



Collana filosofia & religione



Valter Giraud



Il Buddismo di Nichiren Daishonin



Renge Edizioni



LE RADICI DEL BUDDISMO

1 - LA STORIA DI SHAKYAMUNI

Gli studiosi ritengono che il principe indiano Siddhartha Gautama visse tra il V ed il IV secolo a.C. Egli era il principe degli Shakya, una piccola tribù che viveva alle pendici dell'Himalaya, in una regione che oggi è situata nel Nepal centrale. Dopo l'illuminazione i suoi discepoli lo chiamarono Shakyamuni, che vuol dire "saggio degli Shakya".

La tradizione vuole che, poco dopo la nascita del figlio, Shakyamuni decidesse di abbandonare la casa paterna per dedicarsi alla ricerca spirituale, scelta che avvenne dopo quattro incontri particolari: con un vecchio, un ammalato, un funerale e, infine, un asceta. E' assai probabile che i quattro incontri siano una leggenda, la quale tuttavia indica la forte motivazione di Shakyamuni indirizzata alla soluzione delle quattro sofferenze fondamentali della vita: nascita, vecchiaia, malattia e morte.

Inizialmente, si dedicò alla via dell'asceti, mortificando il corpo, ritirandosi nel bosco di Uruvela insieme ad altri asceti. Dopo alcuni anni, il suo corpo divenne martoriato, debole e malato. Si rese quindi conto che l'ascetismo era altrettanto inadeguato per raggiungere la verità e approdò alla visione della "Via di mezzo" che caratterizza il Buddismo.

Dopo essersi riposato e nutrito, recuperate le forze, Shakyamuni si sedette sotto la chioma di un albero di pipal ed entrò in profonda meditazione, deciso a non alzarsi fino a quando non avesse ottenuto l'Illuminazione.

Le scritture raccontano che, durante la meditazione, il demone dell'oscurità fondamentale che dimorava nella sua stessa vita, chiamato Mara, tentò con ogni mezzo di dissuaderlo. Ma la sua convinzione gli permise di affrontare le prove a cui fu sottoposto e di ottenere il risveglio allo stato di Budda. Così Shakyamuni decise di dedicare la sua vita a diffondere la Legge per il bene della gente.

Le prime persone che ricevettero il suo insegnamento furono proprio gli asceti con i quali il Budda aveva condiviso la pratica, dalle parti di Varanasi (odierna Benares). Un giorno però Shakyamuni, sotto lo sguardo attonito dei suoi discepoli, chiese che ciascuno di essi partisse da solo per propagare la Legge tra la gente. Questo episodio importante rivela come il Buddismo non sia mai stata una religione da praticare isolati dal mondo, ma che richiede l'impegno di abbandonare la sicurezza di una vita comoda per il bene degli altri.

Shakyamuni fece poi ritorno a Rajagriha, e qui iniziò un'imponente opera di predicazione, raccogliendo in breve tempo attorno a sé una



comunità (*sangha*) di migliaia di persone. Numerosi furono i casi di conversione di maestri che portavano un seguito di centinaia di discepoli, come avvenne per i brahmani Shariputra, Maudgalyayana e Mahakashyapa.

Tutti avevano aderito al Buddismo proprio per la ragionevolezza del suo insegnamento e per la profonda saggezza e compassione che il Buddha trasmetteva attraverso le sue parole ed il suo comportamento.

In seguito Sahkyamuni tornò a Kapilavastu, dove convertì alcuni famigliari, tra cui due cugini, Ananda e Devadatta. Quest'ultimo, accecato dalla gelosia e dall'arroganza, cercò più volte di ucciderlo. Non riuscendo nell'intento, provò a rompere l'unità della comunità buddista con diversi mezzi, senza mai riuscirci. Infine, Devadatta concluse la sua vita miseramente.

Per quarantacinque anni il Buddha proseguì nelle sue predicazioni, interrompendole soltanto nella stagione delle piogge. Egli morì all'età di ottant'anni a Kushinagara.



Immagine raffigurante il Buddha Shakyamuni

2 – I TRE PERIODI DELLA LEGGE

Il tempo che segue la morte di Shakyamuni viene suddiviso in tre periodi di mille anni ciascuno: il Primo giorno della Legge (*Shoho*), il Medio giorno della Legge (*Zoho*) e l'Ultimo giorno della Legge (*Mappo*). Fu senz'altro molto difficile per il Buddha trasmettere la verità, ma è fuor di dubbio che la saggezza e la compassione permeavano ogni aspetto



del suo comportamento, rendendo efficace la sua opera di insegnamento.

Nelle epoche successive, del Buddha rimanevano soltanto i discorsi codificati nei sutra e col passare del tempo, rimaneva sempre più difficile mantenere lo spirito originale del Buddismo. Questo declino naturale dell'insegnamento del Buddha sembra fosse stato previsto dallo stesso Shakyamuni, come descritto nelle opere Mahayana.

Il primo e Medio giorno della Legge sono suddivisi in due periodi di cinquecento anni, come indicato nel seguente schema:

PRIMO GIORNO DELLA LEGGE (SHOHO) 1000 ANNI	PRIMO PERIODO: 500 ANNI	EPOCA DELL'ILLUMINAZIONE: l'esperienza dell'illuminazione del Buddha riusciva ancora a vivere nei discepoli.
	SECONDO PERIODO: 500 ANNI	EPOCA DELLA MEDITAZIONE: per ottenere il risveglio era necessaria una pratica severa.
MEDIO GIORNO DELLA LEGGE (ZOHO) 1000 ANNI	PRIMO PERIODO: 500 ANNI	EPOCA DELLA LETTURA E RECITAZIONE: epoca dedicata alla lettura e alla recitazione dei sutra.
	SECONDO PERIODO: 500 ANNI	EPOCA DELLA COSTRUZIONE DI TEMPLI E STUPA: è l'epoca in cui si pensa soprattutto agli aspetti formali.
ULTIMO GIORNO DELLA LEGGE (MAPPO) 1000 ANNI	E' l'epoca malvagia in cui lo spirito originale è andato perduto e la gente non è più in grado di ottenere l'illuminazione con gli insegnamenti di Shakyamuni.	

L'avvento dell'Ultimo giorno della Legge o Mappo però non significa fine del Buddismo. Grandi Maestri buddisti tennero vivo l'insegnamento del Buddha nei tre periodi. Per l'importanza che hanno per la nostra scuola, vanno ricordati: Nagarjuna e Vasubandhu nel Primo giorno della Legge, T'ien-t'ai e Dengyo nel Medio giorno della Legge, e Nichiren Daishonin nell'Ultimo giorno della Legge.

3 – IL SUTRA DEL LOTO

Molti studiosi di Buddismo considerano il Sutra del Loto (in sanscrito "Saddharma pundarika sutra, in cinese "Miao fa lien hua ching", in



giapponese "Myoho renga kyo") l'insegnamento più alto fra tutti i sutra Mahayana.

Il Sutra del Loto fu tradotto dal sanscrito in cinese nel 406 d.C. dal monaco Kumarajiva. Si compone di 8 volumi e 28 capitoli.

Questo sutra è molto importante per le seguenti ragioni:

- 1) afferma che tutti gli esseri viventi possiedono la natura del Buddha e possono ottenere l'illuminazione, comprese le donne, gli animali, le piante e gli esseri malvagi;
- 2) rivela che il Buddha era tale sin dal lontanissimo passato, e quindi che la natura essenziale della vita, la Buddità, esiste continuamente attraverso le tre esistenze di passato, presente e futuro.

Nell'Ultimo giorno della Legge è proprio il Sutra del Loto l'unico mezzo che mantiene la capacità di salvare le persone, come fu rivelato da Nichiren Daishonin.

4 – IL BUDDISMO IN CINA: T' IEN-T' AI

Il Buddismo arrivò in Cina nel I° secolo d.C., probabilmente attraverso la via della seta, ma fu soltanto nel V secolo che, grazie all'opera di traduzione di Kumarajiva, la sua profonda filosofia fu disponibile senza distorsioni. Nacquerò così molte scuole. Fra queste, la scuola del Gran Maestro Chih-i (538-597), che prese il nome di T'ien-t'ai dalla montagna dove risiedeva, pose il Sutra del Loto al vertice di tutti gli insegnamenti di Shakyamuni.

T'ien-t'ai lasciò tre importanti trattati sul Sutra del Loto: l'*Hokke mongiu*, l'*Hokke gengi* e il *Maka shikan*. Quest'ultimo, considerato il Sutra del Loto del Medio giorno della Legge, è di particolare importanza in quanto contiene il principio di *ichinen sanzen*, i tremila mondi in un singolo istante di vita.

5 – IL BUDDISMO IN GIAPPONE: DENGYO

In Giappone il Buddismo arrivò dalla Corea, probabilmente intorno al 538 d.C. ed ebbe, alla fine dello stesso secolo, una grande espansione ad opera del principe Shotoku Taishi. In seguito si svilupparono diverse scuole.

Il Gran Maestro Dengyo (767-822), il cui vero nome era Saicho, fondò in Giappone la scuola Tendai fondata sugli insegnamenti di T'ien-t'ai, alla cui base vi era il Sutra del Loto.



Tuttavia, la difficoltà degli insegnamenti e delle pratiche della scuola Tendai unite alla tendenza dei monaci della scuola stessa di isolarsi sul monte Hiei, fecero sì che il Buddismo si allontanò gradualmente dalla realtà della vita quotidiana e fu impotente contro la corruzione, l'ignoranza e la miseria. Inoltre, il clero Tendai non fu in grado di contrastare il coinvolgimento delle autorità religiose nella vita politica. Come predetto dai sutra, l'epoca in cui l'insegnamento del Buddha era andato perduto e la confusione regnava sovrana, l'Ultimo giorno della Legge, era iniziato.

Fu in questo scenario che, nel 1222 d.C., Nichiren Daishonin fece la sua apparizione.



Statua di Nichiren Daishonin



LA VITA DI NICHIREN DAISHONIN

1 – LA PROCLAMAZIONE DELLA LEGGE

Nichiren Daishonin nacque il 16 febbraio 1222 a Kominato, una località sulle coste della penisola di Boso che delimita ad est la baia di Tokyo.

Alla nascita ricevette il nome di Zennichi-marō e a dodici anni entrò nel tempio Seicho-ji per ricevere un'istruzione religiosa e generale. Si dice che avesse un gran desiderio di apprendere e che al tempio pregò davanti alla statua del bodhisattva Kozuko di poter diventare l'uomo più saggio di tutto il Giappone.

A sedici anni fu ordinato prete dall'abate Dozen-bo, il suo maestro, e prese il nome di Zesho-bo Rencho. Da quel momento si dedicò a studiare approfonditamente le scritture e le dottrine delle varie scuole. Da queste esperienze si convinse che l'insegnamento fondamentale di Shakyamuni fosse il Sutra del Loto e che nella profondità di questo Sutra fosse nascosta la grande Legge di **Nam-myoho-renge-kyo**.

A trentadue anni tornò al Seicho-ji. A mezzogiorno del 28 aprile 1253 tenne il suo primo sermone e, davanti a Dozen-bo, agli altri preti ed a numerosi ascoltatori laici proclamò che **Nam-myoho-renge-kyo**, la grande Legge nascosta nella profondità del capitolo *Juryo* del Sutra del Loto, è la sola che può condurre all'illuminazione l'umanità nell'epoca di Mappo. In questa occasione si dette il nome di Nichiren (Sole-loto).

Nel suo primo sermone egli affermò che le principali sette del tempo, basate su insegnamenti non più validi per quell'epoca, non portavano alla salvezza ma alla rovina. Tali affermazioni suscitarono l'ira di Tojo Kagenobu, signore del luogo e fervente seguace Nembutsu, che ordinò di arrestarlo. Ma Dozen-bo incaricò due preti, Gijo-bo e Joken-bo, di condurlo in salvo.

