

# LA NONVIOLENZA

## Ni

Consigliata



**GOSHO**  
pag. 10



**ESTRATTI**  
pag. 10-11

SUGGERIMENTI PER  
LE RIUNIONI  
DI DISCUSSIONE

In queste pagine offriamo alcuni spunti per lo zadankai tra cui scegliere per stimolare il desiderio di sperimentare la pratica buddista e lo scambio di esperienze.

Inviare i vostri suggerimenti a:  
**nuovo.rinascimento@sgi-italia.org**

«L'Ultimo giorno della Legge è un'epoca di conflitti, un tempo in cui tutte le persone indistintamente sono portate necessariamente a scontrarsi. La forza di resistere a questo corso tumultuoso deriva dalla ferma convinzione che la natura di Buddha esiste in noi e negli altri»

D. IHEDA, IL PENSIERO DELLA NONVIOLENZA (GS 102, 13)

### COSA SI LEGGE NEL GOSHO:

Il Sutra delle Sei paramita dice che si deve diventare maestri della propria mente e non lasciare che la mente sia la propria maestra.

DA LETTERE AI FRATELLI (RSND, 1, 447)

### DAISAKU IHEDA COMMENTA:

DALLA SERIE VIVERE IL GOSHO

Con una mente, o cuore, incoostante o mutevole, non possiamo riuscire a scalare una parete ripida, sferzata dai forti venti delle funzioni demoniache. Dobbiamo puntare lo sguardo sulla solida e incommutabile vetta del conseguimento della Buddità e continuare a cercare di padroneggiare la nostra mente. [...] Diventare maestri della propria mente significa, sostanzialmente basarsi sul fondamento incommutabile della Legge.

### LA NONVIOLENZA È L'ARMA DEI CORAGGIOSI

D. IHEDA, GS, 175, 63

Gandhi non riusciva a sopportare chi trattava male e con prepotenza gli altri [...]. Le persone coraggiose sono positive e gioiose. Gandhi rideva spesso, facendo sentire felici e coraggiose anche le persone che gli stavano attorno. Le persone coraggiose non cedono. Gandhi era molto paziente, affermava che «il bene procede a passo in prima linea. Gandhi credeva che «ciò che è possibile per uno è possibile per tutti». Forse alcuni di voi pensano di non essere coraggiosi. Invece tutti, senza eccezione, possono e i vostri obiettivi.

### IMPEGNARSI NEL DIALOGO

D. IHEDA, CFR, NR 247, 8

Un grande male è sempre seguito da un grande bene. Ma il grande bene non viene da sé. Occorre sempre coraggio per realizzare un grande bene. Per noi questo è il momento di dimostrare il coraggio della nonviolenza, il coraggio di impegnarsi nel dialogo, il coraggio di ascoltare ciò che non vogliamo sentire, il coraggio di tenere sotto controllo il nostro desiderio di vendetta e seguire invece la ragione.

[...] La violenza nasce da uno spirito ferito, da uno spirito offeso, ustionato dal fuoco dell'arroganza; da uno spirito diviso e logorato dalla frustrazione dell'impotenza; da uno spirito inaridito, riarso per la sete di significato della vita; da uno spirito avvizzito e reso piccolo dal senso di inferiorità. La collera che deriva da un rispetto di sé ferito e dall'umiliazione erompe sotto forma di violenza.

### CIASCUNA VITA È UNICA E IRRIPETIBILE

D. IHEDA, SPIDE E VISIONI PER IL FUTURO, ESPERIA, PAG. 37

Ogni vita è egualmente preziosa, non è possibile applicare un ordine gerarchico attribuendo a una vita più valore di un'altra. Ciascuna vita è unica e irripetibile, e ogni essere umano è un tutt'uno con la vita universale ed è altrettanto importante e inestimabile. Nichiren Daishonin afferma: «Il primo di tutti i tesori è la vita stessa.» Dichiarò inoltre: «Il Buddha afferma che la vita è qualcosa che non si può acquistare nemmeno al prezzo di un intero sistema maggiore di mondi», (3) e «Un giorno di vita è molto più prezioso di tutti i tesori del sistema maggiore di mondi.» È per questo che non dovremmo mai toglierla la vita, né far violenza agli altri. Nessuno ha il diritto di danneggiare un tesoro così prezioso come la vita.

### LA DISPONIBILITÀ AD ASCOLTARE GLI ALTRI

D. IHEDA, NR, 247, 6 - WWW.SGI-ITALIA.ORG

Il ventesimo è stato un secolo di guerra. Centinaia di milioni di persone sono morte in battaglia. Cos'ha imparato l'umanità da quella tragedia? In questo nuovo secolo, il ventesimo, il principio che l'umanità non è accettabile o giustificata in alcuna circostanza deve diventare l'assunto morale fondamentale dell'umanità. Se non riusciamo a diffondere ampiamente e infondere profondamente in ogni persona il principio che la violenza non è mai giustificata come mezzo per sostenere le proprie convinzioni, l'umanità non avrà imparato niente dalla lezione del ventesimo secolo. La vera battaglia sarà tra le civiltà o tra le religioni, ma piuttosto tra violenza e nonviolenza. Tra barbarie e civiltà nel senso più autentico della parola.

Più di mezzo secolo fa, Gandhi denunciò apertamente la violenza che devastava la sua epoca. Ciò che ci distingue dalle bestie, disse, è il nostro continuo sforzo di migliorarci moralmente. Egli dichiarò che

l'umanità si trovava a un bivio e doveva scegliere tra la violenza, cioè la legge della giungla o la nonviolenza, cioè la legge dell'umanità. In effetti il mondo si trova davanti un'opportunità senza precedenti. Abbiamo l'occasione di aprire una nuova pagina nella storia umana. [...] Da un cuore pacifico e risanato nasce l'umiltà, dall'umiltà deriva la disponibilità ad ascoltare gli altri; dalla disponibilità ad ascoltare gli altri deriva la tua comprensione e dalla tua comprensione nasce una società pacifica.

### LA VIOLENZA È UN MALE ASSOLUTO

D. IHEDA, AMORE E AMICIZIA, ESPERIA, PAG. 64-66

Se ricorrete alla violenza, per qualunque ragione lo facciate, avete perso. Potete pensare di avere sconfitto il vostro avversario, ma in definitiva avete perso. Perché quando fate del male a un altro, in realtà avete fatto del male a voi stessi. Essenzialmente, coloro che ricorrono facilmente alla violenza e non hanno alcun rispetto per la vita degli altri, non hanno rispetto della propria vita [...] L'essenza della violenza è la vigliaccheria. È a causa della loro vigliaccheria che le persone fanno ricorso alla forza bruta. Non hanno il coraggio di cercare il dialogo. La nonviolenza è un'espressione di vero coraggio. Ci vuole molto più coraggio a seguire il sentiero della nonviolenza che quello della violenza. [...] La violenza origina dall'animalità inerente alla nostra vita e anche se eliminiamo tutte le armi dalla faccia della terra, la violenza non scomparirà mai fin quando non riusciremo a controllare l'animalità che esiste dentro di noi. È per questo che trasformare noi stessi interiormente è così importante.