



N°70

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

Cari amici,
siamo così arrivati al 70° numero di "The Heritage of Tibet news". Una bella camminata, iniziata con il *Losar* 2015 quando uscimmo per la prima volta. In questi sei anni abbiamo cercato di costituire una sorta di coordinamento informale per quanti si interessano al Tibet e alla sua Civiltà. Abbiamo cercato di essere una finestra, sia pur piccola e modesta, aperta sul Tetto del Mondo e i suoi principali elementi. Vale a dire: i grandi Maestri, a cominciare da Sua Santità il Dalai Lama, nostra principale fonte di ispirazione; i suoi tesori di spiritualità, cultura, arte e filosofia; gli avvenimenti più significativi ed anche la difficile situazione in cui versa il Paese delle Nevi dopo oltre 60 anni di dominio coloniale cinese. Se fossimo riusciti, anche solo in parte, a realizzare questo nostro intento saremmo felici e pronti a continuare su questo sentiero. Come sempre, non perdiamoci di vista.

Associazione "L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet"

10° giorno del terzo mese dell'Anno del Bue di Ferro (22 aprile 2021)





Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 2 aprile 2021: questa mattina Sua Santità il Dalai Lama è intervenuto a un incontro telematico organizzato da alcune organizzazioni dei paesi baltici.

Sua Santità ha tra l'altro detto, "Sono stato negli Stati baltici in diverse occasioni. Recentemente ho visitato la Lettonia per dare insegnamenti ai buddhisti russi". Il Dalai Lama ha poi ricordato di essere stato

messo al corrente che vi erano molti studenti russi interessati a incontrarlo ma non potevano permettersi di venire in India. Decise quindi di vederli in Lettonia, più facile per loro da raggiungere. Venendo all'ambito etico e morale, Sua Santità ha voluto sottolineare che, "Per quanto riguarda la morale e l'etica, secondo varie tradizioni religiose, l'etica nasce dalla fede. Tuttavia, possiamo anche fare riferimento all'etica secolare. Questa si riferisce all'umanità intera. Gli oltre sette miliardi di esseri umani che vivono oggi su questo Pianeta sono essenzialmente la medesima natura, e tutti noi dobbiamo vivere insieme. In passato siamo stati prigionieri della guerra e della violenza. Sfortunatamente abbiamo sprecato tempo, sforzi e denaro per sviluppare armamenti. Eppure siamo animali sociali. Gli scienziati sottolineano che dipendiamo dalla comunità in cui viviamo e abbiamo una preoccupazione naturale per i membri di quella società. Sono la fonte della nostra felicità. A volte il nostro senso di preoccupazione per la comunità nella sua interezza diminuisce e ci concentriamo su un gruppo più ristretto in termini di 'noi' e 'loro'. Questo ci porta a combatterci e ucciderci a vicenda. Ma oggi non ci sono motivi per pensare a 'noi' e 'loro'. Non solo dobbiamo vivere insieme ma anche aiutarci gli uni con gli altri. Da questo punto di vista l'etica implica il prendersi cura dell'intera umanità qui e ora. Non stiamo parlando di Dio o del Buddha, ma di considerare tutti gli esseri umani come nostri fratelli e sorelle. Si tratta di coltivare il calore del cuore". Il Dalai Lama ha poi accennato al problema ecologico ed espresso la sua ammirazione per le tre nazioni baltiche. Rispondendo alle domande del pubblico Sua Santità ha espresso preoccupazione per i suoi fratelli e sorelle che stanno soffrendo in molteplici modi durante la pandemia del Covid-19. Ha espresso ammirazione per il modo in cui medici e infermieri si stanno prendendo cura di coloro che dovevano accudire. Ha menzionato che come monaco buddhista prega ogni giorno che i malati guariscano e che la pandemia si ritiri. Rivolge le sue preghiere soprattutto alla dea Tara e recita il suo mantra. Ha tra l'altro colto l'occasione per spiegare la sua posizione relativa all'ambito pedagogico. "L'educazione moderna ha in gran parte obiettivi materiali, ma possiamo utilmente imparare dall'antica conoscenza indiana del funzionamento della mente e delle emozioni. In questa comprensione sono incluse la non violenza e la compassione, che potremmo incorporare fruttuosamente nel nostro attuale sistema educativo. Molti scienziati oggi stanno esaminando la salute mentale e si stanno interessando ai metodi per raggiungere la pace della mente. Si tratta di imparare ad affrontare le emozioni distruttive come la rabbia e la paura. Implica inoltre coltivare emozioni costruttive come la gentilezza e la compassione". Ha chiuso l'incontro parlando del problema tibetano e di una sua futura soluzione. "Dal 1974 noi tibetani non chiediamo l'indipendenza, ma abbiamo espresso la volontà di rimanere con la Repubblica Popolare Cinese. Essa può fornire fondi per lo sviluppo,

mentre noi possiamo offrire gli insegnamenti buddhisti. Tuttavia, dobbiamo godere di un'autonomia significativa. Credo che alla fine lo stretto controllo autoritario crollerà, ma il Buddhismo sopravviverà. Apprezzo la vostra amicizia e il vostro sostegno, grazie”.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 4 aprile 2021: Questa mattina Sua Santità il Dalai Lama ha avuto come ospite l'Unione Buddhista Italiana. L'incontro è iniziato immediatamente con una recita del "Sutra del Cuore" in italiano. Al termine, il presidente dell'Unione Buddhista Italiana (UBI), Filippo Scianna, ha dato il benvenuto a Sua Santità a nome

dell'Unione, che ha spiegato comprende membri provenienti da una vasta gamma di tradizioni buddhiste che sono tra l'altro impegnate in aiuti umanitari e che hanno ottime relazioni con le altre tradizioni religiose. Infine il presidente dell'UBI, ha ricordato come Sua Santità sia la loro fonte di ispirazione. Il Dalai Lama ha iniziato il suo insegnamento dicendo, "Oggi, voi italiani mi avete chiesto di parlare delle Quattro Nobili Verità e delle Due Verità. Ci sono molte tradizioni religiose nel mondo. Possono differire da un punto di vista filosofico, ma condividono un messaggio comune sull'importanza dell'amore e della compassione. In India, la pratica di 'ahimsa', non-violenza o non-danno, e 'karuna', compassione, sono fiorite negli ultimi 3000 anni circa. Inoltre, in India, tutte le grandi religioni del mondo convivono pacificamente fianco a fianco. Da quando si sono stabiliti migliori contatti tra Oriente e Occidente, sempre più persone si sono interessate agli insegnamenti buddhisti appartenenti sia alla tradizione Pali sia a quella sanscrita. Quando Shantarakshita fu invitato in Tibet dal re Trisong Detsen, introdusse la Tradizione di Nalanda. Era un grande maestro di filosofia così come di logica ed epistemologia, come rivelano i due libri che scrisse: 'Un Compendio della Realtà' (*Tattvasamgraha*) e l' 'Ornamento della Via di Mezzo' (*Madhyamakalamkara*). A partire dall'ottavo secolo i tibetani hanno seguito la filosofia Madhyamaka o Via di Mezzo attraverso la logica e la ragione. Così facendo si sono ispirati al Buddha che consigliava: 'Come i saggi testano l'oro bruciandolo, tagliandolo e strofinandolo, così o bhikshu, dovrete accettare le mie parole solo dopo averle testate e non solo per rispetto nei miei confronti'. Poiché la nostra tradizione è basata sulla logica e sulla ragione, oggi anche gli scienziati interessati possono relazionarsi con essa. Le Quattro Nobili Verità sono il fondamento dell'insegnamento del Buddha. Tuttavia, subito dopo la sua illuminazione si dice che abbia detto: '*Profondo e pacifico, libero da elaborazioni, chiara luce e non composto. / Ho trovato un Dharma simile al nettare. / Tuttavia, se dovessi insegnarlo, nessuno lo capirebbe, quindi, resterò in silenzio qui nella foresta*'. Ma quando incontrò i suoi cinque vecchi compagni e questi gli chiesero di insegnare, le Quattro Nobili Verità sono ciò che egli insegnò loro. Secondo la tradizione sanscrita, il Buddha girò la ruota del dharma tre volte, tre giri di insegnamento. Il primo riguardava le Quattro Nobili Verità, che egli divulgò in termini di natura, funzione e risultato. Quando spiegò la loro natura, dichiarò che la sofferenza deve essere conosciuta,

