



N° 24

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

Cari amici,

questo numero della nostra newsletter è interamente dedicato al Kalachakra, l'importante iniziazione tantrica che Sua Santità il Dalai Lama ha impartito nei giorni scorsi nella cittadina indiana di Bodhgaya (Bihar). E questa è la ragione per cui usciamo con quasi due settimane di ritardo rispetto al consueto 10° giorno del mese tibetano. Abbiamo cercato di seguire le differenti fasi dell'iniziazione e inoltre ospitiamo le corrispondenze da Bodhgaya della nostra preziosa collaboratrice Karin Dietz apparse sulla pagina Face Book dell'Anno del Dalai Lama. Anche nella rubrica dedicata alle recensioni, parliamo di quattro libri e di un documentario sul significato e la storia dell'iniziazione di Kalachakra. Infine lo spazio "Il Dalai Lama ci parla", ospita una lunga intervista di Sua Santità interamente dedicata al Kalachakra spiegato con grande chiarezza e profondità nei suoi principali aspetti. Continuiamo a non perderci di vista.

22° giorno dell'undicesimo mese dell'Anno della Scimmia di Fuoco (19 gennaio 2017)

Piero Verni

Giampietro Mattolin





Bodhgaya, Bihar, India, 29 Dicembre 2016: Sua Santità il Dalai Lama è giunto nella cittadina sacra per i Buddhisti di tutto il mondo (è qui che il Buddha Shakyamuni ha raggiunto l'Illuminazione) per celebrare l'importante iniziazione tantrica di Kalachakra. Oggi ha parlato a un numeroso gruppo di pellegrini tibetani convenuti qui per assistere al rituale ma che non potranno farlo causa una dura disposizione emanata da Pechino che ha proibito la loro permanenza in India imponendo loro di

tornare in Tibet. Prima della loro partenza però, l'Oceano di Saggezza ha voluto incontrarli e incoraggiarli ricordando loro che potranno godere anche a distanza dei benefici di questa cerimonia. Inoltre ha sottolineato come per i tibetani in esilio i loro fratelli e le loro sorelle rimasti in Tibet siano una costante fonte di ispirazione. Infine ha voluto ricordare l'importanza della cultura e della spiritualità tibetane. Una breve cerimonia per la generazione della mente di risveglio (*bodhicitta*) e la trasmissione dei mantra di Buddha Shakyamuni, Avalokitesvara, Manjushri e Arya Tara ha concluso l'incontro con i pellegrini. Poi il Dalai Lama si è recato nel principale tempio di Bodhgaya, il Mahabodi Temple, dove insieme a due monaci della "Mahabody Society" e del monastero Namgyal ha recitato numerosi sutra buddhisti.



Bodhgaya, Bihar, India, 31 Dicembre 2016: Oggi il Dalai Lama ha incontrato oltre duemila studenti che provenivano da 25 scuole differenti della zona. Sua Santità ha iniziato il discorso dicendo, "Cari giovani fratelli e sorelle... e naturalmente cari anziani fratelli e sorelle, ogni volta che parlo in pubblico preferisco essere informale. Mi sembra che i formalismi servano solo a creare barriere tra la gente. Ma fatemi dire che per me è

un grande onore essere qui con voi e poter discutere con voi in questo luogo che molti di noi considerano sacro". Continuando nel suo discorso il Dalai Lama ha affrontato i temi a lui particolarmente cari dell'uguaglianza degli esseri umani, delle religioni e delle culture. "Troppi problemi che affliggono il mondo sono creati da noi. Perché diamo troppa importanza a quello che ci divide rispetto a quanto ci unisce. E spesso dimentichiamo che apparteniamo tutti alla medesima famiglia umana". Continuando nella sua esposizione l'Oceano di Saggezza ha ricordato come il futuro, il 21 secolo appartenga ai giovani, a quanti oggi si apprestano ad entrare nella vita sociale. E ha sottolineato che spera fortemente nell'impegno delle nuove generazioni affinché il secolo che è iniziato da pochi anni, possa essere un secolo di pace, basato sui sentimenti di uguaglianza e compassione. "La compassione è la base su cui poggia la nostra sopravvivenza non un motivo di fede religiosa. La nostra esistenza dipende dall'affetto degli altri e quindi è nel nostro interesse tenere a cuore i loro sentimenti". Dalla sala in cui si era tenuto l'incontro con gli studenti il Dalai Lama si è trasferito nel nuovo monastero della scuola *Nyingma* voluto fortemente dal grande lama Penor Rinpoche (1932-2009). L'ex ministro Venerabile Tsering Phuntsok e

Gyangkhang Rinpoche lo hanno accolto nel tempio al cui interno il Dalai Lama ha ricordato l'importante lavoro spirituale di Penor Rinpoche e ha lodato il suo impegno per dare al dibattito filosofico un posto di primo piano all'interno dell'iter monastico della tradizione *Nyingma*.



Bodhgaya, Bihar, India, 2 gennaio 2016: questa mattina Sua Santità è arrivato nel grande padiglione predisposto per ospitare gli oltre 200.000 partecipanti e dove trasmetterà gli insegnamenti, eseguirà i rituali e infine conferirà l'iniziazione di Kalachakra. Mentre i monaci del Namgyal iniziavano le tradizionali pratiche preparatorie Sua Santità ha cominciato a parlare chiedendo se le traduzioni predisposte via FM (hindi, inglese, cinese, russo, coreano, giapponese, italiano, vietnamita, francese,

spagnolo, portoghese, thailandese, nepalese, ladhako, bhutanesi, e i dialetti tibetani delle regioni del Kham e dell'Amdo) si sentissero correttamente. Poi ha iniziato il suo discorso dicendo, "Siete tutti convenuti qui con grande entusiasmo per ascoltare il Dharma. Trasformate questo entusiasmo in una opportunità per la pratica. Qualsiasi tradizione religiosa voi seguitate, quello che importa è la sincerità con cui la professate. La pratica principale di tutte le tradizioni è la coltivazione dell'altruismo, il senso dell'amore e della compassione. Questo è un approccio molto pratico. Quelli tra noi che seguono la tradizione buddhista devono coltivare la compassione per essere considerati praticanti *mahayana*. Se in fondo al nostro cuore alberga l'egoismo allora la nostra pratica non sarà *mahayana*. E in questo caso non potrete trarre gran beneficio dall'iniziazione". Procedendo nel suo insegnamento il Dalai Lama ha ricordato come una autentica trasformazione interiore non può avvenire in un paio di giorni ma richiede un lungo lasso di tempo per poter sbocciare e fiorire in modo da poter cambiare le nostre menti. Ma la natura vera della mente è chiara mentre i suoi oscuramenti sono momentanei. Mantenere saldo il proposito di raggiungere l'Illuminazione è il miglior incentivo ad astenersi da comportamenti scorretti sul piano etico e a concentrarsi su di una virtuosa trasformazione della mente. E, annunciando il programma dell'iniziazione, ha detto: "Insegnerò il volume mediano del testo 'Gli stadi della meditazione' che Kamalashila scrisse in Tibet nell'ottavo secolo su richiesta dell'imperatore tibetano Trisong Detsen. Fu il suo maestro Santarakshita che portò la tradizione di Nalanda in Tibet, conferendo le prime ordinazioni monastiche, trasmettendo gli insegnamenti e facilitando la traduzione della letteratura buddhista in tibetano mentre Guru Padmasambhava introduceva le pratiche tantriche.





Bodhgaya, Bihar, India, 3 gennaio 2016: questa mattina Sua Santità ha celebrato l'autogenerazione di Kalachakra e iniziato i rituali preparatori. Poi sono iniziate le cerimonie per rimuovere ogni ostacolo potenziale legato al terreno su cui verrà costruito il mandala di sabbie colorate. Questa fase è culminata con alcune danze sacre dedicate alla Terra, eseguite da 15 monaci del monastero Namgyal. Nel primo pomeriggio è iniziata la

“costruzione” del mandala di Kalachakra, guidata dal Venerabile Thantog Rinpoche abate del monastero Namgyal su delega del Dalai Lama.



Bodhgaya, Bihar, India, 4 gennaio 2016; mentre prosegue la “costruzione” del mandala, Sua Santità ha partecipato ai riti preparatori all’iniziazione. Dopo essersi seduto sul trono e aver ringraziato l’enorme folla dei partecipanti, il Dalai Lama ha ascoltato un gruppo di bambini di una scuola locale recitare il “Sutra del Cuore” in lingua sanscrita. Al termine l’Oceano di Saggezza ha ricordato come la tradizione Pali sia il fondamento degli insegnamenti del Buddha. Venendo alla tradizione

sanscrita ha messo in evidenza come questa si sia diffusa inizialmente in Cina e poi in Vietnam, Corea e Giappone. Mentre un altro tipo di trasmissione si diffuse dapprima in Tibet e da lì in Mongolia e nelle repubbliche, oggi facenti parte della Russia, di Burazia, Kalmichia e Tuwa. Quindi il “Sutra del Cuore” è stato recitato in tibetano. Dopo aver ricevuto l’offerta del mandala del corpo, della parola e della mente di illuminazione (datogli dal Khenpo Sonam Temphele e dall’anziano medico Yeshe Donden), Sua Santità ha spiegato che insegnerà il testo di Shantideva, “Guida al modo di vivere del Bodhisattva” e la parte mediana de “Gli Stadi della meditazione” di Kamalashila. “L’educazione oggi, tende ad essere sempre più rivolta verso obiettivi materiali”, ha detto il Dalai Lama all’interno di un excursus sulla condizione e sui problemi del mondo moderno, “ma quello di cui abbiamo veramente bisogno è di una autentica felicità basata sul potere della mente. E per poterlo fare dobbiamo comprendere con chiarezza come questa mente funziona... cosa che possiamo trovare nell’antica conoscenza indiana. La sofferenza che noi sperimentiamo è il risultato di una mente disordinata e uno dei modi per domarla è lo sviluppo dell’amore e della compassione”. Venendo poi a parlare del dramma tibetano, Sua Santità ha ricordato, “Come tibetano mi sono ritirato da ogni responsabilità politica nel 2011 ma continuo a lavorare per la difesa della lingua, della religione e della cultura del Tibet. Oggi la lingua tibetana è il miglior medium per rendere anche le sfumature più sottili della filosofia buddhista”. All’inizio della lettura de “Gli Stadi della meditazione”, il Dalai Lama ha riassunto brevemente le prime fasi della diffusione del Buddhismo in Tibet e dell’importanza che in questa ebbe il testo di Kamalashila. Alternando letture da “Gli Stadi della meditazione” e da “Guida al modo di vivere del Bodhisattva”, il Dalai Lama è

entrato subito nel cuore degli insegnamenti buddhisti parlando della vacuità di tutte le cose e di altri aspetti peculiari di questa via spirituale.



