



Associazione Buddhista
del Sūtra del Loto
妙法蓮華經仏教協会
Myōhō Renge Kyō Bukkyō Kyōkai



Tempio Nichiren Shu Jokozan Myoshoji 浄光山 妙照寺

La recitazione del Sutra del Loto e dell'Odaimoku

Oggi vorrei spiegare il senso della recitazione del Sutra del Loto e della recitazione dell'Odaimoku.

I. Significato

Qual è il significato di Namu Myoho Renge Kyo? Detto in modo molto semplice e diretto, Namu viene da un termine sanscrito che vuol dire devozione. A cosa ci devolviamo? A Myoho Renge Kyo, che significa Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso. Quindi, Onore al Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso o Offro la mia devozione al Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso. Odaimoku significa Sacro Titolo (del Sutra del Loto).

II. Perché recitiamo il Sacro Titolo?

Nel Sutra degli Infiniti Significati il Buddha ha dichiarato che è sempre esistito, e sempre esisterà, un solo Dharma e che questo è stato predicato in infiniti modi diversi a seconda della natura e della capacità degli ascoltatori. Gli insegnamenti precedenti, quindi, erano propedeutici alla predicazione dell'insegnamento ultimo. Il Buddha stava per estinguersi, per entrare nel Nirvana, e quindi aveva bisogno di lasciare l'insegnamento che non rivelasse soltanto una parte della realtà ultima, ma che fosse in grado di salvare tutti, a prescindere dalle capacità. Così ha rivelato il cuore della sua illuminazione. Il cuore della sua illuminazione, predicato negli ultimi otto anni della Sua vita, è il Sutra del Loto che unifica tutti gli insegnamenti Buddhisti. Proprio perché il Sūtra del Loto è il cuore dell'illuminazione del Buddha, è definito "la vita stessa" del Buddha.

Come ho detto Namu significa devolversi. L'atto di devozione è un'azione attiva che si può svolgere solo attraverso la fede nel Buddha. In questo modo entriamo in comunione con Esso e la nostra vita si fonde con la vita del Buddha, che è l'Odaimoku, Namu Myoho Renge Kyo.

Nei suoi scritti Nichiren Shonin fa riferimento a due tipi di Daimoku, in cinque e sette caratteri. Questi hanno due aspetti diversi e due funzioni diverse.

[a] L'aspetto di base è il Daimoku in cinque caratteri che indica l'insegnamento stesso, il Sutra del Loto, come insegnamento del Buddha. Ma questo non è solo il nome del Dharma: quando ci devolviamo a Namu Myoho Renge Kyo, ci dedichiamo non solo al titolo di questo sutra, ma anche a tutti gli insegnamenti del Buddha e a tutti i Buddha esistiti in questo e negli altri mondi. Nel Sutra del Nirvana, c'è un'espressione che

spiega il senso del Daimoku in cinque caratteri: è come un'isola per prendere rifugio, un posto nel quale dimoriamo e al quale ci affidiamo. A volte nel Sutra del Nirvana è detto che prendere rifugio è come impiegare una lanterna che illumina il cammino oppure come trovare un luogo in cui riposarsi in una situazione difficile. Quindi il Daimoku in cinque caratteri è come un luogo in cui vivere.

[b] Il Daimoku in sette caratteri indica la pratica di devozione nel Sutra del Loto ed è la pratica di mostrare la nostra attitudine, l'azione di rivelare la nostra devozione.

Per riassumere, il Daimoku in cinque caratteri è l'oggetto della nostra fede e dal quale impariamo e il Daimoku in sette caratteri è la nostra pratica. Questi due aspetti non sono separabili, proprio come non lo sono pratica e fede e devono esistere se vogliamo essere un praticante Buddhista. La fede dà significato alla pratica e la pratica approfondisce la fede. Così è anche per la pratica della recitazione dell'Odaimoku e il Sutra del Loto.

