



N°63

<http://www.heritageoftibet.com>

Cari amici,

eccoci arrivati quasi alla fine di questa strana estate 2020. Purtroppo le politiche autoritarie ed espansionistiche di Pechino si ampliano ogni giorno di più e all'interno del Tibet (come nel resto della Cina) si moltiplicano le persecuzioni religiose e la distruzione di numerosi luoghi di culto. Dobbiamo anche registrare un grave lutto che ci ha colpiti personalmente. Ci ha lasciato la nostra amica Ama Adhe Tapontsang, una fonte di ispirazione per le donne, non solo del Tibet ma di tutto il mondo. Ed anche per molti uomini che hanno a cuore le sorti dei diritti dei popoli e delle libertà sia individuali sia collettive. Una notizia positiva è invece la creazione ufficiale dell'Associazione "L'Eredità del Tibet/The Heritage of Tibet" di cui troverete notizia all'interno di questo numero. Per quanto riguarda i contenuti della presente newsletter, segnaliamo un commosso ricordo di Ama Adhe e una sintetica ma esauriente introduzione ai principali aspetti del sentiero buddhista di Sua Santità il Dalai Lama.

Non perdiamoci di vista.

Piero Verni

Giampietro Mattolin

10° giorno del settimo mese dell'Anno del Topo di Ferro (28 agosto 2020)





Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 03 agosto 2020: ha lasciato la presente incarnazione terrena Ama Adhe Tapontsang, una vera “Madre Coraggio” tibetana simbolo della lotta di tutte le donne del “Paese delle Nevi”. Era nata a Nyarong (Kham) nel 1932 ed era stata arrestata nel 1958 per il suo ruolo attivo nella resistenza anticinese. Dopo aver trascorso 27 anni nelle carceri di Pechino era stata liberata nel 1985 e nel 1987 riuscì a fuggire in India. Nel 1997, con l’aiuto della scrittrice Joy Blakeslee aveva scritto e pubblicato la sua autobiografia, “The Voice That Remembers” divenuto subito un successo editoriale tradotto in numerose lingue. Ama Adhe aveva trascorso gli ultimi decenni della sua vita a

Dharamsala dando un importante aiuto alla cura e al sostentamento dei tibetani che ancora oggi fuggono dal loro Paese.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 06 agosto 2020: per il 75° anniversario dell’olocausto nucleare di Hiroshima e Nagasaki Sua Santità il Dalai Lama ha rilasciato la seguente dichiarazione: “In occasione del 75° anniversario dei bombardamenti atomici di Hiroshima e Nagasaki, colgo l’occasione per sollecitare i governi, le organizzazioni e i singoli individui a impegnarsi per fare della realizzazione della

pace il fulcro della nostra vita. Nonostante i grandi sviluppi che hanno avuto luogo, il XX secolo è stato un’epoca di violenza in cui sono state uccise circa 200 milioni di persone, compreso l’uso orribile delle armi nucleari. Ora, nel nostro mondo sempre più interdipendente, abbiamo la possibilità di rendere questo secolo più pacifico. Quando sorgono conflitti, questi devono essere risolti attraverso il dialogo, non con l’uso della forza. Dobbiamo eliminare la minaccia delle armi nucleari, con l’obiettivo finale di un mondo smilitarizzato. Guerra significa uccidere. La violenza porta a produrre altra violenza. Dobbiamo porre fine ai combattimenti e alla produzione di armi e costruire un pianeta più pacifico. Noi esseri umani abbiamo creato molti dei problemi del mondo di oggi. Finché avremo forti emozioni negative e vedremo i nostri simili in termini di ‘noi’ e ‘loro’, ci sarà la tendenza a cercare di distruggerli. Dobbiamo riconoscere l’unicità dell’umanità e capire che non raggiungeremo la pace solo attraverso la preghiera; dobbiamo agire”.



Gantok, Sikkim, India settentrionale, 13 agosto 2020: il Primo Ministro dello stato del Sikkim, Prem Singh Tamang, ha scritto al premier indiano Narendra Modi chiedendo che il governo di Delhi consenta al Karmapa Ogyen Trinley Dorje di poter tornare in India. Nella lettera è spiegato che i buddhisti sikkimesi desiderano ricevere dall’importante leader spirituale tibetano insegnamenti e iniziazioni. Prem

Sing, ricordando che il governo di Atal Bihari Vajpayee aveva, nel 2000, concesso a un giovanissimo Karmapa (all'epoca aveva solo 14 anni) asilo politico. Nella lettera è poi spiegato che gran parte della popolazione del Sikkim desidera che il massimo esponente della scuola Karma-kagyü possa venire in visita nello stato dell'India nord orientale almeno per poter visitare il monastero di Rumtek, principale sito in esilio dei Karmapa. Il "caso" del 17° Karmapa Ogyen Trinley Dorje è piuttosto misterioso. Dopo oltre quindici anni trascorsi nell'area di Dharamsala in un'ala del monastero del Gyuto (di scuola Gelug, quindi diversa da quella di cui il Karmapa è il capo) a stretto contatto con il Dalai Lama e l'establishment tibetano in esilio, improvvisamente, nell'autunno del 2018 decise di andare negli Stati Uniti apparentemente per ragioni di salute. Però, una volta arrivato negli USA vi rimase prendendo in seguito la cittadinanza del piccolo stato insulare di Dominica (da non confondere con la Repubblica Dominicana). Essendo divenuto un cittadino straniero, per rientrare in India ha bisogno di un regolare visto rilasciato dalle autorità indiane che però glielo hanno a sorpresa negato l'anno scorso nonostante l'intercessione del Governo Tibetano in Esilio. A rendere ancora più delicata la situazione, vi è la querelle che vede una parte minoritaria (ma consistente) della scuola Karma-kagyü riconoscere come 17° un altro lama, Trinley Thaye Dorje, che attualmente vive nell'area di Darjeeling (Bengala) a Kalimpong, in pratica ai confini con il Sikkim.



Ottawa, Canada, 19 agosto 2020: un cortometraggio d'animazione, intitolato "Yarlung", del filmmaker tibetano Kunsang Kyirong, è stato selezionato per il prestigioso Ottawa International Film Festival 2020, considerato il più grande festival di animazione del Nord America. Il film, della durata di cinque minuti, racconta l'infanzia di Kyirong

trascorsa sulle rive dello Yarlung Tsangpo (che in India, chiamano Brahmaputra), la vita del fiume i cui ricordi danno forza all'esistenza dell'artista che oggi vive come rifugiato tibetano a Tezu, un piccolo villaggio dello stato Arunachal Pradesh. L'uso ruvido dei disegni a carboncino, legati insieme in un flusso poetico di una storia che segue le narrazioni di tre bambini che dipendono dal fiume per il cibo e per il gioco.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 25 agosto 2020: il Dalai Lama si è rivolto, dalla sua abitazione, a un folto pubblico virtuale convocato dall'Istituto "Single Mind" per discutere su come sviluppare interamente il potenziale di un bambino all'interno del suo percorso pedagogico. Naveen Sharma, co-fondatore e direttore di "Single Mind" ha dato il

