



# N° 22

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

Cari amici,

la visita a Milano di Sua Santità il Dalai Lama è stata un vero successo. Sia l'incontro con gli studenti delle università milanesi tenutosi presso il Teatro degli Arcimboldi sia gli insegnamenti e l'iniziazione di Avalokitesvara che hanno avuto luogo a Rho. Un grazie sentito a tutti coloro che hanno lavorato duramente per realizzare questo importante avvenimento, in particolare agli amici del "Centro Ghe Pel Ling" di Milano. Purtroppo non ci sono solo buone notizie. In particolare seguiamo con dolore e apprensione quanto sta accadendo in Tibet al complesso monastico di Larung Gar dove continuano le espulsioni di monaci, monache e laici e la distruzione di ampie parti degli edifici. E' una vera tragedia e chiediamo a tutti i nostri lettori di seguire da vicino quanto avviene in quel remoto angolo di Tibet perché è una ferita che riguarda tutti noi. Tornando a cose più liete, siamo felici di informarvi che stiamo riprendendo le attività del "Anno del Dalai Lama" e la prima iniziativa di questa seconda fase è la mostra fotografica "Tulku, le reincarnazioni mistiche del Tibet" (curata da Giampietro Mattolin, Vicky Sevegnani e Piero Verni) e che sarà inaugurata presso il *Centro Mandala di Milano* il prossimo 10 dicembre. E chiudiamo con la notizia che Sua Santità il Dalai Lama ha confermato nuovamente che farà di tutto per continuare a vivere nella sua presente incarnazione in modo da essere ancora a lungo di beneficio per tutti gli esseri senzienti. Auguri di cuore Santità. Abbiamo bisogno dei suoi insegnamenti, del suo esempio, della sua ispirazione. Lunga, lunghissima vita a Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama del Tibet.

*10° giorno del decimo mese dell'Anno della Scimmia di Fuoco (9 novembre 2016)*

**Piero Verni**

**Giampietro Mattolin**





*Dharamsala, India settentrionale, 6 ottobre 2016:* fonti della CTA (*Central Tibetan Administration*) hanno reso noto che le autorità cinesi hanno costretto, sotto la minaccia delle armi e di dure pene detentive, diverse migliaia di monaci, monache e laici a lasciare il complesso buddhista di *Larung Gar* (contea di *Serthar*) che Pechino ha deciso dover essere “ridimensionato”. E infatti dal 17 agosto è iniziata la sistematica demolizione di circa la metà degli edifici che compongono la struttura

religiosa. La polizia cinese ha inoltre informato le famiglie dei risiedenti che se i loro parenti non obbediranno alle ingiunzioni governative, perderanno qualsiasi forma di sussidio e aiuto statale. Ricordiamo che, per la disperazione di vedere distrutto questo luogo di culto e umiliati quanti vi abitano, tre giovani monache (*Rinzin Dolma, Sengma e Tsering Dolma*) si sono suicidate per protesta.



*Riga, Lettonia, 10 ottobre 2016:* il Dalai Lama ha iniziato un lungo viaggio europeo da Riga, capitale della Lettonia, dove una folla di molte migliaia di persone è convenuta alla “Skonto Hall” per ascoltare i suoi insegnamenti sul *Sutra del Cuore*. Circa un migliaio dei presenti venivano dalla Calmucchia, dalla Buriazia e da Tuva, tre repubbliche della Federazione Russa abitate da popolazioni che in maggioranza seguono la tradizione del Buddhismo *vajarayana*. “Il *Sutra del Cuore* è un dialogo

tra Avalokitesvara e Shariputra”, ha spiegato il Dalai Lama, “un insegnamento rivolto a coloro che hanno un *karma* puro. Alcuni sostengono che gli insegnamenti relativi alla *Perfezione della Saggezza*, dal momento che non hanno una datazione storica, non furono insegnati da Buddha Shakyamuni. Però maestri come Nagarjuna e Bhavaviveka hanno sostenuto che si tratta di autentici insegnamenti del Buddha. Questi insegnamenti spiegano cosa sia la assenza di un Sé reale o vacuità, come nessuna cosa possieda delle caratteristiche proprie e niente abbia una sua esistenza inerente”. Sua Santità ha fatto notare come, nonostante la grande maggioranza del popolo tibetano si professi buddhista, in realtà solo poche persone hanno studiato il Buddhismo approfonditamente. Per questo, in esilio, ha spronato i monasteri a studiare nel profondo i testi e non limitarsi alle sole pratiche rituali. Dopo la pausa per il pranzo, che ha consumato in compagnia di 15 parlamentari provenienti da tutte e tre le repubbliche baltiche (Estonia, Lituania e Lettonia), il Dalai Lama ha ripreso gli insegnamenti chiedendo al pubblico di fargli delle domande al termine delle quali ha ripreso la lettura del secondo capitolo del *Commentario sul compendio di Dignaga sulla Valida Cognizione*”, soffermandosi particolarmente sul modo in cui il Buddha aveva raggiunto l'Illuminazione e sull'origine interdipendente dei fenomeni. Il giorno seguente, dopo essersi incontrato con rappresentanti dei gruppi di sostegno al Tibet delle repubbliche baltiche, è tornato alla “Skonto Hall” per terminare il suo insegnamento.



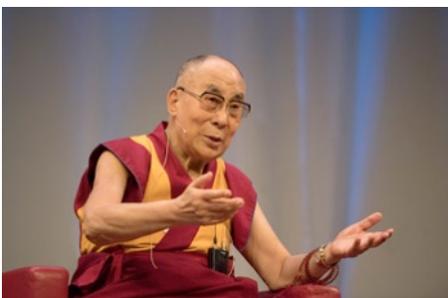
*Dharamsala, India settentrionale, 12 ottobre 2016: Il XVII Gyalwa Karmapa, è stato l'ospite di onore alla conferenza "Body, Mind and Life" che si è tenuto per la quarta volta presso il centro di medicina tibetana Men-Tsee-khang. Dopo aver ricordato quanto gli sia stato di beneficio partecipare insieme al Dalai Lama a diversi incontri "Mind and Life", il Karmapa ha sottolineato l'importanza dell'incontro delle culture occidentali con*

*quelle orientali soprattutto nell'ambito a cui era dedicato l'incontro, gli stati depressivi della persona. "E' molto importante che la psicologia occidentale si possa confrontare con gli elementi psicologici che si trovano all'interno della tradizione buddhista in modo che le due discipline possano imparare l'una dall'altra. In questo modo entrambe potranno evolversi e raggiungere nuovi livelli di conoscenza".*



*Berna, Svizzera, 12 ottobre 2016: il Dalai Lama è arrivato a Berna nel pomeriggio dopo che in mattinata a Riga si era incontrato con un folto gruppo di intellettuali russi. Appena giunto nella capitale svizzera Sua Santità si è recato subito a visitare la "Casa delle religioni" una realtà nata nel 2014 e che ospita sotto il medesimo tetto rappresentanti di otto differenti religioni. All'arrivo è stato accolto dalla presidentessa Gerda Hauck e*

*festeggiato da alcune centinaia di tibetani e mongoli residenti nella Confederazione Elvetica. Dopo un pranzo vegetariano, il Dalai Lama si è incontrato con i numerosi ospiti presenti a cui tra l'altro ha detto: "Sono molto felice di essere qui. In quanto monaco buddhista sono impegnato nel promuovere l'armonia inter religiosa e vedo che siete tutti impegnati nello sforzo di rendere concreta questa mia aspirazione incrementando la comprensione e il rispetto reciproci. Ottimo!"*



*Berna, Svizzera, 13 ottobre 2016: il Dalai Lama ha tenuto, nella grande sala della Kursaal Arena, un discorso pubblico sulla necessità di superare l'attuale crisi mondiale tramite il dialogo e la solidarietà. "Spesso sottolineo come il secolo scorso sia stato un'epoca di grandi sconvolgimenti violenti e proprio per questo dobbiamo prenderci cura gli uni degli altri... per far sì che il presente secolo sia quello del dialogo. E, voglio*

*ricordare, che il dialogo presuppone un senso di solidarietà nei confronti di tutti gli esseri umani", ha tra l'altro detto il Dalai Lama, che ha poi concluso il suo intervento con queste parole, "Se pensate che quanto vi ho detto sia di utilità, riflettete sulle mie parole. Discutetele con i vostri amici... questo è il modo in cui si diffondono le idee. Non è questione di chiedere a Gesù, al Buddha o ad Allah di risolvere i problemi in vece nostra".*



Zurigo, 14 ottobre 2016: il Dalai Lama, nella sala Hallenstadion, ha trasmesso a circa diecimila persone un insegnamento sulla “Preziosa Ghirlanda” di Nagarjuna, gli “Stati della Meditazione” di Kamalashila e le “37 Pratiche del Bodhisattva” di Ngulchu Thogme Sangpo. Tra i numerosi partecipanti, per lo più occidentali, era però presente anche una folta rappresentanza di tibetani venuti dalla Svizzera e da altre località europee. Sua Santità ha pranzato insieme ai

rappresentanti del Gruppo parlamentare svizzero per il Tibet, al presidente del Cantone di Zurigo e ai membri del parlamento tibetano in esilio eletti in Europa. In conclusione degli insegnamenti il Dalai Lama ha ricordato ai presenti l’importanza di essere buddhisti del XXI secolo non basando la loro pratica religiosa su di una fede cieca ma sulla profonda comprensione di quanto Buddha ha insegnato.



