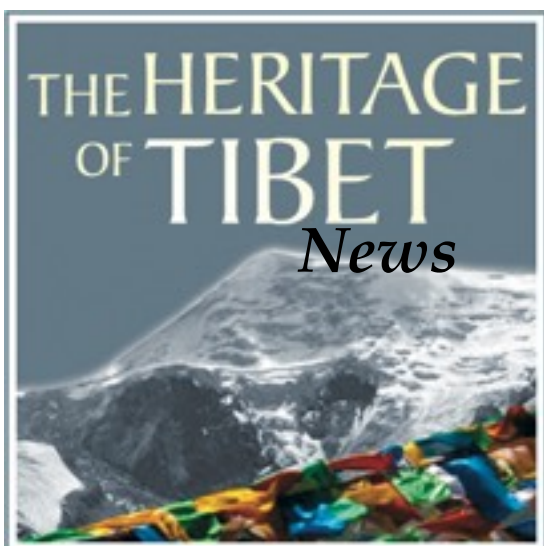




N° 28

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

Cari amici,

innanzitutto buon Vesak a tutti. Noi abbiamo festeggiato (con qualche giorno di anticipo) questa ricorrenza che ricorda la nascita, l'Illuminazione e l'entrata nel *parinirvana* di Buddha *Sakyamuni*, domenica scorsa nella suggestiva cornice del monastero *Mandala Samten Ling* (Graglia Santuario, Biella). Il lama Paljin tulku ha infatti organizzato in questo centro un interessante incontro a cui hanno partecipato esponenti di diverse tradizioni buddhiste e praticanti di dharma provenienti da molte località italiane. Inoltre vi erano anche rappresentanti delle principali religioni mondiali che hanno dato vita a un sentito momento di preghiera comune e dialogo interreligioso. In questo numero di "Heritage of Tibet news" troverete come al solito diverse notizie riguardanti l'universo tibetano, il lavoro di Sua Santità il Dalai Lama e le tradizionali rubriche. Abbiamo anche curato, per celebrare l'imminente (luglio 2017) arrivo in Ticino e a Trieste del 42° *Sakya Trizin*, un breve "speciale" sulla scuola *Sakya* che cerca di spiegare i cambiamenti che sono stati recentemente messi in opera riguardo la scelta della massima autorità del lignaggio, il detentore del trono dei *Sakya*. Appunto, Sua Santità *Sakya Trizin*.

Come al solito, speriamo che possiate trovare il nostro lavoro di un qualche interesse e possa risultare di beneficio. E, soprattutto, ci consenta di rimanere in contatto e di non perderci di vista.

15° giorno del terzo mese dell'Anno dell'Uccello di Fuoco (10 maggio 2017)

Giornata del Vesak

Piero Verni

Giampietro Mattolin





Clement Town, Uttarkhand, India, 6 aprile 2017: si è tenuto nel monastero di Mindroling (scuola *Nyingma*) ricostruito in esilio, l'annuale ciclo di danze rituali (*cham*) chiamato *Tsechu* e dedicato allo *yogi Padmasambhava*, il maestro che nel 700 d. C. diffuse il Buddhismo in Tibet e i tibetani venerano come il "secondo Buddha". La tradizione di queste danze venne introdotta dal fondatore del monastero (che in Tibet si trova nella regione centrale di *U-Tsang*) Chögyal

Terdag Lingpa nel XVII secolo e da allora è continuata fino ad oggi. Alla presenza di numerosi lama, di esponenti delle altre scuole buddhiste, di rappresentanti della CTA (*Central Tibetan Administration*) e dei laici della vicina comunità di profughi, i monaci di Mindroling hanno dato vita per l'intera giornata a quella che, con una certa libertà di linguaggio, potremmo definire una sorta di "meditazione in movimento". Infatti queste danze non hanno nulla di profano ma sono parte integrante del percorso spirituale del Buddhismo tantrico e dell'addestramento interiore di un praticante buddhista. Per le persone comuni, invece, queste danze rappresentano una tangibile espressione dei contenuti della loro fede. Assistendovi, anno dopo anno, entrano in contatto con i rituali e le divinità dei *cham* e con il loro potere salvifico. Anche se non sempre sono in grado di interpretare correttamente il complesso simbolismo della rappresentazione, per i fedeli assistere alla esecuzione di un *cham* significa avvicinarsi ai misteri e agli archetipi della propria cultura religiosa.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 14 aprile 2017: il Tibet Museum di Dharamsala, in collaborazione con l'Università di Manchester e il National Museum di Liverpool (NML), hanno inaugurato una importante mostra di fotografie inedite del Tibet scattate durante la spedizione guidata dal colonnello Francis Younghusband nel 1904. La mostra, dal titolo "*Capturing Tibet: colonialism and the camera during the mission to Lhasa*",

è stata inaugurata dalla dottoressa Emma Martin del NML e dai rappresentanti della Central Tibetan Administration, Dhardon Sharling e Sonam Norbu Dagpo. Nel suo discorso introduttivo la dottoressa Emma Martin ha tra l'altro detto, "Questa collezione è preziosa non solo perché mostra un Tibet che non esiste più. Ma ci fa conoscere anche come i britannici vedessero il Tibet tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento dello scorso millennio. Inoltre ci rivela una prospettiva storica che raramente troviamo in mostre dello stesso genere". Il direttore del Tibet Museum, Tashi Phuntsok, ha messo in evidenza l'estrema importanza del materiale iconografico opera dei fotografi John Claude White e Gerald Irvine Davys che parteciparono alla spedizione. "Queste fotografie", ha detto, "non solo ci raccontano la storia di questa importante spedizione ma ci parlano anche della prospettiva che avevano gli inglesi riguardo al Tibet e di uno dei principali avvenimenti dell'intera storia tibetana".



Dehradun, Uttarkand, India, 19-24 aprile 2017: si è svolta in questa cittadina l'edizione 2017 dello *Shoton*, il festival di teatro tibetano che riprende in esilio una delle più amate tradizioni artistiche del Tibet (prima dell'occupazione cinese del Paese delle Nevi, lo *Shoton* si teneva nel Norbulingka, residenza estiva del Dalai Lama, alla presenza di migliaia di spettatori). Alla edizione di quest'anno hanno preso parte dieci compagnie teatrali, alcune formate da professionisti altre

da amatori, in rappresentanza dei principali insediamenti tibetani in India. Il festival è stato inaugurato dal 42° Sakya Trizin, Vajra Ratna Rinpoche. La prima edizione dello *Shoton* tenutasi in esilio nel 1933 vide la partecipazione di sole quattro compagnie e il fatto che alla ventiduesima edizione le compagnie presenti fossero ben dieci fa ben sperare che l'importante tradizione teatrale (*Ache Lhamo*) del Tibet sia mantenuta viva e operante pur nelle difficili condizioni dell'esilio.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 24 aprile 2017: Sua Santità il Dalai Lama ha detto che gli indiani, soprattutto quelli che abitano nelle regioni himalayane, non solo hanno il diritto ma anche la responsabilità di vigilare sulle condizioni ecologiche del Tibet. Parlando a un gruppo di aderenti al *Himalayan Club*, Sua Santità ha tra l'altro affermato, "Particolarmente gli indiani hanno il

diritto di interessarsi all'ecologia tibetana dal momento che alcuni dei maggiori fiumi indiani nascono in Tibet. Le montagne himalayane ospitano le sorgenti di questi corsi d'acqua e la vita di oltre un miliardo di persone dipende da essi. Dunque, in quanto membri del *Himalayan Club*, dovete dire alle autorità locali di prendersi cura dell'ambiente e incoraggiarli a piantare un numero sempre maggiore di alberi".