Durante il soggiorno del Daishonin nel tempio di Jisso-ji, a Iwamoto, Nikko Shonin divenne suo discepolo.



2 – LE PERSECUZIONI

Il 16 luglio 1260 il Daishonin inviò a Hojo Tokiyori, ex reggente che godeva di grande autorità, un trattato intitolato *Rissho ankoku ron* (assicurare la pace al paese attraverso l'adozione del vero Buddismo), in cui è spiegata la causa di tutti i disastri: la vera causa di tutto era l'offesa alla vera Legge da parte del popolo e la credenza in dottrine



che contraddicono l'insegnamento del Buddha. Come maggiore fonte di eresia veniva segnalata la setta Nembutsu. Se si fosse abbandonato questo "unico male", il paese si sarebbe salvato, altrimenti sarebbe stato colpito da due calamità che ancora non si erano verificate: la guerra civile e l'invasione straniera.

Hojo Tokiyori non prese in considerazione l'ammonimento del Daishonin. Poco dopo, il 27 agosto, un gruppo di seguaci Nembutsu assalì il rifugio del Daishonin con l'intento di ucciderlo. Questo episodio è noto come la persecuzione di Matsubagayatsu. Il Daishonin riuscì a sfuggire all'agguato.

Ma i preti Nembutsu, presentando false accuse a Hojo Shigetoki, figlio del reggente in carica Nagatoki, riuscirono a far condannare il Daishonin all'esilio sull'isola di Izu (12 marzo 1261). Questa è la seconda persecuzione, la persecuzione di Izu.

Nikko Shonin accorse subito al fianco del suo maestro per servirlo.

Nel febbraio del 1263 Nichiren Daishonin ottenne il perdono e tornò a Kamakura.

L'11 novembre 1264, mentre il Daishonin e alcuni suoi discepoli erano in viaggio verso la residenza di Kudo Yoshitaka, gli uomini di Kagenobu gli tesero un'imboscata. Kyonin-bo e Kudo Yoshitaka morirono per difendere il maestro e il Daishonin fu ferito. Questa è la terza persecuzione, la persecuzione di Komatsubara.

Nel gennaio del 1268 giunsero a Kamakura messaggeri di Kubilai Kan per intimare al Giappone di sottomettersi all'impero mongolo e di pagare il tributo, pena l'invasione.

Nel 1271 una lunghissima siccità colpì il paese.

Il 10 settembre 1271, Hei-no Saemon convocò il Daishonin, il quale ribadì le sue ammonizioni contro la condotta del governo. Due giorni più tardi, il 12 settembre 1271, il Daishonin fu arrestato come ribelle e condotto a Tatsunokuchi per essere decapitato. Ma Nichiren Daishonin non poté essere decapitato: quando già il carnefice aveva sollevato la spada, una sfera brillante attraversò il cielo illuminando vividamente la scena e terrorizzando i soldati. Questa è nota come la persecuzione di Tatsunokuchi.

A Tatsunokuchi egli, abbandonando l'identità transitoria di bodhisattva Jogyo, manifestò la sua vera natura di Buddha originale di *kuon ganjo*; quest'evento viene definito col termine di *hossaku kenpon*, che significa "abbandonare il transitorio e rivelare il vero".

3 – ESILIO A SADO

Fallito il tentativo di giustiziarlo, fu esiliato a Sado, un luogo dal quale era difficile tornare.

Giunse a Sado il primo novembre e fu confinato a Tsukahara, nella cappella diroccata (Sanmai-do) di un cimitero, accompagnato da Nikko



Shonin. Non avevano né fuoco, né coperte, né vesti, né cibo. Inoltre, era proibito parlare con gli esiliati, fornire loro cibo e aiutarli in qualunque modo. Ma Abutsu-bo e sua moglie, che si erano convertiti, a rischio della propria vita li rifornirono dei generi di prima necessità.

I preti delle altre sette, non soddisfatti dell'esilio, meditavano di uccidere il Daishonin, e si rivolsero a Homma Shigetsura, il governatore di Sado, ma questi li dissuase e li convinse a confrontarsi con lui in un dibattito. Il 16 gennaio 1272 si svolse il dibattito di Tsukahara, in cui il Daishonin ridusse al silenzio tutti i suoi oppositori.

Un mese dopo, nel febbraio 1272, fu scoperto un complotto ordito dal fratellastro del reggente: si era verificata la profezia delle guerre intestine contenuta nel *Rissho ankoku ron* e le autorità presero a considerare il Daishonin con maggior rispetto. Nell'aprile fu trasferito a Ichinosawa, una residenza abbastanza confortevole.

A Sado, il Daishonin dedicò tutto il suo tempo a scrivere e porre le basi dottrinali del suo insegnamento. Vi è una grande differenza tra gli scritti precedenti: prima di allora aveva insegnato solo il Daimoku, **Nam-myoho-renge-kyo**, ma non aveva accennato alle tre grandi Leggi segrete, né alla sua vera identità di Buddha originale di Mappo. A Sado iniziò anche a scrivere dei Gohonzon personali per i discepoli più fedeli.

4 – IL RITIRO A MINOBU E L'ISCRIZIONE DEL DAI-GOHONZON

Nel febbraio 1274, ottenuto il perdono, il Daishonin tornò a Kamakura. L'8 aprile fu convocato dalle autorità, che lo trattarono con rispetto. Il Daishonin predisse che i mongoli avrebbero attaccato entro l'anno, poi ammonì ancora un volta le autorità a non contare sulle preghiere dei preti Shingon e di altre sette per scongiurare il pericolo. Ma ancora una volta non fu ascoltato.

Seguendo l'antica consuetudine cinese secondo la quale se un saggio ammonisce il sovrano tre volte e non è ascoltato, deve ritirarsi fra le montagne, decise di ritirarsi in una gola presso il monte Minobu, lungo il corso superiore del fiume Fuji.

Nell'ottobre del 1274, come era stato predetto, le forze mongole invasero il Giappone.

Nel distretto di Fuji, sotto la guida di Nikko Shonin ed altri collaboratori, nella pianura di Atsuhara, il movimento di propagazione progredì rapidamente, facendosi strada fra molti contadini del luogo.

Nel settembre del 1279, venti contadini di Atsuhara vennero arrestati, sotto la falsa accusa di furto, e condotti in carcere a Kamakura. Qui furono minacciati di tortura e di morte se non avessero abiurato la loro fede. Ma i contadini resistettero coraggiosamente anche alla tortura. Hei no Saemon fece allora decapitare i capi del movimento, i fratelli



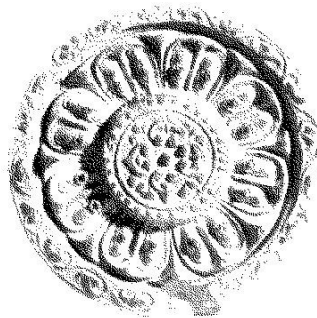
Jinshiro, Yagoro e Yarokuro; gli altri diciassette furono banditi da Atsuhara.

La persecuzione di Atsuhara non aveva colpito personalmente il Daishonin, bensì i suoi discepoli. Ma la prova di una pura e incrollabile fede offerta dai contadini convinse Nichiren Daishonin che il tempo per realizzare lo scopo della sua vita era maturo: il 12 ottobre 1279 iscrisse il **Dai-Gohonzon**, l'oggetto di culto per tutta l'umanità.

La salute del Daishonin, già compromessa con l'esilio di Sado, andava peggiorando rapidamente. Nell'estate del 1282 accettò il consiglio di recarsi alle terme di Hitachi. Prima di partire, redasse l'Atto di trasmissione della Legge insegnata da Nichiren in tutta la sua vita, conosciuta come Atto di successione di Minobu, con cui nominava Nikko Shonin suo legittimo successore.

Durante il viaggio, presentando la fine imminente, si fermò nella residenza dei fratelli Ikegami. Qui diede le ultime disposizioni per assicurare la continuità dei suoi insegnamenti e nominò i "Sei preti anziani": Nissho, Nichiro, Nikko, Niko, Nitcho e Nichiji.

Il 13 ottobre 1282, dopo aver compilato l'Atto di trasferimento del tempio di Minobu, o Atto di successione di Ikegami, morì all'età di 61 anni.



Raffigurazione del fiore di loto



STORIA DELLA SOKA GAKKAI

Tsunesaburo Makiguchi (06-06-1871 – 18-11-1944) ed il suo discepolo Josei Toda (11-02-1900 – 02-04-1958), entrambi educatori, si conoscono nel 1920 e da allora affrontano insieme un'intensa collaborazione che li porterà a sperimentare le teorie educative di Makiguchi, a convertirsi insieme al buddismo di Nichiren Daishonin (1928), e infine a fondare un'associazione di educatori: il 18 novembre 1930 nasce la **Soka Kyoiku Gakkai** (Società educativa per la creazione di valore).



Nel buddismo troveranno sia la base per le proprie teorie pedagogiche che lo sviluppo di valore umano nei singoli individui e nella società.

Col tempo quest'associazione si trasforma, diventando un'associazione di aderenti al buddismo di Nichiren Daishonin. Nel 1933 si organizza il primo corso presso la Nichiren Shoshu.

Le idee innovative di Makiguchi, rafforzate dal pacifismo assoluto che le pervadeva e che si rafforzava nell'incontro fecondo con la cultura buddista, porta il movimento a entrare in conflitto con un governo autoritario.

L'inizio della seconda guerra mondiale porta le autorità ad indirizzare anche il pensiero religioso, imponendo l'egemonia del culto shintoista.

Anche alla Nichiren Shoshu, alla quale Makiguchi e Toda avevano aderito, viene imposta la fusione con le altre sette Nichiren e l'adozione di talismani shintoisti. Il vile asservimento del clero vede l'opposizione coraggiosa del movimento laico di Makiguchi. Nel luglio del 1943 vengono arrestati Makiguchi, Toda e l'intero gruppo dirigente del giovane movimento. Nonostante il duro regime carcerario, Makiguchi e Toda mantengono le proprie convinzioni. Makiguchi morirà martire in prigione.

Toda, grazie alla forza della sua fede, riuscì ad uscire dal carcere ed a trasformare quella brutta esperienza nell'illuminazione su cui si fonderà la ricostruzione del movimento dopo la seconda guerra mondiale.

Dopo la liberazione dal carcere (03-07-1945), Toda inizia la sua missione di divulgazione del buddismo: ricostituisce l'associazione come **Soka Gakkai** (Società per la creazione di valore). Il 3 maggio 1951 viene nominato secondo presidente della stessa.

All'età di 19 anni, Toda aveva conosciuto quello che sarebbe divenuto il suo maestro, Makiguchi, che ne aveva 48; nell'agosto del 1949, a 48 anni, Toda conobbe un giovane di 19 anni che sarebbe divenuto il





suo principale discepolo: Daisaku Ikeda (nato il 02-01-1928).

Toda procede a gettare le basi organizzative della Soka Gakkai, preoccupandosi di far crescere e formare nuovi responsabili per il futuro del movimento.

Nel 1952, in occasione del 700° anniversario della nascita del Buddismo di Nichiren, Toda promuove la pubblicazione della raccolta completa degli scritti di Nichiren Daishonin (il *Gosho*).

Nel 1957 Toda lanciò il suo proclama contro le armi nucleari, chiedendo ai giovani di diffondere questo messaggio e gettando le basi dell'impegno pacifista della Soka Gakkai. Il 16 marzo dell'anno seguente, pochi giorni prima di morire, Toda lascia in eredità ai giovani dell'organizzazione il compito di realizzare *kosen-rufu* nel futuro (*kosen rufu* è la diffusione della legge mistica nel mondo per una società più pacifica in cui gli esseri umani possano manifestare appieno le loro potenzialità).

Una volta stabilite le basi in Giappone, sarà Daisaku Ikeda che diffonderà il movimento buddista in tutto il mondo. Diventato il 3° presidente il 3 maggio 1960, il giovane Ikeda inizierà a viaggiare in ogni angolo del pianeta per portare il messaggio del Buddismo.