Bodhgaya, Bihar, India, 6 gennaio 2016: oggi, grazie al lavoro indefesso di 4 monaci la struttura centrale del mandala di sabbie colorate ha preso forma. Intanto continuano i complessi rituali preparatori per l'iniziazione. Sua Santità nel primo pomeriggio ha incontrato Swami Chidanand Sarasvati e i rappresentanti di altre tradizioni religiose dando vita a un imprevisto incontro interreligioso. Gli esponenti delle tradizioni spirituali venivano da Patna (capitale del Bihar)

dove il giorno prima avevano preso parte a un importante convegno indetto per celebrare il 350esimo anniversario della nascita del maestro sik, Govind Sing. Al convegno avevano partecipato sia Narendra Modi, primo ministro dell'India sia Nitish Kumar, capo del governo dello stato del Bihar. Nell'introdurre l'incontro Tenpa Tsering, esponente di primo piano del governo tibetano in esilio, ha ricordato i tre impegni principali del Dalai Lama: promuovere i valori umani, dare il proprio contributo al miglioramento dell'armonia interreligiosa, mantenere in vita la lingua e la cultura tibetane. Terminato l'incontro Sua Santità è tornato alla lettura della "Guida al modo di vivere del Bodhisattva" entrando in numerosi dettagli filosofici e psicologici del testo.



Bodhgaya, Bihar, India, 7 gennaio 2016: il mandala continua a crescere e la sfera policromatica continua ad allargarsi mentre il Dalai Lama conduce i rituali preparatori dell'iniziazione. Oggi il "Sutra del Cuore" è stato recitato in vietnamita e il Ganden Tripa (massima autorità della scuola Gelug) ha offerto il mandala delle tre rappresentazioni (corpo, parola, mente di illuminazione) al Dalai Lama. Parlando delle differenze tra le varie religioni, Sua Santità ha tra l'altro detto,

"Non affermo che il Buddhismo sia migliore e tantomeno che tutti dovrebbero diventare buddhisti. C'è una grande varietà di tradizioni religiose per differenti popoli e persone. E' come per le medicine, ognuna serve a guarire una specifica malattia. I tibetani seguono il Buddhismo da moltissimi generazioni ma in Occidente e in altre parti del mondo troviamo ebrei, cristiani, musulmani... questo è il motivo per cui in genere consiglio di seguire la religione del luogo in cui si è nati". Tornando agli insegnamenti, Sua Santità ancora una volta ha messo in evidenza come lo scopo finale della pratica sia sconfiggere le emozioni negative e comprendere il concetto buddhista di vacuità, la consapevolezza che ogni fenomeno è privo di una sua natura inerente. Trattando di un passo del libro "Gli stadi della meditazione" in cui si consiglia il praticante dello yoga di essere vegetariano, il Dalai Lama ha colto l'occasione per parlare del vegetarianesimo. Dopo aver ricordato che il grande maestro Atisha era vegetariano, Sua Santità ha parlato della sua personale

esperienza in questo ambito. Negli anni '60 dello scorso secolo era stato vegetariano per quasi due anni ma il suo corpo non aveva reagito bene alla "dieta" e si era ammalato. Quindi i suoi dottori gli avevano consigliato di tornare a pasti che includevano anche la carne. In ogni caso ha specificato che oggi le cucine di molti monasteri e di scuole della comunità tibetana in India servono pasti vegetariani. Comunque ha terminato questa sua riflessione affermando che in ultima analisi la scelta se essere o meno vegetariani appartiene al singolo individuo. Tornando ai testi, il Dalai Lama ha parlato della pratica delle prosternazioni, della pratica yogica inerente al respiro, delle tecniche meditative e della capacità di considerare gli altri come noi stessi.



Bodhgaya, Bihar, India, 8 gennaio 2016: questa mattina il mandala è stato completato così come l'autogenerazione di Kalachakra e i rituali preparatori. Nel pomeriggio il Dalai Lama è tornato sul tema della saggezza e del raggiungimento dell'Illuminazione ricordando, tra l'altro, come per comprendere pienamente gli insegnamenti del Buddha sia necessaria l'intelligenza. "Ho dato la trasmissione di questi due trattati", ha

concluso il Dalai Lama, "voi avete i libri e quindi dovrete tenerli con voi e leggerli e rileggerli". Prima di lasciare il suo trono, il Dalai Lama ha ricordato ancora una volta l'importanza di avere una visione ecumenica. Riferendosi alla setta che pratica il culto del Dolgyal (Shugden) ha citato la loro idea che se un praticante gelugpa tiene un libro della tradizione nyingma in casa il Dolgyal lo punirà. E questo non è un buon modo di praticare il Dharma. Al contrario, ha sottolineato il Dalai Lama, tutte le scuole buddhiste del Tibet affondano le loro radici nella tradizione di Nalanda e ha ancora una volta incoraggiato comportamenti e attitudini volte a incoraggiare una sempre crescente armonia tra le varie correnti spirituali tibetane.



Bodhgaya, Bihar, India, 9 gennaio 2016: dal tempio di Kalachakra, dove anche questa mattina aveva partecipato ai riti preparatori, Sua Santità ha inaugurato *Gandantecgchenling* il nuovo tempio mongolo appena terminato. Dopo aver reso omaggio alle statue di Buddha Shakyamuni, di Je Tzongkapa e del primo Khalkh Jetsun Dampa (la più alta autorità spirituale della Mongolia), il Dalai Lama si è seduto sul trono che era stato preparato per lui. Per prima cosa l'Oceano di

Saggezza ha chiesto ai monaci di salmodiare con voce stentorea un verso dell'offerta del mandala in modo da riempire con il suono potente delle loro voci l'intero edificio. E così i religiosi hanno fatto recitando la preghiera Ganden Lhagya. Nel suo discorso il Dalai Lama ha tenuto a sottolineare la speciale connessione che da lungo tempo lega il Tibet alla Mongolia. "Miei cari fratelli e sorelle nel Dharma, avete edificato questo tempio e mi avete invitato a consacrarlo e quindi sono molto felice di essere qui con voi. Ho fatto numerose

visite in Mongolia e ho l'impressione che i nostri due Paesi abbiano avuto stretti legami anche prima che si convertissero al Buddhismo. Il terzo Dalai Lama, Sonam Gyatso, andò in Mongolia e ricevette il titolo di "Dalai" che da allora è stato il nome dell'intero lignaggio. Il mio predecessore, il XIII Dalai Lama, venne in Mongolia quando il Tibet era minacciato da forze straniere all'inizio del secolo scorso. In passato molti monaci mongoli vennero a studiare in Tibet e in diversi raggiunsero alti livelli di conoscenza spirituale... da quando il vostro paese ha riconquistato l'indipendenza e la democrazia siete stati in grado di far rivivere il Dharma sulla base di una forte devozione". Tornato al tempio di Kalachakra, Sua Santità ha presenziato a una Danza Rituale eseguita da sedici monaci del Namgyal vestiti con gli abiti cerimoniali e assistiti dal suono di strumenti musicali come tamburi, cembali e trombe corte. Mentre i monaci eseguivano i loro rituali, alcuni gruppi di laici si sono esibiti in spettacoli tradizionali (sia cantati sia recitati) della tradizione popolare tibetana. Gli attori del T.I.P.A. (Tibetan Institute of Performing Arts) hanno eseguito opere provenienti da ognuna delle tre provincie in cui si divideva il Tibet tradizionale. Infine gruppi provenienti dalle aree di tradizione buddhista della regione himalayana (Mön, Spiti, Kinnaur) e dal Bhutan, dalla Mongolia, dalla Corea e dalla Kalmukya hanno offerto al Dalai Lama frammenti delle loro tradizioni culturali e musicali.



Bodhgaya, Bihar, India, 10 gennaio 2017: di mattina presto, il Dalai Lama ha rilasciato una lunga intervista a Michael Ware inviato della National Geographic Television e noto corrispondente di guerra. Nel corso della conversazione, che ha toccato numerosi temi, il Dalai Lama ha parlato anche dei suoi giorni da bambino, quando sfogliava alcuni numeri del National Geographic appartenuti al suo predecessore. "Ho molta familiarità con la rivista

National Geographic" ha tra l'altro detto l'Oceano di Saggezza al suo interlocutore, "Quando ero un bambino trovai due o tre copie della rivista nella stanza del 13° Dalai Lama, la stanza in cui egli lasciò il corpo". Ad un certo punto Ware ha mostrato a Sua Santità un numero del *National* dell'inizio degli anni '50 dello scorso secolo che ospita un articolo di Heinrich Harrer, "Fu la prima persona che mi parlò dell'Europa", ha detto il Dalai Lama parlando dell'autore del best seller *Sette anni in Tibet*, "e in seguito è diventato uno dei nostri sostenitori più affidabili". Tornato al luogo degli insegnamenti ha cercato di trovare tra la folla i volti delle tante persone amiche che sono convenute qui da ogni angolo del mondo. Oggi il "Sutra del Cuore" è stato salmodiato prima in nepalese e poi in russo. Al termine Sua Santità ha così iniziato il suo discorso, "Oggi Sri Kalachakra prenderà in esame le procedure preliminari necessarie per il conferimento dell'iniziazione vera e propria... si dice che avendo ricevuto questa iniziazione si potrà rinascere nel regno di Shambala, ma non sappiamo dove esso sia. Si ritiene che sia su questa terra ma sembra accessibile solo agli individui che hanno accumulato meriti sufficienti. Dicono che Palden Yeshe, il VI Panchen Lama, abbia visitato quel luogo e abbia anche scritto una sorta di guida per accedervi. Ma in ogni caso ancora non sappiamo dove sia". Sono poi seguite le elaborate fasi della preparazione degli studenti e Sua Santità ha sottolineato come sia necessario un forte legame tra il discepolo e il suo maestro spirituale. E parlando di questo

è tornato sull'argomento del culto di Shugden. "Avendo fatto ricerche approfondite, ho scoperto che il Dolgyal sorge come risultato di false preghiere", ha tra l'altro specificato il Dalai Lama, "Il V Dalai Lama descrive questo spirito come malevolo sostenendo che sia negativo per il Dharma e gli individui. Se qualcuno vuole adorare il Dolgyal lo faccia pure, è una sua scelta. Ma quanti vogliono stabilire una relazione spirituale con me non possono mantenere anche una relazione con il Dolgyal".