Zurigo, 15 ottobre 2016: in una gremita chiesa Grossmünster, il Dalai Lama ha partecipato ad una preghiera per la pace insieme a rappresentanti delle principali religioni del mondo. Erano presenti esponenti evangelici, indù, ebrei, islamici e cattolici che si sono uniti a Sua Santità nella celebrazione di questo importante evento. Invitato dal presidente del Cantone di Zurigo a prendere la parola, il Dalai Lama ha tra

l’altro affermato, “Sono commosso dall’atmosfera che c’è adesso in questa chiesa dove esponenti di religioni differenti si sono incontrati per pregare insieme. E’ una grande opportunità per conoscerci. Però in questo stesso momento mentre qui stiamo pregando, in altre parti del mondo delle persone innocenti vengono uccise in nome della religione. Oggi è più facile che si parli di una persona uccisa da una tigre o da un elefante che di coloro che si uccidono reciprocamente. Nondimeno gli scienziati ritengono che la natura basilare dell’essere umano sia compassionevole. Dipendiamo gli uni dagli altri e, ad esempio, per quanto riguarda la minaccia dei mutamenti climatici siamo tutti uguali e i confini nazionali non contano. Se guardiamo dallo spazio questo nostro piccolo pianeta blu non vediamo confini. Questa è una realtà. Dobbiamo pensare al benessere dell’intera famiglia umana”.





*Gangtok, Sikkim (India nord orientale), 15 ottobre 2016:* Yangthang Rinpoche, uno dei più venerati lama del Sikkim, ha lasciato il corpo. Appartenente alla scuola *Nyingma*, ma noto per la sua apertura nei confronti degli insegnamenti di tutte le tradizioni buddhiste, Yangthang Rinpoche era nato nell'importante famiglia sikkimese degli Yangthang e riconosciuto da giovanissimo come la reincarnazione di Terton Dorje Dechen Lingpa, del monastero di Dhomang (Tibet). Dopo il 1959 rimase in Tibet e, arrestato dai soldati di Pechino, trascorse oltre venni anni nelle carceri cinesi. Rilasciato alla fine degli anni '70 dello scorso secolo, si trasferì in Sikkim per continuare la sua missione di trasmettere l'insegnamento del Buddha.



*Praga, Repubblica Ceca, 17-20 ottobre 2016:* dopo essersi recato per una breve visita di un giorno in Slovacchia dove a Bratislava ha incontrato diversi parlamentari, tenuto una affollata conferenza pubblica e pranzato in compagnia del Presidente della Repubblica Andrej Kiska, il Dalai Lama è arrivato nella Repubblica Ceca che da sempre accoglie Sua Santità con notevole affetto. Una grande folla ha accolto, nella piazza Hradcanske, il Dalai

Lama che ha posto in segno di omaggio una *kata* su di una grande fotografia di Vaclav Havel in compagnia dello stesso Dalai Lama. Dopo aver tenuto un discorso ai presenti, Sua Santità si è recato nell'ufficio presidenziale di Havel dove ha incontrato la sua vedova (signora Dagmar Havlova) e come ulteriore gesto di simpatia ha messo una *kata* sulla sedia dell'ex presidente e drammaturgo. Nella mattina del 18 ottobre, Sua Santità si è recato al Ministero della Cultura dove ha incontrato il ministro Daniel Herman e un gruppo di parlamentari cechi. Il ministro ha poi accompagnato il Dalai Lama nella vicina Sala Manes dove entrambi dovevano partecipare ad un incontro sul tema "Il paradosso della religione" e nel quale il Dalai Lama ha parlato dei suoi tre principali scopi: contribuire al benessere delle persone, all'armonia tra le religioni e alla sopravvivenza della civiltà tibetana. Nel pomeriggio il leader tibetano ha partecipato al convegno "Il Mondo e le sfide odierne". Il Dalai Lama ha concluso il suo intervento con un ulteriore omaggio ad Vaclav Havel dicendo, "Ero un ammiratore del presidente Havel e della sua lotta per la verità. Oggi non è più tra noi e quindi abbiamo la responsabilità di portare avanti le sue idee e mettere in pratica la sua visione". La mattina del 19, accolto dal vicepresidente del Senato Miluse Horska, Sua Santità si è incontrato con 14 senatori e 34 parlamentari cechi; "E' un grande onore per me", ha detto il Dalai Lama nel suo discorso introduttivo, "essere qui con voi che rappresentate il popolo ceco. Fin da quando ero bambino ho avuto interesse e rispetto per la democrazia e quando ancora ero in Tibet cercai di introdurre delle riforme ma ne fui impedito dai cinesi. Dopo aver raggiunto

l'India, nel 1959, sono riuscito a dar vita a quei cambiamenti che non avevo potuto introdurre in Tibet. Abbiamo creato un Parlamento in Esilio e approvata una Costituzione in cui è scritto che il Dalai Lama può essere destituito dal voto dei due terzi dell'Assemblea. Nel 2001 mi sono semi-ritirato in favore di una leadership eletta dai tibetani in esilio e nel 2011 mi sono ritirato definitivamente e posto fine al ruolo politico dei Dalai lama". Nel pomeriggio Sua Santità ha concluso la sua visita a Praga con un discorso pubblico tenuto davanti a tremila persone al "Lucerna Palace" della capitale ceca. Ha concluso il suo intervento con queste parole, "Come disse il Buddha, 'tu sei il maestro di te stesso'. Il successo dipende dalla fiducia in se stessi e nell'essere ottimistici. Arrivederci".



*Milano, Italia, 20-22 ottobre 2016:* il Dalai Lama ha tenuto al Teatro degli Arcimboldi, gremito in ogni ordine di posti dagli studenti delle università milanesi, una lectio magistralis su "Etica e consapevolezza in un mondo globale". L'incontro è stato organizzato dall'Università di Studi Milano-Bicocca e ha visto la partecipazione di circa duemila studenti mentre molti altri che avevano fatto richiesta, non vi hanno potuto prendere parte per

questioni di capienza della sala. Introdotto dalla professa Carmen Leccardi (co fondatrice e per molti anni dirigente di primo piano dell'Associazione Italia-Tibet) il Dalai Lama ha pronunciato un discorso sovente interrotto dagli applausi degli studenti. Nel corso dell'incontro, il Presidente del Consiglio Comunale di Milano Lamberto Bertolè, ha insignito il Dalai Lama della cittadinanza onoraria del capoluogo lombardo. In mattinata Sua Santità era stato accolto, al suo arrivo a Linate, dal sindaco di Milano Giuseppe Sala che però non è intervenuto all'incontro al Teatro degli Arcimboldi a causa delle pressioni dell'ambasciata cinese. Molto più amichevole e caloroso è stato il benvenuto del cardinale di Milano Angelo Scola che si è incontrato con il Dalai Lama nella sede del Arcivescovado . Il 21 e il 22, su invito del "Centro Ghe Pel Ling", presso il padiglione di Rho Fiera il Dalai Lama ha conferito una serie di insegnamenti e trasmesso la complessa iniziazione di Avalokitesvara a una platea di oltre 12.000 persone. Tra i presenti anche l'attore americano Richard Gere. In una pausa della cerimonia, il sindaco di Rho Pietro Romano, è salito sul palco per conferire al Dalai Lama la cittadinanza onoraria di Rho. Al termine degli insegnamenti e della relativa iniziazione, il Dalai Lama in una conferenza pubblica ha ricordato i suoi tre principali scopi. In un momento di pausa, il Dalai Lama ha incontrato i duecento tibetani presenti giunti a Rho da diverse parti di Italia, dalla Svizzera e dalla Spagna. Suggerendo a quanti avevano ascoltato le sue parole di riflettere sul loro significato e di metterlo in pratica, Sua Santità ha concluso dicendo: "Il cambiamento del mondo non avverrà grazie alle decisioni dei governi ma grazie alle azioni positive degli individui".





*Dharamsala, India settentrionale, 23 ottobre 2016: il XVII Karmapa è stato l'ospite di onore delle celebrazioni che si sono tenute nella piccola cittadina himalayana per il 56° anniversario del Tibetan Children Village. Tra le altre cose il XVII Karmapa ha ricordato come sia importante per i tibetani tenere in vita la loro civiltà e stile di vita. Quanto la tradizione del Tibet sia la forza del suo popolo e come i tibetani, dentro e fuori dal*

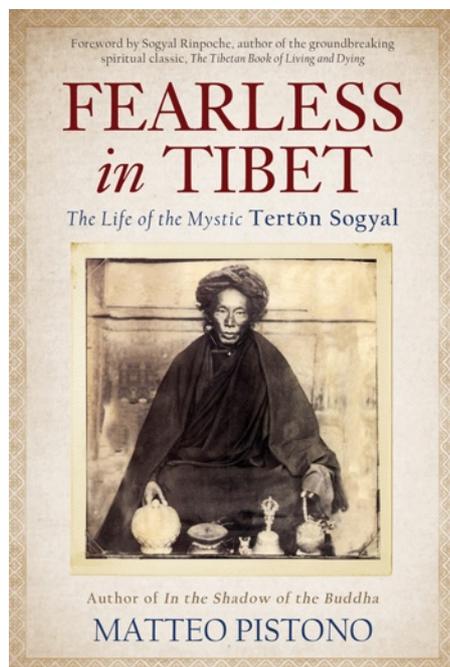
Tibet, debbano fare ogni sforzo possibile per preservare tutti gli aspetti della loro cultura, sia laica sia religiosa. Parlando degli insegnamenti buddhisti e di come metterli in pratica, il XVII Karmapa ha detto tra l'altro, "Nel Buddhismo noi abbiamo il *Kangyur* e il *Tangyur*, oltre 100.000 commentari scritti da maestri tibetani. Comunque il punto importante è che durante le nostre vite ci impegniamo per trasformare il nostro modo di pensare. Dobbiamo divenire delle brave persone, portare pace e felicità nelle nostre menti e comprendere in profondità gli aspetti filosofici del Buddhismo come, ad esempio, l'origine interdipendente delle cose. Questa è la cosa più preziosa e valida che possiamo fare".