benvenuto a Sua Santità dicendogli che l'opportunità di poter parlare con lui era un sogno che diveniva realtà. Il Dalai Lama ha poi iniziato il suo intervento. "La mia principale preoccupazione è vedere un mondo felice. La mera conoscenza non è garanzia di felicità. Ci sono persone brillanti, altamente istruite nel mondo, che sono amaramente infelici. L'educazione moderna è orientata verso obiettivi

materiali, ma per essere felici abbiamo bisogno di *ahimsa* e *karuna*, non violenza e compassione, che sono aspetti della tradizione indiana da migliaia di anni. La compassione ci porta pace interiore, forza interiore e meno ansia. Non violenza significa che nel nostro comportamento fisico e verbale non facciamo del male agli altri. E per essere veramente non violenti dobbiamo essere compassionevoli. Per secoli gli indiani hanno esplorato e addestrato la mente attraverso la calma e la meditazione analitica. L'educazione moderna, che ha avuto origine in Occidente, non comprende come affrontare le nostre emozioni. Di conseguenza, persone altamente istruite sono state coinvolte nella progettazione e nella fabbricazione di armi sempre più sofisticate, comprese quelle nucleari. Queste invenzioni hanno richiesto intelligenza e ingegnosità tecnica, ma la loro produzione è completamente priva di scrupoli morali. I principi della compassione e del non fare del male non sono coinvolti. In questi casi, invece di portare la pace interiore, la mente umana brillante ha invocato le emozioni distruttive della rabbia, della paura e dell'ansia. Oggi, come tutti osservano l'igiene fisica, c'è un corrispondente bisogno di igiene emotiva, e possiamo trovare istruzioni al riguardo nell'antica tradizione indiana. Ecco perché credo che l'India sia particolarmente adatta a combinare l'educazione moderna e materialistica con la non violenza e la compassione. Nell'ultimo secolo, il Mahatma Gandhi ha sinceramente perseguito la via della non violenza e a tempo debito molte persone in tutto il mondo hanno seguito il suo esempio. In Africa c'è stato Nelson Mandela e negli USA Martin Luther King. Una volta la moglie di Martin Luther King mi disse che il Mahatma Gandhi lo aveva talmente impressionato da voler persino vestirsi come lui. Quindi oggi, nel XXI secolo, dovremmo cercare di promuovere l'antica conoscenza indiana della non violenza e della compassione e combinarla con l'educazione moderna". Infine il Dalai Lama ha parlato brevemente dei suoi quattro impegni a cui è particolarmente legato. Aiutare la gente ad essere felice. Incoraggiare l'armonia religiosa. Cercare di difendere i diritti del popolo tibetano e l'antica civiltà del Tibet. Promuovere i valori dell'antica tradizione indiana.

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



COMUNICATO

Si è formalmente costituita il 10 luglio 2020, l'Associazione Culturale "L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet" che ha come scopo principale quello di facilitare la conoscenza del mondo tibeto-himalayano sotto il profilo culturale, religioso e sociale.

L'Associazione pensa di poter raggiungere il suo obiettivo attraverso la creazione di convegni, congressi, mostre, eventi e qualsiasi altra occasione che possa contribuire ad una conoscenza approfondita e puntuale della Civiltà del Tibet e del Himalaya.

L'Associazione nasce dall'incontro del progetto informale "L'Eredità del Tibet" con altre realtà da anni impegnate nel medesimo ambito, in particolare con Rossana Barbolla, Presidente dell'Associazione "Nodo Infinito".

Il consiglio direttivo è costituito dal presidente Piero Verni, dal vice-presidente Giampietro Mattolin e dalla coordinatrice nazionale Rossana Barbolla.

La pubblicazione "The Heritage of Tibet news" diventa l'organo della nuova Associazione.



La Voce che Ricorda

È bello immaginare che Ama Adhe Tapontsang abbia, da qualche angolo di cielo, potuto assistere alle innumerevoli manifestazioni di affetto e di cordoglio che in tutto il mondo hanno commemorato la sua scomparsa avvenuta il 3 agosto 2020. Vero esempio di forza, eroismo, e dignità, questa autentica “Madre Coraggio” tibetana era nata a Nyarong (Kham) nel 1932 ed era stata arrestata nel 1958 per il suo ruolo attivo nella resistenza anticinese. Dopo aver trascorso 27 anni nelle carceri di Pechino era stata liberata nel 1985 e nel 1987 riuscì a fuggire in India.

Conoscere Ama Adhe è stata una delle fortune della mia vita. Era la fine degli anni '80 dello scorso secolo e partecipavo, su invito della mai troppo compianta Petra Kelly, al 1° incontro internazionale in difesa del Tibet che lei aveva organizzato al Parlamento Tedesco (all'epoca con sede a Bonn). Mentre Ama-la raccontava la sua drammatica storia, nell'emiciclo parlamentare era calato un silenzio assordante rotto solo dalle parole di questa donna da poco fuggita dal Tibet con il suo bagaglio di terribili memorie. Tutti fummo colpiti dalla totale assenza nella sua voce, a tratti incrinata dall'emozione, di toni astiosi o violenti nei confronti dei suoi carnefici. C'erano dolore e indignazione ma nessuna traccia di odio. Al termine della sua testimonianza eravamo talmente commossi che rimanemmo per qualche istante muti ed immobili prima di tributarle un'ovazione fragorosa.

Grazie a Petra e al suo compagno Gert Bastian, potei conoscere quella donna straordinaria. Le dissi subito che sarebbe stato importante se fosse riuscita a narrare in un libro la sua esperienza. In quegli anni i testi che parlavano del dramma del Tibet erano ancora relativamente pochi. Lei, sorridendo, mi rispose che ci stava pensando ed aveva già stabilito un contatto con una giovane scrittrice, Joy Blakeslee, che si era proposta come *ghost writer* di un eventuale testo. E così fu. Dall'incontro tra quella donna tibetana analfabeta che parlava solo un dialetto del Kham e Joy, nacque un piccolo capolavoro, “The Voice That Remembers”, uscito nel 1997 nell'edizione inglese. Fu un immediato successo editoriale con numerose traduzioni in tutto il mondo. Io, all'epoca, avevo l'onore di curare per la Sperling & Kupfer edizioni una collana di testi dedicati al Tibet e alla sua civiltà. Quando ricevetti la copia che Ama-la mi aveva fatto inviare, decisi in pochi minuti di comperare i diritti per l'Italia. Normalmente proponevo al direttore della casa editrice titoli e modalità di acquisto per poi operare insieme una scelta ma quella volta feci da solo e misi di fronte al “fait accompli” la Sperling. La quale, comunque, approvò passando sopra al metodo inusuale con cui l'avevo fatta. Volli anche tradurre in italiano il testo e di solito, perfino dopo una faticosa giornata di lavoro, non riuscivo a decidermi di chiudere il computer, tanto coinvolgenti erano le parole di Ama Adhe (magistralmente messe nero su bianco da Joy Blakeslee). Infatti si tratta di un libro di grande poesia e tragica bellezza. Il Dalai Lama, nella sua prefazione scrive, “Questa donna straordinaria, Adhe Tapontsang, ci offre attraverso la sua esperienza personale una testimonianza sulla tragedia, ancora in atto, del popolo tibetano. Purtroppo la situazione descritta in questo libro non è mutata; le

difficoltà di cui parla Adhe sono ancora una realtà per i milioni di tibetani che continuano a vivere in Tibet”.

