



N° 20

(<http://www.heritageoftibet.com>)

Cari amici,
terminata la pausa estiva, torniamo con il nuovo numero (il ventesimo!) della nostra newsletter. Siamo ormai alla vigilia della visita del Dalai Lama a Milano (21 e 22 ottobre) che seguiremo per voi ed a cui già da questo numero iniziamo a fornire informazioni. L'estate che sta terminando in questi giorni ha visto Sua Santità il Dalai Lama estremamente impegnato in India a trasmettere insegnamenti e iniziazioni. Particolarmente importante il suo lungo viaggio in Ladak di cui riportiamo i momenti principali nelle pagine che seguono. Purtroppo dobbiamo registrare anche la odiosa parziale distruzione dell'importante complesso religioso di Larung Gar (Tibet orientale) da parte delle autorità cinesi e la recente celebrazione in Tibet (Shigatse) da parte del falso Panchen Lama di una iniziazione di Kalachakra cui hanno "partecipato" (in gran parte costretti a "partecipare") oltre centomila tibetani. Avvenimento che la propaganda cinese sta sfruttando per dimostrare una improbabile libertà religiosa esistente nel Paese delle Nevi. Soprattutto alla luce di questi eventi riteniamo che sia oggi più che mai indispensabile far conoscere il lavoro di Sua Santità il Dalai Lama e quindi abbiamo deciso di offrire la nostra più che modesta tribuna a questo scopo. Il presente e il prossimo numero di "*The Heritage of Tibet news*" saranno dedicati quasi per intero al Dalai Lama e al suo insegnamento.

Cerchiamo sempre di non perderci di vista.

10° giorno del settimo mese dell'Anno della Scimmia di Fuoco (11 settembre 2016)

Piero Verni

Giampietro Mattolin





Leh, Ladak, India settentrionale, 25 luglio 2016: il Dalai Lama è arrivato a Leh, capitale della regione del Ladak (una enclave di cultura e religione buddhista all'interno dello stato di Jamnu&Kashmir), per una lunga permanenza che si protrarrà per circa un mese. Al suo arrivo all'aeroporto Kushok Bakula Rinpoche, ha trovato ad attenderlo per dargli il benvenuto il Ganden Tri Rinpoche (il capo della scuola Gelug), Chetsang Rinpoche, numerosi altri lama, esponenti

dell'amministrazione locale e rappresentanti della comunità buddhista e islamica. Lungo la strada che dall'aeroporto conduce a Leh erano allineati migliaia di ladaki, vestiti negli abiti da festa e con in mano la tradizionale sciarpa di benvenuto tibetana (kata), radunatisi per rendere omaggio all'Oceano di Saggezza. Arrivato alla sua residenza ufficiale in Ladak (*Shewatsel Phodrang*) e preso posto sul suo trono nella piccola Sala delle Assemblee, il Dalai Lama ha ricevuto dal Ganden Tri Rinpoche, dal presidente della Ladak Buddhist Association e dall'ufficiale di collegamento dell'insediamento tibetano di Leh, l'offerta del *mendel tensum*. Nel suo messaggio di ringraziamento, rivolgendosi ai presenti e a quanti lo avevano accolto in modo tanto caloroso, il Dalai Lama ha parlato dei suoi tre principali impegni: la promozione dei valori umani, l'armonia tra le differenti religioni e la preservazione della cultura tibetana. Ha parlato anche della sua recente visita negli USA e del suo incontro con i sindaci di varie città americane con cui aveva discusso del bisogno di una etica laica nelle società contemporanee. Suscitando l'entusiasmo dei presenti, prima di ritirarsi, il Dalai Lama ha annunciato la sua intenzione di rimanere in Ladak per circa un mese.





Leh, Ladak, India settentrionale, 27 luglio 2016: dopo essersi concesso un giorno di riposo, il Dalai Lama si è recato nel tempio principale di Leh, il Jokhang omonimo di quello di Lhasa. Nella decina di metri percorsi a piedi nel mercato di Leh trasformato per l'occasione in isola pedonale, il Dalai Lama ha ricevuto nuovamente l'omaggio della gente in mezzo alla quale si trovavano anche numerosi turisti. Sua Santità, dopo aver saputo che uno dei presenti era un abitante di Nizza, si è brevemente

fermato per esprimergli il suo personale cordoglio per la tragedia che ha colpito la città francese.



Accompagnato da una fitta schiera di dignitari tibetani (tra cui i presidenti della Ladak Buddhist Association, della Ladak Buddhist Youth Association e della Ladak Buddhist Women's Association) ha infine preso posto nel tempio e ha guidato una preghiera rivolta al Buddha. Al termine di questa vi è stata la recitazione della "Preghiera dell'Origine Dipendente" di Lama Tsongkhapa (*tendrel toepa*) e della preghiera composta dallo stesso Dalai Lama per la "Diffusione degli insegnamenti Ecumenici del Buddha (*rimey tengye monlam*). Nel suo discorso introduttivo, Sua Santità ha tenuto a sottolineare che ogni volta che visita un tempio tibetano, esorta sempre la gente a non considerarlo solo come un luogo di devozione ma anche di apprendimento, di autentica conoscenza della filosofia e della psicologia buddhiste. Il medesimo invito lo ha rivolto ai ladaki per quanto riguarda il Jokhang. Procedendo nel suo discorso, il Dalai Lama ha avuto parole di particolare apprezzamento per il fatto che la Ladak Buddhist Association aveva invitato alcuni esponenti islamici della attigua area di Kargil al Jokhang per uno scambio inter religioso. E ha concluso il suo discorso proprio mettendo in risalto come oggi il mondo abbia sempre più bisogno del nobile intento dell'India di perseguire la più cordiale intesa tra le numerose religioni che sono presenti nel sub continente.

Uscito dal Jokhang, l'Oceano di Saggezza ha percorso a piedi la cinquantina di metri che separano il tempio buddhista dalla locale moschea sunnita edificata nel 1666 grazie ad un accordo raggiunto tra l'imperatore moghul Aurangzeb e il re ladako Deldan Namgyal. Accolto all'ingresso della moschea dal presidente e dai principali esponenti della comunità sunnita, il Dalai Lama ha preso posto all'interno del luogo di culto islamico su di un elaborato piccolo trono che era stato preparato appositamente per lui. Prima che si sedesse, era stata recitata una breve preghiera corale. Dopo essersi intrattenuto con i suoi ospiti in un clima di grande simpatia reciproca, il Dalai Lama è uscito dalla moschea sunnita per recarsi a piedi in quella di tradizione sciita.