*Dharamsala, India settentrionale, 2 novembre 2016: nel corso di una cerimonia di lunga vita offertagli da un gruppo di associazioni tibetane, il Dalai Lama ha nuovamente affermato che vivrà ancora a lungo. "Oggi, qui e in Tibet, hanno espresso la loro fede in me e hanno offerto preghiere per la mia lunga vita. Come ho già detto in altre occasioni, ci sono alcuni segni che supererò i cento anni. Personalmente anche io prego e spero di poter vivere altri venti anni o più per continuare a essere di aiuto per tutti gli esseri senzienti".*

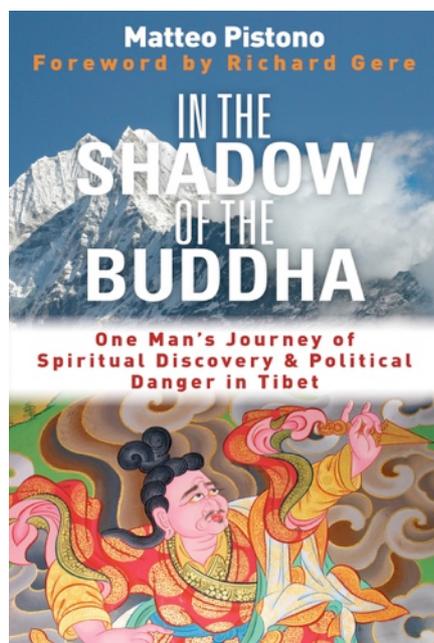


## *L'angolo del libro, del documentario e del film*



*Fearless in Tibet*, Matteo Pistono, Boston 2011; un discepolo del lama *Sogyal Rinpoche* si mette sulle tracce della precedente incarnazione del suo maestro, *Terton Sogyal*, mistico visionario, *yogi*, scopritore di *terma* (i testi ed oggetti sacri che, secondo la tradizione tibetana *Guru Padmasambhava* avrebbe nascosto affinché fossero trovati da persone particolarmente realizzate in epoche future), lama della tradizione *Nyingma* vicino al XIII Dalai Lama... tutto questo e, forse, molte cose ancora era *Terton Sogyal*. Con un linguaggio colto ma scorrevole, Matteo Pistono conduce il lettore in una godibile ricerca spirituale che è anche un viaggio in quel Tibet fermo nel tempo che è giunto fino alle soglie del 21° secolo quando venne spazzato via dalla brutale invasione cinese. E attraverso la vita di questo affascinante *yogi*, l'autore ci parla anche del Paese delle Nevi, della sua peculiare cultura e società. Un testo assolutamente consigliato a

quanti sono interessati al Tibet tradizionale. Con i suoi molti pregi ma anche con i suoi lati oscuri. (versioni elettroniche iBooks e Kindle)



*In the Shadow of the Buddha*, Matteo Pistono, New York 2011; in questo libro, un po' "dharma travelogue", un po' romanzo di spionaggio, un po' autobiografia spirituale, l'autore descrive come iniziò il suo viaggio sulle tracce di *Terton Sogyal*. E' un interessante affresco che spazia dai motivi per i quali tanti giovani subiscono il fascino del Tibet sia come cultura sia come religiosità alla cruda fotografia dell'occupazione cinese del Tetto del Mondo... dalla descrizione delle sue permanenze clandestine in Tibet (tra cui interessantissima quello che lo ha portato a vivere per un non breve periodo di tempo nel complesso monastico di *Larung Gar* in quanto latore di una lettera del Dalai Lama per *Jigme Phuntsok*, una delle reincarnazioni di *Terton Sogyal* morto in circostanze misteriose nel gennaio 2004) ai suoi viaggi in diverse aree del Tibet. Il tutto legato dal prezioso filo della descrizione delle fasi salienti della vita di *Terton Sogyal*. Come scrive

Richard Gere nella affettuosa prefazione, "Questo libro è un viaggio affascinante nel Tibet odierno e in quello del passato". (versioni elettroniche iBooks e Kindle)

## *Appuntamenti*

*Riceviamo e volentieri pubblichiamo:*

### **ISTITUTO KALACHAKRA LUGANO**

*([www.kalachakralugano.org](http://www.kalachakralugano.org))*

Insegnamenti del ven. **Geshe Lobsang Sherab**

*Gli Stadi della meditazione, del grande maestro Kamalashila*

Lettura e commento del 2° trattato del Bhavanakrama del grande maestro Kamalashila, uno dei testi più importanti per lo sviluppo delle pratiche di concentrazione e visione profonda. Prossimi incontri: venerdì 18 novembre e venerdì 9 dicembre, ore 20,30.

Insegnamenti del ven. **Lama Paljin Tulku Rinpoche**

*Buddhismo in pillole: un percorso attraverso le dieci terre dei Bodhisattva*

Il Buddha ha spesso parlato della ineluttabile brevità e precarietà di una vita che spesso gli uomini attraversano avvolti in un velo di ignoranza. Si pone fine a questa confusione con la saggezza. Gli ostacoli e le contraddizioni della vita materiale e spirituale di ogni giorno, possono infatti essere superati rafforzando la nostra interiorità, in modo da affrontare e trasformare le situazioni più difficili, le ansie e le paure, le conflittualità e le tensioni, con la consapevolezza di un Bodhisattva. Prossimi incontri: mercoledì 16 novembre e mercoledì 21 dicembre, ore 19.

### **CENTRO DROL-KAR SABSEL THEKCHOK LING**

*([www.sabsel.com/it](http://www.sabsel.com/it))*

*I diversi aspetti della pratica di TARA BIANCA - Ven. Lama Jampa Monlam*

**Data inizio incontro:** giovedì 10 novembre 2016

**Data fine incontro:** domenica 13 novembre 2016

**Luogo:** corso Torino 19/1b - Genova 16129 (Italy)

**Istituto/Centro di riferimento:** **Drol-Kar Sabsel Thekchok Ling**

**Orari:** giovedì e venerdì alle ore 20.30-22.00, sabato alle ore 14.30-17.00 e domenica ore 10.00-12.30

**Offerta minima consigliata:** 25,00 euro

### **MANDALA - CENTRO STUDI TIBETANI**

*([www.centromandala.org](http://www.centromandala.org))*

Insegnamenti di **Lama Paljin Tulku Rinpoche**

*La Via Facile che porta all'Onniscienza:* giovedì 17 novembre - giovedì 22 dicembre, ore 20,30.

*La Via che porta a Shambala:* sabato 19 novembre - sabato 10 dicembre, ore 14,30.





## Geshe Graduation Ceremony of His Eminence the 7th Yongzin Ling Rinpoche

*20th November 2016*

*6:00 am – 8:00 am Offering to monks of Drepung Monastery  
Drepung Lachi Prayer Hall*

*9:00 am – 10:00 am Rinpoche sits for Damcha  
Public Questioning  
Drepung Loseling Prayer Hall*

*10:30 am – 12:30 pm Offering to monks of Loseling  
Drepung Loseling Prayer Hall*

*2:00 pm – 5:00 pm General public offer Khatas to Rinpoche  
Drepung Loseling Prayer Hall*

*21st November 2016*

*7:00 am Loseling Monastery to offer  
Long Life Ceremony to HE Ling Rinpoche by Abbot,  
ex Abbots, Tulkus and entire assembly of monks  
Drepung Loseling Prayer Hall*

*9:00 am – 11:30 am Ceremony with all Guests,  
offering of Khatas to Rinpoche  
Drepung Loseling Prayer Hall*

*12:00 pm Lunch  
Drepung Loseling Prayer Hall*



COMUNE DI NAPOLI

INTERNATIONAL  
BUDDHIST  
COMMUNITY

SY

Ordine Psicologi  
della Campania

Arte della felicità  
amore e conoscenza

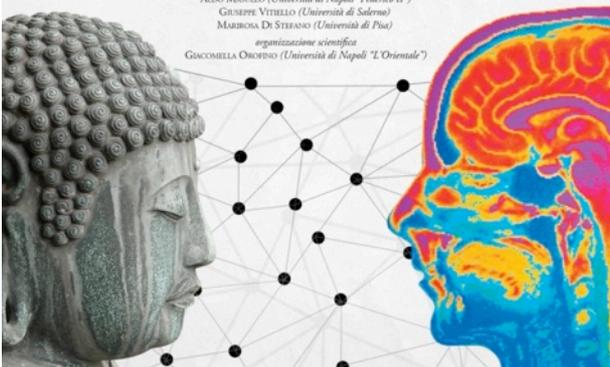
GIORNATA DI INCONTRI  
NAPOLI, 3-4 DICEMBRE 2016  
CINEMA MODERNISSIMO, VIA CISTERNA DELL'OLIO, 59

# CONTEMPORANEA MENTE

*neuroscienze, fisica quantistica, psicologia,  
filosofia occidentale e buddista a confronto*

ROBERT THURMAN (Columbia University New York)  
FRANCESCO FABBRO (Università di Udine)  
GIUSEPPE RIVA (Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano)  
ALDO MARCELLO (Università di Napoli "Federico II")  
GIUSEPPE VITIELLO (Università di Salerno)  
MARIROSA DI STEFANO (Università di Pisa)

organizzazione scientifica  
GIACOMELLA ORFESINO (Università di Napoli "L'Orientale")



## Tulku

### le reincarnazioni mistiche del Tibet

Sabato alle ore 16,30, presso il *Centro Mandala* di Milano, (Via P. Martinetti 7, Milano; [www.centromandala.org](http://www.centromandala.org)) sarà inaugurata la mostra fotografica: *Tulku, le reincarnazioni mistiche del Tibet* di Giampietro Mattolin, Vicky Sevegnani e Piero Verni; sarà presente lama **Paljin Tulku Rinpoche**

