



N°71

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

Cari amici,
sembrerebbe (il condizionale è d'obbligo) che stiamo per uscire dall'incubo. Grazie alle vaccinazioni e a comportamenti responsabili, potremmo essere vicini al ritorno a una vita normale. Speriamo. Sarebbe il modo migliore per festeggiare la sacra ricorrenza del Vesak, il mese che celebra la nascita, l'Illuminazione e l'entrata nel parinirvana di Buddha Shakyamuni. In questo N° 71 di "The Heritage of Tibet news", segnaliamo la notizia relativa a una interessante conversazione del Dalai Lama con alcuni importanti neuroscienziati russi che studiano le particolari condizioni post mortem (*tukdam*) dei meditatori più avanzati e il consueto contributo del Dalai Lama, questa volta sul desiderio di felicità e le basi della pratica buddhista in grado di realizzarlo.
Come sempre non perdiamoci di vista.

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

10° giorno del quarto mese dell'Anno del Bue di Ferro (21 maggio 2021)





Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 27 aprile 2021: In una lettera al primo ministro Narendra Modi oggi Sua Santità il Dalai Lama ha scritto: "Ho seguito con preoccupazione la continua sfida che la pandemia di Covid-19 sta ponendo in tutto il mondo, anche in India. In questo momento critico, durante questo allarmante aumento del Covid-19, ho chiesto al Dalai Lama Trust di fare una donazione al Fondo PM-CARES in segno di

solidarietà con i nostri fratelli e sorelle indiani. Posso cogliere l'occasione per esprimere il mio profondo apprezzamento per tutti gli sforzi che vengono fatti per affrontare questa devastante pandemia, specialmente da coloro che lavorano coraggiosamente in prima linea. Prego che la minaccia pandemica finisca presto".



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 6 maggio 2021: Sua Santità ha tenuto oggi una conversazione con alcuni importanti neuroscienziati russi, tra cui il Professor Svyatoslav Medvedev dell'Accademia Russa delle Scienze e fondatore dell'Istituto del Cervello Umano di San Pietroburgo. Dopo alcuni incontri tenutisi a Delhi nel 2017 e a Dharamsala nel 2018 il gruppo di scienziati coordinato

da Svyatoslav Medvedev ha lanciato un progetto di ricerca sul 'thukdam', il fenomeno che a volte si verifica quando un mediatore realizzato muore e la sua coscienza sottile rimane nel corpo, anche dopo la morte clinica. Il professor Medvedev ha riassunto ciò che il suo team ha fatto finora. Hanno stabilito laboratori di ricerca negli insediamenti tibetani di Bylakuppe e Mundgod. Hanno esaminato 104 monaci in meditazione e recentemente hanno potuto osservare un monaco che è stato in 'thukdam' per 37 giorni nel monastero di Gyutö. Hanno invitato un medico legale per esaminare il corpo fisico in vari stadi dopo la morte. Hanno dimostrato che il corpo di una persona in 'thukdam' è in uno stato molto diverso dal corpo di qualcuno che subisce il processo ordinario di morte. Questa è la loro prima prova scientifica. Quindi ha invitato Sua Santità a chiarire quale valore potrebbe avere lo studio del 'thukdam' per l'umanità in generale. Il Dalai Lama, dopo aver spiegato come avvenga il processo della morte secondo il Buddhismo tibetano, ha risposto: "Quando una persona comune muore, c'è una dissoluzione degli elementi. I buddhisti credono che gli esseri passino attraverso vite passate e future, quindi c'è una certa attinenza anche con questo. Il mio stesso Primo Tutore, Ling Rinpoché è rimasto in 'thukdam' per 13 giorni. Recentemente, un monaco del monastero di Gyutö è rimasto in questo stato per 37 giorni. Questa è una realtà osservabile, che dobbiamo essere in grado di spiegare. Ci sono prove da vedere e misurare. Possiamo anche trovare una spiegazione dettagliata dell'esperienza soggettiva interiore del processo della morte nei testi del Guhyasamaja Tantra. Spero che gli scienziati possano prendere in considerazione tutto questo e trovare una spiegazione". Il Prof Alexander Kaplan, capo del Laboratorio di Neurofisiologia e Interfacce Neuro-Computer, Università Statale di Mosca (MSU), ha chiesto quali idee buddhiste potrebbero aiutare gli scienziati occidentali a capire il funzionamento del cervello. Sua Santità ha fatto notare come in passato la scienza moderna tendeva a concentrarsi sui fenomeni esterni, cose che possono essere viste e misurate. "Gradualmente la gente ha cominciato a riconoscere che la pace della mente ha un ruolo importante nella nostra vita quotidiana", ha continuato il Dalai Lama, "di conseguenza, anche gli scienziati hanno cominciato a mostrare interesse su come sviluppare la pace della mente. Afflizioni mentali come la rabbia, la paura e la frustrazione

