

## Il nostro 3 maggio insieme al maestro

**S**iamo ormai vicini al 3 maggio, un giorno pieno di valore per ogni praticante della Soka Gakkai. Nel volume 12 de *La rivoluzione umana*, alla fine del capitolo “Una nuova alba” è descritto il momento in cui Daisaku Ikeda, durante la ventiduesima riunione di primavera, veniva eletto terzo presidente della Soka Gakkai:

«Nonostante la mia giovane età, da oggi assumerò la guida del nostro movimento come rappresentante dei discepoli del presidente Toda e avanderò insieme a voi verso la concreta realizzazione di *kosen-rufu*...».

La sua voce vibrava di forza e dignità. Era il ruggito di un leone, che segnava l'alba di una nuova fase nella diffusione della Legge» (RU, 12, 370).



Mai come oggi, il 3 maggio assume il significato di una nuova alba, di una nuova partenza verso la pace nel mondo e la felicità e serenità di tutti gli esseri viventi. Il voto di maestro e discepolo rimarrà sempre saldo e incrollabile, anche nelle tempeste delle più aspre avversità.

A partire dal 3 maggio, intraprendiamo una nuova partenza colma di speranza, con una rinnovata determinazione!

Daisaku Ikeda durante la cerimonia in cui fu nominato terzo presidente della Soka Gakkai, Tokyo, 3 maggio 1960

Daisaku Ikeda durante la cerimonia in cui fu nominato terzo presidente della Soka Gakkai, Tokyo, 3 maggio 1960

**Per celebrare insieme questo importante 3 maggio, sessantesimo anniversario della nomina di Daisaku Ikeda a terzo presidente della Soka Gakkai, l'Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai ha preparato un video che tutti potranno vedere sul sito IBISG.**

**Il video sarà disponibile dalle ore 20:00 del 2 maggio fino alle ore 20:00 del 3 maggio.**

**Di seguito il link:**

<https://servizi.sgi-italia.org/video-03/>

**Inoltre, domenica 3 maggio si terrà in contemporanea in tutta Europa una cerimonia di Gongyo dalle 11:00 alle 12:00, con Gongyo alle 11:00.**

**3 MAGGIO, GIORNO DELLA SOKA GAKKAI E DELLE MADRI SOKA**

**I**l 3 maggio 1951, Josei Toda diventa secondo presidente della Soka Gakkai.

Il 3 maggio 1960 Daisaku Ikeda viene nominato terzo presidente.

Con lo sguardo rivolto al ritratto del suo amato maestro, egli fece voto nel suo cuore di dedicare tutta la vita alla propagazione della Legge mistica. Grazie alla sua guida, il movimento di *kosen-rufu* si è diffuso in tutto il mondo.

Il 30 aprile il presidente della Soka Gakkai Minoru Harada ha scritto: «Il 3 maggio è il nostro “capodanno”, il giorno in cui i discepoli si alzano da soli e danno inizio alla sfida per realizzare il voto formulato insieme al maestro, che significa creare un mondo pacifico e sereno e realizzare la felicità nostra e degli altri.

Incidendo nel cuore le parole del Daishonin: “Questo è il mio voto, e io non lo infrangerò mai!” (RSND, 1, 254), continuiamo a pregare affinché la pandemia possa avere fine il prima possibile, e il 3 maggio – giorno pervaso dal legame di maestro e discepolo – intraprendiamo una nuova partenza con una rinnovata determinazione!» (*Seikyo Shimbun*, 30 aprile 2020).

Mirando al 3 maggio 2030, centesimo anniversario della Soka Gakkai, celebriamo questo sessantesimo anniversario della nomina di Daisaku Ikeda a terzo presidente con il profondo desiderio di ripagare il nostro debito di gratitudine verso il nostro maestro.



POEMA DI DAISAKU IKEDA

# La luce del 3 maggio

IL 3 MAGGIO 2010 **IL MAESTRO IKEDA** HA SCRITTO UN POEMA IN OCCASIONE DEL CINQUANTESIMO ANNIVERSARIO DELLA SUA NOMINA A TERZO PRESIDENTE. NE PRESENTIAMO UN ESTRATTO (NR, 512, 8)

Ah, il nostro 3 maggio!  
Indimenticabile 3 maggio!

È il giorno  
in cui il mio maestro, Josei Toda,  
diventò presidente.  
È anche il giorno in cui,  
condividendo la sua missione,  
io presi il suo posto.

Dopo aver affrontato i venti gelidi  
di febbraio e marzo,  
e aver visto i fiori di ciliegio  
nella primavera d'aprile,  
finalmente arrivò quel mattino,  
in cui brillavano radiose  
le prime foglie d'estate!  
Il mese di maggio  
è il momento più glorioso dell'anno.

[...] Il mio maestro Toda

è nel mio cuore  
e brilla luminoso  
come un eterno sole.  
Fermamente deciso  
a rispondere al suo appello  
oggi mi sforzerò di nuovo  
in perfetta unità col mio maestro!  
Realizzerò la mia promessa!

Quando camminiamo nel sole  
possiamo conquistare per sempre  
radiose vittorie,  
perché questo  
è il supremo sentiero della vita.

Per ognuno di noi  
giunge il momento  
in cui sorgere.  
Ci sono momenti cruciali  
in cui bisogna lottare.  
Dobbiamo agire nel modo

e nel tempo giusto,  
senza lasciarci sfuggire le occasioni.  
E dobbiamo vincere, assolutamente.  
Questo è il sentiero  
di maestro e discepolo,  
l'essenza eterna  
del Buddismo di Nichiren Daishonin.  
Non esiste maggiore fonte di orgoglio.

[...] Quando i discepoli  
si dedicano sinceramente  
al voto di *kosen-rufu*  
con lo stesso impegno del maestro,  
il potere del Buddha sgorga  
dalle profondità del loro essere.  
E quando ogni prezioso discepolo  
riesce ad adempiere al proprio  
personale voto per *kosen-rufu*,  
ciò conduce alla realizzazione  
dell'unico grande voto di *kosen-rufu*,  
condiviso da maestro e discepolo.  
È un insegnamento fondamentale  
nel Buddismo di Nichiren Daishonin.

[...] Andiamo avanti insieme  
con i cuori perfettamente uniti!  
Innalziamo un canto di lode  
alla rivoluzione umana!

3 maggio,  
ah, il nostro 3 maggio,  
continua a risplendere luminoso!

INCORAGGIAMENTI DELLE QUATTRO STAGIONI  
di Daisaku Ikeda, *Seikyo Shimbun*, 26 aprile 2020

## Diffondiamo ampiamente nel mondo la filosofia per cui “la vita stessa è il tesoro supremo”

Si può dire che la buona salute  
è il fondamento  
di tutta la creazione di valore.  
Solo quando godiamo di buona salute,  
fisica e mentale,  
possiamo condurre  
una vita di supremo valore.