Oggi, dopo più di 40 anni, la Soka Gakkai è presente in circa 190 paesi. Il 26 gennaio 1975 viene fondata a Guam, nell'arcipelago delle Marianne, la Soka Gakkai Internazionale, alla quale fanno riferimento tutte le associazioni nazionali.

La rivoluzione umana avvenuta nel cuore dei tre presidenti ha innestato una rivoluzione a catena di amore e compassione (*jihī*) che da oltre settant'anni raggiunge e riscalda il cuore di un numero sempre maggiore di persone.

"Tutti i discepoli di Nichiren [...] dovrebbero recitare Nan-myoho-renge-kyo uniti nello spirito (itai doshin), superando tutte le differenze che esistono tra di loro, per divenire inseparabili come i pesci e l'acqua in cui nuotano. Questo legame spirituale è la base per la trasmissione universale della Legge fondamentale di vita e morte. Quando siete così uniti, anche il grande desiderio di kosen-rufu può essere realizzato senza alcun dubbio. Tuttavia se anche uno solo dei discepoli di Nichiren non condivide l'unità di itai doshin, egli distruggerà il suo stesso castello dall'interno." (Nichiren - Dal Gosho: *L'eredità della legge fondamentale della vita*).



I PRINCIPI FONDAMENTALI

1 – LA LEGGE

La recitazione di ***Nam-myoho-renge-kyo*** è la pratica principale del Buddismo di Nichiren Daishonin. *Myoho-renge-kyo* è il titolo (*Daimoku*) del Sutra del Loto, al quale il Daishonin ha aggiunto il prefisso *Nam*, che significa “*dedicare la vita*”. Il significato letterale di *Nam-myoho-renge-kyo* è quindi il seguente: “**dedico la mia vita alla mistica Legge del loto**” o “**dedico la mia vita alla mistica Legge di causa ed effetto**”.

In pratica, recitare ***Nam-myoho-renge-kyo*** risveglia il mondo di Buddità inerente alla nostra vita e lo fa risuonare con la Buddità dell’universo.

Di seguito vengono analizzati uno ad uno i differenti ideogrammi ed i loro principali significati.

<i>Nam</i>	<i>Namu</i> (abbreviato in <i>nam</i>) deriva dal sanscrito <i>namas</i> , che significa lode, onore, devozione, e viene tradotto come “dedicare la propria vita”. Il suo significato è duplice: da un lato significa entrare in armonia con la Legge, dall’altro significa attingere da questa fusione l’energia e la saggezza necessarie a superare le difficoltà della vita.
<i>Myo-ho</i>	Letteralmente <i>myo-ho</i> significa “mistica Legge”. <i>Myo</i> (in sanscrito <i>sad</i>) si traduce con: mistico, senza pari, insondabile; rappresenta l’essenza della stessa vita. <i>Ho</i> (in sanscrito <i>Dharma</i>) si traduce in “Legge” e rappresenta tutti i fenomeni dell’universo, sia materiali che spirituali, che traggono sostanza da quell’essenza.
<i>Ren-ge</i>	<i>Rege</i> è il fiore di loto, e rappresenta il principio di simultaneità di causa ed effetto (il loto è l’unica pianta in cui il fiore e il frutto compaiono simultaneamente).
<i>Kyo</i>	Questo carattere venne usato per tradurre il sanscrito <i>sutra</i>



(sermone), che è l'insegnamento della Legge.
--

La parola Daimoku è formata da due ideogrammi: *dai*, che significa "titolo", e *moku*, "occhio". *Dai* indica l'azione di estrarre il succo di qualcosa. Nel dizionario giapponese la definizione di Daimoku è: "Il contenuto di un libro o di un trattato espresso in sintesi".

Il Daimoku, nel Buddismo del Daishonin, è Nam-myoho-renge-kyo, che Nichiren pronunciò per la prima volta il 28 aprile 1953.

Dunque il Daimoku, Nam-myoho-renge-kyo, è il succo del Buddismo. Letteralmente è il titolo del Sutra del Loto, ma in realtà è il succo dell'intero Buddismo, il nome della Legge universale.

Spesso con la parola Daimoku si indica erroneamente il titolo del Sutra del Loto, che è Myoho-renge-kyo. Ma in realtà il Daimoku è molto di più di un semplice titolo: Nam-myoho-renge-kyo è la Legge, il nome del Buddha - questo diceva Toda - e infatti la recitazione di Nam-myoho-renge-kyo è la "pratica" della scuola Nichiren. Nel Buddismo di Nichiren "fare" equivale a recitare Daimoku.

Se avviciniamo il nostro cuore alla compassione di Nichiren, quando recitiamo Daimoku manifestiamo immediatamente la nostra natura di Buddha. Il Daishonin dice che la felicità più grande è recitare Daimoku e usare la propria vita, ogni situazione della propria vita, per gli altri. Usando ogni situazione per gli altri scompare del tutto l'attaccamento al proprio desiderio. Facendo così si sta già mettendo in pratica la compassione di Nichiren, o il pensiero del Buddha. È questo che dobbiamo realizzare nella nostra vita. Quindi sono importanti il pensiero e la motivazione che ci spingono a recitare Daimoku, e le azioni concrete che compiamo nella vita quotidiana. Ciascuno di noi riesce a pregare a seconda di quello che pensa. Perciò bisogna sforzarsi di avere il cuore sempre più grande, il più possibile. Desiderare che tutte le persone, senza alcuna eccezione, diventino felici.

L'efficacia della preghiera dipende da quanto è profondo e forte il desiderio della felicità delle altre persone. Ed è difficile, normalmente, pensare e agire per le altre persone.

«Non c'è felicità più grande per gli esseri umani che recitare Nam-myoho-renge-kyo».

Nella frase che apre questo Goshō (*Felicità in questo mondo*, SND, 4, 157) il Daishonin dichiara che il massimo della felicità che noi tutti stiamo cercando consiste nel recitare Nam-myoho-renge-kyo. Questa affermazione è sbalorditiva, al tempo stesso semplice e straordinariamente profonda, contenendo l'essenza dell'insegnamento di Nichiren.

Ognuno di noi aspira alla felicità, e più o meno esplicitamente si comporta in modo da poterla ottenere, per lo meno cercando di avvicinarvisi. Tuttavia è estremamente difficile trovare qualcuno che si



possa definire felice. Ciò dipende innanzitutto dalle illusioni su cosa sia effettivamente la felicità, cosa ci possa fare davvero felici e quali siano i mezzi per ottenere questa condizione. La felicità di cui parla il Daishonin è la felicità assoluta dello stato di Budda, che non viene influenzata dalle circostanze esterne poiché scaturisce direttamente dalla vita stessa.

Il Daishonin la chiama anche "gioia che deriva dalla Legge". Questo tipo di gioia «noi la otteniamo e la proviamo in prima persona, dipende solo e unicamente da noi stessi. [...] La vera felicità non significa essere ora contenti e ora disperati. Vincendo la tendenza a incolpare dei propri problemi qualcun altro o qualcos'altro, lo stato vitale si dilata enormemente. [...] Quando si pratica il Buddismo con questa determinazione tutte le lamentele scompaiono e il mondo di Buddità comincia a risplendere. A quel punto è possibile gustare liberamente tutta la gioia che deriva dalla Legge» (Daisaku Ikeda, *Gli eterni insegnamenti di Nichiren Daishonin*, Esperia, p. 164).

Dunque, recitare Daimoku è la strada per arrivare a provare questo tipo di gioia ma, ancora di più, è di per sé fonte di gioia. Di solito, all'inizio della pratica, si ritiene che il Daimoku sia soprattutto un mezzo per risolvere i problemi e realizzare i desideri, sottintendendo che è la presenza di problemi e desideri a costituire un ostacolo alla nostra felicità. Invece, approfondendo il punto di vista del Buddismo, si scopre che quella che deriva dalla realizzazione dei desideri è una felicità relativa in quanto "in relazione" con i fenomeni e dunque soggetta a continui mutamenti, mentre ciò che resta come felicità più duratura è il modo in cui si è arrivati al cambiamento: l'emergere di quello stato vitale fresco, disincantato, risvegliato. Di quella forza e chiarezza che ridimensiona tutte le paure. Per questo Nichiren spiega che problemi e desideri non sono altro che un mezzo, un'occasione per recitare Daimoku. In altre parole, la felicità vera non è un effetto della pratica, ma la pratica stessa.

Se avviciniamo il nostro cuore alla compassione di Nichiren, quando recitiamo Daimoku manifestiamo immediatamente la nostra natura di Budda. Il Daishonin dice che la felicità più grande è recitare Daimoku e usare la propria vita, ogni situazione della propria vita, per gli altri. Usando ogni situazione per gli altri scompare del tutto l'attaccamento al proprio desiderio. Facendo così si sta già mettendo in pratica la compassione di Nichiren, o il pensiero del Budda. È questo che dobbiamo realizzare nella nostra vita. Quindi sono importanti il pensiero e la motivazione che ci spingono a recitare Daimoku, e le azioni concrete che compiamo nella vita quotidiana.

"Ogni cosa ha il suo punto fondamentale e il cuore del Sutra del Loto è il suo Daimoku, Nam-myoho-renge-kyo" (L'unica frase essenziale, SND, 4, 238-239).



Secondo il Buddismo di Nichiren Daishonin Nam-myoho-renge-kyo è il nome della Legge che regola l'universo, la Legge di causa ed effetto.

2 – IL GOHONZON

Il *Gohonzon* è l'oggetto di culto che concretizza l'illuminazione del Buddha Originale. Scrive il Daishonin: "Questo mandala non è in alcun modo un'invenzione di Nichiren. E' l'oggetto di culto che descrive perfettamente il Buddha Shakyamuni nella Torre Preziosa e tutti gli altri Buddha che erano presenti, così fedelmente come la stampa riproduce la matrice". Il Gohonzon è quindi la rappresentazione fedele della Cerimonia nell'Aria descritta nel Sutra del Loto. In esso sono rappresentati tutti i dieci mondi, illuminati da Nam-myoho-renge-kyo, la Legge mistica iscritta al centro del Gohonzon, e in tal modo rivelano la loro intrinseca natura illimitata.

L'iscrizione "**Nam-myoho-renge-kyo Nichiren**" al centro del Gohonzon indica l'unicità di persona e Legge (*ninpo ikka*). I Buddha Shakyamuni e Taho rappresentano la fusione di realtà e saggezza (*Kyochi myogo*).

Nichiren spiega: "Non cercare mai questo Gohonzon all'infuori di te. Il Gohonzon esiste solo nella carne mortale di noi, persone comuni, che abbracciamo il Sutra del Loto e recitiamo *Nam-myoho-renge-kyo*". Il Gohonzon rappresenta quindi la causa esterna per far emergere la Buddità da dentro noi stessi. Non è un talismano e non ha alcun potere autonomo di irradiare benefici; possiede i poteri del Buddha e della Legge, ma per attivarlo sono necessari i poteri della fede e della pratica.

La mappa della vita

Cosa c'è scritto nel Gohonzon?