compromettono la nostra buona salute, quindi, non importa la nostra prossima vita o il raggiungimento dell'illuminazione, tutti i sette miliardi di esseri umani che vivono oggi hanno bisogno di pace mentale qui e ora. Per raggiungere e mantenere la pace della mente, dobbiamo capire il funzionamento della mente e l'intero sistema delle emozioni. Il Buddhismo delinea 51 fattori mentali in sei categorie: cinque fattori mentali onnipresenti; cinque fattori di accertamento; undici emozioni costruttive; sei emozioni e atteggiamenti di disturbo radice; venti emozioni di disturbo ausiliarie e quattro fattori mentali mutevoli. Sulla base della comprensione di questi possiamo imparare ad affrontare le emozioni distruttive quando sorgono, anche in circostanze difficili. La pace della mente è alla nostra portata". Konstantin Anokhin, direttore dell'Istituto per gli Studi Avanzati sul Cervello, MSU, ha portato la discussione su come si possa essere sicuri dell'esistenza delle vite passate. Sua Santità gli ha risposto citando alcuni casi in cui i bambini aveva mostrato, al di là di ogni dubbio di avere ricordi chiari di vite passate e ha anche preso in esame la sua storia personale. "Nel mio caso, da piccolo, ho riconosciuto i monaci del gruppo che cercava la reincarnazione del Dalai Lama. Ero in grado di ricordare i loro nomi. Una delle principali procedure utilizzate quando si cerca di riconoscere la reincarnazione di un Lama è quella di mostrare al candidato un certo numero di beni. Se un bambino è in grado di riconoscere e selezionare gli oggetti che gli sono 'appartenuti in precedenza', ciò viene preso come un'indicazione positiva. Tuttavia, questi ricordi svaniscono man mano che i bambini crescono. Un'altra cosa che potrebbe essere considerata significativa è che alcuni bambini sono in grado di studiare e imparare molto più rapidamente di altri. Questo implica che hanno già familiarità con il materiale grazie ai loro studi nella vita precedente. Nel mio caso ho imparato facilmente, il che potrebbe essere un segno di ciò che avevo imparato prima". Yulia Boitsova, ricercatrice presso il Laboratorio di Neurovisualizzazione, Istituto del Cervello Umano, San Pietroburgo, ha chiesto se ci sono segni esterni che rivelano che un praticante è entrato nella meditazione profonda. Sua Santità ha notato innanzitutto che si possono distinguere due diversi modi di meditazione. La concentrazione a punto singolo rafforza la capacità mentale e focalizza la mente solitamente sparsa. Questa è una pratica comune. Inoltre, c'è la meditazione analitica che cerca la comprensione profonda. La conversazione è andata avanti a lungo e ha visto la partecipazione di altri neuro scienziati russi e di monaci tibetani. Lobsang Phuntsok, un monaco del monastero di Sera Jé, ha chiesto cosa pensa Sua Santità sulla differenza tra le persone che entrano veramente nel 'thukdam' e altre la cui coscienza rimane a causa dell'attaccamento. Il Dalai Lama ha convenuto che è possibile che la coscienza di alcune persone non parta quando muoiono a causa del loro attaccamento a qualcosa in questa vita. Tuttavia, un vero praticante è in grado di entrare nel 'thukdam' come risultato della visualizzazione quotidiana del processo di dissoluzione come parte della sua pratica tantrica. Questo sarebbe coerente con il tipo di vita che hanno condotto. Rispondendo a una domanda di Konstantin Anokhin relativa alla rinascita, Sua Santità ha osservato che per quelli di noi che non ne hanno memoria, le vite passate sono un fenomeno nascosto giustificato solo dalla ragione. Per coloro che hanno ricordi, sono un'esperienza. "La rinascita coinvolge la coscienza", ha spiegato, "La coscienza consiste in una continuità di momenti di consapevolezza. La sua natura è chiarezza e consapevolezza. Le menti di tutte le creature coscienti sono così. Se cerchiamo di trovare un inizio alla coscienza, ci scontriamo con la necessità che essa sorga da una causa compatibile, cioè una coscienza precedente. Pertanto, concludiamo che la coscienza non ha un inizio perché la sua fonte deve essere un momento precedente di coscienza. Anche se gli animali possono avere percezioni sensoriali più acute, gli esseri umani hanno un'intelligenza più acuta. Tuttavia,

è la coscienza mentale che è fondamentale per entrambi. Parliamo di vite passate sulla base della continuità della coscienza. La nostra coscienza più sottile non ha né inizio né fine. Così, la mente continua vita dopo vita fino al raggiungimento della Buddhità".



Prefettura di Nagchu, Regione Autonoma Tibetana, Cina, 13 maggio 2021: le autorità cinesi della Contea di Nagchu hanno vietato l'introduzione nelle scuole di ogni oggetto legato alla tradizione religiosa. Ai genitori che si recano in visita ai propri figli all'interno o nei dintorni degli edifici scolastici è stato notificato il divieto di portare con sé rosari, sia che siano tenuti attorno al collo o attorno ai polsi, ruote di preghiera e cordoni sacri annodati e benedetti dai lama. Devono inoltre astenersi dal recitare mantra o altre preghiere. Nella circolare diffusa a Sog, nella Contea di Nagchu, ubicata nella cosiddetta Regione Autonoma Tibetana, si legge che "le scuole devono formare e produrre studenti socialisti e non devono essere usate per eseguire rituali o recitare le tradizionali preghiere". Pechino intende così marginalizzare completamente la cultura tibetana intervenendo massicciamente nell'educazione scolastica. Analoghi divieti sono stati imposti ai membri del Partito Comunista e agli impiegati governativi, anche a quelli ormai in pensione. I provvedimenti mirano a rafforzare e diffondere l'ideologia del Partito nelle contee, nelle città, nei monasteri e nelle scuole tibetane alla luce delle imminenti celebrazioni, il 23 luglio 2021, del centenario della sua fondazione. Riferisce l'agenzia "AsiaNews" che la censura di Pechino in campo religioso si è estesa anche ai contenuti cristiani. Dal mese scorso ad oggi, contenuti cristiani su internet e sui social sono stati cancellati. Nello stesso tempo, l'autorità di internet ha cancellato almeno 2 milioni di post o discussioni sulla storia del Partito Comunista, giudicati "pericolosi" per la stabilità della società. La censura sui contenuti cristiani va infatti di pari passo con quella verso i "revisionisti". Giorni fa, durante una conferenza stampa lo scorso 8 maggio a Pechino, Wen Youhua, direttore della sicurezza su internet, ha informato che più di 2 milioni di post "pericolosi", contenenti discussioni sulla storia del Partito Comunista cinese sono stati cancellati perché sono "informazioni con nichilismo storico". "Nihilismo storico" è un termine coniato dal governo per indicare discussioni o ricerche che sfidano la versione ufficiale della storia data dal Partito. Fin dallo scorso febbraio, il presidente Xi Jinping ha messo in guardia dal "nichilismo storico", ordinando per tutti i membri del Partito uno studio della sua storia, prima del centenario, che cade il primo luglio di quest'anno. Per educare i membri alla sua storia, il Partito ha prodotto e diffuso molti film e originali televisivi. La campagna copre la storia del Partito dalla sua fondazione nel 1921, ma si sofferma - come ha sottolineato Xi - soprattutto sui "successi storici" ottenuti dal 2012 in poi. Proprio nel 2012, Xi è divenuto segretario generale del Partito.