Bodhgaya, Bihar, India, 11 gennaio 2017: il Dalai Lama, lasciata molto presto la sua residenza è arrivato di buon ora al tempio di Kalachakra e per oltre quattro ore ha eseguito gli ultimi rituali preparatori all'iniziazione: preghiere, sadhana, consacrazione del vaso, offerte, pratiche di autogenerazione. Più di duecentomila persone erano presenti. Ad un certo punto il Dalai Lama ha salutato uno ad uno i grandi lama convenuti per ricevere i suoi insegnamenti e iniziazioni. Tra i

principali vi erano: il Ganden Tripa (massima autorità della scuola *Gelug*) Jetsun Lobsang Tenzin; il suo predecessore Ganden Trisur Rinpoche; Katok Getse Rinpoche, uno dei maggiori esponenti della scuola *Nyingma*; il Khambo Lama, principale maestro della Mongolia; Thamtog Rinpoche, abate del monastero Namgyal; gli oracoli (*kuten*) Nechung e Tseringma; Sakya Trinzin, capo della scuola *Sakya*; il XVII Gyalwa Karmapa, detentore del lignaggio *Karma-Kagyu*; Taklung Shabdrung, capo della scuola *Taklung Kagyu*; Khondung Gyana Vajra Rinpoche, il figlio minore di Sakya Trinzin; la nuova incarnazione di Trulshik Rinpoche; Woesser Rinpoche (importante lama mongolo) e Kundeling Rinpoche. Oggi il "Sutra del Cuore" è stato recitato prima in giapponese e poi in inglese. Dopo aver sottolineato quanto il principio della compassione sia fondamentale nel Buddhismo, il Dalai Lama ha ricordato come l'insegnamento delle Quattro Nobili Verità sia da considerarsi come il primo giro della ruota del Dharma. Il discorso sulla Perfezione della Saggezza, il secondo e l'insegnamento sulla Mente di Chiara Luce il terzo. Inoltre Sua Santità ha spiegato come ci sia una tradizione di trasmettere l'iniziazione di Kalachakra a grandi assemblee di studenti. Ha sottolineato come in questa occasione molti tibetani e cinesi avrebbero voluto essere presenti a Bodhgaya ma non hanno potuto farlo a causa delle restrizioni di viaggio imposte da Pechino nel periodo della cerimonia. Però, grazie alla loro devozione e sintonizzando la mente su di lui, il Dalai Lama ha detto che, anche se non presenti fisicamente, riceveranno i benefici comunque i benefici dell'iniziazione. Infine, al termine del suo discorso mentre si apprestava a compiere i rituali finali, Sua Santità ha invitato la gente ad uscire. Comunque, dal momento che il mandala era stato completato, i partecipanti alla cerimonia sono potuti entrare (in due lunghe file) all'interno del tempio di Kalachakra per poter gettare uno sguardo all'opera creata dai monaci e poterlo circumdeambulare ritualmente.





Bodhgaya, Bihar, India, 12 gennaio 2017: Sua Santità è arrivato di buon ora al tempio di Kalachakra per poter preparare le “trasmissioni di potere” che si terranno oggi. “Oggi”, ha detto il Dalai Lama salendo sul trono, “faremo le “Sette Trasmissioni di Potere” e dopo di esse, poiché abbiamo qui con noi i capi e i lama anziani delle tradizioni buddhiste del Tibet, daremo le alte e le altissime iniziazioni così come quelle di un maestro del vajra. Inizieremo con l’offrire un dolce rituale per placare

qualsivoglia forza negativa. Questa mattina ho fatto l’autogenerazione dei mandala completi di corpo, parola e mente di Kalachakra così come la generazione esteriore del mandala della mente. I dieci vasi sono stati posti in tutte le direzioni. Ho anche fatto l’auto-iniziazione delle Sette Trasmissioni di Potere. Domani, quando daremo le elevate ed estremamente elevate iniziazioni, userò il manuale scritto del VII Dalai Lama”. Oggi l’offerta del mandala è stata fatta da un gruppo di persone provenienti dall’Amdo. Dopo ulteriori spiegazioni sul significato dei rituali dell’iniziazione di Kalachakra, Sua Santità ha conferito le Sette Trasmissioni di Potere: dell’acqua, della corona, della corona ornata del nastro, del *vajra* e della campana, della condotta e del nome. Al termine, Sua Santità ha conferito le “Quattro Aggiunte”: del *mantra*; della medicina del vedere; dello specchio, arco e freccia; e la principale, quella del Maestro. Infine, coadiuvato dai monaci del Namgyal, ha eseguito i rituali finali della giornata.



Bodhgaya, Bihar, India, 13 gennaio 2017: questa mattina, dopo che Sua Santità si era seduto sul trono, alcuni studenti della “Maitreya School” hanno recitato in sanscrito il “Sutra del Cuore” e, dopo di loro, un gruppo di monaci, monache e laici ha recitato il *sutra* in spagnolo. Nel suo discorso di questa mattina, il Dalai Lama ha tra l’altro ricordato che, “Gli insegnamenti di tutte le religioni mirano al raggiungimento della felicità dal momento che parlano di amore, compassione e

pace. Hanno inoltre in comune l’aspirazione alla pratica della pazienza e del perdono”. Inoltre ha evidenziato come il Buddhismo del Tibet sia una presentazione completa degli insegnamenti del Buddha e includa la pratica del *tantra*. Mentre Sua Santità si apprestava a dare inizio ai rituali e alle iniziazioni odierne, una delegazione del Parlamento Tibetano in Esilio ha offerto il mandala all’Oceano di Saggezza. Giunto al termine del programma odierno, Sua Santità ha ricordato come lo scopo del tramettere gli insegnamenti e le iniziazioni sia quello di offrire agli studenti qualcosa da portare a casa con loro sotto forma di un cuore aperto e accogliente.

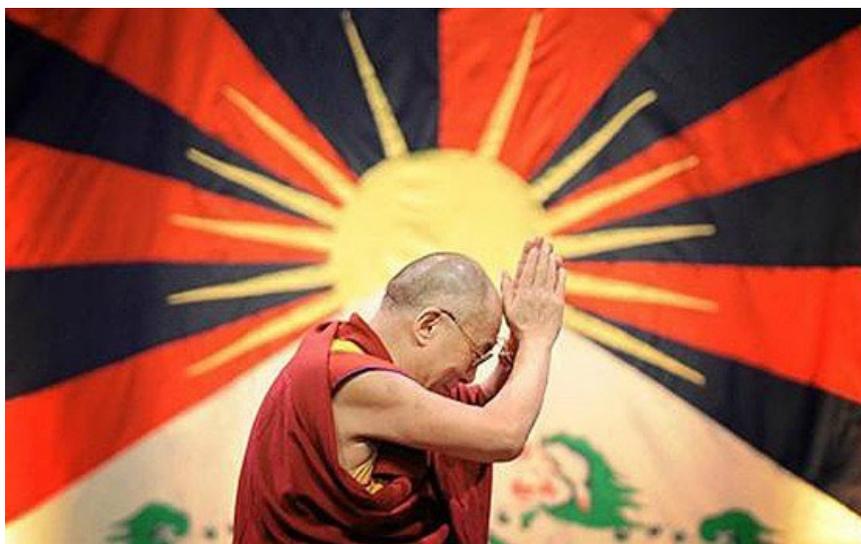




*Bodhgaya, Bihar, India, 14 gennaio 2017: giunto, dalla sua residenza al tempio di Kalachakra tra due folte ali di folla, il Dalai Lama ha ispezionato il mandala di sabbie colorate prima di sedersi sul trono. Dopo aver parlato di alcuni dei rituali conclusivi, Sua Santità ha brevemente spiegato il significato del *mantra* "Om Mani Padme Hum" che in precedenza aveva chiesto ai presenti di recitare. "Ci sono diverse spiegazioni di questo *mantra* ma in generale possiamo dire che *Om* sia la sillaba di*

