



N°44

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

Cari amici,

questo numero di "The Heritage of Tibet news" esce (come spesso accade, con un qualche ritardo) in giorni che per il mondo tibetano sono motivo sia di felicità sia di dolore. La felicità è per l'incontro tra i due Karmapa. Incontro che lascia ben sperare per il futuro dopo anni di tensioni e incomprensioni tra i fedeli di questi due importanti maestri spirituali. Il dolore riguarda invece la scomparsa di *Chögyal Namkhai Norbu* e *Lodi Gyari*. Il primo uno dei maggiori lama contemporanei, il secondo un diplomatico tibetano di grande sensibilità, cultura e dedizione alla causa del Tibet. Nella rubrica *News*, parliamo diffusamente di questi eventi. Per il resto, oltre alle tradizionali rubriche, un ricordo della cremazione del 16° Karmapa e un chiarificatore testo del Dalai Lama sulla "Questione della coscienza".

Continuiamo a non perderci di vista.

25° giorno (dedicato alle *Dakini*) del nono mese dell'Anno del Cane di Terra (2 novembre 2018)

Piero Verni

Giampietro Mattolin





Arcidosso, Toscana, Italia, 03 ottobre 2018: si è tenuta, a partire dalle 10 di questa mattina, la cerimonia ufficiale di commemorazione del Maestro Chögyal Namkai Norbu, scomparso la sera del 27 settembre. Presenti alla cerimonia numerose autorità locali, tra cui i sindaci di Arcidosso e Santa Fiora, e centinaia di discepoli provenienti da ogni parte del mondo. Chögyal Namkai Norbu è stato uno dei più importanti e creativi lama

tibetani contemporanei. Nato nel 1938 a Derge (Tibet orientale), venne riconosciuto come reincarnazione di *Adzom Drugpa* (1842-1924), un importante maestro *dzog-chen*. Inizia a frequentare i più illustri maestri dell'epoca e nel 1955 diventa allievo di *Changchub Dorje*. Detentore dei principali lignaggi della tradizione buddhista e *Bön*, ha insegnato per molti decenni con grande sensibilità e saggezza guidando migliaia di studenti lungo il sentiero della conoscenza e della realizzazione interiore. Arrivato in Italia nel 1960 su invito del Professor Giuseppe Tucci, *Chögyal Namkai Norbu* ha dapprima collaborato con l'Istituto per il Medio ed Estremo Oriente (ISMEO) e dal 1962 al 1992 ha insegnato presso l'Università di Napoli "Lingua e Letteratura tibetane". Nel 1981 ha fondato la Comunità Merigar, in Toscana vicino alla località di Arcidosso e nel settembre di quest'anno è stato insignito dell'importante onorificenza di "Commendatore dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana". *Chögyal Namkai Norbu* lascia la moglie Rosa e i due figli *Yeshe* e *Yuchen*.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 03-06 ottobre 2018: di fronte ad oltre seimila persone, Sua Santità il Dalai Lama ha tenuto quattro giorni di insegnamenti. Oltre ai tibetani, erano presenti un migliaio di studenti taiwanesi, circa cinquecento indiani e duemila persone giunte da sessantasei differenti nazioni. Iniziando con una introduzione al Buddhismo, il

Dalai Lama ha detto tra l'altro: "Tutte le religioni ci insegnano a non fare del male e ad avere un cuore gentile. Ci sono tradizioni teistiche, che credono in un dio creatore, e tradizioni non teistiche che insegnano il *karma*. Tutte però ci incoraggiano ad aiutare gli altri e a non far loro del male. Come si doma la mente? I Buddha non lavano via con l'acqua le azioni negative, non rimuovono con le loro mani le sofferenze degli esseri senzienti e non trasferiscono la propria realizzazione e saggezza negli altri. È insegnando la verità che liberano gli esseri". La mattina del secondo giorno, dopo che i rappresentanti del gruppo di studenti taiwanesi aveva scortato il Dalai Lama dalla sua residenza al tempio *Tsuglagkhang*, si è aperta con la recitazione del *Mangala Sutta* in lingua Pali. Poi gli studenti di Taiwan hanno intonato il "Sutra del cuore" in cinese. Infine Sua Santità ha recitato un verso dalla "Lode alla Perfezione della Saggezza". Quindi si è rivolto ai presenti. "Quando il Buddha apparve nel mondo 2600 anni fa, era abile, compassionevole, molto intelligente e saggio. Dopo di lui arrivarono una serie di grandi maestri indiani, *Nagarjuna* e i suoi seguaci, *Asanga* e i suoi discepoli, tra i quali i logici *Dignaga* e *Dharmakirti*. Hanno preservato gli insegnamenti del Buddha ascoltandoli, riflettendo su di essi e meditando su ciò che avevano compreso. Così gli insegnamenti sono stati tramandati di generazione in generazione". Dopo aver riassunto l'iter geografico

che il Buddhismo ha compiuto in Asia nel corso dei secoli, il Dalai Lama è tornato al cuore del pensiero buddhista. “Con il primo giro della ruota del Dharma, il Buddha ha spiegato le Quattro Nobili Verità e le loro 16 caratteristiche. Per coloro che volevano comprenderle meglio, in particolare la vera cessazione e il vero sentiero, successivamente diede gli insegnamenti sulla “Perfezione della Saggezza” al Picco dell'Avvoltoio, nei pressi di Rajgir. Le strofe che avete recitato dopo il "Sutra del Cuore" riguardano lo sviluppo della saggezza. Il verso in cui si parla del superamento degli ostacoli significa che è necessario sapere che cos'è l'ignoranza e quali sono i fattori che vi si oppongono. Il verso finale, riguardante l'impegno nelle pratiche dei *bodhisattva*, implica, perché la saggezza sia efficace, un cuore gentile”. Continuando nel suo discorso, il Dalai Lama ha toccato i temi cardinali della filosofia buddhista: la vacuità, l'ignoranza, il *karma* e l'interdipendenza dei fenomeni. Riprendendo il testo di *Chandrakirti*, il *Madhyamakavatara*, Sua Santità ha annunciato che era sua intenzione dare una trasmissione orale completa del testo nel tempo a disposizione. Ha aggiunto che, pur essendo arrivato l'anno scorso al sesto capitolo, vista la presenza di un giovane lama bhutanesese, *Jangtrul Rinpoche*, privo della conoscenza di questo testo, intendeva ricominciare dall'inizio. Ha detto di aver ricevuto a sua volta la trasmissione esplicativa del *Madhyamakavatara* da Ling Rinpoche. Senza interruzioni ha letto fino alla strofa 119 del sesto capitolo. Quindi ha lasciato il tempio per tornare nella sua residenza. Il terzo giorno, dopo aver condiviso con i presenti alcune sue esperienze spirituali, riflessioni sui rapporti tra antica psicologia indiana e meditazione, letto alcuni brani dal testo di *Nagarjuna*, “L'ingresso nella Via di Mezzo”, il Dalai Lama ha ripreso la lettura del *Madhyamakavatara* interrompendosi solo per commentare e chiarire alcuni passaggi. Quando è arrivato al termine della lettura, ha esortato tutti a dedicare i meriti al fine di ottenere la visione profonda dell'illuminazione. Prima di lasciare il tempio, Sua Santità ha annunciato che il quarto e conclusivo giorno, avrebbe spiegato i "Tre aspetti principali del sentiero" di *Je Tsongkhapa* prima di conferire l'iniziazione di *Avalokiteshvara* che libera dai regni inferiori. All'inizio della quarta giornata, il Dalai Lama ha eseguito i rituali preliminari in preparazione dell'iniziazione di *Avalokiteshvara* che, ha spiegato, sarebbe stata una conclusione di buon auspicio per le giornate appena trascorse. Inoltre ha annunciato che avrebbe dato anche i precetti laici e i voti del *bodhisattva* e che avrebbe letto i "Tre Aspetti Principali del Sentiero" di *Je Tsongkhapa*. Come parte della cerimonia di iniziazione di *Avalokiteshvara* che libera dai regni inferiori, Sua Santità ha dato i precetti laici e i voti del *bodhisattva*. A conclusione dell'insegnamento, i praticanti provenienti da Taiwan hanno applaudito e recitato una preghiera per la lunga vita di Sua Santità, che ha ringraziato tutti per la partecipazione. Dopo le consuete foto ricordo, il Dalai Lama ha lasciato lo *Tsuglagkhang*, attraversato il cortile e raggiunto l'auto che lo avrebbe accompagnato alla sua residenza.



Francia, 11 ottobre 2018: è stato oggi reso noto che nei giorni scorsi, in una località non precisata della Francia, è avvenuto un incontro privato tra i due lama tibetani che si “contendono” il ruolo di 17° *Karmapa*, la massima autorità della importante

scuola *Karma-kagyu*. Dopo la scomparsa del 16° *Karmapa* Rangjung Rigpe Dorje nel 1981, i maggiori esponenti di questo lignaggio si erano divisi sulla scelta della nuova reincarnazione del loro principale Maestro. La maggioranza aveva riconosciuto il candidato (Ogyen Trinley Dorje, n. 1985) riconosciuto da *Situ Rinpoche* mentre una consistente minoranza si era schierata a favore di un altro bambino (Trinley Thaye Dorje, n. 1983) trovato da *Shamar Rinpoche*. Va ricordato che Ogyen Trinley Dorje è stato il primo importante lama tibetano ad essere riconosciuto sia dal Dalai Lama sia dal governo di Pechino. E' anche importante ricordare come Ogyen Trinley Dorje, che nel 1992 era stato insediato nel monastero di *Tsurphu* (tradizionale sede dei *Karmapa* nel Tibet centrale) alla presenza di decine di migliaia di tibetani e una folta rappresentanza del governo cinese, alla fine del dicembre 1999 decide di fuggire clandestinamente dal suo monastero per rifugiarsi in India. Arrivato a Dharamsala, dopo una rocambolesca fuga compiuta insieme ad un piccolo numero di persone, il giovanissimo *Karmapa* (all'epoca quattordicenne) chiede di essere ricevuto da Sua Santità il Dalai Lama che immediatamente lo incontra e gli offre ospitalità presso il monastero di *Gyuto*. Dopo aver pubblicamente dichiarato di essere stato costretto a fuggire dal Tibet a causa dello stretto controllo che le autorità cinesi esercitavano sui suoi studi e sulla sua formazione, Ogyen Trinley Dorje chiede al governo indiano lo status di rifugiato che gli viene concesso nel 2001. Completamente differente è invece la vicenda di Trinley Thaye Dorje. Figlio di uno dei principali lama *nyingma-pa* contemporanei, *Mipham Rinpoche*, venne riconosciuto segretamente in Tibet da *Shamar Rinpoche* e nel 1994 fatto fuggire in India, dove nel marzo dello stesso anno fu insediato come 17° *Karmapa* nel tempio del "Karmapa International Buddhist Institute" (Nuova Delhi). Purtroppo questa situazione creò una sorta di scissione di fatto all'interno della scuola *Karma-kagyu*, scissione che non è stata indolore ed ha anche conosciuto momenti di forte tensione tra le due parti (in alcuni rari casi, sfociata anche in scontri fisici). Come conseguenza di questo stato di cose, il governo indiano ha fino ad oggi negato ad entrambi i candidati di potersi recare (e tanto meno insediare) nel monastero di Rumtek (Sikkim, India nord orientale), sede in esilio dei *Karmapa*. Questo incontro tra i due giovani Maestri è stato quindi una sorta di fulmine a ciel sereno che ha colto di sorpresa tutti coloro che da anni seguono la vicenda. Una inaspettata novità che sembra preludere a positivi sviluppi della questione. Di seguito riportiamo la traduzione italiana del comunicato congiunto rilasciato dai due lama al termine del loro incontro. "Siamo stati entrambi molto felici di aver avuto questa opportunità di incontrarci e poterci quindi conoscere reciprocamente in un'atmosfera pacifica e serena. Entrambi erano anni che avevamo questo desiderio e siamo felici che si sia potuto realizzare.