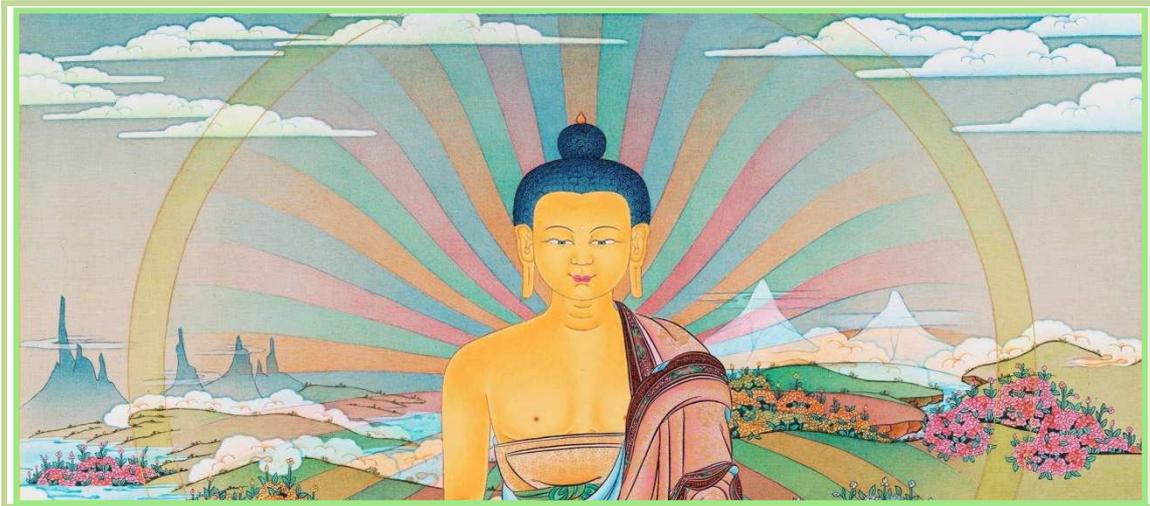
Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 17 maggio 2021: terminato lo scrutinio dei voti, Penpa Tsering è stato ufficialmente dichiarato nuovo Sikyong dell'Amministrazione Centrale Tibetana. Annunciati ufficialmente venerdì 14 maggio, i risultati della tornata elettorale dell'11 aprile hanno sancito la vittoria di Penpa Tsering con 34.324 voti contro i 28.907 di Kelsang Dorjee

Aukatasang, l'altro candidato in corsa per la presidenza. Nel suo primo messaggio dopo la proclamazione, il nuovo Sikyong, ha affermato la necessità e l'importanza dell'unità della comunità tibetana in esilio al di là di ogni meschina contrapposizione regionale o di parte. "Ora dobbiamo essere uniti e comprendere chi è il nostro vero nemico", ha detto. Alla luce della fiducia in lui riposta, ha inoltre dichiarato di volersi impegnare per la ripresa del dialogo con la Cina e di voler perseguire il bene della società tibetana in conformità al desiderio e alle aspirazioni del Dalai Lama. "I tibetani in Tibet, pur sotto l'oppressivo regime cinese, hanno tenuto in vita la loro causa con grande determinazione per tutti questi anni e molti di loro hanno sacrificato le loro vite. Dobbiamo fare in modo che il loro sacrificio non sia vano".

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



Appuntamenti
Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



DOMENICA 13 giugno ≈ ore 14.30 - 18.00

Una giornata di festa per ricordare la nascita, il risveglio e la definitiva liberazione dalle spoglie mortali del Buddha, in un'atmosfera di armonia e fratellanza, aperta a tutti coloro che credono nell'amore e nella Pace fra le genti.

VESAK 2021 : Un antidoto alla paura

Pomeriggio in presenza presso il Monastero Samten Ling di Graglia Santuario

- ◆ ore 14.30 accoglienza pubblico
- ◆ ore 15.00 discorso introduttivo del Ven.Lama Paljin Tulku Rinpoce
- ◆ ore 15.15 interventi delle Autorità
- ◆ ore 15.35 cerimonie beneaugurali dei religiosi buddhisti
- ◆ ore 16.45 preghiera per la Terra e per la Pace nel mondo
- ◆ ore 17.00 concerto meditativo con il Ven. Bhante Kusalananda
- ◆ ore 17.30 cerimonia del "Bagno del Buddha bambino" e commiato

La manifestazione è organizzata da: **Monastero Samten Ling** di Graglia Santuario (Bi), **Centro Mandala** di Milano, **Centro Deua Ling** di Merano, **Tempio di Guhozan Renkoji** di Cereseto (AI).

*Ingresso libero : i festeggiamenti si svolgeranno all'aperto e nel rispetto delle norme sanitarie.
Per questo motivo i posti sono limitati ed è necessario prenotarsi in Segreteria.
In caso di pioggia l'evento verrà annullato.*

info@mandalasamtenling.org - tel : 3714850044 / 3466304488

VESAK 2021

Impermanenza La crisi dell'essere, la fragilità del Pianeta

29 Maggio 2021
in diretta streaming dalle 14.30 alle 18.00
sui canali Facebook, Instagram e YouTube
dell'Unione Buddhista Italiana



PREGHIERA PER LA TERRA

Tempio Lankaramaya di Milano

INTRODUZIONE E SALUTI

Filippo Scianna

Presidente Unione Buddhista Italiana

Ron Eichhorn

Presidente Unione Buddhista Europea

Modera: **Silvia Francescon**

Unione Buddhista Italiana ed esperta internazionale di tematiche ambientali

TESTIMONIANZE

Alessandro Volo

Apicoltore

Andrea Morello

Sea Shepherd

Serena Talarico

Antropologa, mediatrice religiosa e culturale

Riccardo Belli

Imprenditore sociale, innovatore, comunicatore

RELATORI

Francesco Bicciato

Segretario Generale del Forum per la Finanza Sostenibile

Edoardo Croci

Docente presso l'Università Bocconi e Coordinatore Osservatorio Green Economy

Ven. Thubten Chodron

Badessa e Fondatrice Sravasti Abbey

David Loy

Docente e autore. Co-fondatore New Rocky Mountain Ecodharma Retreat Center

Ven. Bhiksuni Thubten Jampa

Sravasti Abbey

Katherine Marshall

Senior Fellow Berkley Center for Religion, Direttrice World Faiths Development Dialogue

Richard Gere

Presidente International Campaign for Tibet

Agenda
Ambiente



Unione
Buddhista
Italiana

Impermanenza

La crisi dell'essere, la fragilità del Pianeta

La pandemia ha messo in luce la fragilità di un sistema economico e sociale già provato da anni di crisi. La situazione rende ancora più urgente intervenire concretamente e affrontare il problema della povertà che in modo crescente e diffuso colpisce fasce sempre più ampie della popolazione.

L'Unione Buddhista Italiana desidera contribuire da protagonista alla ricerca di una soluzione a questa emergenza, che è prima di tutto umana e di prospettiva. Serve un tipo di azione nuovo, una rinnovata forma di riscatto sociale che basa la sua azione su un nuovo modello di intervento: etico, sociale e di impresa, efficace e tangibile.