III. Perché l'Odaimoku è il Buddha stesso e l'intero Sutra del Loto?

Nichiren Shonin ha detto: *“Un nome ha la virtù di rappresentare il suo corpo,”* (Jisshō-shō) e ancora: *“Namu Myōhō Renge Kyō non è solamente il vero spirito del Buddha, ma anche il suo cuore, il corpo e l'insegnamento del Sutra del Loto”* (Risposta a Soya Nyudo). Per fare un esempio: se parlo con qualcuno di voi e faccio il nome di Lucia, già nominandola, l'interlocutore ha chiare in mente tutte le caratteristiche e peculiarità di Lucia, ovvero le qualità essenziali di Lucia. Il nome porta in sé le caratteristiche della persona che stiamo indicando e non è necessario aggiungere altro. Così è per il Sutra del Loto, ma anche per gli altri sutra. Il Gran Maestro Miao-le ha detto: *“Quando per brevità si menziona solo il Daimoku, o titolo, l'intero sutra è implicitamente incluso in esso.”*

Se il Sūtra del Loto equivale al Buddha stesso e i cinque caratteri dell'Odaimoku equivalgono all'intero Sūtra del Loto, allora i cinque caratteri dell'Odaimoku equivalgono al Buddha.

L'Odaimoku possiede l'intera compassione del Buddha, il potere di salvare le persone, la saggezza del Buddha e le Sue virtù, perché l'illuminazione del Buddha, ovvero il Regno del Buddha è rivelato nel Sutra del Loto il cui titolo è Myōhō Renge Kyō. Quindi il Regno del Buddha è incapsulato in questi cinque caratteri, e come spiega il nostro Fondatore, custodendo nei nostri cuori i cinque caratteri dell'Odaimoku è proprio come custodire il Regno del Buddha.

Così, seguendo la dottrina T'ien T'ai di Ichinen Sanzen, Nichiren Shonin stabilisce che Myōhō Renge Kyō non è semplicemente il titolo del Sūtra, non è soltanto un nome, ma è l'essenza stessa del sūtra.

IV. L'essenza dell'essenziale

Ci sono tante persone che fanno confusione e dicono: tu reciti tanto Sutra del Loto e poco Odaimoku, oppure dicono il contrario. Nichiren Shonin stesso dichiara che si può recitare tutto il Sutra del Loto o i capitoli principali e che l'Odaimoku è l'essenza dell'essenziale. In questo caso il Fondatore si riferisce alla condensazione

dell'insegnamento, al suo nucleo, all'essenza, e non a cosa è più o meno importante. Le caratteristiche del Sutra sono tutte contenute nel suo nome. Una delle importanti dottrine alla base del Buddhismo è la non dualità. Cosa significa? Significa che la Realtà ultima non consiste di oggetti distinti e separati, ma forma un insieme unico che può essere sperimentato come tale. Di conseguenza, se l'Odaimoku contiene il nucleo dell'insegnamento, è vero che l'insegnamento, ovvero il Sutra del Loto, non è differente dall'Odaimoku. Come potrebbe essere il contrario?

Nella Nichiren Shu recitiamo Chokyo-ge, un brano del Gran Maestro Miao-le, che dice: *“Mi prostro al Sutra del Fiore di Loto del Dharma Meraviglioso, il Saddharma Pundarika, in otto volumi, 28 capitoli e 69.384 caratteri. Ogni carattere è un Vero Buddha. La predicazione del Vero Buddha beneficia gli esseri viventi. Tutti gli esseri viventi conseguono la Via del Buddha. Per questo mi prostro al Sūtra del Loto.”* I caratteri del Sutra del Loto sono 69.384, dividendoli per i sette caratteri dell'Odaimoku otterremo il risultato di 9.912. Recitare l'Odaimoku circa 10.000 volte equivale a recitare l'intero Sūtra del Loto in otto volumi. Solo per fare un altro esempio: il Jigage è costituito da 510 caratteri, che equivale a 70 Odaimoku. Ma da un punto di vista ancor più profondo potremmo dire che anche un solo Odaimoku contiene tutti i 69.384 caratteri del Sutra del Loto, perché come ho detto prima citando Nichiren Shonin, il nome ha la virtù di rappresentare il corpo. Questo è per farvi capire che non c'è sproporzione, non ci sono differenze: la totalità è contenuta nell'essenza e viceversa. Poco prima ho usato la frase: la fede da significato alla pratica e la pratica approfondisce la fede. Allo stesso modo direi: Il Sutra del Loto, che è l'oggetto della fede, da significato all'Odaimoku, che è la pratica di devozione, e l'Odaimoku, in quanto pratica di devozione, approfondisce l'oggetto della fede, il Sutra del Loto. Questi due aspetti non sono separabili. A conferma di questa equivalenza il nostro Fondatore ci ha insegnato nel suo scritto 'Gassui Gosho,' dedicato alla moglie di Dagaku Saburo: *“Sappi che il merito del Sutra del Loto è il medesimo, che si recitino gli otto fascicoli, un capitolo, una strofa, una frase, un carattere o il Daimoku.”*