apertura mentre *Mani* significa gioiello e simboleggia il risveglio della mente di *bodhicitta*. Così come un gioiello gratifica i desideri delle persone, la *bodhicitta* è di beneficio per gli esseri senzienti. *Padme* significa loto e indica la saggezza, la capacità di discriminare tra giusto e sbagliato, la comprensione della impermanenza delle cose, della natura della sofferenza e così via. *Padme* indica anche l'abilità di comprendere il concetto di 'vuoto'. In termini del risultato, *Mani* fa sorgere il 'Corpo della Forma'. La saggezza del Buddha risiede sempre nella vacuità, nel vedere le cose per come esse sono, nella loro essenza reale. Il loto rappresenta la saggezza che dà vita al 'Corpo di Verità'. Saggezza e *bodhicitta*, loto e gioiello, si amalgamano nella Illuminazione". Mentre il Dalai Lama celebrava un rituale volto ad annullare eventuali forze negative, il Sikyong Lobsang Sangay (primo ministro del governo tibetano in esilio) accompagnato dalla giovane figlia, ha offerto il *mandala* a Sua Santità. Nel corso dei suoi discorsi il Dalai Lama ha tra l'altro ricordato che, "Noi, negli ultimi giorni, abbiamo esplorato gli insegnamenti. Controllate le vostre motivazioni. Non lasciate che le preoccupazioni mondane di questa e delle successive esistenze vi distraggano dal sentiero. Prendete rifugio nei "Tre Gioielli", sviluppate la determinazione di liberarvi dal ciclo delle nascite, morti e rinascite, generate *bodhicitta* e pensate quanto siamo assediati dalle visioni errate che però possono essere sconfitte". Continuando nel suo discorso il Dalai Lama ha nuovamente sottolineato l'importanza di essere altruisti e gentili nei confronti degli altri non solo perché lo chiedono le religioni ma perché è un qualcosa di positivo anche alla luce della ragione. Venendo poi alla situazione in Tibet, "Ci saranno dei cambiamenti in Tibet", ha affermato il Dalai Lama, "i tibetani che sono giunti qui per prendere parte alla iniziazione di Kalachakra sono stati costretti a tornare. Alcuni funzionari di partito in Tibet hanno dichiarato 'illegale' questa iniziazione. Ed io mi chiedo, 'rispetto a quale sistema legislativo?'. Certo si trattava di opinioni ma nondimeno i tibetani temevano che se non fossero ritornati in tempo avrebbero avuto gravi problemi insieme ai loro famigliari. Questo tipo di politica non contribuisce certo a creare una armonia sociale ma è solo negativa. Comunque sono fiero che i tibetani continuano ad essere generosi e di buon cuore. Cinesi e molte altre persone all'estero sovente mi dicono che ammirano molto queste qualità dei tibetani. Ed è veramente qualcosa di cui essere orgogliosi". Sua Santità ha concluso il suo discorso dicendo in tono scherzoso, "Adesso ho terminato il mio lavoro, tocca a Sakya Dagtri (Sakya Trinzin) condurre la cerimonia dell'offerta di Lunga Vita". Ma prima che la cerimonia iniziasse, il Dalai Lama ha ripreso la parola per aggiungere ancora qualche considerazione. "Normalmente c'è un punto della cerimonia in cui il Lama accetta le preghiere di Lunga Vita che gli vengono offerte. In effetti la mia preghiera quotidiana è di rimanere fino a

quando ci sarà lo spazio ed esisteranno gli esseri senzienti. In questa vita, qualcuno che ha iniziato come un piccolo in una remota e sperduta zona dell’Amdo ha adesso raggiunto l’età di 81/82 anni. E posso vedere quali benefici sono in grado di offrire agli altri. Voi tibetani avete uno speciale legame con Chenresig e con me. Cercherò a fare del mio meglio per aiutarvi”. E dopo aver ricordato alcuni episodi della vita del I Dalai Lama, ha concluso dicendo, “Mi state facendo questa offerta di Lunga Vita e pregate ‘che tu possa vivere 10.000 anni’, ma sappiamo tutti che non è possibile. Comunque sogni ed altre indicazioni mi hanno fatto pensare che possa arrivare a 113 anni. Non so bene come mai ma penso di poter dire che vivrò fino a 100. Quindi siate felici”. Altri elaborati e suggestivi cerimoniali sono stati eseguiti al termine del discorso del Dalai Lama e infine questa trentaquattresima iniziazione di Kalachakra si è conclusa con alcuni discorsi di personalità che erano presenti. L’attore Richard Gere, da lungo tempo discepolo del Dalai Lama e Presidente della ‘International Campaign for Tibet’ ha pronunciato un commovente e ispirato discorso nel quale, tra l’altro, ha detto: “Non è stato facile raggiungere Bodhgaya ma tutti coloro che lo hanno fatto e sono presenti qui dovrebbero ricordare i tibetani che vivono in Tibet. Dovrebbero essere il centro del nostro amore e della nostra compassione e venire prima di ogni altra cosa. Questo è tutto quello che hanno”. Anche il Sikyong ha pronunciato un breve discorso in cui ha esortato i tibetani a seguire l’esempio e i consigli di Sua Santità. Il Primo Ministro del Bihar, Nitish Kumar, venuto appositamente a Bodhgaya per partecipare alla fase conclusiva della iniziazione ha ricordato quanto il popolo del Bihar fosse onorato di avere il privilegio di ospitare la cerimonia di Kalachakra. Dopo aver sottolineato che era la quinta volta che questo accadeva, ha messo in evidenza come questa iniziazione aiuti la creazione di un mondo più compassionevole e gentile. Si è augurato che il Dalai Lama possa vivere fino a 113 anni e si è detto fiducioso che potranno esserci in futuro altri Kalachakra a Bodhgaya. Infine ha ringraziato Sua Santità per aver sostenuto la sua iniziativa di proibire la vendita di alcolici in Bihar. Infine il Dalai Lama ha tenuto un breve discorso conclusivo. “La cosa più importante”, ha detto, “è che ognuno di noi coltivi un cuore aperto e cerchi di sviluppare la mente di *bodhicitta* e la comprensione della vacuità. Prima di dichiarare conclusa questa iniziazione vorrei ringraziare di cuore la polizia indiana e le forze di sicurezza che tanto efficacemente hanno lavorato per garantire la mia incolumità in questi giorni. Ho particolarmente apprezzato che fossero felici di ricambiare i miei sorrisi”.



La nostra cara amica e preziosa collaboratrice del progetto l' "Eredità del Tibet", **Karin Dietz**, ha partecipato alla iniziazione di Kalachakra terminata da pochi giorni. Molto cortesemente ha accettato di essere la nostra corrispondente da quell'importante evento e giorno per giorno ci ha raccontato la sua esperienza sulla pagina FaceBook dell'Anno del Dalai Lama (<https://www.facebook.com/Anno-del-Dalai-Lama-1500491466838140/?ref=ts>). Certi di fare cosa gradita ai nostri lettori abbiamo qui raccolto le sue testimonianze da Bodhgaya.

Aeroporto di Zurigo, 3 gennaio 2017

"Questa mia nuova esperienza inizia all'aeroporto di Zurigo.

Guardo i visi degli altri passeggeri che si imbarcano insieme a me sul volo per Delhi, cercando di capire se qualcuno può avere la stessa mia destinazione. Chissà. Su Facebook leggo: "When we feel responsible, concerned and committed, we begin to feel deep emotion and great courage. Dalai Lama"

Indeed, I feel committed e dopo tanti viaggi in India, adesso ho la fortuna di poter partecipare per la prima volta al Kalachakra.

Non proprio un viaggio, piuttosto un'esperienza unica, un'opportunità enorme e l'evento al momento mi appare come se fosse circondato da una sfera mistica. Avrò tante domande. Si parte."

Volo Zurigo-Delhi, 3 gennaio 2017

Il mio karma voleva che io stessi accanto a Penpa Tsering, un simpaticissimo tibetano che parteciperà al suo sesto Kalachakra. L'ultima volta ha portato anche i bambini, ma quest'anno ci va senza la famiglia. Troppa gente e troppo lungo per i piccoli, mi dice in un ottimo tedesco con leggera cadenza svizzera.

Penpa è nato a Lhasa, da dove fugge via Nepal per arrivare in India. Un amico lo invita in Lussemburgo e quindi prosegue per la Svizzera. Prima ottiene lo stato di profugo e poi gli viene concessa la cittadinanza svizzera. Il suo passaporto elvetico gli permette di tornare in Tibet dopo 16 anni: a febbraio 2016 ci porta sua moglie e i due bambini. Mi fa partecipare a questo emozionante ritorno nella loro terra, mostrandomi le foto dell'arrivo all'aeroporto della capitale tibetana. La memoria del suo cellulare è piena di foto scattate durante quel viaggio.

A Lhasa vivono ancora sua sorella ed altri parenti con i quali parla regolarmente al telefono, anche se - mi racconta- le linee sono spesso interrotte.

Ha un buon lavoro come infermiere e inoltre insegna il tibetano ai bambini tibetani in Svizzera.

Nei corridoi dell'aereo appare il rosso scarlatto dei monaci tibetani. Il mio nuovo amico li conosce bene. Sono del monastero di Rikon (nei pressi di Zurigo) e diretti a Bodhgaya.

Parliamo dell' incendio al mercato Lal Quila di Delhi che ha colpito 140 famiglie. Penpa aggiunge che anche al sud dell'India sono stati causati degli incendi dolosi nei mercati tibetani.

Il governo indiano risarcisce ogni famiglia colpita con 1 lakh di rupie.

Domani provo a vedere che è rimasto del Lal Qila.

Patna, 5 gennaio 2017

Sono pervasa da un'onda di felicità e gioia. Mi imbarco sul volo per Patna insieme a tanti indiani, alcuni tibetani e pochissimi occidentali. Un'emozione enorme.

Peccato che il volo IndiGo previsto per le 8 di mattina parta solo alle 12.20 e di conseguenza impedisca la mia partecipazione al primo giorno degli insegnamenti che Sua Santità ha cominciato un giorno prima del previsto.

L'inizio anticipato degli insegnamenti mi viene confermato da Fabrizio Pallotti che incontro al nastro dei bagagli all'aeroporto di Patna. Fra il colorato caos di valigie, scatoloni, bambini e carrelli, ringrazio Fabrizio per il suo meraviglioso lavoro e lui mi racconta del tentativo vano di prenotare un volo alternativo che gli avrebbe permesso di iniziare le sue traduzioni, impegnative e preziose, in tempo utile. Niente da fare: tutti i voli da Delhi per Patna e *Bodhgaya* sono pieni.

Sentirò la voce di Fabrizio dalle cuffie della mia radiolina quando sintonizzerò su FM la frequenza della traduzione italiana. A condizione che io riesca a raggiungere prima o poi il luogo del Kalachakra. Al nostro arrivo, l'aeroporto di Patna è blindato e nessuna macchina è autorizzata ad uscire dal parcheggio. Perché? Perché sta arrivando il Prime Minister, Narendra Modi.

Quando? Vedremo. Incredible and wonderful India.

Bhodgaya, 6 gennaio 2017

Usciamo presto la mattina per svolgere le pratiche della registrazione necessaria per ottenere il pass che dà accesso alla zona degli insegnamenti.

La cittadina è tinta del rosso delle tuniche del sangha. Gli occhi dei fedeli tibetani brillano in attesa di ascoltare il Dalai Lama.

Nonostante il freddo pungente e la foschia mattutina, migliaia di fedeli, laici, monache e monaci si muovono nelle strade di *Bodhgaya*. Alcuni devono comprare dei viveri per prepararsi la colazione, altri sono appena arrivati e cercano di orientarsi, molti si recano al tempio per la kora e le preghiere mattutine affrontando interminabili code per entrarci.

