

## FEDE, PRATICA, STUDIO

«Rafforza costantemente la tua fede e ricevi la protezione di Shakyamuni, di Molti Tesori 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 un solo verso.» (*Raccolta degli scritti di Nichiren Daishonin – RSND – vol. I, IBISG, Firenze, 2008, pag. 342*)

Le riunioni di discussione durante le quali si entra in contatto con gli insegnamenti del Buddismo di Nichiren Daishonin si aprono sempre con una preghiera collettiva. Si tratta della recitazione ritmata di brani di due capitoli del Sutra del Loto

(detti “gongyo”) e del titolo del sutra stesso (Myohorenge kyo), a cui è anteposta la sillaba Nam, che significa “devozione”. Per quanto questi suoni estranei possano confondere, all’ospite viene spiegato che all’inizio non è tanto importante capire ciò che significano, quanto sperimentare la pratica in prima persona, lasciandosi andare a questo ritmo che rispecchia il ritmo su cui si fonda l’universo, il ritmo della vita stessa. Le sensazioni che si provano la prima volta che si partecipa a una recitazione, in effetti, possono essere molto diverse. Dentro di sé ognuno sente scattare meccanismi collegati al proprio vissuto e all’idea stessa di fede religiosa che fino a quel momento ha pensato di avere. La mente viene scossa da una serie di dubbi e di domande. Di certo, l’impatto con la pratica dell’insegnamento di Nichiren Daishonin è qualcosa che resta impresso nella vita delle persone, un ricordo che rimane vivo anche dopo molti anni. Se da un lato ci sono persone che restano perplesse, timorose di lasciarsi coinvolgere in qualche filosofia esoterica o setta di stampo orientale, altre invece vengono catturate da una sensazione di energia pulsante o anche da una certa aura di serenità che avvertono nel luogo in cui sono entrate.

“Praticare” è una parola chiave, che ricorre spesso nel gergo dei buddisti. Di fatto si può descrivere il Buddismo soprattutto come una pratica, anche se molti preferiscono definirlo una filosofia. Forse è proprio questo che affascina: le sue ritualità sono talmente diverse rispetto a quelle cui siamo abituati in Occidente che non ci sembra nemmeno una religione.

Ma la pratica del Buddismo di Nichiren, come spiega la citazione iniziale, non è solo pratica: è anche fede, ed è anche studio. Vedremo man mano che questi tre elementi sono indispensabili gli uni agli altri, come le tre gambe di uno sgabello che altrimenti non sarebbe stabile: la pratica senza fede diventa un vuoto automatismo, la fede senza pratica diventa una credenza astratta, difficile da tradurre in realtà; peraltro, senza lo studio, la fede e la pratica potrebbero diventare una credenza cieca, non corroborata dal buon senso e dalla prova documentaria.

In ogni caso, chi ha iniziato “buttandosi” nella pratica tutto sommato semplice della recitazione di Nam myoho renge kyo (mentre quella un po’ più complessa di gongyo potrebbe inizialmente procurare un certo smarrimento), si rende conto ben presto della necessità di leggere, capire, se non altro per