la sua origine deve essere eliminata, e la cessazione deve essere attualizzata coltivando il sentiero. E l'origine da eliminare sono il karma e le afflizioni mentali che, insieme all'altruismo, sono state spiegate più dettagliatamente nel secondo e terzo ciclo di insegnamenti. Per quanto riguarda il loro risultato, il Buddha affermò che la sofferenza deve essere conosciuta e tuttavia non c'è nulla da conoscere. Il karma e le afflizioni mentali devono essere superate, ma non c'è nulla da superare. Possiamo intendere le parole 'profondo e pacifico' nel verso che ho citato sopra come riferite al primo ciclo degli insegnamenti del Buddha e alle Quattro Nobili Verità. 'Libero da elaborazioni' indica la perfezione della saggezza del secondo ciclo. La 'chiara luce non composta' si riferisce al contenuto del terzo ciclo di insegnamenti del Buddha, specialmente la natura del Buddha e il 'Tathagatagarbha-sutra'. Durante il secondo ciclo egli trattò la chiara luce oggettiva, che si riferisce alla vacuità, mentre nel terzo ciclo insegna la chiara luce soggettiva - la chiara luce della mente". Sua Santità è poi entrato nel vivo della spiegazione delle Quattro Nobili Verità e ha parlato anche delle Due Verità facendo riferimento ad alcuni versi tratti dal testo "Entrare nella Via di Mezzo" di Chandrakirti. Il Dalai Lama ha inoltre ribadito l'importanza di comprendere l'insegnamento del Buddha alla luce della ragione e della logica. Ha citato il detto popolare che paragona la visione Madhyamaka o Via di Mezzo e la ragione e la logica a due leoni aggiogati insieme al collo. Queste due tradizioni furono introdotte da Shantarakshita e maestri tibetani come Chapa Chökyi Sengé (1109-69), l'abate di Sangphu, formalizzarono in seguito la modalità tibetana del dibattito. Rispondendo alle domande del pubblico virtuale, Sua Santità ha parlato anche della tradizione Bön che esisteva in Tibet prima dell'arrivo del Buddhismo ma che sopravvive ancora oggi. Per quanto riguarda il futuro del Buddhismo nei prossimi cinquant'anni, Sua Santità ha detto che è difficile da predire. L'era del Buddha precedente, Kashyapa, è giunta alla fine. Gli insegnamenti di Buddha Shakyamuni attualmente continuano a fiorire. Tuttavia, la minaccia che il riscaldamento globale pone semplicemente alle riserve d'acqua significa che il futuro non è garantito. Dopo aver parlato delle emozioni distruttive e dell'inscindibile rapporto di causa effetto che regola le cose del mondo, ha ricordato come anche la fisica quantistica affermi che le cose non esistono come appaiono, ma sono tutte legate da un rapporto di causa ed effetto. Invitato a paragonare il nirvana di un Arhat al corpo di verità di un Buddha, Sua Santità ha chiarito che mentre per un Arhat che ha superato le afflizioni mentali, le oscurità alla conoscenza rimangono, il Buddha le ha eliminate tutte. In un breve intervento di ringraziamento, Giovanna Giorgetti ha espresso l'augurio che Sua Santità viva a lungo e la speranza che torni a visitare l'Italia di persona.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 22 aprile 2021: in occasione della Giornata della Terra, Sua Santità il Dalai Lama ha diffuso il seguente messaggio: "Nella Giornata della Terra del 2021, faccio appello ai miei fratelli e sorelle in tutto il mondo a guardare sia le sfide che le opportunità che ci attendono su questo unico

pianeta blu che condividiamo. Spesso scherzo sul fatto che la luna e le stelle sono bellissime, ma se qualcuno di noi provasse a vivere su di esse, sarebbe infelice. Questo nostro pianeta è un habitat meraviglioso. La sua vita è la nostra vita, il suo futuro il nostro futuro. In effetti, la terra agisce come una madre per tutti noi. Come bambini, dipendiamo da lei. Di fronte a problemi globali come l'effetto del riscaldamento globale e l'impoverimento dello strato di ozono, le singole organizzazioni e le singole nazioni sono impotenti. Se non lavoriamo tutti insieme, non si può trovare una soluzione. La nostra madre terra ci sta dando una lezione di responsabilità universale. Prendiamo come esempio la questione dell'acqua. Oggi, più che mai, il benessere dei cittadini in molte parti del mondo, specialmente delle madri e dei bambini, è a rischio estremo a causa della mancanza di acqua potabile, servizi e condizioni igieniche adeguate. È preoccupante che l'assenza di questi servizi sanitari essenziali in tutto il mondo abbia un impatto su quasi due miliardi di persone. Eppure è risolvibile. Sono grato che il segretario generale delle Nazioni Unite, Antonio Guterres, abbia lanciato un urgente appello globale all'azione. L'interdipendenza è una legge fondamentale della natura. L'ignoranza dell'interdipendenza ha ferito non solo il nostro ambiente naturale, ma anche la nostra società umana. Pertanto, noi esseri umani dobbiamo sviluppare un maggior senso dell'unità di tutta l'umanità. Ognuno di noi deve imparare a lavorare non solo per se stesso, la propria famiglia o la propria nazione, ma per il beneficio di tutta l'umanità. A questo proposito, sono lieto che il presidente Joe Biden ospiterà un vertice sul clima durante la Giornata della Terra di quest'anno, riunendo i leader mondiali per discutere una questione che ha un impatto su tutti noi. Se il nostro pianeta deve essere sostenuto, l'educazione ambientale e la responsabilità personale devono crescere e continuare a crescere. Prendersi cura dell'ambiente dovrebbe essere una parte essenziale della nostra vita quotidiana. Nel mio caso, il mio risveglio ambientale è avvenuto solo dopo essere arrivato in esilio e aver incontrato un mondo molto diverso da quello che avevo conosciuto in Tibet. Solo allora ho capito quanto puro fosse l'ambiente tibetano e quanto lo sviluppo materiale moderno abbia contribuito al degrado della vita in tutto il pianeta. In questa Giornata della Terra impegniamoci tutti a fare la nostra parte per contribuire a fare una differenza positiva per l'ambiente della nostra unica casa comune, questa bellissima terra.

