

Living the Lotus 8

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 251



**Tutti Dojo dell'India celebrano le settimane votive per gli antenati, dal 1° al 15 luglio.
I membri eseguono il rito di Urabon il 15 luglio con il cuore colmo di gratitudine.**

Living the Lotus Vol. 251 (Agosto 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.

Accendere un fuoco per gli altri

Rev. Nichiko Niwano
Presidente della Rissho Kosei-kai



Il Maestro Nichiko partecipa alla festa della semina del riso che si tiene a giugno nelle risaie coltivate dagli studenti del Seminario Gakurin, presso il Centro di ritiro spirituale di Ome.

Quando diciamo «per gli altri», per chi lo facciamo?

Nella vita quotidiana parliamo spesso, quasi senza pensarci, della gratitudine che proviamo per le connessioni karmiche grazie alle quali ci sosteniamo a vicenda. Espressioni come «nel momento del bisogno ci si aiuta gli uni con gli altri» oppure «in viaggio conta la compagnia, nella vita conta la solidarietà» esprimono una sensibilità che in Giappone viene accolta da lungo tempo come qualcosa di del tutto naturale.

Ho appena detto «in Giappone», ma, per esempio, nella Repubblica del Ghana, in Africa, sembra essere profondamente radicata nel cuore di molte persone la convinzione che «per quanto si possa cadere in miseria, nessuno verrà mai abbandonato a morire sul ciglio della strada». Ci sarà sempre qualcuno pronto a sostenerci e ad aiutarci. Proprio perché condividono questa fiducia reciproca, le persone possono vivere mantenendo un atteggiamento luminoso e positivo. Naturalmente, credo che in ogni parte del mondo esistano culture, consuetudini e parole che esprimono valori fondati su questo reciproco sostegno tra esseri umani.

Un altro proverbio molto familiare in Giappone è: «La gentilezza non è soltanto per gli altri». Significa, naturalmente, che la premura dimostrata verso qualcuno, passando di persona in persona, finirà per tornare anche a noi. Esprime quindi la verità che «in questo mondo ci sosteniamo gli uni con gli altri».

Le seguenti parole di Nichiren, che illustrano con chiarezza il significato e i meriti della generosità, trasmettono lo stesso insegnamento: «Quando doniamo qualcosa agli altri, aiutiamo noi stessi. È come accendere un fuoco per qualcuno: anche ciò che sta davanti a noi viene illuminato».

Eppure, sento dire che oggi alcune persone provano dubbi o disagio di fronte all'idea e alla pratica di agire «per gli altri». Non sono poche quelle che interpretano questo atteggiamento come una forma di sacrificio personale e che non desiderano considerarlo una virtù né dedicare il proprio tempo al bene di qualcun altro.

In un'epoca come la nostra, come possiamo preservare una società in cui tutti possano vivere serenamente, siano gentili gli uni con gli altri e manifestino con naturalezza, in ogni luogo, lo spirito del reciproco sostegno e dell'aiuto vicendevole, che costituisce uno dei fondamenti stessi della vita umana?

Namu, bodhisattva volontari!

Durante queste vacanze estive, alcune persone dedicheranno concretamente il proprio tempo agli altri, impegnandosi in attività di volontariato.

Un volontario è una persona che, mossa da un sentimento di premura, sceglie spontaneamente di mettersi al servizio di chi si trova in difficoltà. La parola «servizio», tuttavia, può indicare anche il servire le divinità e i Buddha. Quando, negli anni passati, ho visitato alcune delle zone colpite da gravi calamità, come quelle del Grande terremoto di Hanshin-Awaji, di cui lo scorso anno ricorreva il trentesimo anniversario, del Grande terremoto del Giappone orientale e del terremoto di Kumamoto, ho visto molti volontari lavorare instancabilmente per sostenere le persone colpite. Il loro atteggiamento era quello di chi serve le divinità e i Buddha, di chi si pone al servizio della preziosità della vita. Profondamente commosso, ho pensato dal profondo del cuore: «Queste persone sono certamente dei bodhisattva». Ogni volta che incontro simili «bodhisattva volontari», essi mi ricordano che nel cuore umano esiste il desiderio di diventare felici non soltanto da soli, ma insieme a tutti gli altri.

D'altra parte, rivolgersi a chi non riesce ad accettare l'idea di agire per gli altri dicendo semplicemente: «In questo mondo dobbiamo sostenerci a vicenda» potrebbe perfino produrre l'effetto contrario. Ognuno ha il proprio modo di pensare e imporre agli altri i nostri valori rischia soltanto di allontanare ulteriormente i loro cuori.