Nascita, invecchiamento, malattia e morte  
sono le sofferenze fondamentali dell'esistenza.  
Nessuno può evitare  
la lotta contro la malattia.  
Tuttavia, affrontando senza paura  
il “demone della malattia”,  
possiamo risvegliarci  
alla suprema sacralità della nostra vita.  
Un cuore che si sforza di vivere sempre,  
fino in fondo,  
basandosi sulla Legge mistica,  
è in grado di sperimentare  
l'eterna condizione vitale del Buddha.

La cosa fondamentale  
è proteggere la nostra salute  
con saggezza,  
diventando “medici”  
e “infermieri” di noi stessi.  
La buona salute  
è la manifestazione della saggezza.  
Se siamo saggi e attenti  
possiamo persino prevenire le malattie  
prima ancora che insorgano.  
Viviamo ogni giorno  
come campioni di saggezza  
che dichiarano con gioia:  
“La buona salute è la mia vittoria”.

In realtà  
vi sono compagni di fede  
che sebbene soffrano di malattie difficili da curare,  
continuano a vivere fino in fondo  
la loro esistenza dal tempo limitato



recitando Daimoku con tutte le forze,  
trasmettendo coraggio anche agli altri  
e dedicandosi alla nobile missione di *kosen-rufu*.  
Un tale modo di vivere  
può cambiare radicalmente  
il significato della malattia.  
Questa è la fede  
in grado di trasformare il veleno in medicina  
e l'autentica saggezza per la buona salute.

Non esiste tesoro più prezioso  
della “salute” e della “vita”.  
Diffondere ampiamente la filosofia  
per cui “la vita stessa è il tesoro supremo”:  
questo è il punto di partenza per creare  
un “pianeta Terra in buona salute”.  
In questo senso,  
il ruolo che svolgono  
i medici e gli infermieri  
è estremamente importante.  
Che si tratti della salute o della pace,  
l'obiettivo è lo stesso:  
eliminare la sofferenza delle persone comuni.  
A tal fine  
è necessario che l'intera umanità,  
trascendendo ogni differenza di etnia, nazionalità,  
ideologia e interesse personale,  
crei una solida unità.

# 3 maggio, uniti al nostro maestro

IN OCCASIONE DEL 3 MAGGIO, IL COMITATO GIOVANI EUROPEO HA INVIATO QUESTA LETTERA AI COMPAGNI DI FEDE DI TUTTA EUROPA

**C**arissimi amici d'Europa, stiamo affrontando questa situazione con uno spirito indomito con il nostro maestro nel cuore, lottando per essere la luce nelle nostre comunità, tra i nostri amici e familiari! La "campagna 1, 2, 3" ci sta permettendo di rafforzare i nostri legami in tutta Europa, e tanti nuovi amici stanno conoscendo la pratica buddista!

Lo scorso anno, in una lezione commemorativa per il 3 maggio, il maestro Ikeda ha scritto:

«Con la convinzione di essere sulla rotta giusta verso una storica realizzazione, la nostra nave ha intrapreso con entusiasmo il suo viaggio pieno

di speranza per diffondere gli insegnamenti del Daishonin in tutto il globo con "l'albero dell'unico vero insegnamento della Via di mezzo" ben saldo al centro (cfr. RSND, 1, 29). Questa similitudine ha un significato profondo.

Se riusciamo a cavalcare i mari in tempesta, alla fine le acque torneranno nuovamente calme. Nelle onde turbolente della storia abbiamo constatato il coraggio e la capacità dell'umanità di superare le difficoltà. Di fronte ai conflitti e ai disastri naturali sappiamo ricostruire solidamente la nostra vita. Questa è la resilienza, la forza interiore della gente comune. Finché "l'albero dell'unico vero insegnamento della Via di mezzo" rimarrà saldo, potremo continuare a solcare il mare» (BS, 200, 32).



Il 3 maggio celebriamo le nomine a presidente della Soka Gakkai di Josei Toda (1951) e di Daisaku Ikeda (1960). Questo giorno inoltre celebra lo spirito combattivo dei maestri Soka che si impegnano sempre con lo spirito di portare avanti «la grande lotta per la Legge, al

di là della vita e della morte, impegnandomi con coraggio / senza lesinare la mia vita / per far avanzare *kosen-rufu* anche di un solo passo».

In un recente messaggio agli studenti dell'Università Soka il maestro Ikeda li ha così incoraggiati: «Sono fermamente convinto che tutti voi, che vi impegnate nello studio proprio in questo periodo in cui il mondo intero sta affrontando la diffusione del nuovo Coronavirus, avete la grande missione di creare un nuovo rinascimento della civiltà globale» (NR Newsletter #8, pag. 3).

Facciamo di questo giorno speciale, in cui celebriamo il sessantesimo anniversario dalla nomina del maestro Ikeda a terzo presidente della Soka Gakkai, un'opportunità per allineare i nostri cuori con il cuore del maestro e rinnoviamo il nostro voto «di creare un nuovo rinascimento della civiltà globale», continuando a offrire le nostre preghiere per la sicurezza e la salute di ogni persona e il rispetto della dignità della vita in tutto il mondo!

**Vi invitiamo a partecipare alla Cerimonia di Gongyo che si terrà il 3 maggio in contemporanea in tutta Europa, dalle 11:00 alle 12:00 con Gongyo alle 11:00.**

Per questa occasione vi proponiamo di studiare insieme il messaggio che il maestro Ikeda ha inviato agli studenti dell'Università Soka (NR Newsletter #8, pag. 3) e il saggio del 20 aprile *La roccaforte della "lotta attraverso le parole"* (NR Newsletter #10). Non si tratta di un messaggio specifico per il 3 maggio, ma è stato scritto con lo stesso spirito.

Facciamo risplendere la speranza, abbracciando coloro che stanno soffrendo di più. Noi saremo la luce! We will be The Light!

*Dal Comitato Giovani Europeo* ●

# LINEE GUIDA DELLA SOKA GAKKAI ITALIANA

## PREMESSA

A partire dal 23 febbraio 2020 la Soka Gakkai italiana ha sospeso temporaneamente ogni attività religiosa nelle case, nei Centri culturali e in ogni altro luogo a causa della grave emergenza sanitaria relativa all'epidemia di Covid-19 e a seguito delle disposizioni governative in merito al distanziamento sociale.

Ancora oggi l'epidemia non è terminata e le recenti disposizioni del governo, in vista della "fase 2" che partirà dal 4 maggio 2020, non prevedono assembramenti di alcun tipo. Anche l'insegnamento buddista ci richiama a comportamenti di grande prudenza e saggezza, specialmente per ciò che riguarda la salute di ogni persona.

Come scrive il maestro Ikeda: «Non esiste tesoro più prezioso della salute e della vita. Diffondere ampiamente la filosofia per cui "la vita stessa è il tesoro supremo": questo è il punto di partenza per creare un pianeta Terra in buona salute» (pag. 4).