IL VESAK

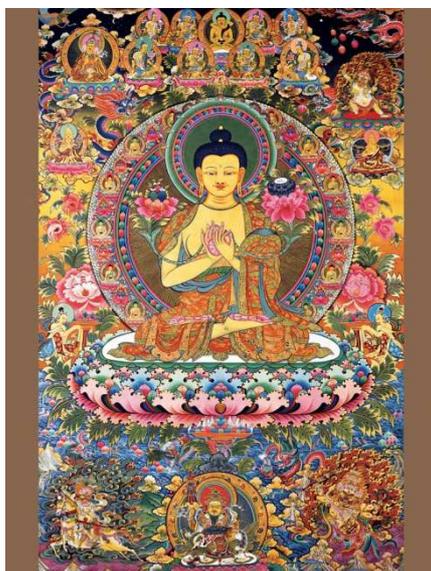
Il Vesak è la ricorrenza più importante che accomuna tutte le tradizioni buddhiste, per la quale le Nazioni Unite hanno stabilito una giornata di celebrazione internazionale. Per convenzione si festeggia durante il plenilunio di maggio, in cui si celebra contemporaneamente la nascita, l'illuminazione e il paranirvana del Buddha. Sulla base dell'Intesa con lo Stato italiano, questa ricorrenza si celebra ogni anno nelle giornate dell'ultimo sabato e domenica di maggio.

L'UNIONE BUDDHISTA ITALIANA

L'Unione Buddhista Italiana (UBI) è l'Ente Religioso i cui soci sono i Centri e le associazioni buddhiste che operano nel Paese. Gli scopi dell'UBI sono: riunire i diversi gruppi buddhisti, senza alcuna ingerenza dottrinale e senza prediligere alcuna tradizione rispetto alle altre, siano esse Theravāda, Mahāyāna o Vajrayāna; diffondere il Dharma; sviluppare le conversazioni e il coordinamento tra i Centri; favorire il dialogo interreligioso e con altre istituzioni italiane; rappresentare il Buddhismo italiano nell'Unione Buddhista Europea (EBU).

Scarica il programma completo:

[*UBI-VESAK2021-FLYER-ESTESO-04.pdf*](#) (unionebuddhistaitaliana.it)



GIOVEDÌ 3 GIUGNO 2021

CONFERENZA ONLINE ORE 18,00

CINA

**I NUOVI RAPPORTI CON IL RESTO DEL MONDO
LE "MINORANZE"...I CONFINI...**



INTERVENGONO:

**MATTEO BIANCHI, PIO D'EMILIA, MICHELE GERACI,
ROBERTO RAMPI, ANTONIO SELVATICI, ROSE TANG,
GIULIO TERZI DI SANT'AGATA, PIERO VERNI.**

CINA

I NUOVI RAPPORTI CON IL RESTO DEL MONDO, LE "MINORANZE" ... I CONFINI... LA VIA DELLA SETA TRA ALLEANZE E CONFLITTI

Un incontro dialettico e speriamo costruttivo, da posizioni anche molto divergenti su temi di grande attualità che ruotano attorno alla Cina: i suoi rapporti con il resto del mondo, le sue mire egemoniche, la sua gestione delle "minoranze" (Tibet e Xinjiang), i problemi di confine con l'India, la "Via della Seta" e tanto altro, dibattuto da relatori competenti che ci illustreranno il tutto con chiarezza, fornendo dati e documenti ed entrando così nel merito delle questioni.

Partecipano

On. MATTEO BIANCHI – Lega
PIO D'EMILIA (corr. SKY da Tokyo)
Prof. MICHELE GERACI (economista)
Sen. ROBERTO RAMPI – PD
ANTONIO SELVATICI (scrittore, giornalista)
ROSE TANG (attivista, reduce di Tienanmen)
GIULIO TERZI DI SANT'AGATA (diplomatico, già ministro degli esteri)
PIERO VERNI (scrittore, giornalista)
Moderatore: Claudio Cardelli (Pres. Ass. Italia-Tibet)

Per partecipare alla riunione video, fai clic su questo link:

<https://meet.google.com/cvk-nhcf-seq>

Altrimenti, per partecipare telefonicamente, componi:

+39 02 3046 1778 e digita il PIN: 820 198 146#

Per visualizzare altri numeri di telefono, fai clic su questo link:

<https://tel.meet/cvk-nhcf-seq?hs=5>



L'angolo del libro, del documentario e del film



A cura di Erberto Lo Bue, *La preziosa ghirlanda degli insegnamenti degli uccelli* (Bya chos rin-chen 'pregn-ba), Italia, 1998: Questa breve e deliziosa gemma in cui la postfazione di Erberto Lo Bue è preziosa quanto il testo stesso si presenta come un'autentica favola. L'antico genere letterario viene definito tramite i suoi protagonisti ossia gli animali con il linguaggio, i comportamenti e i difetti degli uomini, i suoi luoghi realistici e l'insegnamento di una morale. Al pari dei *jātaka* (547 racconti popolari in pāli sulle vite anteriori del Buddha) anche nel *La preziosa ghirlanda degli insegnamenti degli uccelli* gli animali colloquiano in ambienti reali, in tempi remoti senza ulteriori specificazioni. Il testo ci rivela che ci troviamo, appunto, in un *locus amoenus* al confine fra l'India ed il Tibet, in epoca incerta e ascoltiamo le parole del cuculo considerato il re degli uccelli in Tibet dove il suo arrivo in primavera, annuncia il risveglio della natura. L'uso di

metafore, i simboli e le allegorie è più che evidente anche grazie al linguaggio fresco e godibile. Nonostante la semplice struttura, questa perla letteraria è colma di riferimenti alla sapienza buddhista che il cuculo impartisce ai numerosi uccelli ed uccellini su richiesta del pappagallo considerato nella poesia tibetana un simpatico intermediario. Al lettore attento si rivela che è il nobile Bodhisattva Avalokiteśvara, che ha scelto questo uccello di altissimo prestigio come la sua manifestazione per impartire al concilio alato il risveglio della vera natura della mente. La migrazione degli uccelli dal confine indo-tibetano alla valle di Yarlùn in Tibet, in occasione della loro seconda riunione simboleggia la divulgazione del Buddhismo dall'India al Paese delle Nevi; la fecondazione del terreno da parte degli uccelli indica la nutrizione della mente grazie alla dottrina buddhista insegnata dal Re degli Uccelli. I vari inviti alla meditazione sugli insegnamenti preziosi espressi dal cuculo alla moltitudine alata in ascolto ricordano la posizione centrale di Avalokiteśvara nel Buddhismo che decise di salvare gli abitanti del Tibet conducendoli sulla retta via, mentre la cornacchia e il nibbio che si rifiutano di fare alcun voto buddhista rappresentano semplicemente coloro la cui mente è occupata di ottundimento e stoltezza. Il catalogo dei richiami alla dottrina buddhista brillantemente inseriti in questo brioso libricino sarebbe lungo e rinvia sia al genere sia ai valori morali dei *jātaka* (v. sopra): la compassione, l'altruismo, la vacuità, l'insegnamento del Nobile Ottuplice Sentiero. Lascio questa educativa scoperta al lettore. Concludono la edizione italiana una vasta bibliografia sul tema nonché la edificante postfazione del curatore del libro, Erberto Lo Bue. (kd)