Tuttavia, il Buddismo insegna la reciproca inclusione dei Dieci Mondi. Ciò significa che nel cuore di ogni persona sono presenti anche il cuore del Buddha e quello del bodhisattva, e che tutti possiedono il desiderio di rendere migliore il mondo. Se crediamo in questa verità e mettiamo il nostro corpo e il nostro cuore al servizio degli altri, anche coloro ai quali le parole non riescono ad arrivare potranno comprendere, attraverso il nostro esempio, la gioia di dedicarsi al bene degli altri e la verità che, in questo mondo, tutti ci sosteniamo reciprocamente.

La nostra condotta trasmetterà loro la gioia di potersi dedicare al bene degli altri e la verità che, in questo mondo, tutti ci sosteniamo reciprocamente.

È importante che ciascuno di noi, attraverso il proprio modo di vivere, custodisca e trasmetta alle generazioni future una cultura fondata sulla premura verso gli altri.

Guardando alla situazione del mondo, non possiamo ancora dire che viviamo in una società in cui tutti riescano a condurre un'esistenza serena. Nel prossimo numero vorrei quindi riflettere ancora sulle pratiche quotidiane che possono aiutarci a vivere tutti insieme in armonia.



Custodire ogni incontro e guidare molte persone agli insegnamenti del Buddha, perché possano trovare la felicità

Bayanjav Oyungerel
Rissho Kosei-kai di Ulan Bator, Mongolia

Quando e in che modo sei entrata a far parte della Rissho Kosei-kai?

Nel 2015 entrai a far parte della Rissho Kosei-kai grazie alla guida della suocera della mia figlia più grande. Ancora oggi le sono profondamente grata.

Non appena la sentii parlare di «un'organizzazione buddista giapponese», riaffiorarono in me i ricordi del 2007, quando mio marito era stato operato per un tumore al cervello in un ospedale giapponese.

Dopo l'intervento gli rimase una forma di paralisi, ma oggi è in buona salute e sta molto bene. Da allora ho sempre sentito un legame particolarmente profondo con il Giappone e con il popolo giapponese. Anche per questo fui molto felice e riconoscente di poter diventare membro della Rissho Kosei-kai.

Raccontaci qualche esperienza vissuta dopo il tuo ingresso nella Kosei-kai. In che modo gli insegnamenti del Buddha ti hanno aiutata a cambiare il tuo modo di pensare?

Considero l'Hoza, il «Circolo del Dharma» della Rissho Kosei-kai, un luogo in cui impariamo insieme a vivere secondo gli insegnamenti del Buddha. È anche il luogo in cui il mio cuore si è trasformato.

Prima di entrare nella Kosei-kai tenevo tutte le preoccupazioni dentro di me e cercavo di affrontare ogni cosa da sola. Quando partecipai per la prima volta a un Hoza, rimasi profondamente colpita nel vedere i membri del Sangha condividere apertamente le proprie difficoltà, senza nascondere nulla.

Quando entrai nella Rissho Kosei-kai mi dedicavo anima e corpo a mio marito, assistendolo nella vita quotidiana. Ero molto stanca, sia fisicamente sia mentalmente.

Pensavo: «Questi sono soltanto i miei sentimenti, quindi non serve parlarne con qualcuno... In fondo, questa è la mia vita».

A causa del mio forte orgoglio e del mio carattere competitivo, tenevo tutto dentro e non riuscivo a



Bayanjav Oyungerel condivide la propria esperienza del Dharma durante la cerimonia per il ventiduesimo anniversario della fondazione della Rissho Kosei-kai di Ulan Bator.

confidarmi con nessuno. Durante un Hoza, però, le guide più esperte e i membri del Sangha mi si rivolsero con grande gentilezza, dicendomi: «Deve essere stato molto difficile per te fino a oggi». Oppure: «Hai fatto davvero tanto, sopportando tutto da sola».

Grazie al loro incoraggiamento riuscii finalmente a esprimere con sincerità ciò che avevo nel cuore. Parlare apertamente mi aiutò a cominciare a vedere le cose in modo più positivo e la mia mente ritrovò la pace.

Quell'Hoza ha rappresentato un importante punto di svolta nella tua vita, vero?

Ascoltando gli interventi degli altri membri durante l'Hoza, riflettei profondamente sul fatto che, preoccupandomi per mio marito e per la sua necessità di assistenza, non ero riuscita a comprendere il suo desiderio di fare da sé tutto ciò che poteva.

Il mio atteggiamento sbagliato, cioè cercare di fare ogni cosa al posto suo, finiva in realtà per metterlo a disagio.

Da allora rispetto i suoi desideri. Lascio che si occupi autonomamente di tutto ciò che è in grado di fare e lo aiuto soltanto nelle cose che non può svolgere da solo. Lo assisto nelle attività quotidiane solo quando è necessario, cercando di fare in modo che la vita di ogni giorno diventi essa stessa parte della sua riabilitazione.