Anche qui è stato accolto dai principali esponenti della comunità e del clero. Nella sala della preghiera erano presenti per ascoltare le parole del Dalai Lama anche rappresentanti del mondo buddhista e sunnita. Il presidente della comunità sciita ha ricordato ai numerosi presenti come fosse la terza volta che la moschea riceveva la visita del Dalai Lama e ha sottolineato che oggi, quando il mondo deve fronteggiare la sfida di un terrorismo operante in nome della religione, è ancora più necessario condannare simili atti nefasti. Ha inoltre sottolineato come un pugno di fanatici infanghi il nome dell'Islam, usandolo in modo blasfemo per coprire le loro azioni malvagie. Nei suoi discorsi di ringraziamento e saluto, Sua Santità ha ricordato che ai tempi del V Dalai Lama venne dato un appezzamento di terreno a un gruppo di commercianti ladaki di fede musulmana per edificare una moschea a Lhasa. Fu quello l'inizio della comunità islamica in Tibet. Inoltre l'Oceano di Saggezza ha detto ai presenti che rappresentanti della società islamica partecipano alle cerimonie del governo tibetano. Parlando del bisogno di avere differenti tradizioni religiose, il Dalai Lama ha tra l'altro affermato: "Diverse filosofie sono necessarie. Per oltre duemila anni si sono sviluppati differenti stili di vita. Grandi maestri sono apparsi ed hanno insegnato il messaggio d'amore. Ma, a causa dei diversi ambienti, ci sono diversi modi di vivere. Differenti disposizioni mentali. Da questo ne consegue il bisogno di differenti orizzonti filosofici". Prima di concludere i suoi interventi, il Dalai

Lama ha voluto sottolineare ancora una volta come l'essenza dell'Islam sia la pratica dell'amore.





Leh, Ladak, India settentrionale 5 agosto 2016: oggi Sua Santità ha visitato il monastero di Dakthog che si trova a circa una quarantina di chilometri da Leh. All'arrivo Sua Santità è stato ricevuto dai massimi responsabili del monastero e, una volta entrato nel tempio principale, ha consacrato le tre immagini principali dell'altare centrale: la statua di Guru Padmasambhava affiancato da quelle di due delle sue manifestazioni, Dorje Drolo e Pema Gyalpo. Al termine della consacrazione, i monaci

di Daktog hanno offerto un mandala al Dalai Lama. E' seguita quindi la celebrazione di preghiere e puja dedicate a Guru Padmasambhava e alle sue manifestazioni. Al termine Sua Santità ha pronunciato il suo primo discorso ufficiale di questa sua visita in Ladak. Ha iniziato presentando al numeroso pubblico di ladaki, tibetani e stranieri che si era raccolto nel cortile del monastero, una statua di Dorje Drolo realizzata da Taklung Tsetul Rinpoche su incarico dello stesso Dalai Lama. "Questa statua di Dorje Drolo", ha spiegato il Dalai Lama, "è stata fatta per aiutare gli aspetti spirituali e temporali della causa tibetana. Ho chiesto che si realizzino statue analoghe in Arunachal Pradesh, Sikkim e in altri luoghi delle zone di confine". Rivolgendosi direttamente a quanti lo ascoltavano, ha detto, "E' la fede che vi ha condotto qui. Ma nel Buddhismo questa da sola fede non è sufficiente. Ci vuole una fede basata sulla capacità cognitiva e critica dell'intelligenza". Nel suo discorso il Dalai Lama ha messo in risalto l'importanza della triplice comprensione basata sullo studio, il ragionamento e la meditazione. Sua Santità ha inoltre ricordato come le quattro scuole filosofiche nella tradizione di Nalanda differissero a causa della diversa interpretazione degli insegnamenti del medesimo maestro, Buddha Sakyamuni. Dal momento che la tradizione di Nalanda poneva una forte enfasi sulla ragione rispetto alle mere citazioni delle Scritture, maestri quali Dignaga e Dharmakirti scrissero i loro importanti testi di epistemologia i cui originali sono andati perduti e si possono trovare unicamente nella traduzione in tibetano.





Leh, Ladak, India settentrionale, 7 agosto 2016: in mattinata Sua Santità ha visitato il tempio di Zangdok Palri (rappresentazione simbolica del Palazzo Celeste di Padmasambhava), situato sulla cima di una collina non distante dalla residenza del Dalai Lama. Il benvenuto all'Oceano di Saggezza è stato dato dai rappresentanti della Himalayan Buddhist Association che ha organizzato una conferenza per celebrare il grande letterato

Thonmi Sambhota che, 1372 anni or sono, creò la

scrittura tibetana. Parlando dell'eminente studioso, il Dalai Lama ha detto, "Sebbene Thonmi Sambhota è conosciuto per aver composto otto testi sulla lingua e la grammatica tibetane, solo due di essi sono sopravvissuti. Sia che la si chiami *Bhoti* o tibetano, questa lingua scritta è importante perché grazie ad essa è stato possibile preservare l'intera letteratura buddhista. Nel razionale mondo contemporaneo i testi di epistemologia di Dharmakirti e Dignaga, disponibili solo in tibetano, ci forniscono i mezzi per analizzare la natura della realtà. Dobbiamo guardare al Buddhismo non solo come a una religione ma anche come fonte di educazione e conoscenza". E il Dalai Lama ha concluso il suo intervento con queste parole, "Questa conferenza non dovrebbe solo celebrare Thonmi Sambhota ma essere soprattutto una opportunità per insegnare agli studenti e ai loro genitori il significato della lingua in cui il *Kangyur* e il *Tangyur* sono stati scritti". Trasferitosi poi al campo di calcio del SOS TCV di Leh, davanti a una platea di oltre cinquemila persone, il Dalai Lama ha parlato della situazione sociale, culturale e politica del Tibet. Ricordando come giustamente i cinesi vadano fieri della loro antica eredità culturale, il Dalai Lama ha detto che nello stesso modo anche i tibetani hanno il diritto di esserlo. "Sfortunatamente alcuni funzionari cinesi esponenti dell'ala dura del Partito Comunista, considerano la nostra identità tibetana come una minaccia all'unità territoriale della Cina. Quindi hanno cercato e stanno cercando di eliminare la cultura e la lingua tibetane. I tibetani sono obbligati a imparare il cinese a scuola e senza la conoscenza di questo idioma i tibetani non sono in grado di aspirare a posti di lavoro qualificati". Riferendosi agli abitanti del Ladak, Sua Santità ha detto, "Fin dai tempi del pandit Nehru, il governo indiano è stato estremamente gentile e caritatevole nei confronti del popolo tibetano. Qui in Ladak, Bakula Rinpoche e Sonam Norbu hanno contribuito a creare uno stretto rapporto di amicizia fra tibetani e ladaki. Vi siamo molto grati di aver potuto costruire i nostri insediamenti e le nostre scuole in questa terra. E vorrei ringraziarvi di cuore per questo. I tibetani non godono di alcuna libertà all'interno del Tibet e la stessa nostra civiltà è a rischio di estinzione. Al contrario qui in India, i tibetani e i popoli della regione himalayana dal Ladak al Mön [una porzione dello stato del Arunachal Pradesh abitata da popolazioni tibetane; N.d.C.], sono liberi di praticare e preservare le nostre tradizioni buddhiste e la cultura che ad esse si ispira". Il Dalai lama ha poi concluso il suo discorso con queste parole, "E' molto importante che la comunità tibetana sia unita. Dobbiamo fare ogni possibile sforzo a questo riguardo. La storia ricorderà i nostri sforzi e quindi dobbiamo essere forti e vedere le attuali condizioni come una opportunità per sviluppare tutto il nostro potenziale. La nostra cultura è una cultura di pace, di non violenza e di compassione. E' il tipo di cultura di cui hanno bisogno gli oltre sette miliardi di persone

che popolano il pianeta Terra. Credo perciò che noi tibetani abbiamo un grande contributo da offrire al mondo sulla base delle nostre tradizioni”.