Lo scopo del nostro incontro era principalmente quello di trascorrere del tempo insieme in modo da poter stabilire tra noi una relazione personale. Per la prima volta siamo stati in

grado di parlarci liberamente e di conoscerci. E quindi abbiamo potuto iniziare un percorso che pensiamo possa svilupparsi in una forte connessione.

Nel tempo trascorso insieme abbiamo anche parlato di come poter superare le divisioni che sfortunatamente si sono manifestate negli ultimi anni all'interno del nostro prezioso lignaggio *Karma-kagyu*. Riteniamo essere nostro dovere e responsabilità fare tutto il possibile per riunire il lignaggio.

Questo impegno è di una cardinale importanza sia per il futuro della scuola *Karma-kagyu* sia per il futuro dell'intero Buddhismo del Tibet e per il beneficio di tutti gli esseri senzienti. Quindi chiediamo a tutti i membri della comunità *Karma-kagyu*, di unirsi a noi in questo sforzo di rafforzare e preservare il nostro lignaggio. Vediamo tutto questo come nostra responsabilità collettiva per riportare armonia all'interno della nostra tradizione basata sulla saggezza e sulla compassione".

Sua Santità *Ogyen Trinley Dorje* - Sua Santità *Trinley Thaye Dorje*



Toronto, Canada, 28 ottobre 2018: parlando in video conferenza a un folto gruppo di tibetani riuniti per ricevere i suoi insegnamenti e la "Trasmissione della Sadhana di Chenrezig", il 17° *Karmapa* Ogyen Trinley Dorje ha accennato anche ad alcuni fatti accaduti recentemente. Relativamente all'ottenimento di un passaporto ufficiale della Dominica, un piccolo stato insulare del Mar dei Caraibi, ha spiegato che si era reso

necessario per poter viaggiare più liberamente ed ottenere i visti di ingresso nelle differenti nazioni con maggiore facilità di quanto gli permettesse lo "Yellow Document" rilasciato ai tibetani residenti in India dal governo di Nuova Delhi. Ha inoltre ribadito la sua ferma intenzione di tornare al più presto in India. Per quanto riguarda invece il recente incontro con Sua Santità *Trinley Thaye Dorje*, ha spiegato come l'intento fosse quello di poter stabilire una franca e diretta comunicazione tra di loro. Rispondendo a quanti hanno interpretato l'avvenimento come una sconfitta o una perdita di faccia, Ogyen Trinley Dorje, dopo aver ricordato come lo stesso Dalai Lama lo avesse consigliato di fare l'incontro, ha aggiunto che sono tutte cose di nessun conto rispetto all'obbligo di preservare l'unità della scuola *Karma-kagyu* compromessa negli ultimi decenni. "Il lignaggio *Karma-kagyu* si è scisso in due parti", ha dichiarato *Ogyen Trinley Dorje*, "e questa scissione non dovrà continuare per generazioni. Nell'ipotesi che il nostro lignaggio possa venire seriamente danneggiato da questa situazione, il fatto di perdere o meno la faccia non ha alcuna rilevanza e tantomeno il parlare di 'sconfitta' o di 'vittoria'. Dobbiamo ragionare a lungo termine per il bene della nostra scuola. Vorrei che tutti lo avessero chiaro".



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 01-03 novembre 2018: si è tenuto, nel tempio adiacente la residenza di Sua Santità il Dalai Lama, un convegno di estremo interesse sulla fisica quantistica che ha visto discutere con il Dalai Lama un gruppo di nove scienziati cinesi, per lo più provenienti da Taiwan.

All'incontro pubblico e trasmesso in diretta web con traduzione simultanea dall'inglese in cinese e tibetano. Sua Santità ha preso la parola per primo. "Innanzitutto, vorrei dare il benvenuto a tutti voi qui presenti. Questa è la prima volta che abbiamo l'opportunità di dialogare con degli scienziati prevalentemente cinesi; negli ultimi 30 anni ho incontrato soprattutto scienziati occidentali, americani ed europei e più raramente giapponesi e indiani. Questi incontri hanno due scopi. Il primo è quello di ampliare le nostre conoscenze. Fino alla fine del XX secolo l'attenzione della ricerca scientifica si concentrava soprattutto sul mondo materiale. C'era poco interesse per la mente, solo indagini sul cervello. La scoperta della neuroplasticità, l'osservazione dei cambiamenti nel cervello di persone che, per esempio, sviluppano una forte concentrazione, ha mutato quel modo di pensare. Alcuni scienziati mostrano ora un maggiore interesse per la mente, anche per la coscienza sottile. Ci sono casi di individui dichiarati clinicamente morti - il cuore si ferma, la circolazione e l'attività cerebrale sono cessate - i cui corpi rimangono integri, come nel caso del mio insegnante, che è rimasto in questo stato per 13 giorni e di altre persone rimaste nello stesso stato per due o tre settimane. È un fenomeno che va studiato. Secondo la tradizione buddhista la coscienza sottile rimane nel corpo durante quel periodo, ma gli scienziati non sono ancora stati in grado di trovare una spiegazione. Quindi, uno degli scopi di questi incontri è quello di ampliare le nostre conoscenze, per includere sia la mente sia fenomeni esterni e ottenere una comprensione più completa. Il secondo scopo riguarda invece l'uso che viene fatto della conoscenza. Nonostante i progressi derivanti dalla ricerca scientifica e dallo sviluppo tecnologico, vi sono stati anche effetti spaventosamente deleteri: le armi nucleari e altri strumenti di distruzione di massa possono sembrare un risultato notevole, ma il loro unico scopo è quello di uccidere. Gli scienziati hanno scoperto che uno stato costante di paura e rabbia danneggia la nostra salute, minando il nostro sistema immunitario mentre coltivare un atteggiamento più compassionevole porta la pace della mente e migliora il nostro benessere generale. Ecco un semplice esempio: la maggior parte delle persone preferisce un sorriso a un'espressione adirata. È la natura umana. Anche i cani rispondono scodinzolando a un sorriso e ad altre manifestazioni di affetto". Procedendo nella sua introduzione Sua Santità ha inoltre affrontato il tema della religione. "Le grandi tradizioni religiose trasmettono un messaggio comune di amore, perdono e tolleranza, ma oggi la loro influenza è in declino. Di conseguenza, nei nostri programmi educativi, oltre a insegnare l'igiene fisica per i suoi effetti benefici sulla salute, dobbiamo insegnare l'igiene emotiva, ovvero come affrontare le nostre emozioni distruttive. Il nostro obiettivo dovrebbe essere quello di divenire fisicamente e mentalmente sani. Promuovere i valori interiori sulla base del credo religioso ha oggi un impatto circoscritto perché la gente

ormai è più ricettiva alle prove basate sulla ricerca scientifica". Infine il Dalai Lama ha così concluso il suo intervento, "Qualche mese fa stavo insegnando a un gruppo di buddhisti taiwanesi e tra loro c'era anche un fisico quantistico. Questo incontro è il risultato della conversazione che abbiamo avuto. Sono molto felice di incontrare voi e il premio Nobel, il professor Yuan Tseh Lee, qui presente". A nome del gruppo di relatori, il professor Yuan Tseh Lee ha ringraziato Sua Santità per averli invitati. Ha descritto la scienza come un linguaggio che permette di comunicare con la natura, una lingua che dobbiamo imparare. La scienza si basa sull'evidenza. Ha aggiunto che, poiché la popolazione umana e il consumo di risorse stanno aumentando in un sistema che non è infinito la scienza ha anche una responsabilità sociale. Ha detto a Sua Santità che vorrebbero sentire da lui come scienza, religione, umanità e natura dovrebbero interagire. Sua Santità ha risposto che quando ha iniziato a interessarsi alla scienza, un amico buddhista americano gli aveva detto che la scienza uccide la religione; nonostante questo, però, ha deciso che, poiché la scienza è un metodo per conoscere la realtà, non rappresentava una minaccia per gli insegnamenti del Buddha. Sono quindi iniziate le presentazioni scientifiche che hanno esaminato diversi aspetti della fisica e della meccanica quantistica alla luce delle più aggiornate scoperte. Nel corso dei tre giorni il Dalai Lama è intervenuto spesso con riferimenti alla sua personale esperienza e alla tradizione buddhista, specialmente a quella di matrice filosofica e psicologica. Al termine di queste intense tre giornate, il professor Yuan Tseh Lee ha detto di essere molto felice di avere avuto questa opportunità da cui aveva imparato molto. In risposta il Dalai Lama ha detto, "Spero che questo seminario sia stato solo l'inizio e che questa esperienza possa ripetersi". Ha poi offerto a ciascuno degli scienziati presenti una *kata* e li ha invitati ad unirsi a lui per il pranzo.

(si ringrazia: <https://www.dalailama.com> ; <https://kagyuoffice.org> ; <http://www.phayul.com>)



Lo storico incontro tra i due Karmapa avvenuto nei giorni scorsi in Francia, mi ha ricordato di quando ebbi il privilegio di poter assistere alle cerimonie funebri del precedente Karmapa (il XVI) che si tennero nel monastero di Rumtek, nello stato indiano del Sikkim. Ho pensato dunque che poteva essere di un certo interesse pubblicare il ricordo di quell'evento unitamente ad alcuni cenni sul Sikkim che a me pare essere uno dei luoghi tibeto-himalayani più affascinanti ma ancora oggi non molto conosciuti. Ho quindi rielaborato appositamente per questo numero di "The Heritage of Tibet news" alcune parti di capitoli contenute nei miei libri, "Con il Tibet nel Cuore" (Milano, 1999) e "Lung Ta", (Venezia 2012). Nella speranza che questo mio personale "amarcord" possa essere di un qualche interesse per i lettori e non solamente un languido immergersi nel labirinto della memoria per il sottoscritto. (p.v.)