New Delhi, India, 27 aprile 2017: Sua Santità il Dalai Lama ha ricevuto il "Professor ML Sondhi Prize for International Politics" che gli è stato consegnato oggi nella sede del *India International Centre*. Al suo arrivo è stato accolto dalla signora Madhuri Santanam Sondhi e da altri membri della famiglia dell'illustre studioso alla cui memoria è dedicato questo Premio. Dopo aver ricordato il lungo impegno del professor Sondhi a favore

della causa tibetana e il prezioso lavoro fatto in questi decenni di esilio dal Dalai Lama, la signora Sondhi ha introdotto i relatori tra i quali Vivekanand, il figlio dello studioso, che ha ricordato l'importanza della visione del Dalai Lama di un Tibet autonomo e la determinazione del leader tibetano a non cedere alle pretese cinesi che parlano di un Tibet

da sempre parte della Cina. Dopo gli interventi di Lalit Mansingh e Arun Shourie ha preso la parola il Dalai Lama. Sua Santità ha sottolineato l'importanza di un rapporto fraterno tra le varie comunità etniche, politiche, religiose e come tutti, al di là di ogni differenza, dovremmo sentirci parte della medesima famiglia umana. Il Dalai Lama ha anche toccato i temi della salute (che deriva in larga misura dalla serenità interiore), dell'educazione e del lungo impegno del professor Sondhi a favore del Tibet.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 5 maggio 2017: secondo quanto riportato dalla emittente radiofonica "Voice of America", un tibetano si sarebbe dato fuoco il 2 maggio nella contea di Bora, nel Tibet occupato dai cinesi. Le informazioni sono frammentarie dal momento che la polizia ha posto sotto un rigido controllo l'intera zona e ogni genere di comunicazioni. Quindi non si conoscono il nome e l'età della persona che

si è immolata, né se sia ancora in vita e, nel caso lo fosse, il luogo in cui è stato portato dalle autorità cinesi. Gli stessi abitanti della contea sarebbero in larga parte all'oscuro del gesto visto l'isolamento in cui è tenuta la zona.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 8 maggio 2017: il Dalai Lama questa mattina ha inviato un messaggio di congratulazioni al neo eletto presidente francese Emmanuel Macron, che aveva incontrato in occasione di una sua visita in Francia nel settembre 2016.

Nella lettera pubblicata sul suo sito internet, il leader tibetano scrive: "E' stato per me un onore incontrarla a Parigi lo scorso settembre. Ho molto apprezzato i sentimenti da lei espressi in quella occasione. Nel corso degli anni, ogni volta che ho visitato la Francia, sono sempre stato commosso dall'amicizia e dalla solidarietà che ho ricevuto da persone appartenenti ad ogni classe sociale".



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 10 maggio 2017: l'attesa delegazione bi-partisan di parlamentari statunitensi è giunta oggi a Dharamsala per una visita di due giorni. La delegazione è guidata dal membro del Congresso Nancy Pelosi, una parlamentare da molti anni decisa sostenitrice della

causa tibetana negli Stati Uniti. Gli altri membri della delegazione sono Jim Sensenbrenner, Eliot Engel, Jim McGovern, Betty McCollum, Judy Chu, Joyce Beatty and Pramila Jayapal.

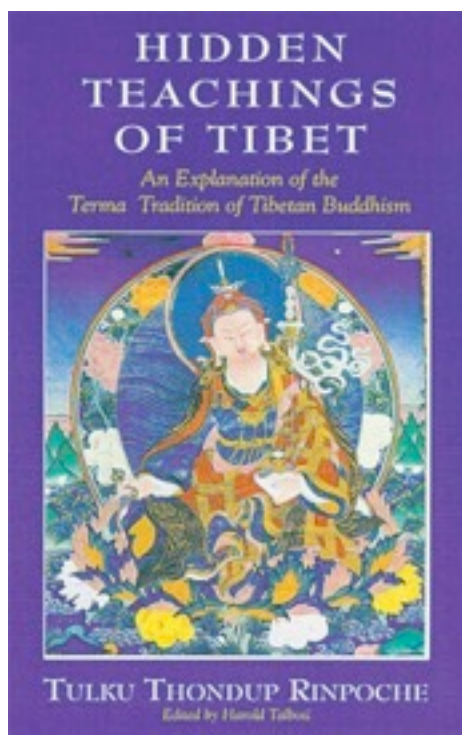
La delegazione ha visitato la sede del Governo tibetano in esilio (*Central Tibetan Administration*) e il *Tibetan Children Village*. La delegazione si è poi incontrata con Sua Santità il Dalai Lama che ha poi offerto un pranzo ai delegati. Nel corso dell'incontro, Nancy Pelosi ha anche messo al corrente della visita che la delegazione aveva fatto nei giorni precedenti al campo profughi tibetano di Jwalakhel (Katmandu, Nepal) per cercare di facilitare una soluzione ai numerosi problemi che devono affrontare i rifugiati tibetani in Nepal.



L'angolo del libro, del documentario e del film



Il cristallo e la via della luce, Namkai Norbu, Roma 1987: un ottimo testo di un importante maestro buddhista contemporaneo che introduce il lettore ad alcuni aspetti fondamentali della spiritualità tibetana. Gli insegnamenti propriamente detti si alternano con elementi autobiografici e riuscite descrizioni della vita e della civiltà del Tibet tradizionale. Una esauriente, comprensibile, e precisa introduzione allo Dzog-chen, una delle più elevate vette del pensiero filosofico e spirituale tibetano. Un vero peccato che i termini tibetani vengano trascritti secondo la fonetica cinese (es. *dzog-chen* diventa nel libro -ma non nel titolo- *Zogqen*).



Hidden Teachings of Tibet, Tulku Thondup Rinpoche, USA 2005: una delle migliori introduzioni alla tradizione tibetana dei *terma* ("tesoro nascosto") quei testi od oggetti che furono appositamente nascosti da Padmasambhava per essere trovati in tempi più favorevoli alla loro comprensione. Con un linguaggio preciso ma accessibile Tulku Thondup, partendo da una descrizione generale del sentiero buddhista, entra nel merito di questo complesso aspetto del *vajrayana* spiengandone sia il significato letterale sia quello simbolico. Un libro veramente interessante che aiuta a chiarire molte domande che da sempre il mondo non tibetano si pone riguardo a questi "tesori nascosti" e al loro ritrovamento.

ALEXANDRA DAVID-NÉEL

CORRESPONDANCE AVEC SON MARI

Edition intégrale
1904-1941



Correspondance avec son mari, Alexandra David-Néel, Parigi 2016: una nuova edizione, con l'aggiunta di ulteriore materiale iconografico, delle molteplici lettere che Alexandra David-Néel scrisse al marito nel corso dei suoi molteplici viaggi, soprattutto da quelli in Oriente. Esploratrice, scrittrice, orientalista, questa donna affascina e interessa più per la sua vita avventurosa che per la comprensione delle culture che ha incontrato. Infatti, soprattutto se letti con occhi contemporanei, i suoi testi sulla cultura e la spiritualità tibetana (e cinese) mostrano diverse lacune e incomprensioni. Però la qualità e lo spessore della sua esperienza di viaggiatrice non possono essere messi in discussione. E queste lettere che scrisse al marito (che finanziava i suoi viaggi e le sue spedizioni) sono rivelatrici di un'anima inquieta, curiosa, affamata di sempre nuove conoscenza.

Un'anima coraggiosa che non si è fermata davanti a difficoltà che ad altri sarebbero apparse insormontabili e pericoli che avrebbero spaventato anche molti uomini. India, Tibet, Himalaya, Cina e Giappone, incontrati e conosciuti tra la fine dell'Ottocento e i primi decenni del Novecento, emergono da questa corrispondenza in tutto il loro fascino e complessità. Una lettura stimolante, in grado di suscitare emozioni e un pizzico (e forse anche più) di nostalgia per un oriente ormai irrimediabilmente scomparso.



Breve introduzione al lignaggio Sakya

La scuola Sakya. All'inizio del mese di marzo 2017, si è tenuta a Puruwala (Himachal Pradesh, India) una importante cerimonia con la quale è stato nominato il nuovo detentore del lignaggio, il 42° *Sakya Trizin*, con una modalità del tutto nuova rispetto a quanto finora avvenuto. Infatti la tradizione *Sakya*, una delle cinque principali in cui si articola il Buddhismo *vajrayana*, è nota per avere avuto sino ad oggi un suo peculiare sistema di trasmissione del ruolo di *Sakya Trizin*, la massima autorità della scuola. Non si trasmetteva attraverso il sistema di successive reincarnazioni (*tulku*) ma tramite una linea ereditaria. I *Sakya Trizin*, infatti, non sono monaci bensì maestri laici e quindi non legati al voto di castità monacale.