Thiksey, Ladak, India settentrionale, 10-11 agosto 2016: dopo essersi recato l'8 agosto nei villaggi di Saboo e Stok per inaugurare il *Ngari Institute of Buddhist Dialectics* e incontrare la popolazione locale, oggi il Dalai Lama è giunto nell'importante monastero di Thiksey per impartire due importanti insegnamenti “Generalmente, quando insegno il Dharma, lo faccio in due fasi. Per prima cosa do una introduzione generale. Poi spiego come fare la pratica. Oggi ho scelto di insegnare

l'importante testo di Nagarjuna, 'Il Commentario sulla Mente del Risveglio' che penso possa fungere da introduzione e poi il testo 'La Luce per il Sentiero verso l'Illuminazione' di Jowo Atisha Dipamkara”. Sua Santità ha iniziato spiegando al pubblico che non si trovavano lì per assistere a uno spettacolo o per recitare unicamente preghiere e salmodiare *mantra*. Ha poi continuato sottolineando l'importanza di comprendere che con il termine *Dharma* si deve intendere l'applicazione concreta nella vita quotidiana degli individui dei principi che sono alla base del pensiero e della pratica buddhiste. Ha inoltre spiegato l'importanza di tenere una retta postura quando si ricevono gli insegnamenti e di essere all'altezza delle sfide che lancia il 21° secolo, vale a dire comprendere compiutamente l'insegnamento del Buddha perfino in un contesto moderno e di rapido sviluppo materiale. Infine, dopo aver spiegato le differenze esistenti tra le diverse scuole del buddhismo indiano, è entrato nel vivo del contenuto dei due testi che, tra l'altro, affrontano i temi cardinali delle due verità, quella relativa e quella assoluta e il concetto di vacuità. Nel secondo giorno Sua Santità ha parlato anche della situazione politica tibetana e della sopravvivenza della cultura del Tibet. “Sarò diretto e sincero con voi. Riguardo alla causa del Tibet e ai nostri sforzi per mantenere vivo il Buddhaddharma, siamo ad un critico crocevia. Poiché mostrate tanta devozione verso l'insegnamento del Buddha, insisto perché lo studiate propriamente e lo appliciate nelle vostre esistenze. Quello che importa veramente è avere la determinazione a raggiungere una autentica trasformazione mentale. Questo è il senso vero degli insegnamenti che vi ho impartito in questi due giorni”.



Thiksey, Ladak, India settentrionale, 12 agosto 2016: prima di lasciare l'area di Thiksey, Sua Santità si è recato a visitare il monastero femminile *Gaden Chatnyanling* distante poco più di un chilometro. Lungo la via si è fermato a visitare le rovine di un complesso monastico costruito nel 11° secolo da Rinchen Zangpo, un grande lama e famoso traduttore. Mentre visitava il tempio di Vairochana, il Dalai Lama ha appreso che in quel luogo periodicamente si ritrovano dei praticanti

per recitare preghiere e dibattere i principali temi del Buddhismo. Felice per aver avuto questa notizia, il Dalai Lama ha fortemente incoraggiato l'iniziativa spiegando che si trattava di un luogo benedetto dalla presenza di Rinchen Zangpo e ha suggerito di leggere almeno una volta l'anno i 16 volumi dei Sutra della "Perfezione della Saggezza". "Sebbene abbia ormai superato gli 81 anni", ha detto il Dalai Lama prima di lasciare il tempio, "mi considero ancora uno studente e leggo e medito sulle Scritture ogni volta che posso. Dovreste fare altrettanto". Al *Gaden Chatnyanling*, che è diretto da Thiksey Rinpoche, Sua Santità è stato ricevuto dalle monache più anziane che lo hanno guidato nella sala del tempio principale. Qui, il Dalai Lama, dopo aver riverito le statue delle divinità, si è seduto a parlare con le monache. "Molti anni or sono", ha ricordato l'Oceano di Saggezza, "ho esortato i nostri monasteri femminili in esilio a introdurre nella loro pratica spirituale lo studio approfondito della filosofia buddhista. Quest'anno, alcune monache che hanno seguito con successo i corsi di studio hanno ricevuto il titolo di Geshe-ma [uno dei riconoscimenti formali più elevati del Buddhismo vajrayana fino ad oggi riservato esclusivamente ai monaci; N.d.C.]. Vi sollecito quindi a studiare anche voi i trattati classici di filosofia". Sua Santità ha concluso la sua visita al *Gaden Chatnyanling* dando la trasmissione del *mantra* di Manjushri. Dopo aver lasciato il monastero femminile, il Dalai Lama si è recato a fare visita alla vicina moschea sciita di Rambirpura dove è stato ricevuto con grande calore dai membri della *Muslim Religious and Cultural Society* con i quali ha avuto in un interessante e cordiale scambio di opinioni. Nel pomeriggio il Dalai Lama si è recato a Shey dove ha visitato la *Lamdon Model School* fondata dal responsabile del *Ladak Hill Development Council*, il principale organo politico-amministrativo della regione. Rivolgendosi ai numerosi studenti presenti, Sua Santità, ancora una volta ha sottolineato l'importanza di mettere in pratica gli insegnamenti buddhisti. "La saggezza non verrà solo dalla recita delle preghiere ma anche dal corretto e approfondito studio dei testi".



Leh, Ladak, India settentrionale, 14 agosto 2016: il Dalai Lama ha partecipato a un pranzo in suo onore organizzato dal *Ladak Hill Development Council*. Una lunga serie di discorsi, cerimonie, letture di poesie in onore di Sua Santità e alla presenza delle principali personalità politiche e religiose del Ladak. Di particolare rilievo anche la presenza del popolare cantante, autore e compositore Morup Namgyal che il Dalai Lama ha salutato con grande cordialità trattandosi di "un vecchio

amico". E proprio a Morup Namgyal è stato dato l'incarico di presentare le numerose rappresentazioni culturali che hanno arricchito l'evento. Tra l'altro l'artista ha ricordato gli storici legami esistenti tra Tibet e Ladak sin dai tempi (7° secolo) del re tibetano Songtsen Gampo. Morup Namgyal, a nome dell'intero popolo del Ladak, ha espresso grande apprezzamento per il profondo e positivo impatto che le regolari visite del Dalai Lama producono. Una parentesi che ha divertito molto tutti i presenti è stata la recita in lingua ladaka fatta da Mohammed Khan di una breve poesia composta in onore del Dalai Lama di cui un verso recita, "Voi buddhisti non potete considerarlo [il Dalai Lama, N.d.C.] solo vostro; egli appartiene anche a noi musulmani". Rivolgendosi ai presenti quali "fratelli e

sorelle” Sua Santità ha suggerito che al posto di ascoltare un suo discorso si svolgesse una sessione di domande e risposte. E così è stato. Al Dalai Lama sono state rivolte su temi di estrema importanza quali l'eutanasia, l'aborto, la difesa dell'ambiente e l'inquinamento. Al termine dei discorsi, degli spettacoli e del pranzo, tra gli applausi dei partecipanti ha lasciato la sala per fare ritorno alla sua residenza.