Subito dopo la sospensione delle nostre attività, la Soka Gakkai italiana, ispirata da una guida di Sensei del 2003 in cui parla dell'attività dei membri di Taiwan e Hong Kong nel periodo dell'epidemia SARS, ha deciso di adottare la cosiddetta "campagna 1, 2, 3" caratterizzata da tre punti:

1. **Recitare almeno 1 ora di Daimoku al giorno**
2. **Studiare il Gosho e le guide di Sensei per più di 20 minuti al giorno**
3. **Contattare telefonicamente e incoraggiare almeno 3 compagni di fede o amici ogni giorno.**

Portando avanti fino in fondo questi tre punti fondamentali, ciascuno di noi può da un lato approfondire la propria fede individuale attraverso la pratica e lo studio, realizzando i propri obiettivi e la propria rivoluzione umana e dall'altra può rimanere costantemente in contatto con i compagni di fede, per incoraggiarsi reciprocamente, "senza lasciare indietro nessuno".

A tale proposito Sensei scrive: «Da quando è scoppiata l'epidemia è stata limitata la possibilità di uscire di casa. Ciò ha offerto ai membri l'opportunità di contattare al telefono anche quei compagni di fede e amici con cui non si sentivano frequentemente. Grazie a queste conversazioni, hanno potuto condividere i loro sentimenti e dedicare del tempo a dialogare con calma tra loro. [...] Anche se in questo momento state soffrendo, è fondamentale lottare fino in fondo per la Legge, per le persone e per la società. Le vostre azioni e la storia personale che state scrivendo risplenderanno nel futuro» (vedi NR Newsletter #1, pag. 2).

## RIPRENDIAMO IL RITMO DELLE NOSTRE ATTIVITÀ

In questo periodo, in molte zone i membri del nostro Istituto hanno continuato in modo spontaneo a incoraggiarsi e "incontrarsi" utilizzando vari mezzi di comunicazione (incluse App di videoconferenza, videochiamate ecc.) mostrando un grande spirito di ricerca, di dedizione e resilienza.

Oggi, 1 maggio 2020, non è possibile ancora prevedere quando cesseranno le misure restrittive, perciò il Consiglio Nazionale, a partire da questo mese – e fino a data da destinarsi – ha deciso di riprendere le attività con lo stesso ritmo stabilito all'inizio dell'anno (vedi NR, 664, 20), utilizzando per le riunioni e per gli incoraggiamenti personali le tecnologie di comunicazione sopracitate, non essendo ancora possibile incontrarsi di persona.

**Torneremo quindi alle consuete attività ufficiali così ripartite:**

1. **Prima settimana:** settimana dell'incoraggiamento individuale tramite telefono, videochiamata, e-mail, ecc.
2. **Seconda settimana:** settimana dello studio in cui si approfondisce il materiale pubblicato per il mese su *Buddismo e società*.
3. **Terza settimana:** settimana dell'attività dei Gruppi donne, uomini, giovani donne, giovani uomini.
4. **Quarta settimana:** settimana dello *zadankai*

Ancora una volta riconfermiamo non solo la "campagna 1, 2, 3", ma anche il nostro scopo di realizzare 100.000 persone felici nello spirito di prendersi cura e far tesoro di ogni singola persona, come ci esorta il maestro Ikeda nel messaggio inviato ai membri italiani il 16 settembre 2018:

— Continua a pagina 6

— Segue da pagina 5

«Invito ciascuno di voi a far tesoro per tutta la vita di ogni singola persona, e a diventare così leader esemplari che incoraggiano gli altri» (NR, 636, 6).

Come ci incoraggia Sensei, puntiamo sugli incoraggiamenti personali, anche se virtuali, realizzando l'ottanta per cento di incoraggiamenti e il venti per cento di riunioni.

Consideriamo questo periodo senza precedenti come un'occasione per sperimentare sia individualmente che come *sangha* la frase del Goshō: «Quando accade un grande male, seguirà un grande bene» (RSND, 1, 992), e approfondiamo il principio di "adottare l'insegnamento corretto per la pace del paese", pregando per la salute e la felicità di tutte le persone.

## ALCUNI PUNTI A CUI PRESTARE ATTENZIONE

Nelle prossime settimane approfondiremo altri aspetti dell'attività in questa fase, per ora raccomandiamo di prestare attenzione ai seguenti punti:

1. Si prega di fare Gongyo e Daimoku individualmente, prima di collegarsi online per partecipare a una riunione. Si può anche stabilire di fare Gongyo e Daimoku allo stesso orario, prima del collegamento online.
2. Si consiglia di stabilire e comunicare in anticipo ai partecipanti l'orario di inizio e termine degli incontri.
3. Gli inviti alle riunioni sono ristretti ai componenti del gruppo che organizza la riunione; non c'è bisogno di coinvolgere praticanti di altre zone. Naturalmente si possono invitare amici e familiari allo *zadankai*, come sempre, avendo cura di informare i responsabili della riunione.
4. Nello spirito di collaborare insie-

## IL RITMO DELL'ATTIVITÀ MENSILE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
PRIMA SETTIMANA	SETTIMANA DELL'INCORAGGIAMENTO						
SECONDA SETTIMANA	SETTIMANA DELLO STUDIO						
TERZA SETTIMANA	UOMINI, DONNE, GIOVANI UOMINI, GIOVANI DONNE						
QUARTA SETTIMANA	SETTIMANA DELLO ZADANKAI						

me per creare «la più bella unità del mondo», come ci incoraggia il nostro maestro (vedi NR Newsletter #9, pag. 4), preoccupiamoci di programmare le attività ufficiali del mese a ogni livello, e di comunicarle ai propri responsabili in modo che le informazioni arrivino fino al territorio (o regione nel caso in cui non ci sia il territorio). Per quanto riguarda la statistica, consideriamo il mese di maggio come un mese di "prova", poi valuteremo se raccogliere la statistica.

5. Consapevoli che le modalità online possono presentare delle difficoltà per alcune persone, per diversi motivi, facciamo attenzione ancora

più del solito a "non lasciare indietro nessuno". Troviamo il modo di rimanere vicino a ogni singola persona, sia membri che simpatizzanti. Questo aspetto è fondamentale. Sarà cura dei responsabili di gruppo e settore contattare telefonicamente le persone che non partecipano per sostenerle e condividere i contenuti della riunione.

6. Proprio perché in questo periodo siamo tutti a casa, facciamo ancora più attenzione a non disturbare i nostri vicini mantenendo un tono di voce adeguato quando recitiamo Daimoku.

**Grazie per la collaborazione!**

PER APPROFONDIRE IL SIGNIFICATO DEL RITMO DELL'ATTIVITÀ MENSILE RILEGGIAMO L'ARTICOLO PUBBLICATO SU IL NUOVO RINASCIMENTO, 664 DEL 1 GENNAIO 2020, PAGINE 20-23

# esperia.shop.it

Noi ci siamo!

In questo momento particolare della nostra vita  
e della nostra attività buddista,  
noi di Esperia siamo al vostro fianco!  
Il nostro sito è operativo e potete trovare tutti i libri  
sul buddismo per studiare e approfondire  
gli scritti del presidente Ikeda.  
Esperia offre anche la migliore selezione di accessori  
per la pratica buddista, inclusi juzu,  
campane, incensi e candele.