Anche a me attende una coda senza fine e, per giunta, lo sportello degli stranieri apre solo alle 10. Mentre esercitiamo buddhisticamente la pazienza, si fa amicizia: attorno a me c'è un gruppo di russi che offrono generosamente delle prugne secche, due ragazze estoni con i thermos di acqua bollente e un tibetano che vive a New York.

Finalmente il pass pende dal mio collo. Con Teresa Bianca affrontiamo la prossima fila: severi controlli di sicurezza rallentano l'accesso. Tanti volontari tibetani ed i militari indiani guardano scrupolosamente nelle borse e perquisiscono le persone per assicurare il tranquillo svolgimento del secondo giorno degli insegnamenti.

Che esperienza unica! Una folla immensa attende i profondi insegnamenti di Sua Santità. Dopo quattro ore di commenti sul Bodhisattvacharyavatara, il Dalai Lama ha ancora la forza di scherzare. Sembra più riposato di noi.



Bhodgaya, 7 gennaio 2017

Alle 7 di mattina il corridoio dell'albergo è inondato dalle voci dei Maestri e dei monaci che recitano le preghiere mattutine.

Fuori c'è una nebbia densa, ma dopo una notte di sereno e profondo sonno, anche la nebbia più fitta si dissolve.

Ci incamminiamo verso il luogo degli insegnamenti. Bisogna arrivare con ampio anticipo per riprendere i posti dove abbiamo lasciato le nostre stuoie. Consapevoli del rischio di trovarli già occupati, ci fermiamo a visitare una piccola mostra fotografica dedicata al Dalai Lama.

I volontari tibetani distribuiscono degli opuscoli sui diritti umani in Tibet. Mi prometto di leggere attentamente la mia copia.

Esce il sole.

Quando arriviamo al "Kalachakra Ground", siamo immediatamente coinvolti da tutto ciò che si svolge sotto questa struttura di bambù legata con i nastri colorati e coperta da teli di plastica. Sugli enormi schermi, dall'interno del Monastero dove risiede Sua Santità durante l'iniziazione, vengono trasmesse le immagini del Dalai Lama e dei Grandi Maestri mentre praticano i rituali. Cambia l'inquadratura e la telecamera riprende dall'alto i monaci che stanno completando il Mandala. Ormai manca poco per terminare questa opera impermanente.

Senza badare a persone, poliziotti e guardie della sicurezza, i giovani monaci che distribuiscono il latte per la tsampa versandolo dalle pesanti brocche di alluminio e lanciando i pani da cesti artigianali, corrono velocemente lungo i corridoi della struttura creata per l'occasione sollevando metafisici fruscii tramite le loro vesti mosse dal vento. Gli sponsor internazionali finanziano generosamente questo gradito contributo che funge da "merenda" durante l'intensa e lunga giornata.

Molte persone sono munite di cesti colmi di pranzi preparati nelle loro guest house... dolci, frutta e tè che condividono con il loro gruppo, come fanno i tibetani accanto a noi. Portano vestiti tradizionali, seguono il Dalai Lama senza l'aiuto dei traduttori, leggono i testi in tibetano e parlano la lingua del Paese delle Nevi. Però, dal loro pass, risulta che ormai sono cittadini americani e tedeschi.

Ci attende un nuovo e particolare giorno ricco di impressioni inedite, sensazioni arricchenti ed opportunità uniche. Iniziano gli insegnamenti con la recitazione del Sutra del Cuore in Pali, in Sanscrito e nella lingua di una comunità buddhista non tibetana. Oggi sono i monaci giapponesi a chiudere la recitazione.

Emozionante.

Bodhgaya, 8 gennaio 2017

Gli insegnamenti finiscono di solito verso le 16 e una volta usciti dal "Ground", decido di girare per la cittadina facendomi trainare, spingere e dirottare dai fiumi di gente che si muove.

Sono affascinata dalla miriade di visi, lineamenti e vestiti tradizionali che i popoli sfoggiano in occasione di questo trentaquattresimo Kalachakra. Chi riconosce i costumi, mi spiega l'origine di chi li porta: vengono dallo Spiti, dall'Arunachal Pradesh, dalle varie regioni tibetane, dal Ladakh e da numerosi paesi asiatici.

Lungo la strada principale di *Bodhgaya* molte associazioni tibetane stanno gestendo le loro bancarelle fornendo informazioni, vendendo gadget per finanziare il loro lavoro ed esibendo l'artigianato creato dai tibetani. Tutti ormai ci siamo comperati almeno uno dei bellissimi, colorati cuscini con uno degli otto simboli di buon auspicio su cui sediamo durante le ore degli insegnamenti. Il cuscino viene presentato con la scritta: "Practise Compassion. Made in India by a Tibetan Refugee".

Continuo la mia passeggiata e sbircio dentro l'enorme "Ground" del Kalachakra dove si svolgono febbrilmente le pulizie e la risistemazione per il giorno successivo. Non mi fanno entrare, ma comincio a chiacchierare con un sorridente poliziotto che non si spiega il mio interesse di accedere alla struttura vuota.

All'angolo trovo la cucina dedicata ai fedeli. A quest'ora del pomeriggio stanno preparando le formelle di pane che saranno distribuite il giorno successivo a tutti noi. Diecine di monaci seduti per terra impastano a mano una enorme massa mentre scherzano, ridacchiano e chiacchierano fra di loro.

Chi lascia delle donazioni agli appositi stand lungo le stradine gremite di colori, voci e gente dà un importante contributo per lo svolgimento e la logistica di questo eccezionale evento. Altri decidono di offrire il loro obolo ai monasteri i cui rappresentanti sono ovviamente presenti qui a *Bodhgaya*. Invece c'è chi preferisce di donare ciò che può al "Dalai Lama Fund" – un'usanza diffusa specialmente fra i tibetani che crea una connessione karmica con Sua Santità indispensabile in caso di malattie gravi e al momento della morte.

Trovo le bancarelle di Associazioni studentesche tibetane, di quelle femminili Pro-Tibet, gruppi che educano i bambini secondo la dottrina buddhista, istituzioni che lavorano all'insegna della questione tibetana.

C'è tanto da scoprire e un oceano da imparare. Torno in albergo quando è già buio, arricchita da sorrisi, consapevolezza e nutrita da momenti condivisi.

Bodhgaya, 10 gennaio 2017

Sua Santità ieri si era preso una pausa dagli insegnamenti intensi e profondi prima delle lunghe iniziazioni che cominciano martedì 10 gennaio.

Arriviamo comunque alla solita ora al Ground per assistere ai rituali attraversati da suoni evocativi e da una vivida energia. Come numerosi altri partecipanti, appendiamo i nostri cordini ed altri oggetti appena acquistati (fra l'altro un bellissimo mandala di Kalachakra su seta) al bambù che regge la struttura avventizia affinché si carichino della energia benevola emanata dalle preghiere e dai mantra.

E' uso comune di esporre le foto di fedeli che non sono potuti venire affinché possano partecipare agli insegnamenti ed alle iniziazioni. La realizzazione della nostra idea che prevede la visita del Tempio di Mahabodhi appena terminati i rituali, si presenta piuttosto difficile e sembra che migliaia di altre persone abbiano lo stesso nostro programma. L'intensità e la particolarità di questo luogo si percepisce nonostante sia invaso da gruppi di visitatori che inevitabilmente compromettono il silenzio e la contemplazione. Ammiro i fedeli che riescono comunque a mantenere la loro quiete meditativa in mezzo a questa folla munita di macchine fotografiche (me inclusa, ahimé). Almeno i cellulari sono banditi.

Ci promettiamo di tornare al Tempio una di queste mattine prima di colazione per evitare le masse che calpestano questo suolo vociando e ciabattando. Ed io prometto di lasciare in albergo la macchina fotografica in occasione di questa eventuale visita mattutina.

Oggi il Ground si riempie prima della solita ora. Il numero dei partecipanti consentiti è stato raggiunto e le registrazioni sono chiuse. A due dei nostri amici che sono arrivati ieri a *Bodhgaya* non viene concesso il "pass", nonostante avessero compilato la pre-registrazione online prima della partenza. Niente da fare. Siamo dispiaciutissimi e ci mancheranno. Superati i soliti efficienti controlli di sicurezza, ci incamminiamo in direzione dei nostri posti dove stendiamo le stuoie sul terreno bagnato dalla pioggia della scorsa notte. L'aria oggi è decisamente più pulita, adesso la temperatura è piacevole, sono spariti i nuvoloni neri e con mente fresca attendiamo la voce del Dalai Lama che aprirà le giornate delle iniziazioni.

I monaci distribuiscono fasce di erba kusha da mettere sotto il materasso e sotto il cuscino, oltre ai cordini rossi a tre nodi da legare al polso. Osserviamo i dibattiti filosofici dei monaci che si allenano animatamente ad alta voce in retorica e dialettica. Il dibattito avviene fra due monaci uno rimane seduto a terra mentre l'altro pone le domande oppure gli interrogativi. Peccato che analoghe discipline presenti nell'Antica Grecia si siano perse nel nostro mondo occidentale. L'interrogato sviluppa un'enorme concentrazione mentre formula la risposta corretta conforme alle dottrine, alle scuole del Grande Veicolo e alle regole linguistiche.

Teresa ci spiega che l'efficace metodo del dibattito viene applicato anche in altre facoltà nelle università tibetane. Le risposte dell'interrogato non consistono di una mera ripetizione di ciò che allo studente viene insegnato dal Maestro. Quest'ultimo introduce un argomento, ma sta al discepolo - dibattendo, leggendo, riflettendo - di elaborare la propria risposta e, a sua volta, porre le proprie domande.

Affascinante.

Bodhgaya, 12 gennaio 2017

I giorni delle iniziazioni sono seguiti di più rispetto a quelli degli insegnamenti. I corridoi si riempiono di sgabelli, ogni posticino è occupato da un cuscino e una stuoia, e noi ci stringiamo per creare un po' di spazio per i nostri amici che "miracolosamente" hanno ottenuto i loro pass d'ingresso. Non abbiamo ingannato nessuno e il rilascio delle tesserine è avvenuto in maniera corretta. Comunque, qualche conoscenza giusta non guasta mai.