**Tulku**  
le reincarnazioni mistiche del Tibet

Foto di  
Giampietro Mattolin  
Vicky Sevegnani

Testi di  
Piero Verni



THE HERITAGE OF TIBET

L'eredità del Tibet  
[www.heritageoftibet.com](http://www.heritageoftibet.com)

## Il Dalai Lama ci parla (3)

*Dunque, Santità, ci può parlare della diffusione in Tibet del Buddhismo ?*

I primi elementi della dottrina buddhista cominciarono a diffondersi in Tibet in epoca molto remota, durante il regno del sovrano Tha-Tho-ri, il 28° monarca della dinastia di Yarlung che per molti secoli governò il Tibet. Secondo la tradizione si trattava di un sutra scritto in sanscrito e che fu assolutamente incomprensibile per il mio popolo. All'epoca il Tibet seguiva una tradizione religiosa chiamata *Bon* che è praticata ancora oggi. Fu però solo nel VII secolo, con il re Songtsen Ganpo, che il Buddhismo cominciò effettivamente a diffondersi in Tibet... ed anche allora limitatamente ad alcuni ambienti di corte e dell'entourage del monarca. Songtsen Ganpo era così interessato al Buddhismo che chiese ad un gruppo di studiosi, guidato dal grande erudito Thonmi Sanbhota, di trovare nei Paesi limitrofi una scrittura che potesse adattarsi alla fonetica tibetana per poter trascrivere i sutra buddhisti. Infatti fino a quel tempo il Tibet non aveva una grafia ed esisteva solo la lingua parlata. Dopo diverso tempo Thonmi Sanbhota tornò in Tibet portando una scrittura mutuata da quella Devanagari, di origine sanscrita. Con un successore di Songtsen Ganpo, il re Trisong Deutsen, il Buddhismo mise radici ancora più salde. Alcuni importanti studiosi e yogi portarono dall'India numerosi insegnamenti, sutra e tantra. I più importanti di questi maestri furono senza dubbio Santarakshita, un rinomato pandit dell'Università buddhista di Nalanda, e Padmasambhava, uno yogi dotato di un carisma così forte che ancora oggi alcuni tibetani lo chiamano "il secondo Buddha". Al monaco Santarakshita si devono le prime ordinazioni tibetane e Padmasambhava ispirò la costruzione di Samye, il primo monastero buddhista del Tibet. Un altro monarca ricordato per la sua fede buddhista fu Ralpa-chan, salito al trono nel 815. Purtroppo dopo pochi anni di regno venne detronizzato da una congiura di palazzo orchestrata da suo fratello, Langdarma. Questi era un fanatico nemico del Buddhismo che perseguì senza pietà, uccidendo monaci e praticanti, distruggendo luoghi di culto e mettendo al bando l'insegnamento del Buddha che poté preservarsi solo in clandestinità. A sua volta Langdarma fu assassinato. Con lui terminò anche la dinastia di Yarlung e il Tibet perdette la sua unità politica dividendosi in una serie di piccoli regni. A partire dal X secolo il Buddhismo torna però a diffondersi in Tibet. Dopo la morte del sovrano persecutore terminano anche le violenze contro monaci e praticanti che possono di nuovo professare apertamente la propria religione e, soprattutto, nuovi maestri giungono dall'India con il loro bagaglio di insegnamenti e di tantra. E' un periodo veramente fecondo per gli scambi spirituali tra Tibet e India. Molti tibetani scendono in India per studiare nei centri e nelle università buddhiste di quel Paese ed anche numerosi eruditi indiani giungono in Tibet per diffondere gli insegnamenti del Buddha. Se quella operata da Santarakshita e Padmasambhava è conosciuta come "La Prima Diffusione della Dottrina" questo nuovo flusso di insegnamenti è noto come "La Seconda Diffusione Della Dottrina". Tra il X e l'XI secolo il Buddhismo diviene la più diffusa dottrina religiosa tibetana anche se, come ho già detto, il *Bon* continua ad essere liberamente praticato da una minoranza di persone. Con il passare del tempo si formano diverse scuole di cui le principali sono quattro, la Nyingma-pa, la Kagyu-pa, la Sakya-pa e la Gelug-pa. Quest'ultima inizialmente si chiamava Kadam-

pa ma dopo la riforma del grande maestro Je Tzong Khapa venne denominata appunto Gelug-pa. La Nyingma-pa, il cui nome vuol dire "L'Antica" fa riferimento ai tantra ed agli insegnamenti arrivati in Tibet al tempo della "Prima Diffusione della Dottrina" mentre le altre seguono i tantra relativi alla "Seconda Diffusione".

*Quali sono le differenze tra queste scuole?*

Riguardano, tutto sommato, alcuni aspetti marginali della pratica e dello studio. Chi non è esperto non vedrebbe alcuna differenza nel comportamento e nel training dei monaci delle diverse scuole. Infatti tutti i monaci seguono gli insegnamenti originali del Buddha, primo fra tutti il vinaya, il codice di comportamento. Si dice comunemente che alcune scuole ad esempio la Nyingma-pa e la Kagyu-pa prediligono la pratica meditativa e lo yoga mentre dedicano meno tempo allo studio filosofico. Viceversa la Gelug-pa sembrerebbe conferire un'enfasi particolare all'esame filosofico dei testi. E, secondo queste spiegazioni generali, la Sakya-pa starebbe a metà tra questi due estremi. In realtà, anche se c'è qualcosa di vero in questa generalizzazione, si possono trovare eruditi di altissimo livello e grandi yogi in tutte le scuole del Buddhismo tibetano nessuna esclusa. Ognuna di esse corrisponde a determinate inclinazioni dello studente che può così scegliere quella che sente maggiormente vicina alle sue predisposizioni.

*E' possibile studiare con maestri di differenti scuole oppure è preferibile rimanere solo all'interno dell'insegnamento di un'unica tradizione?*

Non c'è una regola precisa... non esiste un dogma al riguardo. Dipende dall'attitudine dello studente, da come si sente più a suo agio. Si possono ricevere insegnamenti da lama di differenti tradizioni e praticare sadhana diverse oppure si possono studiare solo i testi di un medesimo lignaggio o addirittura ricevere istruzioni da un unico maestro spirituale. Tutte queste attitudini sono valide in teoria. L'importante è che nella pratica lo studente mantenga una attitudine aperta e non settaria anche se segue solo gli insegnamenti di una particolare tradizione e, viceversa, sia estremamente rigoroso, attento e preciso se riceve trasmissioni spirituali da differenti scuole. Ripeto, dipende dalla propria attitudine. Per quanto mi riguarda io ho ricevuto, oltre alle principali pratiche e trasmissioni della scuola Gelug-pa, anche diversi insegnamenti di altre tradizioni... e personalmente ne sono molto felice e credo che questo genere di studio appartenga al mio modo di essere... sono infatti molto curioso (ride)! Però va benissimo anche l'altro atteggiamento. Conosco grandi praticanti che hanno ricevuto insegnamenti sempre e solo all'interno di un unico lignaggio e sono persone meravigliose, con una mente aperta e tollerante. Anche in questo caso l'importante è capire quale sia la cosa che va bene per te... ed una volta compresa, cercare di metterla in pratica nel migliore dei modi possibili.

*Il Buddhismo è entrato a far parte della vita, della cultura e della spiritualità tibetane con una profondità e una forza probabilmente sconosciute altrove...*

Sembrerebbe di sì. Vede prima dell'invasione cinese del 1950, diversi viaggiatori erano stati in Tibet e quasi tutti avevano descritto alcune caratteristiche del popolo tibetano... in modo particolare la calma, la gentilezza e la serenità delle donne e degli uomini del Tibet. Io ritengo che il principale elemento per questa diffusa felicità che un così gran numero di stranieri lesse nei volti dei tibetani sia stato il Buddhismo... la pratica del Buddhadharma e

la sua influenza benefica. Il Buddhismo, con la sua enfasi sull'altruismo, la compassione, l'amore... la fiducia nella legge del Karma... l'atmosfera così ricca di insegnamenti spirituali... tutte queste cose hanno avuto effetti profondi sul popolo tibetano, sulla sua cultura, sulla sua psicologia, sulla sua antropologia... certo non è che tutti i tibetani fossero degli eruditi buddhisti o dei lama... non lo era nemmeno la maggioranza dei monaci! Però c'era questo diffuso sentimento di fedeltà allo spirito dell'insegnamento buddhista... all'insieme dei suoi precetti morali, delle sue regole di comportamento etico. Ed era una fedeltà reale, non fittizia e tantomeno imposta dal clero. Il vecchio Tibet era certamente una società arcaica che aveva bisogno di alcune modernizzazioni... ma la sua gente era in linea di massima felice... serena. Ripeto, non era un popolo di santi, però credo che la gente fosse contenta di vivere in una società del genere. E credo che questo possa essere, come dire, dimostrato...

*In che modo, Santità?*

A parte quello che tanti studiosi, diplomatici e viaggiatori hanno scritto sul Tibet tradizionale, credo che si possa capire l'atmosfera di quella società buddhista e spirituale guardando i volti, in particolare gli occhi, delle donne e degli uomini fotografati nel corso di tanti decenni. Sono volti, sono occhi che sorridono... che esprimono chiaramente una serenità di fondo... una serenità che rimaneva tale anche in presenza di una vita economicamente molto difficile per gran parte della popolazione... anche in presenza di difficoltà logistiche gravi... eppure se lei guarda con attenzione quei volti, quegli sguardi, quei sorrisi potrà trovare qualcosa di piacevole, di sereno... l'animo di una civiltà in cui il Buddhismo, l'insegnamento del Buddha Sakyamuni e di un ininterrotto lignaggio di maestri spirituali, avevano prodotto dei buoni frutti.