Spesso viene chiesto quanto Odaimoku recitare. Ci viene spiegato sempre nello stesso scritto: *“Si possono recitare tutti e ventotto i capitoli, un capitolo, un paragrafo, una frase o anche un carattere del Sūtra del Loto al giorno. Oppure, si può recitare l'Odaimoku, Namu Myoho Renge Kyo, solo una volta in un giorno o in tutta la vita. Oppure, si può gioire con altri che gioiscono nell'ascoltare una voce che recita l'Odaimoku.”* Questo significa che tutto dipende dall'aspirazione con cui svolgiamo la pratica. Una pratica, lunga o breve, svolta con una mente distratta perde di senso e di valore. Una pratica, seppur breve, ma svolta con un profondo senso di devozione e applicata nella vita, porta meriti indescrivibili che ci faranno avvicinare al risveglio.

V. La ragione delle due pratiche

Ho detto che queste due pratiche non sono separabili, allora per quale motivo svolgiamo due pratiche diverse? Nel Sutra del Loto, capitolo X, sono insegnate le cinque pratiche del Maestro del Dharma: sostenere, leggere, recitare, esporre e copiare. Appunto, una di queste è leggere e recitare il Sutra. Inoltre, sapete che un Buddha ha 32 segni di eccellenza fisica e sono tutti tangibili e visibili. Uno di questi è la Voce di Brahma, che però non può essere vista. L'unico modo che esiste affinché questo segno

si palesi, è la recitazione verbale, attraverso la quale facciamo vivere l'insegnamento del Buddha, lo ascoltiamo e lo riceviamo. La voce di Brahma è pura e raggiunge i mondi delle dieci direzioni al fine di deliziare gli ascoltatori e ispirare reverenza, per questo vi sprono sempre ad avere un certo atteggiamento nella recitazione: solennità e qualità vocale. State emettendo la voce di Brahma che può fa tremare la terra e smuovere i cuori delle persone!

Attraverso la recitazione dell'Odaimoku diveniamo una sola cosa col Buddha ed entriamo in comunione con esso facendo voto di portare nella nostra vita Myoho Renge Kyo attraverso le tre categorie di pratica: pensiero, parola e azione, nutrendo così il nostro seme della Buddhità.

VI. Meriti della recitazione

In quanto essenza dell'insegnamento, recitando l'Odaimoku riceviamo la grande compassione del Buddha. Come ci sentiamo quando riceviamo la compassione da parte di qualcuno? È una bella sensazione no? Ugualmente ci sentiremo rigenerati fisicamente e spiritualmente. Specialmente all'inizio, tanti possono chiedersi come sia possibile che questa pratica possa arrecare beneficio senza conoscerla appieno. Il nostro Fondatore ci spiega nel suo scritto 'Shishin Gohon Sho' che è proprio come un bambino che si nutre dal latte della madre: non solo non conosce il contenuto del latte, ma non è nemmeno consapevole di ciò che sta facendo, ciò nonostante, cresce e diventa grande e sano. Anche quando siamo malati, prendiamo una medicina che ci cura, non conosciamo gli ingredienti, ma a prescindere dalla nostra ignoranza, siamo curati. Ugualmente, l'Odaimoku è la buona medicina che ci cura dalle malattie dei tre veleni di avidità, rabbia e ignoranza.

A livello più profondo, la recitazione dell'Odaimoku è una professione di fede, non solo la mera recitazione del titolo di una scrittura. Quando la voce dell'Odaimoku che viene pronunciata dal Buddha che desidera salvarci dalla sofferenza, e la nostra voce che lo pronuncia perché desideriamo salvarci, diventano una sola voce, siamo una cosa sola col Buddha. Questa è la meraviglia della recitazione dell'Odaimoku.

Ribera, 17 settembre 2023

in gassho
Namu Myoho Renge Kyo

Keisho Adami

アダム 啓照

Tempio Nichiren Shu

Jokozan Myoshoji

浄光山 妙照寺