In occasione dell'uscita de "La voce che ricorda", organizzammo un suo viaggio in Italia che fu un successo. Numerosi articoli e interviste televisive (una anche per la RAI) riuscirono a bucare il consueto muro di silenzio che il mondo dei media ha costruito intorno al dramma tibetano. Non posso dirlo con precisione ma credo che Ama-la presentò il suo libro in oltre una decina di città italiane. Ovunque la gente rimaneva colpita dal carisma di quella donna che raccontava con parole semplici e una grande umanità l'inferno che aveva attraversato. "La voce che ricorda" è una delle più commoventi e lucide testimonianze che io abbia mai letto. E' un libro sulla memoria e il ricordo. Sul tempo e il senso della vita. Parla della lotta di una persona che resistette all'invasione e alla colonizzazione della sua nazione soprattutto con le armi della fedeltà alla propria koiné e al proprio universo culturale. Vorrei dire qui anche due parole sul Tibet e quanto è accaduto su quello sterminato altopiano all'ombra delle più alte montagne del mondo. Sia chiaro, il "Paese delle Nevi" non era un paradiso (né poteva esserlo non esistendo paradisi sulla terra, e forse nemmeno in cielo) ma un luogo in cui la dimensione interiore aveva la precedenza su di ogni altro aspetto della vita. Il senso religioso, il rispetto per i ritmi della natura e l'ecosistema, la concezione ciclica del divenire, erano sentimenti ben radicati nell'inconscio personale e collettivo delle popolazioni tibetane e rappresentavano un patrimonio a cui tutti erano fedeli. Laici e monaci, ricchi e poveri, nobili e contadini. Nel volgere di pochi anni, niente più che un battito di ciglia sul volto della storia, gli abitanti del Tetto del Mondo hanno dovuto assistere alla capillare distruzione di tutto quello a cui erano legati, di tutto quello che amavano ed in cui credevano. Quello che la Repubblica Popolare Cinese ha commesso, e sta ancora commettendo in Tibet, è un crimine odioso che dovrebbe ripugnare a tutte le coscienze civili di questo Pianeta e che rimanda ad altre tragedie. Il genocidio dei Nativi d'America, quello dei curdi e degli armeni, l'olocausto del popolo d'Israele, la carneficina cambogiana, sono i primi nomi che vengono in mente. In modo particolare il destino della civiltà tibetana e della sua gente è simile a quello delle popolazioni dei Nativi americani, anch'essi vittime di un'invasione seguita da un brutale genocidio. E infatti si potrebbe collocare il racconto di Ama Adhe tra Wounded Knee e Auschwitz (o la Kolyma, se volete), vale a dire tra l'epopea dei "Pellerossa" e le dinamiche dell'orrore concentrazionario nazista o maoista.

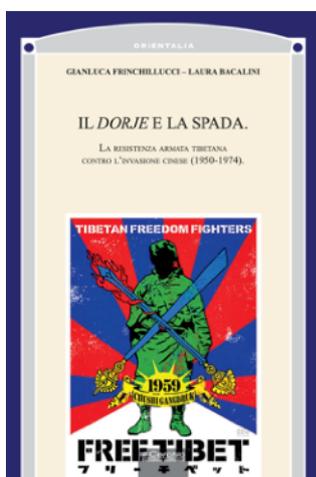
La vita, la testimonianza, la sensibilità di Ama Adhe sono realmente una "Voce che Ricorda". Una voce che dovrebbe mettere tutti noi di fronte al peso delle ineludibili responsabilità di cui dovremmo farci carico quando siamo testimoni di una tragedia. Chiunque ne sia il responsabile. Ovunque venga compiuta. Vorrei terminare questo mio modesto omaggio a una donna eccezionale, citando la frase nobile e sincera che chiude il suo libro. "Ho visto che nel corso degli anni i miei ricordi sono rimasti intatti. Sono impressi indelebilmente nel profondo del mio animo. Per me questo testo è una testimonianza vivente che parla anche per quei tibetani che hanno perso le loro vite sotto il dominio cinese. E' la voce che ricorda i tanti che ho conosciuto e che non sono sopravvissuti. Sento che adesso ho in qualche modo adempiuto alle mie responsabilità e

prego perché il mondo sia liberato dalle atrocità e dalle miserie che io e il popolo tibetano abbiamo subito”.

Piero Verni



L'angolo del libro, del documentario e del film



Gianluca Frinchillucci-Laura Bacalini, *Il Dorje e la Spada*, Italia 2020: una delle pagine meno note della recente storia del Tibet è quella legata alle vicende della resistenza armata di ampie fasce della popolazione tibetana contro l'esercito cinese che aveva invaso il Tibet nell'ottobre del 1950. Dopo un primo momento in cui sembrava che Pechino volesse rispettare quell'autonomia tibetana garantita dall'Accordo in 17 Punti firmato (sia pure in condizioni di costrizione fisica e psicologica) da esponenti del governo tibetano nel maggio 1951, la situazione nelle regioni nord orientali (Kham e Amdo) del Paese delle Nevi ben presto degenerò. Nonostante avessero promesso di rispettare la struttura sociale, culturale e politica della società tibetana, gli occupanti cinesi iniziarono a comportarsi in maniera sempre più arrogante, predatoria e violenta. Da parte delle popolazioni del Paese delle Nevi si rispose con un movimento di resistenza popolare che ebbe anche un aspetto militare, incarnato principalmente dal *Chushi Gangdruk*. Delle vicende di cui questo movimento armato si rese protagonista si è sempre parlato poco. E quando anche lo si è fatto la narrazione è stata sovente incompleta tranne pochissimi casi (il libro di Jamyang Norbu *Warriors of Tibet*, USA 1987 -purtroppo colpevolmente assente dalla scarna bibliografia- e il breve testo del principale esponente del *Chushi Gangdruk*, Andrugtsang, Gompo Tashi, *Four Rivers, Six Ranges: A True Account of Khampa Resistance to Chinese in Tibet*, pubblicato a Dharamsala nel 1973 dall'Information Office del Dalai Lama). Gli autori di questo *Il Dorje e la Spada* cercano lodevolmente di colmare, almeno in parte, questa lacuna. E lo fanno attraverso una lunga intervista con l'attuale Presidente dell'Associazione in esilio dei reduci del *Chushi Gangdruk*, Tachen e sua moglie Ngawang Sangmo. Il risultato è una narrazione di quella pagina della storia tibetana realistica, diretta e non appesantita da fronzoli accademici. Un libro agile che di sicuro potrà interessare coloro che vogliono conoscere la storia recente del Tibet.