Con le mie preghiere,
Dalai Lama

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



Appuntamenti
Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



ISTITUTO SAMANTABHADRA
CENTRO STUDI DI BUDDHISMO TIBETANO ཨ་མ་ཐ་བ་ཐ་དྲ་བ་ཆོས་ལུགས་། FONDATO NEL 1981

CALENDARIO

PROGRAMMA APRILE 2021

IMPORTANTE: *la partecipazione in presenza agli eventi richiede la prenotazione al 3400759464*

Informazioni:

samantabhadra@samantabhadra.org

tel 3400759464

LAM RIM CHEN MO

6 aprile | 13 aprile | 20 aprile | 27 aprile dalle 18.30 alle 20.00

Lam Rim Chen Mo

Modalità: *esclusivamente da remoto (pagina facebook e zoom n. 2396910123)*

Traduzione dal tibetano di Heda Klein.

Ven. Ghesce Dorjee Wangchuck

Il Lam Rim (Sentiero Graduale) è la via praticata da tutti gli esseri che aspirano ad ottenere lo stato di Buddha.

Contributo: libera donazione

IL DHARMA NELLA MEDITAZIONE

Da mercoledì 14 aprile, per 12 settimane, dalle ore 19.30 alle 21.00

Filippo Lunardo

Corso sulle tecniche base della meditazione e sui fondamenti dell'insegnamento buddhista indo-tibetano.

Modalità: da remoto

Costo: 80 euro per l'intero corso, con possibilità di pagare 40 euro per le prime 6 lezioni.

Informazioni al 3400759464

LA CONFESSIONE AI TRENTACINQUE BUDDHA

Sabato 24 aprile dalle 10.30 alle 12.30

Domenica 25 aprile dalle 10.30 alle 12.30

Modalità: *esclusivamente da remoto (pagina facebook e zoom n. 2396910123)*

Ven. Geshe Dorjee Wangchuk

"La purificazione degli atti non virtuosi di corpo, parola e mente"

Il tema dei "35 Buddha della Confessione" è tratto da un'appendice del Vinaya (la sezione del Canone Buddhista dedicata alla disciplina).

Si tratta di un metodo esposto da Buddha Shakyamuni per purificarsi dalle contaminazioni spirituali che comprende un rituale nel corso del quale vengono evocati i Trentacinque Buddha: ognuno di questi ha il potere di eliminare gli ostacoli alla pratica del Dharma. Recitare il Sutra delle tre collezioni, la parte della preghiera di confessione davanti ai 35 Buddha, è un metodo particolarmente efficace per purificarsi di ogni impegno mancato ed abitualmente si recita con delle prostrazioni.

TRATTAMENTI SHIATSU

Lo Shiatsu è una pratica manuale che attraverso la semplicità del tocco favorisce un profondo rilassamento, sostiene la persona a livello fisico, mentale ed emotivo durante tutte le fasi della vita ed è volto a mantenere il naturale stato di benessere.

Operatrice: *Sara Morini*.

CORSO BASE DI LINGUA TIBETANA

Il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero adeguato di partecipanti.

Studio della morfologia, della scrittura e della grammatica di base della lingua tibetana moderna e classica.

Docente: *Carmen Simioli*.

Informazioni al 3400759464

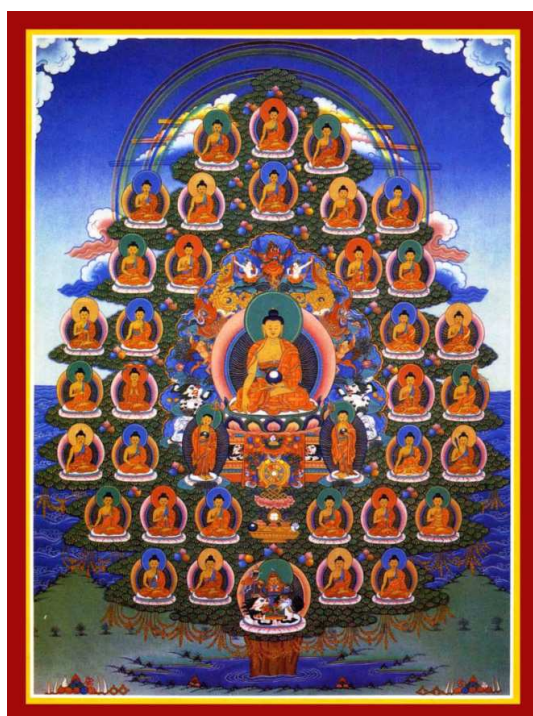
CORSO DI RIFLESSOLOGIA PLANTARE BASE E AVANZATO

Il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero adeguato di partecipanti.

I Corsi sono indirizzati sia a chi già opera nel settore, sia a persone che intendono intraprendere una nuova professione.

Docente: *Fabio Perpetua*.

Informazioni al 3400759464

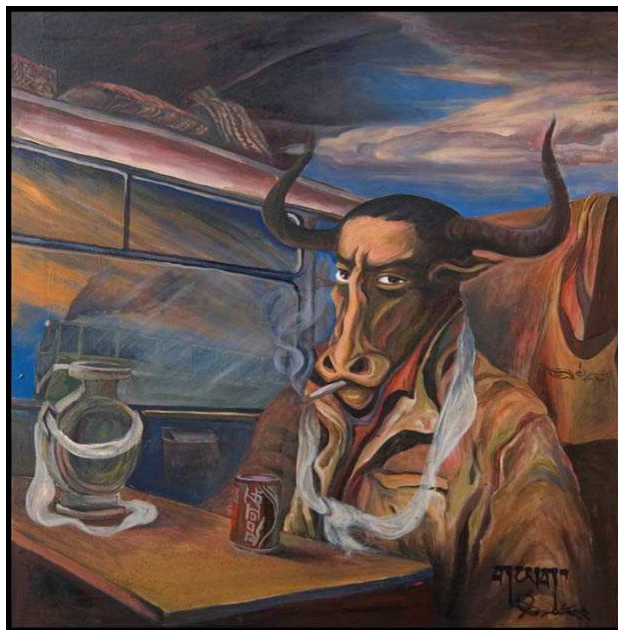


L'arte di Yak

Quando si pensa ai simboli del Tibet, prima o poi si nomina anche l'animale forse più famoso dell'altopiano: lo yak. Si potrebbe dire che ormai esso sia divenuto un vero e proprio brand per il Paese delle Nevi. Chi non ha mai visto quelle graziose t-shirt - disponibili ormai in tutta la regione del Ladakh e nelle botteghe turistiche in Nepal, sebbene siano pensati come "souvenir tibetani" - con gli animali in questione stilizzati e con la scritta sottostante "Yak Yak Yak"?

Proprio come il popolo tibetano, tradizionalmente, teneva in grande considerazione questo maestoso bovino, sfruttandone ogni preziosa risorsa, anche nell'ambiente turistico e, soprattutto, in ambito artistico, lo yak può essere utilizzato in modo vincente. Questo è il caso dell'artista Yak Tseten, nato nel 1968 a Tuilong, presso Lhasa, e laureatosi alla Tibet University nel 1980. Oggi, proprio come Dedron (si veda Newsletter No. 69), egli è membro della Gendün Chöphel Artists' Guild.

