



N°72

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

Cari amici,
sembrerebbe, il condizionale continua ad essere d'obbligo, che si sia arrivati alla fine del tunnel. Speriamo che a breve si possa tutti tornare a una vita normale fatta di relazioni effettive e non più telematiche. In questo N°72 di "The Heritage of Tibet news" segnaliamo un interessante profilo di un artista nepalese, le recensioni di due testi importanti quali *La Vita di Marpa il Traduttore* e del primo volume dell'eccezionale opera di Sua Santità il Dalai Lama sui classici buddhisti indiani. Dalai Lama che, come sempre è presente sulla nostra pubblicazione con la sezione, "Il Dalai Lama ci parla", questa volta dedicata a una riflessione su molteplici temi filosofici, spirituali e psicologici che prende l'avvio da una riflessione sul pensiero del grande Maestro buddhista Shantideva. Non perdiamoci di vista.

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

10° giorno del quinto mese dell'Anno del Bue di Ferro (20 giugno 2021)

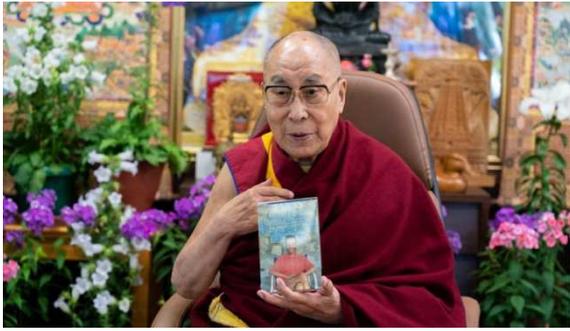




Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 1 e 2 giugno, 2021: Sua Santità il Dalai Lama ha iniziato quest'anno i suoi insegnamenti per i giovani tibetani ricordando le origini del Buddhismo in Tibet. Ha ricordato che nel VII secolo fu creata una scrittura tibetana basata sull'alfabeto indiano Devanagari. Successivamente, la letteratura buddhista indiana fu tradotta in tibetano. Il risultato fu una raccolta

di circa 100 volumi di sutra tradotti e altri 220 volumi di trattati per lo più indiani. Questo significava che i tibetani non dovevano fare affidamento su nessun'altra lingua per studiare il Buddhismo. Molti grandi studiosi e adepti nacquero come conseguenza. "Studiare gli insegnamenti del Buddha alla luce della logica e della ragione", ha osservato il Dalai Lama, "è ora consentito solo nella tradizione tibetana. Il Buddhismo cinese non ha questo approccio. I seguaci della tradizione Pali studiano ciò che dicono le scritture, ma io li 'prendo in giro' perché la mancanza degli strumenti della ragione e della logica li rende 'sdentati' quando si tratta di masticare i punti difficili. La familiarità con la ragione e la logica ci ha permesso di impegnarci in discussioni con gli scienziati da molti anni ormai. Ed entriamo in queste discussioni con fiducia. L'antica tradizione indiana aveva una conoscenza approfondita del funzionamento della mente e delle emozioni. Aggiungiamo a questo una padronanza della ragione e della logica e una comprensione della realtà come delineata nel pensiero della Via di Mezzo e siamo ben preparati per la discussione con gli scienziati". Dopo aver ricordato il pensiero di alcuni Maestri dell'università indiana di Nalanda, il Dalai Lama è poi entrato nel vivo degli insegnamenti. Passando al testo, Sua Santità ha indicato che il primo verso esprime l'omaggio e il secondo esalta i benefici del gioire. Tsongkhapa, ha spiegato il Dalai Lama, studiò a lungo in alcuni monasteri del Tibet centrale. Più tardi, Manjushri gli disse, in una visione che il semplice studio non era sufficiente, così progettò di andare in ritiro per meditare con otto dei suoi più stretti discepoli. Quando dovette affrontare le critiche per aver ridotto gli insegnamenti che dava, Manjushri gli consigliò di essere paziente, dicendogli: 'Io so cosa è meglio'. Durante il ritiro Tsongkhapa ebbe la visione pura di Nagarjuna e dei suoi cinque diretti discepoli. Nella visione uno di loro, che egli intuì essere Buddhapalita, si fece avanti e toccò con un libro la testa di Jé Rinpoché. Il giorno seguente, leggendo il commento di Buddhapalita alla 'Saggezza fondamentale della Via di Mezzo' di Nagarjuna, ottenne una comprensione che lo spinse a comporre 'Elogio della formazione dipendente'. Nel testo preso in esame, "Destino compiuto", racconta ciò che ha studiato e come le scritture gli siano apparse come istruzioni spirituali. L'insegnamento del Dalai Lama è durato due giorni e al termine sia del primo sia del secondo ha risposto alle numerose domande degli studenti.





Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 9 giugno, 2021: tenendo tra le mani una foto del neuroscienziato Francisco Varela (1946-2001), uno dei suoi più cari amici occidentali, il Dalai Lama ha tenuto una conversazione, sul tema "Dialogo per un mondo migliore - Ricordando Francisco Varela" con alcuni membri del Mind & Life Institute, nato proprio dalla sinergia che

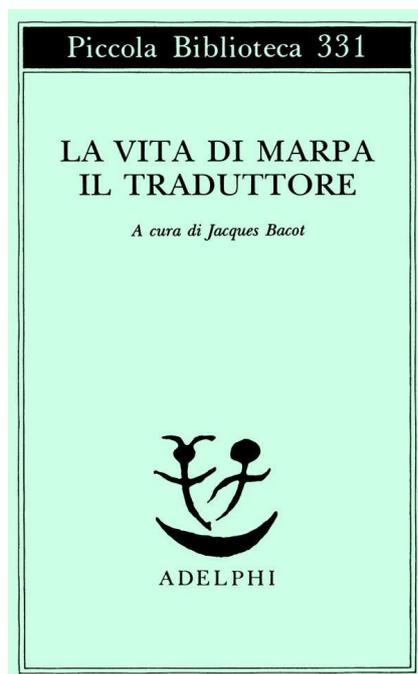
si era creata tra il leader tibetano e il neuroscienziato a partire dal loro primo incontro avvenuto in Austria nel 1983. Il tema era proprio quello di ricordare Varela a venti anni dalla sua prematura scomparsa. "Fin da quando ero molto giovane", ha detto in apertura dell'incontro Sua Santità, "mi sono interessato alle cose meccaniche. Avevo un proiettore cinematografico che era appartenuto al 13° Dalai Lama e la mia curiosità su come la piccola batteria producesse la potenza per guidare e illuminare il proiettore ha stimolato un interesse per l'elettricità. Nel medesimo tempo, fin dalla mia infanzia mi sono impegnato nello studio della filosofia buddhista. Quando l'ho incontrato Varela era uno scienziato, ma era anche profondamente interessato al Buddhismo. Se parlava da un punto di vista buddhista, diceva: 'Sto dicendo questo indossando il mio cappello buddhista' e più tardi, quando esprimeva un'opinione scientifica, 'Ora indosso il mio cappello da scienziato'. Mi sono reso conto che avevo bisogno di qualcuno come lui che capisse il Buddhismo ma che fosse anche uno scienziato. Mi ha colpito e lo ricorderò sempre. Ancora oggi conservo la sua foto in camera mia. In seguito ho potuto incontrare molti altri scienziati. La scienza sembra essersi sviluppata di recente in Occidente, dove sono seguiti il cristianesimo, l'ebraismo e in una certa misura l'Islam. Ma non si parlava molto della mente e delle emozioni. Eppure la mente è sofisticata. Ci permette di pensare, meditare e mutare. Per affrontare le nostre emozioni, abbiamo bisogno di una migliore comprensione del modo in cui funziona il sistema della mente e delle emozioni. Francisco Varela ha mostrato con l'esempio che scienza e Buddhismo possono lavorare insieme. Lui ed io crediamo che si viva una vita dopo l'altra e sono abbastanza sicuro che Varela si sarà reincarnato tra i miei amici più stretti. Che ci riconosciamo o meno, proveremo forti sentimenti l'uno per l'altro come risultato della nostra esperienza nella sua vita precedente. Quando ero molto giovane alcune persone che erano state vicine al 13° Dalai Lama sono venute a casa mia e ho riconosciuto chi erano. Varela e io abbiamo sviluppato un forte legame e sono sicuro che se vivrò altri 10-20 anni, incontrerò un bambino che ha qualcosa di speciale da dire su di lui. Ora sono felice e orgoglioso di parlare del mio vecchio amico e sono contento di vedere che anche sua moglie è con noi". Il Dalai Lama ha poi affrontato il tema dell'incontro. "Questo argomento, 'Dialogo per un mondo migliore', è importante. Nel mondo di oggi con il suo vasto sviluppo materiale, che include la produzione di armi, c'è troppa enfasi su concetti quali la 'mia' nazione, la 'mia' gente, etc. I leader politici hanno sovente un obiettivo ristretto. Quando un altro gruppo di persone adotta un punto di vista diverso dal nostro, troppo facilmente li consideriamo ostili e li chiamiamo nostri nemici. Tuttavia, nel complesso, gli scienziati sono più interessati all'intera umanità piuttosto che a questo o quel gruppo. Oggi c'è un senso troppo forte di 'noi' e 'loro'. C'è troppo senso di "i miei amici" o "il mio nemico". Ma possiamo cambiare le cose. Sono