Leh, Ladak, India settentrionale, 17 agosto 2016: all'inizio della giornata, il Dalai lama ha visitato la *Islamic Public High School* di Leh dove è stato accolto dal rettore Abdul Qayyum e dalla direttrice Renu Kapur. Si è trattato di un incontro particolarmente cordiale aperto dalla lettura di alcuni passi del Corano recitati in arabo da uno studente e tradotti in inglese da una studentessa. Il rettore ha illustrato i metodi di insegnamento della scuola (tra cui l'uso di diverse lingue

relativamente alla didattica) particolarmente attenti a sensibilizzare gli studenti sui valori sociali e sulla tolleranza. Il preside ha poi voluto ringraziare il Dalai Lama sia per la sua visita sia per la borsa di studio concessa dal *Dalai Lama Trust* a tre studenti islamici che stanno ora completando un corso di studi in Giordania. Terminata la visita alla *Islamia School* il Dalai Lama si è recato al monastero della *Ladak Nun's Association* dove ha tenuto un breve discorso sull'importanza dell'educazione. Infine l'Oceano di Saggezza si è recato alla moschea Imam Bargah dove è stato accolto calorosamente da esponenti sia del clero sunnita sia sciita e da una folla che superava le mille persone. In un accorato discorso, un religioso sciita ha lamentato che piccoli gruppi di fanatici spargono sangue in nome dell'Islam, infangando così la reputazione e l'onore di questa religione. Sheikh Sayiuddin, un rappresentante del sunnita *Muslim Coordination Committee* di Leh ha dichiarato nel suo discorso, "Sua Santità ha rafforzato l'armonia tra musulmani e buddhisti qui in Ladak". Nel suo discorso il Dalai Lama ha tra l'altro detto, "Dobbiamo lavorare per educare la gente e coltivare l'amore e la compassione tra gli esseri umani per creare una società più pacifica e armoniosa basata su questi principi".



Leh, Ladak, India settentrionale, 18-21 agosto 2016: dal 18 al 21 di agosto, dinanzi a una immensa platea di oltre 30.000 persone, Sua Santità ha trasmesso gli insegnamenti contenuti in un antico testo del buddhismo indiano, il *Bodhicharyavatara* (*Guida allo stile di vita del bodhisattva*) composto nell'8° secolo da Shantideva, un rinomato maestro dell'università di Nalanda. Come premessa alla trasmissione dell'insegnamento vero e proprio, il Dalai Lama ha detto, "La fede senza la

comprensione di quale sia l'essenza degli insegnamenti del Buddha equivale al

considerare la tradizione alla stregua di un comportamento sociale. Noi non siamo qui per partecipare a un avvenimento mondano e nemmeno per incontrarci. Siamo qui per esplorare le parole del Buddha. Quindi affinché i nostri sforzi siano fruttuosi, sia il maestro sia gli studenti devono generare una motivazione pura. In caso contrario staremo solo sprecando il nostro tempo”. Sotto un sole accecante , la vasta folla composta da ladaki, tibetani e devoti stranieri, ha ascoltato per ore il Dalai Lama parlare della compassione, della mente che aspira al risveglio, dell’attitudine altruistica e di tutti i temi che affronta questo breve ma profondissimo testo. L’insegnamento è durato tre giorni (18, 19 e 20 agosto), il 21 Sua Santità, concludendo i quattro giorni di insegnamenti pubblici, ha conferito l’iniziazione di Avalokitesvara.



Leh, Ladak, India settentrionale, 24 agosto 2016: nell’ultimo giorno della visita del Dalai Lama, la Ladak Buddhist Association in onore del leader tibetano, ha offerto un pranzo che si è tenuto sotto una enorme tenda eretta nello spiazzo situato sotto la residenza di Sua Santità. Erano presenti i maggiori esponenti delle tradizioni buddhiste del Ladak (tra questi il Ganden Tri Rinpoche, Thiksey Rinpoche e Rizong Rinpoche), membri del Ladak Hill Development Council, parlamentari e altre

importanti personalità ladake. Dopo una serie di esibizioni musicali molto apprezzate dal pubblico, Sua Santità ha tenuto un breve discorso di commiato, concluso da queste parole: “Avete organizzato questo pranzo di saluto in mio onore ma l’offerta più importante che dovrete rivolgere al vostro maestro è la pratica del *Dharma*. Io ho condiviso e sperimentato con voi la mia conoscenza. Dovreste coltivare quanto avete compreso e sarebbe la vostra migliore offerta nei miei confronti”.





McLeod Ganj, India settentrionale, 26 agosto 2016: in una lettera inviata al primo ministro italiano Matteo Renzi, il Dalai Lama esprime il dolore e la tristezza sua e dell'intero popolo tibetano per il terribile terremoto che ha sconvolto una ampia area dell'Italia centrale. Come gesto concreto di solidarietà nei confronti delle popolazioni terremotate, Sua Santità ha chiesto al *Dalai Lama Trust* di fare delle offerte destinate ad aiutare quanti sono stati così duramente colpiti e a contribuire alla ricostruzione delle abitazioni e del patrimonio architettonico distrutto.



McLeod Ganj, India settentrionale, 1 settembre 2016: il Dalai Lama ha concluso quattro giorni di insegnamento sul testo di Nagarjuna, *La Preziosa Ghirlanda della Via di Mezzo* conferendo l'iniziazione di Avalokitesvara nel tempio Tsuklakhang. Nel discorso tenuto al termine degli insegnamenti, Sua Santità ha tra l'altro detto, "La mia responsabilità è quella di introdurvi e guidarvi sul sentiero del *Buddha Dharma* e voi avete la responsabilità di studiarlo e mettere in

pratica quanto vi ho trasmesso". Infine ridendo, rivolto a quanti avevano seguito i suoi insegnamenti, ha aggiunto, "Adesso il mio lavoro è terminato. Il vostro invece inizia ora!".



Bruxelles, Belgio, 8 settembre 2016: il Dalai Lama è arrivato oggi nella capitale belga iniziando così un giro di insegnamenti e conferenze in Belgio e in Francia. Appena arrivato a Bruxelles il Dalai Lama ha inaugurato la settima conferenza internazionale dei *Tibet Support Groups* a cui hanno partecipato rappresentanti di oltre 50 nazioni, inclusi alcuni cinesi della diaspora. Alla conferenza era presente anche il Sikyong Lobsang Sangay che ha preso la parola all'inizio dei lavori.



L'agonia di Larung Gar

Secondo le ultime notizie che sono riuscite a superare il muro della rigida censura imposta da Pechino, di gran parte del complesso monastico di *Larung Gar* non rimangono altro che rovine. Infatti dal 20 luglio i bulldozer dell'esercito della Repubblica Popolare Cinese hanno iniziato a radere al suolo molti degli edifici sorti negli ultimi anni intorno ai due templi principali.

