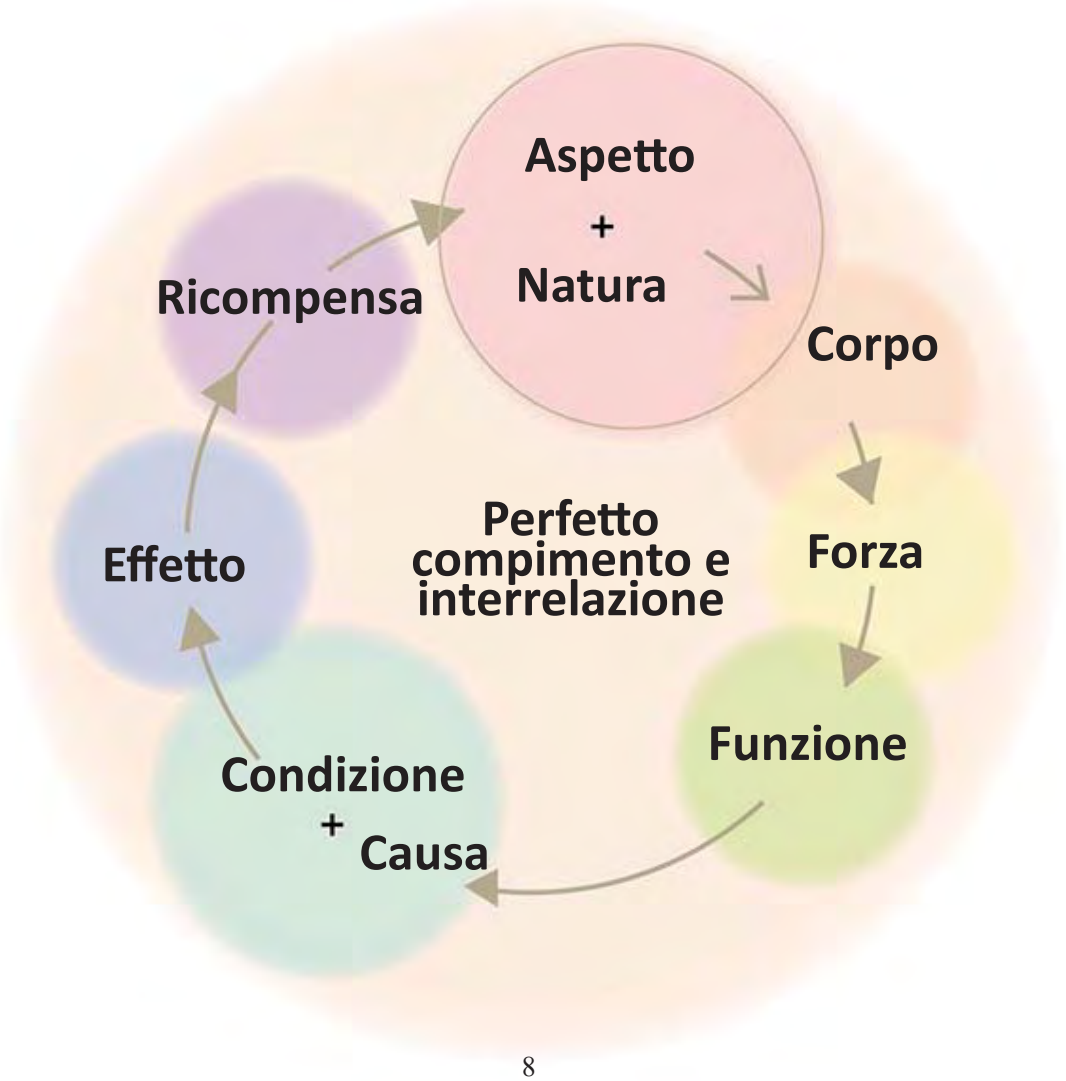
Lo si vede osservando come, in situazioni simili, una persona rimanga calma mentre un'altra esplode. Pensiamo, per esempio, a come reagiscono le persone quando devono attendere a lungo in fila in un negozio o in un ufficio pubblico. Alcuni mantengono la calma, altri perdono il controllo. Le circostanze sono le stesse, ma la risposta è diversa. La differenza risiede nello stato interiore degli individui. Non è la situazione a generare la rabbia. La radice della rabbia è dentro la persona.