In Sikkim, per le cerimonie funebri del Lama dalla “Corona Nera”

All'ombra del Kanchenjunga

Il grande portale ligneo, laccato di rosso e istoriato con i simboli e i disegni del Buddismo del Tibet, dà l'impressione di lasciarsi alle spalle l'India per entrare direttamente nel mondo tibetano. E infatti a *Rangpo*, il posto di frontiera che segna il confine tra Bengala occidentale e Sikkim, si deve scendere dalla macchina (o dal bus) su cui si viaggia per mostrare ai militari del check point il passaporto con il permesso speciale per poter accedere questo piccolo stato entrato a far parte dell'Unione Indiana solo nel 1975. Fino ad allora era una minuscola monarchia buddhista indipendente, una vera perla etnico-culturale di area tibetana incastonata tra il Tibet (nord), il Buthan (est), il Nepal (ovest) e la regione di Darjeeling (sud). I *Lepcha*, suoi originari abitanti, lo chiamavano *Nye-masel* (Il Paradiso), mentre era noto ai tibetani con il poetico nome di *Ren-jong* (La Valle del Riso). Sembra inoltre che le ragazze nepalesi che vi si recavano per sposare i giovani Lepcha chiamassero il Paese dei futuri mariti *Su Him*, (La Nuova Casa) ed è probabile che il nome attuale sia una storpiatura di questo ultimo termine. Quale sia l'effettiva etimologia del nome, il Sikkim si estende su di un'area di 7298 chilometri quadrati in cui si trovano alcune tra le più alte montagne del mondo, prima tra tutte il *Kanchenjunga* (La Dimora dei Cinque Tesori) che, con i suoi 8500 metri d'altezza mantiene il primato di monte più alto del Sikkim e sembra che non ci sia angolo della "Valle del Riso" da cui non sia possibile ammirare questa imponente montagna.

Per quanto riguarda flora, fauna e ambiente naturale il Sikkim è un vero paradiso. E' ricco di fiumi e il più importante, il *Tista*, scorre da nord a sud formando una sorta di "S" che tocca buona parte del Paese. Durante il suo cammino riceve il contributo di numerosi affluenti e si snoda in mezzo ad una lussureggiante vegetazione subtropicale punteggiata da piccoli laghi e cascate, dando vita ad angoli di rara bellezza che spiegano il nome di "Incanto dell'Himalaya" attribuitogli. In questi anni in cui ampie zone

himalayane cadono sotto il maglio di un disboscamento selvaggio, il Sikkim rimane uno dei polmoni verdi di questa parte dell'Asia e più di un terzo del suo territorio è occupato da foreste che ospitano un'ampia varietà di piante tra cui, querce, rododendri, magnolie, bambù, castagni e altro ancora.

Genti della Valle del Riso

Sembra che in tempi molto remoti il Sikkim fosse abitato da una popolazione praticamente sconosciuta che faceva capo a tre gruppi tribali di cui oggi si conserva solo il ricordo dei nomi: *Naong, Chang e Mon*. Queste genti furono in seguito completamente assorbite da un'altra etnia che arrivò nel Paese, i Lepcha. Sull'origine di quest'ultima popolazione si sono fatte numerose ipotesi ma non si è ancora pervenuti ad alcuna conclusione certa. Una teoria probabile è quella che li collega in qualche misura ai clan Naga che abitavano (e in gran parte abitano tuttora) le colline Mikir, Garo e Kasia situate nella parte meridionale della valle del Brahmaputra. Un'altra tesi ritiene che i Lepcha arrivarono in Sikkim dalle regioni di confine con il Tibet e Burma; la tradizione orale degli stessi Lepcha parla, piuttosto genericamente, di un Paese orientale da cui essi arrivarono in tempi lontani. Se le origini di queste popolazioni sono ancora oggi misteriose, è certo invece che rimasero per un lungo periodo le uniche presenze umane del Sikkim. Estremamente gentili, miti e ospitali oggi i Lepcha abitano la regione centrale del Sikkim, particolarmente la zona di Jongu (Dzongu), una grande valle collinosa formata dai fiumi Tista e Talung e chiusa a occidente dal massiccio del Kanchenjunga. Di carnagione gialla, statura minuta (specialmente le donne), modi gentili e aggraziati, sono un popolo di rara ospitalità e di buon grado accolgono uno straniero nei loro villaggi. Nonostante un ambiente naturale poco propizio, riescono a coltivare riso, grano, miglio, granoturco e diverse qualità di frutta, verdure e spezie; tra queste ultime il cardamomo è l'unica di cui fanno commercio. I Lepcha vivono in villaggi situati sulla cima delle colline in posizioni piuttosto difficili da raggiungere; ogni villaggio è composto da almeno sedici gruppi famigliari e ha sempre un monastero o un tempio buddhista nelle immediate adiacenze. Le case, in genere di forma rettangolare, sono fatte di bambù e costruite su basi che le mantengono solitamente ad un metro di distanza dal terreno.

Solo agli inizi del XVII secolo arrivarono altre genti, si trattava di tribù tibetane conosciute con il nome di Bothia che in breve tempo divennero più numerose degli stessi Lepcha. Nel volgere di alcuni decenni, i Bothia presero a considerarsi i veri abitanti del Sikkim, forti anche del fatto che il Buddismo

da loro introdotto, era divenuto religione ufficiale dello stato e aveva soppiantato tra gli stessi Lepcha gli antichi culti animisti e l'adorazione delle forze della natura. I Bothia si dividono in due gruppi principali, Lachenpa e Lachumpa, dai nomi delle valli di Lachen e Lachun in cui vivono. I Lachenpa sono popolazioni semi-nomadi che durante la stagione dei monsoni si trasferiscono dalla vallata di Lachen in aree più fresche; i Lachumpa rimangono invece per l'intero anno nell'omonima valle, che è molto ampia e assai fertile. Piuttosto alti di statura, i Bothia presentano lineamenti proto-mongoli tipici di molte popolazioni tibetane e sono dotati di una fierezza ai limiti del bellicoso che contrasta con la mitezza dei Lepcha. Oltre alle zone di cui si è detto sopra, sono presenti specialmente nella parte settentrionale del Sikkim, nella valle del Tista e nella capitale Gangtok. I loro villaggi sono piuttosto estesi e squadrati, le case grandi e generalmente edificate su pendii collinosi. Il Khim, la casa bothia di forma rettangolare e quasi sempre in pietra, è composta da un unico ampio locale diviso in differenti sezioni. Anche per i Bothia l'elemento religioso è fondamentale e le abitazioni sono sovente ingentilite dalla presenza di bandierine di preghiera. Il monastero buddhista è quasi sempre presente nelle adiacenze del villaggio e svolge, in misura ancor maggiore che presso i Lepcha, un'importante funzione nella vita socio-culturale della comunità. Il lavoro agricolo è la quasi unica fonte di reddito delle popolazioni bothia, che esprimono però anche un interessante artigianato e un'architettura del tutto analoga a quella tibetana.

Negli ultimi decenni in Sikkim è avvenuta un'impetuosa immigrazione dal Nepal che ha sconvolto completamente il panorama etnico del Paese, facendo dei Nepali la popolazione maggioritaria. Vivono soprattutto nelle zone meridionali, sono induisti e con l'eccezione di Gangtok, dove detengono in pratica l'intera gestione del bazaar, svolgono lavori umili e faticosi. Diversi gruppi etnici nepalesi sono presenti in Sikkim ma di gran lunga maggioritari sono quelli che provengono dal Nepal centrale e dalla valle di Kathmandu. I Nepali, che vivono in case di fango vivacemente colorate, hanno un tasso di natalità elevatissimo, cosa che ha determinato e continua a determinare notevoli problemi di convivenza con le altre etnie. Secondo l'ultimo censimento, in Sikkim vivono circa trecentomila persone così ripartite: 15% Lepcha, 20% Bothia, 65% Nepali. Dal 1959 vi sono anche circa quattromila profughi tibetani.

Cenni storici

La storia del Sikkim inizia nel 1642 con la consacrazione dell'allora re Phuntsog Namgyal come Chögyal, vale a dire sovrano temporale e spirituale di tutto il Paese. I monarchi della dinastia Namgyal da almeno tre secoli governavano sulla valle del Chumbi e su quella del Tista; erano i discendenti della famiglia reale di Minyak (Tibet orientale). Si dice che un re Namgyal, Khye Bumsa, partecipò alla costruzione del famoso monastero tibetano di Sakya (1268 d.C.) e, dopo aver sposato la figlia di un importante lama, si stabilì nella valle del Chumbi che divenne il nucleo centrale di quello che in seguito si sarebbe evoluto nel regno del Sikkim. Khye Bumsa entrò in contatto con i Lepcha e tra questi e i nuovi arrivati tibetani si stabilì un profondo rapporto di amicizia. Uno dei discendenti di Khye Bumsa, Guru Tashi, si trasferì a Gangtok che elesse a capitale e sia le tribù Lepcha sia quelle tibetane giurarono fedeltà al sovrano che divenne così capo del piccolo regno. Agli inizi del 1600 avvenne un fatto di grande importanza: l'arrivo nel Paese del lama tibetano Lhatsun Chenpo e di altri due religiosi buddhisti i quali iniziarono a diffondere il Buddismo *vajrayana* che nel volgere di qualche decennio diverrà la religione ufficiale del Sikkim, dopo essersi diffuso capillarmente in ogni classe sociale. Tra la seconda metà del 1600 e i primi anni del secolo successivo vengono costruiti tutti i principali monasteri sikkimesi, nella quasi totalità appartenenti alla scuola Nyingma. Anche qui, come già avvenuto in Ladakh e in Bhutan, si viene a determinare una situazione sociale analoga a quella tibetana in cui il Buddismo permea tutti i livelli della struttura sociale amplificando ed elevando all'ennesima potenza la dimensione spirituale. I tre lama che stavano diffondendo il vajrayana si incontrarono con il nipote di Guru Tashi, Phuntsog Namgyal, e lo consacrarono Chögyal, conferendogli dunque un'importante investitura spirituale che si affiancava alla qualifica di sovrano temporale e legava indissolubilmente le sorti della famiglia reale a quelle della tradizione buddhista. Il nuovo Chögyal spostò temporaneamente la capitale a Yuksam, nelle regioni occidentali, e divise il Paese in dodici distretti, ognuno posto sotto la guida di un governatore (*Dzongpon*). Da allora fino al 1975 il Sikkim è stato governato da una serie di dodici Chögyal i quali, sia pure tra contrasti e interferenze esterne, sono riusciti ad assicurare l'indipendenza del proprio stato. Guerre di frontiera con il Bhutan portarono nel XVII secolo alla perdita di alcune zone che confinavano con quel regno, mentre l'area di Darjeeling fu conquistata dalle truppe inglesi alla corona britannica nella seconda metà dell'Ottocento. Al momento della nascita dell'Unione Indiana (1947-48),

iniziarono dei negoziati tra il Sikkim e l'India che si conclusero positivamente nel 1950 con la firma di un trattato di cooperazione. L'undicesimo Chögyal, Tashi Namgyal (1893-1962), svolse una efficace e importante opera di mediazione tra le necessarie aperture del suo regno al mondo contemporaneo e l'indispensabile fedeltà alle proprie radici culturali e religiose. Fu un monarca veramente illuminato e realizzò alcune riforme fondamentali (limitazioni rigorose del latifondo, istituzione di un'Alta Corte di Giustizia ispirata a modelli anglo-sassoni, libertà di costituire partiti politici, libere elezioni, etc.). Nel 1952 si tenne la prima consultazione elettorale della storia del Sikkim e la seconda ebbe luogo nel 1958. Nel 1962 Palden Thondup successe al padre in un momento di grandi difficoltà internazionali. L'invasione del Tibet, la guerra sino-indiana, lo stato di permanente tensione che attraversava l'intero scacchiere asiatico come conseguenza della guerriglia in Vietnam e nella penisola indocinese e, a partire dalla seconda metà degli anni '60, il pericolo che la febbre rivoluzionaria delle Guardie Rosse travalicasse le frontiere della Cina per diffondersi in altre nazioni dell'Asia, resero nervoso e incandescente il clima politico in tutta la regione himalayana e nello stesso Sikkim. A partire dai primi anni '70 la situazione interna del piccolo regno divenne veramente difficile. Stretto tra il minaccioso colosso cinese e l'insofferente vicino indiano, il Sikkim era ormai divenuto un vaso di coccio in mezzo a vasi di ferro. Nel 1973 si tennero le quinte elezioni politiche generali seguite da manifestazioni di piazza che sfociarono in scontri e disordini con morti e feriti. L'8 aprile dello stesso anno il dodicesimo Chögyal fu costretto a chiedere al governo indiano di assumere l'amministrazione dello stato. Iniziò così quel processo, relativamente incruento, che si concluderà nel 1975 con la definitiva annessione del Sikkim all'Unione Indiana, sia pure in una posizione di notevole autonomia. Il Chögyal venne privato dei suoi poteri regali ma la sua influenza tra la gente, specialmente tra le popolazioni Bhotia e Lepcha restò molto forte. Palden Thondup morì il 29 gennaio 1982 e gli successe il figlio, Wangchuk Namgyal, tredicesimo Chögyal di un regno che ormai non esiste più.