Quando, grazie agli insegnamenti, ho cambiato il mio modo di pensare e il mio atteggiamento, anche il rapporto con mio marito è migliorato. Ora, ogni volta che lo vedo collaborare nelle faccende domestiche, provo fiducia e gioia. Ma la cosa più importante è che oggi sostiene la mia pratica nella Rissho Kosei-kai.

Studiando gli insegnamenti del Buddha hai trovato dei principi che cerchi di tenere sempre a mente?

L'insegnamento che sento più vicino nella vita quotidiana è: «Ogni cosa è interconnessa». È la legge dell'interdipendenza causale.

Proprio perché ogni cosa esiste grazie all'interdipendenza, mi interessa molto anche l'insegnamento secondo cui «tutti i fenomeni sono privi di un sé», vale a dire che nulla esiste in modo indipendente o soltanto per se stesso. In Mongolia esiste un famoso proverbio: «Una persona sola non forma una famiglia e un solo ciocco non mantiene acceso il fuoco».

Questo proverbio mostra quanto la collaborazione e l'unità siano indispensabili tra familiari e compagni di



Bayanjav, seconda da sinistra, partecipa alla Cerimonia di ingresso e diploma dei bambini e alla contemplazione dei ciliegi in fiore, organizzate il 4 aprile dal Dojo di Minami-Tama, a Tokyo. Si trovava in Giappone per partecipare al pellegrinaggio di gruppo in occasione dell'anniversario della nascita del Buddha.



Durante il pellegrinaggio di gruppo in Giappone, Bayanjav, terza da destra nella fila centrale, visita gli uffici della Rissho Kosei-kai International insieme ai membri della Rissho Kosei-kai di Ulan Bator.

vita, soprattutto nel difficile ambiente naturale della Mongolia e nella tradizione nomade. Mi sono resa conto che esso presenta molti punti in comune con l'interdipendenza causale e con l'insegnamento secondo cui tutti i fenomeni sono privi di un sé.

Ancora una volta ho compreso che non viviamo da soli. Siamo sostenuti dall'aiuto reciproco e dai legami che ci uniscono alla famiglia e alle persone che ci circondano.

Quale aspetto della Kosei-kai apprezzi di più?

Credo che la recitazione del sutra praticata nella Rissho Kosei-kai sia molto importante, perché ci aiuta a riconoscere la preziosità della vita che abbiamo ricevuto dai nostri antenati.

Ogni mattina e ogni sera, quando offro la recitazione del sutra, provo un indescrivibile senso di freschezza interiore ed esprimo sempre la mia gratitudine al Buddha e agli antenati.

In Mongolia molte persone praticano tradizionalmente il Buddismo tibetano. Un tempo mi recavo nei templi per ascoltare i monaci recitare i sutra e spiegare gli insegnamenti buddisti. Tuttavia, poiché tutto era in tibetano, non riuscivo a comprendere neppure una parola. Ciò che trovo particolarmente bello nella Rissho Kosei-kai è la possibilità di recitare il sutra nella mia lingua madre, il mongolo. Sono profondamente grata di poter entrare ogni giorno in contatto diretto con gli insegnamenti del Buddha e comprenderne

Intervista

pienamente il significato.

Oggi amo davvero recitare i sutra e, con mia grande gioia, ho anche cominciato a leggere l'edizione in lingua mongola del *Triplice Sutra del Loto*. Leggo inoltre ogni mese, con sincera gratitudine, il messaggio del Presidente.

Per concludere, dicci quali sono i tuoi desideri e gli obiettivi per la tua pratica.

Per gratitudine verso gli insegnamenti della Rissho Kosei-kai che ho avuto la fortuna di incontrare, ho guidato alla fede sei parenti e amici.

Una di queste persone è mia cognata Erdenechimeg, una donna molto diligente, nella quale la Natura di Buddha risplende luminosa. Anche lei ha ricevuto la qualifica di Kyoshi, Guida spirituale.

Nell'autunno del 2024, io e mia cognata abbiamo ricevuto il Gohonzon dal Rev. Hidemitsu Suzuki, vicedirettore della Rissho Kosei-kai International, e lo custodiamo nelle nostre rispettive case.

Continuerò a custodire con cura ogni singolo incontro e a guidare quante più persone possibile verso questi preziosi insegnamenti, affinché possano trovare la felicità. Questo è oggi il mio desiderio più grande e l'obiettivo della mia pratica.

Spero inoltre che, attraverso gli insegnamenti del Sutra del Loto, ciascuna delle persone che guiderò possa riconoscere la nobile Natura di Buddha che possiede fin dall'origine e far risplendere ancora più intensamente la propria vita.