- Tutti gli ordini vengono evasi entro 24 ore
- Pagamenti sicuri
- Spedizioni veloci in tutta Italia (e se il tuo ordine supera i 30€ la spedizione è gratuita)

 **esperia** LIBRI SUL BUDDISMO  
E ACCESSORI PER LA PRATICA BUDDISTA



ISTITUTO BUDDISTA ITALIANO SOKA GAKKAI

ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

# Oltre ogni sofferenza, brilla il sole della VITTORIA

Sono tantissime le esperienze che state inviando da tutta Italia. Vi ringraziamo profondamente. In queste pagine continuiamo a pubblicarne alcune, partendo dalle storie di chi, giorno e notte, negli ospedali e nelle cliniche, mettendo a rischio la propria stessa incolumità, sostiene in prima linea la vita delle persone.

## ESPERIENZA

Fabiana Botelho, Bergamo

— OPERATRICE SOCIO-SANITARIA

## QUESTO PER ME È ALZARSI DA SOLI

DALLA DECISIONE DI UN Istante SCATURISCONO LA GRATITUDINE, IL CORAGGIO E LA COMPASSIONE PER SOSTENERE FINO IN FONDO LA VITA DEGLI ALTRI



Lavoro in una RSA (Residenza Sanitaria Assistenziale). Quando arriva il virus io rimango paralizzata dalla paura:

per me, per mio marito che fa l'infermiere e lavora in un reparto di rianimazione, per i nostri figli e per i nonni che restano con i bambini mentre siamo al lavoro e rischiano il contagio.

Sul lavoro la situazione è a dir poco drammatica e cominciano i primi decessi.

La metà del personale è a casa con i sintomi del Covid-19.

Per impedire di trasmettere ulteriormente il virus, lavoriamo con le tute e i dispositivi di protezione, che non ci fanno respirare.

Quando sei in turno non hai tempo nemmeno per andare in bagno, per bere o mangiare. È come se non esistessi più, perché ci sono persone che stanno veramente male e che hanno bisogno di te.

E intanto continui a soffrire, perché ti affezioni alle persone e non puoi essere indifferente alla loro morte. Le persone muoiono una dietro l'altra. Non riesci neanche a salutarli come vorresti.

Nel bel mezzo della sofferenza, decido di affidarmi fino in fondo al Gohonzon, con tutta me stessa.

È la decisione di un istante.

Comprendo che questa è l'occasione per rafforzare la mia fede.

Mentre recito Daimoku mi vengono

in mente alcuni passaggi del Goshō *Risposta a Kyo'ō*, soprattutto questa frase: «Una spada sarà inutile nelle mani di qualcuno che non si sforza di lottare. La potente spada del Sutra del loto, deve essere brandita da un coraggioso nella fede». E poi dice ancora: «Nam-myoho-renge-kyo è come il ruggito di un leone. Quale malattia può quindi essere un ostacolo?» (RSND, 1, 365).

Mi dico: "Non voglio essere una cordarda nella fede!"

E proprio lì, davanti al Gohonzon, con il mio dolore e le mie sofferenze, sento una forza incredibile sprigionarsi da dentro, una determinazione fortissima, come una guerriera pronta a combattere.

Ed emerge una gratitudine immensa per la vita, per il mio lavoro, per aver incontrato il Buddismo e per la fortuna di fare il lavoro che faccio.

In questo momento difficile posso dare valore al mio dolore e sostenere anche le persone che stanno morendo, donando tutto il mio affetto, la mia presenza e vicinanza, stringendo loro la mano, accarezzandoli e incoraggiandoli a non avere paura di questo nuovo viaggio.

Così li accompagno al ritmo di Nam-myoho-renge-kyo, con il desiderio che anche loro nella prossima vita possano avere la fortuna di incontrare il Buddismo, come io l'ho avuta in questa.

In poco più di un mese abbiamo perso in reparto 37 vite.

Ora stiamo cercando di ricominciare, nulla sarà come prima, ma sicuramente potrà essere migliore.

Non siamo ancora fuori pericolo, ma la mia battaglia io l'ho vinta e sto vincendo ogni giorno.

Voglio essere una "coraggiosa nella fede", per me e per le persone intorno a me.

Tutto dipende da me, dal mio cuore e da come voglio condurre la mia vita. Questo per me vuol dire alzarsi da soli.

**ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"**

**ESPERIENZA**

*Valerio Confalone, Guidonia (RM)*

**INFERMIERE**

**IL DESIDERIO DI AIUTARE GLI ALTRI**

PARTE VOLONTARIO NELLE ZONE PIÙ COLPITE PER SOSTENERE CHI STA LOTTANDO CON LA MALATTIA



Lavoro in un ospedale pediatrico romano e lavoro in Terapia Intensiva.

Paradossalmente, più la pandemia avanzava nel mese di marzo, più l'attività dell'ospedale rallentava, ad alcuni dei miei colleghi veniva chiesto di restare a casa.

Dentro di me invece cresceva il desiderio di dare il mio contributo in questa emergenza mondiale, e non volevo che questo fuoco che avevo dentro si spegnesse.

Ogni volta che il maestro Ikeda e i miei compagni di fede e amici inviavano messaggi di gratitudine verso medici, infermieri e operatori sanitari desideravo sempre più mettere a disposizione ciò che in questi anni ho acquisito come giovane uomo buddista e come professionista.

Una mattina in particolare ho pregato ancora più intensamente, esprimendo con sincerità il desiderio di essere a servizio delle persone del mio paese e di realizzare una grande esperienza di fede.

Poco dopo ho scoperto che era stato appena pubblicato un bando della Protezione civile per istituire una task force di infermieri in supporto delle regioni maggiormente colpite dal Covid-19.

Sono stato selezionato nel primo gruppo di infermieri e il 3 Aprile sono partito per prestare servizio in Liguria.

Sono state settimane difficili.

Ho cambiato spesso alloggio e posto di lavoro in base alle esigenze sanitarie.

Ho lavorato con anziani che a causa del virus erano isolati da ogni affetto, cercando di alleviare la sofferenza e garantire loro una morte quanto più dignitosa possibile.

Abbiamo fatto in modo che, chi era in grado, potesse videochiamare ogni giorno parenti o amici.

Le strutture private erano troppo piccole, non c'era posto per accogliere i familiari, neanche per un ultimo saluto. Non c'era posto neanche per tutti i corpi senza vita degli anziani.

Ogni giorno qualcuno tra il personale sanitario cedeva emotivamente. Noi volontari dalle altre zone d'Italia siamo andati per sostenere anche loro con tutto il cuore.

Quando mi chiedono: «Come si fa?»,

per me c'è solo una risposta: «lo ho il Gohonzon, il Daimoku che mi permette in ogni istante di percepire profondamente l'eternità della vita, e ho gli incoraggiamenti del maestro Ikeda». Così è possibile trasformare il veleno di questo virus nella medicina che curerà il corpo e il cuore di ogni persona.

In questo duro percorso ho incontrato persone e colleghi eccezionali. Ho imparato molto.

Il nostro lavoro sincero e umile in quei luoghi ha avuto una risonanza sensazionale nell'ambiente.

