



ISTITUTO BUDDISTA ITALIANO SOKA GAKKAI  
per la pace, la cultura e l'educazione

---

# **RASSEGNA STAMPA**

## **N.7, gennaio 2012**



## INDICE:

### MEDIA NAZIONALI

**Panorama - 9 gen 2012. PAG. 4**

**Meditazione: svuota la mente e riduce lo stress.**

gruppi di una ventina di persone: dal professionista alla casalinga, all'attrice, come i membri della **Soka Gakkai**, buddisti della corrente giapponese.

<http://blog.panorama.it/hitechescienza/2012/01/09/meditazione-svuota-la-mente-e-riduce-lo-stress-percio-agli-italiani-piace-sempre-di-piu/>

### MEDIA INTERNAZIONALI

**Radio Cina Internazionale - 12 gen 2012. PAG 8**

**Li Keqiang: la base dell'amicizia sino-giapponese è a livello popolare**

Li Keqiang lo ha affermato, incontrando il vice presidente del Consiglio dell'Associazione giapponese **Soka Gakkai**, Hiromasa Ikeda.

<http://www.sgi-italia.org/press/Notizie.php?id=472>

**The Sun Daily, 27 gennaio 2012. PAG 9**

President of the Soka Gakkai International Buddhist Association, Daisaku Ikeda, said holding the summit on the 70th anniversary of the atomic bombings

<http://www.thesundaily.my/news/278246>

**AFP, 26 gennaio 2012. PAG. 10**

Japon - Le président du mouvement Soka Gakkai appelle à l'abandon du nucléaire

[http://www.afreeknnews.com/sports.php?sport\\_id=300](http://www.afreeknnews.com/sports.php?sport_id=300)



## **MEDIA LOCALI E WEB**

### **TUTTOGGI.info, 25 gennaio 2012. PAG. 12**

“Se crederò di aver trovato il silenzio, avrò saputo ascoltare la neve”. Foligno scelta come sede umbra dell'accademia del silenzio

<http://tuttoggi.info/articolo/40327/>

### **Sforbiciate, 15 gennaio 2012. PAG. 14**

Orlando Bloom: 35° compleanno in famiglia

<http://www.sforbiciate.com/orlando-bloom-35-compleanno-famiglia/>



## **Meditazione: svuota la mente e riduce lo stress. Perciò agli italiani piace sempre di più**

**ROMA, 9 GENNAIO 2012**

di Donatella Marino e Terry Marocco

L'invito è per le 8 e non è una cena, ci si vede per meditare insieme. Seduti nella posizione del loto, non in una grotta sull'Himalaya ma fra i divani di casa e il tinello. A occhi chiusi si scandisce un mantra che svuoterà la mente, farà sparire la tensione della giornata e levigherà le rughe. Dopo un'ora, chiunque lo abbia fatto almeno una volta nella vita sa che qualcosa è cambiato. In meglio.

Sempre più italiani si affidano alla meditazione, gente che fino a qualche anno fa avrebbe riso di quelli che all'alba facevano tai chi al parco oggi va oltre: camminate meditative sui bordi dei vulcani, soggiorni in monasteri di montagna dove si prega e si puliscono i bagni, viaggi alla ricerca dell'ultimo festival tantrico. Oppure, come è successo in marzo a Roma, al primo festival della meditazione (con 200 visitatori al giorno), per arrivare alla quiete bisognava visualizzarsi come una canna di bambù: forti e fragili, mi piego e non mi spezzo. "Sentirsi vuoti come un bambù e al tempo stesso flessibili dà un senso di libertà" racconta Elena, che spesso utilizza questa tecnica. Perché meditare fa bene. "Insomma, ai monaci cambogiani massacrati dai khmer rossi non è che ha fatto così bene" sorride Riccardo Venturini, professore di psicofisiologia alla Sapienza, maestro della Scuola buddista Tendai e guida del Centro di cultura buddista della capitale. Ma la Cambogia è lontana. Da noi, invece, i centri di ogni genere si moltiplicano: meditazione yoga, zen, vipassana, buddista, trascendentale, induista, taoista, dei nativi americani, shake-balinese. Si pratica su cuscini o tatami, in pantaloni da pescatore alla thailandese o vestiti di bianco, scuotendo il corpo o immobili, concentrati sul respiro.