WOMEN^{OF}TIBET
A
QUIET REVOLUTION

Rosemary Rawcliffe, *Women of Tibet: a quiet revolution*, A Frame of Mind film, min. 56,48, colore, USA 2007: straordinario film del 2007 che ho visto, con colpevole ritardo, solo poche settimane or sono. Dedicato alle donne tibetane, questo superbo documentario prende le mosse dalla grande manifestazione femminile che si

tenne a Lhasa il 12 marzo 1959 e a cui presero parte oltre quindicimila rappresentanti dell'altra metà del cielo. Chiedevano la fine dell'occupazione cinese e il ripristino dell'indipendenza del Tibet. Rosemary Rawcliffe, attraverso le testimonianze di tre generazioni di "figlie del Tibet" (tra cui quelle di Jetsun Pema, Ama Ade Tapotsang, Rinchen Khando Choegyal, Dolma Tsering Teyang) racconta la storia di uno dei più grandi (e meno riconosciuti) movimenti non violenti degli ultimi decenni. Un film intenso, poetico, efficace. Una indispensabile finestra sul mondo delle donne tibetane e sul loro impegno sociale, culturale e politico. Di estremo interesse anche una lunga intervista del Dalai Lama che tiene insieme i diversi momenti del racconto filmico.



Il Dalai Lama ci parla

Essenza del Buddhadharma

MI HANNO DETTO che ci sono persone arrivate solo oggi e quindi riassumeremo per loro l'essenza di quanto abbiamo discusso fino ad ora. E comunque ritengo che sarà utile anche per quelli che hanno seguito gli insegnamenti sin dall'inizio.

FELICITA', LO SCOPO DELLA VITA

Qual' è lo scopo della nostra vita? Qual' è il motivo per cui siamo esseri umani? Mi pongo spesso queste domande. Ritengo si possa dire che lo scopo della nostra vita sia l'essere felici. Se la gente segue una religione o un sentiero spirituale, lo fa per riuscire ad essere felice. Non esiste altro motivo. I praticanti buddhisti, ad esempio, cercano di ottenere la buddhità affinché, non solo loro ma anche tutti gli esseri senzienti possano godere della definitiva felicità e beatitudine. Questo è il motivo per cui lo fanno. Raggiungere la felicità, in effetti, è un diritto fondamentale che appartiene ad ognuno di noi e si tratta, quindi, di un'aspirazione del tutto ragionevole.

Se guardiamo a questa felicità che tentiamo così caparbiamente di raggiungere e alla sofferenza che vogliamo evitare, troveremo che ve ne sono di diversi tipi. Prendiamo in esame le nazioni in via di sviluppo, dove la gente deve affrontare ogni genere di problemi a causa di povertà, mancanza di istruzione, malattie e fame. Oltre alla carenza di acqua, cibo e vestiti devono confrontarsi anche con tutte le difficoltà dovute ai problemi ambientali. Questo è un genere di sofferenza. Nei paesi più economicamente avanzati invece, la gente è in genere più ricca e meglio educata e si prende maggiormente cura dell'ambiente. Ciononostante le persone sono spesso infelici a causa di un altro tipo di sofferenza.

Dunque ritengo che possiamo dire che nelle nazioni più povere molte forme di sofferenza sono collegate ai cinque sensi e alla sfera del corpo. In quelle più ricche, problemi e infelicità hanno più a che vedere con il modo in cui si percepiscono le cose e con l'ambito mentale.

Se compariamo questi due generi di felicità e sofferenza, possiamo vedere che è la mente che possiede la maggiore capacità di danneggiarci. Se vivete nelle società più affluenti, sarete circondati da ogni genere di comodità e ricchezza però le vostre menti non saranno felici. Questo dimostra che solo la mente è in grado di risolvere i problemi. Non sarà possibile farlo tramite il denaro o pillole, tranquillanti o esercizi yoga. Certo cose del genere potranno assicurarvi qualche sollievo temporaneo, una breve tregua dall'incessante agitarsi della mente ma il problema di fondo rimarrà.

Se non sapete come affrontare e trattare le vostre difficoltà usando l'intelligenza, la soluzione non sarà certo quella di trovare dei rimedi temporanei o smettere di pensarci per qualche istante.

Dobbiamo usare le nostre menti e le nostre intelligenze. Per quanto concerne i problemi che riguardano la sfera mentale, dobbiamo andare alle loro radici, scoprire le loro cause, condizioni ed effetti, comprenderli fino in fondo. E' indispensabile affrontarli direttamente

e non si possono ignorare. Agendo in modo appropriato, riusciremo a trovare una pace mentale e un benessere costante che non sarà facile perdere.

INTERDIPENDENZA: UNA PIU' AMPIA PROSPETTIVA

Dico spesso che riguardo a quello di cui stiamo parlando, un aiuto realmente efficace è la visione buddhista dell'interdipendenza. Non dovremmo guardarla come fosse esclusivamente una pratica del buddhismo. Al contrario, si tratta di un modo di vedere le cose che riguarda tutti noi. Se rifletterete con attenzione sull'interdipendenza, comprenderete che può essere di grande aiuto nell'esistenza di ogni essere umano.

L'interdipendenza spiega come ogni cosa sia basata su cause e condizioni. Di tutti i cambiamenti che avvengono, nessuno è il risultato di un'unica causa e condizione. Al contrario, si devono riunire innumerevoli fattori per far accadere le cose. E queste cause e condizioni richiedono, a loro volta, altre cause e condizioni in un processo infinito. L'interdipendenza quindi implica che ci sia una serie di cause e condizioni che ne formano di nuove e queste, di nuovo, producono i cambiamenti che creeranno altre cause e condizioni. Ed anche il nostro modo di pensare è un fattore di tutte queste mutevoli cause e condizioni.

Quando ci capita qualcosa, positiva o negativa che sia, e sperimentiamo piacere o dolore, non si tratta dell'effetto di una singola causa e condizione ma di un articolato e complesso intreccio di innumerevoli cause e condizioni. Comprendere con chiarezza tutto questo, naturalmente ci porta ad avere una prospettiva molto più ampia di come funziona il mondo. Normalmente ogni volta che reagiamo con attaccamento o avversione, è a causa della tendenza di attribuire la nostra felicità o la nostra sofferenza ad una singola causa. Se ci capita una disgrazia la imputiamo ad un solo fattore che diviene il bersaglio del nostro biasimo. E lo stesso facciamo nel caso di un evento positivo: tendiamo sempre a pensare che ci sia un solo motivo alla base di quanto ci è accaduto. Invece tutto quello che di buono o cattivo ci capita, è il risultato dell'interazione di innumerevoli cause e condizioni, le une dipendenti dalle altre. Comperderlo ci sarà di grande aiuto. Quando non avremo più un solo specifico oggetto da biasimare come fonte del nostro attaccamento o della nostra rabbia, la forza delle emozioni si ridurrà notevolmente.

DIPENDENZA DAGLI ALTRI

Gli studi sulla psicologia umana dimostrano che quando soffriamo per qualche disturbo fisico, all'interno del corpo si attivano delle reazioni naturali che producono sostanze chimiche quali l'endorfina e l'encefalina che riducono il dolore. L'organismo ha una naturale e istintiva risposta al dolore e cerca di alleviarlo. Mi sembra esserci un parallelo con le qualità mentali che possono alleviare la nostra sofferenza interiore. Quando la gente è in difficoltà, naturalmente e spontaneamente, proviamo un senso di amore e sollecitudine e cerchiamo di portare il nostro aiuto. Così si crea un senso di mutua fiducia e sappiamo che quando saremo noi ad avere dei problemi, qualcun altro ci darà una mano. Fiducia e buon cuore; sincerità, onestà e spontaneità; affetto e tenerezza: sono tutte qualità fondamentali dell'essere umano. Quando le possediamo la gente avrà fiducia in noi, ci sarà amica e noi ci sentiremo, indipendentemente dal fatto di avere dei problemi, più rilassati e sereni. Perfino se ci troveremo in difficoltà che nessun altro potrà risolvere al

posto nostro, potremo però parlarne con qualcuno e questo ci sarà comunque di conforto. E' la natura umana.