«The yak is my self-portrait» [lo yak è il mio autoritratto]: così si descrive l'artista e così si rappresenta nelle proprie opere. L'animale, infatti, è presente in molte sue opere - circa una decina. «Dipingere gli yak mi dona un indescrivibile senso di felicità; per questo mi sono concentrato su di essi per 30 anni». Si può trovare l'animale raffigurato come un'entità sacra che scende sulla Terra; altre volte incarna un guardiano, caratterizzato dalle virtù di forza e coraggio; lo si vede circondato da cirri o fiamme, a seconda dell'opera.



In passato, gli yak rappresentavano le stelle nel cielo del mondo spirituale e, dunque, si credeva che sia il paradiso sia la terra fossero nati da questi imponenti animali. Inoltre, la leggenda vuole che le pieghe nei versanti del Monte Kailash siano i dorsi degli yak. Questi ultimi sono allo stesso tempo divinità e demoni; le loro zampe enormi sono minacciose, ma la loro onestà e lealtà corrispondono alle caratteristiche spirituali del popolo tibetano. Questi animali, in conclusione, sono preziosi sia a livello pratico-nutritivo sia a livello mistico-religioso. «Senza yak, non ci sarebbero i tibetani»: così disse una volta il 10° Panchen Lama.

(cm)



Sitografia di riferimento:

<https://www.peacefulwind.com/gallery7/7.html>

<https://www.asianart.com/exhibitions/aalondon2005/5c.html>

<http://www.tekenessi.fr/himalayan-art.php?id=19&tr=Yak.Tseten.-.Tibet>

https://highpeakspureearth.com/he-used-2700-lhasa-beer-bottles-to-build-a-stupa-a-conversation-about-art-with-tibetan-contemporary-artist-yak-tseten/?utm_source=High+Peaks+Pure+Earth&utm_campaign=5ceea30482-EMAIL_CAMPAIGN_9_13_2020_10_COPY_02&utm_medium=email&utm_term=0_1601988b47-5ceea30482-385513417

Il Dalai Lama mi strinse la mano

E' una giornata insolitamente mite, complice il sole, per il mese di dicembre. Guido immerso in mille pensieri, perlopiù senza alcun ordine o senso particolare. Ascolto distrattamente della buona musica, colonna sonora e compagna irrinunciabile. La strada scorre, indifferente.

Mi ero alzato un paio di ore prima e con gesti quasi meccanici avevo ripetuto i rituali che introducono all'andare quotidiano. Nessuna premonizione che quella giornata sarebbe potuta essere diversa. Chissà se qualcuno al risveglio provi la sensazione, seppur minima, di dover affrontare un giorno -in un modo o un altro- diverso rispetto al metodico o caotico scandire del tempo del proprio vivere.

Infatti questo giovedì di dicembre sembra non avere nulla di insolito, a parte il fatto che mi sto recando a Udine per partecipare all'incontro che le autorità istituzionali di regione, provincia e comune friulani hanno organizzato per accogliere il Dalai Lama. Sua Santità è stato invitato per una tre giorni di incontri, dibattiti e insegnamenti in occasione della Giornata Internazionale dei diritti dell'uomo. Oggi, 10 dicembre 2010, ricorre anche il 18° anniversario del conferimento del Premio Nobel per la Pace a Sua Santità. Grazie al prezioso consiglio dell'amico Piero Verni sono riuscito a farmi accreditare come fotografo per la conferenza stampa prevista alla fine dei convenevoli.

A dire il vero non ero consapevole dell'effettiva importanza che avrebbe potuto avere quella opportunità per me e i miei progetti futuri. Avevo fatto viaggi in Tibet e in Paesi di cultura e religione tibetana, ma non mi ero mai soffermato sulla importante figura del Capo spirituale e assoluto riferimento per quei popoli.

Giungo nel capoluogo friulano con sufficiente anticipo per parcheggiare comodamente la macchina poco distante dal Castello, luogo previsto per l'incontro. Mi concedo alcuni minuti di calma solitaria con una passeggiata esplorativa dei dintorni per godermi l'insolitamente piacevole temperatura dicembrina.

Mi unisco quindi alla piccola folla di giornalisti e curiosi in attesa del corteo di macchine "diplomatiche" che giunge puntuale. Una volta scese, le autorità attendono – come da cerimonia – che il Dalai Lama le raggiunga, per poi circondarlo e condurlo all'interno dell'edificio. Durante il breve percorso verso il Castello, Sua Santità saluta tutti con il suo tipico sorriso e un semplice gesto della mano.

La sala è spaziosa con il "tavolo" istituzionale posto dinnanzi alla platea di sedie ben disposte su due quadrati. Attendo che il Dalai Lama prenda posto prima di scegliere dove posizionarmi, in modo da poter scattare fotografie senza dover fare acrobazie. Sono fortunato. Trovo una sedia libera, la prima in quinta fila sul corridoio centrale, proprio di fronte alla postazione di Sua Santità. Non poteva essere che quella con davanti una statua di Buddha Sakyamuni e una piccola bandiera tibetana.

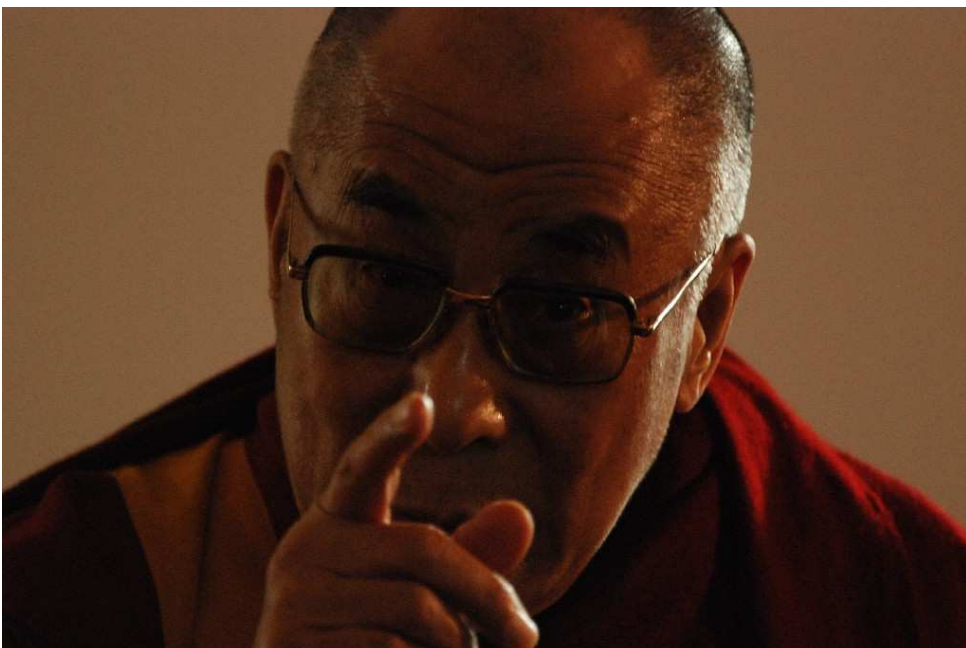
Iniziano quindi i discorsi di rito recitati con gerarchica monotonia. Osservo il Dalai Lama che sembra ascoltare con garbata indifferenza. Comincio a scattare foto. Riesco a cogliere una serie di atteggiamenti che negli anni a venire - durante le varie occasioni d'incontro con Sua Santità - mi accorgerò essere una costante.

