



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

## Il Juzu

Il *Juzu* 数珠 è un oggetto che fa parte degli accessori Buddhisti che impieghiamo tutti i giorni, ma nonostante il rapporto quotidiano che abbiamo con questo strumento, può capitare che non siamo completamente consapevoli dell'uso corretto del suo significato.

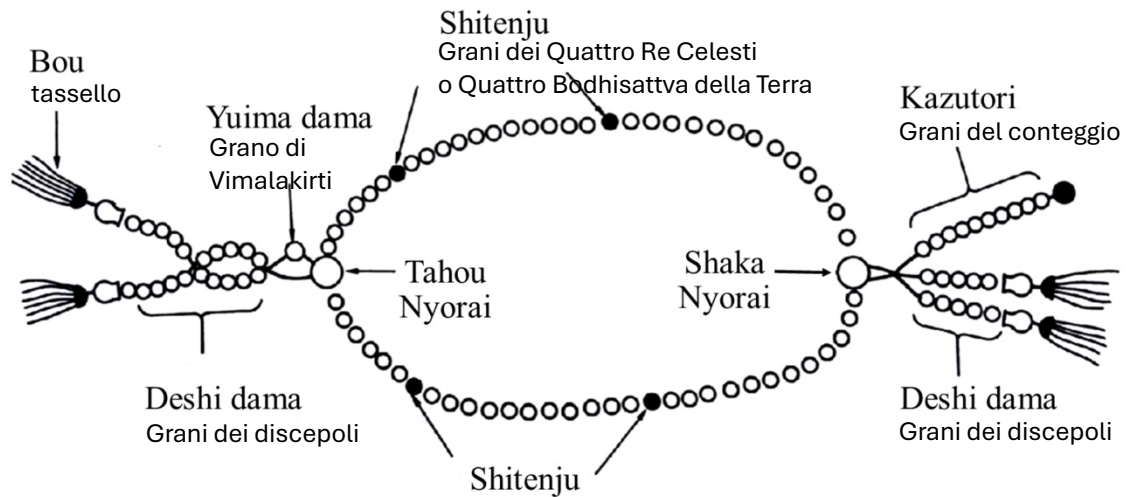
In sanscrito è chiamato *Mala*, o meglio, *Japamala* che significa “ghirlanda della recitazione”. In origine era costituito da legno di sandalo o da semi di Albero di Bodhi (un fico), il tipo di albero sotto il quale il Buddha ha conseguito il risveglio. Una nota interessante: quando i romani videro per la prima volta i grani di preghiera chiamati *Japamala* usati dagli indiani, per errore capirono “jap” invece di “japa.” Tradotto in latino, questo si trasformò in Rosarium, e in italiano ancora oggi viene usato il nome “Rosario.”

Esiste un sutra Mahayana in cui è raccontata l'origine del *Juzu*. Nel “佛説木楔子經 *Bussetsu Mokugenji kyo, Il Buddha predica il Sutra sui semi della Saponaria (Aristaka)*” è detto che il regno di un re era in difficoltà: era devastato dai banditi, dalle malattie e dalla carestia. Il re si reca dal Buddha per chiedere aiuto, dicendo che la sua mente è così turbata dai problemi di stato che non può praticare il Buddhismo con una mente pacifica. Il Buddha allora dice al re: “Se desideri eliminare gli ostacoli delle affezioni e delle conseguenze negative del karma, dovresti legare insieme centootto semi dell’Aristaka. Che cammini, sieda o dormi, concentra sempre la tua mente, non permettendo che si distraiga mentre reciti le parole “Buddha, Dharma, Sangha”, dopo di che, puoi scorrere una delle perle dell’Aristaka. Fai questo dieci volte, venti volte, cento volte, mille volte e anche fino a cento milioni di volte. Se riuscirai a [recitare attraverso i grani] duecentomila volte, allora non sentirai alcuna confusione nel corpo o nella mente e non sarai influenzato dalle lusinghe. Quando rinuncerai a questa vita, nascerai nel regno celeste, [dove sarai] costantemente in tranquillità, praticando gioiosamente [il Buddhismo]. Se puoi completare un milione [di rivoluzioni dei grani di contemplazione], allora reciderai le cento e otto forme di karma. Solo allora potrai voltare le spalle al flusso di vita e morte e dirigerti verso il nirvana. Recidendo per sempre le radici delle affezioni, otterrai la più alta ricompensa.” Questa è una possibile origine del *Juzu*.