«Questo *mandala* non è in alcun modo un'invenzione di Nichiren. È l'Oggetto di culto che descrive perfettamente il Buddha Shakyamuni nella Torre Preziosa e tutti gli altri Buddha che erano presenti, così fedelmente come la stampa riproduce la matrice. I cinque caratteri del Sutra del Loto sono iscritti al centro della Torre preziosa, mentre i quattro Re celesti sono seduti ai quattro angoli. I Buddha Shakyamuni e Taho e le quattro guide dei Bodhisattva della Terra sono allineati in alto. Seduti sotto di loro sono i bodhisattva Fugen e Monju e gli uomini di Studio, inclusi Shariputra e



Maudgalyayana. A fianco di questi stanno gli dèi del sole e della luna, il Demone del sesto cielo, il Re Drago e Ashura; Fudo e Aizen si collocano rispettivamente a sud e a nord. Ci sono anche il perfido traditore Devadatta e l'ignorante figlia del Re dei Naga. Il demone Kishimojin appare con le sue dieci figlie, che succhiano la linfa vitale delle persone in tutto l'universo. Sono presenti anche le divinità guardiane del Giappone: Tensho Daijin e il bodhisattva Hachiman in rappresentanza dei sette ranghi di dèi celesti, dei cinque ranghi di dèi terreni e di tutte le altre divinità maggiori e minori. Dal momento che tutti gli dèi appaiono nella loro essenza, devono apparire anche nelle loro manifestazioni. Il capitolo *Hoto* afferma: "Tutta l'assemblea stava sollevata in aria". Nel Gohonzon dimorano tutti i Buddha, bodhisattva e grandi santi, come pure gli otto gruppi di esseri senzienti dei due regni che appaiono nel primo capitolo del Sutra del Loto. Illuminati dai cinque caratteri della Legge mistica, rivelano la natura illuminata che possiedono intrinsecamente. Questo è il vero Oggetto di culto» (*Il vero aspetto del Gohonzon*, SND, 4, 202).

Un'immagine da leggere con il cuore, più che con gli occhi. Anzi, concentrarsi sul significato di ogni singolo ideogramma può addirittura allontanarci dal sentire quella profonda relazione con la vita del Buddha che Nichiren voleva esprimere scrivendo il Gohonzon.

La Torre preziosa

Questa è allora la scena che abbiamo davanti agli occhi: in alto Shakyamuni e Taho, l'uno che espone il Sutra del Loto, l'altro che ascolta rapito e beato ed esclama: «Eccellente, eccellente! [...] tutto ciò che hai esposto è la verità!» (SDL, 222). Di lato, di sotto, a destra e a sinistra, Buddha, bodhisattva, re, divinità protettrici, esseri divini ma anche demoniaci. Tutti "seduti" intorno a Namu-myoho-enge-kyo e a Nichiren, come se rendessero omaggio a questa Legge universale, come se partecipassero a una cerimonia il cui centro, Nam-myoho-enge-kyo, risuona e risplende. E in effetti partecipano davvero a una cerimonia.

La cerimonia dell'apparizione della Torre preziosa, che emerge dalla terra e si libra in cielo, raccontata nell'undicesimo capitolo del Sutra del Loto. Una scena di grande meraviglia, di infinita magia, che rende con parole poetiche e toccanti quello che si riesce a percepire sedendosi di fronte al Gohonzon e recitando Nam-myoho-enge-kyo. Così si sente che la vita è infinita. Che è un accumulo di gioielli. Che è vasta come l'universo. Che si innalza nel cielo e affonda le radici nella terra. Che proprio lì, proprio dove queste radici si ramificano, diventano forti, crescono e si nutrono, proprio lì dove ci sono la sofferenza e l'arroganza, il dolore e la gioia, proprio lì, si trova anche uno stato perfetto, come un fiore di loto che emerge candido dalla melma dello



stagno. «Nello specchio della Torre preziosa (cioè del Gohonzon) - dice Daisaku Ikeda nella *Saggezza del Sutra del Loto* - vediamo la Torre preziosa che esiste dentro di noi, percepiamo che noi stessi siamo la Torre preziosa» (*La saggezza del Sutra del Loto*, Esperia, vol. 2, p. 105). Dice anche: «La nostra vita è una maestosa Torre preziosa, ma è una verità che ci sfugge. Vedere la Torre preziosa significa vedere questa verità. La cerimonia della Torre preziosa è lo specchio che ci rivela la vera entità della nostra vita. Anche il Gohonzon iscritto da Nichiren Daishonin ispirandosi a questa cerimonia è il limpido specchio in cui possiamo scorgere il nostro vero io» (*Ibidem*, p. 98). E infatti Nichiren nel Goshō scrive: «Ora, quando Nichiren e i suoi seguaci recitano Nam-myōhō-renge-kyō, vedono e comprendono tutti i fenomeni come riflessi in un limpido specchio. Questo limpido specchio è il Sutra del Loto e, specificamente, è il capitolo *L'apparizione delle Torre preziosa*» (GZ, 763).

3 – LE TRE GRANDI LEGGI SEGRETE (*san dai hi ho*)

san = tre; *dai* = grande; *hi* = segreta; *ho* = legge. Celate nelle profondità del Sutra del Loto, furono rivelate per la prima volta da Nichiren Daishonin.

Perché sono segrete?

Le tre grandi Leggi segrete sono: l'oggetto di culto (*honmon no honzon*), l'invocazione o Daimoku (*honmon no daimoku*) e l'alto santuario (*honmon no kaidan*). Il termine *honmon* significa "essenziale" ma, in questo contesto non si riferisce all'"insegnamento essenziale" del Sutra del Loto inteso come i secondi quattordici capitoli del sutra, bensì alla sua dottrina fondamentale che, come Nichiren insegnò, è «nascosta nelle profondità del capitolo *Juryō* (Durata della vita del Tathagata)» (SND, 1, 74). Si chiamano leggi "segrete" perché né Shakyamuni né i suoi successori, in India o in Cina, le rivelarono mai esplicitamente; esse rimasero celate nel testo del sedicesimo capitolo del Sutra del Loto sino a quando non furono rivelate da Nichiren Daishonin. Inoltre si considerano "segrete" perché vanno oltre le capacità di comprensione dei comuni mortali.

Precetti, meditazione, saggezza

Nel corso della sua vita Shakyamuni espose un enorme numero di insegnamenti, preparandosi a rivelare il suo messaggio fondamentale nel Sutra del Loto. E poiché nel sutra sono implicite le tre grandi Leggi



segrete, i discepoli diretti di Shakyamuni furono in grado di ottenere l'Illuminazione attraverso di esso. Ma, nell'Ultimo giorno della Legge, il periodo che inizia duemila anni dopo la morte di Shakyamuni, le condizioni del mondo erano tali che le persone non potevano più ottenere l'Illuminazione attraverso il Sutra del Loto così come Shakyamuni lo aveva insegnato. Perciò Nichiren Daishonin decise di rivelare esplicitamente le tre grandi Leggi segrete. La Legge che permise a Shakyamuni di ottenere l'Illuminazione nel remoto passato è la verità fondamentale senza inizio né fine che Nichiren Daishonin definì Nam-myoho-renge-kyo delle tre grandi Leggi segrete. Nichiren materializzò la sua stessa vita, o *ichinen sanzen* concreto, nella forma del Gohonzon e insegnò che, abbracciandolo, tutte le persone possono manifestare la loro Buddità innata. Tradizionalmente, nel Buddismo ci sono tre tipi di discipline in cui i praticanti dovrebbero perfezionarsi sempre di più: i precetti, la meditazione e la saggezza. Secondo Nichiren, nell'Ultimo giorno della Legge, esse corrispondono alle tre grandi Leggi segrete. I precetti corrispondono all'alto santuario, la meditazione all'oggetto di culto e la saggezza all'invocazione o Daimoku.

Sei leggi che diventano una

La prima grande Legge segreta è l'oggetto di culto, il Dai-Gohonzon che il Daishonin iscrisse il 12 ottobre 1279 e che possiede i due aspetti della persona e della Legge. L'oggetto di culto nei termini della persona è Nichiren Daishonin, il Buddha originale del tempo senza inizio. L'oggetto di culto nei termini della Legge è Nam-myoho-renge-kyo, il principio intrinseco in tutti i fenomeni dell'universo. Il Gohonzon rappresenta l'unicità di Legge, Nam-myoho-renge-kyo, e persona, il Daishonin che manifestò la Legge nella sua vita.

La seconda Legge segreta è il Daimoku o invocazione di Nam-myoho-renge-kyo, che letteralmente significa dedicare (*nam*) la propria vita a Myoho-renge-kyo. Il Daimoku corrisponde alla saggezza della Legge mistica. Anche questa seconda Legge ha due aspetti: il Daimoku della fede e quello della pratica. Il primo significa credere nel Gohonzon e il secondo significa recitare e insegnare agli altri.

La terza grande Legge segreta, l'alto santuario, corrisponde ai precetti. Osservare i precetti nel Buddismo significa "impedire l'errore e fermare il male dentro di sé". *Kaidan*, il termine giapponese per santuario, in origine denotava il palco per l'ordinazione di coloro che facevano voto di osservare i precetti monastici. Ma nel Buddismo di Nichiren Daishonin l'unico precetto o regola è abbracciare il Gohonzon e recitare Nam-myoho-renge-kyo. Perciò il luogo in cui si recita Nam-myoho-renge-kyo al Gohonzon è l'alto santuario. Anch'esso ha due aspetti: il santuario specifico, quello che sarà eretto al tempo di *kosen-rufu* secondo le istruzioni di Nichiren e dove dovrà essere custodito l'oggetto



di culto da lui iscritto per tutta l'umanità, e il santuario generale, che è qualsiasi luogo in cui si recita davanti a un Gohonzon.

Poiché, come abbiamo visto, ognuna di queste tre grandi Leggi ha due aspetti, il ventiseiesimo patriarca Nichikan Shonin (1665-1726) le definì anche sei grandi Leggi segrete. Inoltre poiché l'invocazione di Nam-myoho-renge-kyo è diretta verso l'oggetto di culto e l'alto santuario è costruito per alloggiare l'oggetto di culto, quest'ultimo, il Gohonzon, comprende in sé le tre grandi Leggi segrete e per questo viene chiamato l'Unica grande Legge segreta.

4 – LE OFFERTE AL GOHONZON

Nel Goshō *Il raggiungimento della Buddità in questa esistenza* è scritto: «Sia che tu invochi il nome del Buddha, che reciti il sutra o che semplicemente offra fiori e incenso, tutte le tue azioni virtuose costituiranno la causa per i benefici e per la fortuna nella tua vita. Con questa convinzione devi mettere la tua fede in pratica» (SND, 4, 5). In questo brano "il nome del Buddha" è Nam-myoho-renge-kyo, e recitare il sutra vuol dire leggere mattina e sera il libretto di Gongyo, quindi ogni azione basata sul Gohonzon porta benefici e fortuna, perciò recitare Gongyo e Daimoku sono le basi della pratica, le altre sincere offerte al Gohonzon sono un mezzo per mostrare la nostra fede e ottenere benefici. Per prima cosa dobbiamo avere la "convinzione" che fare offerte al nostro oggetto di culto equivale a farle a noi stessi, ad apprezzare e stimare la nostra vita per quella che è e per quella che diventerà, illuminata dai caratteri di Nam-myoho-renge-kyo, per cui ogni azione deve essere sincera, spontanea e non formale: anche il semplice offrire l'acqua ogni mattina è un gesto che racchiude molti significati. Ma cerchiamo di saperne di più. Per prima cosa quando riceviamo il Gohonzon, una volta a casa lo appendiamo nel *butsudan*, un armadietto, da tenere sempre ben spolverato, che serve a contenerlo e a proteggerlo, e che andrà collocato nel posto migliore della casa, qualunque sia il tipo di casa, ovviamente agendo con buon senso e nel rispetto dei familiari o amici che dividono l'abitazione con noi. Il Gohonzon deve essere ben illuminato senza zone d'ombra, in modo da poterlo vedere chiaramente ed essere così più concentrati nella recitazione di Gongyo e Daimoku.

Quali sono le offerte che generalmente dedichiamo al Gohonzon?