Oltre metà degli italiani prega almeno una volta alla settimana fuori dai luoghi di culto. Lo afferma un sondaggio condotto dalla Eurisko per il nuovo libro del sociologo Franco Garelli, dal titolo Religione all'italiana. L'anima del paese



messa a nudo (Il Mulino). Spiega Garelli: “Non sappiamo bene in quali forme, ma non sarebbe apparso nel campione un 23 per cento di agnostici se non ci fossero anche forme di meditazione”. E così la mattina di Natale, invece della consueta messa, c'è chi fa il saluto al sole, come propone Massimo Cantara, presidente dell'associazione Holismos di Poggibonsi, vicino a Siena.

La tendenza è netta, basta vedere l'accresciuto interesse verso manifestazioni come Torino spiritualità. “È un dato superiore all'analogia media europea che, secondo la ricerca European values study, è del 38 per cento. Ed è cresciuta del 10 per cento negli ultimi 10 anni” aggiunge Enzo Pace, docente di sociologia delle religioni all'Università di Padova. Si medita soprattutto nelle case private, piccoli gruppi di una ventina di persone: dal professionista alla casalinga, all'attrice, come i membri della Soka Gakkai, buddisti della corrente giapponese. Tra i fedeli anche Carmen Consoli e Ornella Muti, Sabina Guzzanti e l'attore di teatro Pippo Del Bono, oltre che l'antesignano Roberto Baggio.

“In Italia sono 55 mila membri” informa Roberto Minganti, responsabile delle relazioni esterne della Soka “si riuniscono due volte al mese. Il 60 per cento sono donne ed è presente un'alta percentuale di giovani, molti dei quali sono buddisti di seconda generazione”. Per i buddisti la meditazione è fede, ma non si tratta solo di pratiche religiose. “C'è un 25-30 per cento di italiani che ha un interesse culturale verso l'Oriente e i nuovi movimenti spirituali” precisa Garelli.

Lo yoga è diventato come l'aerobica degli anni 80, in Italia le scuole censite sono 1.300. L'evento più importante è lo Yoga Festival. “Nel 2006 partecipavano un migliaio di persone, ora ne arrivano 6 mila” fa i conti Giulia Borioli, ideatrice dei quattro appuntamenti: Roma, Milano, Merano e Catania, dove sarà dal 10 al 12 febbraio prossimo. All'inizio erano hippie e nostalgici a frequentare questi raduni, oggi in cattedra ci sono professori universitari: “Insegno ai futuri maestri di yoga, perché oltre alle posizioni, che si chiamano “asana”, oggi sono interessati a conoscere le tradizioni orientali” conferma Stefano Piano, esperto di indologia. A Milano Francesca Moratti e Paola Mattei hanno da poco inaugurato l'accademia BeYoga, con oltre 10 istruttori che offrono dalla pratica per bambini alla seguitissima asthanga vinyasa, un metodo che potenzia l'allineamento del corpo. “La gente si sta avvicinando, ma lentamente. Vengono ancora a chiederci se fa dimagrire, ci vanno piano, però in un anno sono raddoppiati i tesserati” sottolinea Moratti.



Non è negazione del mondo, ma sempre più aiuta a stare bene nel quotidiano e nella propria pelle, come la meditazione tantrica praticata da anni da Sting e dalla moglie Trudie. “Il tantra ha allargato la platea perché coltiva le stesse energie, anche fisiche, che utilizziamo nella realtà di tutti i giorni” afferma Raffaele Torella, docente di lingua e letteratura sanscrita alla Sapienza di Roma e autore di Gli aforismi di Shiva, testo tantrico in uscita per la Adelphi. “Selezioniamo i partecipanti ai nostri corsi, scartando chi pensa di trovare sesso facile: la meditazione tantrica è un percorso di crescita” dice Tarisha, assistente di Rhada, fondatrice della scuola Tantralife.

“Consigliati indumenti bianchi” si leggeva nell’invito di Patrizia Calvelli, naturopata a Roma, conosciuta con il nome sannyasi di Anunaya, spedito ai suoi allievi per la commemorazione della nascita di Osho. E sono ben 39 i centri in tutta Italia dove si pratica con le tecniche del guru indiano: “Le meditazioni più richieste sono quelle attive” precisa Laura Paesano, detta Prano, una delle responsabili del centro Osho Kiwani, il principale della capitale.

Ma i guru indiani ormai si possono raggiungere anche sul web. Dalle grotte dell’Himalaya dialogano via Skype o Twitter con i discepoli, con platee da rockstar, come fa Yogiraj Siddanath, seguito su Youtube da oltre 20 mila adepti. Si organizza in rete anche chi pratica il medmob, nuova tendenza che porta la meditazione in massa nelle strade. Su questa scia, a Torino, è nato il Presidio permanente di meditazione. Lo racconta la sua ideatrice, Silvia Fenoglio: “Seguendo il medmob, movimento mondiale nato ad Austin in Texas da una pagina su Facebook, abbiamo pensato di replicarlo iniziando da Torino. A luglio, 120 persone si sono sedute in piazza Castello a meditare per oltre un’ora”. Il prossimo appuntamento sarà a Roma il 21 gennaio, in piazza del Popolo. Ma, come spiega Venturini, non sempre è un sintomo di nuova spiritualità: “C’è anche un aspetto di turismo spirituale: persone che si spostano da un gruppo all’altro, in cerca di un antidoto alla solitudine o di un’alternativa più o meno gratuita alla psicoterapia”.