La scuola Sakya, prende il nome dall'omonimo monastero che si trova nel Tibet centrale, e venne fondato nel 1073 da Konchog Gyalpo (1034-1102) e nel corso dei secoli fino all'invasione cinese del 1959 è sempre stato il principale centro di questa tradizione. La scuola Sakya deve la sua nascita a cinque maestri, *Sachen Kunga Nyingpo* (1092-1158), *Sonam Tsem* (1142-1182), *Drakpa Gyaltsen* (1147-1216), *Sakya Pandita* (1182-1251) e *Chogyal Phagpa* (1235-1280). Grazie all'insegnamento di questi lama, che avevano convertito al Buddhismo alcuni dei più potenti Khan mongoli, la scuola Sakya assunse nel XIII secolo una posizione di primo piano in Tibet, non solo dal punto di vista religioso ma anche da quello politico. In pratica i mongoli avevano affidato ai lama sakya-pa il governo del Tibet. Ruolo che smisero di svolgere quando in Cina la dinastia Yuan (mongola) perse il potere (1354). Dal punto di vista spirituale, la scuola Sakya si divide in due correnti principali, la *Ngor* fondata da *Ngorchen Kunga Zangpo* (1382-1457) e la *Tshar* fondata da *Tsarchen Losal Gyamtso* (1502-1556). Il principale ciclo di insegnamenti è il *Lam-dre* (lett. "Il Sentiero e il Frutto") le cui origini risalgono allo *yogin* indiano *Virupa*. Il *Lam-dre* consiste di una articolata esposizione degli insegnamenti buddhisti dei *sutra* e dei *tantra*. Oltre a quello di Sakya, i maggiori monasteri di questa scuola in Tibet erano quello di *Ngor Ewam Chodem* nel Tibet centrale e quello di *Dzongskar* nel Tibet orientale.

Come si è visto, massima autorità è il *Sakya Trizin* che risiedeva nel monastero di Sakya. Nel 1959, a causa della sempre più violenta repressione cinese, i principali lama della scuola furono costretti a fuggire in India. Il titolo di *Sakya Trizin* è sempre stato tramandato dai due rami della famiglia *Khön*, il *Dolma Phodrang* e il *Phuntsok Phodrang*. La modalità di successione era la seguente. Alla morte del *Sakya Trizin* esponente di una delle due famiglie, il titolo passava al primogenito del patriarca dell'altra famiglia e così di seguito. Quindi si trattava di una sorta di trasmissione tra padre e nipote all'interno dei due *Phodrang*. L'8 maggio 2014 le due famiglie decisero di comune accordo di cambiare questo tipo di successione dinastica, ritenendolo non più adatto ai tempi e scelsero di eleggere a turno, sulla base di particolari qualifiche spirituali, il *Sakya Trizin* tra tutti i figli dei due rami della famiglia *Khön* e di farlo restare in carica per un numero di anni limitato a tre. A *Puruwala*, dove il *Dolma Phodrang* ha ricostruito uno dei suoi principali monasteri, si è tenuta dunque la sfarzosa cerimonia con la quale il 41° *Sakya Trizin* (*Nawang Kunga Thechen Palbar Trinley*) ha trasmesso il suo titolo al primogenito *Ratna Vajra Rinpoche* che è divenuto quindi, dal 9 marzo 2017, il 42° *Sakya Trizin*.

Ratna Vajra Rinpoche. Nato il 19 novembre 1974 nella cittadina indiana di Dehradun, *Ratna Vajra Rinpoche* fin da giovanissimo ha potuto ricevere insegnamenti e iniziazioni sia da suo padre sia dai principali maestri del lignaggio *Sakya* come anche da importanti lama delle altre tradizioni. La sua educazione formale è iniziata all'età di sei anni sotto la supervisione del suo tutore, il venerabile *Rinchen Sangpo*, in accordo con il metodo tradizionale tibetano. Vale a dire, imparando a leggere, scrivere, memorizzare e recitare le principali preghiere, eseguire nel modo corretto i rituali. Nel 1987, all'età di dodici anni, *Ratna Vajra Rinpoche* superò il suo primo esame importante al *Sakya Centre* di Rajpur (periferia di Dehradun). Due anni più tardi completò lo studio dei maggiori rituali e dei più importanti testi della tradizione *Sakya*. Nel 1990 entrò al *Sakya College* dove studiò filosofia buddhista sotto la guida di Khenpo Migmar Tsering. Nel 1998, dopo essersi impegnato per anni con serietà e disciplina, Rinpoche completò il suo ciclo di studi ed ottenne il diploma di, "Maestro delle Dieci Scritture" (*Kachupa*). Oltre alle conoscenze filosofiche, ha ricevuto iniziazioni, trasmissioni orali, insegnamenti da numerosi lama tra cui suo padre, il 41° *Sakya Trizin* (suo guru radice), Sua Santità il XIV Dalai Lama, *Chogye Trichen Rinpoche*, *Ludig Khenchen Rinpoche* e altri ancora. Fin da quando aveva 12 anni, *Ratna Vajra Rinpoche*, ha fatto ritiri di meditazione, tra cui quello particolarmente impegnativo di *Hevajra* considerato indispensabile per poter ricevere le iniziazioni *Lamdre*. Nel 2002 ha sposato *Dagmo Kalden Dunkyi* da cui ha avuto tre figli che vengono cresciuti secondo i dettami spirituali della tradizione *Sakya*. *Ratna Vajra Rinpoche* da diverso tempo è impegnato a diffondere l'insegnamento di Buddha sia in India sia all'estero dove ha fondato diversi monasteri e centri di meditazione.



Celebrazione del Vesak 2017

Mandala Samten Ling



Appuntamenti
Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



SVIZZERA, Arosio
Thupten Changchup Ling
CH-6939 Arosio
Tel : 0041 91 600 32 15
E-mail : tcling@ticino.com
Website: www.buddhismo-sakya.com

Venerdì 9, sabato 10 e domenica 11 giugno

SAGA DAWA* E LA CONFESSIONE AI 35 BUDDHA

con ven. Khenpo Tashi Sangpo Amipa

Descrizione

Venerdì 9 giugno: SAGA DAWA* - La Notte di Tara: dalle ore 20 alle ore 24 Rituale dei 16 Arhat e altre preghiere

Sabato 10 e domenica 11 giugno: La Confessione ai 35 Buddha: Il Sutra dei Tre Cumuli (omaggio, confessione, dedica) è un testo rituale Mahayana utilizzato con lo scopo di purificare le cadute, ossia le trasgressioni dei voti Vinaya e Bodhisattva, aiutandoci così ad eliminare gli ostacoli alla pratica del Dharma. Il principale oggetto santo del rituale sono i 35 Buddha della confessione.

* Orario: venerdì 20:00 – 24:00, sabato e domenica 10:00 – 12:00 e 13:30 – 15:30

* Gli insegnamenti conferiti dal ven. Lama Tashi Sangpo si svolgono in lingua inglese con traduzione italiana.

* Iscrizione non necessaria.

* La quota di partecipazione per l'insegnamento di fine settimana ammonta a CHF 50.-



CENTRO DROL-KAR SABSEL THEKCHOK LING

(www.sabsel.com/it)

PACIFICA MENTE - Ven. Ghesce Lobsang Tenkyong

Data inizio incontro: sabato 13 maggio 2017

Data fine incontro: sabato 13 maggio 2017

Luogo: San Cipriano di Serra Riccò (Genova)

Istituto/Centro di riferimento: *Centro ritiri Vajrayogini*

Orari: dalle ore 15.00

Offerta minima consigliata: libera

Insegnante: *Ven. Ghesce Lobsang Tenkyong*

E' fuggito in India nel maggio 1982 e lì rimane fino al 2005 . Dal momento dell'arrivo fino al 2001 ha studiato nel monastero di Sera. In quell'anno ha ottenuto il grado di Geshe Lharampa, il più alto titolo di studi conseguibile all'interno della tradizione gelug-pa . Poi va a studiare al collegio tantrico del Gyume dove riceve l'educazione Tantrica .Dal dicembre 2005 risiede in Italia.