Oggi sono tornato alla mia vita quotidiana e al mio lavoro (che ora apprezzo di più) con il cuore traboccante di fede e gratitudine per il Gohonzon e per i maestri che con il loro esempio hanno aperto un varco per tutti noi verso la vittoria assoluta nella vita.

**ESPERIENZA** *Loretta Spaccatrosi, Guidonia*

**EDUCATRICE SANITARIA**

**LA GRATITUDINE È SPERANZA**

NELL'EMERGENZA SCOPRE L'OCCASIONE PER RIPAGARE IL DEBITO DI GRATITUDINE VERSO CHI IN PASSATO HA SOSTENUTO LA SUA VITA



Da trent'anni lavoro nel settore residenziale di un centro di riabilitazione che accoglie giovani con disabilità cognitive, comportamentali e psichiche.

Dopo pochi giorni dall'inizio dell'emergenza Coronavirus, nel centro risultano positivi quattro ragazzi.

Per evitare ogni contagio e proteggere la mia famiglia vado a vivere in una struttura vicino al Centro in cui lavoro che è stata messa a disposizione di tutti quei lavoratori che per diversi motivi necessitano di un domicilio alternativo.

Gli altri inquilini sono operatori che hanno iniziato a lavorare nel reparto

Covid, formatosi appena rilevata la positività dei quattro ragazzi.

Sono tutti colleghi giovani, con alcuni di loro non ho mai lavorato e li conosco solo di vista, fatta eccezione per un collega che scopro solo in questo contesto essere il marito di una responsabile di settore. Ateo convinto, appena arrivo mi dice: «Qua devi condividere il Buddismo con tutti perché questi ragazzi rischiano di scoppiare, la situazione è difficile, i turni sono lunghi. Cerca di alzare lo stato vitale...». Così comincia il mio soggiorno in quello che scherzosamente chiamiamo "Motel Pandemia".

Nel mio reparto non si era ancora riscontrato nessun positivo, ma il gior-

— Continua a pagina 6

ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

— Segue da pagina 5

no dopo a un ragazzo viene la febbre alta. Viene chiamata l'ambulanza, qualcuno di noi deve accompagnarlo. In turno con me ci sono due giovani mamme, decido subito di andare io per proteggere i loro figli, ancora bambini, il nostro futuro.

Il ragazzo risulta positivo. Vengono quindi fatti i tamponi a tutti gli altri del reparto e altri cinque risultano positivi. È un miracolo che il numero di contagiati sia tanto basso in una situazione come la nostra! Provo tanta gratitudine per la protezione.

Dobbiamo comunque ampliare il reparto Covid e io mi propongo per entrare nella squadra di operatori che ci lavorano e che da qualche giorno sono anche miei coinquilini. Finalmente tutto mi è chiaro: ho il privilegio di ripagare il mio debito di gratitudine con chi a suo tempo, quasi trent'anni fa, si prese cura di me in una situazione analoga, quando fui io a risultare positiva al virus dell'HIV. Tra i tanti infermieri, medici, operatori vari che si avvicinarono a me con paura, ci fu chi si avvicinò con amore per incoraggiarmi.

È grazie a queste persone che ho avuto la forza di combattere e vincere contro il virus, che in quel periodo portava spesso alla morte. Grazie a loro sono arrivata fin qui oggi. I loro sorrisi hanno fatto la differenza nella mia vita. Oggi ricambio e semino a mia volta sorrisi.

Come scrive il maestro Ikeda: «La gratitudine è speranza. Riuscire a sentire il debito di gratitudine verso tutti coloro che ci sostengono in modo visibile e invisibile è la misura della profondità della nostra condizione vitale. Dal punto di vista del Buddismo possiamo percepire i legami karmici umani come infiniti e incalcolabilmente ampi. Dedicarci a *kosen-rufu* è l'attività più nobile che possiamo fare per ripagare il debito di gratitudine verso il genere umano» (NR, 581, 10).

ESPERIENZA

Ugo Taponecco, Sarzana

INFERMIERE

TUTTO DIPENDE DALLA MIA FEDE

LOTTA CON UN FORTE DAIMOKU PER SOSTENERE IL FRATELLO MALATO E LA FAMIGLIA



Lavoro all'ospedale di Sarzana.

Il 2 febbraio sono andato a trovare mio fratello e l'ho trovato con un po' di difficoltà a respira-

re. La mattina dopo mi ha chiamato dicendomi che era davanti all'ospedale ma che non riusciva né a camminare né a respirare. Sono andato a prenderlo di corsa. Era in chiaro scompenso respiratorio! L'ho portato al Pronto soccorso in codice rosso ed è iniziato un incubo a occhi aperti.

In poco tempo lo hanno portato in terapia intensiva, intubandolo e mettendolo in coma farmacologico. Il giorno dopo è stato trasferito a La Spezia, più attrezzata per i casi disperati.

Consapevole che mio fratello era tra la vita e la morte ho cominciato a fare tantissimo Daimoku, in ogni momento possibile.

Ringrazio profondamente tutti i miei compagni di fede che hanno pregato per me e mio fratello e mi hanno sostenuto moltissimo.

Al mattino ero in ospedale a Sarzana a lavorare e il pomeriggio con mia cognata all'ospedale di La Spezia al capezzale di mio fratello, sempre in coma farmacologico. Da un lato del letto lei gli parlava, dall'altro io recitavo Daimoku.

I suoi polmoni erano stati attaccati da un fungo, l'aspergillo. Una frase del Goshō *Risposta a Kyōō* mi risuonava nella mente: «Ma solo la tua fede determinerà tutte queste cose» (RSND, 1, 365).

Improvvisamente, il 6 marzo a La Spe-

zia inizia il lockdown (in quel momento limitato solo alla rianimazione). Erano arrivati i primi Covid-19 in terapia intensiva.

Panico! E mio fratello? Non lo potevo più vedere ed era in mezzo al Covid-19, con il suo stato debilitato. È stata una lotta continua contro i demoni della mente. Sapevo che dovevo fare un Daimoku ancora più forte affinché non fosse contagiato.

Risulta negativo a tutti i tamponi e finalmente viene trasferito in terapia intensiva a Sarzana, sempre intubato e in coma farmacologico, ma in ambiente "No Covid".

Personalmente, lavorando in ospedale ed essendo costantemente a rischio contagio, quando tornavo a casa mi auto-isolavo per proteggere i miei cari. Non potevo quindi prendermi cura di mia madre di 89 anni, che fortunatamente poteva contare su mia cognata. Proprio lei, ripensando a quando eravamo insieme in ospedale, ha cominciato a recitare Daimoku.

E il 2 aprile, anniversario della morte del maestro Toda, ha coinvolto anche mia mamma che ha recitato un'ora di Daimoku insieme ai membri di tutta Europa! Nella sofferenza, questa cosa mi ha riempito di gioia.

Mio fratello, ancora in terapia intensiva e intubato, è stato risvegliato dal coma. Finalmente mi hanno permesso di vederlo.