Gangtok e i principali monasteri

Da Rangpo una strada, che qui viene chiamata a torto "highway", porta diretti fino a Gangtok, la capitale, che si raggiunge in poche ore di piacevole viaggio tra colline coltivate a terrazze, anse del fiume Tista (che si incontra sulla sinistra subito dopo essersi lasciati alle spalle Rangpo) e pochi e sperduti villaggi in cui sempre (o quasi) fanno bella mostra i pennoni delle

bandiere di preghiera. La prima cosa che si nota entrando a Gangtok sono le sagome bizzarre dei suoi palazzi. Infatti, essendo la città edificata sul fianco di una collina, le case da un lato sono alte diversi piani (anche sei od otto) e dall'altro si trovano di poco sopra il livello della strada. Ancora fino a pochi decenni or sono, Gangtok era una piccola e piacevole capitale himalayana: linda, tranquilla e con diverse cose interessanti da vedere. L'orientalista Fosco Maraini, che la visitò sulla via del Tibet nel 1937 e nel 1948, in uno degli ultimi colloqui che ebbi con lui prima della sua scomparsa (8 giugno 2004) ancora ne conservava un ricordo ammaliato. "Era una vera gemma himalayana", mi disse tra sospiri di nostalgia, "Una capitale da favola con la sua corte, il suo maharaja di origine tibetana e Gangtok era veramente un'isola felice... felice, pulita e di grande fascino".

Oggi, purtroppo, centinaia di macchine, bus e jeep che si inerpicano su e giù per le sue strade la rendono molto meno tranquilla e pulita ma alcune cose interessanti da vedere sono rimaste. Il monastero di *Enchey*, ad esempio, che sovrasta la città con la sua costruzione antica di quasi duecento anni. O il Palazzo Reale, dove continua a vivere quel che resta della famiglia dei Chögyal. O ancora l'Istituto di Tibetologia, uno dei più importanti centri di studio del Buddhismo e della cultura tibetane. E dall'altra parte della valle, c'è il grande monastero di Rumtek, appartenente alla scuola buddhista tibetana dei *Karma-kagyu*, fondato all'inizio degli anni '60 dal Gyalwa Karmapa, uno dei più autorevoli lama del Tibet, fuggito in Sikkim a causa dell'invasione cinese del Tetto del Mondo e di cui parlerò più avanti.

Da Gangtok su di una strada asfaltata che, costeggiando per un bel tratto il fiume *Tista*, si snoda tra foreste e campi di riso e porta nel cuore del Sikkim occidentale dove si trovano due tra i più antichi e importanti monasteri buddisti, quelli di Pemayangtse e di Tashiding. Il primo sorge sulla cima di un monte (2085 metri) da cui si gode una splendida vista del Kanchenjunga e sembra essere uscito da un dipinto tradizionale tibetano tanto vi sono presenti tutti gli elementi della classica iconografia del Paese delle Nevi: il monastero, le fila delle bandiere di preghiera (*tarchog*), le cime innevate delle montagne, perfino le nuvole dalla caratteristica forma allungata che gli artisti tibetani sono soliti dipingere negli sfondi delle loro opere. Pemayangtse appartiene alla scuola buddhista tibetana dei Nyingmapa, fu costruito nel 1705 dal lama Latsun Chenpo ed ospita alcune opere d'arte veramente preziose. Vi abitano cento otto monaci i quali durante le ricorrenze del capodanno sikkimese (tra dicembre e gennaio) si trasferiscono a Gangtok per rappresentare, nella Cappella Reale, le danze rituali che celebrano il

passaggio dall'anno vecchio a quello nuovo che a Pemayangtse sono invece eseguite in occasione del capodanno tibetano (tra febbraio e marzo). La sala centrale del tempio conserva ancora splendidi affreschi murali, statue di ottima fattura e numerosi antichi dipinti su stoffa (*tangka*). Ma la vera meraviglia di Pemayangtse si trova al secondo piano. Qui, al centro di una stanzetta dalle pareti interamente dipinte, c'è una costruzione in legno laccato che raffigura il palazzo celeste in cui dimora Guru Padmasambhava, lo yogin indiano che portò il Buddhismo in Tibet e nella regione himalayana, che i tibetani considerano alla stregua di un secondo Buddha. Si tratta di un'opera d'arte finemente intarsiata, cesellata e dipinta in una fantasmagoria di colori. Mille particolari, tinte, figure, personaggi conquistano l'occhio stupito e affascinato di chi osserva il quale non può non pensare all'autore, il lama Dungzin Rinpoche, che impiegò cinque anni per portare a termine la sua fatica e la cui fotografia è giustamente esposta all'interno della campana di vetro che protegge questa preziosa scultura lignea, vero capolavoro del genio himalayano.

I chortén di Tashiding

A circa tre ore di macchina da Pemayangtse si trova il monastero di Tashiding, fondato nel 1716 e appartenente anch'esso alla scuola Nyingma. Arrivare in questo luogo sacro, dove si trovano tre templi di diversa grandezza, vuol dire affrontare una salita che, dopo mezz'ora di cammino e qualche migliaio di gradini, conduce sulla cima di una collina da cui si gode una eccezionale vista della vallata e di tutta una serie di montagne che degradano verso l'orizzonte. Verso il limitare della terrazza naturale su cui sorge Tashiding, vi è una incredibile "foresta" di *chortén*. Infatti attorno al più antico e venerato, il *Thongwa Rangdol*, ci sono almeno una ventina di altri *chortén* di ogni dimensione ed età. E' una sorta di giardino dell'anima in pietra edificato nel corso dei secoli dalla devozione e dalla fede di queste popolazioni per le quali la dimensione spirituale e trascendente è la più importante che si possa avere, come testimoniano le innumerevoli file di bandierine di preghiera che legano tra loro i pinnacoli dei *chortén* e che sono state portate qui dai pellegrini.

Seduto nel cono d'ombra proiettato dalla base quadrata del *chortén* principale, rimango a lungo a rimirare queste opere d'arte, immerso in un silenzio metafisico, che mi culla con la sua arcana malia. Ho la sensazione, almeno per questi attimi incantati, di aver spento l'interruttore della radio che mi portava il rutilante chiacchierio del mondo e di galleggiare in una sorta di liquido

amniotico della mente. L'immobilità totale che mi avvolge affina le capacità percettive e, forse per la prima volta, riesco a cogliere per intero tutta la singolare profondità racchiusa in queste creazioni dello spirito asiatico.

Il *chortén*, termine tibetano che letteralmente significa "ricettacolo per il culto", nasce in India, dove si chiama *stupa*, come monumento funerario in cui racchiudere le reliquie del Buddha Sakyamuni e di altri grandi maestri. Ben presto però, a questa funzione iniziale se ne aggiungono altre. Da un lato diviene depositario di un complesso simbolismo esoterico legato alle intuizioni della cosmologia buddhista, dall'altro si trasforma in un cenotafio eretto per commemorare un avvenimento particolare o per accrescere i meriti spirituali di chi lo costruisce o lo commissiona.

Esistono otto diversi tipi di *chortén* che differiscono tra loro per forma architettonica e significati simbolici. Le variazioni sono però minime. Sovente sfuggono ad un occhio non allenato e non riguardano l'elemento strutturale che rimane il medesimo per tutti. Tre gradini reggono una base quadrata chiamata "trono" su cui si trovano altri quattro gradini al termine dei quali si erge una cupola detta "pentola" che sostiene un reliquiario o staio da cui si dipartono tredici "ruote". Sopra di esse poggia il "triplice coronamento", vale a dire una mezza luna, un sole e un disco. I diversi elementi del *chortén* sono in relazione simbolica con i cinque elementi costitutivi: terra, acqua, fuoco, aria, etere.

In tutto il mondo tibeto-himalayano i *chortén*, da soli o in gruppi, si trovano ovunque. Nelle città, sui fianchi delle montagne, nelle valli, all'entrata dei centri abitati. I *chortén* cosiddetti "d'ingresso", per consentire il passaggio hanno la parte centrale cava con il soffitto e le pareti decorate da dipinti a soggetto religioso. In Mustang, e nelle adiacenti regioni del Dolpo, Humla, Manang e Mugu, un ulteriore elemento arricchisce la tradizionale struttura del *chortén*. Si tratta di un largo tetto quadrato di legno sostenuto da quattro pilastri, anch'essi lignei. E' un'aggiunta curiosa, di cui non sono riuscito a scoprire l'origine, e che li rende assolutamente inconfondibili.

Reliquiario, ricettacolo per le offerte, cenotafio, quale che sia la sua funzione è certo comunque che il *chortén* segna le regioni del Tibet e dell'Himalaya con una forza senza eguali. E' simbolo di fede, oggetto di devozione (da circumdeambulare tenendosi sempre alla sua sinistra), motivo di introspezione, materia di religione. Il *chortén* ricorda all'uomo himalayano il grande mistero dell'esistenza, il ciclo ininterrotto di nascite-morti-rinascite che lo lega a un destino il cui collante più potente è quello dell'ignoranza e del dolore. Ma il *chortén* parla anche, e forse si dovrebbe dire soprattutto,

della via che conduce alla liberazione da questa ignoranza e da questo dolore. Con la sua struttura elegante e raffinata il *chortén* continua a raccontare, perché il mondo non dimentichi, una storia antica. Quella di Gautama Siddharta che in India, una notte di tanti secoli fa, seduto su di un cuscino d'erba *kusha* vide la realtà senza più veli o fraintendimenti, comprendendola nella sua nuda essenzialità. E divenne così il Buddha, l'Illuminato, il Risvegliato nella vita.