PACIFICA MENTE

Incontro di meditazione aperto a tutti a cura di [Geshe Lobsang Tenkyong](#) e Padre Gabriele Ambu

ore 15:00 - ritrovo presso la piazza di San Cipriano

ore 15:30 - Riflessione

ore 16:30 - Meditazione silenziosa e Meditazione camminata

ore 17:30 - Dialogo con i partecipanti

ore 19:00 - Apericena

E' gradita la prenotazione per la partecipazione alla cena

info: 327 9569380 - 348 1193880



PACIFICA MENTE - Ven. Ghesce Lobsang Tenkyong

Data inizio incontro: venerdì 19 maggio 2017

Data fine incontro: venerdì 19 maggio 2017

Luogo: corso Torino 19/1b - Genova

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

Orari: Dalle ore 19.00

Offerta minima consigliata: libera

Insegnante: [Ven. Ghesce Lobsang Tenkyong](#)

PACIFICA MENTE

Incontro di meditazione aperto a tutti a cura di [Geshe Lobsang Tenkyong](#) e Padre Gabriele Ambu ([ofm cap](#))

ore 19:00 - Riflessione

ore 20:00 - Meditazione

ore 21:00 - Cena

E' gradita la prenotazione per la partecipazione alla cena

info: 327 9569380 - 348 1193880

INCONTRO CON ROBINA COURTIN - Venerabile Robina Courtin

Data inizio incontro: domenica 4 giugno 2017

Data fine incontro: domenica 4 giugno 2017

Luogo: Genova

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

Orari: dalle ore 18.00

Offerta minima consigliata:

Insegnante: Venerabile Robina Courtin

Ordinata dalla fine degli anni 1970, Robina Courtin ha lavorato a tempo pieno da allora per Lama Thubten Yeshe e Lama Zopa Rinpoche nell'organizzazione Fpmt.

INCONTRO CON ROBINA COURTIN

L'impegno, la lotta e la dedizione per i più deboli come filo conduttore di una vita intensa e di una personalità ribelle. Dall'attivismo femminista alla pratica del Buddismo, conosciamo Robina Courtin, Monaca Tibetana e fondatrice di Liberation Prison Project, programma di attività nelle carceri di tutto il mondo.





ISTITUTO KALACHAKRA LUGANO

(<http://www.kalachakralugano.org>)

Attenzione: comunicazione importante!

Tutte le attività del Centro, esclusi i corsi di yoga, si trasferiscono in Via dei Somazzi 17, sempre a Breganzona, a partire dal 28 aprile 2017.

La biblioteca sarà accessibile su appuntamento: tel. +41 79 651 23 53

Geshe Lobsang Sherab

Istruzioni per la vita quotidiana.

Se molti degli insegnamenti del Buddha sono destinati ai monaci ed ai praticanti che aspirano alla liberazione e al raggiungimento del nirvana, moltissimi suoi consigli sono stati indirizzati alle persone comuni per aiutarle a vivere meglio qui e ora, in questa stessa vita. Questi suggerimenti non richiedono di cambiare religione o diventare buddhisti, ma aiutano a capire dove ognuno può cambiare le proprie abitudini di corpo, parola e mente per stare meglio con se stesso e relazionarsi in modo ottimale con gli altri.

Il venerdì alle 18.30 nelle seguenti date:

12 maggio: *La comunità socio-politica*

Come possiamo contribuire al benessere della comunità nei suoi vari aspetti: scuola, comune, attività politica, attività economica, relazioni internazionali.

26 maggio: *Risolvere le dispute e creare una società equa.*

Accettare le critiche, correggersi vicendevolmente, assumere le proprie e reciproche responsabilità.

9 giugno: *Serata conclusiva.*

Lama Paljin Tulku Rimpoche

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.

Per fare ciò non dobbiamo eliminare il pensiero ordinario, ma farvi ricorso attraverso l'unione dei mezzi abili e della conoscenza trascendente che ci aiuta a comprendere l'aspetto vuoto e illusorio della realtà, ma ci permette anche di vivere appieno e senza traumi le meraviglie del suo aspetto apparente. Tutti hanno la possibilità di vivere meglio la realtà convenzionale facendo un percorso di trasformazione spirituale che attraversa le 10 terre, o stati mentali, del Bodhisattva, in un cammino basato sullo sviluppo della compassione per il bene, temporale e ultimo, degli esseri senzienti.

Nel corso di ogni serata sarà presa in considerazione l'essenza di una di queste 10 tappe, intesa come il motore di un'evoluzione che si basa sulla interpretazione dei testi che riportano l'antica saggezza tibetana, ma che poggia anche su specifici esercizi di meditazione che verranno insegnati in loco e potranno facilmente essere ripetuti a casa.

Ogni incontro è monografico e sarà diviso tra lezione ed esercizi di meditazione, durata di 90 minuti.

Il mercoledì dalle 19.00 alle 20.30 nelle seguenti date:

17 maggio e 7 giugno



**MANDALA - CENTRO
STUDI TIBETANI**

(www.centromandala.org)

Via P. Martinetti 7, 20147

Milano (tel. 3400852285)

La via facile che porta all'onniscienza

Il **ven Lama Paljin Tulku Rinpoche** prosegue gli insegnamenti e il commentario al testo del primo Panchen Lama Lozang Chokyi Gyaltsen vissuto intorno al 1600.

Considerata da tutte le scuole tibetane un'opera fondamentale per chi vuole imparare la meditazione essa unisce la base teorica e le istruzioni pratiche per ottenere la mente della Illuminazione.

Infatti la teoria senza la pratica non porta alla realizzazione, ed è proprio l'esperienza diretta, attraverso la purificazione di corpo, parola e mente, che ci permette di comprendere gradualmente la dottrina in un percorso di crescita interiore...

Giovedì 18 maggio 2017, ore 20.30 - 22.00





ISTITUTO SAMANTABHADRA

CENTRO STUDI DI BUDDHISMO TIBETANO ལུང་གྲུབ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་། FONDATO NEL 1981

<http://www.samantabhadra.org>

Commentario al Guru Yoga in sei sessioni

Date:

Sabato 13 maggio: 18:00 – 20:00

Domenica 14 maggio: 11:00 – 16:30

Luogo: Istituto Samantabhadra

Dopo aver ricevuto un'iniziazione nello Yoga Tantra Supremo, è necessario osservare i voti e le promesse del Tantra come anche i voti del Bodhisattva.

Per mantenere questi impegni, la recitazione quotidiana del Guru Yoga in sei sessioni è di fondamentale utilità. Insegnamento riservato a praticanti che hanno ricevuto una iniziazione di Anuttara Yoga Tantra.

Insegnamenti di buddhismo

Date:

Sabato 13 maggio: 18:00 – 20:00

Domenica 14 maggio: 11:00 – 16:30

Luogo: Istituto Samantabhadra

Dopo aver ricevuto un'iniziazione nello Yoga Tantra Supremo, è necessario osservare i voti e le promesse del Tantra come anche i voti del Bodhisattva.

Per mantenere questi impegni, la recitazione quotidiana del Guru Yoga in sei sessioni è di fondamentale utilità. Insegnamento riservato a praticanti che hanno ricevuto una iniziazione di Anuttara Yoga Tantra.

Informazioni: 3400759464

samantabhadra@samantabhadra.org





PADIGLIONE TIBET

un ponte di cultura e libertà

evento dedicato a S.S. il Dalai Lama

Palazzo Zenobio – Fondamenta del Soccorso 2596 - Venezia

10 maggio – 10 agosto 2017

inaugurazione 13 maggio ore 18.00

Ultimamente sembra che i muri prendano il sopravvento e che, al contrario, i ponti vengano dimenticati o peggio distrutti. Purtroppo non si tratta di scelte architettoniche, ma di un basso grado di civiltà.

Padiglione Tibet, ideato e curato da Ruggero Maggi, da sempre si è posto come un *ponte sensibile* tra la cultura Occidentale e quella Tibetana densa di affascinanti e mistiche suggestioni spirituali, linguistiche ed artistiche. Un ponte, un passaggio da Est ad Ovest, che crei quella sfumata ma necessaria vibrazione poetica per interagire e comprendersi.

Padiglione Tibet: ponte fra culture.