A cura di Tenzin Dickie
**ANTICHI DEMONI,
 NUOVE DIVINITÀ**
 Racconti tibetani contemporanei



Tenzin Dickie (a cura di), *Antichi Demoni, Nuove Divinità: Racconti Tibetani Contemporanei*, Italia 2020: Tenzin Dickie, – curatrice, poetessa, scrittrice e traduttrice – nata e vissuta in un insediamento tibetano in India, raccoglie in questo volume una serie di racconti che rappresentano il Tibet e il suo popolo da diversi punti di vista. Storia dopo storia, si possono intravedere sprazzi del passato e delle esperienze dei vari autori. Un libro con quindici storie e quindici scrittori, ognuno dei quali mostra un aspetto differente del Tibet, compresa la vita nelle comunità in esilio, provenendo loro stessi anche da Cina, India, Nepal, Stati Uniti e Canada. Affine al genere letterario del realismo cinese, la realtà presentataci può risultare spesso malinconica, disillusa e sconcertante, sentimenti che rispecchiano l’identità multipla di un popolo privato della propria terra che ancora lotta per preservarne la cultura.

Interessante è l’introduzione della curatrice, che ci racconta come è nata l’idea di raccogliere insieme questi racconti, partendo

dai ricordi della propria infanzia e da un breve excursus relativo alla letteratura tibetana tradizionale fino all’esordio del genere moderno, andati perduti con la Rivoluzione Culturale e le successive politiche di censura. Ovviamente, ci furono sempre scrittori, chi rimase nella Regione Autonoma del Tibet o chi in esilio, che produssero “letteratura”, ma ormai vi era innegabilmente un divario con il passato. Questo libro è il contributo di Tenzin Dickie per aiutare a superare questo isolamento, in particolare per coloro che chiama “orfani della letteratura”, ovvero i tibetani della nuova generazione che conoscono solamente la realtà delle comunità in esilio. Ella stessa spera che questo possa essere “il coming-out del racconto tibetano [contemporaneo]”, offrendo al pubblico occidentale uno sguardo autentico delle vite di comuni tibetani che si destreggiano “nello spazio tra tradizione e modernità, occupazione ed esilio, storia nazionale e personale”, mentre, per gli stessi tibetani, queste storie potranno donare “conforto, chiarezza e un senso di appartenenza”.

(cm)



E' uscito il N° 12 (28 aprile 2021) di *Thais*, rivista semestrale di formazione e aggiornamento, diretta da Marilia Bellaterra. È la preziosa pubblicazione telematica dell'altrettanto preziosa organizzazione Aref international

(<https://www.arefinternational.org>) che si occupa principalmente di aiutare il mondo dei profughi tibetani, con particolare attenzione nei confronti dell'infanzia e degli anziani. In questo numero troviamo innanzitutto una meritoria serie di approfondite recensioni di libri riguardanti il Tibet e la Cina. Si parte con una minuziosa analisi dell'importante saggio in inglese, *Foregrounding Tibet*, edito dal *Tibet*

Policy Journal (<https://tibetpolicy.net/journals/>) che tocca numerosi e importanti aspetti del problema tibetano. Si passa a *Noi siamo la rivoluzione*, di Joshua Wong, il più conosciuto dei leader del movimento democratico di Honk Kong, che spiega con chiarezza il senso della protesta lunga più di un anno dei cittadini della ex colonia britannica, brutalmente repressa da Pechino. Si entra poi nel merito di due testi realmente importanti. *Assaulting Identity: China's new coercive strategies in Tibet*, che affronta (da qui il titolo) in dettaglio le nuove politiche colonizzatrici cinesi in Tibet e *L'infinito errore*, di Fabrizio Gatti in cui l'Autore racconta la storia segreta della pandemia che sta sconvolgendo il mondo mettendo in risalto le responsabilità di Pechino e dell'OMS. È quindi la volta della puntuale disamina di come la Cina, grazie alla sua enorme forza economica, stia occupando sempre più spazi nel mondo e cerchi di rimodellarlo a sua immagine e somiglianza (Clive Hamilton-Mareike Ohlberg, *La Mano Invisibile*). E si continua con una riflessione sulla tanto sfortunata quanto dimenticata pagina della guerriglia tibetana che operò prima in Tibet poi in Mustang tra la seconda metà degli anni '50 e la prima metà dei '70 del secolo scorso (Gianluca Frinchilucci e Laura Bacalini, *Il Dorje e la Spada*). Assolutamente da non perdere la storia a fumetti della fuga del Dalai Lama in India nel marzo 1959. Suggestivo, a tratti commovente, sempre efficace nel tratto e nel contenuto, questo *The Dalai Lama's Escape to India* di Vishnu Gopinath e Susnata Paul è veramente una lettura godibile che in poche pagine racconta tutto l'essenziale di quel drammatico episodio della vita del Dalai Lama. Una interessante spiegazione di Marilia Bellaterra del simbolismo della bandiera tibetana, il racconto della *kora* del Kailash di Matteo Zardini e una approfondita riflessione sul dramma delle "Torce umane" del Tibet della mediatrice culturale Flavia Paoli chiudono questo N° 12 di *Thais*. Non perdetelo.

(pv)

Il Dalai Lama ci parla

DESIDERIO DI FELICITA'

Spero che il lettore del presente libro possa comprendere alcuni fondamenti del Buddhismo e dei metodi grazie ai quali i praticanti buddhisti hanno coltivato la saggezza e la compassione nel corso delle loro esistenze. I metodi che discuteremo nei capitoli seguenti sono stati presi da tre testi sacri del Buddhismo. Kamalasila fu un saggio indiano che si adoperò molto per la diffusione del Buddhismo in Tibet. Il suo lavoro, *Stati mediani di Meditazione*, contiene l'intera essenza del pensiero del Buddha. Ho anche preso in esame *Le Trentasette Pratiche del Bodhisattva* di Togmay Sangpo e *Gli Otto Versi dell'Addestramento Mentale* di Langri Tangpa. Vorrei sottolineare che non si deve essere necessariamente buddhisti per usare le tecniche meditative di cui parleremo. In effetti le tecniche in sé non portano all'illuminazione o all'apertura del cuore. Quello dipende da voi, dall'energia e dalle motivazioni che mettete nella vostra pratica spirituale.