Larung Gar, nota anche come *Serthar Buddhist Institute*, nasce negli anni '80 per volontà del Lama Jigme Phuntsok nel luogo dove prima della rivoluzione culturale sorgeva l'omonimo monastero appartenente alla scuola Nyingma.

Nella realtà drammatica del Tibet occupato, grazie alla sua remota ubicazione e all'impostazione ecumenica degli insegnamenti di Jigme Phuntsok, il *Serthar Buddhist Institute* è cresciuto notevolmente e anno dopo anno, attorno al tempio centrale, sono state edificate migliaia di piccole case (per lo più in legno) dando così vita ad uno dei complessi architettonici più suggestivi e originali del Tibet del dopo invasione.



Larung Gar era stata già oggetto di “attenzione” da parte delle autorità cinesi quando nel 2001 ricevette la visita di un alto funzionario con mille soldati al seguito che ordinò l'immediato “ridimensionamento” del numero degli ospiti dell'Istituto. Migliaia di studenti uomini e donne, tra cui diversi cinesi, furono cacciati senza riguardi e fu vietata ogni forma di assistenza nei loro confronti. Jigme Phuntsok, che già si era macchiato della grave colpa di rifiutarsi di partecipare all'insediamento del Panchen Lama nominato da Pechino, fu arrestato e portato all'ospedale di Chengdu dove morì in circostanze mai chiarite.

Oggi *Larung Gar* è di nuovo sotto l'attacco brutale delle autorità cinesi le quali hanno deciso che il *Serthar Buddhist Institute* deve essere fortemente ridimensionato sia nel numero di edifici sia in quello dei residenti. Da qui l'inizio dell'opera di distruzione. Due giovani monache, Rinzin Dolma e Tsering Dolma si sono recentemente tolte la vita per protestare contro questo ennesimo tentativo da parte di Pechino di impedire ai tibetani di preservare la loro cultura e la loro religione. Purtroppo quanto sta accadendo è una ulteriore riprova di come siano solo menzogne le affermazioni cinesi riguardo libertà religiosa e il presunto benessere di cui godrebbero il Tibet e il suo popolo dopo la “liberazione”. Al contrario le immagini desolanti di queste rovine, ci dimostrano come la nuova dirigenza di Pechino stia inaspresendo il pugno di ferro mai venuto meno nei confronti della popolazione laica e religiosa del Tibet.



Il Dalai Lama di nuovo a Milano

Il Dalai Lama sarà nuovamente ospite della città di Milano il 21 e il 22 ottobre 2016. Invitato dal *Centro Ghe Pel Ling* (<http://www.ghepelling.com>), Sua Santità il 21 nel corso dell'intera giornata darà l'insegnamento "Lode all'interdipendenza, i tre principali aspetti del Sentiero". Il 22 mattina conferirà l'importante iniziazione di *Avalokitesvara* e nel pomeriggio terrà un discorso pubblico sul tema "La fonte della autentica Felicità". Per informazioni dettagliate, <http://www.dalailama-milano2016.com/ita/index.html>



Il Dalai Lama ci parla...

Santità vogliamo cominciare a inoltrarci nel mondo affascinante ma complesso del Buddismo tibetano?

Credo che potremmo vedere in seguito le caratteristiche più propriamente tibetane della nostra tradizione religiosa, ma fin da subito vorrei chiarire che, contrariamente a quanto a volte affermano alcuni studiosi occidentali i quali addirittura parlano di *lamaismo* come se fossimo in presenza di un'altra religione, il Buddismo fiorito in Tibet a partire dal 7° secolo dopo Cristo è sempre stato fedele all'insegnamento del Buddha Sakyamuni che si è preservato nel corso dei secoli ed è potuto giungere fino a noi. In effetti non si dovrebbe neppure parlare di Buddismo tibetano...

Ma solo di Buddismo...

Sì credo che sarebbe meglio, altrimenti sin dalla scelta del nome si generano confusioni che possono ostacolare la vera comprensione della dottrina del Buddha. Vede il cuore della spiritualità buddhista, della religione buddhista se preferisce, è assolutamente universale... non riguarda un determinato paese asiatico, una particolare nazione... anzi non è nemmeno restringibile all'Asia piuttosto che ad un altro continente. Il Buddhadharma, termine sanscrito che significa *Sentiero del Buddha*, è un insegnamento realmente universale che riguarda tutti gli esseri senzienti di questo pianeta, riguarda tutti noi a qualsiasi cultura o Paese si appartenga. E fondamentalmente non conosce nemmeno barriere temporali... è una via spirituale insegnata più di duemilacinquecento anni or sono ma ancora estremamente attuale. E sa perché?

Forse... ma preferirei che me lo dicesse lei, Santità.

Perché il Buddismo entra in diretto contatto con la mente delle donne e degli uomini che vivono su questo pianeta e i meccanismi attraverso i quali funziona la mente sono fondamentalmente gli stessi oggi, come duemila anni or sono... qui in India come da lei in Italia...

Quindi, se ho ben compreso, il cuore dell'insegnamento buddhista è rimasto inalterato nel corso dei millenni e nel lungo viaggio che questa tradizione religiosa ha compiuto partendo dall'India per diffondersi poi in tutta l'Asia e, oggi, anche ben al di là degli stessi confini di questo continente?

Esattamente. Certo che nei differenti luoghi in cui il Buddhadharma si è insediato alcuni aspetti delle culture locali sono stati inglobati, sono stati come dire... metabolizzati. Ma si tratta di elementi che non hanno mai avuto a che fare con il

cuore dell'insegnamento. Hanno sempre riguardato alcune forme esteriori del rituale, del "linguaggio" buddhista. Per esempio vi sono notevoli differenze nell'abbigliamento dei monaci, nell'architettura dei monasteri e dei templi... a volte anche negli stili in cui si recitano i testi sacri... ma, ripeto, per quanto riguarda gli aspetti essenziali della spiritualità, della filosofia, della psicologia buddhiste non vi sono differenze... c'è sempre e solo la dottrina del Buddha Sakyamuni.

Allora vogliamo provare a inoltrarci su questo sentiero?

Non mi sta chiedendo una cosa facile... spiegare brevemente una tradizione così antica e complessa... non so se ne sarò capace. Non so se ha scelto di intervistare la persona giusta (ride)! Ma, scherzi a parte, si può cominciare da quella che potrei definire la base dell'insegnamento buddhista, le Quattro Nobili Verità. Vale a dire la verità della sofferenza, la verità delle cause della sofferenza, la verità della cessazione della sofferenza e la verità del sentiero che conduce alla cessazione della sofferenza. Mi sta seguendo? Mi dica pure se il mio modo di esprimermi può andare bene per un'intervista o se risulta troppo scolastico e debbo usare un linguaggio più semplice...

E' chiarissimo santità...