La performance fotografica si amplia e arricchisce per tutta la durata del Suo discorso. Mi concentro sulle sue parole e allo stesso tempo riesco a cogliere espressioni e gestualità, tipiche di Sua Santità.

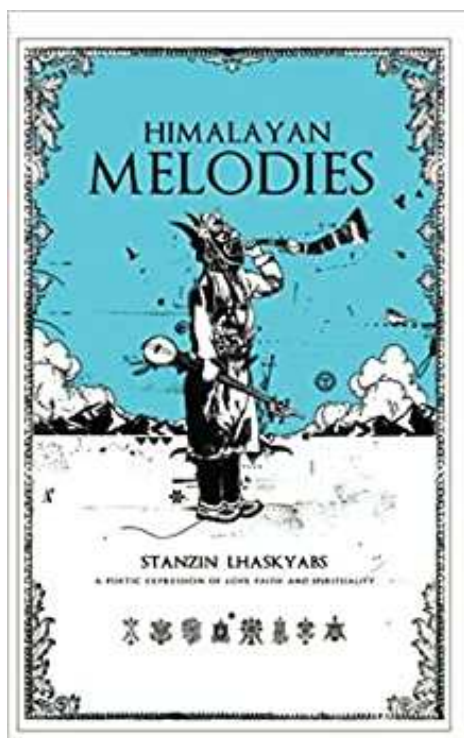
La conferenza termina con un dibattito che coinvolge il pubblico di giornalisti. Quando gli attori dell'incontro porgono i saluti di commiato e cominciano a sfilare verso l'uscita prendo coraggio e mi avvicino al Dalai Lama che mi guarda, sorride e con una stretta vigorosa mi stringe la mano che allungo verso di lui. E' la prima volta.

E' una giornata insolitamente mite per il mese di dicembre. Guido verso casa come al solito immerso nei miei pensieri, sempre senza alcun ordine, stavolta però con un senso particolare. La strada intanto scorre, indifferente, ma qualcosa è diverso.

(Giampietro Mattolin)



L'angolo del libro, del documentario e del film

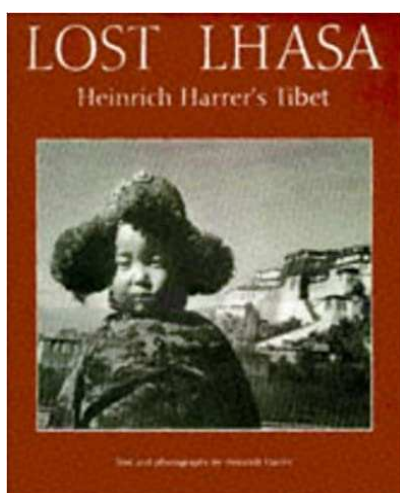


Stanzin Lhaskyabs, *Himalayan Melodies: a Poetic Expression of Love, Faith, and Spirituality*, India 2016: Se mai vi capitasse di passare per Leh, la capitale del Ladakh, regione dello stato federale indiano Jammu & Kashmir, vi consiglio di visitare la libreria che si affaccia sulla piazza principale della cittadina. Si tratta di una piccola Shangri-la per gli amanti dei libri, desiderosi di scoprire nuovi titoli, inediti nei propri Paesi. Durante l'ultimo viaggio, tra uno scaffale e l'altro, mi capitò - nulla è casuale - questa raccolta di poesie del giovane scrittore e attore Stanzin Lhaskyabs. Ammetto che la magnifica grafica della copertina ha contribuito, almeno inizialmente. In seguito, ho appurato quanto essa non fosse solamente gradevole agli occhi, ma avesse anche un significato più profondo. Il Ladakh, infatti, fa parte della *koiné* culturale buddhista tibetana e, oggi, molti rifugiati, fuggiti dalla RAT, si sono insediati nella regione dalle tradizioni affini alle loro. Anche in

Ladakh, così come accade in Tibet e nelle comunità in esilio, i giovani si trovano dinnanzi a un bivio: con l'avanzare della tecnologia e della globalizzazione, inevitabilmente si crea un divario notevole tra modernità e antiche tradizioni. Molti della nuova generazione si trasferiscono nelle metropoli indiane, come New Delhi, per studiare e, a volte, hanno anche l'occasione di viaggiare all'estero. Così, nella copertina di questo libro troviamo raffigurato un uomo che indossa la maschera di una divinità terrificata - di solito presente nei *cham*, le "danze" sacre, come personaggio che scaccia le entità maligne - mentre intona una melodia vittoriosa attraverso un corto *dung-chen* (o corno in ottone) e tiene in mano uno *dram-nyen* (liuto), utilizzato dai cantori per narrare le storie di passato, presente e futuro. Ai suoi piedi troviamo gli otto simboli di buon auspicio. Le montagne, i cirri e il cielo cobalto rappresentano il tipico paesaggio himalayano, racchiuso in una cornice di legno tradizionale, che simbolizza il portale per la mistica ed enigmatica Himalaya. Amore, Fede e Spiritualità - corrispondenti alle sezioni in cui sono suddivise le poesie - sono le parole chiave, utilizzate da Lhaskyabs per esprimere le sue riflessioni interiori. Questo libro, dunque, è un ponte tra il presente moderno e tecnologico e il passato delle tradizioni.

(cm)



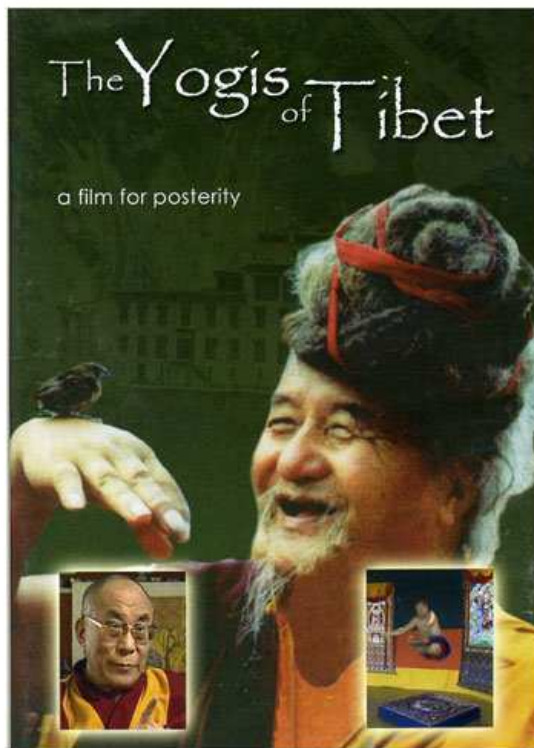


Heinrich Harrer, *Lost Lhasa*, USA 1992: Heinrich Harrer (1912-2006) era un alpinista austriaco che nel 1939 si trovava sull'Himalaya dove stava tentando di raggiungere, con la spedizione guidata da Peter Aufschnaider (1899-1973), la vetta del Nanga Parbat (8114 m.). Quando nel settembre di quell'anno scoppiò la seconda guerra mondiale, trovandosi in India dunque in territorio britannico, tutti gli scalatori vennero imprigionati dagli inglesi. Il giovane Harrer era particolarmente recalcitrante all'idea di rimanere recluso chissà per quanto tempo. Tentò quindi diverse volte la fuga ma inutilmente. Dopo alcuni anni, lui e i suoi compagni vennero trasferiti in un campo di prigionia britannico