Quando ci accorgiamo di rispondere bruscamente, di alzare la voce o di reagire con irritazione, non si tratta dell'altra persona. Si tratta di noi. Nessuno "ci fa" arrabbiare. Se siamo arrabbiati, è perché quel potenziale è già presente in noi. Quando pensiamo: "Tizio mi ha fatto arrabbiare", stiamo invertendo causa e condizione. Gli altri sono la condizione, il contesto, l'occasione. Noi siamo la causa.

Quando accettiamo questo e ci assumiamo la responsabilità delle nostre azioni, possiamo rivolgere lo sguardo verso l'interno e iniziare a lavorare su ciò che accade dentro di noi. Invertire causa e condizione significa cercare un capro espiatorio, e finché continueremo a farlo non compiremo mai il lavoro interiore necessario per raggiungere la Liberazione e la felicità.

Invece di attribuire la colpa agli altri, dobbiamo chiederci cosa sta accadendo dentro di noi e perché. In che modo stiamo soffrendo interiormente? E che cosa possiamo fare — come possiamo praticare — per avvicinarci all'estinzione di questa sofferenza?

Forse avrete notato che siamo entrati nell'ambito di "così è la causa", "così è la condizione" e "così è l'effetto". Di questi parleremo più in dettaglio il prossimo mese.



Cronache dal Sangha

Guarire mediante Hoza, Tedori e senso di comunità

Rev. Chris Peters
Ministro di Culto della Rissho Kosei-kai in Oklahoma (RKOK)

Per gran parte del 2024, alla RKOK abbiamo avuto un visitatore sulla trentina. Era gentile, educato, parlava con voce pacata e in genere preferiva ascoltare, anche se a volte interveniva durante gli Hoza della domenica mattina.

Con il passare del tempo nel Sangha, ci ha raccontato che, mentre viveva lontano dalla sua città natale e in un altro Stato per frequentare la scuola di specializzazione, gli era stata diagnosticata una forma di tumore e aveva affrontato le cure. Ha aggiunto poi che il tumore era in remissione già da un po', ed è stato un sollievo sapere che si stava riprendendo e che non servivano ulteriori trattamenti. Tuttavia, in lui percepivo comunque una pesantezza emotiva, una tensione che ancora non riuscivo a comprendere.

All'inizio del gennaio 2025, ha chiesto di diventare membro e, subito dopo, ha iniziato a partecipare più spesso agli incontri della domenica mattina, alle lezioni e alla meditazione. Ha cominciato anche ad aprirsi di più con me e con il Sangha, partecipando al Tedori, cioè a quella pratica di affiancamento che aiuta i membri ad approfondire il proprio legame con il Dharma. Allo stesso tempo, era presente quando altri membri del Sangha condividevano le perdite vissute durante l'anno, e ha visto come ci "facciamo spazio" a vicenda: non dando consigli diretti, ma ascoltando con cuore aperto.

Mi ha confidato quanto fosse difficile essere uno studente universitario nei suoi vent'anni e trovarsi ad affrontare così presto nella vita una malattia potenzialmente terminale. Le difficoltà erano profonde anche per un altro motivo: districarsi tra gli aspetti amministrativi del nostro sistema sanitario negli Stati Uniti; questo, per lui, era particolarmente frustrante. Inoltre, gli aspetti fisici ed emotivi delle cure e la gravità della malattia gli avevano lasciato addosso un senso di isolamento dagli altri.