*Credo non sia possibile negare la verità di queste sue affermazioni. Tornando alla diffusione del Buddhismo in Tibet, un aspetto molto caratteristico è una peculiare applicazione della teoria della reincarnazione e in particolare il lignaggio dei tulku che, se non mi sbaglio, appartiene solo alla civiltà buddhista tibeto-himalayana...*

Per quanto riguarda la teoria della reincarnazione non mi sembra che in Tibet abbia nulla di particolare rispetto ad altri Paesi buddhisti. C'è questa diffusa consapevolezza che esista una sorta di continuum mentale che non decade e muore con la fine della vita, con la morte del corpo fisico. Questo è un punto di vista non peculiare della civiltà tibetana ma comune a tutte le forme di Buddhismo. Altrettanto si può dire per la Legge del Karma... l'idea che oggi noi siamo quello che le nostre azioni di ieri ci hanno portato ad essere... così come domani saremo quello che le azioni odierne stanno determinando. Anche in questo caso siamo pienamente all'interno del tradizionale modo di pensare e di essere del mondo buddhista. Quello che è veramente caratteristico della nostra civiltà è la tradizione dei tulku, di cui lo stesso Dalai Lama è un aspetto. Questa tradizione in effetti è presente solo nel mondo tibetano.

*Ce ne può parlare?*

Da un punto di vista molto generale possiamo dire che un tulku è un maestro che, grazie alla chiarezza interiore e al potere spirituale raggiunto tramite la sua pratica religiosa, riesce ad avere un certo controllo delle sue reincarnazioni e sceglie di tornare su questa terra per poter essere di aiuto, con il suo bagaglio di conoscenze, agli esseri senzienti. In sintesi questo è un tulku... ovviamente questa serie di successive reincarnazioni dà vita ad un lignaggio spirituale che inizia con un determinato maestro e continua con le sue reincarnazioni. Nella tradizione dei tulku è molto presente il senso del lignaggio, dell'eredità spirituale che continua ad arricchirsi rinascita dopo rinascita... attraverso decenni e secoli. Generalmente il piccolo tulku ha ricordi della sua passata esistenza... e riesce, per esempio, a riconoscere degli oggetti che erano appartenuti al suo predecessore... oppure riconosce addirittura delle persone che gli erano state vicine nella precedente esistenza. Io, ad esempio, sembra che abbia riconosciuto con grande precisione degli oggetti che erano appartenuti al 13° Dalai Lama ed anche dei monaci di Lhasa che erano venuti fin nello sperduto paesino di Takster, nel Tibet orientale, dove ero nato. Sembra proprio che mi ricordassi molte cose della mia precedente incarnazione quando ero piccolo...

*Con rispetto Santità, perché parla al passato? Adesso quei ricordi si sono affievoliti?*

Sì, si sono affievoliti... sembra che sia una cosa piuttosto normale. Oggi continuo avere determinate sensazioni... a volte faccio sogni che mi suscitano sensazioni molto particolari, ma onestamente non posso dire di avere chiari ricordi delle mie precedenti incarnazioni. C'è però un aspetto che ritengo essere in diretta connessione con le mie vite anteriori. Quando studio dei testi a volte incontro delle sorprendenti facilità nell'apprenderli... è veramente come se in effetti "ripassassi" quelle materie di studio piuttosto che studiarle per la prima volta. Ecco in questi casi, frequenti anche oggi, ho proprio l'impressione di ricordare qualcosa di una esistenza precedente... ho l'impressione di incontrare qualcosa che in passato ho già incontrato. Questa almeno è la mia personale esperienza... vi sono dei tulku però che continuano ad avere ricordi delle loro precedenti esistenze per tutta la vita. Anche qui sembra non esserci una regola valida per tutti.

*Se ho ben compreso, Santità, il ricordo delle vite precedenti è un po' come un sogno... quando ci si sveglia la mattina, soprattutto se si viene svegliati di soprassalto, i ricordi di quanto abbiamo sognato sono molto vividi e possiamo ripercorrere quasi tutte le tappe del sogno. Man mano che andiamo avanti nella giornata però, il ricordo è sempre meno chiaro fino a quando svanisce del tutto... almeno il più delle volte. Potremmo vedere la nostra giornata... lo svegliarsi, l'operare diurno, l'andare a dormire e il nuovo risveglio come una metafora del ciclo ininterrotto delle nascite, morti e rinascite?*

Sì, ha ragione... potremmo vederlo in questo senso e il paragone che lei ha fatto a proposito dei sogni che appena svegli ricordiamo piuttosto bene e che poi tendiamo a dimenticare man mano che andiamo avanti nella giornata mi sembra molto calzante.

*Quanti tulku vi erano nel Tibet tradizionale?*

Difficile dirlo con esattezza molte centinaia... forse migliaia.

*E tutti erano riconosciuti con esattezza... senza errori?*

No, al contrario... credo che, sfortunatamente, in diversi casi vi siano stati degli errori. Non sempre le scelte venivano fatte con il necessario rigore.

*Ma come si fa a comprendere se un riconoscimento è stato giusto o sbagliato?*

Ovviamente non è facile... non siamo di fronte a un procedimento matematico... scientifico. Però c'è qualcosa che si può fare...

*Cosa?*

Dobbiamo e possiamo analizzare quello che un tulku fa... le sue azioni reali, come si comporta concretamente. Vedere se i suoi comportamenti e le sue azioni sono state di un qualche beneficio per la gente. Quali risultati concreti ha ottenuto... se la sua condotta è conforme agli insegnamenti Mahayana... se il suo atteggiamento è realmente compassionevole... se molte di queste caratteristiche sono assenti, beh.... in questi casi sono propenso a ritenere che forse il riconoscimento non è stato molto esatto.

*Riguardo ai tulku e più in generale riguardo a tutti i bambini tibetani che vengono fatti entrare giovanissimi in monastero l'Occidente prova un forte senso di perplessità. Possiamo soffermarci qualche istante su questo punto? Alcuni educatori occidentali ritengono addirittura questa consuetudine dannosa per l'equilibrio psicofisico dei piccoli monaci.*

Capisco che per una cultura non tibetana questa nostra tradizione possa sembrare strana se non addirittura negativa. Però, a mio parere, le cose sono molto diverse da quello che può apparire a prima vista. Vediamo quindi di fare innanzitutto chiarezza su di un aspetto fondamentale. Il bambino che entra in monastero non diventa monaco bensì novizio. I voti completi potrà prenderli solo dopo aver ultimato tutti gli studi di base ed aver raggiunto l'età adulta. Sarà una libera scelta che compirà nel pieno possesso delle sue facoltà intellettuali...

*Lei sta dicendo quindi che l'ingresso in monastero di bambini di sei - sette anni equivale più o meno a quello che per noi occidentali è la scuola elementare e media?*

Più o meno. Vede, nel Tibet tradizionale la presenza dello stato nel settore dell'educazione era quasi inesistente. Esistevano solo poche scuole a Lhasa e in altre due o tre città al massimo. Quindi entrare in monastero era per molti bambini l'unica vera possibilità di educazione... non solo nel senso religioso.

*Vuol dire che si insegnavano anche materie, come dire, laiche?*

Certamente. L'educazione monastica era, ed è, un'educazione a tutto campo che comprende anche materie come la matematica, la letteratura, l'astrologia e, a volte anche la stessa medicina. Oggi nei monasteri che abbiamo fondato in India i giovani monaci studiano anche lingue straniere come l'inglese e l'hindi. Quindi quando parliamo dell'ingresso in monastero di bambini così piccoli dobbiamo tenere conto di questo quadro generale.

*Dunque quasi come entrare piccolissimi in una sorta di collegio...*

Da un certo punto di vista potrei rispondere di sì... però, almeno per quanto ne so io, i collegi occidentali non offrono ai bambini che vi studiano e abitano, a volte anche per lunghi periodi di tempo, lo stesso calore umano che offre la comunità monastica.

*Santità, potrebbe chiarire meglio questo aspetto?*

Voglio dire che all'interno del mondo monastico c'è un rapporto di tenerezza, compassione, affetto autentico che lega i lama e i monaci di grado elevato a cui è affidata la conduzione del monastero, ai piccoli novizi che studiano. E tutti gli insegnanti e i monaci anziani hanno ben presente, se non altro per averlo a loro volta provato, che in ogni caso la separazione dalla famiglia e dal suo mondo di affetti produce un trauma nei bambini. Questo è un fatto certo. Ma se il mondo che questi bambini trovano è in grado di offrire loro, insieme all'educazione e all'ispirazione religiosa, anche una sorta di famiglia allargata, di nucleo familiare più ampio, ecco che questo trauma sarà superato positivamente. In un certo senso possiamo dire che la comunità monastica offre il calore umano di un nucleo familiare ad un livello numericamente più alto. E poi non si dimentichi che ai bambini piace stare insieme, giocare insieme, divertirsi insieme... e questo è certamente assicurato nella vita in monastero.