Una società democratica implica il riconoscimento e l'accettazione di un fenomeno migratorio di massa che non si arresterà mai se le condizioni sociali ed economiche in certi nazioni non cambieranno drasticamente. Pensiamoci bene: perché si dovrebbe fermare?! Noi ci fermeremmo se il nostro Paese fosse segnato da un'indicibile povertà o da tragiche guerre? E' un'inesorabile legge di natura: si fugge da dove si sta peggio per andare dove si potrebbe stare meglio. E' ovvio, ma è così.

Vi era (il passato purtroppo è quasi d'obbligo) un popolo che invece nel proprio paese ci stava benissimo... era il popolo tibetano.

Popolo le cui opere d'arte venivano impregiate da un'antica spiritualità: come non ricordare i delicati mandala dalle sinuose forme ed i magnifici colori alludenti a metafisiche case, strade, città che sembravano provenire da altre dimensioni? Le meravigliose e delicate Khata simboli di amicizia e di solidarietà, le ruote delle preghiere, le Tangka ...

Ma forse gli oggetti (mi rendo conto che chiamarli “oggetti” è decisamente sminuente rispetto al loro utilizzo) che rappresentano meglio questo popolo sono le **bandiere di preghiera**, le *Lung-Ta* (letteralmente cavalli di vento), veri simboli che enfatizzano e racchiudono in sé la spiritualità tibetana ed il desiderio innato di questo popolo di abbracciare l'intera razza umana in una grande preghiera collettiva. *Filipregchiere* che costituiscono la trama stessa del tessuto con cui sono realizzate le bandiere e che, afferrati e sospinti da mulinelli di vento, in un rapido evolversi di volo si trasformano in particelle di preghiera, in un'eco di mantra di buon auspicio per tutti gli esseri senzienti.

Pregchiere che si sfibrano in sottili fili portatori di messaggi colorati di pace e compassione giocando con il vento che li accarezza e li trasporta in un dialogo costante con la natura, l'uomo e con tutti gli esseri viventi, librandosi in un appassionante volo di un eterno viaggio.

Delicate strutture filiformi su cui gli artisti invitati per questa edizione di **Padiglione Tibet** sono intervenuti con messaggi poetici di straordinaria forza spirituale e creativa.... l'anima si eleva con le coinvolgenti *preghiereopere* che nella mostra creeranno passaggi, paesaggi, sensazioni visive, tattili, in certi casi anche olfattive.

Opere inedite che attendono di essere osservate ed ascoltate, ognuna portatrice di messaggi silenti, ma al contempo voci chiare ed esaustive di ogni singolo artista partecipante:

Marco **Agostinelli**, Dino **Aloi**, Salvatore **Anelli**, Piergiorgio **Baroldi** - Lorenzo **Bluer**, Carla **Bertola** - Mariella **Bogliacino** - Fernando **Montà** - Alberto **Vitacchio**, Giorgio **Biffi** - Giglio **Frigerio** - Fabrizio **Martinelli**, Rovenza **Bocci**, Rossana **Bucci** - Oronzo **Liuzzi**, Rosaspina **Buscarino**, Silvia **Capiluppi**, Paola **Caramel**, Simonetta **Chierici** - Loredana **Manciati** - Tiziana **Priori** - Elena **Sevi**, Pino **Chimenti**, **Circolo degli artisti** di Varese, Marzia **Corteggiani**, Giampietro **Cudin** - Carla **Rigato**, Albina **Dealessi**, Nyima **Dhondup** - Livia **Liverani**, Anna Maria **Di Ciommo**, Franco **Di Pede**, Marcello **Diotalle**, Giovanna **Donnarumma** - Gennaro **Ippolito**, Gretel **Fehr**, Mavi **Ferrando** - Mario **Quadraroli** - Roberto **Scala** - **K7**, Alessandra **Finzi** - Gianni **Marussi**, Alberto **Fortis**, Emanuela **Franchin**, Ivana **Geviti**, Antonella **P. Giurleo**, Isa **Gorini**, Gruppo **Il Gabbiano**, Peter **Hide** 311065 - Isabella **Rigamonti**, Benedetta **Jandolo** - Angela **Marchionni**, Oriana **Labruna**, Silvia **Lepore** - Sandro **Pellarin**, Giulia **Niccolai** - Gruppo **BAU**, Tashi **Norbu**, Clara **Paci**, Lucia **Paese**, Salvatore **Perchinelli**, Marisa **Pezzoli**, Benedetto **Predazzi**, Anna **Seccia**, Gianni **Sedda**, Roberto **Testori**

così come le significative *opere-video* di Satish **Gupta** presentato dalla prestigiosa BASU Foundation For The Arts, Francesca **Lolli** e Marco **Rizzo**.

Dopo aver attraversato l'intreccio delle Lung-Ta si potrà accedere ad un particolare ed originale percorso visivo ed emozionale, costituito da quattro *mostre personali* con una selezione di opere dal contenuto giocoso e fluttuante come nel caso di Marcello **Diotalle** con le sue “Fiabe al vento”; con le evocative immagini fotografiche di Anna Maria **Di Ciommo** riproducenti Lama tibetani al lavoro su splendidi mandala; con le rigorose opere di Rosaspina **Buscarino** dal serrato ritmo compositivo, capaci di penetrare a fondo nell'animo umano e con le opere-oggetto di Roberto **Testori** che nel loro biancore riflettono soluzioni concettuali ricche di significati spirituali ed artistici.

Il percorso prosegue con un altro evento sotto il grande ombrello di **Padiglione Tibet: Time**

Travellers in Venice, curato da Roberta **Reali**, project assistant Anna Maria **Griseri**, in cui saranno esposte opere di Tashi **Norbu** - tra gli artisti tibetani contemporanei di maggior successo - e del suo 9 Pillars Contemporary Art Studio di Amsterdam. La mostra prevede l'omaggio a Tenzin **Rigdol** e Gonkar **Gyatso**, che reinterpreta la pittura tradizionale tibetana nel lessico quotidiano dell'era post-industriale. Lo slancio della comunicazione tra oriente e occidente è espresso dai **Le Brothers** (Le Ngoc Thanh e Le Duc Hai) con video performances radicate nella coscienza contemporanea del Vietnam buddhista; la videomaker Lala **Lharigtsa** presenta con il regista Donagh **Coleman** *A Gesar Bard's Tale*, storia del poeta e veggente Dawa ambientata nel Tibet d'oggi. L'Ici Venice (International Cultural Institute) partecipa con il documentario di Anne e Ludovic **Segarra** *Bhoutan: un petit pays possédé du ciel* (1972), il primo realizzato in quel paese. Maurizio **Pizzo**, scenografo e origamista, presenterà workshop a tema.

Dalle sale **Padiglione Tibet** si estende al giardino presentando *Atman* (dal sanscrito "essenza" - "soffio vitale") opera inedita site specific di Robert **Gligorov** realizzata appositamente per il padiglione e curata da Luca Pietro **Acquati** Architetto. Uno spazio racchiuso e silente, una sorta di giardino segreto che si ispira ai cimiteri anglo-americani dove croci bianche sono piantate direttamente nel prato, ma in cui la croce cristiana è sostituita dall'antico simbolo della svastica tibetana che rappresenta il sole. L'installazione evidenzia il concetto di appartenenza per suscitare una discussione storica e semiologica. Attestazione di memoria che appartiene ad una tradizione che ha sempre cercato la spiritualità e la conoscenza.

Padiglione Tibet sarà anche presente il **17 giugno** all'evento *Venice Art Night*, di cui verrà fornito un programma più dettagliato in seguito, con l'apertura straordinaria fino alle ore 23.00.

Altri significativi appuntamenti sono previsti il **14 maggio** con il *live painting* di Tashi Norbu accompagnato dal recital di musica e poesia di Federica Artuso (chitarra) e Nicoletta Confalone (voce) ed il **6 Luglio**, data in cui si celebrerà l'*82° compleanno del Dalai Lama*.