Man mano che condivideva più a fondo nel Tedori e ascoltava nell'Hoza, ho visto quella pesantezza emotiva e quella tensione — che si era portato dietro nel primo anno qui alla RKOK — evaporare lentamente. Se per lui è stato in qualche modo un percorso di guarigione, per me è stato un grande apprendimento: ho visto la forza che i membri possono ricevere dalla combinazione di Hoza e Tedori. Nell'Hoza, il "fare spazio" è un modello visibile per tutti coloro che partecipano; nasce un senso di fiducia e sicurezza, e si fa strada la consapevolezza che è possibile andare oltre la sofferenza anche quando le circostanze non possono essere cambiate e devono invece essere accolte. Ho l'impressione che l'esperienza dell'Hoza che sto descrivendo agisca come una sorta di collante, capace di creare un senso di comunità nel Sangha, e che questo, a sua volta, incoraggi le persone ad affidarsi anche al percorso del Tedori.

L'impermanenza è sempre presente nella vita; ognuno affronta le sfide che si dispiegano tra nascita e morte. La malattia è un esempio evidente, la perdita di familiari è un altro; il lavoro può essere stressante o instabile, e le notizie sul mondo offrono continuamente qualcosa che può turbarci. Eppure, ogni domenica mattina, qualunque cosa stia accadendo, il Sangha è lì, disponibile ad ascoltare con consapevolezza: uno spazio sociale stabile e sicuro. Per alcune persone, il Sangha potrebbe essere l'unico ambiente sociale della loro vita che sia davvero stabile e sicuro.

Mi rendo conto che questa stabilità del senso di comunità offerto dal Sangha ci spinga — con l'incoraggiamento e l'affiancamento di un altro membro nel Tedori — ad andare più in profondità dentro noi stessi, dentro le nostre circostanze. Quando, partecipando all'Hoza, si fa esperienza di questo mediante l'ascolto, o svolgendo il ruolo di Hozashu, o anche durante il Tedori, la Natura di Buddha di chi parla prende a manifestarsi. Nel caso del nuovo membro che ho descritto, o di chiunque si lasci prendere dal Dharma, vedo con chiarezza un bisogno fondamentale dell'essere umano: essere ascoltato senza giudizio e vedere l'accoglienza "messa in pratica" in uno scambio da cuore a cuore su un tema difficile. Quando questo avviene, e la Natura di Buddha viene toccata ed espressa, le persone trovano un modo per andare avanti: non solo sopravvivere, ma tornare a fiorire.

Dopo un breve ritardo, il membro di cui ho parlato ha recentemente completato il dottorato e ha iniziato un nuovo lavoro. È molto più sereno di quando l'abbiamo conosciuto. Il suo riprendere il cammino nella vita è stato reso possibile dai suoi sforzi e dal sostegno ricevuto affidandosi ai Tre Tesori.

Capitolo 2: Connettersi agli altri

Trovare la felicità facendo crescere gli altri

di Nikkyo Niwano
Fondatore della Rissho Kosei-kai

Guardare con gli occhi della Compassione

Cresciuto in questo modo, sono diventato una persona che ha fatto del *Michibiki* e dell'accudire e far crescere gli altri la propria missione di vita. Ho fatto Michibiki a una persona, poi a un'altra e, quasi senza accorgermene, questo impegno si è trasformato nella Rissho Kosei-kai di oggi. Eppure, guidare e far crescere le persone non è mai stato per me una fatica: è una gioia che non si può esprimere a parole. Credo che non esista al mondo un lavoro capace di donare una felicità più grande.

Per crescere qualcuno, ciò che ritengo più importante, sulla base della mia esperienza, è saper scoprire ciò in cui quella persona è portata. Ogni essere umano è dotato della Natura di Buddha, il desiderio innato di migliorarsi e di rendersi utile agli altri. Perciò è sufficiente osservare la manifestazione di questa natura con uno sguardo colmo di compassione. Questo è *hagukumu*: accudire e far crescere con cura. È lo stesso modo amorevole con cui mio nonno e mio padre si sono rapportati a me.

