



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

Higan settembre 2024

L'equinozio cade due volte l'anno, in primavera e in autunno e corrisponde ai giorni in cui la durata del giorno e della notte è uguale. In questo periodo la mente di un essere umano tende ad essere più aperta e ricettiva spiritualmente e quindi è il momento più propizio per enfatizzare la pratica e lo studio del Buddhismo e per pregare per il riposo dei nostri cari defunti. In Giappone, questo periodo è chiamato *Higan*.

Durante l'anno ci sono diverse cerimonie memoriali per i defunti. Il mese scorso abbiamo celebrato *Obon*, e ogni mese celebriamo anche *Segaki*. Può capitare che ci chiediamo: "È necessario fare così tante cerimonie memoriali? Che differenza c'è tra una e l'altra?" Per esempio, *Obon* è il periodo in cui gli antenati tornano in questo mondo, quindi è importante offrire loro ospitalità e pregare per il loro riposo. Ma la settimana dell'equinozio è il momento in cui noi ci avviciniamo al mondo del Buddha da qui, da dove siamo adesso. La nostra vita è spesso movimentata e non siamo in grado di svolgere al meglio la pratica Buddhista, e spesso ci dimentichiamo dei nostri cari defunti, soprattutto in occidente, perché non abbiamo un legame forte col concetto Buddhista di Interdipendenza. Esiste un legame karmico tra ognuno di noi, tra coloro che sono venuti prima e tra coloro che verranno dopo. Gli sforzi dei membri della nostra famiglia che sono vissuti nel passato sono la causa di ciò che siamo in questo stesso momento e hanno contribuito ai frutti di cui possiamo godere. Gli sforzi nel momento presente avranno un impatto sui membri del futuro. Se oggi pratichiamo il Dharma e possiamo salvare noi stessi e gli altri, è grazie agli sforzi dei membri della famiglia del passato. Per questo abbiamo un grande debito verso i nostri antenati, che ripaghiamo attraverso il servizio memoriale grazie al quale potranno riposare pacifici e rinascere in circostanze migliori, e abbiamo la responsabilità di trasmettere il Dharma alle generazioni future. Attraverso la pratica e l'offerta memoriale noi diverremo pacifici, allora i defunti saranno pacifici. Quando i defunti saranno pacifici anche noi lo saremo.

Riguardo la celebrazione di questa settimana: il termine *Higan* deriva dalla parola sanscrita "*Paramita*". In giapponese è tradotto come "andare, o arrivare, sull'altra sponda." Noi ci troviamo su "questa" sponda, ovvero la nostra situazione presente (*shigan*), caratterizzata dall'illusione e dalla sofferenza. Secondo il Buddhismo c'è un'altra sponda, al di là del fiume, che rappresenta il fine al quale noi Buddhisti aspiriamo, l'illuminazione. Ora, dov'è quest'altra riva? È un luogo lontano? Quando ci vuole per raggiungere l'altra sponda? La riva di illuminazione deve essere realizzata proprio in questo stesso mondo. Nel goshō che leggeremo oggi durante il servizio, chiamato *Isshō Jobutsu-shō*, il nostro Fondatore ha detto:

“Se la mente degli esseri senzienti è impura, allora la terra sarà impura. Ma se la mente è pura, allora anche la terra sarà pura. Si può dire terra pura o terra impura, ma non vi è una reale differenza tra queste due terre. Tutto dipende sullo stato della mente. Lo stesso è per gli esseri senzienti ordinari e i Buddha. Quando siamo illusi siamo chiamati esseri senzienti. Quando siamo risvegliati siamo chiamati Buddha. Per esempio, se si lucida uno specchio ossidato, questo splenderà come un gioiello. Perfino adesso, la mente illusa dall'oscura ignoranza in un singolo momento di pensiero è come uno specchio ossidato che, se lustrato, diverrà sicuramente il chiaro specchio della Vera Talità della Natura di Dharma. Abbi profonda fede

e lustra [lo specchio della tua mente] giorno e notte, mattina e sera, senza eccezioni. Come puoi lustrarlo? Recita semplicemente Namu Myōhō Renge Kyō.”

Questo dimostra che questa riva, e l'altra, in realtà non sono diverse, perché l'altra riva esiste già nel nostro cuore. La natura della riva in cui siamo adesso viene dalla bontà o dalla cattiveria del nostro cuore. Ovvero, da illusione o da illuminazione. Per incrementare la bontà del nostro cuore è necessario recitare l'Odaimoku. Questo è il nostro allenamento, la nostra preghiera quotidiana.

Durante questo periodo in particolare pratichiamo le sei paramita, che sono le componenti necessarie al raggiungimento dell'altra sponda di illuminazione:

1. *generosità*
2. *moralità*
3. *pazienza*
4. *sforzo*
5. *contemplazione*
6. *saggezza*

Anche se le comprendiamo con l'intelletto, può essere difficile metterle in pratica nella vita quotidiana. Durante il periodo di *Higan*, può essere un buon esercizio provare a praticare una delle sei Paramita ogni giorno per i sei giorni. Va bene anche se si tratta di una piccola azione, e inoltre esprimiamo la nostra gratitudine verso i nostri antenati nel giorno centrale di *Higan* che è oggi. Ma può essere difficile eseguire tutte e sei le paramita a causa dell'epoca in cui viviamo.

Il nostro Fondatore ha detto in *Higan-shō*,

Una piccola buona azione durante Higan può portare alla grande illuminazione.

Questo significa che se si compie una singola buona azione durante i sette giorni di *Higan*, è possibile conseguire l'illuminazione e divenire Buddha. Compiere una piccola buona azione in un solo giorno di *Higan*, basando la propria vita sull'Odaimoku e nutrendo la nostra fede in esso, può portare a un merito più grande rispetto a quelli accumulati in altri momenti. Seguendo questo pensiero, impegniamoci a basare la nostra vita sul Buddha Dharma e a svolgere le paramita, recitiamo il Sutra del Loto e l'Odaimoku con tutto il cuore durante questa cerimonia di *Higan*, e dedichiamo i meriti accumulati agli spiriti dei nostri antenati e a coloro che sono in relazione con loro. Queste saranno le buone azioni, le buone radici, che ci permetteranno di raggiungere la sponda di illuminazione in questa stessa vita.

Donnini, 20 settembre 2024

in gassho,
Namu Myōhō Renge Kyō

Rev. Keisho Adami
Tempio Nichiren Shu
Jokozan Myōshoji
浄光山 妙照寺