situato nei pressi della cittadina di Dehradun, ai piedi della catena himalayana. Decise dunque che doveva evadere e raggiungere il Tibet, all'epoca l'unica nazione neutrale in quella zona dell'Asia. Impresa più facile a dirsi che a farsi. Eppure, dopo essere riusciti insieme ad altri cinque prigionieri in una rocambolesca evasione, Harrer e Aufschnaider si diressero verso il Paese delle Nevi e la sua misteriosa capitale Lhasa. Era il 29 aprile 1944. Dopo 18 giorni di cammino compresero di aver varcato il confine. Una lunga fila di multicolori bandierine di preghiera e un rudimentale *chorten* fatto di sassi, indicavano che erano entrati in una nazione indipendente dove Londra non aveva alcuna autorità. Iniziò così un viaggio difficile, avventuroso, irto di pericoli e avversità. Comunque al termine di queste lunghe peregrinazioni, il 14 gennaio 1946 arrivarono in vista di Lhasa e il giorno seguente entrarono nella capitale del Tibet. Fin da subito stabilirono buoni rapporti di amicizia con autorevoli personalità di Lhasa (in particolare con l'influente funzionario Tsarong che li ospitò anche nella sua abitazione). In breve tempo entrarono a far parte della classe dirigente tibetana e presero a lavorare per il governo. Aufschnaider come ingegnere agricolo, costruì un importante canale di irrigazione e Harrer si occupava di disegnare e costruire nuovi giardini per le famiglie abbastanza facoltose da poterseli permettere. Inoltre il secondo divenne amico personale del giovane XIV Dalai Lama cosa che gli consentì una grande libertà di movimento grazie alla quale poté raccogliere una vasta documentazione fotografica e filmica. In questo libro, di cui Harrer ha scritto anche il testo, ci sono le immagini più significative scattate dall'Autore. Pur non avendo un eccezionale valore sotto il profilo estetico, nondimeno sono immagini straordinarie. La vita di quella che all'epoca era considerata ancora una "Città Proibita", emerge da queste fotografie in tutto il suo fascino. Rese ancora più evocative dalla innegabile magia del bianco e nero, parlano di un mondo arcaico, fermo nel tempo, ancora immerso in un'epoca remota, una autentica favola dell'Oriente. Il libro che gli diede fama internazionale, *Seven Years in Tibet* (in breve tradotto in oltre dieci lingue) è certamente il più conosciuto. Ma è questo *Lost Lhasa* che dobbiamo considerare come il suo capolavoro. Per l'intensità e la ricchezza delle immagini, non vi è alcun dubbio. Ma anche per il testo, molto più preciso e puntuale di quanto non fosse quello di *Seven Years*. A mio avviso, *Lost Lhasa* è un volume che non dovrebbe mancare nella biblioteca di tutti coloro che sono interessati alla civiltà tibetana e alla sua storia. Da quelle pagine che raccontano un pugno di anni alla fine della

prima metà del secolo scorso emerge con chiarezza cosa fosse e cosa rappresentasse la Civiltà del Tetto del Mondo.

(pv)



Yogis of Tibet: a Film for Posterity, directed by Jeffrey M. Pill, written by Barbara King, produced by Phil & Jo Borack, USA 2002: Reperibile online, attraverso i canali Youtube o Netflix, questo documentario tratta della vita dei praticanti dello yoga buddhista tibetano attraverso le esperienze degli stessi yogi. Solitamente, coloro che hanno deciso di dedicare la propria vita a queste particolari pratiche meditative, difficilmente consentono di apparire dinanzi alle telecamere. Tuttavia, come si fa presente anche nel filmato, con i cambiamenti socio-culturali degli ultimi decenni - l'allora 2002, ma che ben si adatta anche a tempi più recenti - hanno sentito anch'essi la necessità di aiutare in qualche modo a preservare la propria cultura, mostrandone alcuni tratti al pubblico internazionale e, soprattutto, alle nuove

generazioni. Il documentario, inoltre, è un'occasione per ripercorrere la storia travagliata del Paese delle Nevi. Dagli anni Cinquanta del XIX secolo in poi, infatti, la vita del popolo tibetano, compresi monaci e yogi, è cambiata drasticamente. Le testimonianze di alcune figure importanti, nell'ambito buddhista tibetano, tra cui anche Sua Santità il Dalai Lama, risultano essere un fondamentale tassello nella preservazione della cultura tibetana e, in ultima, si possono ricavare preziosi consigli su come vivere nelle società attuali, in cui gli impegni e i problemi esteriori ci fanno trascurare il nostro Io interiore.

(cm)



Il Dalai Lama ci parla

LA SCUOLA MAHAYANA

Per poter comprendere appieno il *Sutra del Cuore*, dobbiamo innanzitutto capire quale posto occupi all'interno dell'intero canone della letteratura buddhista. Il *Sutra del Cuore* è parte della letteratura della Perfezione della Saggezza che si compone di differenti testi Mahayana (Grande Veicolo) i quali a loro volta formano il nucleo centrale del "secondo giro della ruota del Dharma". Gli insegnamenti Mahayana si basano sui discorsi che il Buddha tenne per lo più sul Picco dell'Avvoltoio. Mentre gli insegnamenti del "primo giro della ruota del Dharma" trattavano principalmente del dolore e della sua cessazione, quelli del "secondo giro" parlano della vacuità.

Nella scuola Mahayana vi sono anche insegnamenti che provengono dal "terzo giro della ruota del Dharma" e all'interno di questi troviamo due categorie di scritture, quelle che commentano i sutra della Perfezione della Saggezza e quelle che espongono la teoria della natura buddha (in sanscrito, *tathagathagarbha*). Poiché i testi della letteratura della Perfezione della Saggezza pongono una forte enfasi sulla vacuità, i loro commentari nel "terzo giro" furono insegnati soprattutto per il beneficio dei praticanti spirituali che, sebbene seguissero il sentiero Mahayana, non erano ancora pronti ad affrontare gli insegnamenti del Buddha sulla vacuità. Se questi praticanti avessero incontrato il significato letterale dei sutra della Perfezione della Saggezza prima di averne ben compreso il senso profondo, avrebbero corso il rischio di cadere vittime di un pensiero nichilista. E' infatti importante comprendere come gli insegnamenti del Buddha non siano certo nichilisti e tantomeno l'insegnamento sulla vacuità esposto dal Buddha Shakyamuni neghi l'esistenza.

Comprendere la vacuità in termini di determinati fenomeni, è un buon modo per rifuggire dalle visioni nichiliste. Ad esempio, nel *Sutra che Rivela il Pensiero del Buddha* (*Samdhinirmochana Sutra*) il Buddha mostra la via per comprendere i sutra della Perfezione della Saggezza, contestualizzando la nozione di "assenza d'identità".