Proprio quando credevo di avere vinto, una settimana fa nel reparto di mio fratello è arrivata una persona positiva al Covid. Lui stava meglio, ma per poterlo dimettere dal reparto dovevamo aspettare nuovamente i tre tamponi negativi, quindi restava ancora a rischio contagio. Ho capito che dovevo andare fino in fondo e ho rilanciato ancora una volta nella preghiera.

Oggi, 27 aprile, è risultato negativo anche al terzo tampone.

Sono pieno di gratitudine verso il Gohonzon, il maestro Ikeda e la Soka Gakkai, e sono determinato a sostenere e incoraggiare tutte le persone che incontro.

## ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

## ESPERIENZA

Angelo Di Rosa, Alessandria  
— OPERATORE SOCIO-SANITARIO

UN SOLE  
DI FELICITÀ

CON IL MAESTRO NEL CUORE,  
ANGELO SI SENTE INAMOVIBILE  
COME IL MONTE FUJI



Sono membro della Soka Gakkai da settembre 2019. Lavoro presso l'ospedale di Alessandria nel reparto di chirurgia generale, oggi divenuto reparto Covid-19.

È iniziata la mia missione in reparto e da quel momento sono cambiato io e il modo di vedere la vita.

I primi giorni, in particolare, sono stati faticosi e tristi: la pesantezza della vestizione, il sudore e il caldo che si prova sotto quei dispositivi di protezione... L'impatto è stato scioccante, con tante persone che muoiono a causa di questo virus. In ogni istante e a ogni decesso recito Daimoku.

Mi sono ripromesso di portare un po' di luce in mezzo alla sofferenza. Non mi sono mai sentito solo, ho sempre sentito la forza del Daimoku che mi sostiene.

Ho avuto modo di conoscere persone che sono guarite e sono riuscito a parlare loro del Buddismo, regalando dei libri con il desiderio che li leggessero nel loro periodo di degenza.

Ricordo che una paziente in particolare iniziò da subito a recitare Nammyoho-renge-kyo.

Un mattino mi disse che da quando aveva iniziato si sentiva meglio, che non smetterà più e che contatterà i responsabili della sua zona per continuare questo cammino con la convinzione che anche grazie alla pratica buddista è guarita non solo dal Covid-19 ma anche nell'anima.

Un giorno rientrai al lavoro e non la trovai più nella sua camera, la mia col-

CANALE YOUTUBE  
SOKA GAKKAI ITALIA

L'Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai ha un canale ufficiale su YouTube, ricco di contenuti, tra cui:

- **#IlVelenoInMedicina**: la raccolta dei video realizzati dai praticanti di tutta Italia durante il periodo della quarantena
- i contenuti dedicati ai **bambini**, con favole e storie, alcune delle quali disegnate da loro
- la presentazione degli **Obiettivi di Sviluppo Sostenibile** dell'Agenda 2030 a cura degli studenti

[CLICCA QUI](#)

**BUONA VISIONE!**

lega mi riferì che era stata dimessa e che si era negativizzata. Il mio cuore si riempì di gioia. Lasciò detto ai colleghi di salutarmi in modo particolare, che avrebbe continuato a praticare e che mi avrebbe portato nel suo cuore.

Qualche giorno dopo entrai nell'ufficio infermieristico e una collega che ancora non conoscevo mi disse che finalmente c'era un sole che portava felicità in tutto quel buio del reparto. Le risposi che se voleva poteva esserlo anche lei, e lei subito mi domandò: «Non sarai mica buddista?».

Anche lei è membro della Gakkai e così insieme abbiamo determinato di trasformare il reparto in una meravigliosa terra del Buddha.

Ogni giorno porto nel cuore il maestro Ikeda e lo sento vicino a me in questa battaglia; mi sento inamovibile come il monte Fuji davanti alle difficoltà.

Egli scrive: «Quando ci risvegliamo alla nostra missione di Bodhisattva della Terra per aiutare gli altri e rivitalizzare la loro vita a livello fondamentale, assaporiamo una gioia insuperabile. Proviamo un profondo senso di appagamento nel vedere le nostre vite crescere ed espandersi. Ogniquale volta ci gettavamo a capofitto nelle nostre battaglie, come discepoli di Toda, si spigionava dentro la nostra vita, con incredibile forza, il potere della pratica, il potere intrinseco dei Bodhisattva della Terra, e il potere di combattere il male mettendoci così in grado di spezzare le catene del nostro destino e di aiutare gli altri a fare lo stesso. Da persone che chiedevano aiuto siamo diventate persone che correvano in aiuto degli altri» (*L'eredità della legge fondamentale della vita*, lezione, Esperia, pag. 31).

## ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

## Storie di valore nella comunità

Di seguito alcune esperienze che esprimono lo spirito di questo incoraggiamento del maestro Ikeda:

«Facciamo risplendere la luce della saggezza che incarna il principio di "fede uguale vita quotidiana"! Facciamo brillare la "grande luce" che sprigiona il principio di "il Buddismo si manifesta nella società"!»  
(*Seikyo Shimbun*, 20 aprile 2020)

ESPERIENZA *Marta Mari, Roma*

INSEGNANTE

## TESORI PREZIOSI, COLONNE DEL FUTURO

CHE L'INSEGNAMENTO "A DISTANZA" NON DIVENTI DISTANZA DEL CUORE: UNA SFIDA IMPOSSIBILE, VINTA CON IL DAIMOKU E L'AMORE



Sono un'insegnante di sostegno in un liceo artistico di Roma, dove seguo un ragazzo e una ragazza che frequentano l'ultimo anno del ciclo e tra qualche mese dovranno sostenere l'esame di maturità. Non passa giorno in cui non prego per loro, per la loro protezione e felicità. Dal primo giorno della chiusura delle scuole noi docenti ci siamo attivati per seguire a distanza i nostri ragazzi... già, ma come potevo fare in modo che non sentissero questa distanza obbligatoria e importante da rispettare per il bene comune? Un ragazzo disabile ha bisogno di cura e attenzione, di amore incondizionato come quello che si dà a un figlio, non certo di distanza. Parto dal Daimoku.

Poi decido di fare una video chiamata ai ragazzi, mi faccio vedere e parliamo un po' di tutto quello che sta succedendo, cerco di spiegare loro che saremo lontani fisicamente ma è il cuore che conta e quello batte sempre accanto a loro.

Il maestro Ikeda scrive: «Non dimenticherò mai nessuno degli alunni che hanno la missione di essere leader del secolo a venire» (NRU, 23, 59). Vorrei esprimere la mia gratitudine per

avere un maestro meraviglioso che ci trasmette l'importanza di dedicarci a ogni singola persona, a partire dai bambini e dai giovani che sono le colonne portanti del nostro futuro!

Appena vengono attivate le lezioni a distanza tutti gli alunni sono chiamati a partecipare. Dunque parlo con Francesca, la ragazza che seguo a scuola e che ha un disturbo dello spettro autistico che negli anni l'ha portata ad essere asociale e distaccata dal resto della classe. Non vuole saperne di partecipare alle video lezioni.

