



La vittoria interiore: trionfare su sé stessi per raggiungere la vera liberazione

Vorrei iniziare leggendo una poesia dello scrittore Rudyard Kipling (1865-1936) intitolata “If (Se)” composta nel 1895.

*Se riesci a mantenere il controllo quando tutti
intorno a te lo perdono e te ne fanno una colpa;
se riesci a credere in te stesso quando tutti dubitano di te,
ma anche a tener conto del loro dubbio;
se riesci ad aspettare e a non stancarti di aspettare,
o, se tutti mentono a tuo riguardo, e non ricambi con menzogne,
o, se ti odiano, e non ti lasci prendere dall'odio,
e tuttavia non sembri troppo buono, né parli in modo troppo saggio;*

*se riesci a sognare, e a non fare dei sogni il tuo padrone;
se riesci a pensare, e a non fare dei pensieri il tuo fine;
se riesci a incontrare Trionfo e Rovina
e a trattare allo stesso modo questi due impostori;
se riesci a sopportare di sentire la verità che hai detto
distorta da furfanti che ingannano gli sciocchi,
o a vedere le cose per cui hai dato la vita, distrutte,
e a chinarti per ricostruirle con strumenti logori;*

*se riesci a fare un mucchio di tutte le tue vincite
e a rischiarle in un unico lancio a testa o croce,
e perdere, e ricominciare da principio
e a non dire una parola sulla tua perdita;
se riesci a costringere cuore, nervi e muscoli
a servirti quando in loro non c'è più nulla,
e così resistere quando in te non resta altro
se non la Volontà che dice loro: “Resistete!”*

*se riesci a parlare con la folla e conservare la virtù,
o a camminare con i Re, senza perdere il contatto con la gente comune;
se né i nemici né gli amici più cari possono ferirti;
se tutti contano per te, ma nessuno conta troppo;
se riesci a riempire il minuto inesorabile
con sessanta secondi di corsa lontana,
tua è la terra e tutto ciò che è in essa,
e, quel che più conta, sarai un Uomo, figlio mio!*

Sebbene non spiccatamente Buddhista, questo testo celebra il distacco dalle illusioni, la capacità di mantenere l'equilibrio e la compassione di fronte alle sfide della vita. In poche parole, parla di ciò che potremmo definire la vittoria interiore.

Dal tempo senza inizio gli esseri umani si confrontano con sconfitta e vittoria. In India, sin dall'epoca brahmanica, esisteva il concetto di “stendardo della vittoria”. I dibattiti dottrinali non hanno avuto origine con il Buddhismo, ma esistevano già da allora. All'interno del Brahmanesimo c'erano tante sette o scuole, e si dice che durante la vita del Buddha Shakyamuni ce ne fossero novantacinque o novantasei, il che indica una notevole diversificazione. I dibattiti dottrinali si svolgevano tra queste diverse scuole e le persone partecipavano a vari dibattiti, e se avessero perso, avrebbero dovuto arrendersi. Come segno di aver sconfitto gli altri attraverso la propria metodologia o ideologia vincente, veniva eretta un'asta davanti alla propria porta; questo era chiamato “stendardo della vittoria”. È una storia un po' infantile, ma si tratta di una consuetudine che risale a un'epoca molto antica. Ma se ci pensiamo bene, tutt'oggi, anche a noi capita di fare esattamente nello stesso modo. Ogni volta che ci confrontiamo con qualcuno e magari troviamo la ragione nel dibattito, subito lo “sbandieriamo” al vento, vantandoci, perché questo ci fa sentire forti e viene alimentata la fiamma del nostro ego. Ma questo è ciò che viene insegnato dal Buddha riguardo alla vittoria?

Nel Sutra del Loto, ma anche in tanti altri sutra predicati dal Buddha, leggiamo spesso di “bandiere e striscioni ingioiellati”. Per esempio, nel capitolo XVII “Varietà dei meriti” è detto:

I grandi Bodhisattva issarono innanzi ai Buddha bandiere ingioiellate, ornate con eccellenti striscioni. Inoltre lodarono i Tathāgata con decine di milioni di gāthā.

Questa non è una dimostrazione di ego, di vanto. Ciò che viene detto nel Sutra è che coloro che hanno compassione per tutti gli esseri senzienti, ovvero i Bodhisattva, e che possiedono il cuore per salvarli, alla fine vinceranno, cioè erigeranno lo stendardo della vittoria.

Abbandonare i propri desideri egoistici e distaccarsi dal guadagno o dalla perdita personale è il percorso per raggiungere la vittoria finale. Significa abbandonare se stessi. Pertanto, coloro che espongono gli insegnamenti del Mahayana e si impegnano a diffonderli nel mondo, sono i veri vincitori che trionfano.