ENTRATA LIBERA

orari: martedì – domenica 10.00/18.00 - chiusura: lunedì

info: www.padiglionetibet.com | maggiruggero@gmail.com | 320.9621497

PALAZZO ZENOBIO - FONDAMENTA DEL SOCCORSO 2596 - DORSODURO - VENEZIA

. Dalla Stazione Ferroviaria di Venezia facilmente raggiungibile a piedi

. vaporetto 5.1 fermata S. Basilio



WESAK 2017



MOSTRA FOTOGRAFICA: *"AMDO, Il paese del XIV Dalai Lama"* MERANO, 11-18 maggio 2017

Centro della Cultura, Via Cavour 1

Conferenza e inaugurazione 11/5 h.20 con:

- *Giampietro Mattolin (fotografo)*
- *Piero Verni (scrittore)*
- *Ven. Paljin Tulku Rinpoce (Lama Tibetano)*

Mostra orari 11-18 maggio:

Gio 11: 16-22:30, **Ven, Sab, Mar, Mer:** 11-13, 16-22:30, (**Dom, Lun** chiuso), **Gio 18:** 11-13



CELEBRAZIONI del WESAK

DOM 28 maggio 2017

Parco S.M.Assunta, Merano, Via Bersaglio

- 11-12 : Meditazione di consapevolezza con Massimo Tendrub
12.00 : Cerimonia del Wesak
13.00 : Pranzo (Ogni partecipante è pregato di portare un piatto veg.)
15.00 : "WorldPeace Percussions"
17.00 : Canti Mantrici col gruppo di Alex Parmeggiani.
18.30 : Chiusura.

Organizzazione:

MANDALA DEVA LING CENTRO STUDI TIBETANI

Cell: 3357825870 cestuti@tiscali.it , www.centrobuddhistamerano.it
Col Patrocinio dell'Assessorato alla Cultura del Comune di Merano

Lei ha in questi ultimi anni sempre più spesso parlato di Politica della Gentilezza e di Responsabilità Universale. Potrebbe spiegarci questi due concetti?

Sono la naturale continuazione di quanto abbiamo detto in precedenza parlando dell'esperienza religiosa e del suo contributo al futuro del mondo. Vede, questo nostro Pianeta Azzurro è il più affascinante ambiente che conosciamo... la sua esistenza è la nostra esistenza. Non credo che la Terra sia un essere senziente ma è comunque la nostra madre, la nostra Madre Terra e noi, come bambini, dipendiamo da lei. E oggi di fronte a tutti i problemi che mettono in pericolo perfino la stessa esistenza di nostra Madre Terra, e non solo la coesistenza degli esseri umani, noi dobbiamo fare tutti un grande sforzo per cooperare... per trovare insieme una via d'uscita positiva alle grandi domande di questa fine millennio. E ritengo che concetti come la Politica della Gentilezza e la Responsabilità Universale possano rivelarsi utili in questo scenario.

Santità, Politica della Gentilezza è un'espressione affascinante, ce la può spiegare nel concreto?

Vede, che ci piaccia o meno abitiamo tutti sullo stesso pianeta e facciamo tutti parte della medesima famiglia umana. Europei od asiatici, americani od africani, ricchi o poveri, uomini o donne, credenti o non credenti... in ultima analisi ognuno di noi è un essere umano come tutti gli altri... e tutti noi, tutti gli esseri umani, desideriamo essere felici e non provare dolore o sofferenza. E tutti possediamo l'identico diritto a questa felicità... a questa assenza di dolore. Nei tempi antichi... anche solo fino a pochi decenni or sono, esistevano delle Nazioni o delle comunità che potevano vivere in parziale o totale isolamento. Il Tibet era, ad esempio, una di queste Nazioni. Vivevamo piuttosto isolati dal resto del mondo ed eravamo piuttosto orgogliosi di questo... anche se, come ho già detto, personalmente ritengo sia stato un errore che abbiamo pagato a caro prezzo quando poi i cinesi ci invasero. Comunque giusto o sbagliato che fosse, resta il fatto che fino anche solo a pochi decenni or sono era possibile. Oggi non lo è più. Sotto ogni aspetto, politico, economico, culturale, ecologico... quello che avviene in una determinata parte del mondo, magari remota e poco accessibile, si ripercuote subito in tutto il Pianeta... le informazioni viaggiano alla velocità della luce... radio, televisioni, mass-media le trasmettono in un baleno ovunque...

Il "villaggio globale" di cui parlava Marshall Mc Luhan ancora negli anni '60...

Sì, un villaggio globale o, se preferisce, la teoria dell'interdipendenza buddhista applicata alla vita sociale, agli avvenimenti di ogni giorno. Tutto quello che noi facciamo interagisce con gli altri e tutto quello che fanno gli altri interagisce con noi. Quindi in questa situazione di interdipendenza il modo più conveniente di fare i nostri interessi è di avere presenti anche quegli degli altri... è quello che io prima ho definito un "egoismo intelligente"... e in questo contesto io ritengo che si debba fare ricorso alla compassione, all'altruismo, all'amore che sono i migliori strumenti per operare nel mondo e per il mondo... è quello che chiamo "Politica della Gentilezza".

E questa politica dà i suoi frutti? Produce risultati?

Nel breve periodo forse non ne dà molti... si potrebbe avere anche l'impressione che non ne dia affatto. Sono però convinto che nel medio e nel lungo periodo i risultati verranno... e saranno molto positivi. Vede, ricordo spesso che in Tibet diciamo che si possono curare numerose malattie con la medicina della compassione e dell'amore. Il bisogno di questi sentimenti risiede nelle profondità del nostro essere. Non vi è dubbio che tutti noi stiamo meglio quando possiamo essere gentili, affettuosi... quando creiamo un clima di reciproca soddisfazione e positività. Oppure quando questo clima è creato da altri e noi ne beneficiamo. Anche coloro che hanno un carattere irascibile e bellicoso sono felici nei momenti in cui questi aspetti della loro personalità vengono messi da parte, superati dall'amore e dall'altruismo. Questi sentimenti, il più delle volte, producono una sorta di reazione analoga... è difficile rispondere con ira e con violenza a chi ci tratta con gentilezza, a chi prende in considerazione i nostri bisogni, i nostri interessi, i nostri punti di vista... viceversa se ci sentiamo rispondere con ostilità, con durezza è più facile che le nostre buone maniere siano messe a dura prova. Però, prendere atto di quanto si abbia bisogno di armonia non basta. Bisogna attivarsi perché le nostre attitudini interiori cambino in meglio e, dopo essere cambiati noi stessi, cercare di aiutare gli altri a cambiare... la compassione, una mente compassionevole produce frutti profumati come un fiore. Dalla compassione derivano altre qualità positive come la tolleranza, la fiducia nel dialogo, nella comprensione reciproca ed altre ancora. La mente compassionevole ha la forza di trasmutare il negativo in positivo, la chiusura in apertura, le visioni ristrette in visioni aperte e panoramiche.

E l'educazione all'altruismo, alla tolleranza è un aspetto specifico della pratica religiosa?

Certamente fa parte, dovrebbe assolutamente fare parte, della pratica religiosa... ma non dovrebbe essere solo appannaggio di questa. Sviluppare l'altruismo dovrebbe essere responsabilità di tutti noi, non solo dei religiosi. Educatori, dirigenti politici, semplici cittadini... tutti dovrebbero impegnarsi in quest'opera di educazione e di autoeducazione. Non credo che ci sia una determinata categoria che, come dire, "possiede" questo compito. Certo in ambito religioso dovrebbe essere naturale sviluppare l'altruismo e praticarlo con gli altri...

Soprattutto con quanti non lo sono... perché essere altruisti con persone che lo sono quanto e più di noi potrebbe essere abbastanza facile. Al contrario praticarlo con chi ci attacca e ci minaccia...

Praticare l'altruismo è sempre positivo e richiede sempre una certa autoeducazione, anche quando lo si pratica con persone che sono state compassionevoli nei nostri confronti. Se non abbiamo sviluppato una vera mente altruistica potremmo essere tentati di approfittarci anche di chi è stato gentile con noi. Ovviamente è molto più semplice praticare la gentilezza con chi è a sua volta gentile... come ho detto prima gentilezza chiama gentilezza. Ma dobbiamo assolutamente sforzarci di praticare la Politica della Gentilezza e una mente compassionevole anche verso coloro che ci hanno aggredito, che ci hanno usato violenza, che ci hanno fatto subire ogni genere di torto...