Sono davvero felice che quest'anno, insieme a mio figlio Sanchir e ai miei due nipoti, abbia potuto partecipare al pellegrinaggio di gruppo organizzato in occasione dell'anniversario della nascita di Shakyamuni, visitare il Grande Santuario e studiare gli insegnamenti del Buddha. Considero questa esperienza una

testimonianza della mia fede, il frutto della pratica degli insegnamenti del Buddha e della Rissho Kosei-kai all'interno della mia famiglia, e ne sono profondamente grata. Desidero continuare a impegnarmi ogni giorno per mettere in pratica ciò che ho appreso nella Rissho Kosei-kai, con la speranza che la fede venga trasmessa ai miei figli e ai miei nipoti.

Infine, desidero esprimere la mia gratitudine alla signora Shuger Zorigmaa, responsabile della Rissho Kosei-kai di Ulan Bator, alle altre guide della comunità e a tutti i membri.



Insieme al rev. Masayuki Idei, già responsabile presso la Sede centrale, intervenuto come relatore alla cerimonia per il ventiduesimo anniversario della Rissho Kosei-kai di Ulan Bator. Da sinistra: Sanchir, figlio di Bayanjav; sua nipote; il Rev. Idei e Bayanjav.

Praticare il Dharma qui e ora

Il Sutra del Loto e le Quattro Nobili Verità

di Dominick Scarangelo

Consulente Internazionale della Rissho Kosei-kai



La Verità della sofferenza: la distanza tra i nostri desideri e la realtà

Questo mese vorrei cominciare a esplorare insieme a voi le Quattro Nobili Verità. Di solito, quando si parla di Buddismo, si comincia proprio da questo insegnamento. Noi, tuttavia, abbiamo atteso fino a ora, così da poterlo comprendere dalla prospettiva del Sutra del Loto.

Si narra che Shakyamuni abbia presentato le Quattro Nobili Verità quando girò per la prima volta la Ruota del Dharma e cominciò a insegnare. Questi quattro principi vengono spesso paragonati alla diagnosi formulata da un medico e alla cura da lui prescritta per guarire la malattia del paziente. La prima delle Quattro Nobili Verità è la diagnosi della malattia spirituale dell'umanità: la sofferenza. Il Buddha afferma che la vita, così come la viviamo abitualmente, è colma di sofferenza. Ma che cos'è la sofferenza?

Questa parola ci fa pensare a condizioni di profonda afflizione, alla malattia e al dolore. I sutra parlano spesso delle quattro sofferenze: nascita, vecchiaia, malattia e morte. Se la sofferenza fosse definita soltanto da queste esperienze, molti di noi potrebbero pensare che riguardi soprattutto la parte finale della vita e domandarsi perché il Buddha abbia affermato che l'esistenza è colma di sofferenza.

Nel contesto della nostra esperienza quotidiana, tuttavia, «nascita», «vecchiaia», «malattia» e «morte» possiedono anche altri significati. Poiché formuliamo giudizi arbitrari su ciò che è bene o male, desiderabile o indesiderabile, avviene una «nascita»: questo è il sorgere della sofferenza. Possiamo considerare «vecchiaia, malattia e morte» come la lotta che affrontiamo alle prese con questa sofferenza, oppure come l'afflizione e l'ansia che

proviamo quando una situazione alla quale siamo attaccati cambia, si deteriora e infine giunge al termine. Osservata da questa prospettiva, credo che la maggior parte delle persone possa riconoscere che il Buddha aveva ragione. Ogni giorno della nostra vita attraversiamo ripetutamente questo genere di esperienze. La vita è davvero colma di sofferenza!

Questa spiegazione rivela anche il significato fondamentale della sofferenza, che in lingua pali viene chiamata *dukkha*. Come spiega il Maestro Nichiko, la sofferenza sorge quando le cose non vanno come desideriamo. In altre parole, quando il Buddha afferma che la vita è colma di sofferenza, intende dire che spesso la realtà non corrisponde ai nostri desideri. La sofferenza è ciò che proviamo nella distanza tra i nostri desideri e la realtà. Per questa ragione il Buddha descrisse come sofferenza anche la separazione da ciò che amiamo, l'impossibilità di allontanarci da ciò che detestiamo e il non riuscire a ottenere ciò che desideriamo. Sono tutti esempi a noi familiari di situazioni che non vanno come vorremmo.

Secondo il Buddha, per condurre una vita più felice e appagante dobbiamo innanzitutto





riconoscere che l'esistenza è colma di sofferenza e, in seguito, imparare a riconoscere la sofferenza nel momento stesso in cui sorge.

Potrebbe sembrare strano, ma spesso non siamo capaci di riconoscere la nostra sofferenza. Il Buddha osservò che frequentemente scambiamo la sofferenza per felicità. Di conseguenza, continuiamo a ripetere modi di pensare e di agire che finiranno per procurarci molto dolore e molta tristezza. Praticare la Verità della sofferenza significa quindi riconoscere, nel profondo della nostra esistenza, che la vita è pervasa dalla sofferenza e imparare, nelle esperienze quotidiane, a individuarla quando si manifesta.