NAGARJUNA E IL GRANDE VEICOLO

Nonostante la tradizione tibetana attribuisca l'origine degli insegnamenti Mahayana allo stesso Buddha, eruditi di altre scuole hanno espresso dubbi al riguardo così come hanno fatto del resto alcuni studiosi contemporanei. Sembra che anche prima dell'epoca di Nagarjuna (un grande maestro buddhista che visse in India intorno al secondo secolo d. C.) ci fossero contrastanti opinioni al riguardo. Quindi, negli scritti di Nagarjuna quali la *Preziosa Ghirlanda* (*Ratnavali*) vi è un'intera sezione in cui Nagarjuna cerca di provare l'autenticità dei sutra Mahayana. Argomenti simili si trovano anche nella *Guida allo Stile di Vita del Bodhisattva* (*Bodhicharyavatara*) di Shantideva, nell'*Ornamento dei Sutra Mahayana* di Maitreya e nell'*Essenza della Via di Mezzo* (*Madhyamakabridaya*) di Bhavaviveka.

Adesso vediamo di esaminare il cuore delle argomentazioni di Nagarjuna. Se il sentiero insegnato durante il "primo giro della ruota" -i trentasette aspetti del sentiero che conduce all'illuminazione- fosse l'unica via alla liberazione insegnata dal Buddha, allora

non ci sarebbe alcuna sostanziale differenza tra il processo spirituale che conduce alla piena illuminazione di un buddha e quello che porta alla liberazione individuale di un arhat. Oppure si potrebbe dire che un individuo che ottiene il nirvana (l'eliminazione del dolore individuale) sarebbe uguale, per quanto riguarda facoltà conoscitive ed abilità, a colui che ha ottenuto la piena illuminazione di un buddha. Se questi due stati fossero identici, allora l'unica differenza sostanziale sarebbe unicamente il tempo necessario ad ottenerli. Per raggiungere la buddhità si devono accumulare meriti per tre interminabili eoni mentre la liberazione individuale di un arhat si può ottenere molto più velocemente. Nagarjuna afferma che questa posizione (vale a dire che i due stati sono identici tranne che per il fattore temporale) è insostenibile.

Nagarjuna fa notare che una delle idee ricorrenti nelle più antiche tradizioni buddhiste, ritiene che al momento del nirvana finale del Buddha, conosciuto come "nirvana senza residui" -vale a dire il momento della morte- il continuum dell'essere cessa. Se così fosse, spiega Nagarjuna, sarebbe stato molto breve il periodo di tempo durante il quale Buddha Sakyamuni fu in grado di lavorare per il beneficio di tutti gli esseri senzienti, cioè lo scopo primario per il quale aveva cercato la realizzazione nel corso di tre interminabili eoni. Il Buddha lasciò la sua vita di principe all'età di ventinove anni raggiungendo, a trentasette, la piena illuminazione. Infine, lasciò il suo corpo a ottanta od ottantuno anni, a seconda delle tradizioni. Questo vuol dire che il Buddha sarebbe stato in grado di essere d'aiuto a tutti gli esseri senzienti solamente per pochi decenni. A Nagarjuna questa grande disparità tra la durata del percorso del Buddha e quella delle sue attività dopo essersi illuminato sembra priva di senso. Inoltre afferma che non ci sono basi per sostenere che il continuum di una mente individuale debba cessare dopo aver ottenuto il nirvana finale, poiché non esiste nulla che possa condurre alla totale cessazione del continuum della coscienza. Egli scrive che se ci fosse un adeguato antidoto per ogni fenomeno o evento, si potrebbe dire che quell'antidoto è in grado di far cessare il funzionamento di quel fenomeno o evento. (Ad esempio, se abbiamo un antidoto specifico per un determinato veleno, allora quell'antidoto potrà neutralizzare gli effetti del veleno sull'organismo). Comunque, per quanto riguarda il continuum della coscienza, non vi è nulla che possa distruggerlo completamente. Nagarjuna postula che la mente e le afflizioni che oscurano la sua chiarezza fondamentale sono due aspetti separati. I veleni mentali - le contaminazioni e le afflizioni- possono essere eliminati tramite la pratica dei potenti antidoti costituiti dagli insegnamenti del Buddha. In ogni caso, però, il continuum della mente rimane senza fine.

Nagarjuna sostiene inoltre che, non soltanto gli insegnamenti della tradizione Mahayana di origine sanscrita sono più profondi di quelli della tradizione Pali, ma anche che non li contraddicono. Si potrebbe dire che le scritture Mahayana relative ai primi insegnamenti del Buddha contengono spiegazioni più profonde e dettagliate di quelle del canone Pali e quindi Nagarjuna dimostra l'autenticità degli insegnamenti Mahayana.

Vi sono alcune riflessioni contenute negli insegnamenti della scuola tibetana Sakya del "Sentiero e dei suoi Frutti" (*Lamdré*), che aiutano a comprendere quali insegnamenti siano validi e quali no. Questa tradizione parla delle *quattro fonti valide della conoscenza*: la validità delle scritture del Buddha, dei commentari, del maestro e dell'esperienza individuale del praticante. In termini di evoluzione storica di questi quattro fattori

possiamo vedere che le valide scritture sono quelle relative agli insegnamenti del Buddha. Basandosi su queste scritture sono stati compilati numerosi validi commentari e trattati che hanno spiegato i significati più profondi del pensiero del Buddha. Il lavoro di Nagarjuna ne costituisce un esempio significativo. Quindi, basandosi sullo studio e la pratica di questi commentari, alcuni praticanti sono divenuti a loro volta dei validi maestri. Infine partendo dagli insegnamenti trasmessi da questi maestri, nel cuore dei praticanti sono sbocciate valide realizzazioni ed esperienze.

Comunque si può personalmente verificare la validità di queste quattro fonti in un ordine diverso da quello in cui si sono storicamente evolute. Per poter sviluppare una profonda fiducia nella validità dell'insegnamento del Buddha si deve comunque avere una certa dimestichezza con esso. Quindi una valida esperienza diviene il primo fattore. Quando parliamo di "valida esperienza" dobbiamo tener presente che le "valide esperienze" possono essere convenzionali o speciali. Sebbene al momento possiamo non possedere alcun tipo di speciali esperienze spirituali, possiamo però ottenerne di convenzionali. Ad esempio, quando riflettiamo a fondo sugli insegnamenti relativi alla compassione, possiamo provare un certo impatto a livello di mente e di cuore ci sentiamo stimolati e ci sembra di non fare abbastanza per gli altri. Allo stesso modo il riflettere sugli insegnamenti relativi alla vacuità e all'assenza di sé, può avere un forte impatto su di noi. Anche queste sono esperienze spirituali.

Quando si hanno simili esperienze, perfino ad un livello molto convenzionale, si può intuire cosa implichi averle a un livello speciale e quindi comprendere l'importanza delle esperienze spirituali di grado elevato di cui si parla nei sutra, nei commentari e nelle biografie dei grandi maestri. Questo modo di procedere è molto importante e, si potrebbe dire, che si tratti dell'unica via che abbiamo davanti.