L'offerta dell'acqua: il suo contenitore può essere di varie forme, lo mettiamo davanti al Gohonzon prima della recitazione di Gongyo mattina e lo togliamo prima del Gongyo serale. Questa tradizione ha radici che si perdono nella notte dei tempi e nasce in India, la culla del



Buddismo. Offrire acqua, in un paese così torrido e siccitoso era considerato un gesto di grande riguardo e rispetto verso gli ospiti, e in seguito nacque l'usanza di donarla anche davanti alle tombe e nei templi buddisti. Essa rappresenta la purificazione della propria vita ogni giorno e anche il desiderio di mantenere una fede pulita e costante come l'acqua che scorre e non ristagna. L'offerta delle candele, un tempo unica fonte di luce per illuminare l'oggetto di culto e non solo, la ritroviamo in molte religioni e riti e anche in vari sutra è citata l'azione di offrire al Buddha la luce di lampade a olio. Generalmente sono due le candele che offriamo al Gohonzon, ma non è una regola; ne possiamo mettere anche una soltanto, basta attenersi a dei semplici accorgimenti, per esempio non facendole bruciare troppo vicino al *butsudan*. Più profondamente le candele stanno a significare la verità di non sostanzialità o potenziale della vita latente ma rappresentano anche la proprietà della saggezza o la proprietà spirituale illuminata del Buddha e la potenziale saggezza di risvegliarci alla nostra innata natura di Buddha. L'incenso, posto orizzontalmente nel bruciaincenso o in altro contenitore di fronte al Gohonzon, una volta acceso, serve a creare un profumo fragrante e un'atmosfera accogliente e serena in tutta la stanza mentre recitiamo Gongyo e Daimoku. Anche questa offerta, come le candele è comune a molte religioni. Però anche se presente in svariate fragranze non è gradito da tutti ed è quindi bene bruciarlo solo se i presenti sono d'accordo. Nel Buddismo rappresenta la verità della Via di mezzo, la proprietà essenziale del Buddha o della proprietà della Legge e il potenziale della nostra innata natura di Buddha.

I sempreverdi che adornano lo spazio laterale o antistante il *butsudan* stanno a simboleggiare l'eternità, la permanenza e la purezza della vita; esprimono anche vitalità perché le loro foglie, come l'alloro, possono perdurare anche per qualche anno di seguito. Oggi i sempreverdi sono l'offerta più usata, ma non esiste una prescrizione che impedisca di offrire fiori o altri tipi di piante, infatti in svariati Goshō il Daishonin cita le offerte di fiori. Le piante, con il loro colore e profumo, hanno la funzione di rendere più piacevole e rilassante l'ambiente dove si svolge la pratica buddista.

Il suono della campana durante Gongyo serve per offrire un piacevole suono al Gohonzon e per armonizzare la recitazione; significa anche lodare il Buddha. Il suo suono non deve essere forte o stridente, ma piacevole all'ascolto. Ovviamente dobbiamo fare attenzione a non disturbare i vicini o chi divide l'appartamento con noi. Offrire del cibo al Gohonzon è un gesto di profonda gratitudine e generalmente si usa offrire frutta fresca. Dal Giappone deriva la tradizione di offrire il riso bollito, che come afferma il Goshō: «[...], offrire al Buddha l'unica ciotola di riso da cui dipende la sopravvivenza è dedicare la propria vita al Buddha» (*L'offerta del riso bianco*, SND, 4,



286). Rappresenta quindi il nutrimento e la forza vitale dell'esistenza.

Perché fare offerte al Gohonzon?

Innanzitutto è importante ribadire che le offerte che i credenti fanno al Gohonzon non devono essere una rigida formalità: ogni persona donerà quello che le sembra più opportuno. L'azione dell'offrire può contribuire a migliorare la nostra relazione con il Gohonzon; è un momento per dimostrare a noi stessi prima di tutto, il desiderio di fondere la nostra vita con quella del Buddha originale. Questi gesti sinceri produrranno un sentimento e un legame più profondo verso il Gohonzon, proprio come quando facciamo un regalo a una persona cara, e accresceranno anche il rispetto per la nostra vita, che è la cosa più preziosa e nobile che esiste. Ma la cosa fondamentale è la sincerità delle nostre offerte qualsiasi esse siano!

«Nel passato Tokusho Doji offrì una torta di fango al Buddha e rinacque come re Ashoka che regnò su tutta Jambudvipa. Una povera donna si tagliò i capelli e li vendette per comprare l'olio e nemmeno i venti che soffiano impetuosi dal monte Sumeru poterono estinguere la fiamma della lampada alimentata da quell'olio» (*Risposta a Onichinyo*, SND, 9, 145).

5 – FEDE, PRATICA E STUDIO (SHIN GYO GAKU)

I cardini del Buddismo di Nichiren Daishonin sono la fede (*shin*), la pratica (*gyo*) e lo studio (*gaku*).

Se manca anche uno solo di questi tre elementi non può esserci una pratica buddista corretta. Nel Gosho *Il vero aspetto di tutti i fenomeni* il Daishonin spiega: «Credi nel Gohonzon, il supremo Oggetto di culto in tutto Jambudvipa. Rafforza costantemente la tua fede e ricevi la protezione di Shakyamuni, di Molti Tesori (giapp. *Taho*) e dei Buddha delle dieci direzioni. Impegnati nelle due vie della pratica e dello studio. Senza pratica e studio non può esservi Buddismo. Devi non solo perseverare tu, ma anche insegnare agli altri. Sia la pratica che lo studio sorgono dalla fede. Insegna agli altri come meglio puoi, anche una sola frase o una sola parola» (WND, 386; cfr. SND, 4, 235).

La Fede

La base fondamentale del Buddismo di Nichiren è credere profondamente che il Gohonzon è l'Oggetto di culto per manifestare la Buddità. Nel momento in cui ci sforziamo di recitare Daimoku con fede nel Gohonzon, possiamo "aprire" la nostra natura di Buddha e



manifestare nella nostra vita il meraviglioso potere della Legge. La fede è l'unica strada per entrare nella Buddità e per manifestare la saggezza, la forza e la compassione del Buddha.

Una fede pura, libera dal dubbio, consente di affrontare qualsiasi difficoltà e trasformare l'impossibile in possibile.

«Avere fede è la base del Buddismo» afferma Nichiren Daishonin nel Gosho *"Il vero aspetto del Gohonzon"* e questo principio parla di una fede libera dai dubbi. Non si tratta, come a prima vista si potrebbe pensare, di una fede cieca, di rinunciare alle proprie capacità di giudizio o reprimere sistematicamente qualsiasi dubbio sorga nella nostra mente. Avere dubbi non significa che stiamo praticando male o non otterremo alcun beneficio e nemmeno che la nostra fede non è sincera. Richard Causton spiegava che in questo brano di Gosho il Daishonin non dice di "non avere dubbi" ma di "non nutrire dubbi". C'è una bella differenza! Avere dubbi è naturale, quello che non si deve fare è crogiolarsi nel dubbio permettendogli di corrompere la nostra fede.

La Pratica

Lo scopo della pratica buddista è manifestare lo stesso stato vitale del Buddha insito nella nostra vita; per realizzare ciò è necessario perseverare ogni giorno.

La pratica consiste di due aspetti indissolubili: la pratica per sé e la pratica per gli altri (giapp. *jigyō keta*). Queste sono come le due ruote di uno stesso asse, se ne manca una la pratica non è completa.

La "pratica per sé" consiste nel recitare quotidianamente, mattina e sera (ossia fare Daimoku, la pratica fondamentale, e Gongyo, i due capitoli del Sutra del Loto, la pratica di supporto) per realizzare il grande desiderio di *kosen-rufu* e la nostra rivoluzione umana. La "pratica per gli altri" consiste nel fare *shakubuku*, cioè propagare il Buddismo del Daishonin per far sì che anche le altre persone possano ottenere i benefici della Legge.

Nichiren Daishonin scrive: «Adesso, nell'Ultimo giorno della Legge, il Daimoku che recita Nichiren è diverso da quello delle epoche precedenti. È Nam-myōhō-rengē-kyō che comprende la pratica per sé e la pratica per gli altri» (*Le tre grandi Leggi segrete*, GZ, 1022). Le varie attività alle quali ci dedichiamo per *kosen-rufu* rientrano nella pratica per gli altri.

Sia la recitazione di Daimoku e Gongyo, che lo *shakubuku* costituiscono la grande forza per trasformare la nostra vita, perché fanno emergere in noi la stessa compassione, la stessa saggezza e lo stesso coraggio di Nichiren Daishonin.

Nel *Vero aspetto di tutti i fenomeni* il Daishonin afferma: «Devi non solo perseverare tu ma anche insegnare agli altri. [...] Insegna agli altri come meglio puoi, anche una sola frase o una sola parola» (WND, 386; cfr. SND, 4, 245).



È importante trasmettere anche una sola parola o una sola frase di Buddismo agli altri, ricercando non solo la felicità per sé, ma anche per tutte le altre persone.

Lo Studio

Lo studio consiste nell'apprendere gli insegnamenti buddisti e i principi fondamentali basandosi sulla lettura dei Gosho, gli scritti del Daishonin. In questo modo possiamo approfondire la nostra fede e praticare correttamente. Studiare il Buddismo non serve per raggiungere un determinato livello di conoscenza, ma per sviluppare la fede e metterla in pratica nella vita quotidiana con più consapevolezza. Significa ascoltare ciò che Nichiren vuole dirci, cercando di cogliere lo spirito, il cuore che lo animava, per superare i dubbi e per non abbandonare la fede nei momenti cruciali della vita. Se non si studia, facilmente si può cadere in una interpretazione del tutto personale delle dottrine. Come scrive il Daishonin: «Se non fai domande e non risolvi i tuoi dubbi, non puoi disperdere le oscure nuvole dell'illusione» (*Lettera a Niike, SND, 4, 253*).

Nella *Nuova rivoluzione umana* Daisaku Ikeda scrive: «Dovreste tener presente che per quanto la fede corretta permetta di ottenere grandissimi benefici, è anche irta di ostacoli e difficoltà. A meno che non abbiate delle solide basi dottrinali, quando sorgeranno dei problemi comincerete a dubitare. [...] Grazie allo studio, inoltre, quando parliamo agli altri del Buddismo possiamo far capire la grandezza degli insegnamenti del Daishonin e spiegare chiaramente, logicamente e persuasivamente le basi portanti che una religione corretta dovrebbe avere. È per questi motivi che il Daishonin sottolineò che la pratica deve andare di pari passo con lo studio» (vol. 7, pp. 100-101).

Il significato del juzu.

Fino dalle origini, il juzu ha accompagnato la pratica buddista. Ricco di significati simbolici, può essere considerato soprattutto un valido supporto durante la recitazione al Gohonzon.

A seconda della setta, si trovano *juzu* di varie forme e dimensioni e diverso numero di grani; le origini di questa tradizione sono da rintracciare nel Sutra *Mokugenshi*, dove si narra che una volta il re Haruri chiese aiuto al Buddha Shakyamuni perché il suo paese era devastato dalla carestia e dalle epidemie. Allora il Buddha chiese che i suoi fedeli portassero un rosario di 108 sfere ricavate dal legno dell'albero *mokugenshi* con lo scopo di aiutare gli abitanti del paese a esprimere la profonda devozione ai tre tesori (il tesoro del Buddha, della Legge e del Prete).





Il *juzu* nel Buddismo di Nichiren Daishonin contiene 108 grani tutti uguali, numero che rappresenta i desideri terreni, più altri quattro più piccoli che simboleggiano le quattro guide dei Bodhisattva della Terra; in legno o in plastica, sono infilati nel cordoncino principale.

Le due palline più grosse che sono diametralmente opposte sono dette grani "genitori". Il grano "madre", quello unito a tre nappine, significa mistico (*myo* oppure invisibile); il grano "padre", quello legato a due nappine significa Legge (*ho* o anche visibile). Rappresentano i regni oggettivo (*kyo*) e soggettivo (*chi*) della vita, o, in altri termini, la realtà oggettiva dell'esistenza e la saggezza necessaria per percepirla.

I due cordoncini che si staccano dal grano "padre" rappresentano il Buddha e la Legge, sono annodati perché la Persona e la Legge sono la stessa cosa. Le altre tre nappine stanno a significare i tre tesori: i due cordoncini uguali rappresentano il Buddha e la Legge, quello più corto il Prete. Sono detti tesori perché conducono tutte le persone all'Illuminazione. Le quattro palline di forma allungata che si trovano nelle nappine rappresentano i vasi contenenti i benefici che sgorgano dal Gohonzon tramite le nostre preghiere.