Come possiamo imparare a riconoscere meglio la sofferenza? Un modo consiste nel prestare attenzione a ciò che proviamo quando le cose non vanno come desideriamo. In quei momenti è probabile che sorgano in noi afflizione e ansia, anche se non sempre riusciamo a riconoscerle immediatamente. Un altro segnale è la comparsa degli stati mentali propri dei sei mondi e, in particolare, dei «quattro cattivi sentieri»: inferno, spiriti affamati, animali e asura.

Ogni volta che sorgono la rabbia e l'odio, il desiderio, l'ignoranza o la gelosia, stiamo reagendo alla distanza tra come vorremmo che fossero le cose e come esse sono realmente. Possiamo provare rabbia o odio quando una persona o una situazione non corrispondono ai nostri desideri. Il desiderio generalmente sorge quando cerchiamo soddisfazione senza riuscire a raggiungerla. L'ignoranza si manifesta quando la nostra mente non è lucida ed efficace come vorremmo. La gelosia può impadronirsi di noi quando ci sembra che gli altri riescano a ottenere ciò che desiderano più facilmente di quanto accada a noi. In ultima analisi, tutti questi stati sono forme di afflizione che possiamo sperimentare quando le cose non vanno come desideriamo.

Spesso, almeno inizialmente, non percepiamo questi stati mentali come sofferenza. Per esempio, potremmo provare per un istante un senso di soddisfazione quando sfogliamo la nostra rabbia

contro qualcuno che non si è comportato come volevamo. È così che la nostra mente non ancora risvegliata può scambiare inizialmente la sofferenza per piacere.

Perciò, ogni volta che sorgono questi stati mentali, anche quando non ci sentiamo afflitti, dovremmo considerarli come segnali del fatto che stiamo sperimentando la sofferenza: la distanza tra i nostri desideri e la realtà.

Infine, anche il corpo può offrirci un altro indizio. Studiando i Dieci Così della Realtà abbiamo appreso che «così è il corpo» indica la nostra entità, cioè l'insieme inscindibile del corpo e della mente. Anche quando la mente cosciente non è consapevole della sofferenza, questa può manifestarsi nel corpo attraverso cambiamenti fisiologici.

Prestando consapevolmente attenzione alla mente e al corpo, possiamo mettere in pratica la Nobile Verità della sofferenza e riconoscere i momenti in cui siamo afflitti dalla distanza tra i nostri desideri e la realtà.





Cronache dal Sangha

Rev. Keiichi Akagawa
Ministro di culto dei Dojo di Sri Lanka e Bangladesh

Il legame tra genitori e figlio che ha superato la sofferenza

Nell'articolo di questo mese della rubrica «Praticare il Dharma qui e ora» approfondiamo la prima delle Quattro Nobili Verità: la Verità della sofferenza. Il Buddha insegna che la sofferenza nasce quando la realtà non si dispiega come desideriamo. Quando tra le nostre speranze e ciò che accade realmente si apre una grande distanza, sperimentiamo una profonda angoscia. L'incontro con una coppia che recentemente ha visitato il nostro Dojo in Bangladesh mi ha ricordato in modo particolarmente intenso l'essenza della Verità della sofferenza, ma anche la dignità e la forza dello spirito umano, capace di elevarsi al di sopra della sofferenza.

La coppia aveva un figlio che lavorava in banca. Un giorno vennero a trovarmi con un'espressione profondamente afflitta.

«Nostro figlio ha smesso improvvisamente di parlarci», mi dissero. «Sembra che ci stia evitando e non sappiamo che cosa fare.»

Ascoltando con attenzione il loro racconto, emerse gradualmente la dura realtà che il figlio stava affrontando. Secondo quanto riferito dai genitori, il giovane aveva conseguito risultati eccellenti nell'acquisizione di nuovi depositi bancari. La sua superiore, una donna musulmana gelosa delle sue capacità, si era però appropriata di tutti quei risultati, presentandoli come propri. Poiché quasi tutti i dirigenti della banca erano musulmani, per quanto il ragazzo denunciava con forza il comportamento scorretto della sua superiore, nessuno gli prestava ascolto e la donna non veniva chiamata a rispondere delle proprie azioni.

Posto di fronte alla difficile realtà di vivere come membro di una minoranza, il giovane era giunto sull'orlo della disperazione e si era chiuso emotivamente in se stesso.

Continuava a domandarsi: «Perché è proprio chi si comporta correttamente a dover soffrire?» Quella realtà ingiusta, sulla quale non aveva alcun controllo, era diventata per lui fonte di una sofferenza

insopportabile. Anche i genitori erano consumati dall'ansia nel vedere il figlio soffrire, e un'ombra pesante era scesa su tutta la famiglia.