Sarebbe buona cosa visitare il monastero di Tashiding durante la festa religiosa del *Bumchu*, che vi si celebra ogni anno nella notte tra il 14° e il 15° giorno del primo mese tibetano. Migliaia e migliaia di pellegrini convergono a Tashiding per quell'occasione. Vengono a piedi, in pullman, con macchine private. Giovani e anziani, uomini e donne, monaci e laici, costituiscono una folla coloratissima che sale pregando la lunga scalinata per giungere sul sacro spiazzo. Sono per lo più devoti sikkimesi ma si vedono anche numerosi buddisti di altre regioni dell'Asia che ritengono di potersi liberare da tutte le impurità accumulate nel corso dell'esistenza terrena partecipando a questa festa. Il rituale principale è quello della circumdeambulazione del grande stupa (il tipico monumento buddhista) Thongwa Rangdol che pare contenga alcune reliquie dello stesso Buddha Sakyamuni. Attorno al Thongwa Rangdol vi sono almeno una ventina di altri stupa di ogni dimensione ed epoca. E' una sorta di giardino dell'anima in pietra edificato nel corso dei secoli dalla devozione e dalla fede di queste popolazioni per le quali la dimensione spirituale e trascendente è il più autentico baricentro dell'esistenza. Per tutto il giorno continua ad arrivare la gente che alterna momenti di intensa spiritualità a pause conviviali. Si visitano gli altari dei templi e si fanno offerte ai monaci ma si improvvisano anche picnic sull'erba per ridere, scherzare e chiacchierare. Dopo che per tutto il giorno i monaci hanno celebrato dentro e fuori i templi un gran numero di cerimonie religiose, verso la mezzanotte ha luogo il rito centrale della festa. Nella sala di meditazione del monastero principale, e alla presenza di autorità religiose e civili, viene aperta una giara (*bumchu*) di acqua sacra che, secondo la tradizione, lo stesso Guru Padmasambhava avrebbe lasciato in quel luogo. In un clima di grande tensione emotiva, viene misurato il contenuto della giara che dovrebbe contenere l'equivalente di ventuno tazze d'acqua. Se ce ne sono di più, l'anno appena iniziato sarà prospero e abbondante, se ce ne sono di meno si preparano giorni di carestie e sacrifici. Avvenuta la misurazione, si preleva una piccola quantità d'acqua dalla giara che viene quindi accuratamente richiusa e sigillata. Il contenuto della sacra giara è poi versato in grandi otri di

acqua normale offerta ai pellegrini i quali, dopo averne bevuto un sorso, possono tornare purificati alle loro case. In attesa del *Bumchu* che verrà.

Le cerimonie funebri del Lama dalla Corona Nera

Il Sikkim è un luogo privilegiato per conoscere il mondo del Buddhismo tibetano dal momento che vi si trovano alcuni monasteri di estrema importanza. Proprio dall'altra parte della valle di Gangtok c'è il *Pal Karmapa Densa Shedrup Cho-ko-ling*, la residenza ufficiale dei *Gyalwa Karmapa*, esponenti di una successione di maestri spirituali, iniziata con *Dusun Kyenpa* (1110-1193), che si ritiene siano come lo stesso Dalai Lama una emanazione terrena di *Avalokitesvara*. I Karmapa, a livello popolare, sono noti anche con il nome di "Lama dalla Corona Nera" poiché una delle loro peculiarità è la celebrazione di una cerimonia, detta appunto della "Corona Nera" le cui origini risalgono al XV secolo. In quel periodo, infatti, il quinto Karmapa *Teshin Shegpa* (1384-1415) fu invitato in Cina dall'imperatore *Yung Lo* che aveva avuto notizie dei poteri mistici in possesso di questo grande lama. Durante le prime tre settimane della sua visita, il Karmapa compì ogni giorno un differente miracolo. L'imperatore ne fu così impressionato da divenire lui stesso un devoto meditatore sviluppando una profonda visione interiore. Un giorno, durante una cerimonia, *Yung Lo* vide una sorta di mistica corona nera sospesa sul capo del suo Maestro. Corona che era visibile solo a quanti avevano raggiunto una elevata consapevolezza spirituale mentre questa vista era preclusa alla gente normale. L'Imperatore quindi, con il permesso del Karmapa, fece fare una perfetta replica di questa corona affinché tutti potessero ricavare beneficio dalla sua vista. Da allora in poi i Karmapa celebrano una cerimonia in cui per pochi istanti pongono sul loro capo la "Corona Nera" affinché tutti i partecipanti possano fruire dei meriti derivanti da questa visione.

Il sedicesimo Karmapa, *Ranjung Rigpe Dorje* ("La Gemma che esaudisce ogni desiderio", 1924-1981), che con i suoi monaci aveva abbandonato il Tibet nel 1958, accolse l'invito dei reali del Sikkim a stabilirsi nella località di Rumtek dove già sorgeva un piccolo gompa *Karma-kagyü*. Nel giugno del 1964 il Maharaja *Palden Thondup Namgyal* diede il via ai lavori di costruzione di un grande complesso monastico e due anni più tardi il Karmapa si insediò ufficialmente in un monastero che era la replica, sia pure in scala minore, di quello di Tsurpu, la sede tibetana del suo lignaggio. La parte più interessante è l'edificio centrale, una costruzione a tre piani in legno e muratura abilmente affrescata. La sala del pianterreno, quella principale, è molto vasta; sulla

parete di fondo si trova una grande biblioteca al cui centro vi è una bella *tangka* del Buddha Sakyamuni, di fronte alla quale si trova il grande trono dei Karmapa. Sulla sinistra del trono vi è un'altra *tangka* di notevoli proporzioni raffigurante alcuni dei principali *guru* dell'ordine *Karma-kagyu* di cui i Karmapa rappresentano la massima autorità spirituale. Le pareti della sala sono dipinte con suggestive pitture che mostrano scene della vita degli *yogin* tantrici indiani e dei loro discepoli tibetani. Ai piani superiori si trovano altre cappelle più piccole e sul terrazzo dell'ultimo piano c'è lo *stupa* che contiene le reliquie del sedicesimo Karmapa, il cui corpo venne cremato qui il 20 dicembre 1981 nel corso di una suggestiva cerimonia.

In quel periodo mi trovavo in Sikkim per scrivere un libro sulle regioni dell'Himalaya tibetano e lo Shamar Rinpoche, uno dei principali discepoli del defunto Karmapa, che allora dirigeva il monastero di Rumtek, cortesemente mi invitò a presenziare alle esequie funebri del suo maestro. Alle sette di mattina l'ampio cortile del monastero era già completamente riempito da migliaia di tibetani, bhotia, bhutanesi, nepali, indiani venuti a rendere omaggio al lama scomparso. Membri delle famiglie reali del Sikkim, del Bhutan e del Nepal sedevano nel palco degli invitati insieme ad esponenti del governo indiano e a diplomatici occidentali e asiatici. Un plotone d'onore di soldati gurka in alta uniforme inviati da Nuova Delhi accresceva in me la sensazione di stare assistendo ad un sorta di dimenticata favola dell'Oriente. Inoltre erano convenuti a Rumtek decine di lama d'alto rango appartenenti a tutte le scuole del Buddhismo tibetano che da settimane si alternavano nell'officiare cerimonie in tutte le cappelle del monastero. Ricordo bene la sensazione di meraviglia che mi avvolse quando entrai, alcuni giorni prima della cremazione, nella Sala delle Assemblee del monastero. Era in corso una puja a cui partecipavano centinaia di monaci e decine di tulku. Sul grande trono del Karmapa era stata posta una sua grande fotografia che lo ritraeva nell'atto di celebrare la cerimonia del Cappello Nero (2) e su altri troni più piccoli sedevano anziani rinpoche e piccoli *tulku* assistiti dai loro precettori. Migliaia di lumini votivi ardevano sugli altari mentre il suono di decine di tamburi, oboi, cembali e trombe si fondeva con il mormorio delle preghiere salmodiate dai monaci. E una ininterrotta fila di tibetani passava davanti al trono del Karmapa inchinandosi e toccandolo leggermente con la fronte per riceverne le benedizioni.

La mattina della cremazione sulla terrazza del primo piano del monastero venne allestito uno *stupa* al cui interno furono posti i resti mortali del Karmapa che dovranno essere cremati. Gli oltre diecimila fedeli giunti per la

cerimonia sfilavano uno ad uno davanti al *chortén* e sostavano un istante in raccoglimento mentre deponevano una kata bianca su dei fili di seta che ornavano la struttura. Mentre la folla e numerose autorità (tra cui il governatore indiano del Sikkim, che ricordava il pandit Nehru con in testa la bustina bianca e un austero mantello grigio drappeggiato sulla tradizionale kurta) rendevano omaggio al corpo del Karmapa, un folto gruppo di lama e monaci recitava mantra purificatori. Dingo Kyentse, Kalu Rinpoche, Tuktse Rinpoche e molti dei maggiori lama tibetani viventi partecipavano alla puja insieme ai detentori (Shamar Rinpoche, Jamgon Kontrul, Tai Situ e Gyaltsap Rinpoche) dei quattro principali lignaggi *Karma-kagyu*. Secondo la tradizione, il fuoco della cremazione deve essere acceso da qualcuno che non abbia mai personalmente incontrato il defunto, quindi questo compito venne affidato ad un monaco fuggito dal Tibet e arrivato da pochi giorni a Rumtek.

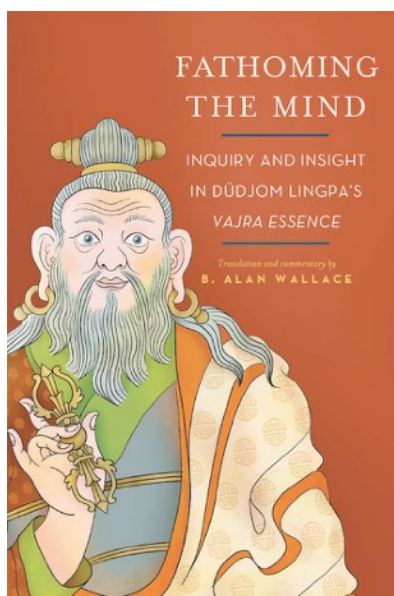
La storia tibetana è ricca di racconti sui poteri paranormali di cui sarebbero in possesso alcuni lama e *yogin*. La capacità di predire il futuro, di portare o arrestare la pioggia, di volare nel cielo, di curare malattie inguaribili, di dissolversi al momento della morte fisica in un *ja*, un arcobaleno... i tibetani ritengono i loro maestri in grado di compiere questi e altri miracoli. Devo francamente riconoscere che, al contrario di molti occidentali affascinati dalla civiltà del Tibet, ho sempre avuto notevoli problemi ad accettare come vere simili imprese preferendo ritenerle delle poetiche leggende frutto di una genuina e autentica devozione. Tantissime volte avevo letto nelle biografie dei più famosi santi del Paese delle Nevi che durante le loro cerimonie funebri un arcobaleno appariva magicamente nel cielo. Anche in questo caso ero propenso a credere che si trattasse di semplici coincidenze e che un naturalissimo fenomeno fisico, l'arcobaleno appunto, avesse casualmente coinciso con la cremazione del lama avvenuta con ogni probabilità in un giorno di pioggia. Quella mattina del 20 dicembre 1981 però non c'erano nuvole nel cielo blu del Sikkim dal momento che dicembre e gennaio sono gli unici due mesi totalmente asciutti e senza precipitazioni. Tutto dunque mi aspettavo tranne di veder comparire un bell'arcobaleno multicolore. Eppure accadde proprio questo. Un attimo prima che il monaco appena giunto dal Tibet accendesse il fuoco all'interno dello stupa, vidi uno, dieci, cento, mille volti intorno a me alzare improvvisamente gli occhi al cielo. Tutti guardavano e indicavano con le dita un enorme e splendido arcobaleno che si estendeva da una parte all'altra della valle. Non riuscivo a crederci (3). Eppure era esattamente così, per la prima volta nella mia vita ero testimone, se non di un miracolo, certo di una ben strana coincidenza. In una giornata di sole, nel

cuore della stagione secca in cui non pioveva da settimane, un *ja* si era manifestato nel cielo... e proprio nel momento giusto, quando si stava per dar inizio alla cremazione. Spentosi il mormorio e l'agitazione che aveva accompagnato l'apparire dell' arcobaleno, la folla dei tibetani riprese ad accompagnare i monaci nella preghiera con ancora più forza e convinzione mentre il fumo della pira cominciava a salire lentamente verso cielo. Un tibetano accanto a me si accorse del mio stupore e in uno stentato inglese mi disse sorridendo, "E' sorpreso? Non si deve stupire, con i grandi lama è sempre così".