Intanto il “vuoto della mente” entra anche negli ospedali, per alleviare la sofferenza. “Ho un’allieva che tiene meditazioni in un reparto oncologico” afferma Elena Viviani, guida spirituale della storica associazione Zen Soto di Torino Il Cerchio vuoto. C’è chi la insegna in carcere, come Dario Doshin Girolami, monaco buddista che dirige il Centro Zen l’Arco di Roma e che medita con i detenuti e gli agenti di Rebibbia. Il regista David Lynch non ha mai perso una seduta di meditazione trascendentale da 34 anni, affermando che “è una tecnica molto semplice per tuffarsi all’interno del proprio sé”. Portata in Italia negli anni Sessanta da Maharishi, è praticata da più di 47



mila persone: oltre 600 studi scientifici effettuati da 250 università testimoniano come migliori la vita in ogni aspetto. Bastano 20 minuti mattina e sera, seduti a occhi chiusi.

“È semplice e sofisticata, ha bisogno di un insegnante per le prime quattro volte, poi si può continuare da soli” ragiona Roberto Baitelli, che la insegna da quasi quarant’anni. Oggi sbarca anche nelle scuole, la prima è una media vicino a Catania. Sono in aumento le richieste delle aziende di introdurla per diminuire lo stress, come ha fatto la General Motors. In pellegrinaggio a Baschi, dove c’è la sede principale, è un pubblico trasversale, soprattutto quaranta-cinquantenni: “Sono agiati, con esistenze riuscite, ma confessano che nelle loro vite manca qualcosa” conclude Andrea Bianetti, segretario dell’associazione. Non stupisce quindi il progetto Abigail, che sarà lanciato quest’anno per diffondere lo yoga e la meditazione tra i dirigenti d’azienda italiani. In questo momento i più stressati di tutti.



## **CINA – GIAPPONE: IL DIALOGO COME SEME DI PACE**

### **Il quarantesimo anniversario della normalizzazione dei rapporti tra Cina e Giappone**

20/01/2012: Mercoledì 11 gennaio si è tenuto a Pechino un importante incontro tra Hiromasa Ikeda, vice presidente della Soka Gakkai e il vice premier cinese Li Keqiang in occasione del quarantesimo anniversario della normalizzazione dei rapporti tra Cina e Giappone. Era il 1974 quando Daisaku Ikeda, con grande lungimiranza decise di intraprendere un lungo viaggio per instaurare un dialogo con la Cina di Zhou Enlai. Solo due anni prima era stato firmato il trattato di normalizzazione dei rapporti tra le due potenze ma il venefico clima della Guerra Fredda scuoteva ancora gli animi dei cinesi, memori degli orrori della guerra di aggressione giapponese, e altrettanto l'animo del fiero Giappone. Ikeda, esposto pubblicamente a critiche nel suo paese, ruppe gli indugi grazie ad un dibattito sincero e animato dall'unico scopo di creare pace e amicizia duratura tra i due popoli; si fece promotore in prima persona di un progetto di scambio culturale tra i giovani cinesi e giapponesi, puntando sul loro infinito potenziale per creare un nuovo futuro. (vedi <http://www.sgi-italia.org/sokagakkai/SG.php>)

L'incontro dedicato al quarantesimo anniversario potrebbe sembrare puramente commemorativo ma in realtà nasconde il frutto stesso del costante impegno di Ikeda e della Soka Gakkai per la pace tra i popoli. L'attuale vice premier Li Keqiang è legato infatti a un ricordo personale, che ha condiviso in questa occasione pubblica. Nel 1985 fece parte di una delegazione di giovani cinesi in visita alla Soka Gakkai di Tokyo per un incontro con il presidente Daisaku Ikeda, nello stesso luogo dove nel 1969, durante una riunione della Divisione Giovani, il presidente Ikeda dichiarò per la prima volta la necessità di aprire una nuova era di dialogo e collaborazione con la Cina. Lo stesso desiderio è stato espresso ancora una volta lo scorso mercoledì dal vice premier cinese Li Keqiang che si augura un incremento sempre maggiore delle relazioni tra settori non governativi dei due paesi in modo da incoraggiare nuovi accordi bilaterali. Insomma, sembra ormai chiaro che l'intesa tra i governi nasca anzitutto dalla collaborazione e dalla solidarietà tra i popoli.