Ogni scuola di Buddhismo ha il suo stile di *Juzu*. Alcuni sono piccoli per il polso e altri sono grandi. Le perle possono essere fatte di osso, cristallo, legno di albero di Bodhi, sandalo, bambù, corallo o qualsiasi altro materiali. Il numero di perle varia, ma il più comune è 108. Il *Juzu* è anche un simbolo che identifica colui che lo porta come una persona che segue il sentiero del Buddha.

Per comprendere questo oggetto, iniziamo ad analizzare il nome. *Juzu* significa genericamente grani per il conteggio, ma un altro termine che rende meglio l'idea è *Nenju* 念珠 che significa “grani del pensiero”, in questo caso ‘pensiero’ significa contemplazione. Da questo si evince lo scopo dell'utilizzo del *Juzu*: contare le contemplazioni, ovvero il numero delle recitazioni del nome di un Buddha, di un Bodhisattva, di un mantra, o nel caso della Nichiren Shu, dell’Odaimoku.

Adesso vediamo come è costituito un *Juzu* della Nichiren Shu. È formato generalmente da 108 grani che rappresentano le affezioni mondane. Attraverso la recitazione e il conteggio fisico, ricordiamo a noi stessi di essere sempre consapevoli di queste affezioni e le purifichiamo aspirando ad illuminarle attraverso la contemplazione. Il significato di queste 108 affezioni può variare secondo le varie tradizioni.



Oltre a questi 108 grani, ce ne sono altri speciali alle estremità della parte centrale che caratterizzano il *Juzu* della Nichiren shu da quelli delle altre scuole. Due perle più grandi rappresentano il Buddha Shakyamuni e il Buddha Taho. Quando mettiamo le mani in gasho e teniamo il *Juzu* tra le mani e le due perle grandi sono ben salde tra gli indici, questo rappresenta lo stupa meraviglioso sorto nel cap. XI del *Sutra del Loto* dove siedono insieme i due Buddha: stiamo vivendo la cerimonia nell'aria.



Questa posizione di gassho con il *Juzu* così posizionato mostra anche la relazione tra noi che viviamo nel mondo Saha, rappresentato dalla nostra mano sinistra, e il mondo del Buddha, rappresentato dalla nostra mano destra, e questi due mondi sono collegati e uniti. In questa posizione i due fili principali più lunghi sono incrociati. Riguardo a questo, non esiste una spiegazione ufficiale della Nichiren Shu, ma secondo una tradizione è detto che nella cultura giapponese quando si incrocia qualcosa, significa fare un voto, nel nostro caso, pratichiamo la via del Bodhisattva per salvare tutti gli esseri viventi.

Sempre all'interno della parte principale ci sono quattro piccoli grani che rappresentano i quattro Bodhisattva della Terra: Jogyo, Muhengyo, Jogyo, Anryugyo (oppure i Quattro Re del Regno Celeste che proteggono il mondo, "Shitenju").

Alle estremità ci sono dei fili aggiuntivi con altri grani, a sinistra si tiene la parte con tre lacci, a destra quella con due, in tutto cinque lacci aggiuntivi. Quattro di questi sono chiamati *Desbi dama* e rappresentano i dieci discepoli principali del Buddha.

Nella sezione inferiore (quella con due lacci) c'è un grano separato da tutti gli altri. È chiamato *Yuima dama*, ovvero Grano di Vimalakirti. Perché non è con gli altri grani? Vimalakirti era un discepolo del Buddha, un grande saggio, ma non aveva fatto *Shukke Tokudo*, cioè non aveva ricevuto l'ordinazione monastica. Per questo motivo non è insieme agli altri grani. Questo ci ricorda che l'ordinazione monastica non è una condicio sine qua non, senza la quale non si può conseguire il risveglio: anche i laici possono essere santi o saggi, vivere nel regno del Buddha e conseguire l'illuminazione nel corpo presente.