Tra i quattro grani a forma di piccolo vaso e i grani "genitori" ci sono altri trenta grani che rappresentano i tremila mondi di *ichinen sanzen*, cioè i tremila potenziali stati vitali contenuti in un singolo istante di vita. Tutti i grani, a eccezione dei quattro a forma di vaso, sono rotondi a significare che l'insegnamento del Daishonin è armonico, completo e comprende tutto. Quindi impugnare il *juzu* significa prendere in mano la nostra vita e decidere dal profondo del cuore di alzarsi da soli e cambiare il proprio destino.

Per quanto interessante tutto questo possa essere, è importante non lasciarsi distrarre dal simbolismo del *juzu* o forzarsi in atteggiamenti innaturali durante la recitazione di Gongyo e Daimoku. È meglio recitare con gioia, vigore e un profondo senso di gratitudine.

6 – KOSEN RUFU E RIVOLUZIONE UMANA

Kosen-rufu è la diffusione della Legge mistica nel mondo che crea le condizioni per una società pacifica in cui gli esseri umani hanno la possibilità di manifestare il loro pieno potenziale.

Ko significa ampio, vasto, *sen* dichiarare e *rufu* propagare. *Kosen-rufu* significa quindi letteralmente "proclamare e diffondere ampiamente", quindi realizzare la profezia contenuta nel brano del ventitreesimo capitolo del Sutra del Loto, che afferma: "Nel quinto periodo di cinquecento anni dopo la mia morte, realizzate *kosen-rufu* in tutto il mondo e non permettete mai che il suo flusso si esaurisca".

Il primo luogo dove si deve realizzare *kosen-rufu* è la nostra vita piena di problemi; il secondo luogo è la nostra terra.



Spesso tutto questo è identificato con la pace mondiale. Ma la pace, intesa come assenza di guerre, non è che uno dei suoi effetti. Il Buddismo di Nichiren Daishonin, il Buddismo della vera causa, ha uno scopo più ambizioso: seminare la pace nel cuore di ogni persona. Solo con una rivoluzione globale nella mente di tutte le persone si potranno porre le basi per una società pacifica e felice.

Daisaku Ikeda ha scritto che "la rivoluzione umana di un singolo individuo contribuirà al cambiamento nel destino di una nazione e condurrà infine a un cambiamento del destino di tutta l'umanità". Questo brano significa che bisogna partire da noi stessi, sforzandoci nella realtà di tutti i giorni per superare i nostri limiti e manifestare ciò che realmente siamo: dei Buddha. Per cambiare il mondo, bisogna innanzitutto trasformare sé stessi, la propria visione della vita e della morte, la percezione del proprio io in rapporto agli altri.

La rivoluzione umana, un'espressione moderna sinonimo di Illuminazione, e *kosen-rufu*, sono entrambi manifestazioni del risveglio della natura di Buddha: la prima a livello individuale, l'altra a livello dell'ambiente e della società.

7 – I TRE OSTACOLI E I QUATTRO DEMONI (*SANSHO SHIMA*)

Sia nei sutra di Shakyamuni che nei Gosho di Nichiren Daishonin è predetto che quando un credente progredisce nella fede e si sforza di propagare la Legge mistica, appaiono inevitabilmente ostacoli e difficoltà.

Si legge nel Gosho *I tre ostacoli e i quattro demoni*: "Si verifica sempre qualcosa fuori dal comune all'alzarsi e all'abbassarsi delle maree, al comparire e scomparire della luna (...); lo stesso avviene quando un comune mortale consegue la Buddità. In quel momento i tre ostacoli e i quattro demoni invariabilmente appariranno: il saggio si rallegrerà, mentre lo stupido indietreggerà".

Nel Sutra del Nirvana è scritto che l'oscurità innata della vita si manifesta attraverso l'apparizione dei tre ostacoli e dei quattro demoni, o *sansho shima*. Gli ostacoli sono le manifestazioni del karma negativo, mentre i demoni rappresentano le forze distruttive che ostacolano il praticante sulla via dell'Illuminazione.

Essi sono:

<i>Bonno-sho</i>	Gli ostacoli creati dai desideri terreni, derivanti dai tre veleni di Avidità, Animalità e Collera (vedi "I Dieci Mondi").
<i>Go-sho</i>	Gli ostacoli derivanti dal karma negativo.
<i>Ho-sho</i>	Gli ostacoli dovuti alle retribuzioni karmiche delle azioni commesse nei tre cattivi sentieri (Inferno,



	Avidità e Animalità).
<i>On-ma</i>	Il demone che deriva dalle cinque componenti mentali e fisiche, o demone della malattia.
<i>Bonno-ma</i>	Il demone dei desideri terreni, che ci conduce a compiere azioni cattive ed errori.
<i>Shi-ma</i>	Il demone della morte, che indica la paura della morte.
<i>Tenji-ma</i>	Il demone imperatore, o demone del sesto cielo. E' il più pericoloso. Si manifesta come una persecuzione da parte delle autorità, dello stato o di un'autorità religiosa, o anche da parte di un familiare (genitore, consorte, figlio).

E' scritto nel Goshō: "Sebbene una persona abbia professato la fede nel Sutra del Loto molte volte sin dall'infinito passato, è la mancanza di coraggio che gli impedisce di raggiungere la Buddità". Il coraggio si manifesta nel trasformare la difficoltà in un'esperienza che rafforzi ulteriormente la nostra fede.



TREMILA MONDI IN UN SINGOLO ISTANTE DI VITA (*ICHINEN SANZEN*)

Secondo T'ien-t'ai, il Sutra del Loto è l'insegnamento supremo perché contiene il principio di *ichinen sanzen* (tremila condizioni in un solo istante di vita) che rivela il mistico rapporto tra Legge e fenomeni.

Letteralmente, *ichinen sanzen* significa "tremila condizioni nell'unica mente". *Ichinen* (una sola mente) è l'espressione filosofica della natura immutabile della Legge dell'universo. *Sanzen*, invece, indica la pluralità di fattori che rappresenta il mondo fenomenico.

Nel Maka shikan, T'ien-t'ai incluse i dieci Mondi nella teoria di *ichinen sanzen*, la quale spiega tutti i fenomeni della vita utilizzando i seguenti principi:

1. i dieci Mondi;
2. il loro mutuo possesso;
3. i dieci fattori;
4. i tre regni dell'esistenza.

Si parla quindi di tremila mondi (*sanzen*) in quanto, moltiplicando i numeri relativi ai suddetti principi ($10 \times 10 \times 10 \times 3$) si ottiene il numero tremila relativo alle differenti condizioni dell'esistenza.

1 - I DIECI MONDI (*JIKKAI*)

Il termine di "mondo" è metaforico. I dieci Mondi rappresentano dieci condizioni o stati vitali che l'essere umano sperimenta come sensazioni soggettive dell'io. Tutti i dieci Mondi sono contenuti in forma latente nella vita di ogni individuo, anche se si manifesta un solo Mondo alla volta.

Possiamo raggruppare questi mondi in diversi modi. La classificazione più comune distingue i sei Mondi più bassi in cui siamo, per così dire,



schiavi del karma, dai quattro nobili sentieri superiori, che costituiscono invece quattro vie di liberazione.

E' importante tenere presente che molti sutra Mahayana criticano i Mondi dei Due Veicoli più ferocemente dei tre cattivi sentieri in quanto l'abisso di questi due Mondi è colmo di arroganza ed egocentrismo. Questo nasce dalle maggiori possibilità di potere che le persone appartenenti a questi due Mondi possono esercitare sugli altri. Nonostante queste qualità permettano di agire meglio verso il bene, molte volte sono utilizzate in direzione opposta.

I D I E C I M O N D I	I SEI MONDI INFERIORI O	I TRE CATTIVI SENTIERI	INFERNO (JIGOKU)	L'inferno è la disperazione della morte. E' la sofferenza e la distruzione che vediamo intorno a noi. L'inferno è dentro di noi. In questa condizione vitale siamo schiacciati dalla sofferenza, la speranza è svanita del tutto e la forza di reagire è nulla.
			AVIDITA' (GAKI)	E' un Mondo dominato da avidità, avarizia, ambizione, invidia e gelosia, che possono indirizzarsi sia verso i beni materiali, sia verso la fama ed il potere.
			ANIMALITA' (CHIKUSHO)	Gli uomini affidano all'istinto la loro sopravvivenza. Provoca imbarbarimento culturale e sociale, degrado ambientale, mancanza di istruzione e di misure igieniche (quindi con il proliferare di epidemie).
	I SEI SENTIERI	I TRE MONDI DELL'IO	COLLERA (SHURA)	Impulso irrefrenabile di sovrastare tutti gli altri, non solo con violenza fisica e verbale. Caratteristiche principali sono: orgoglio, superbia, arroganza, prepotenza, aggressività, odio; secondariamente vi sono: vanità ed esibizionismo.
			UMANITA' (NIN)	Caratteristiche: tranquillità, calma, buon senso, autocontrollo, senso morale, accordo con l'ambiente. Questa condizione può essere sia il trampolino di lancio verso la Buddità, sia una tregua effimera.
			CIELO O ESTASI (TEN)	E' lo stato di benessere, soddisfazione, gioia. Questa condizione, la più desiderata dagli uomini, può rivelarsi la più pericolosa per il conseguimento dell'illuminazione. La libertà è solo apparente: se la fonte di gioia si inaridisce, questo Mondo si dissolve e si precipita all'Inferno.
		I DUE VEICOLI (NIJO)	APPRENDIMENTO O STUDIO (SHOMON)	Chi si addentra nello Studio, seguito da un Maestro, diviene consapevole dell'impermanenza dei fenomeni. Però, la consapevolezza può divenire prevaricazione e prepotenza; le proprie doti possono essere indirizzate verso il male.



I QUATTRO NOBILI SENTIERI	I DUE MONDI SUPREMI	PARZIALE ILLUMINAZIONE (ENGAKU)	E' lo stesso percorso compiuto nel Mondo precedente, ma nel modo autonomo. Anche qui, le proprie doti possono essere indirizzate verso il male (ad es. scienziati che inventano armi di distruzione).
		BODHISATTVA (BOSATSU)	IL Bodhisattva è colui che aspira coraggiosamente all'illuminazione. La virtù tipica di questo Mondo è la compassione.
		BUDDITA' (BUTSU)	E' lo stato vitale che si serve dei nove Mondi per costruire un'identità salda, una forza vitale senza limiti, una libertà assoluta e una felicità indistruttibile.

I dieci mondi possono anche essere suddivisi in due gruppi speculari:

INFERNO = infelicità permanente; AVIDITA' = schiavitù dei desideri	CIELO = estasi, felicità temporanea APPRENDIMENTO = distacco dai desideri
ANIMALITA' = schiavitù dell'istinto	ILLUMINAZIONE PARZIALE = libertà per sé
COLLERA = egoismo	BODHISATTVA = altruismo
UMANITA' = buon senso, tranquillità e serenità	BUDDITA' = saggezza e felicità assoluta

2 – IL MUTUO POSSESSO DEI DIECI MONDI (*JIKKAI GOKU*)

La vera entità della vita si manifesta in dieci condizioni diverse (i Dieci Mondi) che si compenetrano reciprocamente, dando origine a $10 \times 10 = 100$ possibili condizioni: questo è il mutuo possesso dei Mondi (*jikkai goku*).

Nessun Mondo è una conquista definitiva. Il passaggio da un Mondo all'altro non è neppure graduale perché qualsiasi Mondo contiene se stesso e gli altri nove, per cui è impossibile stabilire con sicurezza che all'istante successivo la vita sarà condizionata dallo stesso Mondo, da uno inferiore o da uno superiore.

In ognuno esiste comunque una tendenza vitale (prodotta dal karma) che fa emergere uno dei Mondi più frequentemente di altri e che determina i tratti della personalità.