Santità, sta pensando al suo popolo e a quanto i cinesi hanno fatto subire al Tibet?

No, non mi riferivo particolarmente alla tragedia tibetana ma, visto che ne ha parlato lei, potremmo prenderla come esempio di quanto sto dicendo. Il Tibet ha subito ogni genere di violenza dopo il 1950, dopo l'invasione cinese. Eppure io mi sto sforzando in ogni modo a convincere il mio popolo a non rispondere a questo stato di cose con la medesima attitudine mentale dei nostri oppressori. Da molti anni sto cercando il dialogo, sto cercando di fare proposte politiche che tengano conto anche del punto di vista di Pechino, sto cercando di praticare con i cinesi la Politica della Gentilezza. Solo attraverso questa attitudine mentale potremo realmente trovare una soluzione efficace e positiva ai nostri problemi. Può sembrare una posizione assurdamente idealistica... ma non è così. Viceversa, se noi ci mettessimo sullo stesso piano di violenze, di scontro, di brutalità dei nostri avversari correremmo un rischio terribile, quello di divenire come loro... e anche se per assurdo su questo terreno potessimo vincere la nostra battaglia per la libertà, in ogni caso avremmo perso... perché avremmo perso le nostre migliori qualità interiori.

Santità, sta dicendo che se i tibetani ricorressero a forme di lotta violenta e al terrorismo, anche nel caso di una ipotetica vittoria ottenuta usando questi metodi avrebbero comunque perso? E questo perché i cinesi andati via fisicamente dal territorio tibetano in qualche modo “rimarrebbero” presenti avendo suscitato nell'animo tibetano queste attitudini mentali negative?

E' questo il mio grande timore. Se i giovani tibetani a cui la mia politica moderata sembra senza risultati e, ancora peggio, senza speranze e prospettive per il futuro cederanno alla disperazione... se ricorreranno a forme di resistenza armata e violenta perderanno delle qualità che da sempre fanno parte della civiltà tibetana. In questo modo saremmo espropriati spiritualmente, interiormente... in un modo che nessuna violenza esterna ha mai potuto fare. Ci priveremmo da noi stessi di quello che oltre quarant'anni di occupazione straniera non sono riusciti a privarci. Vede, il Tibet tradizionale... il “vecchio Tibet”, non era un paradiso terrestre, ne abbiamo già parlato. Però era un mondo in cui la enorme maggioranza della popolazione, a qualsiasi strato sociale appartenesse e in qualsiasi regione del Paese vivesse, si riconosceva in una cultura basata su valori quali la tolleranza, la gentilezza, il rispetto reciproco... certo c' erano anche problemi nel “vecchio Tibet” ma fondamentalmente la gente praticava la compassione e l'altruismo. Se l'occupazione cinese dovesse convincere porzioni significative del mio popolo a rinunciare a questo suo patrimonio, a questa sua peculiarità... questo sarebbe forse il frutto più amaro dell'invasione cinese... ancora peggiore della perdita della nostra libertà.

Quindi lei persevera nella pratica dell'altruismo ed è ormai divenuto un punto di riferimento non solo per il suo popolo ma per gente di ogni parte del mondo... soprattutto dopo aver ricevuto nel 1989 il Premio Nobel per la Pace...

In ogni caso continuerei a portare avanti la Politica della Gentilezza... certo che aver ricevuto un riconoscimento internazionale così importante come il Premio Nobel per la Pace mi ha caricato, come dire, di una particolare responsabilità e mi ha dato anche molta forza per procedere in questa mia strada. Quello che vorrei dirle è che un'attitudine compassionevole è sovente l'unico modo per risolvere i conflitti...

Qualsiasi genere di conflitto?

Sì, qualsiasi genere di conflitto... nel campo della politica, dell'economia, della religione. Non ci rendiamo conto quasi mai che spesso sono proprio le nostre attitudini, i nostri concetti a creare i problemi che vorremmo risolvere. Se siamo chiusi, rigidi, sordi... come potremmo superare tutte le prove a cui ci sottopone la convivenza con gli altri? Ogni contatto diverrà causa di conflitti. Guardi che non sto parlando solo dei *grandi* conflitti... conflitti tra le Nazioni, gli Stati, le potenze mondiali... parlo anche dei conflitti della vita quotidiana, che incontriamo giorno per giorno e in molti casi se non li affrontiamo con la giusta attitudine mentale ci rovinano l'esistenza. Spesso quando esprimo queste mie idee la gente, una parte almeno delle persone che incontro, rimane sconcertata e mi chiede cosa effettivamente intendo per attitudine compassionevole. Penso che alla base di una vera attitudine compassionevole dovrebbe esserci sempre una semplice constatazione: non dovremmo mai dimenticare che siamo tutti esseri umani. Vede, quando entriamo in conflitto con qualcuno spesso dimentichiamo proprio questo semplice fatto... tendiamo a dimenticare l'umanità del nostro avversario. Non lo vediamo più come qualcuno di noi, che la pensa diversamente, con cui abbiamo dei contenziosi da definire. Piano piano l'immagine che abbiamo di colui o colei con cui entriamo in conflitto diventa sempre più astratta... il nostro avversario si trasforma in un simbolo negativo, in un simbolo del male... e quindi diventiamo sempre più chiusi a quanto lui o lei hanno da dirci... siamo sempre più sordi alle sue parole, ai suoi punti di vista. E quella che dovrebbe essere una comunicazione per addivenire ad un accordo reciprocamente soddisfacente, si trasforma in un vero e proprio dialogo tra sordi. Per questo tanto spesso non ci si capisce. Invece se riusciamo a non dimenticare mai l'umanità del nostro contendente, se siamo in grado di sentire che soffre come soffriamo noi, che ha problemi come li abbiamo noi, che è un uomo o una donna come lo siamo noi... ecco, se siamo in grado di fare tutto questo, io credo che stiamo manifestando una attitudine compassionevole e, tramite essa, saremo in grado di aiutare gli altri e, soprattutto, noi stessi. Potremo molto più facilmente risolvere i grandi e i piccoli problemi che la vita ci presenterà... e migliorando le nostre esistenze miglioreremo le esistenze di tutti... miglioreremo la qualità della vita su questo pianeta. Vede, ritengo che seguire questi principi voglia dire mettere in pratica concretamente il Buddhismo. Non le sembra?

Credo che sarebbe difficile non essere d'accordo, Santità...

Vede, il Buddhismo ha un impianto filosofico, psicologico, epistemologico veramente imponente. A volte coloro che vogliono iniziare a studiare l'insegnamenti del Buddha e dei suoi successori si spaventano di fronte alla mole di testi, commentari e libri che dovrà studiare. E' ovviamente molto importante studiare tutto questo con serietà ed impegno. Però io consiglio a quanti si sentono intimiditi da tutto questo, di iniziare la pratica buddhista leggendo le biografie dei grandi maestri spirituali del passato. La lettura delle vite dei santi, degli yogi, dei meditatori che hanno fatto la storia del Buddhaddharma nel corso di secoli e secoli è un qualcosa di veramente ispirante. E sa perché?

Perché?

Perché il lettore può imparare direttamente dall'esperienza concreta del maestro... dalle sue azioni, dal suo modo di vivere... vedrà il Buddhismo applicato alla vita di ogni giorno. Questo è molto importante... perché una via spirituale non è una ideologia... un mero bagaglio di punti di vista più o meno condivisibili da mandare a memoria... è un qualcosa di vivo, concreto, che cambia il nostro essere uomini e donne in questa esistenza concreta. Certo sono importanti lo studio e la conoscenza dei testi, ma leggere le biografie dei grandi lama del passato può infonderci l'ispirazione necessaria per procedere sul sentiero spirituale. E lei può constatare che in tutte queste biografie, le azioni dei maestri saranno sempre basate sull'attitudine compassionevole, sulla *bodhichitta*, sull'intenzione di aiutare tutti gli esseri senzienti.

Mentre lei sta dicendo queste cose, Santità, mi vengono in mente tanti discorsi che sovente si fanno in Occidente sulla presunta "astrattezza" delle religioni orientali e del Buddhismo in particolare... penso a quante persone sono convinte che essere dei praticanti buddhisti voglia dire ritirarsi ed estraniarsi dal mondo, dalla vita concreta...