Allora continuiamo... Abbiamo detto, sofferenze e loro cause. La cessazione delle sofferenze ed i sentieri per giungere alla cessazione della sofferenza. Vede diverse religioni, ad esempio il Cristianesimo, parlano del dolore dell'esistenza ma in un senso piuttosto differente dal Buddhismo. Per noi la sofferenza è una sorta, come dire, di malattia... una malattia causata da una serie di fatti che sono tanto interni quanto esterni all'essere umano. Il problema è comprendere che siamo ammalati... che c'è qualcosa che non funziona. E' proprio come per le malattie fisiche. Prima ti devi rendere conto che sei sofferente, poi devi andare dal dottore che ti farà le dovute analisi per comprendere cosa non funziona e, infine, potrai prendere le medicine adatte a curarti. E questo è proprio il processo di comprensione interiore indicato da Buddha Sakyamuni. La prima Nobile Verità ha a che vedere con la scoperta della malattia, la sofferenza sottesa all'esistenza umana. Quindi la seconda Nobile Verità: non è sufficiente comprendere che esiste la sofferenza ma dobbiamo scoprirne le cause, le motivazioni profonde, le origini. Poi la terza Nobile Verità, che ci consente di capire che è possibile mettere fine alla sofferenza... dopo averla identificata, dopo averne conosciuto le cause vedete che esiste anche la cessazione della sofferenza, che siete in grado di guarire dalla malattia. E arriviamo così alla quarta Nobile Verità, quella del sentiero che conduce alla guarigione, alla fine della sofferenza...

All'Illuminazione?

Al termine del percorso interiore, della realizzazione interiore e spirituale si trova, certo, l'Illuminazione, lo stato di buddhità. Ma prima di parlarne vorrei rimanere ancora sulle Quattro Nobili Verità. Vorrei che fosse chiara l'importanza che, dal punto di vista buddhista, riveste una seria indagine sulla sofferenza...

Certamente. In effetti in Occidente spesso non si comprende bene cosa voglia dire esattamente "sofferenza" nel linguaggio buddhista.

Secondo il Buddhismo esistono diversi aspetti della sofferenza che in linea di massima possono riassumersi nella sofferenza del dolore, nella sofferenza del cambiamento e nella sofferenza onnipervadente. Il primo tipo di sofferenza è quello grossolano che più o meno coincide con il dolore fisico. Il secondo aspetto della sofferenza, che generalmente viene chiamato la sofferenza del cambiamento, è molto importante... infatti apparentemente sembra trattarsi del contrario della sofferenza... stiamo infatti parlando del piacere.

Piacere fisico o mentale?

Ogni genere di piacere... fisico, mentale, psicologico. Tutto quello che ci offre delle sensazioni piacevoli. All'inizio questo piacere sembra essere estremamente attraente, ci regala grandi soddisfazioni. Ci donano un oggetto che ci piace, otteniamo un premio importante... siamo felici. A volte ci sembra addirittura che l'intera nostra esistenza possa considerarsi cambiata ma se andiamo a guardare bene, in questo piacere sono presenti tutti i semi di una futura sofferenza. Anzi potremmo dire che più intenso è questo piacere più profonda sarà la sofferenza futura.

Nel senso che cominciamo ad avere paura di perdere quella fonte di piacere?

Sì, perché subito dopo aver sperimentato il piacere cominciano i problemi. L'oggetto del nostro desiderio si rompe, lo status che avevamo raggiunto viene perduto... e anche se tutto questo non avviene abbiamo comunque il terrore che possa avvenire. Diveniamo paranoici per quanto riguarda l'avvenire. Quindi quel piacere iniziale determina problemi che complicano la nostra vita piuttosto che semplificarla. Dobbiamo comprendere che si tratta di una forma *apparente* di piacere... non siamo in presenza di un qualcosa *inerentemente* piacevole. Se così fosse più lo sperimentiamo più piacere dovremmo provare. Ma abbiamo visto che non è così. Come lei ha detto cominciamo subito ad avere paura di perdere la nostra fonte di piacere... oppure questa si rompe o ne veniamo comunque privati... oppure semplicemente ce ne stufiamo e un senso di noia, di nausea subentra all'entusiasmo iniziale. Questo è quello che si suole definire sofferenza del

cambiamento perché è proprio il cambiamento che mette in evidenza la natura di questa sofferenza. Infine abbiamo il terzo tipo di sofferenza, quello della sofferenza onnipervadente che è strettamente legato ai primi due sia in quanto costituisce, come dire, il *terreno* sul quale questi poggiano sia perché rappresenta la base della sofferenza attuale e di quelle future.

Santità, potrebbe chiarire meglio quest'ultimo punto?

Cercherò di spiegarmi con un esempio. Mettiamo che una persona si faccia un taglio con un coltello... si ferisca seriamente un braccio mentre lavora nei campi. La ferita si infetta e gli provoca un terribile dolore. Arriva un medico e applica un unguento curativo sulla piaga così che a poco a poco il dolore diminuisce fino a cessare del tutto. Ma se il paziente accidentalmente urta la parte ferita contro un mobile ecco che il dolore acuto tornerà a farsi sentire. Nel nostro esempio il dolore dovuto alla ferita rappresenta la sofferenza grossolana. Il sollievo procurato dall'unguento, la sofferenza del cambiamento. Infine la sofferenza onnipervadente è rappresentata dalla ferita. Se la persona del nostro esempio non si fosse ferita non avrebbe innescato il processo che ha prodotto le successive sofferenze. Da quest'ultimo aspetto della sofferenza si può uscire solo ponendo fine al ciclo di successive nascite morti e rinascite.

Se è d'accordo, Santità, affronterei più avanti il tema della reincarnazione. Adesso sarebbe interessante sapere quale è l'origine della sofferenza.

Il discorso sarebbe veramente lungo... possiamo dire in breve che le cause della sofferenza risiedono nelle tre principali emozioni negative, vale a dire l'ignoranza, il desiderio e l'odio che a loro volta sono fonte di molte altre emozioni negative minori. Tutti questi stati mentali, variamente miscelati, producono sempre condizioni di estrema sofferenza sia fisica sia mentale e rendono praticamente impossibile la pratica spirituale e l'ottenimento dell'autentica felicità interiore.

Quindi potremmo dire che la conoscenza delle Quattro Nobili Verità è il primo passo per incamminarsi lungo il sentiero Buddhista?

Certamente. Conoscere e approfondire queste Verità è indispensabile per tutti coloro che vogliono seguire l'insegnamento buddhista... ma ovviamente questo non basta... non basta, voglio dire, la sola comprensione intellettuale, filosofica di queste Verità dobbiamo mettere in pratica quanto affermato dal Buddha, andare avanti sul sentiero, praticare la meditazione e prendere rifugio...

Potrebbe spiegarci nel dettaglio cosa si intende con "prendere rifugio" che, se non sbaglio, è l'atto formale con il quale si diventa buddhisti?

Sì, come lei ha detto potremmo considerare la “presa di rifugio” come l’atto formale con il quale si diventa buddhisti. Questo è accettato da tutte le correnti del Buddismo... un buddhista è qualcuno, donna o uomo che sia, che ha preso rifugio nei Tre Gioielli: il Buddha, il Dharma e il Sangha. Prendere rifugio nel Buddha vuol dire riporre la propria fiducia sia nell’insegnamento del Buddha Sakyamuni sia nel concetto stesso di Maestro spirituale che lui rappresenta. Quando un discepolo si inchina di fronte ad una statua del Buddha non rende solo omaggio alla figura e all’opera del Buddha storico ma anche al “principio” del maestro e attraverso questo omaggio egli si inchina anche a tutti i Maestri che nel corso dei secoli hanno trasmesso e preservato la dottrina buddhista. Il Buddha, per un praticante buddhista, è un essere che si è liberato totalmente da ogni illusione, da ogni attaccamento, da ogni ignoranza. Colui che ha raggiunto l’Illuminazione, ha ottenuto la saggezza definitiva e, attraverso la comprensione della vera realtà dei fenomeni, ha completamente eliminato dalla sua mente ogni oscurità.