C'è però anche chi pensa che, poiché tutti abbiamo difetti e cattive abitudini, se non li correggiamo con rigore non potremo mai diventare persone mature. Tuttavia, quando veniamo criticati, il nostro animo si affligge e si chiude. Se fissiamo lo sguardo soltanto sui difetti, finiamo per scoraggiare l'altro. Invece, con animo sereno, dovremmo cercare i suoi punti di forza, pensando: «Da qualche parte in questa persona c'è certamente un luogo da cui la Natura di Buddha può manifestarsi con facilità.»

Nel sutra si legge: «Veglia sui viventi con gli occhi della compassione. I suoi meriti sono un oceano vasto e incommensurabile» (capitolo 25, *La Porta Universale del Bodhisattva Sguardo sui Suoni del Mondo*). Quando guardiamo gli altri con occhi della compassione, il risultato è proprio questo: un senso di felicità e di gioia traboccante, come un oceano di meriti, "vasto e incommensurabile".

Nella società reale, naturalmente, non mancano le difficoltà. Tuttavia, paragonando la vita quotidiana e la pratica nella Rissho Kosei-kai al sumo, si dice: «Se il lavoro e la famiglia sono il torneo ufficiale, l'Hoza è la palestra di allenamento.»

L'Hoza è una palestra perché, per evitare di ripetere gli stessi errori nella vita di ogni giorno, i reverendi e le guide spirituali offrono indicazioni concrete, dicendo con attenzione: «Prova così», «Prova in quest'altro modo». Talvolta insegnano anche, passo dopo passo, modalità pratiche di agire, proprio come mio padre mostrava con l'esempio quale fosse il modo corretto per tagliare l'erba. Per questo l'Hoza è un luogo in cui ci si accudisce reciprocamente, dove si possono abbracciare gli altri con le proprie ali.

Bodai no me o okosashimu (Kosei Publishing, 2018), pp. 93-94

Ritornare al principio di "Tutto è Unità"

Rev. Takashi Maeda
Direttore della Rissho Kosei-kai Internazionale

Salve a tutti. Ottantotto anni fa, il 5 marzo 1938, venne fondata la Rissho Kosei-kai. Da allora, il nostro Fondatore Nikkyo Niwano ha parlato dello spirito con cui questa comunità nacque, dicendo: «Lo scopo per cui ho fondato questa comunità era uno solo: salvare le persone, liberarle dalla sofferenza.» La forza motrice di questo spirito è l'insegnamento dell'Unico Veicolo del Sutra del Loto, espresso nella frase: "Tutto è Unità".

Eppure, noi tendiamo a dividere ciò che in origine era, ed è tuttora, "uno": mente e corpo, sé e gli altri, umanità e natura, fede e vita quotidiana.

Il Sutra del Loto ci insegna che "questo luogo è davvero il Luogo della Via". In altre parole, il luogo in cui siamo ora è il *Dojo, il luogo* della pratica: la fede è la vita stessa. Per esempio, quando la mente è turbata, il corpo può inviare in silenzio segnali di squilibrio. Se impariamo ad accorgerci di questi segnali — che sorgano dentro di noi o che giungano come un richiamo del Buddha o del divino — possiamo portare gli insegnamenti nella nostra vita quotidiana e renderli vivi. Gli insegnamenti non restano chiusi nei libri: prendono vita e operano proprio nei nostri dubbi e nelle nostre fatiche di ogni giorno. Inoltre, anche se a volte ci sembra di vivere da soli, la nostra vita non è sostenuta soltanto dalla nostra forza, ma anche dalle nostre connessioni con le altre persone e con la natura.