Nei *Fondamenti della Via di Mezzo*, Nagarjuna rende omaggio al Buddha in quanto valido maestro che ha insegnato la vera natura della realtà, che incarna il principio della grande compassione e che, agendo tramite la sua compassione nei confronti di tutti gli esseri senzienti, ha rivelato il sentiero che conduce al superamento di tutte le errate concezioni. Tramite un'accurata riflessione sulla nostra personale esperienza, saremo in grado di comprendere la bontà di quanto afferma Nagarjuna e quanto siano autentici gli insegnamenti Mahayana.

ORIGINI DEL GRANDE VEICOLO

Dopo la morte del Buddha, i suoi insegnamenti vennero trascritti da alcuni dei suoi principali discepoli dando così vita a quella serie di testi che costituiscono il canone Pali. E' certo che le scritture Mahayana non fanno parte di questa raccolta, la cui compilazione avvenne in tre diversi momenti. Inoltre, quando esaminiamo le scritture Mahayana, possiamo trovare delle affermazioni che potrebbero apparire sconcertanti. Ad esempio, i sutra della Perfezione della Saggezza furono insegnati dal Buddha ad un vasto gruppo di discepoli sul Picco dell'Avvoltoio a Rajagriha. Però, se oggi visitiamo quel luogo possiamo ben vedere come sia in grado di accogliere solo poche persone. Quindi dobbiamo comprendere la verità di questi insegnamenti a un livello differente, a un livello che si situa oltre i convenzionali concetti di spazio e tempo.

Nagarjuna ed Asanga (un altro grande maestro indiano vissuto nel quarto secolo) hanno svolto un ruolo fondamentale nella compilazione delle scritture Mahayana di cui vengono normalmente considerati i maggiori custodi e interpreti. Comunque tra la morte del Buddha e la nascita di Nagarjuna vi è un intervallo di almeno quattrocento anni e probabilmente di oltre novecento rispetto alla nascita di Asanga. Potremmo quindi chiederci cosa ci assicura che le scritture Mahayana furono effettivamente trasmesse dai tempi del Buddha a quelli di Nagarjuna e di Asanga. Nei testi Mahayana questo legame è rappresentato da bodhisattva quali Maitreya e Manjushri. Nel caso di Nagarjuna, si ritiene che sia stato il bodhisattva Manjushri a trasmettere il lignaggio. Bhavaviveka afferma chiaramente nel suo testo, *La Lama del Ragionamento (Tarkajvala)*, che furono i grandi bodhisattva a compilare le scritture Mahayana. Ma queste affermazioni forniscono un quadro piuttosto complesso.

Come possiamo comprenderle sulla base della convenzionale nozione di tempo e spazio? Possiamo probabilmente affermare che non furono trasmesse dal Buddha in alcun modo convenzionale.

Inoltre, potrebbero esserci scritture Mahayana, come i sutra della Perfezione della Saggezza, che vennero insegnate a ristretti gruppi di discepoli che il Buddha riteneva abbastanza avanzati per poter ricevere questo tipo di insegnamenti. E questa spiegazione è conforme alla concezione buddhista che un buddha insegna in accordo con le diverse attitudini e livelli psicologici dei praticanti.

Dunque in questo contesto, gli insegnamenti possono essere stati trasmessi in un modo che trascende i normali parametri spazio-temporali. Questo è il modo corretto in cui dobbiamo comprendere l'origine dei testi Mahayana e del *Sutra del Cuore*.

(Dalai Lama, *Il Sutra del Cuore*, Italia 2003)



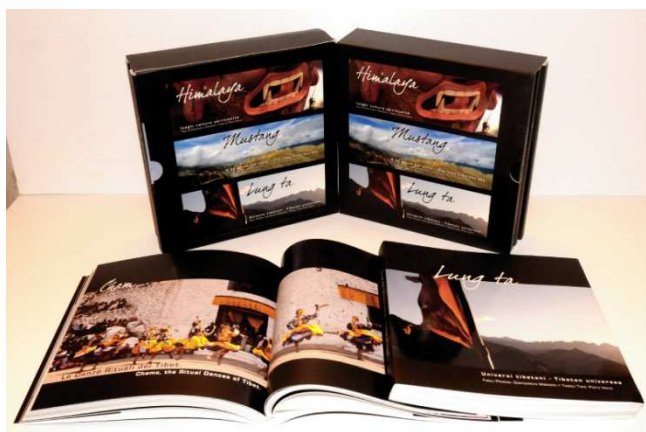
L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet

Himalaya - Luoghi, cultura, spiritualità, fotografie di Giampietro Mattolin - testi di Piero Verni; pag. 160, Padova 2006 (€ 20,00): "Volti, 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 questo 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).

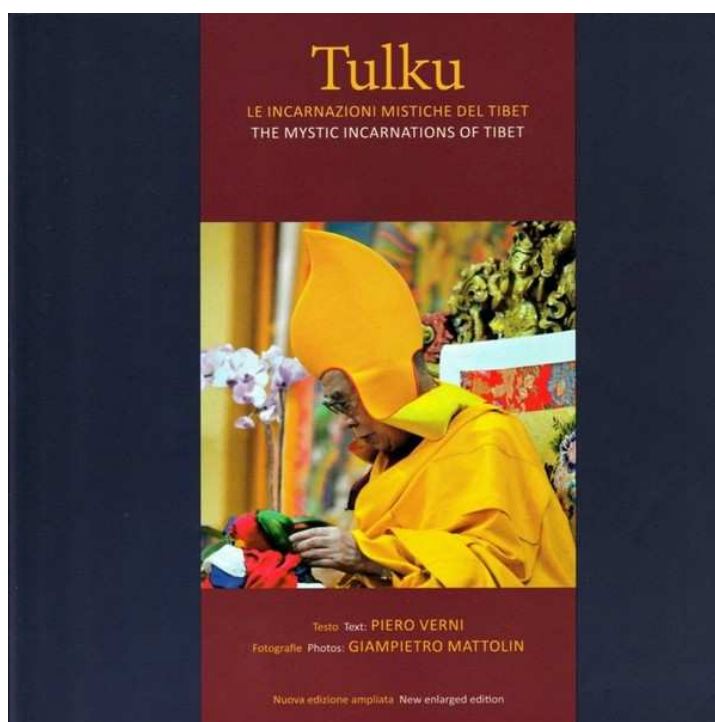
Lung Ta: Universi tibetani - Tibetan universes, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (italiano ed inglese) di Piero Verni, pag. 204, Dolo (VE), 2012, (€ 30,00): "Le atmosfere e i ricordi di un trekking compiuto anni fa nella regione più tibetana del Nepal mi sono balzati improvvisamente agli occhi 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).



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)

Cham <i>le danze rituali del Tibet</i>  un film di Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro	www.heritageoftibet.com www.heritageoftibet.com	L'Associazione Heritage Oltre i Confini presenta un film di Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro riprese: Piero Verni & Karma Chukey testi: Piero Verni montaggio: Mario Cuccodoro voce: Giorgio Cervesi Ripa 23 minuti, colore, Italia 2014
All'interno del Buddhismo tantrico è presente un'antica tradizione di danze rituali (cham in tibetano) considerata comunemente tra le più interessanti e suggestive dell'intero continente asiatico.  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. 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,	 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	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.  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.

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!