Quando sperimentiamo sofferenza mentale o difficoltà emotive e fisiologiche, abbiamo la naturale tendenza a sostenerci e aiutarci a vicenda. Ad essere onesti e amichevoli. Ad agire "come un buon essere umano" e si tratta di una qualità meravigliosa. E' indispensabile riconoscere questa positiva tendenza e comprenderne il valore. Non dovremmo dimenticarla o sottovalutarla ma vederne l'importanza dal momento che ci aiuta a superare i problemi che incontriamo nella vita. Non ha niente a che vedere con le esistenze passate o future o con la religione; è qualcosa che ci serve quando siamo in difficoltà.

Se pensiamo alla nostra condizione di esseri umani, dalla nascita e per molti anni a seguire, per la nostra sopravvivenza dipendiamo totalmente dagli altri. Non potremmo mai farcela da soli ed è per questo che si stabilisce uno speciale legame di intimità tra la madre e il figlio. Con alcuni animali le cose vanno diversamente. Prendete ad esempio le tartarughe. Dopo che la madre ha fatto il nido e deposto le uova non ha più alcun contatto con la sua prole. Penso che, se per caso la neonata tartaruga dovesse incontrare la madre, non sentirebbe il medesimo affetto che provano altri animali dal momento che non dipende da lei per la propria sopravvivenza. La madre depone solo le sue uova e, una volta nata, la tartarughina deve solo arrivare al mare. Non ha bisogno che la madre le insegni niente, che la allatti o cose del genere. Quindi con ogni probabilità non troveremo un grosso legame tra la tartaruga madre e i suoi piccoli che forse neppure non la riconoscono.

Nel caso dei bambini invece è diverso; dipendono dalla madre e dal padre per la loro sopravvivenza e quindi si sviluppa un naturale senso di amore tra figli e genitori. Questo almeno è come la vedo io. Potrò sbagliarmi ma sento che alla base di questo amore reciproco che sentiamo, questo calore e attenzione, discendano dal nostro bisogno di dipendere dagli altri per sopravvivere. Purtroppo questo amore iniziale, l'amore che lega madre e figlio, con il passare del tempo lo cominciamo a considerare sempre meno importante e perfino inutile. Pensiamo solo a prenderci cura di noi stessi e riteniamo di non aver alcun bisogno di nessun altro. Nonostante questa nostra presunta indipendenza sia solo un sogno, ci sentiamo orgogliosi di noi stessi, audaci e fiduciosi. Quindi, invece di provare amore per gli altri, iniziamo a sentirci gelosi e a voler fare del male e sfruttare il prossimo. E questo atteggiamento è responsabile di molteplici infelicità sociali e tormenti individuali. Avremo la sensazione di non poterci fidare di nessuno e cominceremo ad isolarci dagli altri e a rimanere soli. Ma si tratta di una situazione di cui siamo gli unici responsabili. Va contro la nostra natura di esseri umani e si basa esclusivamente sulle nostre artificiali prospettive.

Il pericolo maggiore che corriamo, a causa dello sviluppo economico e dei progressi tecnologici, è quello di ritenere importanti solo le cose materiali come denaro e macchine. Penseremo che unicamente queste cose saranno in grado di proteggerci, darci sicurezza ed aiutarci realmente. Dal mio punto di vista si tratta di un modo di pensare che crea un'enormità di problemi.

Quindi, nonostante l'interdipendenza sia un modo buddhista di vedere le cose, è però qualcosa che tutti possono usare nelle loro vite quotidiane. Ad esempio, quando siamo a scuola impariamo tante utili nozioni su come va il mondo e questo ci aiuta ad avere una prospettiva più vasta delle cose. Quando riflettiamo sulla natura dell'interdipendenza,

possiamo espandere le nostre menti e ampliare il nostro modo di pensare. Cominciamo a riconoscere, per esempio, come le positive tendenze che possediamo naturalmente in quanto esseri umani, siano di cardinale importanza nelle nostre vite. E grazie a questo, possiamo comprendere meglio il senso del progresso materiale che, per quanto necessario e importante, non può essere la nostra meta esclusiva. Così saremo in grado di sviluppare e coltivare le positive qualità che abbiamo in quanto esseri umani e quindi, credo, vivere meglio.

Ribadisco che quanto sto affermando non riguarda solo coloro che seguono un sentiero spirituale. Tutti vogliono essere felici e nessuno vuole soffrire. E tutti possiedono le positive qualità umane. Quindi potreste chiamarla "un'etica laica".

LA VERA ESSENZA DELLA RELIGIONE

Se crediamo in qualche religione ma la seguiamo solo perché si tratta di quella dei nostri genitori e non abbiamo verso le sue pratiche e i suoi ideali un vero interesse, allora non avremo alcun beneficio dal seguire questa o quella via spirituale. Se riteniamo che la religione sia solo eseguire rituali e dire preghiere, non vi sarà alcuna relazione tra quando pensiamo di star "praticando" e la nostra vita quotidiana. Se, come ricordo sempre, osserviamo le principali tradizioni religiose possiamo constatare come tutte insegnino le medesime cose: amore, compassione, tolleranza, senso della misura, etica. Questo rappresenta il vero cuore e l'essenza della religione che non si esaurisce certo nella recita delle preghiere nei templi. Riguarda i nostri comportamenti quotidiani e la nostra capacità di essere in concreto amorevoli, compassionevoli, tolleranti, misurati e capaci di una condotta etica. Quindi, se ci consideriamo persone religiose, dobbiamo comprendere il vero significato della religione e porre l'attenzione più sui nostri comportamenti che su preghiere e rituali. Indipendentemente dal fatto di essere cristiani, musulmani, buddhisti, hindù, ebrei o fedeli di qualsiasi altra fede, dobbiamo applicare gli insegnamenti nelle nostre vite; questo è il punto fondamentale.

Eppure alcune persone ritengono che la religione non abbia niente a che fare con l'esistenza quotidiana. Ma dimostrano così di avere una concezione alquanto angusta e ristretta di cosa sia la religione. Certo, che se la consideriamo solo un insieme di rituali e preghiere da celebrare nei templi è giusto ritenere che non riguardi più di tanto le nostre esistenze. Ma qual'è il motivo per cui celebriamo quei rituali e recitiamo quelle preghiere? Incrementare l'amore, la compassione, la tolleranza e tutto il resto. Quindi se seguiamo una determinata religione, ne dobbiamo comprendere gli insegnamenti ed essere in grado di applicarli nella nostra vita. Mi sembra l'aspetto cruciale della questione.