*Che comunque, soprattutto nel Tibet tradizionale, prevedeva metodi educativi piuttosto severi.*

Guardi, noi riteniamo che sia necessario un buon inizio. Qualsiasi impresa che noi cominciamo - e la vita è la più importante delle imprese dell'uomo - necessita del miglior inizio possibile. Dunque l'educazione che il bambino riceve in monastero deve essere la migliore possibile. Quindi anche un certo grado di severità è a volte, e potremmo dire purtroppo, necessario. Certo la severità non deve mai essere eccessiva... deve sempre essere mirata al richiamare l'attenzione del bambino sull'importanza, per lui e per il suo futuro di individuo, di avere una buona educazione. Quello che secondo me è importante, terribilmente importante, è che i piccoli monaci sentano sempre - anche nei momenti in cui è richiesto loro il massimo impegno - il calore, la tenerezza e la compassione dei maestri e degli insegnanti. Se questo avverrà, quando questo avviene, allora il bambino è in grado di comprendere, di "sentire", che anche la severità o perfino le eventuali punizioni a cui può andare incontro, non sono fini a se stesse, ma fanno parte di un sistema pedagogico di cui lui sarà il primo beneficiario.

*Quando parla di punizioni si riferisce anche a punizioni di tipo corporale, tipo le famose bacchettate sul fondo schiena per cui vanno ancora oggi famose alcune scuole inglesi?*

Nel Tibet tradizionale, in effetti, a volte si ricorreva anche a questo genere di punizioni. Oggi non più, sicuramente non vi si ricorre nei monasteri ricostruiti in India. Non credo che si debba umiliare fisicamente una persona per insegnarle ad essere disciplinata e a far buon uso della sua intelligenza. La severità a cui mi riferivo è una severità morale, psicologica e vi si deve far ricorso, voglio ripeterlo ancora una volta, solo in casi estremi e sempre all'interno di una generale atmosfera di solidarietà e tenerezza verso gli allievi. Sentimenti che del resto, nella quasi totalità dei casi, sono del tutto ricambiati dai piccoli monaci. Vorrei suggerire a quanti non sono convinti della bontà dei nostri metodi d'insegnamento, di andare a visitare qualcuno dei monasteri tibetani in India o in Nepal. Potrà così vedere con i propri occhi quanto i piccoli monaci siano affettivamente legati ai

loro insegnanti e maestri e quanto siano felici di vivere e studiare nel monastero. Una indagine di questo tipo, molto semplice ma anche molto concreta, porterà a scoprire un fatto che a molti osservatori occidentali potrà sembrare stupefacente. Quando durante le vacanze i monaci si recano per qualche settimana a trovare le loro rispettive famiglie, il più delle volte, è talmente forte la nostalgia del calore della comunità monastica, che non vedono l'ora di tornare al monastero e spesso vi ritornano anche prima della fine delle vacanze.

*Questo forte senso di appartenenza alla comunità monastica può, secondo lei, essere causato, oltre che da tutti gli aspetti positivi di cui ha parlato, anche dal prestigio culturale e sociale di cui gode il monastero all'interno della società e del sistema di valori del mondo tradizionale tibetano?*

Certamente essere un monaco, un rappresentante della *sangha* monastica, è un fattore di soddisfazione per il monaco stesso e la sua famiglia. Come lei sa, prima dell'invasione cinese, in Tibet era tradizione piuttosto comune che ogni famiglia mandasse almeno uno dei suoi figli a studiare in monastero... e molti vi rimanevano, per loro libera scelta, tutta la vita. Sicuramente la figura del monaco godeva nella società tradizionale di un grande prestigio... del resto, anche se in un contesto sociale molto diverso, continua a goderne ancora oggi...

*Quando parla di un contesto sociale diverso si riferisce al Tibet occupato o al mondo dei rifugiati tibetani all'estero, particolarmente in India e Nepal?*

Mi riferisco ad entrambi. Ognuno dei due contesti ha, ovviamente, delle differenti specificità su cui non credo sia il caso di entrare. Però vorrei sottolineare come la figura del monaco sia ancora oggi, nonostante tutte le drammatiche vicissitudini che il mio Paese e il mio popolo hanno dovuto attraversare in questi ultimi 40 anni, di grande importanza sia nel Tibet occupato, sia nell'universo dei rifugiati. Mi sembra che questo dato di fatto possa aiutare a comprendere quanto importante fosse per i tibetani la dimensione monastica. Ma per rispondere esaurientemente alla sua domanda, ritengo che quello che lei ha definito il "prestigio" culturale e sociale del monastero avesse radici nella fondamentale bontà di questa istituzione sia per quanto riguarda la formazione e l'educazione del monaco, sia per la preservazione degli insegnamenti buddhisti in Tibet.

*Rimanendo sempre nel campo dell'educazione. Quali suggerimenti lei si sentirebbe invece di dare alle donne e agli uomini dell'Occidente riguardo alla formazione dei loro bambini?*

Intanto vale anche per loro l'idea del buon inizio. Tutte le volte che incontro dei bambini e dei genitori non mi stanco mai di sottolineare che la prima età, la prima fase della vita estremamente importante... direi fondamentale. Molto del futuro di una persona dipende da quanto avviene nei primi anni di esistenza.

*Questo è anche quello che afferma la moderna psicologia occidentale...*

Penso di sì, anche se, purtroppo non la conosco bene come vorrei... comunque ho recentemente incontrato alcuni scienziati che mi hanno detto che a partire dalle prime settimane fino al terzo o quarto anno di età il cervello si sviluppa molto rapidamente. Ed è in quel periodo che il bambino ha bisogno di cose come la tenerezza, l'affetto, il calore umano. E' importante che i genitori, i parenti, gli amici facciano sentire al bambino, anche

attraverso il contatto fisico - carezze, abbracci, baci etc. - tutto il loro calore umano. A costo di essere banale, voglio ripetere che gli esseri umani hanno bisogno di gentilezza per poter crescere e vivere bene. E questa gentilezza deve iniziare dall'ingresso nella vita.

*E per quanto riguarda il controllo delle emozioni? Come si deve comportare l'educatore nei confronti di stati d'animo così potenti come, ad esempio, quelle che potremmo definire le "emozioni negative" quali rabbia, paura, gelosia, ansia etc.?*

E' un argomento molto delicato e di cui, in un certo senso, è difficile parlare nello spazio angusto di un'intervista. Comunque, sintetizzando, possiamo dire che si deve "lavorare" sui due versanti della conoscenza e del comportamento... la nostra buona riuscita nella vita è dovuta ad entrambi questi aspetti. In sé, la conoscenza è uno strumento. La possiamo usare bene o la possiamo usare male...

*Male in che senso?*

Direi nel senso di un sistema di nozioni arido e senza alcun effetto sul reale comportamento della persona. Del genere, "io so un gran numero di cose ma questo sapere non cambia poi la mia vita concreta". Accade più spesso di quanto non si pensi.

*E come possiamo invece usarla bene?*

Usar bene la conoscenza significa riuscire ad applicarla nel concreto della vita quotidiana... e se noi la possiamo applicare su noi stessi, continuamente e concretamente, saremo poi in grado di trasmetterla ai nostri figli, ai nostri discepoli, ai nostri amici. Nel campo educativo è molto importante tener presente una verità, che è una verità buddhista ma può essere accettata anche da chi buddhista non è.

*Quale verità?*

Che le qualità fondamentali dell'essere umano sono quelle positive non quelle negative. Che l'amore, la gentilezza, la compassione sono caratteristiche intrinseche al nostro animo. Dobbiamo quindi coltivarle, tramite il ragionamento ma anche tramite la sensibilità e l'intuizione.

*Santità, con tutto il rispetto, non ritiene che qualcuno potrebbe obiettare che odio, violenza etc. siano altrettanto innate negli esseri umani... o addirittura possano essere considerate come le più autentiche tra le emozioni. C'è chi ritiene che la gentilezza, la compassione, etc. siano solo il risultato dell'educazione e delle regole sociali imposte, e che poco o nulla abbiano a vedere con le profondità della natura umana.*

Non condivido questi punti di vista. Credo, al contrario, che l'amore, la gentilezza, il senso della compassione, siano qualità così umane... le più naturali di tutte. In un contesto diverso da quello di un'intervista, potremmo affrontare la questione nell'ottica della psicologia buddhista, che ha fornito molti esempi convincenti di quanto sto dicendo. Ma qui basterà riflettere su come noi, tutti noi, ci sentiamo in pace e rilassati quando viviamo in una condizione in cui possiamo dare e ricevere amore, gentilezza, compassione etc. Penso che l'ira, l'aggressività, la rabbia, etc. siano invece il portato di una mente nevrotica che ha perso il contatto con la sua natura autentica. E spesso lo ha perso proprio perchè non ha potuto avere un buon inizio... perchè, chissà a causa di quali condizioni, le sono

venuti a mancare gli affetti dei genitori e delle persone care. Ritengo che se andassimo a verificare le storie personali di criminali, di assassini, di dittatori potremmo vedere che nella parte iniziale della loro esistenza qualcosa non ha funzionato dal punto di vista degli affetti ricevuti. E su questa mancanza di affetto basilare probabilmente si è poi inserita anche una conoscenza negativa, che non riusciva a vedere il mondo nella prospettiva più giusta, più autentica.

*Tornando all'universo monastico lei ha messo l'accento su come sia importante per il piccolo monaco ricevere il calore umano da un'intera comunità di persone. Nel caso della famiglia occidentale, per motivi sociali sempre più mononucleare, vale a dire composta quasi esclusivamente da madre, padre e un figlio, chi dovrebbe incaricarsi di dare ai bambini la tenerezza e l'amore di cui lei parla. Esclusivamente i genitori, i parenti più stretti o qualcun altro?*

L'affetto e la gentilezza devono venire da qualcuno. E' una responsabilità dei genitori. Ma non una loro esclusiva. L'affetto e la gentilezza sono fondamentali indipendentemente dalla loro provenienza. L'importante è che il bambino li riceva. Certo che se un figlio non riceve queste attenzioni dai suoi genitori potrà reagire negativamente... potrà sentirsi rifiutato e quindi coloro che vorranno supplire alle carenze di padri e madri dovranno tenere conto di questa situazione.