La notizia dell'incontro è stata ampiamente diffusa dalla stampa cinese e riportata dal Sekyo Shimbun.





## Call for 2015 nuclear abolishing summit

27 January 2012 - 05:26am

Last updated on 27 January 2012 - 12:25pm

KUALA LUMPUR (Jan 26, 2012): A Buddhist leader today called for the summit for nuclear abolishing 2015, to be held in Hiroshima and Nagasaki, to ensure that "the growing momentum toward abolition of nuclear weapons becomes irreversible."

President of the Soka Gakkai International Buddhist Association, Daisaku Ikeda, said holding the summit on the 70th anniversary of the atomic bombings of these cities, and in the year of the Nuclear Non-Proliferation Treaty Review Conference, would bring home to world leaders the terrible destructive capacity of nuclear weapons.

This would also help ensure the necessary action toward their abolition, thereby marking the effective end of the nuclear weapons era, he said.

Ikeda, who has been in the anti-nuclear movement since the late 1950s, strongly reaffirms his endorsement of the idea of Nuclear Weapons Convention, saying that humanity and nuclear weapons cannot exist together.

In his proposal titled "Human Security and Sustainability: Sharing Reverence For The Dignity of Life", Ikeda points to the possibility of a more hopeful phase in the struggle to realise a nuclear-free world.

Reflecting on the Fukushima nuclear disaster in March last year, Ikeda said Japan should make a rapid transition to energy policies not reliant on nuclear power generation, and to intensify its involvement in renewable energy technology and research, both domestically and to support efforts in developing countries. – Bernama.



## **Japon - Le président du mouvement Soka Gakkai appelle à l'abandon du nucléaire**

26 Janvier 2012 - 09:31

Le président honoraire du mouvement bouddhiste japonais Soka Gakkai, Daisaku Ikeda, a appelé jeudi le Japon à abandonner l'énergie nucléaire.

"A l'aune de l'accident de la centrale atomique de Fukushima, j'appelle le Japon à étudier rapidement des politiques énergétiques qui ne dépendent pas de l'énergie nucléaire", a-t-il écrit.

M. Ikeda souhaite également que face aux catastrophes subies, soient prises des mesures pour resserrer les liens internationaux.

Ce message a été diffusé ce 26 janvier 2012, "jour Soka Gakkai International (SGI)".

M. Ikeda est présenté par l'organisation comme un penseur, poète, militant de la paix et écologiste.

Revendiquant une présence dans 192 pays et 12 millions de membres, Soka Gakkai est un mouvement religieux qui influence fortement le Nouveau Komeito, parti politique centriste situé dans l'opposition au Parti Démocrate du Japon (PDJ, centre-gauche) au pouvoir depuis septembre 2009.

Le PDJ, présidé par le Premier ministre, Yoshihiko Noda, prône une réduction de l'usage de l'énergie nucléaire mais souhaite dans l'immédiat relancer des réacteurs arrêtés, une fois leur sécurité garantie. Il encourage également l'exportation de technologies nucléaires civiles japonaises.



Déclenché par le séisme et le tsunami qui ont dévasté le nord-est du Japon le 11 mars, l'accident de Fukushima a constitué le pire désastre nucléaire depuis celui de Tchernobyl (Ukraine) en 1986, entraînant des rejets massifs de radioactivité dans la région et l'évacuation d'une centaine de milliers personnes.

D'autres réacteurs japonais ont été stoppés à cause du séisme ou de précédents tremblements de terre et la plupart de ceux qui restent, arrêtés pour maintenance depuis, n'ont pu redémarrer en raison de l'obligation de procéder à des tests de résistance destinés à vérifier leur sécurité.

Sur les 54 unités du Japon, à partir de la fin de cette semaine, seuls 3 resteront en fonctionnement et le pays risque d'être complètement privé d'énergie nucléaire durant plusieurs mois à compter de ce printemps, avant l'éventuel redémarrage de certaines tranches.

© AFP



TUTTOGGI.info

## **“SE CREDERÒ DI AVER TROVATO IL SILENZIO, AVRÒ SAPUTO ASCOLTARE LA NEVE”. FOLIGNO SCELTA COME SEDE UMBRA DELL'ACCADEMIA DEL SILENZIO**

Presentazione venerdì 27 a Palazzo Trinci. I corsi partiranno in primavera. Anche l'Umbria avrà la sua Accademia del Silenzio, realtà fondata da Duccio Demetrio, direttore scientifico della Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari e docente di Filosofia dell'Educazione all'Università degli Studi di Milano-Bicocca.