Le ore di attesa (arriviamo sempre verso le 8.30/9 e Sua Santità inizia di solito attorno alle 11.30) sono preziose, anzi, un vero lusso e passano velocemente: leggo i testi relativi al programma del giorno, con Teresa ripassiamo molteplici argomenti e lei ce li spiega pazientemente, scrivo i miei modesti appunti e con lo sfondo sonoro dei rituali trasmessi dagli altoparlanti e sugli schermi, dedico un po' di tempo alle meditazioni.

E' meraviglioso osservare la miriade di gente che si muove all'interno della vasta struttura: visi dai lineamenti prevalentemente asiatici, costumi tradizionali dai tessuti ricamati, colori vivaci, voci che parlano un'infinità di lingue.

C'è chi contempla, chi medita, chi lavora come volontario... i monaci verso le 10 arrivano correndo a distribuire i pani e i poliziotti sorridenti del Bihar svolgono il loro compito di responsabilità. Corone di fiori gialli ed arancioni decorano lo storto recinto di bambù.

C'è chi apre le borse ed i sacchetti per un primo spuntino di frutta, noci o biscotti. L'anziana Signora tibetana acconto a noi impasta a mano la gustosa tsampa in una bella ciotola nera e rossa, mescolandola con il tè. Si è portata l'orzo tostato in un sacchettino e aggiunge piano il tè offerto dai monaci. Una vera discepolo del Dalai Lama che definisce i suoi compaesani "Tsampa Sanyen" (mangiatori di tsampa).

Questo salutare e saziante cereale ha salvato numerosi tibetani sulla via di fuga dal Tibet: al freddo ed in altitudine, lontano da villaggi che potessero offrire cibo e riparo, per la mera sopravvivenza bastava un sacchetto di tsampa e l'acqua di un ruscello per non morire di fame.

Sua Santità inizia la sequenza delle iniziazioni odierne. Ha una tosse forte, gli lacrimano gli occhi e parla con la voce rauca. Per il Dalai Lama però, la influenza non è motivo per fermarsi, anzi, lui coglie l'occasione per scherzare che finalmente gli è permesso di mangiare delle caramelline.

Bodhgaya, 13 gennaio 2017

Stamattina faccio un po' di fatica a seguire il ritmo e l'impegno preso. Sarà perché tira un vento freddo e non riesco a riscaldarmi. Siamo comunque compensati da un cielo terso di cui vediamo una strisciolina azzurra fra i teli di plastica sopra le nostre teste.

Penso ai due incontri speciali che ci sono stati concessi ieri.

Arriviamo a piedi al Guest House del Vajra Master Choekyi Nangpa Rinpoche che ha conferito varie volte l'iniziazione di Kalachakra, e lo visitiamo nella sua stanza. Rinpoche risponde alle nostre domande in tibetano e Teresa ci traduce la conversazione in italiano. Sostiene modestamente che la sua conoscenza circa il Rituale di Kalachakra è limitata.

Dopo cena ci viene a trovare Geshe Phurbu Sandup, un membro del Comitato di Kalachakra e responsabile dei volontari che lavorano per questo immenso evento. Ci racconta che coordina circa 700 persone le quali si occupano delle cucine, della sicurezza, dei controlli, delle pulizie e della logistica in generale. Impressionanti sono i dettagli riferiti da Geshe circa la sua fuga da Lhasa. E' arrivato in Nepal nel 1984 insieme ad un amico e oggi vive a Sarnath. Le sue due sorelle vivono ancora in Tibet e Geshe non ha potuto veder crescere i suoi nipoti. Non è opportuno che comunichi con i suoi parenti.

Rifletto su questa esperienza profonda che vivo qui a *Bodhgaya*. Indubbiamente è l'opposto dei miei viaggi consueti che mi portano quasi ogni giorno in posti diversi, dove le impressioni arrivano principalmente dall'esterno e sono causate dalla carrellata di luoghi previsti nell'itinerario... qui sperimento un soggiorno prolungato le cui mete siamo noi a dovercele cercare.

Sensazioni condivise, collocate in questa realtà particolare lontana dalle nostre esistenze a casa... pur consapevoli e forse un po' fuori dagli schemi canonici. Un vero dono la cui essenza vorrei che continuasse ad arricchire la mia vita. Dipende solo da me.



Bodhgaya, 15 gennaio 2017

Eccomi arrivata al termine di questa eccezionale esperienza. Mi scuso per il ritardo con cui chiudo il diario dei giorni intensi trascorsi a *Bodhgaya* in occasione del 34esimo Kalachakra conferito da S.S. il Dalai Lama.

Una pausa può essere indubbiamente utile per far decantare le impressioni, soprattutto per chi, come me, ha ricevuto per la prima volta questa iniziazione. Una pratica certamente molto complessa, vasta e profonda la quale richiede un impegno futuro non indifferente.

Incontriamo Lama Monlam. E' felice della numerosa partecipazione ed accoglie il nostro gruppo con un radioso sorriso. Nel suo caldo saluto, Lama ricorda lo sforzo fisico ed economico che abbiamo affrontato per poter partecipare a questo rituale. Un tale sforzo *grossolano* comunque svanisce in confronto alla esperienza preziosa vissuta e al dono *sottile* ottenuto.

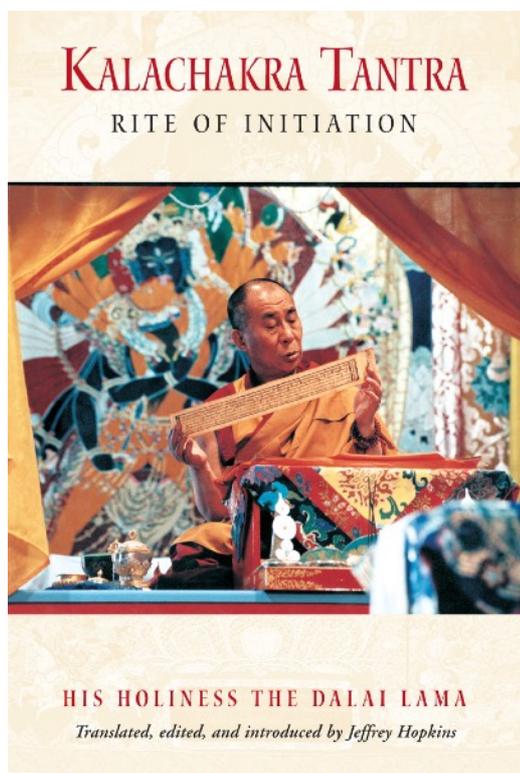
Lama certamente è consapevole che non si raggiunge facilmente la comprensione della vacuità. Nessun problema. A costruire la casa non si inizia dal tetto. Ci invita a praticare il "buon cuore" sempre e con tutti, vale a dire la Bodhicitta, per rendere più serene le nostre esistenze, per dare un sostegno a quelle altrui, per contribuire a diffondere la consapevolezza circa le nostre vite preziose, per aiutare tutti a comprendere che abbiamo la facoltà di placare le affezioni mentali. In modo che possiamo convivere armoniosamente in un ambiente salutare senza sprecare il nostro tempo in chiacchiere mentali ed effimeri piaceri. Superiamo l'idea di aver bisogno di DISTRAZIONI nel tempo libero dedicandoci ad attività che lasciano il tempo che trovano. Invece occorre CONCENTRARSI su ciò che rende veramente ed autenticamente felici.

Grazie.

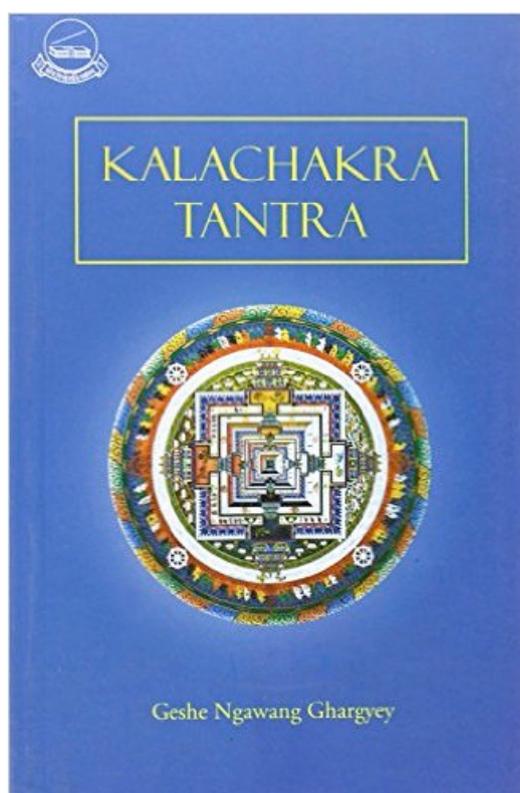
Karin Dietz



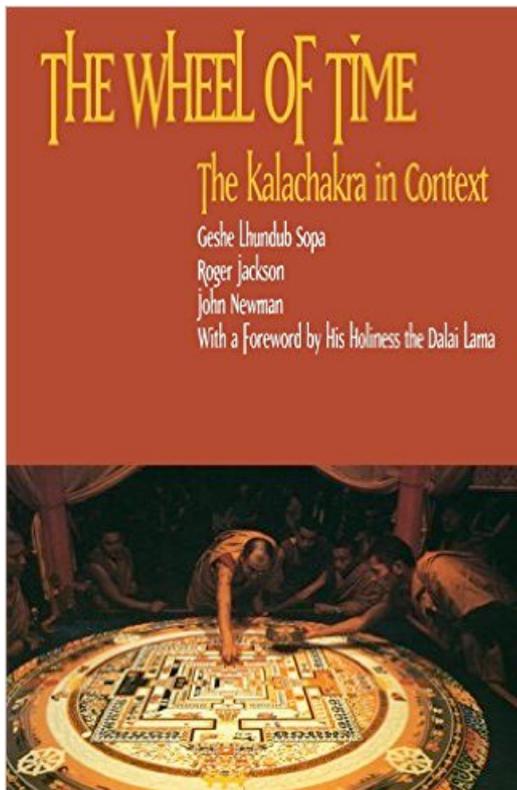
L'angolo del libro, del documentario e del film