Teoricamente, tutte le dieci vie sono accessibili e si intersecano in ogni istante di vita. Noi però possiamo viverne solo una alla volta; le altre restano latenti in attesa di essere percorse.



Ciascuna di queste cento possibilità funziona secondo i "dieci fattori", portando così a mille le combinazioni secondo cui si manifesta la Legge dell'universo.

3 - I DIECI FATTORI (JUNYOZE)

Se ogni Mondo è qualitativamente diverso dagli altri nove, ciascun Mondo presenta invariabilmente tutti i dieci fattori e funziona secondo tali fattori. Ovviamente, ciascun Mondo li fa funzionare in modo diverso, ma tutti i Dieci fattori entrano in gioco in ognuno dei dieci Mondi, anzi, in ognuna delle cento combinazioni sorte dal mutuo possesso dei Mondi.

I dieci fattori possono essere suddivisi in due gruppi: i primi tre si occupano dell'essere, gli altri del divenire. I primi tre esamineranno quindi la realtà dal punto di vista statico, descrivono la natura ontologica, dicendoci com'è fatta; gli altri la esamineranno dal punto di vista dinamico, ci dicono come la realtà cambia, qual è il meccanismo che genera il flusso degli eventi.

I D I E C I F A T T	FATTORI STATICI	ASPETTO (NYO ZE SO)	E' ciò che è visibile e può essere percepito dai sensi o con l'ausilio di strumenti scientifici: materia, forma, colore, suono, odore, ecc. Nell'uomo indica il suo corpo ed il suo comportamento visibile.	
		NATURA (NYO ZE SHO)	E' intrinseca, cioè impercettibile dall'esterno. T'ien-t'ai la definisce "immutabile tendenza interna"; Nichiren Daishonin scrive: "la natura interiore è la mente". Possiamo definirla "personalità" o "identità".	
		ENTITA' (NYO ZE TAI)	E' la combinazione tra il corpo e la mente, la vera essenza di tutte le cose, la nostra stessa vita.	
	D I E C I F A T T		POTERE (NYO ZE RIKI)	E' la capacità di agire in ognuno dei dieci Mondi. E' l'energia potenziale, che varia a seconda dello stato vitale.
			AZIONE (NYO ZE SA)	Quando il potere si concretizza, si trasforma in azione. L'azione è l'uso della parola, del pensiero o del corpo per creare il bene o il male. E' grazie all'azione che si crea la causa karmica.
			CAUSA INTERNA (NYO ZE IN)	Ogni azione (mentale, verbale o fisica) deposita un seme karmico nell'ottava coscienza, ove vi resterà per un tempo più o meno variabile, secondo la natura. Toccherà alla causa esterna, o relazione, portare questo seme alla maturazione e produrre l'effetto.
			RELAZIONE (NYO ZE EN)	E' il rapporto tra karma e occasione esterna. La relazione è semplicemente ciò che aiuta il karma a manifestarsi: qualsiasi causa interna trova sempre, prima o poi, in questa vita o nelle prossime, la causa esterna adeguata alla manifestazione della retribuzione karmica.



T O R I	FATTORI DINAMICI	EFFETTO LATENTE (<i>NYO ZE KA</i>)	Scrive Nichikan Shonin: "Il fatto che la nostra mente produca felicità o disgrazia dipende dall'averle prodotte in passato. In questo senso, ciò che la mente ha prodotto è la causa interna, ciò che produrrà è l'effetto latente". La causa interna è la tendenza accumulata dentro di noi per le azioni compiute, mentre l'effetto latente è la direzione che prenderà la nostra vita; la prima è la faccia del karma che guarda al passato, la seconda quella che guarda al futuro.
		RETRIBUZIONE (<i>NYO ZE HO</i>)	La retribuzione è ciò che la causa ha meritato. L'effetto manifesto, positivo o negativo, è la risposta alla causa interna e all'effetto latente. Tutto ciò che ci accade non è che il riflesso del nostro karma.
		COERENZA DALL'INIZIO ALLA FINE (<i>NYO ZE HON MATSU KU KYO TO</i>)	Non è possibile che un essere con un aspetto arrogante abbia la natura di Bodhisattva o che compia azioni gioiose e ponga cause piene di buon senso. Ad un aspetto infernale corrisponderà una natura sofferente, un potere distruttivo, un karma negativo e pesante. A un aspetto di Budda corrisponderà, invece, una natura saggia, un'entità illuminata, un potere illimitato. Questo filo conduttore che lega i nove fattori finora esaminati è espressa da quest'ultimo fattore: la coerenza dall'inizio alla fine.

4 – I TRE REGNI DELL'ESISTENZA (*SAN SEKEN*)

I Mille Fattori, ottenuti dal rifrangersi dei dieci Fattori nei cento Mondi non esauriscono le realtà, perché non tengono conto della molteplicità e della ricchezza delle sue manifestazioni.

Prendiamo come esempio il caso di due persone che vengono licenziate. Immediatamente il loro stato vitale precipita nella condizione di Inferno. Ma i due individui possono reagire in modo diverso: il primo si mette subito a cercare un nuovo lavoro; il secondo piomba nella disperazione incapace di reagire. Da dove scaturisce questa diversa reazione?

Oppure: il primo, un italiano, riesce a trovare un nuovo lavoro, mentre il secondo, un extracomunitario, riceve solo rifiuti. In questo caso è stato il pregiudizio razziale a costituire la discriminante. D'altra parte, l'extracomunitario è stato costretto ad emigrare per sopravvivere. In questo caso è la differenza ambientale a determinare il corso della vita dei due lavoratori (il primo, con un karma più fortunato è nato in un paese sviluppato).

Abbiamo quindi determinato tre discriminanti:

1. l'individualità o "regno delle cinque componenti";
2. l'ambiente sociale o "regno degli esseri viventi";
3. l'ambiente naturale o "regno dell'ambiente".

Questi tre elementi, che giocano un ruolo fondamentale per spiegare la complessità della vita, sono detti "i Tre Regni dell'esistenza" (*san seken*). Essi frantumano i Mille Fattori nelle tremila condizioni (*sanzen*) presenti in ogni istante della vita (*ichinen*).



I TRE REGNI DELL' ESISTENZA	L'individualità o "regno delle cinque componenti"	E' l'analisi di come la natura di un'entità vivente risponde a ciò che la circonda. Costituisce un'analisi delle funzioni fisiche e psichiche della vita legata alle cinque componenti (vedi "I dieci fattori"), che sono: la forma, la percezione, la concezione, la volizione e la coscienza. Se vogliamo classificare le cinque componenti in base alle due categorie di materia e spirito, possiamo notare che solo la forma corrisponde all'aspetto fisico della vita, mentre le altre quattro componenti corrispondono all'aspetto spirituale. Tuttavia, nel buddismo non vi è separazione tra aspetto materiale e aspetto spirituale della vita, ma sono una sola cosa: non ci può essere alcuna forma senza percezione, concezione, volizione e coscienza.
	L'ambiente sociale o "regno degli esseri viventi"	E' l'essere vivente individuale formato dall'unione temporanea delle cinque componenti, che manifesta o sperimenta i dieci mondi. E' anche la collettività degli individui che interagiscono gli uni con gli altri.
	L'ambiente naturale o "regno dell'ambiente"	E' il luogo o la terra in cui gli esseri viventi dimorano o espletano le loro attività vitali. Comprende quindi tutte le forme di vita inanimate, come le piante, le montagne, i fiumi, il mare, ecc. Inoltre, le diverse condizioni vitali degli esseri viventi si riflettono sulla terra che essi abitano.

Mentre i Dieci Mondi e i Dieci Fattori nel loro insieme descrivono gli aspetti condivisi da tutti gli esseri viventi, il concetto dei Tre Regni dell'esistenza permette di spiegare perché due esseri viventi non sono mai esattamente uguali. Difatti, il funzionamento delle cinque componenti differisce da una persona all'altra, proprio come differisce il loro karma. Per esempio, anche tra coloro che hanno la stessa tendenza al Mondo di Umanità, non esistono due persone che abbiano esattamente la stessa forma fisica o le cui percezioni, idee e reazioni all'ambiente esterno siano perfettamente identiche. Analogamente, non esistono due persone che abbiano esattamente lo stesso ambiente sociale o fisico.

I Tre Regni dell'esistenza individuano quindi l'effettivo mondo reale di ogni singolo individuo.

5 – UNICITA' DI VITA E AMBIENTE (*ESHO FUNI*) E DI CORPO E MENTE (*SHIKI SHIN FUNI*)

Contrariamente al pensiero occidentale, analitico e dualistico, la filosofia buddista è sintetica, olistica e unificatrice. Chi è abituato a comprendere la realtà facendo distinzioni (bene/male, giusto/sbagliato, caldo/freddo, ecc.) può trovare difficile comprendere i principi di unicità tipici del Buddismo. In questo paragrafo ne tratteremo due: quella tra vita e ambiente (*esho funi*) e quella tra corpo e mente (*shiki shin funi*). Entrambe hanno in comune il principio di unicità, espresso dal termine *funi*; questo concetto indica due elementi che appaiono distinti nella



realtà dei fenomeni, ma sono una sola cosa nell'essenza, cioè sono due espressioni della stessa entità.

Il principio di unicità tra individuo e ambiente è detto *esho funi*. *Esho* è formato dagli ideogrammi *e-ho*, che indica l'ambiente naturale (*e* = ambiente oggettivo; *ho* = retribuzione, manifestazione) e *sho-ho*, che indica l'individuo (*sho* = soggetto; *ho* = retribuzione, manifestazione). Nichiren descrive ciò con la metafora del corpo e dell'ombra: "L'ambiente è come l'ombra e la vita è come il corpo. Senza il corpo non può esserci l'ombra; allo stesso modo senza vita non può esistere l'ambiente, sebbene la vita sia sostenuta dal suo ambiente". Lo stato vitale di ogni individuo (vedi "I Dieci Mondi") si manifesta sia a livello individuale che nell'ambiente.

Il principio di unicità tra corpo e mente o, più in generale, tra fenomeni materiali e spirituali, è detto *shiki shin funi*. *Shiki* è la contrazione di *shiki-ho*, che indica la legge fisica della vita, la materia e tutti i fenomeni fisici, compreso il corpo umano. *Shin* è la contrazione di *shin-po*, che indica la legge spirituale della vita, cioè l'insieme dei fenomeni non materiali (pensieri, emozioni, sensazioni, volontà). Riferendosi agli aspetti materiali, *shiki* comprende anche l'azione ed il comportamento, mentre *shin* indica l'intenzione e la volontà che stanno dietro ad un comportamento. La Legge della vita si esprime e si rivela nell'essere umano attraverso i due aspetti del corpo e della mente. E' dimostrato scientificamente che il nostro stato mentale influenza il funzionamento del nostro corpo, così come il nostro stato fisico può determinare il nostro atteggiamento spirituale.

Quando recitiamo Daimoku, attiviamo la Buddità inerente alla nostra vita, la quale si manifesta invariabilmente sia a livello fisico che spirituale o mentale.

6 – LA RELAZIONE MAESTRO-DISCEPOLO

Il modello corretto di fede religiosa corrisponde alla relazione maestro-discepolo e non a Dio-uomo.

Nel modello maestro-discepolo, il maestro rimane un essere umano e perciò, proprio perché rimane umano, diventa un modello possibile da emulare e raggiungere. Non solo abbiamo la stessa possibilità, ma abbiamo il compito di fare altrettanto.

Nichiren Daishonin afferma che l'eredità della Legge fondamentale di vita e morte si realizza proprio nella fede basata sull'unicità di maestro e discepolo con il Daishonin stesso.

Nel settimo capitolo del Sutra del Loto, *La parabola della città fantasma*, si parla di questo eterno legame mistico che si estende al di là della singola esistenza: «Le persone che avevano udito la Legge



dimorano in varie terre del Buddha, rinascendo di continuo insieme ai loro maestri».