Ma perché si usa il termine “prendere rifugio”?

In questo contesto “prendere rifugio” significa che si riconosce la validità dell’insegnamento buddhista e ci si affida ad esso per ottenere la propria liberazione. Si ritiene quindi che l’intrinseca bontà della dottrina dell’Illuminato possa aiutare, proteggere e guidare il praticante lungo la via della liberazione che non sempre è facile da percorrere. Ma torniamo al “Rifugio”... dopo il Buddha, si prende rifugio nel Dharma, l’insegnamento spirituale. Anche qui con Dharma si intende sia l’insegnamento storico del Buddha Sakyamuni sia il concetto stesso di insegnamento. In un certo senso potremmo dire che il Dharma è il risultato dell’Illuminazione perché il Buddha non ha tenuto per sé quanto compreso grazie all’Illuminazione ma lo ha voluto condividere con l’intera umanità. E poi si prende rifugio nel Sangha, la comunità dei discepoli del Buddha... la comunità composta sia da monaci e monache sia dai praticanti laici che consente all’Insegnamento di preservarsi e continuare nel corso del tempo. Quando si prende rifugio nel Triplice Gioiello del Buddha, del Dharma e del Sangha si è purificati dalle negatività delle azioni passate, compiute in questa o in altre vite, e l’aspirazione al cambiamento interiore, al raggiungimento dell’Illuminazione è fortemente incrementata.

E come si può “prendere rifugio”?

Si “Prende Rifugio” nel corso di una apposita cerimonia nel corso della quale un Maestro accoglie, tramite alcuni rituali, il discepolo all’interno della comunità dei devoti e, dopo avergli simbolicamente tagliato un ciuffo di capelli, gli conferisce un nuovo nome. Questi atti marcano anche esteriormente il cambiamento avvenuto nella persona che ha scelto di prendere rifugio nel Triplice Gioiello.

Questa cerimonia introduce un tema di radicale importanza, quello della necessità di una guida spirituale, di un maestro o, per dirla in tibetano, di un lama.

Certamente. La guida di un maestro qualificato, di un lama, è assolutamente necessaria per procedere lungo il cammino spirituale. E' del tutto indispensabile ricevere l'insegnamento e le relative istruzioni necessarie da un lama qualificato. Da una persona che sia l'ultimo anello di una catena ininterrotta di maestri spirituali e che abbia una esperienza diretta di quanto deve insegnare. La storia del Buddhadharma in India e in Tibet è ricca di esempi di maestri che hanno ottenuto l'Illuminazione... l'importanza di avere un maestro qualificato è un aspetto che deve essere compreso molto bene. Buoni risultati nel nostro cammino spirituale si possono raggiungere solo se studiamo e pratichiamo sotto la guida di un lama che abbia raggiunto un'esperienza autentica di quanto deve insegnare e trasmettere ai suoi discepoli. Prima di accettare un insegnante come vostro lama dovete esaminarlo attentamente per vedere se è veramente qualificato, se possiede i requisiti necessari per potervi guidare e insegnare.

Non mi sembra una scelta facile...

In effetti non si tratta di una cosa semplice. In un testo è scritto che possono essere necessari anche oltre dieci anni per esaminare un maestro prima di sceglierlo come proprio guru. Ma è assolutamente necessario capire bene la persona che diverrà il nostro maestro poiché in seguito quel lama sarà la nostra fonte di ispirazione per la pratica e il modello a cui dovremo ispirarci. Una volta che abbiamo scelto una persona come nostro guru allora dobbiamo esprimere nei suoi confronti una profonda devozione e fiducia. Dovremo seguirne i consigli e le istruzioni...

Anche quando non ci sembrano giusti?

Se ci affidiamo a una persona... se scegliamo questa persona come nostra guida dobbiamo accettare quello che ci dice di fare. Per questo abbiamo detto che è importante scegliere bene. Quindi sarà importante seguire i suoi consigli e mettere in pratica quanto vi chiede di fare.

Ovviamente, Santità, lei non sta parlando di un'obbedienza cieca...

Certo non sto parlando di sviluppare un'obbedienza cieca. Lo stesso Buddha Sakyamuni mise in guardia i suoi primi discepoli contro i rischi di un'obbedienza cieca... infatti consigliò loro di accettare il suo insegnamento solo dopo averlo attentamente considerato... dopo averlo valutato con la stessa attenzione con cui l'orafo acquista l'oro che gli offrono. Non lo compra basandosi unicamente sulla parola del venditore ma solo dopo averlo attentamente valutato. Quindi per rispondere alla sua domanda, se un lama chiede ai suoi allievi di mettere in pratica

azioni che essi ritengono negative o addirittura contrarie al Dharma essi hanno tutto il diritto di non adempiere alla volontà del guru. Ovviamente un autentico maestro spirituale non chiederà mai ai suoi discepoli di compiere azioni di questo genere e il caso di cui stiamo parlando è quindi piuttosto teorico.

Potrebbe dirci quali sono le principali caratteristiche che dovrebbe possedere un lama qualificato?

Un aspetto importante è che *sia* veramente l'insegnamento che trasmette. Nel senso che non si limiti ad avere una mera conoscenza teorica della dottrina buddhista... che non sia solamente un "intellettuale" con molte nozioni ma pochissime realizzazioni. Al contrario un lama qualificato deve mettere in pratica gli insegnamenti ricevuti... deve trasmettervi l'ispirazione dell'insegnamento non solo tramite le parole ma anche con il suo comportamento, con il suo stesso modo di essere. Io ho conosciuto molti lama di questo tipo, dei veri Maestri buddhisti. Le azioni concrete di un insegnante sono importanti... la sua reale compassione, la sua autentica gentilezza... io credo che un lama qualificato possa insegnare con il suo modo di essere quanto con la trasmissione formale dei testi sacri. Certo sono anche molto importanti la sua conoscenza, la sua istruzione, la sua erudizione, la sua esperienza ma tutte queste qualità devono essere verificate nella pratica, nel suo comportamento di ogni giorno. Non sto dicendo, badi bene, che si debbano sottoporre i maestri ad esami esasperati... non dobbiamo portare in tribunale un lama prima di sceglierlo (ride)!... quello che dobbiamo fare è sviluppare la nostra intuizione... il nostro "sesto senso" prima di fare una scelta. Tenga inoltre presente che sovente un lama può essere un'ottimo insegnante... realizzato, compassionevole, erudito... ma, ugualmente non andar bene per noi. Perché magari abbiamo bisogno di un approccio alla dottrina differente dal suo, perché le nostre predisposizioni ci portano verso uno stile differente dal suo... verso un altro lignaggio. Quindi la scelta di un guru è una cosa importante. Meglio aspettare... meglio far passare un po' più di tempo, ma fare la scelta giusta. E se la scelta sarà veramente quella giusta l'incontro con il proprio lama sarà una delle esperienze più importanti dell'intera vita. Un autentico maestro è in grado di trasmettere ai suoi discepoli il cuore della dottrina. Di accendere le loro migliori predisposizioni. Di metterli nelle condizioni per procedere lungo il sentiero e giungere preparati al grande momento della liberazione definitiva. Un tale maestro dovrà essere rispettato come lo stesso Buddha Sakyamuni... dovrà essere considerato come la manifestazione di tutti i Buddha... un lama del genere sarà fonte di una ispirazione profonda e duratura che realmente potrà cambiare il vostro modo di essere.