Ma questa è un'impressione completamente errata... certo nel Buddhismo abbiamo anche una tradizione di yogi e di meditatori che trascorrono la maggior parte della loro vita in eremi isolati... si tratta però di una minoranza di praticanti... una minoranza qualitativamente importante ma la maggior parte dei maestri buddhisti vive nel mondo, tra la gente. Vede, anche gli eremiti e gli yogi buddhisti hanno alla base della loro pratica la motivazione di raggiungere l'Illuminazione per tutti gli esseri senzienti e che la loro pratica spirituale e le loro realizzazioni siano di beneficio all'intera comunità umana...

Come?

Perché se una persona raggiunge l'Illuminazione, anche se rimane a vivere in luoghi appartati e isolati il beneficio del suo stato si spanderà naturalmente nell'ambiente circostante... il suo esempio raggiungerà comunque la comunità umana e sarà fonte di ispirazione per tutti. Ma le dicevo che di questa tradizione di eremiti faceva parte solo un ristretto gruppo di meditatori... la maggioranza dei maestri spirituali in Tibet viveva a stretto contatto con la gente che beneficiava proprio, non solo dei loro eccelsi insegnamenti, ma anche del loro stile di vita, delle loro azioni concrete. Non ritengo che si possa assolutamente affermare che il Buddhismo... che praticare il Buddhismo voglia dire "astrarsi", "estraniarsi" dal mondo. Al contrario praticare vuol dire impegnarsi concretamente per la propria e l'altrui liberazione... per la cessazione della propria e altrui sofferenza.

E con Responsabilità Universale, cosa intende?

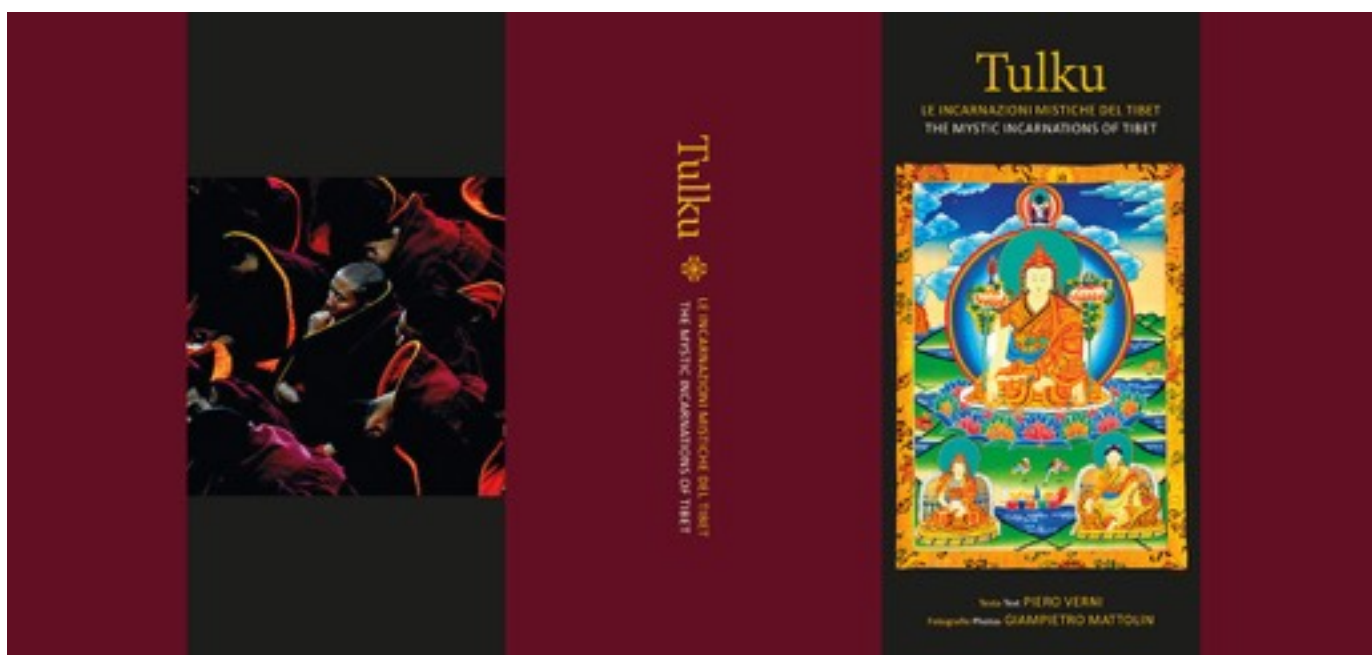
Sentire quanto tutti noi, ognuno di noi, sia responsabile delle sorti di questo pianeta e della sua comunità... capire che intercorre un rapporto profondo tra quello che possiamo fare come singoli individui e come collettività. E, soprattutto, comprendere che la vera compassione non riguarda le nostre affermazioni astratte ma quello che riusciamo a mettere in pratica effettivamente.

Responsabilità Universale vuol dire inoltre costruire una autentica cultura della non violenza... capire come sia importante progredire su questo terreno, andare avanti in questa direzione. Per me Responsabilità Universale significa comprendere l'assurdità della guerra, l'assurdità di dover dedicare così tante energie economiche alla costruzione di ordigni bellici ed al mantenimento di costosissimi apparati militari. Responsabilità Universale è sentire che facciamo tutti parte della medesima famiglia umana e che il nostro destino è, e non può non essere, altro che comune. E infine Responsabilità Universale vuol dire, nonostante tutti i problemi che abbiamo di fronte, guardare al futuro con ottimismo. Credere nella fondamentale intelligenza e bontà dell'essere umano... credere che potremo esprimere queste nostre qualità e sapremo costruire un mondo basato sul rispetto, la tolleranza, il dialogo, l'altruismo... che sapremo costruire un mondo migliore.

FINE

(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 (per ordini: heritageoftibet@gmail.com)

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

E' di nuovo disponibile il documentario:

Cham, le danze rituali del Tibet

di:

Piero Verni, Karma Chukey e Mario Cuccodoro

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

(€ 13,50 + spese di spedizione; per ordini: heritageoftibet@gmail.com)

Cham <i>le danze rituali del Tibet</i>  un film di Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro	www.heritageoftibet.com www.heritageoftibet.com	L'Associazione Heritage Oltre i Confini presenta un film di Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro ripresi: Piero Verni & Karma Chukey testi: Piero Verni montaggio: Mario Cuccodoro voce: Giorgio Cervesi Ripa 23 minuti, colore, Italia 2014
All'interno del Buddhismo tibetano è presente un'antica tradizione di danze rituali (cham tibetano) considerata comunemente tra le più interessanti e suggestive dell'intero continente asiatico.  La polifonia di costumi, maschere e ornamenti, i suoni profondi e dominanti degli strumenti, la potenza simbolica dei movimenti dei danzatori e la danza estense archetipiche delle "forme meravigliose" raccontate insieme i cham sono "comunicazioni" che toccano con grande forza il cuore e la mente di quanti assistono alla loro rappresentazione. Infatti l'ossessione di un cham non è tanto a che vedere con uno spettacolo o un avvenimento profano. Al contrario, le danze rituali sono parte integrante della tradizione tibetica, vengono eseguite per lo più da monaci, o frequentano nei castelli dei monasteri, sono rappresentate per motivi spirituali e all'interno di un preciso contesto religioso.	 Formato compresso in H42, compatibile con i computer Mac OS X, Windows e Linux, con tablet e smartphones, Apple, Android e Windows Phone, con la maggior parte delle TV dotate di ingresso USB	Per un viaggiatore esistenziale e un cham è sicuramente un'esperienza straordinaria. Anche se il più delle volte la quasi totalità dei simboli usati dai danzatori e gli svari scorciatoia ed esecuzioni rimangono comunque celati dalla incredibile ricchezza del linguaggio della danza.  Questo documentario, tra i più toccanti e divertenti e questo straordinario soggetto, affronta con un linguaggio chiaro e diretto i principali temi simbolici del Cham tibetano, la forza dell'immagine in movimento stesso a trasmettere l'intimità, la sacralità, la profondità di questo vero e propria magia che danza.