(piero verni)



L'angolo del libro, del documentario e del film



Dudjom Lingpa, *Fathoming the Mind*, (translated & commented by B. Alan Wallace), England 2018: uno studio, specialistico ma di estremo interesse, basato sugli insegnamenti *dzogchen* di Dudjom Lingpa, uno dei più rinomati *terton* del diciannovesimo secolo. Attraverso una serie di profonde riflessioni su soggetti quali, la natura ultima della mente, il mondo materialista, lamentanza di natura inerente dei fenomeni, questo testo ci regala la comprensione del punto di vista *dzogchen* all'interno del Buddismo *vajrayana*. La traduzione e il commento di Alan Wallace (uno dei primi studenti occidentali di *dharma*) sono impeccabili e riescono a rendere comprensibile il linguaggio visionario del testo anche senza fargli

perdere la dimensione poetica ed evocativa. Non certo un libro per neofiti ma per quanti hanno già una certa dimestichezza con la via della Grande Perfezione, può risultare uno strumento prezioso di conoscenza e di pratica spirituale.

(edizione elettronica iBooks & Kindle)



Namkai Norbu, *Dzogchen Teachings*, USA 2006: una raccolta di insegnamenti che il grande maestro Namkai Norbu (recentemente scomparso) ha dato nel corso di diversi anni ai suoi studenti. In questo testo l'Autore esprime il suo punto di vista che lo *dzogchen* non sia una religione o una filosofia, bensì "il sentiero dell'autoliberazione che ci consente di conoscere la nostra vera natura". Tramite spiegazioni concise, chiare, precise, Namkai Norbu rende questi preziosi insegnamenti accessibili e comprensibili al lettore, sia che si tratti di un principiante sia di uno studente esperto. Uno dei testi più efficaci per comprendere il sentiero della "Totale Perfezione".

(edizione elettronica Kindle)

Appuntamenti

Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



MANDALA-CENTRO STUDI TIBETANI

(www.centromandala.org)

Via P. Martinetti 7, 20147 Milano (tel. 3400852285)

INCONTRI CON IL VEN. LAMA PALJIN TULKU RINPOCE

sabato 6 ottobre ■ sabato 24 novembre ■ sabato 1° dicembre

dalle ore 10.30 alle ore 16.30 (con pausa pranzo)

Tre giornate di incontri con il Lama: la mattina dedicata alla meditazione, nella teoria e nella pratica. Il pomeriggio agli insegnamenti.

"L'evoluzione degli stati mentali di chi aspira a diventare Bodhisattva per raggiungere l'illuminazione": un viaggio attraverso le dieci Terre o stati mentali del Bodhisattva, un importante percorso per chi desidera improntare la propria esistenza alla grande compassione insegnata dal Buddha e praticabile da tutti, indipendentemente dalla fede religiosa.

RITIRO URBANO DI MEDITAZIONE

sabato 8 e domenica 9 dicembre

SAMATHA e VIPASSANA, benefici e differenze

Commentario dei Sutra che riportano gli insegnamenti del Risvegliato concernenti la calma mentale e la visione profonda. Le tecniche meditative che le caratterizzano sono strumenti fondamentali per raggiungere uno stato interiore stabile e liberatorio.

Con Samatha, sviluppiamo il raccoglimento necessario per l'ottenimento di Vipassana, la visione profonda che conduce a quella consapevolezza che ci può anche aiutare a ad affrontare meglio i problemi della vita quotidiana.

Due giorni di seminario intensivo condotto dal Ven Lama Paljin Tulku Rinpoce: insegnamenti al mattino e meditazioni inerenti al pomeriggio.

Informazioni e iscrizioni in Segreteria

Il Sutra del Cuore della Vittoriosa Perfezione della Saggezza



ISTITUTO SAMANTABHADRA

CENTRO STUDI DI BUDDHISMO TIBETANO ཨ་མ་མཐོག་གི་འཇིགས་ཀྱི་ལྷན་ཁང་། FONDATO NEL 1981

6 novembre 2018 18:30 – 20:00

13 novembre 2018 18:30 – 20:00

20 novembre 2018 18:30 – 20:00

27 novembre 2018 18:30 – 20:00

Il “Sutra del cuore della Vittoriosa Perfezione della Saggezza” fu il secondo insegnamento di Buddha Shakyamuni e venne tenuto presso la collina chiamata “Picco dell’avvoltoio” in India. E’ uno dei discorsi di Buddha più famosi e importanti, perché dà una completa spiegazione sulla natura della vacuità e su come ottenere la saggezza che la realizza direttamente.



Calmare La Mente

11 novembre 2018 10:00 – 13:00

Kensur Rinpoche Lobsang Pendhe

Calmare La Mente

La parola tibetana “Lobjong” letteralmente significa “allenamento della mente” e consiste in una meditazione su otto argomenti il cui fine è modificare le nostre abitudini mentali e il nostro atteggiamento verso la vita. Con tale atteggiamento mentale saremo di beneficio per tutti gli esseri senzienti e in grado di raggiungere la nostra e loro felicità

Istituto Samantabhadra, via di Generosa 24 Roma

info e prenotazioni: samantabhadra@samantabhadra.org

tel 3400759464



*Classe avanzata di buddhismo. 6° capitolo del Bodhisattocharyavatara di
Shantideva*

8 NOVEMBRE - 20:30 ~ 22:30

Grazie alla gentilezza del nostro maestro residente, **Geshe Konchog Kyab**, seguiremo un'analisi dettagliata di questo prezioso e antico testo e vedremo come applicare, nella nostra vita quotidiana, l'essenza dei suoi insegnamenti.

Gli incontri, che hanno cadenza settimanale, si tengono il giovedì, dalle 20.30 alle 22.30 e sono aperti a tutti.

Non è richiesta prenotazione e non c'è obbligo di frequenza.

DATE 8 novembre - 20:30 ~ 22:30

TIME: 20:30 - 22:30

VENUE Centro Tara Bianca

ADDRESS: Via Fegino, 3

ORGANIZER NAME: Centro Tara Bianca

PHONE: 327 956 9380

EMAIL: segreteria@tarabianca.org

WEBSITE: <http://tarabianca.org>

THUPTEN CHANGCHUP LING

Centro Buddhista Tibetano di tradizione Sakya



ven. Khenpo Tashi Sangpo Amipa

INSEGNAMENTI DI GURU RINPOCHE PADMASAMBHAVA E OFFERTA TSOG

Il seminario di novembre coincide con sabato 17, un giorno particolare e raro legato a Guru Rinpoche. È un giorno di buon auspicio. Per questo evento verranno dati insegnamenti speciali provenienti da Guru Rinpoche. Khenpo Tashi conferirà l'iniziazione di Guru Rinpoche (Padmasambhava) sabato mattina.

Sabato pomeriggio Khenpo Tashi darà una breve spiegazioni sulla pratica estesa dello Tsog. In seguito faremo insieme la pratica della grande offerta dello Tsog. Questa pratica permette di accumulare meriti e saggezza. Offerte (biscotti, frutta, fiori, ecc) per il rituale sono ben accette e possono essere lasciate nel tempio. Domenica seguono insegnamenti su questa pratica.

Orario del seminario: venerdì 20:30 – 21:30, sabato e domenica 10:00 – 12:00 e 13:30

THUPTEN CHANGCHUP LING
Centro Buddhista della Tradizione Sakya
CH-6939 Arosio/Alto Malcantone
Svizzera
Tel: 0041/91/600 32 15

E-mail: tcling@ticino.com
Website: www.buddhismo-sakya.com

LA QUESTIONE DELLA COSCIENZA

SENSAZIONI E PERCEZIONI

Quando parliamo di felicità e dolore ci riferiamo principalmente alle sensazioni di piacere e sofferenza. Insieme a queste due sensazioni dobbiamo prendere in esame i fattori che le causano. Quindi lasciatemi dare un'occhiata alle sensazioni e alle percezioni. In genere si basano su cose materiali. C'è qualcosa che produce una sensazione che può essere gradevole, sgradevole o neutra e diciamo che è responsabile di quella sensazione ma non significa che necessariamente la presenza di quel particolare fattore darà sempre vita ad una sensazione. Deve verificarsi un insieme di condizioni e se ne mancherà anche solo una, quella sensazione non si produrrà. E in ogni caso sembra che ci debba essere per prima cosa una base tangibile per la sensazione.

Quando parliamo di sensazioni, o di percezioni, stiamo parlando di coscienza, nel senso di consapevolezza degli oggetti. La parola *consapevolezza* in questo caso non si riferisce alla *rigpa* che si differenzia dalla mente ordinaria e di cui parleremo a fondo più avanti. E' solo consapevolezza degli oggetti. Ed è questo genere di coscienza che sperimenta le sensazioni: veniamo in contatto con un oggetto, poi ne diventiamo consapevoli e infine sperimentiamo sensazioni piacevoli o spiacevoli. Quindi, dal momento che siamo coscienti delle cose abbiamo anche delle idee a loro riguardo. Questo è così o così. Ecco cosa si intende con percezione.

Vi sono diversi tipi di sensazioni. Quelle di ogni giorno, sia gradevoli sia sgradevoli, che non dipendono dal nostro modo di pensare. Ad esempio, se sbatto la mano contro il tavolo mi farà male e penserò, "Mi sono fatto male alla mano!". E allora diversi pensieri sorgeranno nella mia mente. Quindi questa è una categoria di sensazioni, quelle che sono collegate a circostanze esterne.

Poi vi è un altro genere che comprende le sensazioni che non derivano dal contatto con oggetti esterni attraverso i nostri cinque sensi ma sono causate dal cambiamento stesso della coscienza quale risultato di ricordi del passato o idee sul futuro. Questo cambiamento al livello della nostra coscienza o consapevolezza può comunque provocarci una sensazione fisica. Se la prendiamo in esame vuol dire che prima esiste un'idea, un pensiero o un ricordo che è poi seguito da qualche forma di mutamento fisico, come l'attivazione di neuroni o una reazione cerebrale elettrochimica? Oppure le

idee e le memorie -cambiamenti della nostra consapevolezza- devono essere sempre il risultato di qualche sottile cambiamento a livello fisico o neurologico? E' una questione che, mi sembra, abbia realmente bisogno di essere esaminata.