*Un tulku riceve una educazione molto speciale rispetto agli altri bambini che entrano nel monastero?*

Speciale nel senso che c'è una particolare attenzione alla sua educazione... che si pretende da lui forse uno sforzo maggiore... dei risultati migliori... ma a parte questo, un tulku riceve lo stesso tipo di educazione monastica degli altri monaci.

*Quando è nata la tradizione dei tulku in Tibet?*

Non sono particolarmente ferrato sull'argomento... il primo ad essere riconosciuto come tulku sembra essere stato il Karmapa, uno dei più eminenti maestri del lignaggio Kagyu-pa... dopo di lui questa tradizione è divenuta piuttosto diffusa in Tibet...

*Senza dubbio il più importante tulku del Tibet è il Dalai Lama ci può parlare brevemente del lignaggio dei Dalai Lama?*

A partire dalla quinta reincarnazione, Ngawang Lobsang Gyatso, i Dalai Lama divennero i capi politici e spirituali del Tibet... correva l'anno 1642. La linea di reincarnati conosciuti con il nome di Dalai Lama era iniziata nel 1391 con la nascita di Gedun Trupa, un grande maestro spirituale che fu uno dei principali discepoli di Lama Tzong Khapa. Gedun Trupa all'inizio visse nel Tibet centrale, nella regione di U... in seguito si trasferì nella zona di Tsang, dove fondò il monastero di Tashilumpo. Ben presto in questo monastero lo raggiunse un gran numero di studenti. Quando nel 1472 Gedun Trupa lasciò il suo corpo, disse ai discepoli di non preoccuparsi perché sarebbe tornato per continuare la sua opera spirituale. E così fu. Nel 1475, nel villaggio di Tanag Yalkar, sempre nello Tsang, nacque un bambino che ben presto manifestò particolari attitudini spirituali e, soprattutto, ricordava con chiarezza numerosi episodi della sua vita precedente. Si chiamava Gedun Gyatso e venne riconosciuto come l'autentica reincarnazione di Gedun Trupa. Studiò principalmente nei monasteri di Tashilumpo e Drepung... soprattutto in quest'ultimo,

dove rimase fino a quando non lasciò il corpo nel 1542 all'età di sessantacinque anni. Nel 1543 a Toiung, un paese nei pressi di Lhasa, nacque Sonam Gyatso che fu a sua volta riconosciuto come la terza incarnazione del lignaggio fondato da Gedun Trupa. Ora è importante vedere che fino a Sonam Gyatso i lama di questa linea di successione non avevano un nome particolare... non si chiamavano ancora Dalai Lama. Fu solo con la terza incarnazione che questo titolo venne loro conferito...

*Da chi?*

Dal capo mongolo Altan Khan... vede a quel tempo la fama di Sonam Gyatso si era notevolmente diffusa in tutto il Tibet... questo maestro era conosciuto per la purezza dei suoi insegnamenti e la qualità delle sue realizzazioni spirituali... un gran numero di storie presero rapidamente a circolare in ogni angolo del Paese delle Nevi. L'eco di questi racconti giunse anche alla corte di Altan Khan, un capo mongolo del clan Tumat, discendente dello stesso Gengis Khan. Altan Khan invitò più volte Sonam Gyatso in Mongolia e alla fine questi acconsentì a partire. Nel 1577 lasciò il monastero di Drepung alla volta della Mongolia dove giunse nella tarda estate dell'anno successivo. Lo stesso Altan Khan si recò a riceverlo ai confini del suo regno e lo accompagnò con un grande corteo a Koko Kotan, la capitale della tribù Tumat. Sonam Gyatso iniziò subito a dare insegnamenti al monarca ed alla sua gente ed in breve tempo Altan Khan si convertì al Buddhismo e conferì al suo maestro il titolo di "Dalai", un termine mongolo che significa "Oceano"... da allora in poi Sonam Gyatso venne conosciuto come il Dalai Lama e questo titolo fu dato anche alle sue precedenti incarnazioni. Questa è la ragione per cui ci chiamiamo Dalai Lama. Le relazioni del III Dalai Lama con il mondo mongolo erano così strette che quando nel 1588 Sonam Gyatso morì la sua incarnazione non apparve in Tibet ma nella stessa Mongolia. Infatti il IV Dalai Lama, Yonten Gyatso, era il nipote di Altan Khan.

*Ma Yonten Gyatso svolse comunque la sua missione spirituale in Tibet?*

Sì... dopo essere rimasto abbastanza a lungo in Mongolia, nel 1601 all'età di circa 12 anni, il IV Dalai Lama si trasferì in Tibet, nel monastero di Drepung. Purtroppo la sua salute non era molto buona e dovette lasciare il corpo ancora piuttosto giovane nel 1617.

*Fino a quell'epoca i Dalai Lama non esercitavano alcuna particolare funzione politica in Tibet...*

Esattamente. Erano secoli piuttosto turbolenti per il Tibet sotto un profilo politico, ma i primi quattro Dalai Lama svolsero unicamente una funzione spirituale. Fu solo con il V, Ngawang Lobsang Gyatso, il Grande Quinto come viene solitamente ricordato dai tibetani, che il Dalai Lama riunì nella sua figura tanto il potere spirituale quanto quello politico. Vede, come le ho detto, era un periodo molto difficile per il Tibet... vi erano forti tensioni... e non solo in campo politico... vi erano incomprensioni e, in alcuni casi anche dissapori, perfino tra le scuole religiose... in particolare tra i Kagyu-pa e i Gelug-pa. Il Tibet arrivò, per la prima volta nella sua storia, sull'orlo di una vera e propria guerra civile. Così il V Dalai Lama decise che era giunto il momento di intervenire anche in ambito politico e, grazie all'aiuto della tribù mongola dei Qosot e del suo capo, il principe Gushri Khan, Ngawang Lobsang Gyatso riuscì a prendere il potere e a riunificare e pacificare il Tibet... creò un governo centrale con sede a Lhasa che fu in breve tempo riconosciuto dai tibetani

come l'autentico governo di tutte e tre le grandi regioni che costituiscono il nostro Paese, U-Tsang, Amdo e Kham.

*E da un punto di vista spirituale si affermò una sorta di egemonia della scuola Gelug-pa?*

Assolutamente no... vede, la scuola Gelug-pa era già molto diffusa e influente... soprattutto nella zona di Lhasa e nell'intero Tibet centrale... ma il V Dalai Lama divenne il capo religioso di tutti i tibetani... non fu mai settario. Anzi proprio lui viene ancora oggi ricordato per aver ricevuto e praticato diversi insegnamenti di altre scuole oltre a quella Gelug-pa, in modo particolare fu detentore di importanti lignaggi Nyingma-pa. Ma non solo Ngawang Lobsang Gyatso ebbe questa attitudine non settaria. Prima di lui anche gli altri Dalai Lama, sebbene tutti appartenenti alla tradizione Gelug-pa avevano praticato differenti insegnamenti di altre scuole... questo risulta evidente dalle loro biografie. No, con la tradizione dei Dalai Lama non si affermò alcuna "egemonia" Gelug-pa. I Dalai Lama, a partire dal V, divennero i massimi rappresentanti di tutti i tibetani... e così vennero riconosciuti da tutto il popolo. Del resto i Dalai Lama non erano i capi della scuola Gelug-pa... questo non sempre è chiaro in Occidente... si fa un po' di confusione al riguardo. Il capo della scuola Gelug-pa è il Ganden Tripa che viene eletto da alcuni importanti lama di questa scuola sulla base delle sue conoscenze spirituali e sulla base della sua erudizione. La tradizione non settaria continuò con il VI Dalai Lama, Tsyang Gyatso, che ebbe come lei certamente sa uno stile di insegnamento piuttosto non convenzionale...

*Proprio a causa di questo stile di vita piuttosto particolare, sono famose le sue poesie d'amore dedicate a numerose ragazze, qualcuno ritiene che forse nel caso del VI Dalai Lama ci possa essere stato un errore nel riconoscimento della sua incarnazione...*

Non lo credo assolutamente... sono convinto che Tsyang Gyatso fosse l'autentica reincarnazione del V Dalai Lama... il suo stile non convenzionale esprimeva unicamente il fatto che si possono avere differenti modi di insegnare... ma la qualità degli insegnamenti del VI Dalai Lama era assolutamente pura... fu un grande Dalai Lama anche se, a causa di problemi politici, morì molto giovane nel 1706.

*Morì nel paese di Lithang e, prima di partire da Lhasa scrisse una poesia in cui non solo prediceva che avrebbe lasciato il suo corpo a Lithang ma anche che lì sarebbe rinato... "Prestami le tue ali/ Candida gru/Non andrò oltre Lithang/E poi tornerò nuovamente..."*

Successe proprio così... come era scritto in quella sua poesia. Infatti nel 1708 a Lithang nacque Kalsang Gyatso, il VII Dalai Lama. Questi si dedicò principalmente allo studio religioso e alle pratiche della scuola Gelug-pa di cui fu uno dei più puri praticanti. Lasciò il corpo nel 1757 e nel 1758, nel villaggio di Thobgyal nella regione di Tsang, nacque Jampal Gyatso l'VIII Dalai Lama. Anch'egli, nella prima parte della sua vita praticò quasi esclusivamente gli insegnamenti Gelug-pa ma in seguito cercò di studiare anche altre tradizioni sfortunatamente sembra che non trovò dei maestri realmente qualificati. Dopo la sua morte, avvenuta nel 1804, tutti i successivi Dalai Lama, dal IX al XII morirono in giovane o giovanissima età e quindi non fecero in tempo a compiere i loro studi religiosi in maniera appropriata. Nel 1876 però, nacque a Langdun, nel Tibet sud occidentale, Thubten Gyatso il XIII Dalai Lama che non solo fu una grande personalità politica ma anche un grande praticante buddhista. Egli studiò molto approfonditamente sia gli insegnamenti

Gelug-pa sia quelli di altre scuole, in modo particolare quelli Nyingma-pa... e nonostante dovette occuparsi molto del governo del Tibet in quegli anni difficili che videro dapprima l'occupazione del mio Paese da parte degli eserciti imperiali cinesi e poi la sua definitiva liberazione in seguito alla caduta dell'Impero, il XIII Dalai Lama fu un profondo praticante spirituale e un erudito maestro religioso per tutta la sua esistenza. Lasciò il corpo nel 1933... e siamo così arrivati al "Grande Quattordicesimo" (ride)! Colui che le sta parlando... io nacqui nel Tibet orientale, nella regione dell'Amdo. Il mio villaggio natale si chiama Takster ed era, all'epoca della mia nascita nel 1935, un piccolissimo borgo del tutto isolato e fermo nel tempo. I miei genitori erano dei semplici contadini ed io ero il loro quinto figlio. Sembra che molti eventi particolari abbiano segnato la mia nascita e mio padre e mia madre pensavano che forse potevo essere la reincarnazione di qualche lama ma non immaginavano certo che potessi essere la reincarnazione del Dalai Lama... quando venne da Lhasa la delegazione che mi "scoprì" rimasero scioccati...