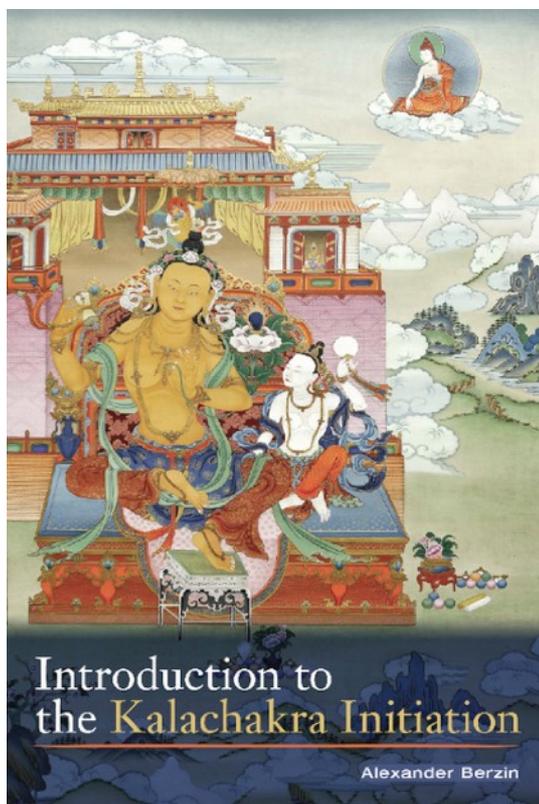
His Holiness the Dalai Lama (translated, edited and introduced by Jeffrey Hopkins), *Kalachakra Tantra: Rite of Initiation*, Somerville 1999: sicuramente il libro più chiaro, profondo ed esauriente su questa importante iniziazione che sta particolarmente a cuore al XIV Dalai Lama del Tibet. Estremamente dettagliato (senza però essere mai pedante) il testo del Dalai Lama (tradotto, curato e commentato in maniera impeccabile da Jeffrey Hopkins) conduce il lettore in un affascinante viaggio all'interno di uno degli aspetti più profondi, suggestivi e completi del Buddismo vajrayana. Lettura indispensabile sia per quanti hanno già ricevuto l'iniziazione sia per coloro che sono interessati a riceverla. (edizione elettronica iBooks e Kindle)



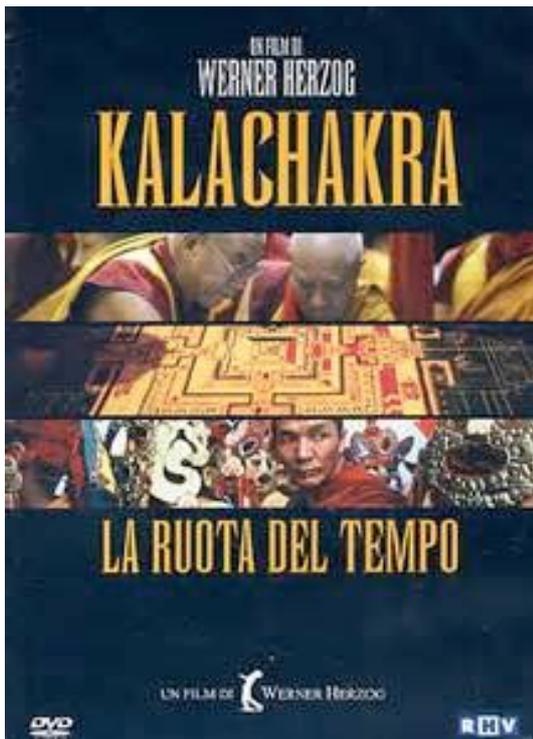
Geshe Ngawang Dhargey (traduzione di Alan Wallace), *Kalachakra Tantra*, Dharamsala 1998: un commentario di grande valore che contiene consigli, spiegazioni e chiarimenti sul sistema di Kalachakra e pratiche ad esso connesse all'interno del Buddismo in generale e del più elevato Tantra Yoga in particolare. (edizione elettronica Kindle)



Geshe Lhundub Sopa, Roger Jackson, John Newman, *The Wheel of Time: the Kalachakra in context*, Boulder 1991: il libro si apre con una illuminante introduzione del Dalai Lama e si articola in cinque capitoli che affrontano i temi del retroterra buddhista, della storia del Kalachakra, i rituali preparatori, la generazione della mente positiva atta a ricevere la trasmissione iniziatica e le pratiche relative allo stadio del completamento. Testo chiaro pur nella complessità degli argomenti che tratta. (edizione elettronica Kindle)



Alexander Berzin, *Introduction to the Kalachakra Initiation*, Boulder 2011: Alex Berzin è oggi uno dei più noti tibetologi provenienti non dal mondo dell'accademia ma dal mondo di coloro che prima hanno incontrato personalmente il Buddhismo *vajrayana* e i suoi principali maestri, e partendo da questo incontro, hanno dato una dimensione scientifica alla loro esperienza di studio e di pratica. Come promette il titolo, il testo offre al lettore una chiara, comprensibile, dettagliata spiegazione di cosa sia il Kalachakra Tantra e di come sia indispensabile usare l'energia positiva dell'iniziazione nella vita quotidiana. Lettura estremamente consigliabile. (edizione elettronica iBooks e Kindle)



Kalachakra: la Ruota del Tempo, un film di Werner Herzog, durata 81 min., colore, DVD, lingue italiano e inglese, sottotitoli italiano, Germania 2003: colpito dal fascino di questa importante iniziazione del Dalai Lama, il regista Werner Herzog ha girato questa sorta di film-pellegrinaggio ambientato sia a Bodh gaya (dove il Dalai Lama doveva conferire l'iniziazione ma che non si tenne per problemi di salute dell'Oceano di Saggezza) sia a Graz (Austria) dove nell'ottobre 2002 il Kalachakra fu celebrato senza problemi. Ma questo documentario (per la verità in alcuni tratti piuttosto lento con riprese eccessivamente lunghe e statiche) non è solo un racconto di una delle principali iniziazioni del Buddhismo tantrico, ma anche un personale viaggio del

regista nel mondo della religiosità e della cultura del Tibet. Anche se a nostro avviso non sempre perfetto dal punto di vista del montaggio, questo film è certamente di sicuro interesse per tutti coloro che vogliono accostarsi alla civiltà e alla religione del Tibet. Da segnalare una bella intervista con Sua Santità il Dalai Lama.



Appuntamenti

Riceviamo e volentieri pubblichiamo:

MANDALA CENTRO STUDI TIBETANI

(www.centromandala.org), via P. Martinetti 7, 20147 Milano; tel.3400852285

I FONDAMENTI DELLA MEDITAZIONE NELLA TEORIA E NELLA PRATICA

La base indispensabile per la crescita interiore è la calma mentale e per raggiungerla dobbiamo praticare la meditazione. Il frutto della meditazione è l'apertura del cuore e della mente che ci porta ad applicare nella vita quotidiana i quattro aspetti della compassione da coltivare per sviluppare l'altruismo: l'amorevole gentilezza, la compassione infinita, la gioia compartecipe e l'equanimità illimitata.

L'amorevole gentilezza è il cardine che sostiene le altre tre qualità e deve sempre essere presente nel comportamento del meditatore. Pensieri, parole e atti non devono mai sorgere da stati mentali inquinati, ma tutto deve essere ispirato ad una positività che fortifica la mente altruistica.

Praticare con lo scopo di migliorarsi per essere di aiuto a tutti gli esseri è, da un lato, una grande dimostrazione di altruismo, ma dall'altro la meditazione, grazie all'armonia psico-fisica che produce, ha anche la funzione di aiutare se stessi a percorrere positivamente il sentiero.

Infatti l'intenzione e l'azione non sono sufficienti a garantire un risultato se la mente non è purificata, ma non dobbiamo dimenticare che purezza e impurità dipendono da noi stessi. Nella tradizione buddhista tibetana gli allievi vengono addestrati alla meditazione secondo precise regole tramandate nei secoli da una catena ininterrotta di Maestri e che costituiscono il fondamento del cammino spirituale. Il Ven. Lama Paljin Tulku Rinpoche illustrerà gli aspetti principali di questi insegnamenti e concluderà ogni lezione con una sessione di pratica affinché la teoria e la esperienza diretta possano, insieme, diventare la via per una effettiva apertura della coscienza. (sabato 4 febbraio e sabato 18 marzo, ore 10,30-12,30)



ISTITUTO KALACHAKRA LUGANO

(<http://www.kalachakralugano.org>) Via Polar 68 (2° piano), 6932 Lugano-Breganzona; tel. +41 79 651 23 53, +41 79 311 10 93

Insegnamenti del ven. **Geshe Lobsang Sherab**

Istruzioni per la vita quotidiana

Viene proposta una serie di serate a carattere monografico di introduzione al buddhismo.

Si presterà particolare attenzione agli insegnamenti del Buddha rivolti ai laici, a tutti coloro che -pur impegnati nella vita professionale e familiare - intendono migliorare se stessi e dare beneficio agli altri.

L'obiettivo è quello di rendere più significativa la vita di tutti i giorni, orientandola verso una maggiore consapevolezza della dimensione spirituale.

Il venerdì alle 18.30 nelle seguenti date:

10 febbraio, 17 febbraio, 10 marzo, 24 marzo, 7 aprile, 28 aprile, 12 maggio, 26 maggio, 9 giugno

CENTRO DROL-KAR SABSEL THEKCHOK LING

(www.sabsel.com/it), tel. 327 956 9380

Data inizio corso: sabato 21 gennaio 2017

Data fine corso: domenica 22 gennaio 2017

Orari: Sabato: 15.00-18.00 Domenica: 10.00-12.30

Luogo: corso Torino 19/1b - Genova

Insegnante: Ven. Losang Tharcin (Lorenzo Rossello)

Il ven. Losang Tharcin è stato uno dei primi studenti a partecipare e a completare un corso pluriennale di insegnamenti sul buddhismo mahayana di tradizione tibetana organizzato all'Istituto Lama Tzong Khapa



Il Dalai Lama ci parla (5)

Nel Buddhismo Vajrayana vi è una importante iniziazione, quella di Kalachakra, che lei sta celebrando con notevole frequenza, specialmente negli ultimi anni, sia in India sia nel resto del mondo. Ce ne può parlare?