Mi spiega che non se la sente, per lei è uno scoglio enorme, si vergogna, è una bella ragazza ma si sente brutta,

si sente gli occhi della classe addosso. Sento tutto il peso e la frustrazione di questa sofferenza che mi pervade, sento un muro che mi separa da lei.

Ma io ho una missione, ancor prima di preoccuparmi della lezione sento con tutto il cuore che lei deve riuscire a stare con gli altri.

Lascio che il Gohonzon risponda alle mie preghiere e che lei prima o poi si manifesti, si apra al mondo. Giorno dopo giorno prego per la sua felicità e protezione e continuo a sostenerla con le videochiamate.

Un giorno, quando inizia la lezione, vedo comparire sullo schermo la sua faccina dolce! Ha deciso di partecipare alla lezione e chiede alla professoressa di segnalarla come presente, insiste dicendo che lei c'è. Che gioia!

È l'inizio di un nuovo corso. La scorsa settimana mentre studiavamo si ferma emozionata e mi dice che in questi giorni ha ripreso i contatti con un ragazzo che aveva conosciuto in palestra e si sono fidanzati!

E oggi è arrivata un'altra vittoria! Francesca si è sfidata ancora di più: ha chiesto alla professoressa di inglese di farsi interrogare e ha parlato in inglese per tutto il suo intervento, cosa che nessuno dei suoi compagni aveva fatto prima, lasciando tutti noi a bocca aperta ad ascoltarla.

È bellissimo vederla sorridere e sentire la sua felicità.

## Ai miei amici

«La mente è come un abile pittore»  
(RSND, 2, 73).  
Non esistono circostanze in cui qualcuno possa imprigionare la nostra mente. Dipingiamo dentro al nostro cuore quadri di speranza e un futuro di felicità!

Daisaku Ikeda,  
*Seikyo Shimbun*, 1 maggio 2020

## ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

## ESPERIENZA

Anna Marvulli, Firenze

TRASFORMARE  
LA SOLITUDINE  
IN SOLIDARIETÀNEL LOCKDOWN LA POSSIBILITÀ  
DI DIVERTIRSI CREANDO  
AMICIZIA NEL CONDOMINIO,  
PROPRIO LÀ DOVE VIVIAMO

Dopo più di un mese di quarantena ancora resistiamo e puntuali nel nostro condominio usciamo per affacciarci dai balconi

o come me in giardino, perché abbiamo voglia di guardarci, di parlare, di conoscerci, finalmente.

Il maestro Ikeda scrive: «La cosa importante è continuare a coltivare l'amicizia con i nostri vicini, creare legami di fiducia nella comunità espandendo così la cerchia di amicizia. Ciò arricchisce la nostra vita, e diventa la forza per creare un valore inestimabile» (NR, 666, 9).

I semi che piano piano avevo piantato per creare armonia e amicizia, partendo dai miei vicini più prossimi, all'improvviso sono sbocciati.

Mi sono ritrovata a essere la persona che aveva più legami con tutti e quindi il punto di riferimento di questa avventura.

Tutto è cominciato il 13 marzo, con un messaggio sul web che invitava la popolazione ad affacciarsi ai balconi alle 18:00 per cantare insieme.

Subito ho capito che quella era l'occasione per trasformare quella solitudine in solidarietà, un'occasione per stare insieme e creare finalmente quei legami con le persone che ci vivono accanto, ma che non conosciamo e che spesso non salutiamo nemmeno.

In questo mese sono successe tante cose: abbiamo organizzato quattro

concerti a cui hanno partecipato i figli piccoli e adolescenti delle giovani famiglie del condominio. Suonano strumenti diversi: arpa, chitarra, violoncello e tromba e la domenica ci deliziano suonando dei brani.

Abbiamo giocato a tombola, festeggiato compleanni, letto poesie di autori diversi che ci offrivano riflessioni su quanto stiamo vivendo, abbiamo condiviso le nostre riflessioni su cosa vorremmo cambiare una volta che ritorneremo alla normalità.

Gli incoraggiamenti di Ikeda in questo mese mi hanno sempre dato la spinta a continuare, mi hanno fatto sentire che stavo andando nella direzione giusta, che non è inutile o di poco conto quello che sto facendo.

Dai suoi incoraggiamenti ho tratto la forza di portare avanti le proposte che via via emergevano e soprattutto di presentarle a chi si affacciava o ascoltava dietro le finestre.

Quando tutti si affacciano siamo circa quaranta persone!

Per Pasqua ognuno ha esposto un uovo realizzato in casa con i materiali più diversi. C'era anche una giuria formata dai ragazzi che hanno votato l'uovo più bello. È stata una grande festa!

Si sono aperti anche balconi che ancora erano rimasti chiusi.

Prima della gara ho letto la frase del maestro Ikeda pubblicata sul *Seikyo*

*Shimbun* il 7 aprile 2020: «Risponderemo con la creatività a questa sfida senza precedenti che tutta l'umanità sta affrontando! La capacità di essere flessibili e di adattarsi al cambiamento genera sviluppo ed evoluzione».

Tutti insieme stiamo capendo l'importanza di dare gioia ai ragazzi, di tirarli fuori dalle loro stanze e di far parlare proprio loro! Il nostro è diventato un appuntamento imperdibile e i ragazzi escono con noi.

In questo periodo sto preparando dei regalini per i vicini, scrivendo frasi di Ikeda con il desiderio di incoraggiarli. Uno di loro mi ha scritto che aveva già incontrato Ikeda e che per lui è sempre un piacere.

In particolare sto stringendo un legame con un ragazzo che vive solo e che mi aveva scritto ringraziandomi dei dieci minuti di compagnia in questo momento di tristezza assoluta.

Desidero profondamente sostenerlo. Dopo il gioco delle uova mi ha scritto: «Ci hai svoltato la quarantena... Il quartiere più bello di Firenze per la cordialità... è il nostro!». Così mi sono decisa a scrivere questa esperienza!

Qui nel condominio abbiamo imparato a scoprirci e a fidarci l'uno dell'altro senza avere paura del giudizio.

Stiamo comprendendo che quello che più conta sono i tesori del cuore e siamo certi che ce ne ricorderemo per sempre.

## Ai miei amici

“Per il bene di *kosen-rufu!*”: quando preghiamo per adempiere a questo grande voto, riusciamo a far emergere un'insuperabile saggezza.

Adesso è il momento di dimostrare fermamente il potere della nostra forza interiore!

Daisaku Ikeda,  
*Seikyo Shimbun*, 30 aprile 2020

## ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

## Ai miei amici

Il palcoscenico sul quale alleniamo e rafforziamo la fede è il luogo più vicino a noi: la nostra casa. Creiamo momenti pieni di valore, ad esempio cercando di fare Gongyo in famiglia e dialogare insieme sul significato di *kosen-rufu*!

Daisaku Ikeda,  
*Seikyo Shimbun*, 5 aprile 2020

ESPERIENZA Stefano Vaccari, Roccabianca (PR)

MUSICISTA

## RIPAGARE IL DEBITO DI GRATITUDINE

INASPETTATA, DALLA QUARANTENA NASCE LA GIOIA DI CONDIVIDERE LA LEGGE CON I PROPRI GENITORI E APPROFONDIRE LA FEDE IN FAMIGLIA



Sono membro della Soka Gakkai dal 2012.