Invece di unirmi a loro nel condannare l'ingiustizia o nel criticare la società, riflettei in silenzio sul dolore che il figlio doveva portare dentro di sé. Poi dissi ai genitori: «Vostro figlio deve aver sopportato tutto questo peso da solo perché non voleva farvi preoccupare. È davvero un figlio gentile e premuroso, che ama profondamente i suoi genitori.»

Non appena pronunciai queste parole, delle grandi lacrime cominciarono a scorrere sul volto della madre. A toccare il suo cuore non fu un giudizio sull'ingiustizia della società, ma qualche parola compassionevole che riconosceva il cuore ferito del figlio. Quelle semplici parole sembrarono sciogliere delicatamente il fardello che fino a quel momento aveva oppresso entrambi i genitori.

Qualche tempo dopo ricevetti una splendida notizia. Avendo finalmente deposto il peso che aveva portato da solo, il loro figlio aveva ricominciato a cercare lavoro con rinnovata speranza, sostenuto dall'incoraggiamento dei familiari. Invece di rimanere intrappolato nella rabbia e nella disperazione, negli stati mentali dei quattro cattivi sentieri, inferno, spiriti affamati, animali e asura, aveva accolto la realtà che aveva davanti e trovato il coraggio di muovere il primo passo verso un nuovo futuro. Questa trasformazione era stata resa possibile da una forza potentissima: il luminoso legame tra genitori e figlio, intessuto dal profondo amore dei genitori per lui e dall'amore che il figlio nutriva per loro.

È proprio quando affrontiamo circostanze che sfuggono al nostro controllo che possiamo scoprire la vera gentilezza e la vera forza. Desidero sinceramente continuare a sostenere con decisione questi genitori, uniti al figlio da un legame tanto prezioso, e condividere con tutte le persone della nostra comunità la saggezza necessaria per superare insieme la sofferenza.

Entrare in relazione con gli altri¹

La fermezza nasce dalla compassione

di Nikkyo Niwano

Fondatore della Rissho Kosei-kai

Shakyamuni ammonisce Rahula

A questo proposito viene in mente il principio del «duplice metodo della fermezza e dell'amore». Secondo questo insegnamento, per educare e guidare una persona è necessario unire la fermezza alla gentilezza.

Il Buddha Shakyamuni ne fu un esempio perfetto. Nel profondo del cuore custodiva una compassione sconfinata, ma nel guidare concretamente le persone sapeva anche mostrarsi molto severo. C'è un episodio della sua vita che lo dimostra chiaramente.

Rahula, suo figlio e al tempo stesso suo discepolo, era ancora un ragazzo e praticava presso il Monastero delle Sorgenti Termali, fuori dalla Città dei Palazzi Reali. Quando alcuni laici, desiderosi di incontrare il Buddha, gli chiedevano: «Dove si trova adesso l'Onorato dal Mondo?», Rahula, per puro divertimento, dava loro indicazioni sbagliate. Quando il Buddha si trovava sul Sacro Picco dell'Aquila, rispondeva: «È al Monastero del Boschetto di Bambù». Quando invece il Buddha si trovava al Monastero del Boschetto di Bambù, diceva: «Credo che sia sul Sacro Picco dell'Aquila». Dato che i due luoghi distavano circa otto chilometri, le persone affrontavano inutilmente il viaggio, arrivavano esauste e finivano per non riuscire affatto a incontrare il Buddha.

Quando Shakyamuni venne a sapere quanto era accaduto, si recò al Monastero delle Sorgenti Termali e disse a Rahula di portargli una bacinella piena d'acqua. Dopo essersi lavato i piedi, gli chiese: «Rahula, secondo te quest'acqua si può ancora bere?»



Il Fondatore Nikkyo partecipa alla cerimonia commemorativa nazionale per i caduti in guerra al Nippon Budokan il 15 agosto 1989.



Rahula rispose: «No. Non si può bere l'acqua usata per lavare i piedi.»

Il Buddha allora disse: «Proprio così. All'inizio quest'acqua era pura, ma ora non è più adatta a essere bevuta. Allo stesso modo, benché tu abbia lasciato la vita secolare per percorrere la pura Via, se non ti impegni nella pratica, se invece di disciplinare il cuore dici menzogne, metti in difficoltà le persone e ne provi persino piacere, diventi proprio come quest'acqua.»

Poi fece gettare via l'acqua e domandò: «Si potrebbero ora mettere cibo o bevande in questa bacinella?»

«No», rispose Rahula. «Dal momento che conteneva acqua sporca, non è adatta a contenere cibo o bevande.»

«Proprio così», disse il Buddha. «Anche il tuo cuore, in questo momento, è simile a questa bacinella.»

Quindi la colpì con un calcio. La bacinella rotolò rumorosamente, rimbalzò più volte e infine si fermò.