Il proposito della pratica spirituale è quello di esaudire il nostro desiderio di felicità. A questo riguardo siamo tutti uguali poiché vogliamo essere felici e superare le sofferenze. Penso inoltre che condividiamo il medesimo diritto a raggiungere questo scopo comune.

Quando prendiamo in esame la felicità che cerchiamo e la sofferenza che vorremmo evitare, ci appaiono evidenti i sentimenti piacevoli e spiacevoli che proviamo in relazione all'esperienza del tatto, dell'olfatto e delle altre forme sensoriali che percepiamo intorno a noi. Ma esiste un altro livello di esperienza quello mentale, quello in cui si raggiunge la vera felicità.

Se paragoniamo i livelli fisico e mentale della felicità, vediamo che l'esperienza del dolore e del piacere che ha luogo nella mente è molto più forte. Per esempio, quando siamo depressi o preoccupati anche se ci troviamo in un ambiente gradevole non riusciamo nemmeno a rendercene conto. D'altra parte, se sperimentiamo la pace interiore, possiamo affrontare con maggiore facilità le sfide e i problemi della vita. Ne consegue dunque che l'esperienza del dolore e del piacere a livello di pensieri ed emozioni è di gran lunga più potente di quella fisica.

Se analizziamo le nostre esperienze mentali, vediamo che le emozioni forti che sperimentiamo (come il desiderio, l'odio e la rabbia) non ci possono dare una felicità duratura e profonda. Esaudire un desiderio ci può regalare un senso di soddisfazione temporanea ma il piacere che sperimentiamo comprando, ad esempio, una nuova macchina o una casa, è in genere di breve durata. Quando ci lasciamo prendere dai desideri, questi tendono a divenire via via più intensi e numerosi. Abbiamo maggiori bisogni e minori soddisfazioni dal momento che ci sarà sempre più difficile soddisfare tutte le nostre voglie. Il Buddhismo considera desiderio, odio e rabbia emozioni dolorose dal momento che sono fonte di uno scontento che nasce dal disagio prodotto da emozioni del genere. E uno stato mentale di questo tipo può produrre anche dei danni fisici.

Da dove vengono queste emozioni? Per il Buddhismo sono radicate nelle abitudini del passato e si dice che ci abbiano accompagnato per molte esistenze. Se continuiamo ad assecondarle cresceranno a dismisura condizionandoci sempre di più. Quindi la pratica spirituale è il processo in grado di domare queste emozioni e ridurne la forza. Devono essere completamente rimosse perché sia possibile ottenere la definitiva felicità.

Possediamo anche una rete di modelli di risposte mentali che abbiamo deliberatamente coltivato o per condizionamenti culturali o sulla base di scelte razionali. Principi etici, leggi e religioni sono esempi di come il nostro comportamento possa essere incanalato da strutture esterne. All'inizio le emozioni positive derivanti dal prenderci cura della parte migliore di noi potranno essere deboli ma potremo rafforzarle con l'uso rendendo così l'esperienza della felicità e dell'equilibrio interiore molto più potente di una vita prigioniera degli impulsi emotivi.

DISCIPLINA ETICA E LA COMPrensIONE DI COME SONO LE COSE

Se esaminiamo ancora più in profondità le nostre emozioni e i nostri pensieri istintivi troveremo che, oltre a disturbare la pace della mente, tendono anche a produrre delle “proiezioni mentali”. Cosa vuol dire? Le proiezioni rappresentano un collegamento potente tra noi stessi e gli oggetti esterni, persone od oggetti, che desideriamo. Per esempio, quando qualcosa ci attrae, tendiamo ad esagerare le sue qualità considerandola al cento per cento buona e proviamo per quell’oggetto o quella persona una fortissima bramosia. Una proiezione esagerata può portarci a credere che un nuovo e modernissimo computer potrà soddisfare ogni nostro bisogno e risolvere ogni nostro problema.

Analogamente, se troviamo qualcosa spiacevole tendiamo a vederla sotto una luce completamente negativa. Una volta che il nostro cuore è stato conquistato da un nuovo computer, quello vecchio -che pure ci ha servito così bene per tanti anni- ci apparirà all’improvviso datato e pieno di difetti. La nostra interazione con il computer verrà quindi corrotta da queste proiezioni. E questo vale tanto per le cose quanto per le persone. Consideriamo un padrone fastidioso o un collega difficile come se, “naturalmente”, avessero un brutto carattere. E lo stesso tipo di giudizio lo diamo su oggetti che non ci piacciono anche se gli altri li trovano normalissimi.

Se prendiamo in esame il modo in cui proiettiamo i nostri giudizi -positivi o negativi che siano- sulla gente o sulle cose, possiamo vedere come più le emozioni e i pensieri si basano sulla ragione, più sono fondati poiché vengono meno influenzati dalle proiezioni. Un tale approccio riflette molto meglio la effettiva realtà delle cose e della situazione. Credo dunque che coltivare una corretta comprensione di come sono effettivamente le cose sia fondamentale per la nostra ricerca della felicità.

Lasciatemi esplorare come tutto questo si possa applicare alla pratica spirituale. Mentre lavoriamo per sviluppare la disciplina etica dobbiamo per prima cosa comprendere l’importanza di impegnarci in una condotta morale che per i buddhisti vuol dire astenersi dalle dieci azioni non virtuose. Ce ne sono di tre tipi: fisiche, verbali e mentali. Noi ci asteniamo dalle tre azioni non virtuose del corpo: uccidere, rubare e una condotta sessuale scorretta; dalle tre azioni non virtuose della parola: mentire, offendere e pronunciare discorsi fatui; dalle tre azioni non virtuose della mente: bramosia, malizia e concezioni errate.

Possiamo capire quanto sia importante il nostro autocontrollo una volta che abbiamo compreso le conseguenze delle azioni non virtuose. Per esempio, cosa c’è di sbagliato in un discorso fatuo? A quali conseguenze conduce? Per capirlo dobbiamo dapprima riflettere su quanto i pettegolezzi ci portino a parlar male degli altri, a perdere il nostro tempo e in ultima analisi quanto ci lascino insoddisfatti. Quindi dobbiamo prendere in esame come ci poniamo nei confronti di coloro che indulgono nei pettegolezzi, di quanto poco li stimiamo e di come non vogliamo i loro consigli e la loro fiducia. E potreste pensare anche ad altri aspetti spiacevoli di un discorso fatuo. Riflessioni del genere aiutano a controllarci quando siamo tentati dai pettegolezzi. Credo che siano queste meditazioni, apparentemente banali, le più efficaci per apportare gli indispensabili cambiamenti nella nostra ricerca della felicità.