Nella mia famiglia pratichiamo io e, da ottobre, mia sorella.

In questo periodo difficile per tutti, in cui siamo costretti in casa a causa di questo virus, i miei genitori, titolari di un supermarket, lavorano il doppio rispetto a prima, con tutte le difficoltà e la paura di entrare in contatto con le persone.

Sono un musicista e la mia vita è davvero piena di impegni. La prima settimana di quarantena mi sono trovato ad avere meno tempo del solito, nonostante non avessi mai avuto così tanto tempo libero.

Un paradosso! Ma poi lo stato vitale si è abbassato, il lavoro non c'era, per cui zero entrate economiche.

Ero appesantito da tutto e mi sono chiuso in me stesso, dicendo a tutti che per alcuni giorni mi sarei isolato da tutte le chiamate, chat e videochiamate.

Poi ho ricevuto da mia zia la telefo-

nata in cui ci ha detto che mio zio, il fratello di mio padre, era appena morto.

Per i miei genitori, si è aggiunta la sofferenza di un lutto a cui non si poteva partecipare in nessun modo. Non potevamo vedere mia zia, non potevamo salutare mio zio e tutto questo in un modo rapido e difficile

da metabolizzare. Passati un paio di giorni, quasi isolato da ogni social, sentii che era ora di alzarmi.

Iniziai a recitare Daimoku con un *ichinen* rinnovato, per risollevarmi e sostenere la mia famiglia.

Sentii profondamente di voler portare i miei genitori davanti al Gohonzon a recitare Daimoku, per permettere loro di creare un legame con la Legge mistica e affrontare questa difficile situazione.

In modo del tutto naturale, senza pensarci troppo, chiesi a tutti di venire a recitare Daimoku con me.

Dissi: «È per soli 5 minuti!». La reazione dei miei genitori fu negativa.

Io e mia sorella ci avviammo comunque. Poco dopo sentimmo una voce in lontananza: «Solo per 5 minuti?».

Così iniziammo a recitare Daimoku insieme ai nostri genitori. Una sensazione di gioia mi ha avvolto, impossibile da spiegare a parole.

Il giorno successivo siamo andati di nuovo a recitare Daimoku tutti insieme. E così il giorno dopo ancora.

Proprio ora che siamo chiusi in casa, abbiamo potuto approfondire la fede in famiglia, contribuendo a ripagare il debito di gratitudine nei confronti dei nostri genitori. ●

## Ai miei amici

Nichiren Daishonin scrive: «Considera allo stesso modo sofferenza e gioia».

Continuiamo a recitare Daimoku fino in fondo, con tutto il nostro essere.

La Legge mistica è la massima speranza!  
Trasformiamo assolutamente il veleno in medicina!  
Facciamo diventare tutte le situazioni che viviamo una sorgente di forza che crea felicità!

Daisaku Ikeda,  
*Seikyo Shimbun*, 21 aprile 2020

## ESPERIENZE "IO VINCO CON SENSEI"

## ESPERIENZA

Maria Grazia Bassanelli,  
Santa Marinella

IMPREDITRICE

## LA VITA È IL BENE PIÙ PREZIOSO

DEDICARSI ALLA PRATICA DELL'OFFERTA IN TEMPI TANTO DIFFICILI È LAZIONE PIÙ CORAGGIOSA PER "SEMINARE NEL TERRENO DELLA FORTUNA"



Dopo il decreto dell'8 marzo decido di chiudere l'attività commerciale che gestisco da quasi 40 anni, seguendo il consiglio

di restare a casa per due settimane e lo comunico alle quattro persone che lavorano per me.

Nei giorni successivi, andando in azienda per sistemare le cose lasciate in sospeso, vedo che il fermo di due settimane non comporterà gravi ripercussioni a livello finanziario.

Così decido di pagare tutto quello che ho in scadenza, nonostante abbia la possibilità di spostare alcuni pagamenti.

Sono fiera di me stessa e soprattutto grata della fortuna che ho accumulato in questi 36 anni di pratica buddista, che mi ha insegnato sempre a dare priorità alla vita. Come scritto da Nichiren Daishonin nel Goshō *I tre tipi tesori*: «La vita è il bene più prezioso» (RSND, 1, 752). È per questo che ho deciso la chiusura immediata.

Nel frattempo metto in pratica la "campagna 1, 2, 3": ogni giorno almeno un'ora di Daimoku, 20 minuti di studio del Buddhismo e 3 telefonate ai miei amici e compagni di fede.

Il 22 marzo esce un nuovo decreto che determina la chiusura totale fino a data da destinarsi. Devo andare al lavoro per chiudere la contabilità, pagare le scadenze di marzo e guardare

quelle dei mesi successivi.

Inizio a preoccuparmi. Nella mia attività commerciale il periodo primaverile è quello in cui si realizza la maggior parte del fatturato annuo. Ho anche l'impegno di continuare a pagare i dipendenti a casa. Vengo criticata da mio figlio (uno dei dipendenti) per la scelta di aver chiuso da subito.

Il 25 marzo leggo la notizia che l'Istituto Buddista Italiano Soka Gakkai ha devoluto 500.000 Euro alla Protezione Civile e l'intero importo dell'8xmille all'emergenza Coronavirus.

Mi emoziono, perché di quella donazione faccio parte anch'io. Sono onorata di questa scelta generosa e immediatamente il mio stato vitale cambia. Sento un'enorme gratitudine e non desidero altro che fare subito un'altra offerta all'Istituto.

Dal 25 marzo a oggi è trascorso un

mese. Combattendo contro i tre veleni di avidità, collera e stupidità che con grande forza si sono presentati nella mia vita, provando più volte a farmi dubitare della mia scelta, sono riuscita a incassare dai miei clienti i conti in sospeso, molto più di quanto potessi ipotizzare!

Il potere di Nam-myoho-renge-kyo ha dato la sua grande prova, soprattutto a mio figlio.

Da lunedì 20 aprile ho attivato tramite la Prefettura la consegna a domicilio. Per il momento siamo tornati a lavorare con orario ridotto, ma abbiamo tantissime richieste e spesso dobbiamo arrivare prima o andare via dopo per soddisfare tutti i clienti.

In questo periodo ho avuto tempo per predisporre i dispositivi di sicurezza, l'azienda è pronta e i ragazzi preparati per la futura riapertura.

## I SERVIZI POSTALI SONO RIPRISTINATI

I pdf di NR 672 e BS 200 saranno disponibili per tutti fino al **15 maggio**. Dopo quella data riprenderà la normale fruizione solo per gli abbonati

Iscrivendovi al portale abbonamenti potrete accedere ai contenuti dei siti

[lnuovorinascimento.org](http://lnuovorinascimento.org) - [buddismoesocieta.org](http://buddismoesocieta.org)

CLICcate QUI:

<https://servizi.sgi-italia.org/abbonamenti/>