Nella parte superiore troviamo un altro laccio con dieci grani aggiuntivi, chiamato *Kazutori*, cioè Grani del conteggio. Nella Nichiren Shu recitiamo tanto Odaimoku, quindi solitamente la guida impiega questo laccio per tenere conto del numero delle recitazioni. Ogni volta che si compie una rivoluzione del *Juzu*, sono 108 recitazioni, e questi grani *Kazutori* si possono spostare, in questo modo non si perde il conto delle recitazioni. Finito il *Kazutori*, abbiamo recitato 1.080 Odaimoku, a un ritmo medio, corrisponde a un'ora di recitazione.

Il *Juzu* rappresenta anche l'individuo. Le nappe rappresentano la nostra testa, braccia e gambe. Questo ci ricorda che siamo fatti di cento e otto desideri.

In ogni tradizione Buddhista viene impiegato un *Juzu*, a parte alcune tradizioni Theravada. Nel sud-est asia e anche in Cina, i monaci mettono il *Juzu* al collo, ma nella Nichiren Shu questo non si fa.



Fig. 1

Quando non si devono svolgere azioni con le mani, il *Juzu* viene sempre incrociato e tenuto fermamente con i due grani principali tra gli indici (fig. 1 e 2): durante gongyo questo corrisponde al momento di Invocazione, lettura delle parole del Fondatore, recitazione dell'Odaimoku, Hotoge, Preghiera, Quattro Voti. Nelle altre sezioni, come Shomyo, Kaikyoge e la recitazione del *Sutra del Loto*, il *Juzu* è tenuto nella mano sinistra (fig. 3). Durante la cerimonia di Shodaigyo, dal momento che si fa meditazione silenziosa e recitazione dell'Odaimoku in modo alternato, il *Juzu* si tiene sempre al poso.



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4

Esistono tre tipi di *Juzu* nella Nichiren Shu: quello più comune e usato da monaci e laici è chiamato *Gongyo Juzu* (fig. 4). Alle estremità dei lacci esterni ci sono cinque palline. Queste rappresentano i contenitori dei meriti accumulati attraverso la nostra pratica.

I monaci, durante le cerimonie usano un altro tipo di *Juzu* chiamato *Shozoku-juzu* (fig. 1 e 2), che può essere tradotto come *Juzu* formale: la differenza col *Gongyo juzu* sta alle estremità: non ci sono le palline che contengono i meriti accumulati dalla pratica, ma ci sono dei fili. Questi stanno a rappresentare l'attitudine primaria del monaco che non tiene per se i meriti accumulati durante la pratica, ma che li distribuisce ampiamente a tutti gli esseri.

Esiste un terzo tipo di *Juzu* usato esclusivamente dai monaci che hanno terminato la pratica di Dai Aragyō, il ritiro di pratiche ascetiche: *Hikitori Juzu* (fig. 5). Questo è simile al *Gongyo juzu* ma i fili che collegano la parte principale e i lacci esterni sono molto lunghi. Questo perché i monaci che fanno questo tipo di pratica possono anche avere a che fare con persone che sono possedute da un demone, e che innanzi al Dharma Meraviglioso di rifiutano di tenere le mani in gassho in segno di venerazione verso il Buddha, in questo modo i monaci legano le mani delle persone in gassho per non farle muovere.



Fig. 5

Per favore, ricordate che è una cattiva abitudine strofinare il *Juzu* mentre si recita, o in qualunque altro momento. Non è un'azione che porta alla concentrazione, anzi, porta a distrarre la propria mente e quella degli altri. In antichità lo strofinamento era impiegato dai monaci per dare un ordine durante una cerimonia, ma oggi non solo non si usa più, ma è considerato cattiva educazione.

Il *Juzu* è la prova che siete sempre con il Buddha e che seguite il suo sentiero. Impiegatelo sempre, affinché nutra i vostri sforzi.

Spero che questo Discorso di Dharma vi possa aiutare ad essere più consapevoli durante la vostra pratica. Per favore, condividete queste informazioni con i vostri amici di Dharma per aiutarli nella loro crescita.

Tokyo, 8 settembre 2024

in gassho,  
Namu Myoho Renge Kyo

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