I TRE GIOIELLI DEL RIFUGIO

Fin dall’inizio del sentiero buddhista, è molto importante la connessione che lega la comprensione di come le cose sono e il nostro comportamento spirituale. E’ attraverso questa relazione che stabiliamo di essere dei seguaci del Buddha. Si considera buddhista colui che prende rifugio nel Buddha, nella sua dottrina nota come Dharma e nella Sangha, la comunità spirituale che segue quella dottrina. Questi tre aspetti sono conosciuti come i Tre Gioielli del Rifugio. Noi che abbiamo

la volontà di prendere rifugio in essi dobbiamo all'inizio riconoscere l'insoddisfazione per la difficoltà della nostra vita attuale e per la sua natura dolorosa. Una profonda e autentica comprensione di questa realtà ci porta naturalmente a desiderare di cambiare la nostra situazione e porre fine alla sofferenza. E quindi saremo motivati a trovare un metodo per mettere in pratica questi desideri. Possiamo considerare questo metodo una sorta di rifugio o riparo dalla sofferenza dalla quale cerchiamo di fuggire. Così, il rifugio di cui si parla nel Buddhismo è una protezione dal dolore che vorremmo evitare. Il Buddha, il Dharma e il Sangha sono considerati in grado di offrire un simile riparo e quindi sono appropriati strumenti che ci offrono rifugio dalla sofferenza. E' in questo spirito che un Buddhista prende rifugio nei Tre Gioielli.

Però, prima di cercare rifugio dal dolore, dobbiamo affinare la nostra comprensione della sua natura e delle sue cause e in questo modo intensifichiamo il nostro desiderio di trovare una protezione. Un processo mentale del genere, che comporta sia lo studio sia la contemplazione, deve anche essere applicato per sviluppare il nostro apprezzamento delle qualità del Buddha e questo ci porta a riconoscere il valore del metodo con cui le ottenne, vale a dire il Dharma, la dottrina. Quindi, in seguito a questo, crescerà anche il nostro rispetto per il Sangha, la comunità dei fedeli impegnata a mettere in pratica il Dharma. Più aumenterà il nostro rispetto per il rifugio, più si intensificherà la nostra determinazione a impegnarsi in una pratica spirituale quotidiana.

Come buddhisti, quando prendiamo rifugio nella dottrina del Buddha, il secondo dei Tre Gioielli, stiamo prendendo rifugio sia nel potenziale stato di libertà dal dolore sia nel sentiero, o metodo, grazie al quale potremo ottenere quello stato. Questo sentiero, l'applicazione della dottrina attraverso una consapevole pratica spirituale, viene chiamato Dharma. Possiamo usare lo stesso nome anche per indicare lo stato di libertà dal dolore, dal momento che è la diretta conseguenza dell'applicazione dell'insegnamento del Buddha. Man mano che la nostra fede e comprensione del Dharma crescerà, svilupperemo un forte apprezzamento per la Sangha, il gruppo di persone che nel presente o nel passato sono riuscite a liberarsi dal dolore. Potremo allora concepire la possibilità di un essere che abbia raggiunto una completa libertà dagli aspetti negativi della mente, un Buddha. E mentre si svilupperà la nostra comprensione della miserevole natura della vita, aumenterà anche il nostro apprezzamento del Buddha, del Dharma e del Sangha - i Tre Gioielli in cui cerchiamo riparo. E questo intensificherà la nostra voglia di cercare la loro protezione.

All'inizio del sentiero buddhista, potremmo attaccarci al nostro bisogno di essere protetti dai Tre Gioielli. In modo particolare coloro che non sono cresciuti all'interno di una fede. Poiché i Tre Gioielli hanno il loro equivalente in altre tradizioni religiose, spesso per i praticanti di queste fedi è più semplice riconoscerne il valore.

LASCIARE L'ESISTENZA CICLICA

Una volta preso atto dello stato di dolore in cui viviamo, quella onnipervadente sofferenza causataci dalle emozioni negative come attaccamento e rabbia, sviluppiamo nei confronti della nostra condizione presente un senso di frustrazione e disgusto che alimenta il desiderio di liberarci da quello stato mentale, vale a dire il ciclo senza fine di insoddisfazione e disagio. Il nostro impegno a liberare noi stessi deve essere preso prima di poter sperimentare la vera compassione che verrà solo quando il centro della nostra attenzione sarà focalizzato sugli altri, sul nostro desiderio di liberarli dal dolore. Va detto però che solo dopo aver riconosciuto la nostra sofferenza e sviluppato il desiderio di liberarcene, potremo sentire un'autentica aspirazione a liberare gli altri dal loro dolore.

Prima di poter rinunciare all'esistenza ciclica, dobbiamo riconoscere l'inevitabilità della morte. Piantiamo il seme della nostra morte al momento della nostra nascita, è un processo

inevitabile. E' anche importante comprendere che non sappiamo quando moriremo e la morte non attende che noi abbiamo terminato di purificare le nostre esistenze. Arriva senza avvertirci e quando giunge il suo momento amici, parenti, tutte le cose preziose che abbiamo collezionato con tanto impegno, non hanno più alcun valore così come non lo ha il nostro stesso corpo che pure è il prezioso veicolo della vita. Pensieri del genere ci aiutano a diminuire le nostre preoccupazioni mondane e spianano la via ad una compassionevole comprensione di come anche per gli altri sia difficile abbandonare i comportamenti egotici.

In ogni caso è fondamentale comprendere l'immenso valore dell'esistenza umana, con il suo potenziale e le grandi opportunità che ci offre. Solo come esseri umani possiamo operare degli autentici cambiamenti nelle nostre vite. Per quanto gli animali possano essere di aiuto alla società, le loro limitate facoltà mentali non li mettono in grado di impegnarsi consapevolmente in attività virtuose ed operare autentici cambiamenti spirituali. Questi pensieri ci ispireranno a non sprecare la nostra condizione umana.

AMICI E GUIDE SPIRITUALI

Oltre alla pratica meditativa è anche importante condurre una vita responsabile. Dobbiamo evitare di essere influenzati da cattive compagnie e amicizie che ci possono confondere. Anche se non sempre è facile giudicare gli altri, possiamo però vedere come certi stili di vita producano comportamenti poco corretti. Una persona premurosa e gentile può facilmente essere influenzata dagli amici ad avere comportamenti immorali. Dobbiamo stare attenti a evitare queste influenze negative e frequentare invece amici leali che ci aiutino a rendere la nostra esistenza umana ricca di contenuti spirituali e di significato.