*Lei ha raccontato nelle sue due Autobiografie tutti i particolari di come venne riconosciuto quale incarnazione del XIII Dalai Lama, qui le vorrei chiedere come definirebbe la "peculiarità" del lignaggio dei Dalai Lama.*

Aiutare il popolo tibetano... essere di beneficio ai tibetani sia dal punto di vista spirituale sia da quello sociale... questa è la particolarità del nostro lignaggio.

*Si ritiene che i Dalai Lama siano l'emanazione terrena di Avalokitesvara, il bodhisattva che incarna il principio della compassione. Quando e come è stato possibile stabilirlo?*

Questo è un po' un mistero... non lo so esattamente... credo che ai tempi del I Dalai Lama ci siano stati dei segni, delle indicazioni piuttosto chiare che Gedun Trupa fosse la manifestazione terrena di Avalokitesvara... ci sono influenze misteriose, particolari relazioni tra il nostro lignaggio ed Avalokitesvara. Poi abbiamo questo speciale compito nei riguardi del Tibet e Chenrezig, come noi tibetani chiamiamo Avalokitesvara, è la divinità tutelare del Tibet. Comunque deve essere chiaro che la manifestazione di un bodhisattva non è "appannaggio" di una sola persona o di un'unica linea di reincarnazioni... ci possono essere molteplici manifestazioni di quel medesimo principio...

*Anche contemporaneamente?*

Sì, certo... anche contemporaneamente.

*In Occidente a volte ci si riferisce al Dalai Lama come a una sorta di "Dio vivente"... è giusto?*

Assolutamente no... intanto il Buddhismo non contempla nei suoi insegnamenti la presenza di un Dio creatore... figuriamoci quindi quella di un "Dio vivente"... e poi se io fossi un "Dio vivente" con tutti i limiti che ho si tratterebbe di un ben miserevole Dio (ride)! Credo che questo termine sia la traduzione di una parola cinese che ha questo significato... *Ho-fu*. In tibetano noi usiamo il termine Lama che è la traduzione della parola sanscrita guru, maestro spirituale. Lama è composto da "La" che significa sopra e "Ma" che vuol dire nessun altro... quindi Lama vuol dire che non esiste nessun altro al di sopra... dunque indica le grandi qualità dell'insegnante spirituale. Nel mio caso, Dalai Lama vuol dire il Lama Oceano dove il termine Oceano sta per Oceano di saggezza, di conoscenza... per questo, più correttamente, a volte il Dalai Lama viene chiamato da studiosi occidentali

l'Oceano di Saggezza... questo è una definizione più appropriata sotto l'aspetto filologico... ma "Dio vivente" è proprio un non senso.

*Come stabilisce un Dalai Lama dove e in quale famiglia rinascere?*

Nel caso dei miei predecessori francamente non lo so... credo che dal momento che erano tutti dei praticanti avanzati con delle forti motivazioni altruistiche avessero tutti un notevole esperienza in questo campo. Per quanto mi riguarda faccio del mio meglio per sviluppare anch'io questo genere di pura motivazione ad aiutare tutti gli esseri senzienti... uno dei versi che maggiormente ispirano le mie meditazioni è quello che recita, "fino a quando rimarrà lo spazio, fino a quando esisteranno le sofferenze degli esseri senzienti io tornerò per poterli servire". La meditazione su questi versi mi infonde una potente energia e mi aiuta a comprendere il vero significato dell'esistenza. Non ho dubbi che la linea delle mie reincarnazioni continuerà... allo stato attuale non ritengo di aver sviluppato il potere necessario per poter dirigere con chiarezza il corso della mia nuova incarnazione, ma faccio del mio meglio per poterlo sviluppare prima della mia scomparsa... in ogni caso non ho fretta (ride)! Spero di avere davanti a me abbastanza tempo per poterlo ottenere. Scherzi a parte, è vero che in Tibet i grandi lama possono predire abbastanza chiaramente il luogo e il tempo della loro successiva incarnazione... da questo punto di vista la tradizione dei Dalai Lama non fa eccezione, non è molto diversa da quella degli altri tulku. A volte queste indicazioni sono piuttosto chiare... in altri casi devono essere decifrate poiché si presentano invece abbastanza oscure.

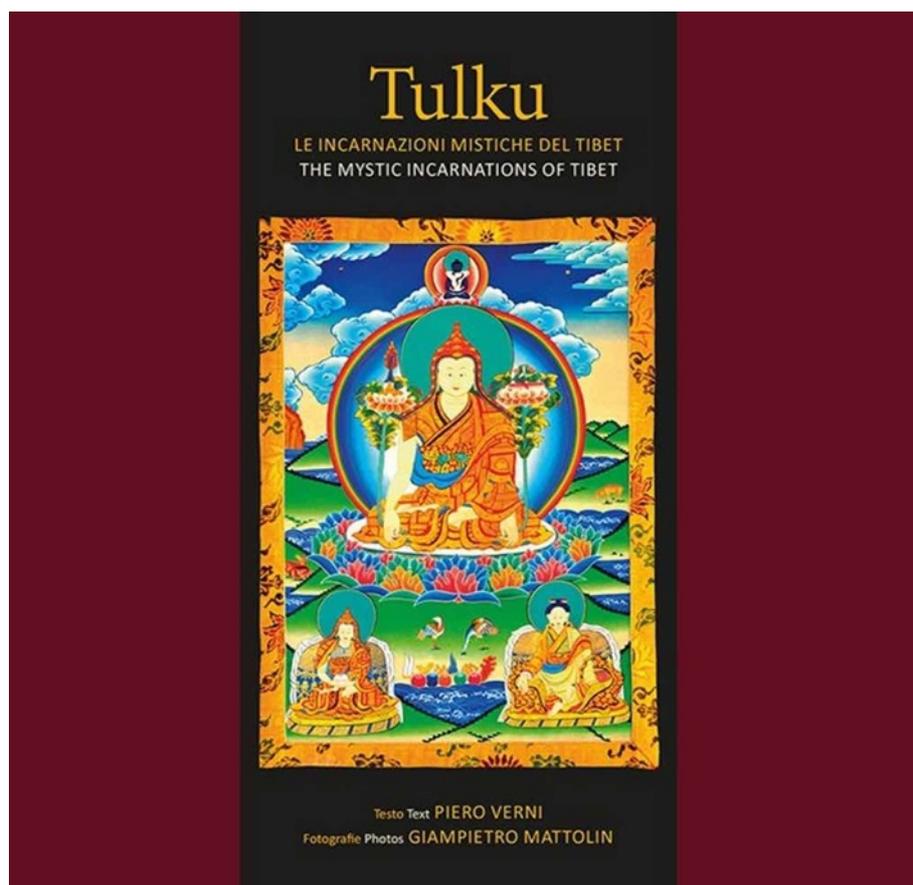
*E quando sono oscure, almeno nel caso dei Dalai Lama, si interrogano diversi oracoli?*

Nel caso dei Dalai Lama, quando le indicazioni sono vaghe, di difficile interpretazione, si ricorre in modo particolare all'Oracolo di Stato, l'oracolo del monastero di Nechung... gli oracoli sono delle persone, a volte monaci a volte semplici laici, il cui organismo fisico viene usato da particolari energie spirituali per parlare al mondo degli esseri umani. Questi oracoli quindi scelgono un essere umano come medium, come intermediario fra loro e il nostro mondo... così queste persone a volte cadono in una sorta di trance durante la quale agiscono e, soprattutto, parlano a nome di quella determinata energia spirituale che possiamo così interrogare. Nel caso delle reincarnazioni del Dalai Lama, così come in occasione di altre importanti decisioni, il governo tibetano consulta l'Oracolo di Nechung che per questo viene chiamato Oracolo di Stato.

*Cosa prova una famiglia quando al suo interno viene trovata la reincarnazione di un Dalai Lama?*

Difficile da dire in generale... da una parte i genitori sono molto felici di aver generato un bambino così importante per il Tibet... dall'altra sono però tristi perché, proprio a causa dell'importanza del suo ruolo, in un certo senso hanno l'impressione di perderlo. In ogni caso in Tibet la famiglia seguiva a Lhasa il piccolo Dalai Lama per potergli rimanere vicino. E per quanto lo status sociale dei genitori e dei parenti più stretti del Dalai Lama fosse molto elevato per alcuni la differenza con i loro stili di vita precedenti poteva comportare qualche problema di adattamento.

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.