E' vero quello che qualcuno afferma... che si potrebbe entrare in contatto con il proprio maestro anche attraverso sogni particolari? Addirittura si dice che in alcuni casi la

trasmissione dell'insegnamento da maestro a discepolo sarebbe avvenuta attraverso il sogno...

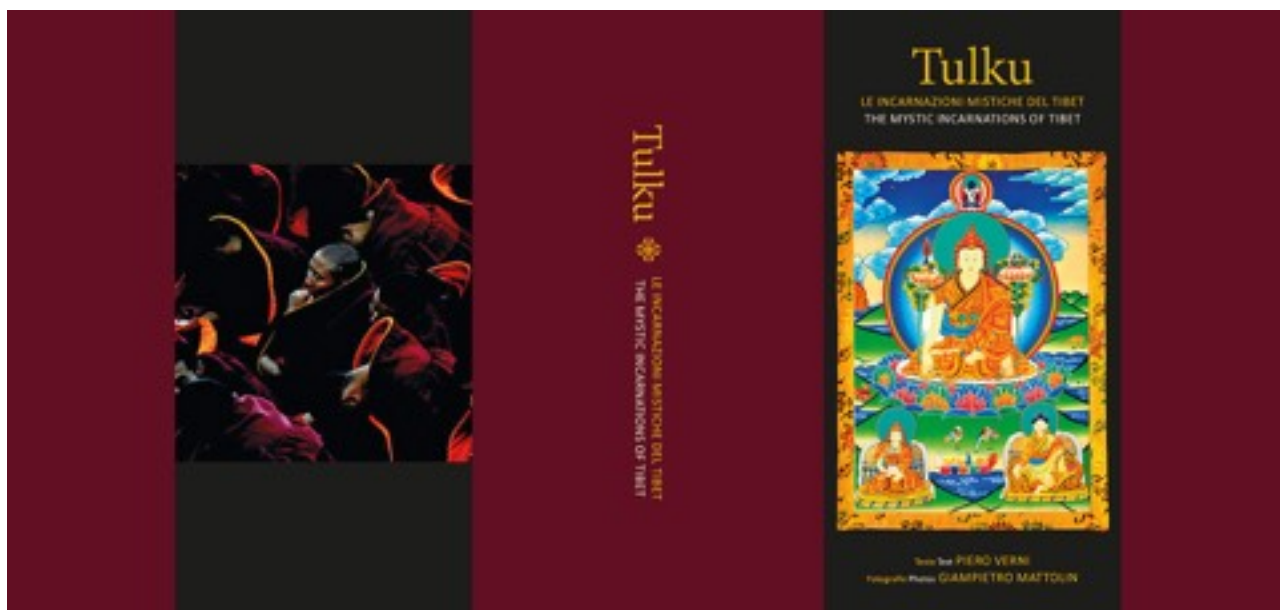
Generalmente i sogni... i sogni normali non contengono nessuna particolare verità. Ma in alcuni casi sembra che attraverso il sogno si possano comprendere alcuni aspetti interiori che esclusivamente tramite la ragione non possono essere compresi. Ma, ripeto, si tratta di sogni particolari... probabilmente di sogni ricorrenti, che si ripetono con una certa continuità. E di solito questi sogni non arrivano subito dopo che ci si addormenta ma piuttosto verso le prime ore dell'alba. Se si vuole comprendere veramente questo genere di sogni, capire il loro linguaggio, quello che vogliono dire, esplorare il loro livello più profondo si può ricorrere all'aiuto di determinate tecniche yoga.

Quindi se questo genere di sogni ricorrenti ha che vedere con un particolare maestro... potrebbe voler dire che il sognatore ha una particolare connessione con quel determinato lama?

In linea di principio potrebbe essere così... vede durante il sonno, quando sognamo, la nostra coscienza raggiunge un livello più sottile rispetto al normale stato di veglia. Questa condizione ci consente di cogliere degli aspetti che a livello della coscienza razionale ci possono sfuggire. Quindi attraverso determinati sogni potremmo anche capire se abbiamo, come lei ha detto, delle particolari connessioni... magari risultato di incontri avuti in precedenti esistenze.

dal libro *La Visione interiore* (a cura di Piero Verni), Milano 1997





Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet, di *Piero Verni e Giampietro Mattolin*; Venezia 2015, pag. 192, € 30

I tulku sono quei maestri spirituali che scelgono di ritornare nel mondo, esistenza dopo esistenza, per essere di aiuto agli esseri viventi. La tradizione di queste reincarnazioni mistiche è una caratteristica peculiare del Buddismo vajrayana, la forma dell'insegnamento del Buddha diffusa in Tibet, regione himalayana e Mongolia. Profondamente radicata nelle culture di questi Paesi, fuori però dall'universo tibetano questa usanza è stata spesso fraintesa. Scopo di "Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet" è quello di fornire al lettore, attraverso un linguaggio semplice e chiaro, un quadro esauriente di cosa effettivamente sia la tradizione dei tulku e di come interagisca con le società nelle quali è presente. Grazie anche alle numerose interviste concesse agli autori dal Dalai Lama e da altri importanti lama buddhisti, questo libro ricostruisce la storia, l'orizzonte religioso ed etnico, l'attuale condizione e il futuro di questa fondamentale componente della civiltà tibetana. Di particolare interesse inoltre, i capitoli dedicati alla vita del VI Dalai Lama (il più eterodosso di tutto il lignaggio) e all'infanzia dell'attuale quattordicesima reincarnazione, prima che venisse riconosciuta e insediata a Lhasa in qualità di massima autorità del Tibet. Da segnalare infine come dalle pagine di questo volume (sia grazie al testo sia all'imponente apparato fotografico di cui si avvale) emerga anche una nitida immagine del Tibet e dei luoghi in cui i tulku esercitano la loro funzione spirituale.

E' uscita la ristampa del documentario



Cham, le danze rituali del Tibet

di:

Piero Verni, Karma Chukey e Mario Cuccodoro

Italiano; 4:3; 21 min; colore; Italia 2014

(€ 13,50 + spese di spedizione)

Filmato su chiavetta USB, in formato M4V, compatibile con i computer Mac Os X, Windows e Linux; con tablet e smartphones Apple, Android e Windows Phone; con la maggior parte delle TV dotate di ingresso USB.