La sede umbra sarà accolta a Foligno dove la struttura sarà affidata a Luana Brilli, educatrice, esperta in metodologie autobiografiche e scrittura autoanalitica, con all'attivo pubblicazioni che si collocano tra il racconto e la biografia.

La nuova realtà, che andrà ad arricchire il panorama culturale della città, sarà presentata – con il patrocinio del Comune di Foligno – venerdì 27 gennaio a Palazzo Trinci, a partire dalle 17. Nutrito il tavolo dei relatori che vedrà partecipare i due principali protagonisti dell'iniziativa Duccio Demetrio e Luana Brilli, a cui si uniranno Monica Tomassoni, psicologa e psicoterapeuta, Paolo Giri, musicista, Lamberto Maggi, musicista e attore, Corrado Morici, formatore, presidente onorario FIE Valle Umbra Trekking–Foligno, Luigi Bonollo, oblato secolare camaldolese, Gilberto Bonsi dell'Istituto Buddhista Italiano Soka Gakkai, Buddismo Nichiren Daishonin. Filosofi, musicisti, accademici e religiosi che si avvicenderanno per raccontare il loro spazio silenzioso e condividere con il pubblico questa necessità vitale.

Perché troppo spesso, tengono a sottolineare dall'Accademia, siamo presi da uno stile di vita alienante, rumoroso, denso di impegni personali, familiari, lavorativi. Forte si avverte la necessità di ristabilire ritmi più umani, per fare silenzio, per fermarsi, per darsi del tempo, per ascoltare, per riflettere. Per vivere in una maniera più attenta se stessi, gli altri e l'ambiente. E allora l'intento è divulgare una vera e propria cultura del silenzio, che mette radici nella ricerca e nella meditazione interiore, che si nutre di relazioni più



autentiche, fondate su una comunicazione non invasiva, fatta di reciproco ascolto, di pause, di armonia tra silenzio/comunicazione, che sprona a riscoprire i luoghi, la natura, con le sue luci/ombre, con i suoi rumori, suoni, voci.

Dopo la presentazione, l'Accademia aprirà i battenti in primavera e vi si potranno seguire corsi che mettono insieme l'ascolto e la creazione musicale, il passeggiare contemplativo, la riflessione sulle diverse tecniche meditative, il dialogo filosofico, le tematiche religiose ed interreligiose, la scrittura di sé ed autobiografica. Rivolta a chi? A quanti vogliono apprendere strumenti di teoria e pratica del silenzio le cui applicazioni spaziano dunque dall'uso comunicativo a quello maieutico, da quello pedagogico a quello creativo. Perché, scrive Duccio Demetrio, "Silenzio è non farsi distrarre dai rumori, riconciliarsi con i sensi, è parlare e pensare senza che la voce sia indispensabile. Se crederò di aver trovato il silenzio, avrò saputo ascoltare la neve".

Alla fine dell'incontro sarà proiettato il video realizzato da Barbara Rutigliano "...Nelle pieghe dell'anima" con immagini di Rinaldo Morosi e Monica Tomassoni.



15 gennaio 2012

### **Orlando Bloom: 35° compleanno in famiglia**

Orlando Bloom, nato il 13 gennaio a Canterbury in Inghilterra, ha compiuto due giorni fa il suo 35° compleanno e lo ha fatto nella maniera più semplice in cui una persona lo possa festeggiare. Restando in famiglia con una gita fuori porta.

L'attore britannico, famoso per le sue ineterpretazioni nei ruoli dell'elfo Legolas nella saga cinematografica de "Il Signore degli Anelli" e nel ruolo di Will Turner nell'altrettanto felice saga de "I Pirati dei Caraibi", dal 2004 è diventato membro del Soka Gakkai internazionale, nuovo ordine religioso di matrice buddhista.

Dopo essere stato legato sentimentalmente all'attrice Kate Bosworth per tre anni (dal 2003 al 2006), si è sposato con la top-model australiana Miranda Kerr nel luglio del 2010, dopo un fidanzamento durato tre anni, da questo legame è nato il 6 gennaio 2011 il suo primogenito Flyn.

Orlando e Miranda, che abbiamo potuto ammirare nel calendario Pirelli del 2010 fotografata da Terry Richardson, nella foto che vi mostriamo sono una bellissima e normalissima coppia lontana dai riflettori e dai flash, che si rilassano passeggiando con il loro bimbo ed il loro cane.