Come dice il presidente Ikeda ne *“Dialoghi sul Sutra del Loto”*, il maestro invita il discepolo ad avere una visione radicalmente diversa di sé. Non si può più pensare a se stessi come esseri incapaci o privi delle stesse qualità. Lo scopo della vita del maestro, sia esso Shakyamuni, T'ien-t'ai, Nichiren, Ikeda o chiunque esso sia, non è quello di affermare: “Guardami, guarda quanto sono grande!”. Lo scopo della vita di un maestro è: “Guardami come un esempio di quanto grande puoi diventare.”

E' questo il punto di vista del Buddismo di Nichiren Daishonin, un punto di vista radicalmente diverso. E' difficile da credere. E' una sfida...

Al giorno d'oggi i nostri maestri per la realizzazione di *kosen-rufu* sono i tre presidenti della Soka Gakkai Makiguchi, Toda e Ikeda. Sono i nostri maestri perché, mentre loro stessi si sono impegnati nella propagazione della Legge senza risparmiarsi, ci hanno insegnato con il loro esempio la fede e la nostra missione per *kosen-rufu*. Sono convinto che è grazie alla relazione karmica per la quale siamo compagni di fede dall'infinito passato che siamo nati nell'epoca della realizzazione di *kosen-rufu* in tutto il mondo e apparteniamo a un'organizzazione armoniosa chiamata Soka Gakkai, guidata dai suoi tre presidenti.



IL CONCETTO DI KARMA

*"Se volete conoscere la causa da voi creata nel
passato, osservate l'effetto sul presente.
Se volete conoscere l'effetto nel futuro,
osservate la causa che state creando ora."*

Dal Sutra "Shinjikan-Gyo" (Sutra sulla contemplazione della mente).

Ognuno di noi crea il proprio karma. I pensieri, le parole e le azioni del passato hanno formato la nostra realtà presente, ed i pensieri, le parole e le azioni del presente influenzeranno a loro volta il nostro futuro. L'influenza del karma si estende da una vita alla successiva, permanendo durante lo stato di latenza tra la morte e la rinascita.

L'idea del karma è antecedente al Buddismo e aveva già permeato la società indiana ben prima dei tempi di Shakyamuni. La visione prebuddista del karma serviva più a giustificare il destino degli individui e spingerli ad accettarlo piuttosto che ispirare la speranza di un cambiamento o di una trasformazione.

Gli insegnamenti buddisti perfezionarono questa visione limitata del karma. Shakyamuni sosteneva che ciò che rende nobile o umile una persona non sono le circostanze della sua nascita bensì le azioni che compie durante la vita. La visione buddista del karma non è quindi fatalista. Il karma non viene visto solo come giustificazione del presente, quanto come il potenziale che ci permette di influenzare il nostro futuro.



Il karma positivo è quello influenzato dalle azioni scaturite dalla buona volontà, dalla gentilezza e dalla compassione, così come il karma negativo è creato dalle azioni indotte dall'avidità, dalla collera e dalla stupidità.

IL Buddismo ci insegna che la catena di causa ed effetto esiste eternamente: questo spiega le influenze del karma creato nelle vite precedenti. Alcuni effetti karmici possono manifestarsi in questa vita, mentre altri rimangono latenti.

L'influenza di un determinato karma si estinguerà dopo che la sua energia sarà liberata nel corso della propria vita. Questo è paragonabile al processo di sviluppo di un seme di una pianta, che germoglia, poi fiorisce o dà frutti. Dopo aver svolto la sua funzione, il seme non potrà mai più ripetere quel processo.

Il karma negativo può quindi essere sradicato solo dopo essersi manifestato nella forma della nostra sofferenza.

Secondo il Sutra del Loto non è necessario sopportare vita dopo vita interminabili austerità per liberarsi dagli effetti negativi del karma. Tramite una corretta pratica buddista possiamo attingere istantaneamente alla Buddità innata che risiede in noi e liberarci dagli effetti del karma negativo in questa stessa vita.

Tutti noi abbiamo cominciato a praticare con il desiderio di cambiare il nostro destino. E la teoria del karma, che dal punto di vista del Buddismo rende ragione del perché siamo come siamo e viviamo questo tipo di esistenza, è certamente il principio che prima di ogni altro ci è stato spiegato nei suoi vari aspetti e classificazioni. Nel *Mondo del Gosho* il presidente Ikeda, al di là di qualsiasi trattazione dottrinale, lancia l'immensa speranza, insita nell'insegnamento di Nichiren Daishonin, della trasformazione totale del proprio karma in questa esistenza grazie all'attivazione della Buddità nella nostra vita.

1 - LE NOVE COSCIENZE (ku shiki)

ku = nove; shiki = coscienza. Il principio delle nove coscienze fu sviluppato per la prima volta in India nel quinto secolo dal filosofo buddista Vasubandhu.

Le prime sei: il contatto con il mondo esterno

"Coscienza" è la traduzione della parola sanscrita *vijnana* che significa "discernimento". Le prime cinque coscienze corrispondono ai cinque sensi, esse sono: la coscienza della vista o *chakshur* 2) dell'udito o *shrota*, 3) dell'odorato o *ghrana* 4) del gusto o *jihva* e 5) del tatto o *kaya*. La sesta coscienza o coscienza della mente (*mano*) integra le percezioni delle altre cinque coscienze per formare immagini coerenti e



giudizi rispetto al mondo esterno. Attraverso questo "assemblaggio" delle informazioni provenienti dai cinque sensi siamo in grado per esempio di distinguere un'arancia vera da una di plastica, a tutto vantaggio della nostra salute. Tale meccanismo basilare per la sopravvivenza non è infatti peculiare solo degli esseri umani ma esiste già a livello degli animali per favorire al massimo la sopravvivenza della specie.

La "coscienza razionale"

La settima coscienza (che in sanscrito si chiama sempre *mano*) è invece una facoltà mentale tipicamente umana, almeno per quanto ne sappiamo. Non riguarda il mondo esterno ma quello interiore, la capacità di porci domande e di riflettere su noi stessi. Si ritiene che la consapevolezza dell'io e l'attaccamento a esso abbiano origine dalla settimacoscienza, così come tutte le "grandi" domande sul senso della vita. In sanscrito la sesta e la settima coscienza hanno lo stesso nome ma, con la nostra visione occidentale, potremmo con una buona approssimazione chiamare la settima "razionalità".

Il karma, ottava coscienza

L'ottava è la coscienza "magazzino" o coscienza *alaya*, così chiamata perché in essa si accumulano, come tanti "semi" o potenzialità karmiche tutti gli effetti delle proprie azioni buone o cattive. È il deposito delle tracce lasciate in noi dalle infinite esperienze compiute dall'infinito passato sino a ora attraverso pensieri parole e azioni. Queste tracce determinano ogni aspetto della nostra attuale esistenza individuale, dalle sembianze fisiche alle condizioni di vita, dalle malattie al carattere, dai particolari talenti alla durata della nostra vita, stabilendo così la direzione in cui la nostra vita tenderà a svilupparsi. Insomma l'ottava coscienza contiene il nostro karma. In termini occidentali si avvicina in parte all'idea dell'inconscio, la parte sepolta dell'iceberg della nostra vita, della quale non siamo consapevoli ma che in realtà influenza tutte le nostre scelte. Il Buddismo però non considera il karma fisso e immutabile, anche se questa mancanza di consapevolezza del karma e la profondità di esso spesso ci rendono così difficile invertirne la rotta con le facoltà proprie delle altre sette coscienze. Così a volte non è possibile vincere certe nostre paure solo con la razionalità o la volontà. Inoltre la coscienza *alaya* non solo comunica con le altre coscienze, come si vede dal fatto che la nostra "tendenza karmica" influenza i nostri pensieri e le nostre percezioni, ma comunica anche con quella delle altre persone, è indissolubilmente



legata a quella della nostra famiglia, della nostra specie, dei nostri simili e in genere a quella dell'universo in cui viviamo. Anche questa idea si avvicina ad alcune riflessioni della psicologia occidentale come quella di Carl Jung sull'esistenza di un inconscio collettivo e di una serie di archetipi interiori comuni a tutta l'umanità. È sempre a livello della coscienza *alaya* che si mantiene la continuità della vita al di là dei cicli di nascita e morte. Quando si muore, l'energia karmica potenziale continua a fluire nella coscienza *alaya* e crea le circostanze in cui potersi nuovamente manifestare attraverso la nascita, in una nuova vita individuale. Infine, c'è la nona coscienza detta coscienza *amala*. Questa è la sorgente stessa della vita che sostiene perfino il funzionamento della coscienza *alaya*. Lo scopo della pratica buddista è di stimolare il risveglio di questa coscienza pura e incontaminata dal karma che ha il potere di illuminare tutte le altre coscienze.

La nona coscienza, la natura di Budda

Nel Buddismo di Nichiren Daishonin la coscienza *amala* corrisponde alla natura di Budda, l'immensa potenzialità contenuta nella vita che risvegliamo attraverso la pratica di Nam-myoho-renge-kyo. Nichiren ribadisce che «il corpo è il palazzo della nona coscienza», la natura di Budda è una facoltà umana innata, una coscienza che una volta risvegliata ci permette di vedere con altri occhi la realtà, di andare oltre i preconcetti della mente e le limitazioni del karma per indirizzare la nostra vita nella maniera migliore per creare felicità in noi e intorno a noi.





LA LEGGE E IL TEMPO

Sappiamo che ogni epoca ha le sue peculiarità, i suoi problemi; in altre parole, "nasce, invecchia e muore" in modo diverso dalla precedente. Pertanto una buona religione deve essere sempre in accordo con il tempo, altrimenti perde l'efficacia e può rivelarsi addirittura controproducente. L'immutabilità produce un lento degrado del valore salvifico di qualunque religione o filosofia.

La grandezza di un insegnamento consiste quindi non nel suo irrigidirsi in dogmi, ma nella capacità di rinnovarsi continuamente secondo le esigenze dell'umanità.

L'idea di un declino dell'insegnamento del Buddha Shakyamuni si legge già nei più antichi Sutra *Agama*, ma solo nel Sutra della Grande Assemblea (*Daijuku* o *Daishutsu*) troviamo per la prima volta la spiegazione dettagliata di questo declino (vedi parag. "I tre periodi della Legge). Il primo periodo venne propriamente detto "dell'Illuminazione" perché gli insegnamenti diretti del Buddha Shakyamuni o dei suoi immediati discepoli riusciva a trasmettere direttamente al cuore delle persone l'illuminazione.

Tale insegnamento è però definito "provvisorio" in quanto l'essere umano non era in grado di illuminarsi in modo autonomo.

Inoltre, con l'avvento dell'Ultimo Giorno della Legge l'insegnamento di Shakyamuni avrebbe perso la capacità di salvare le persone.

Tuttavia, se una religione ha saputo rispondere alle questioni vitali dell'umanità, è possibile recuperarne lo spirito originario. E' quanto è accaduto al Buddismo in almeno tre grandi occasioni: quando è stato predicato il Sutra del Loto in *Soho*, quando è stata esposta la filosofia di



ichinen sanzen in *Zoho*, quando è stato iscritto il Dai-Gohonzon in *Mappo*.

Nichiren Daishonin è stato capace di trasformare un Buddismo in apparente declino in religione capace di salvare l'uomo e di costruire una nuova società basata sulla pace e sul rispetto della vita, della libertà e della dignità umana.



BIBLIOGRAFIA

- Il Buddismo di Nichiren Daishonin – Ed. Esperia;
- Daisaku Ikeda, "I misteri di nascita e morte", Ed. Esperia;
- I Periodici "Il Nuovo Rinascimento" e "Buddismo e Società".



**02 Gennaio 2008 – by Giraudo Valter - Torino
Per l'80° compleanno del mio maestro Daisaku Ikeda**



SCARICATO GRATUITAMENTE DA
www.lafontedelsapere.altervista.org