Il nostro maestro spirituale è il più importante tra questo genere di amici. E' fondamentale che il nostro insegnante sia pienamente qualificato. Parlando da un punto di vista convenzionale, dobbiamo cercare un maestro che sia abilitato a insegnare l'argomento che vogliamo studiare. Infatti una persona può essere un brillante studioso di fisica ma non per questo anche un buon filosofo. Un maestro spirituale deve avere le qualifiche per poter insegnare quello che vogliamo apprendere. Notorietà, ricchezza e potere non sono le caratteristiche di un maestro spirituale! Dobbiamo invece essere certi che possieda la conoscenza spirituale e conosca bene la dottrina che insegna. Ed abbia soprattutto l'esperienza che deriva dall'aver messo in pratica quella conoscenza.

Vorrei sottolineare come sia nostra responsabilità assicurarci che la persona da cui impariamo abbia le necessarie qualifiche. Non ci dobbiamo basare su quello che affermano gli altri o su quanto le persone dicono di loro stesse. Per poter comprendere correttamente le qualifiche del nostro futuro maestro, dovremmo avere una certa conoscenza degli aspetti principali del Buddismo e delle qualità che un insegnante dovrebbe possedere. Lo dobbiamo ascoltare insegnare e osservare attentamente il suo comportamento. In questo modo potremmo avere un'idea più precisa se un determinato individuo è qualificato a guidarci lungo il sentiero spirituale.

Si dice che una persona dovrebbe essere pronta ad osservare un maestro anche per dodici anni per essere sicuro che egli sia veramente qualificato. Ed io non credo che sarebbe una perdita di tempo. Al contrario, più riusciamo a vedere con chiarezza le qualità di un insegnante e più importante lui, o lei, sarà per noi. Se abbiamo fretta e ci mettiamo nelle mani di una persona non qualificata, i risultati saranno disastrosi. Quindi non abbiate timore di analizzare i vostri potenziali maestri, siano essi Buddhisti o di qualche altra religione.

Dalai Lama, *Parole dal Cuore*, Milano 2001

In occasione del Vesak, con scadenza il 6 luglio, data del compleanno di S.S. il Dalai Lama, l'associazione "L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet" ha deciso di promuovere la vendita a prezzo speciale del *Cofanetto (Trilogia Himalaya, Mustang e Lung ta)* a 50 € e del libro "*Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*" a 25 € con il documentario "*Cham, le danze rituali del Tibet*" in OMAGGIO.

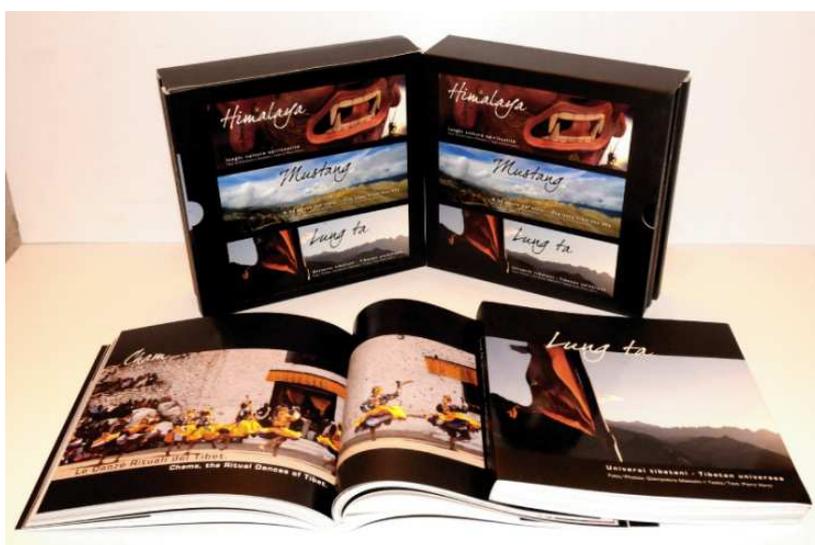
<p>Cham</p> <p><i>le danze rituali del Tibet</i></p>  <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro</p>	<p>www.heritageoftibet.com</p> <p>www.heritageoftibet.com</p>	<p>L'Associazione Heritage Oltre i Confini presenta</p> <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario 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. 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>

Himalaya - Luoghi, cultura, spiritualità, fotografie di Giampietro Mattolin - testi di Piero Verni; pag. 160, Padova 2006: "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: "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).

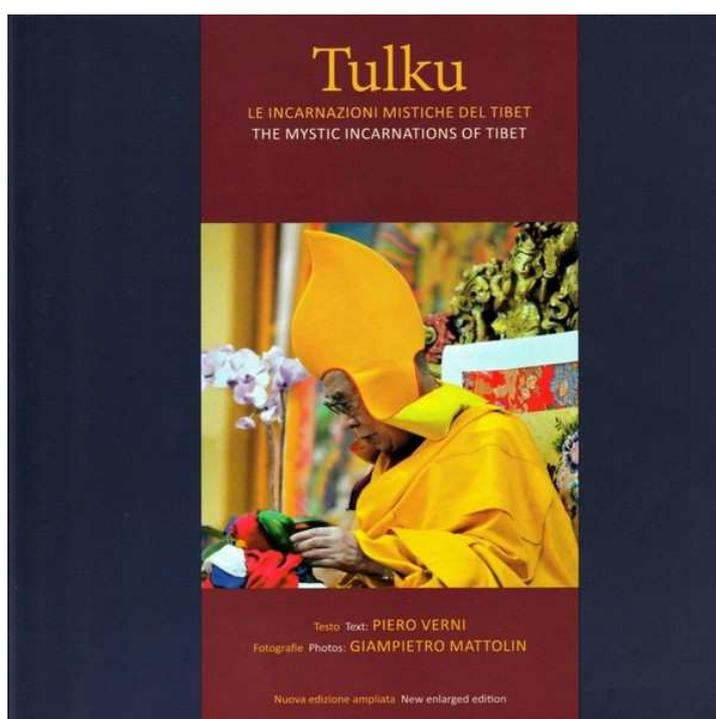
Lung Ta: Universi tibetani - Tibetan universes, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (italiano ed inglese) di Piero Verni, pag. 204, Dolo (VE), 2012: "Le atmosfere e i ricordi di un trekking compiuto anni fa nella regione più tibetana del Nepal mi sono balzati improvvisamente agli occhi guardando 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 Vesak, € 50; per ordini: heritageoftibet@gmail.com).



Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet,
di Piero Verni e Giampietro Mattolin; Venezia 2018, pag. 240, € 25
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. (prezzo speciale Vesak, € 25; 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.



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!