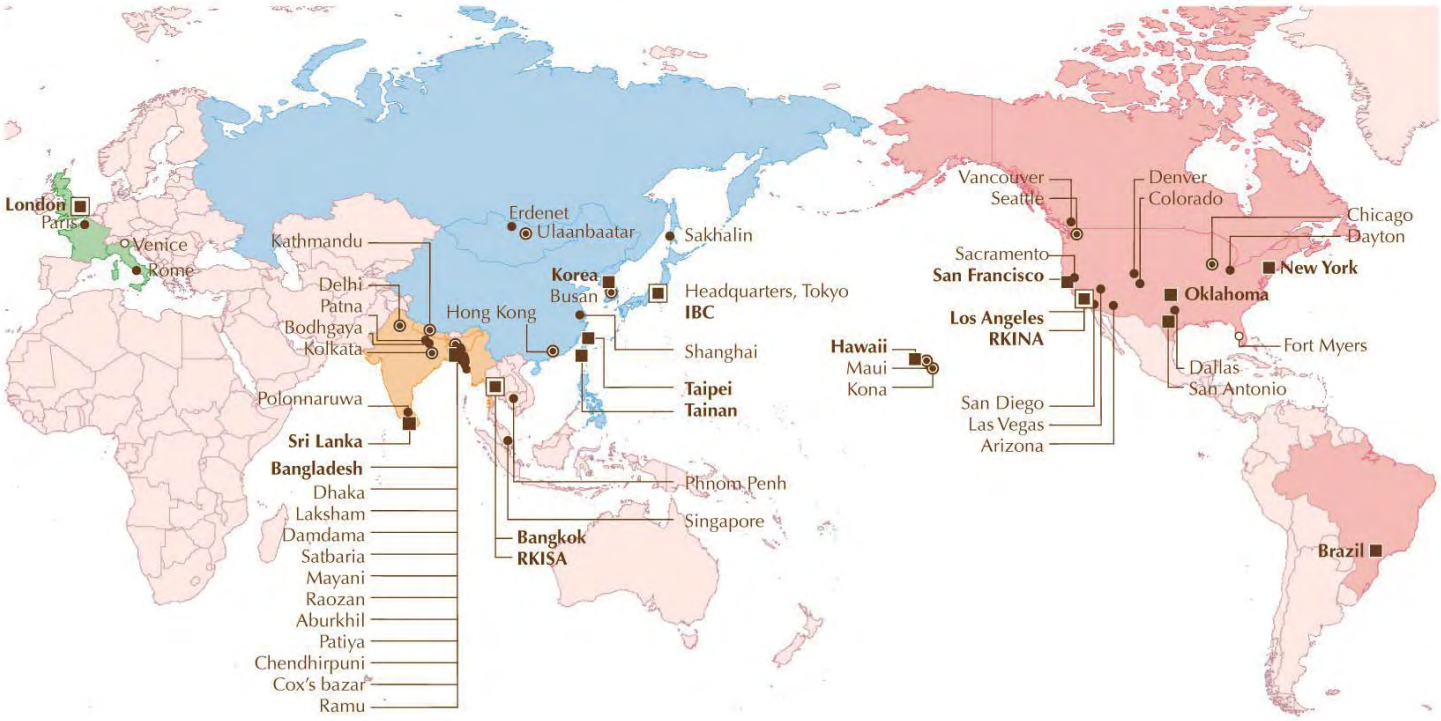
In questo mese celebriamo l'ottantottesimo anniversario della Rissho Kosei-kai: torniamo ancora una volta al principio fondamentale di "Tutto è Unità" e facciamo un nuovo passo in avanti per vivere gli insegnamenti nella vita quotidiana. La missione affidata a ciascuno di noi potrebbe essere proprio questa: incarnare, con gratitudine, le aspirazioni di coloro che ci hanno preceduti, onorando il sentiero che hanno tracciato.

Il Rev. Maeda con degli studenti di secondo anno del Seminario Gakurin dopo la sua lezione al Campus Ome lo scorso 9 Febbraio.

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter

A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

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