Si dice che la coscienza sorga basandosi sulle facoltà sensoriali. In effetti esiste questa relazione ma se non ci fosse alcuna coscienza separata dai sensi sarebbe difficile che tanti eventi ci accadessero nel corso delle nostre esistenze quotidiane, in particolare i fantastici mutamenti prodotti dalla pratica meditativa. E non sono indotti da droghe o medicine. Ha luogo invece una trasformazione fisica determinata da un cambiamento della coscienza stessa. Quindi è molto più semplice e conveniente per noi fare affidamento su questo punto di vista, vale a dire spiegare la coscienza come qualcosa primariamente dipendente dal corpo fisico ma anche in grado di produrre dei cambiamenti di per se stessa. Se non accettiamo questo angolo di visuale, diventa difficile spiegare molti di questi fenomeni.

SIGNIFICATO DELLA COSCIENZA

Quando parliamo delle sensazioni e delle percezioni, stiamo parlando esclusivamente delle "forme di vita" senzienti. Naturalmente, fiori e piante sono organismi viventi, la loro struttura chimica è simile a quella di altre "forme di vita" ed anche loro passano attraverso il ciclo di nascita, crescita, morte e distruzione. Però, pur possedendo cellule vive, il mondo vegetale non sperimenta sensazioni o percezioni. Ritengo dunque che quando parliamo di coscienza, ci sia una proprietà comune a tutte le "forme di vita" senzienti che è il movimento. Lo possiedono perfino i più minuscoli insetti. Possono usare il potere dei loro corpi per muoversi da un posto ad un altro. Una pianta può muoversi nel senso di crescere anno dopo anno oppure può oscillare grazie alla forza del vento ma non può farlo *intenzionalmente*. Quindi quando parliamo di *esseri senzienti* intendiamo che questi, oltre alle caratteristiche proprie di ogni "forma di vita" e comuni sia al regno animale sia a quello vegetale, hanno anche la peculiarità di potersi muovere a loro piacimento. In altre parole, un essere vivente o senziente è chi possiede la coscienza. Quando essa manca parliamo di materia non senziente o inanimata.

La coscienza è descritta in termini di saper esercitare la funzione di riconoscere gli oggetti. La definiamo quindi "chiara e cognitiva" o "luminosa e in grado di apprendere". Come la spieghiamo? *Chiarezza* in questo contesto si riferisce al chiaro manifestarsi delle apparenze alla coscienza. E non fa alcuna differenza se questa percezione corrisponda o meno all'effettiva

natura delle cose. Una determinata apparenza si manifesta alla coscienza con una consapevolezza dei suoi aspetti e delle sue caratteristiche ed è sempre valida e diretta. Questo è quello che intendiamo per *chiara*, il fatto che è riflessa *chiaramente*. In seguito giunge "il riconoscimento" o consapevolezza che apprende questa apparenza insieme ai suoi differenti aspetti.

Ad esempio, perfino quando dormiamo profondamente, nei nostri sogni ci sono infiniti generi di percezioni, visioni, suoni, sapori, odori e sensazioni tattili. Nel sogno la nostra coscienza è consapevole di queste innumerevoli apparenze e dei loro diversi aspetti. Tutte si mostrano alla coscienza: la capacità di chiarificare e riconoscere; e quando queste esperienze si manifestano, siamo consapevoli di ognuna di esse e delle rispettive caratteristiche.

Durante il corso delle nostre vite attraversiamo diversi livelli di coscienza: dai più grossolani aspetti della ordinaria esperienza sensoriale alle più sottili modalità di coscienza onirica che funziona indipendentemente dalle facoltà sensoriali e infine alle ancora più sottili modalità di coscienza che sperimentiamo nel sonno profondo. Per i livelli di coscienza più grossolani, se prendiamo l'esempio della percezione visiva, la mera interazione delle facoltà oculari con qualche forma visuale, non necessariamente produce una "consapevolezza visuale". Dobbiamo avere la *condizione immediata*, vale a dire la mente non deve essere distratta da pensieri o da qualcosa d'altro. Se la mente sta vagando allora il contatto tra la facoltà visiva e la forma, non necessariamente condurrà ad una consapevolezza visuale. Per questo diciamo che per poter produrre una chiara conoscenza o consapevolezza in cui le forme esteriori sono chiaramente comprese, vi deve essere un terzo fattore: la condizione immediata.

In qualsiasi caso, ogni atto di consapevolezza o coscienza, dal più sottile al più grossolano, deve avvenire sulla base di un flusso continuo della coscienza sottile che è per natura chiara e cognitiva, la capacità di essere consapevole.

CONTINUITA' DELLA MATERIA FISICA

Osservando il mondo che ci circonda, vediamo che naturalmente accadono cambiamenti e trasformazioni grazie a determinate cause e condizioni ma nello stesso tempo vi è qualcosa come una sorta di continuità di sostanza o materia. Prendiamo l'esempio di un fiore o del corpo di qualsiasi essere vivente. La materia fisica che costituisce il fiore o il corpo, è parte di una continuità in cui tutto dipende da quanto è accaduto prima in un processo a ritroso che arriva fino alla stessa creazione dell'universo. Infatti il potenziale

di questo fiore doveva essere presente nelle particelle sottili, a loro volta presenti all'inizio dell'universo.

La cosmologia buddhista parla di quattro differenti periodi, o ere, in cui si divide la storia di ogni universo: il momento della formazione, l'era della stabilità, la distruzione e l'intervallo di vacuità tra l'universo dissolto e la creazione del nuovo. Si dice che durante questo intervallo le "particelle spaziali" continuano ad esistere. Queste particelle sono in pratica le fondamenta su cui poggia la materia fisica di un nuovo universo e includono i corpi fisici degli esseri viventi. Tutto quello che possiede una sostanza deve derivare da qualcosa che abbia caratteristiche simili. In altri termini, deve essere preceduto da qualcosa che abbia una sostanza fisica.

Se prendiamo in esame la coscienza -immateriale, senza forma, colore, dimensione, niente altro che la capacità di sperimentare- vedremo che anch'essa proviene da qualche cosa di simile. La coscienza cambia in superficie ma sotto a questi cambiamenti si trova una continuità, la funzione fondamentale della chiarezza e della conoscenza che proviene da un precedente esempio della medesima funzione.

Lasciatemi tornare alla continuità della materia. Possiamo spiegarla con una semplice analogia: il fiore di fronte a me. Proviene da un seme. Questo seme, a sua volta da un altro fiore, il quale fu creato da un altro seme ancora... e così via. Potremmo anche parlare delle precedenti "incarnazioni" di questo fiore. A livello sottile vi è una continuità ma naturalmente passa attraverso ogni genere di manifestazioni. A seconda di determinate cause e condizioni, potrà mutare il proprio aspetto da una "incarnazione" all'altra. Potrà avere un colore diverso o una forma differente. Ma se riusciremo a vedere l'intero processo troveremo la continuità di cui stiamo parlando. Questo è il modo in cui si evolve la materia inanimata, attraverso un ciclo continuo in cui una manifestazione dipende da un'altra simile che l'ha preceduta.

Nondimeno questo *continuum* fisico non appare alla nostra esperienza cosciente e alle nostre sensazioni e percezioni ordinarie. Come possiamo ben vedere, il nostro attuale corpo fisico, vale a dire il supporto per la coscienza, si basa su delle cause di tipo simile in un processo ininterrotto che risale all'inizio dell'universo. Ma non possiamo affermare che la nostra coscienza, sebbene dipenda dall'organismo fisico, derivi dal medesimo *continuum* di materia. Come ho spiegato prima, è molto più probabile che questa coscienza derivi da un sottile *continuum* di coscienza.

LIVELLI SOTTILI DELLA COSCIENZA

I differenti livelli sottili della coscienza sono determinati dalla “sottigliezza” di quello su cui si poggiano. Più è sottile il supporto, più è sottile la coscienza che da esso dipende. Ad esempio, la coscienza del risveglio è relativamente grossolana e le sue funzioni si basano su un tipo di *energia-vento*, o *prana*, ancora più grossolana. La coscienza dei sogni è un pochino più sottile e si basa sui corrispondenti movimenti dell'*energia-vento*. Quando sveniamo, c'è solo un piccolo movimento dell'*energia-vento*. Quindi penso sia possibile considerare queste variazioni della coscienza sulla base delle differenze dei loro rispettivi supporti.

In ogni caso, i più sottili livelli di coscienza in qualche modo ancora dipendono dal corpo fisico, ma in termini della loro essenza effettiva sono distinti e indipendenti. Quanto vi sto dicendo è confermato dall'esperienza di alcuni meditatori. Naturalmente non voglio sostenere che tutto quello che abbiamo sentito sulle loro realizzazioni sia necessariamente vero. Possono esserci state delle esagerazioni ma alcune persone affermano con sicurezza di aver sperimentato quello che definiscono “corpo-sogno” come un qualcosa di totalmente separato dal normale corpo fisico. La madre di una persona che conosco personalmente, sperimentò una esperienza del genere e per diversi giorni andò fuori “dalla dimensione corporea” descrivendo in dettaglio quello che aveva provato. Questo è accaduto. Delle persone viaggiano fuori dai loro corpi e sono in grado di descrivere cosa avviene in quelle condizioni. Ne consegue che per la maggior parte la mente dipende dal corpo, ma non del tutto. Ad un certo livello funziona indipendentemente: quando raggiungiamo i livelli più sottili della coscienza. A questo livello sembra che la mente sia indipendente dal più grossolano corpo fisico.

CONTINUITA' DELLA COSCIENZA

Nel caso della materia inanimata esiste una continuità di tipo analogo. Per quanto riguarda invece gli esseri viventi vi è una continuità di sostanza fisica relativa al corpo fisico. Però la coscienza che si identifica con questo corpo fisico deve essere considerata separatamente. Se non fosse così dovremmo condividere le stesse esperienze di coscienza dei nostri genitori. I nostri corpi sono stati creati da un ovulo di nostra madre e dallo sperma di nostro padre quindi, in senso lato, dai loro organismi fisici. Se anche la nostra coscienza provenisse dalla medesima sostanza fisica, dovremmo dividerla con loro. Però questo non accade.

Dunque, nel caso del corpo fisico possiamo affermare che è simile alla materia inanimata dal momento che si basa anch'esso su di un *continuum* di sostanza fisica. Ma dobbiamo aggiungere che la coscienza che si basa su di esso è differente.

Non è semplice trovare l'origine precisa della continuità della materia fisica. Analogamente è molto difficile farlo con la coscienza che è definita come chiarezza e conoscenza, la capacità fondamentale dell'esperienza. Se fossimo in grado di rintracciare un momento originario comune sia alla materia sia alla coscienza, allora potremmo dire che esiste qualcosa che può aver origine da qualcosa di altro e diverso. Oppure potremmo sostenere che esiste un'origine priva di una causa corrispondente. Ma l'indagine logica ci dimostra che le cose non stanno così.