Quella di Kalachakra è una delle più importanti iniziazioni del Buddhismo tantrico. Io ho ricevuto gli insegnamenti relativi ad essa direttamente dal mio tutore anziano, Kyabje Ling Rinpoche, il quale a sua volta li aveva ricevuti attraverso una catena iniziatica che risale al decimo secolo quando un maestro nativo dell'India orientale, lo yogi Chilupa, fu iniziato a questo particolare tantra. Ci sono diverse versioni relative al momento in cui Buddha Sakyamuni insegnò questo tantra. Secondo una versione il Buddha, un anno dopo aver raggiunto l'Illuminazione, durante la luna piena del terzo mese, diede simultaneamente due insegnamenti. Sul Picco dell'Avvoltoio operò il Secondo Giro della Ruota della Dottrina ed allo stesso momento apparve nella forma di Kalachakra a Dhanyakataka, una località dell'India meridionale, dove trasmise questo tantra. Un'altra interpretazione invece afferma che Sakyamuni, un anno prima di lasciare il suo corpo e realizzare il Parinirvana, insegnò il Kalachakra Tantra. Quale che sia stato, comunque, il momento in cui il Buddha lo trasmise il Tantra di Kalachakra fa parte dei più elevati livelli del Buddhismo tantrico. Sarebbe però troppo lungo entrare in tutti i dettagli e le differenti fasi di questa iniziazione, la cui trasmissione dura circa tre giorni...

Santità, ci può spiegare almeno i suoi aspetti essenziali?

Kalachakra è un termine sanscrito che vuol dire "Ruota del Tempo". La celebrazione della sua iniziazione è una pratica spirituale che consente di eliminare quegli ostacoli interni ed esterni che impediscono di progredire lungo la via dell'Illuminazione. Parlando da un punto di vista molto generale possiamo dire che esiste una "Ruota del Tempo" esterna ed una interna... con la prima ci riferiamo al mondo materiale in cui tutti noi viviamo mentre la seconda simboleggia la struttura psico-fisica di ogni essere umano... come le ho detto si ritiene che ricevere questi insegnamenti e praticare le relative tecniche di meditazione conferisca all'essere umano il potere di purificare le sue negatività interne ed esterne.

E' vero che il Kalachakra Tantra è in qualche modo collegato alla mitica Terra Pura di Shambala?

Sì... secondo la tradizione il tantra di Kalachakra fu insegnato dal Buddha su specifica richiesta di Dawa Zangpo, il primo monarca della Terra Pura di Shambala... questa è generalmente considerata una località presente in questo mondo ma che appartiene ad una particolare dimensione spazio-temporale in grado di essere percepita e conosciuta solo da coloro che possiedono determinate sensibilità psicofisiche... gli insegnamenti relativi al tantra di Kalachakra sarebbero stati preservati per un lungo periodo di tempo all'interno del regno di Shambala da una ininterrotta catena di maestri e discepoli e solo nel decimo secolo sarebbero stati propagati tra gli uomini... appunto dallo yogi Chilupa.

Nel Buddhismo tantrico di solito le iniziazioni riguardano solo un ristretto numero di discepoli a cui il maestro conferisce l'abhisheka in un clima estremamente riservato, se

non addirittura segreto. L'iniziazione di Kalachakra invece è pubblica e sovente viene conferita a folle di centinaia di migliaia di persone...

Tecnicamente parlando le persone che si apprestano a ricevere una iniziazione, o abhisheka, dovrebbero avere dei requisiti e delle qualifiche molto particolari. Dovrebbero avere studiato con attenzione, e spesso per lunghi anni, i testi relativi all'iniziazione stessa... dovrebbero aver sviluppato un profondo e personale rapporto spirituale con il proprio insegnante... dovrebbero aver meditato a lungo su determinati soggetti... ma per quanto riguarda il Kalachakra ritengo si possa fare un'eccezione... penso infatti che sia possibile beneficiare delle conseguenze positive di questa iniziazione anche partendo da differenti livelli di conoscenza ed esperienza. Quindi non è necessario aver studiato anni per potervi partecipare. Ritengo che l'unico requisito indispensabile sia di avere una profonda fiducia in quello che si sta facendo e apprezzarne veramente l'opportunità. Per questi motivi l'iniziazione di Kalachakra è una cerimonia a cui tutti possono partecipare. Vede, come lei sa, il rituale del Kalachakra è estremamente lungo ed elaborato... ho già detto che dura circa tre giorni e durante questo periodo di tempo dobbiamo praticare complesse meditazioni, visualizzazioni, preghiere... vi sono delle specifiche danze rituali che vengono celebrate... abbiamo la costruzione di un grande mandala di sabbie colorate all'interno del quale il praticante deve simbolicamente "entrare"... diverse iniziazioni... ovviamente vi sono dei praticanti che potranno seguire attentamente tutti questi momenti e i diversi gradi della cerimonia...

Cosa intende quando dice, "seguire attentamente"?

Voglio dire che queste persone, in genere maestri spirituali, yogi, monaci o comunque individui che hanno una certa familiarità con gli aspetti più complessi del Buddhismo... che sono, come dire, praticanti piuttosto avanzati... queste persone, dicevo, potranno godere fino in fondo dei benefici che il ricevere una iniziazione del genere comporta... saranno poi in grado di praticare, una volta che l'iniziazione è conclusa, i numerosi impegni connessi agli insegnamenti del Kalachakra. Ma per il resto della gente che viene, spesso da molto lontano, a ricevere il Kalachakra sarà comunque un'occasione speciale per incontrare degli insegnamenti Buddhisti estremamente importanti e, credo, che anche se non saranno in grado di comprenderli del tutto potranno in ogni caso goderne i benefici generali... si tratta comunque di una potente benedizione. Secondo i testi buddhisti partecipare all'iniziazione di Kalachakra assicura che l'Illuminazione sarà raggiunta entro un massimo di sedici reincarnazioni che, considerando l'infinito numero di esistenze cicliche a cui siamo "condannati", è veramente molto poco.

Nessun Dalai Lama prima di lei aveva celebrato un così gran numero di Kalachakra...

Nessuno... questa è una mia "specialità" (ride)! Ho iniziato ancora in Tibet, celebrando due Kalachakra, nel 1954 e nel 1956, nel palazzo chiamato Norbu Lingka appena fuori Lhasa... e poi ho continuato in questi anni di esilio... ho celebrato il Kalachakra in numerosi luoghi dell'India. La prima volta fu nel 1970 qui a Dharamsala... poi, l'anno successivo, lo celebrai negli insediamenti dei rifugiati tibetani di Bylakuppe, nello stato del Karnataka. E in seguito ho dato iniziazioni di Kalachakra con sempre maggior frequenza... a Bodhgaya e a Sarnath, che sono località particolarmente sacre a noi buddhisti per le loro connessioni con la vita e l'insegnamento di Buddha Sakyamuni... in molte regioni himalayane abitate da

popolazioni di fede buddhista e, spesso di origine tibetana, come il Ladak, il Kinnaur, il Sikkim, lo Spiti, l'Arunachal Pradesh ed altre ancora...

E quanta gente di solito viene a prendere questa iniziazione?

Dipende... in alcuni casi, a Bodhgaya, ad esempio, nel dicembre del 1985, si riunirono oltre duecentomila persone... e in quell'occasione arrivarono anche migliaia di tibetani dal Tibet, approfittando di una momentanea apertura politica del governo cinese... per quella gente fu la prima occasione di ricevere insegnamenti buddhisti e di vedere il Dalai Lama dal 1959... anche a Sarnath, nel dicembre del 1990, si riunirono oltre centomila persone. In altre occasioni invece il numero dei partecipanti è minore... specialmente quando celebro il Kalachakra in remote regioni himalayane. Comunque devo dire che la gente che viene a ricevere il Kalachakra, tanta o poco che sia, dimostra sempre una forte determinazione a sviluppare una motivazione positiva, un cambiamento positivo delle loro esistenze... e questo vale non solo per gli eruditi e i monaci ma anche per la gente comune la cui conoscenza del Buddhismo il più delle volte non è certo approfondita. Io credo che sia una cosa molto importante impartire e ricevere l'iniziazione di Kalachakra... è un modo per coltivare l'ispirazione all'altruismo, alla pratica spirituale e alla ricerca dell'Illuminazione. E' come gettare un seme nel terreno, prima o poi germoglierà.

Lei, in questi ultimi anni, ha celebrato dei Kalachakra anche in Occidente...

Sì, ho cominciato nel luglio del 1981 a Medison negli Stati Uniti... poi ho celebrato un Kalachakra in Europa su richiesta della comunità dei rifugiati tibetani in Svizzera e dei buddhisti europei... e in seguito ho continuato. Vede, ritengo che le benefiche influenze derivanti dalla celebrazione del Kalachakra siano significative non solo per il Tibet e i tibetani... anche l'Occidente e il resto del mondo ne possono trarre beneficio... ho la sensazione... una forte sensazione, che il Kalachakra sia particolarmente connesso con lo sviluppo della pace nel mondo. Ritengo che celebrando e partecipando a questo rituale si mettano in movimento delle profonde energie positive... positive per la calma interiore, per lo sviluppo di una visione, religiosa ma anche sociale, del mondo basata su valori di tolleranza, di solidarietà, di comprensione e dialogo... per questo mi sto impegnando così a fondo in questo aspetto della pratica religiosa, perché credo che sia un contributo che noi buddhisti possiamo dare all'intera umanità.

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



Tulku

LE INCARNAZIONI MISTICHE DEL TIBET
THE MYSTIC INCARNATIONS OF TIBET



Testo Text PIERO VERNI
Fotografie Photos GIAMPIETRO MATTOLIN



Tulku
LE INCARNAZIONI MISTICHE DEL TIBET
THE MYSTIC INCARNATIONS OF TIBET

Tulku

LE INCARNAZIONI MISTICHE DEL TIBET
THE MYSTIC INCARNATIONS OF TIBET



Testo Text PIERO VERNI
Fotografie Photos GIAMPIETRO MATTOLIN

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.