Tutte le differenti tradizioni religiose del mondo sono più o meno uguali relativamente alla loro capacità di renderci buoni esseri umani. Naturalmente per quanto riguarda le visioni filosofiche vi sono differenze ma queste servono per rispondere al meglio alle diverse mentalità e caratteri individuali. Dato che esistono così tante inclinazioni e psicologie, ognuno di noi seguirà la via più corrispondente alle proprie tendenze e inclinazioni. Da questo punto di vista possiamo paragonare le religioni alle varie medicine. Mentre queste ultime hanno a che fare con le malattie fisiche, la religione cura quelle mentali. Quando scegliamo una medicina, l'unica cosa importante da sapere è quale malattia guarisca. Non dobbiamo preoccuparci del prezzo e degli ingredienti e nemmeno spiegarli al paziente

quando gliela diamo. Dobbiamo solo sapere se la medicina sarà o meno in grado di curare la malattia. Il resto non conta.

Allo stesso modo, le diverse religioni esprimono differenti filosofie ma il loro scopo è sempre il medesimo: aiutare la mente dell'individuo e da questa prospettiva sono tutte uguali. Le filosofie variano, alcune sono più sofisticate di altre ma non si può dire che una sia "buona" e un'altra "cattiva". Si tratta invece di far sentire una persona a proprio agio. Se prendete in esame quelle che vi sembrano le più elaborate e profonde, vedrete che *sono* il meglio per voi in quanto singoli individui. Nel senso che solo quanto si adatta al vostro temperamento e alla vostra psicologia è in grado di aiutarvi.

L'ESSENZA DEL BUDDHADHARMA

Diamo adesso un'occhiata al Buddhismo. Vi potreste chiedere, "Qual' è l'essenza degli insegnamenti buddhisti?". In genere la spiego così, "Il comportamento è la non violenza e la visione l'interdipendenza". Quando parliamo di non violenza -astenersi dal fare del male- è piuttosto difficile determinare se un'azione sia dannosa o meno prendendo in esame solo le apparenze esteriori. Il fattore principale è infatti la motivazione che sta alla base del nostro atto. Ogni azione del corpo, della parola e della mente che sia motivata dal desiderio di aiutare gli altri è, per sua propria natura, non dannosa. Ma se le nostre intenzioni sono malevoli, nel senso che vogliamo ingannare e sfruttare gli altri, non importa quanto il nostro comportamento sia apparentemente amichevole o quante belle parole diciamo, l'azione rimane dannosa. Perché? Perché la motivazione è negativa. Quindi la distinzione tra azioni dannose e non dannose si deve basare principalmente sulla motivazione su cui poggiano. Ritengo che si possa dire che *comportamento di non violenza* significhi azioni motivate dalla compassione e dal desiderio di beneficiare gli altri. Con una tale motivazione nel cuore, possiamo veramente essere di grande aiuto ma ove dovessimo fallire, non saremo comunque dannosi.

La visione dell'interdipendenza rivela da dove nascono felicità e sofferenza. Ci mostra come questi sentimenti e tutte le esperienze interiori ed esteriori, sorgano dall'unione di determinate cause e condizioni. Quindi la visione dell'interdipendenza spiega la logica che si trova dietro il comportamento di non violenza. Come? Perché i sentimenti di piacere e dolore che sperimentiamo, dipendono da certe condizioni che sono intimamente legate al nostro comportamento. Se ci comportiamo male soffriremo, mentre se le nostre azioni saranno positive saremo felici. Così funzionano le cose: in dipendenza da cause e condizioni. Se non vogliamo soffrire, dobbiamo astenerci dal danneggiare il prossimo e cercare invece di aiutarlo.

Se andiamo avanti e ampliamo la pratica della non violenza, arriveremo a bodhchitta e al considerare gli altri più importanti di noi stessi. E se penetriamo ancora più profondamente la visione dell'interdipendenza alla fine arriveremo alla visione della vacuità, la comprensione che tutti i fenomeni sono privi di natura inerente. Questo è il motivo per cui si chiama *vacuità di cui la compassione è la vera essenza*; e se mettiamo tutto questo in pratica, l'intero nostro modo di pensare cambierà radicalmente. Con naturalezza le nostre vite acquisteranno molto più significato e cominceremo a prenderci cura degli altri. E quando incontreremo quelle difficoltà che non si possono evitare, non ci sarà più sofferenza nelle nostre menti o, almeno, sarà molto minore rispetto a prima. Possiamo perfino arrivare ad accettare la sofferenza nel senso che quando saremo obbligati a

sopportare il dolore, le nostre menti avranno quella serenità che le metterà in grado di usarlo e trasformarlo.

Lasciatemi fare un esempio. Nel 1958, nelle regioni tibetane del Kham e dell'Amdo molti monasteri vennero distrutti e molti lama e kenpo arrestati dai cinesi. Un maestro che era anche un rinomato praticante, venne condannato a morte. Al momento dell'esecuzione, proprio prima di essere ucciso, recitò la seguente preghiera:

*Quindi, o compassionevole e nobile maestro,
Possano tutte le negatività e gli offuscamenti degli esseri, le mie madri passate, Tutte le loro
sofferenze, senza alcuna eccezione, maturare su di me qui ed ora, E possa io dare loro tutto il mio
benessere, le mie virtù i miei meriti,
In modo che tutti gli esseri possano godere della felicità!*

Pronunciò queste parole un attimo prima di essere ucciso. Questo fatto ci dimostra che, se pratichiamo unendo mezzi abili e saggezza, possiamo portare cambiamenti significativi nel nostro modo di pensare e sviluppare uno straordinario coraggio. Possiamo perfino raggiungere un livello, come il maestro della nostra storia, in cui siamo in grado di trasformare qualsiasi avversità nel sentiero che conduce all'illuminazione.

MANTENERE L' AUTENTICITA' DEL DHARMA

C'è un importante aspetto di cui vorrei parlare adesso e che riguarda non solo il Buddhismo ma ogni tradizione religiosa. Ritengo fondamentale restare fedeli agli autentici insegnamenti del maestro che ha fondato la tradizione e a quelli dei suoi principali discepoli. E' vitale che la tradizione rimanga autentica e integra rispetto alle sue origini.

Ci sono alcune considerazioni che vorrei fare al riguardo. Ci fu un tempo, ad esempio, in cui alcuni libri occidentali chiamavano il Buddhismo tibetano "lamaismo". Questo è un errore. Il Buddhismo tibetano è un'autentica e verificabile tradizione le cui origini risalgono ai grandi e saggi maestri dell'India. Non è qualcosa che un gruppo di lama tibetani si è sognato mentre gelavano nelle loro grotte! Non è niente altro che il genuino Dharma del Buddha che nacque nella nobile terra dell'India.

Inoltre ci sono persone che parlano dei lama come dei "buddha viventi", un'espressione che probabilmente è di derivazione cinese. E questo è un altro grande errore. Certo se deriva da un senso di devozione l'intenzione è buona. Però, se guardiamo le scritture buddhiste, il termine originale sanscrito per "lama" è *guru* che letteralmente significa pesante, nel senso che è pieno di preziose qualità e gentilezza. La parola tibetana *lama* significa "l'insuperabile", qualcuno che è meritevole di rispetto e venerazione. Da nessuna parte troviamo il termine *buddha vivente* e nemmeno vediamo "guru" usato come sinonimo di chi ha raggiunto l'illuminazione. Come ho già accennato prima, penso che il termine buddha vivente abbia avuto origine da una cattiva traduzione dal cinese. Ed è anche piuttosto ridicolo dal momento che questi "buddha viventi" si comportano proprio come persone ordinarie.