Quando usiamo la definizione di "essere vivente", lo facciamo innanzitutto sulla base della coscienza. I termini *essere umano* o *animale* vengono usati per fare una distinzione basata primariamente sul tipo di forma fisica. Ma quando diciamo "essere vivente" o "persona" stiamo parlando di qualcuno che ha la capacità di sperimentare piacere e dolore. La nostra nozione di "Io" o Sè individuale, riguarda principalmente il nostro flusso di coscienza. Se il corpo fisico fosse l'unica base per questo senso dell'Io, potremmo considerare anche gli oggetti inanimati come degli esseri viventi. Quindi è la capacità di sentire e percepire le cose, che distingue gli esseri senzienti dalla natura inanimata. E' questo che costituisce la differenza.

Nel caso di un essere senziente il cui "Io" si identifica con il flusso di coscienza, dal momento che non possiamo trovare il punto di origine di questo flusso di coscienza, non potremo nemmeno parlare di un inizio del senso dell'Io o del Sè individuale. Poiché nulla è in grado di ostruire il flusso di coscienza, questo non avrà fine. Ma in verità il flusso di coscienza non ha inizio né fine. E lo stesso accade per il Sè che si identifica con quel flusso di coscienza.

Comunque vediamo che questo *continuum* consente un processo di trasformazione. Vi è quindi una continuità ma cambia di continuo. Torniamo all'esempio del nostro corpo. E' sempre lui eppure si è trasformato nel corso degli anni. Con lo scorrere del tempo vi sono stati dei cambiamenti però si tratta sempre del medesimo corpo in cui troviamo insieme continuità e trasformazione.

In termini di flusso di coscienza esiste una certa continuità tra quando siamo giovani e quando siamo vecchi. Allo stesso tempo c'è uno stadio della vita in cui non abbiamo ancora appreso nulla; poi un altro in cui veniamo educati e il flusso di coscienza si è arricchito di conoscenze ed esperienze. Quindi

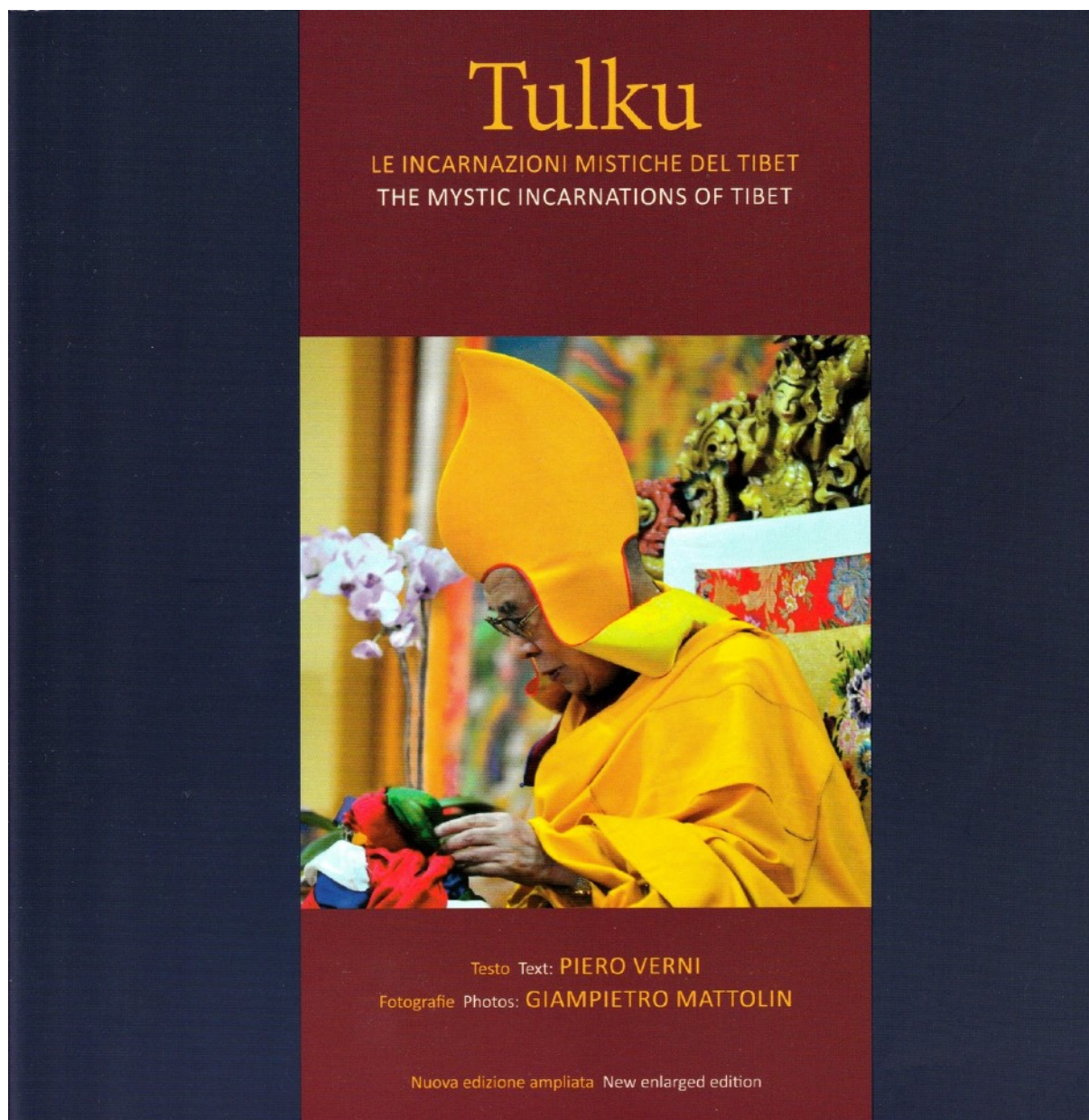
possiamo trovare nel flusso di coscienza differenti stadi o momenti. Da un punto di vista più ampio, possiamo dire che come vi è uno stato di ignoranza ed uno di conoscenza, ci possono anche essere alcuni casi in cui la coscienza è legata ad un supporto fisico umano ed altri stati in cui la coscienza è legata a differenti tipi di forme fisiche. Possiamo così parlare di stati differenti che riguardano la qualità del flusso di coscienza che può essere oscurato a vari livelli e similmente può variare la preoccupazione per le emozioni negative. Inoltre possiamo trovare stati di coscienza, umani, animali o di altro tipo, in cui lentamente questi fattori mentali distruttivi diminuiscono e scompaiono mentre le qualità positive divengono prevalenti. E' dunque evidente che possiamo passare da uno stadio all'altro, da quello di ignoranza e confusione che caratterizza gli esseri del mondo condizionato, a quello che si avvicina gradualmente all'illuminazione fino a raggiungerla ed acquisire così la perfetta conoscenza che caratterizza la buddhità. Anche la nostra coscienza manifesta questa qualità duale di continuità e trasformazione.

(Dalai Lama, *La Mente Illuminata*, Milano 2007)



Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet, di *Piero Verni e Giampietro Mattolin*; Venezia
2018, pag. 240, € 30

seconda edizione ampliata



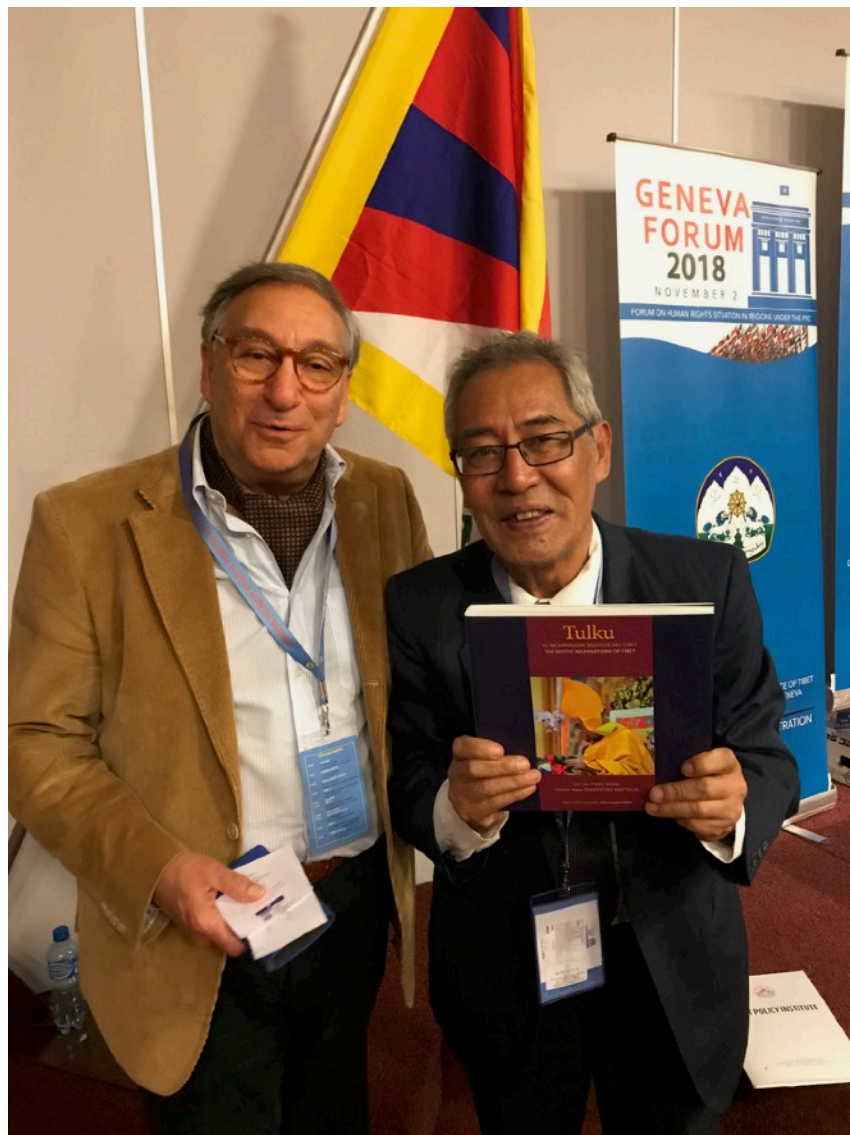
I *tulku* sono quei maestri spirituali che scelgono di ritornare nel mondo, esistenza dopo esistenza, per essere di aiuto agli esseri viventi. La tradizione di queste reincarnazioni mistiche è una caratteristica peculiare del Buddismo vajrayana, la forma dell'insegnamento del Buddha diffusa in Tibet, 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. Inoltre, in questa seconda edizione, è stato aggiunto un capitolo che affronta le tematiche relative al riconoscimento di alcuni *tulku* occidentali e quindi alla presenza di questo peculiare aspetto della civiltà tibeto- himalayana anche fuori dalle regioni centro-asiatiche e dai contesti tradizionali in cui è nata e si è sviluppata nel corso dei secoli.

(per ordini: heritageoftibet@gmail.com)



Consegna della nuova edizione del libro "TULKU - le incarnazioni mistiche del Tibet", a Dr. Lobsang Sangay, Sikyong, Presidente della C.T.A.
(Ginevra, 2 novembre 2018)



Consegna della nuova edizione del libro “TULKU - le incarnazioni mistiche del Tibet”, a Thuptel Samphel (Direttore del “Tibet Policy Institute”, C.T.A.) (Ginevra, 2 novembre 2018)