Shakyamuni domandò: «Hai avuto paura che si rompesse?»

Rahula rispose: «No. È una bacinella di poco valore, quindi anche se si rompesse non sarebbe un problema.»

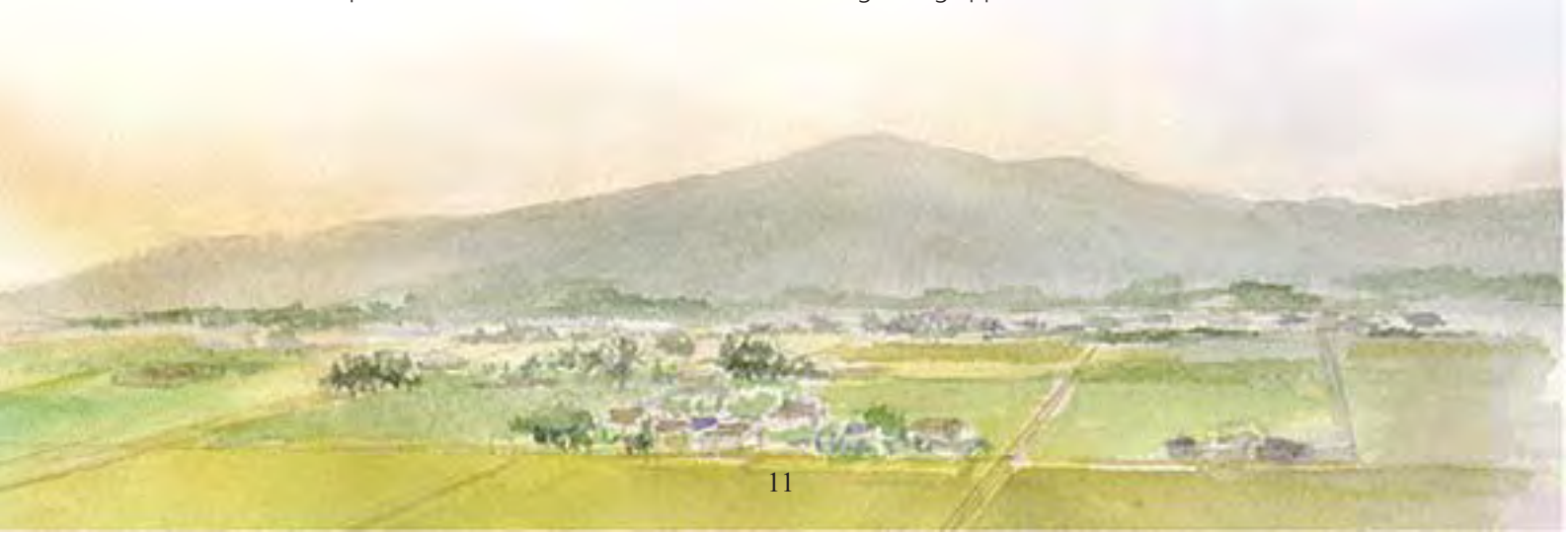
Allora il Buddha lo ammonì: «Allo stesso modo, se continuerai a giocare con le parole e a far soffrire le persone, diventerai qualcuno che nessuno amerà e di cui nessuno sentirà la mancanza.»

Questo severo ammonimento colpì Rahula nel profondo. Da quel momento si dedicò alla pratica con tale impegno da sembrare rinato. Accumulò meriti senza mai mettersi in mostra e venne infine riconosciuto come «il primo nelle pratiche invisibili», diventando uno dei Dieci Grandi Discepoli del Buddha.

Bodai no me o okosashimu (Kosei Publishing, 2018), pp. 103-105

Note

1 — nei numeri precedenti abbiamo tradotto il titolo di questo capitolo come "Connettersi agli altri" ma da qui in avanti useremo "Entrare in relazione con gli altri", espressione più naturale in italiano e più vicina al valore umano e affettivo dell'originale giapponese.



Ciò che quelle lacrime mi hanno insegnato

Rev. Takashi Maeda
Direttore della Rissho Kosei-kai Internazionale

Salve a tutti.

L'esperienza che mi condusse per la prima volta alla fede risale a quando frequentavo il secondo anno delle scuole superiori e partecipai a un'attività di volontariato. Insieme ad alcuni membri del Sangha della Rissho Kosei-kai, mi recai a casa di una donna che durante la guerra aveva perduto sia il marito sia la gamba destra. La aiutammo costruendole uno scaffale per la cucina.

Terminato il lavoro, mentre stavamo per andare via, la donna uscì appoggiandosi alle stampelle per salutarci. Le dicemmo: «Grazie mille» e ci allontanammo sulle nostre biciclette. Proprio in quel momento sentii alle nostre spalle un forte tonfo. Quando mi voltai, la vidi seduta a terra, mentre ci salutava con la mano e grandi lacrime le scorrevano sul viso.