Dobbiamo fare attenzione anche ad un altro fenomeno, la spiritualità "New Age" che prendendo spunti da varie religioni li mescola insieme dando vita a una nuova forma religiosa che sembra proprio essere un' invenzione individuale. Naturalmente se le

persone sono oneste e ammettono che è il prodotto della loro ingenuità allora non fa una grande differenza. Ma se cominciano a far passare quelle improvvisazioni per Buddhismo o per qualche forma tibetana di vajrayana, allora dovremmo stare molto attenti.

Tempo fa ho incontrato un socialista indiano che mi disse di essere profondamente toccato dal Buddhismo. E in effetti divenne molto interessato agli insegnamenti, in modo particolare a quelli relativi all'altruismo e a bodhichitta. Ma in seguito, quando scoprì le descrizioni degli inferni e in particolare delle intollerabili temperature degli inferni torridi e di quelli gelati, ci rimase così male che non ne volle più sapere! E' difficile per noi accettare tutto ma non va bene prendere, da questa antica tradizione buddhista che risale ai saggi maestri dell'India, solo quello che ci piace e ignorare tutto il resto. Naturalmente, se troviamo qualcosa che non si accorda con le nostre fedi o esperienze, possiamo scegliere di non crederci ma non dovremmo concludere che è il Dharma ad aver bisogno di cambiamenti o chiedere un forma nuova e "ad hoc" di Buddhismo.

Ho sentito una storia riguardo uno studente che andò da un lama tibetano e gli disse, "Il Buddhismo è meraviglioso ma ci sono alcune cose che proprio non si accordano con il mio modo di pensare". Il lama replicò, "E allora? Chi ti obbliga a divenire buddhista? Se non fa per te dimenticalo!". Ritengo che le cose stiano proprio in questo modo. Dobbiamo mantenere autentico il Buddhismo. Dobbiamo attenerci agli originali insegnamenti del nostro gentile maestro, il Signore Buddha, e a quelli contenuti nelle opere degli eruditi saggi dell'India così come agli scritti degli istruiti e realizzati maestri delle differenti scuole del Buddhismo tibetano: Sakya, Gelug, Kagyü e Nyingma. Questo è estremamente importante.

Dovremmo ricordare sempre che è possibile che alcuni di questi insegnamenti non abbiano senso per noi adesso. Infatti esistono differenti categorie di fenomeni conoscibili. Quelli che sono *immediatamente apparenti* e direttamente percepibili; vi sono poi cose che sono *parzialmente nascoste* e altre *estremamente nascoste*. E' difficile per noi comprendere quelle dell'ultima categoria ricorrendo alla ragione ed alla intelligenza. Ma se crediamo solo a quanto vediamo e percepiamo, perfino lo stato di buddhità ci può sembrare piuttosto improbabile! Possiamo accettare lo schema generale ma diventa piuttosto difficile accettarlo proprio come viene insegnato. Poiché esistono alcune fenomeni che sono estremamente nascosti, quando incontriamo qualcosa che non ha alcun senso per noi adesso, dovremmo cercare quello che è scritto nei testi e rifletterci sopra applicando il ragionamento. Certo rimarranno ancora alcuni aspetti che non possiamo spiegare tramite la logica ma sarebbe un po' arrogante da parte nostra licenziarli su due piedi! Non abbiamo l'abilità di percepire tutto, inclusi i fenomeni nascosti e ci sono diverse cose che sono precluse alla nostra percezione diretta. Quindi sarebbe piuttosto presuntuoso affermare semplicemente che non ci crediamo per questo motivo. Il punto principale che sto cercando di evidenziare è l'enorme importanza di seguire gli originari e autentici insegnamenti.

Questo conclude la introduzione generale per le nuove persone che sono arrivate oggi. Adesso continueremo da dove avevamo interrotto, la spiegazione del testo *Trovare Conforto e Riposo nella Meditazione sulla Grande Perfezione*.

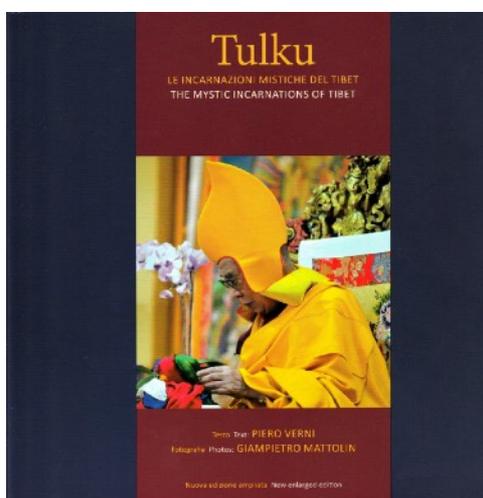
(Dalai Lama, *La Mente Illuminata*, Italia 2007)

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)



Dalai Lama

La Visione interiore, conversazioni con Piero Verni

Pomaia 2019, € 12, pag. 165 (per ordini: <https://nalandaedizioni.it>)

Il giornalista Piero Verni, nella sua veste di biografo autorizzato del Dalai Lama, ha avuto la possibilità nel corso di oltre 30 anni, di incontrare e intervistare numerose volte la massima autorità del Buddhismo tibetano. Il primo ciclo di queste interviste si è tenuto nell'arco di tre settimane a Dharamsala nell'ottobre-novembre 1985. Il secondo ciclo, sempre nel medesimo arco di tempo, si è tenuto ancora a Dharamsala nel febbraio-marzo 1986. Alle due prime sessioni, sono poi seguite altre decine di incontri e interviste continuate fino ad oggi.

In questo, *La Visione interiore, conversazioni con Piero Verni*, il Dalai Lama affronta praticamente tutti i temi (etici, religiosi, culturali) che ha sviluppato nel corso della sua esistenza. Dalle Quattro Nobili Verità all'incontro tra Oriente e Occidente. Dall'iniziazione di Kalachakra al tema della reincarnazione. Dal Tibet al rapporto del Buddhismo con la ricerca scientifica. Dalla Politica della Gentilezza e della Responsabilità universale alla necessità di un proficuo dialogo tra le differenti fedi religiose. E altri temi ancora.

Il libro è quindi nel medesimo tempo sia un'agile ed esauriente introduzione alle fondamenta religiose, etiche e psicologiche del Buddhismo tibetano sia una esposizione dei punti centrali del pensiero del Dalai Lama. Un Premio Nobel per la Pace. Una figura divenuta negli ultimi decenni un indispensabile punto di riferimento per decine di milioni di persone. In Asia e fuori dall'Asia.