Nel Sutra del Loto, i Bodhisattva non innalzano bandiere per dimostrare la loro superiorità, ma per celebrare la vittoria della compassione e della saggezza. La loro vittoria è una vittoria interiore, un trionfo sull'egoismo e sull'ignoranza. Con tante ferite, lodano i Buddha, perché sanno che la vera vittoria è quella che si ottiene attraverso il sacrificio e la dedizione verso gli altri.

In molti che praticano il Buddhismo Nichiren, soprattutto seguendo associazioni laiche di moderna formazione, hanno appreso il concetto di “vincere nella vita” attraverso il perseguitamento di obiettivi materiali e sociali. Questo approccio

è molto materialista rispetto al Buddhismo, poiché incoraggia i praticanti a ottenere successo nel mondo materiale, come nella carriera, nelle relazioni e nella salute, attraverso la pratica. Ma tutto questo non ha niente a che fare con l'insegnamento del Buddha, è solo un indotrininamento che alimenta le fiamme degli attaccamenti, delle visioni errate e dell'ego, già radicate nella mente delle persone. Inoltre, coloro che praticano in questa direzione e che, in modo molto naturale, non possono risultare "vincitori" per come è inteso da queste dottrine farlocche, accumulano solamente frustrazione e rabbia, alimentando così cattivo karma.

Re Ashoka (304-232 a.C.) fu un imperatore che governò gran parte del subcontinente indiano. All'inizio del suo regno era conosciuto come un sovrano spietato e ambizioso, determinato a espandere il suo impero attraverso la guerra e la conquista. Nel 273 a.C., alla scomparsa del padre, Ashoka si impossessò del potere con estrema brutalità. Per assicurarsi il trono, ordinò l'eliminazione di tutti i suoi fratelli - le fonti oscillano tra sei e novantanove - e inflisse torture ai loro sostenitori. Un quadriennio di aspri conflitti interni segnò l'ascesa di Ashoka, che infine si insediò come sovrano. Le cronache narrano che gli fu anche affidato il soprannome di "Ashoka il crudele". La sua campagna più famosa fu la guerra contro il regno di Kalinga, ricordata per essere stata particolarmente sanguinosa.

Dopo la conquista di Kalinga, Ashoka visitò il campo di battaglia e fu profondamente colpito dalla sofferenza e dalla distruzione che aveva causato. Vedendo i corpi dei morti e ascoltando i lamenti dei feriti e dei sopravvissuti, Ashoka provò un profondo senso di rimorso e dolore. Questo momento segnò una svolta nella sua vita e nel suo regno. Ashoka abbandonò la via della violenza e si convertì al Buddhismo, abbracciando i principi di non violenza, compassione e retto governo. Iniziò a governare con saggezza e benevolenza, promuovendo il benessere dei suoi sudditi e diffondendo gli insegnamenti del Buddha in tutto il suo impero. Fece erigere pilastri ed editti in cui esponeva i principi del Dharma, incoraggiando la tolleranza religiosa, il rispetto per tutte le forme di vita e la giustizia sociale. Una delle sue frasi più famose, incisa sui suoi editti, è: "*La conquista attraverso il Dharma, è la migliore conquista.*" Con questa frase, Ashoka intendeva dire che la vera vittoria non si ottiene con la forza delle armi, ma attraverso la pratica della virtù e della compassione. La sua trasformazione da sovrano guerriero a re compassionevole e giusto è un esempio potente di vittoria interiore e di come il Buddhismo possa portare a un cambiamento radicale nella vita di una persona.

La vera vittoria nel Buddhismo non è quella che si ottiene combattendo, che siano persone o situazioni, ma quella che si raggiunge, proprio come ha fatto Re Ashoka, abbandonando l'armatura del nostro ego, dei nostri attaccamenti e delle nostre illusioni. Quando saremo disposti a lasciare andare queste protezioni, a renderci vulnerabili, a vivere con compassione e apertura verso gli altri, risulteremo vincitori e sarà una conquista che non ha bisogno di dimostrazioni esterne, di essere sbandierata al vento, perché si manifesterà nella serenità della mente, nella libertà del cuore e nella gioia di vedere gli altri felici. Come gli insegnamenti del Buddha, questo

trionfo si diffonderà certamente in tutto il mondo, portando luce e speranza a tutti gli esseri senzienti.

Donnini, 10 giugno 2025

in gassho,
Namu Myoho Renge Kyo

Rev. Keisho Adami
Tempio Nichiren Shu
Jokozan Myoshoji
淨光山 妙照寺