Ero ancora uno studente delle superiori e quella scena mi commosse profondamente. Compresi che anche un piccolo gesto di gentilezza poteva donare a un'altra persona una gioia tanto grande.

Quell'esperienza mi toccò il cuore in un modo che non ho mai dimenticato. Ancora oggi quella scena rimane vivida nella mia memoria come il punto di partenza della mia fede e continua a ispirare le mie attività.

Nel messaggio di questo mese, il Maestro Nichiko ci insegna che nel cuore delle persone esiste il desiderio di diventare felici non soltanto da sole, ma insieme agli altri. La luce che accendiamo per qualcuno non illumina soltanto il suo cuore, ma riscalda anche il nostro. La generosità e il volontariato ne sono certamente degli esempi, ma nella vita quotidiana lo sono anche una parola gentile o un gesto premuroso. Ciascuno di essi è una piccola luce.

Custodendo nel cuore la compassione del bodhisattva, continuiamo dunque ad accendere queste piccole fiamme per le persone che ci circondano. Credo che, poco alla volta, tali gesti di gentilezza portino felicità agli altri e diventino al tempo stesso una fonte di gioia e di pienezza anche nella nostra vita.



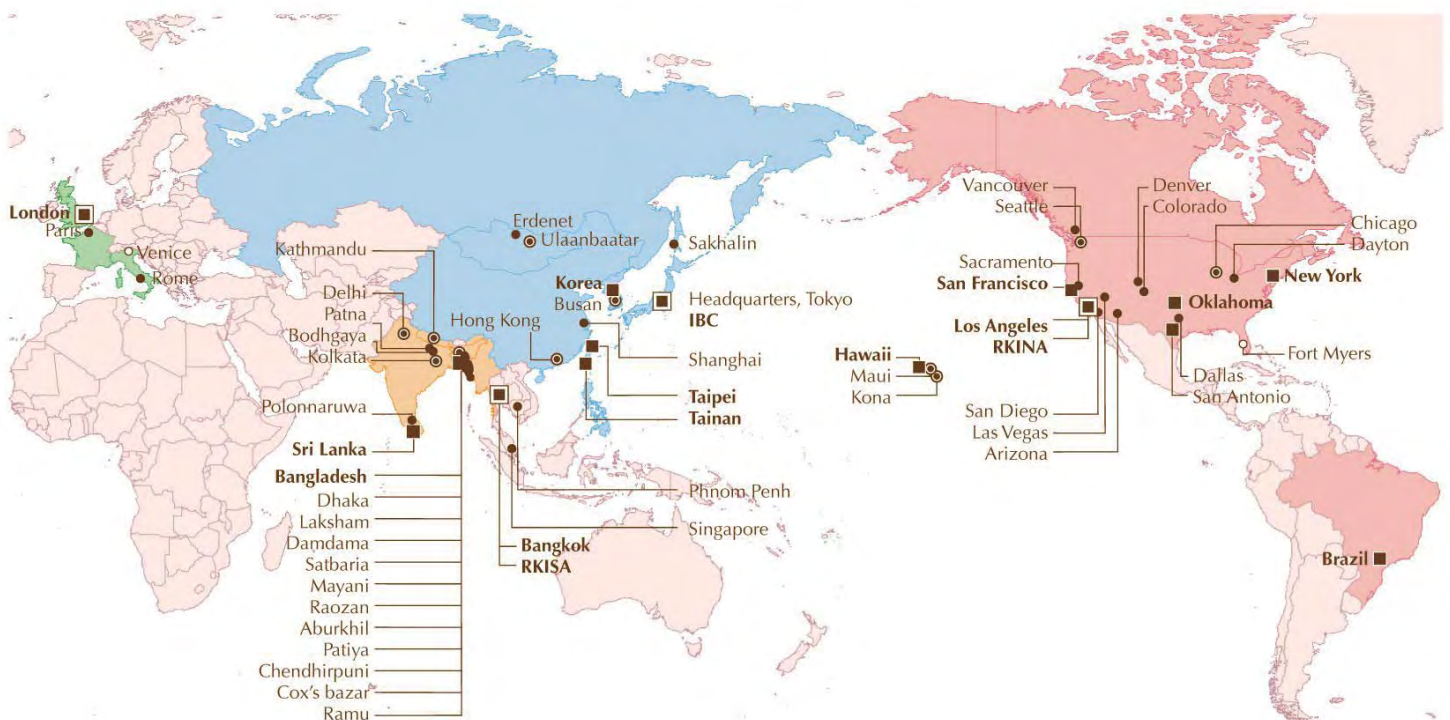
I membri della Rissho Kosei-kai International accolgono nei loro uffici di Tokyo la signora Yoko Phillips della Rissho Kosei-kai del Regno Unito, il 1° giugno.

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