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)

<p>Cham</p> <p><i>le danze rituali del Tibet</i></p>  <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro</p>	<p>www.heritageoftibet.com</p> <p>www.heritageoftibet.com</p>	<p>L'Associazione Heritage Oltre i Confini presenta</p> <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro</p> <p>riprese: Piero Verni & Karma Chukey testi: Piero Verni montaggio: Mario Cuccodoro voce: Giorgio Cervesi Ripa 23 minuti, colore, Italia 2014</p>
<p>All'interno del Buddismo tantrico è presente un'antica tradizione di danze rituali (cham in tibetano) considerata comunemente tra le più interessanti e suggestive dell'intero continente asiatico.</p>  <p>La policromia di costumi, maschere e ornamenti, i suoni profondi e drammatici degli strumenti, la potenza simbolica dei movimenti dei danzatori e le stesse valenze archetipiche delle "storie meravigliose" raccontate tramite i cham sono "comunicazioni" che toccano con grande forza il cuore e la mente di quanti assistono alla sacra rappresentazione. Infatti l'esecuzione di un cham non ha niente a che vedere con uno spettacolo o un avvenimento profano.</p> <p>Al contrario, le danze rituali sono parte integrante della tradizione tantrica; vengono eseguite per lo più da monaci, si tengono nei cortili dei monasteri, sono rappresentate per motivi spirituali e all'interno di un preciso contesto religioso.</p>	 <p>Filmato: compresso in M4V, compatibile con i computer Mac Os X, Windows e Linux; con tablet e smartphones Apple, Android e Windows Phone; con la maggior parte delle TV dotate di ingresso USB</p>	<p>Per un viaggiatore assistere a un cham è sicuramente un'esperienza straordinaria. Anche se il più delle volte la quasi totalità dei simboli usati dai danzatori gli sarà sconosciuta ed oscura, rimarrà comunque coinvolto dalla incredibile ricchezza del linguaggio della danza.</p>  <p>Questo documentario, tra i pochissimi dedicati a questo straordinario soggetto, affronta con un linguaggio chiaro e diretto i principali temi simbolici dei cham e tramite la forza dell'immagine in movimento riesce a trasmettere l'intensità, lo spessore, la profondità di questa vera e propria magia che danza.</p>

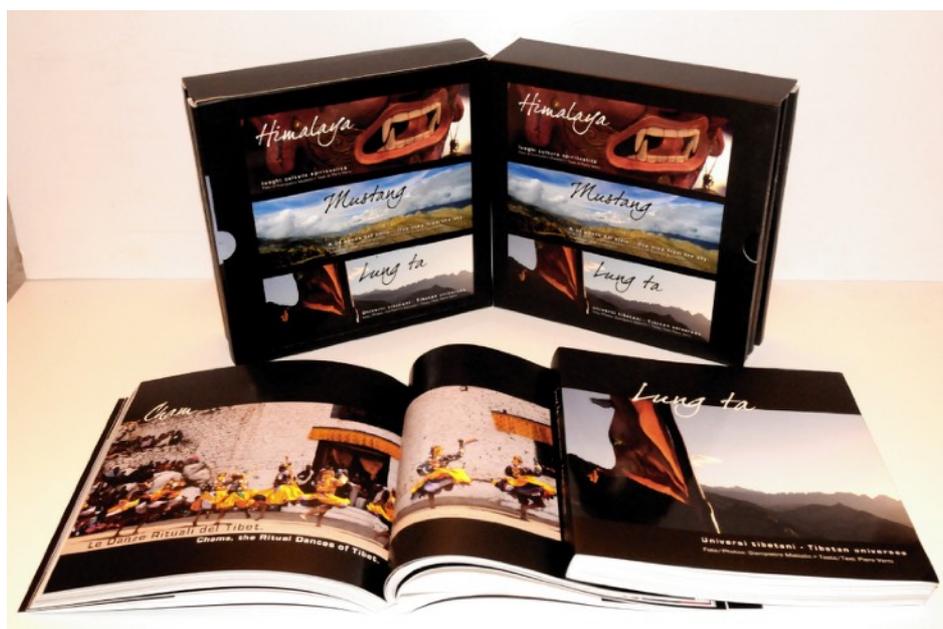
L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet

Himalaya - Luoghi, cultura, spiritualità, fotografie di Giampietro Mattolin - testi di Piero Verni; pag. 160, Padova 2006 (€ 20,00): "Volte, paesaggi, cultura e spiritualità in oltre 180 fotografie inedite. Un tuffo nell'atmosfera nitida dei cieli limpidi d'alta quota, una corsa per le dune sinuose delle valli, lo sguardo rapito dalla profondità dei volti, i colori danzanti dei rituali sacri: ecco il segreto della magia di questo libro. Un percorso fotografico illustrato dalle immagini del fotografo Giampietro Mattolin e raccontato dalla voce narrante di Piero Verni. Un ispirato omaggio ad una cultura millenaria per certi versi ancora da scoprire" (dalla recensione di Filippo Zolezzi).

Mustang, a un passo dal cielo - One step from the sky, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (in italiano e in inglese) di Piero Verni e Fiorenza Auriemma, pag. 165, Padova 2007, (€ 25,00): "Il regno di Lo, ovvero il Mustang, è una piccola enclave himalayana che sulla cartina appare come un dito puntato dal Nepal verso il Tibet. E' un territorio protetto, antico e straordinario per quanto riguarda la gente, la cultura, i panorami, la posizione geografica, il clima, la religione. A questa frammento di mondo tibetano in terra nepalese è dedicato il volume "Mustang, a un passo dal cielo" che si avvale di un notevole apparato fotografico di Giampietro Mattolin (che ha scritto anche un diario di bordo del suo viaggio), della esaustiva prefazione di Piero Verni (uno dei giornalisti più preparati su questo angolo himalayano cui, tra l'altro, ha dedicato un fortunato libro) e della coinvolgente testimonianza della giornalista Fiorenza Auriemma" (dalla recensione di Filippo Zolezzi).

Lung Ta: Universi tibetani - Tibetan universes, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (italiano ed inglese) di Piero Verni, pag. 204, Dolo (VE), 2012, (€ 30,00): "Le atmosfere e i ricordi di un trekking compiuto anni fa nella regione più tibetana del Nepal mi sono balzati improvvisamente agli occhi guardando le fotografie di Giampietro Mattolin e leggendo i testi di Piero Verni, autori di un libro di raro fascino sui Paesi di cultura tibetana: si intitola *Lung ta: Universi tibetani*" (dalla recensione di Marco Restelli).

Questi tre volumi sono ora raccolti nel cofanetto, *L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet* (prezzo speciale per gli iscritti alla nostra newsletter, € 55; per ordini: heritageoftibet@gmail.com).



L'Associazione "L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet" è su Face Book

L'Associazione "L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet" ha creato la propria pagina Face Book (<https://www.facebook.com/Heritage-of-Tibet>) che si affianca al nostro sito, in rete già da diverso tempo (<http://www.heritageoftibet.com>). Mentre il sito continua a svolgere la sua funzione di contenitore dei nostri lavori e di "biglietto da visita", sia di quello che abbiamo realizzato sia di quello che vogliamo realizzare, la pagina FB ci consentirà di avere con il mondo interessato alle tematiche che portiamo avanti, un rapporto il più diretto e interattivo possibile. Vi aspettiamo quindi con le vostre idee, i vostri consigli e le vostre analisi critiche. Buona navigazione!