impegnato a diffondere l'idea che l'umanità è la stessa. Come esseri umani siamo tutti uguali. Inoltre, dobbiamo vivere insieme su questo pianeta. Abbiamo un'economia globale. Dipendiamo gli uni dagli altri. Pertanto, dobbiamo pensare al benessere di tutti i sette miliardi di esseri umani ora in vita. Il passato è stato rovinato da troppa violenza. Guarda cosa ha realizzato l'Unione Europea. Francia e Germania, nemici praticamente da sempre, sono stati in grado di superare la loro storica ostilità e contribuire all'edificazione della UE. Da allora non si sono verificati scontri o violenze tra gli Stati membri. Perché il mondo intero non può adottare un simile punto di vista? Invece di pensare solo alla mia nazione, pensiamo al mondo intero in termini di noi. Questo è qualcosa che mi sento di incoraggiare. Tuttavia, sono solo un rifugiato che vive in India, un paese con cui io e il mio popolo abbiamo profondi legami. L'India è il nostro vicino, ma è anche la fonte di tutta la nostra conoscenza. È come la nostra antica casa. Coltivare il senso di appartenenza alla medesima famiglia umana, mi fa sentire a mio agio perché mi aiuta a capire che ovunque vado, chiunque incontro è un essere umano come me. In quanto esseri umani siamo tutti fratelli e sorelle. Pensare all'unità di tutti gli esseri viventi su questo pianeta, porta alla pace della mente perché non c'è posto per la paura o la sfiducia. Mi impegno a condividere questa idea insieme al riconoscimento del valore di tutte le tradizioni religiose, poiché tutte insegnano l'importanza della gentilezza amorevole. Mi impegno anche per l'ecologia. Le generazioni più anziane in Tibet mi hanno detto che una volta c'era più neve di adesso. Questo è fondamentale perché il Tibet è la fonte dei principali fiumi che forniscono acqua a gran parte dell'Asia. Di conseguenza, dobbiamo proteggere l'ambiente". Una sessione di domande e risposte con Ami Cohen Varela e altri rappresentanti del Mind & Life Institute, ha concluso l'incontro.

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



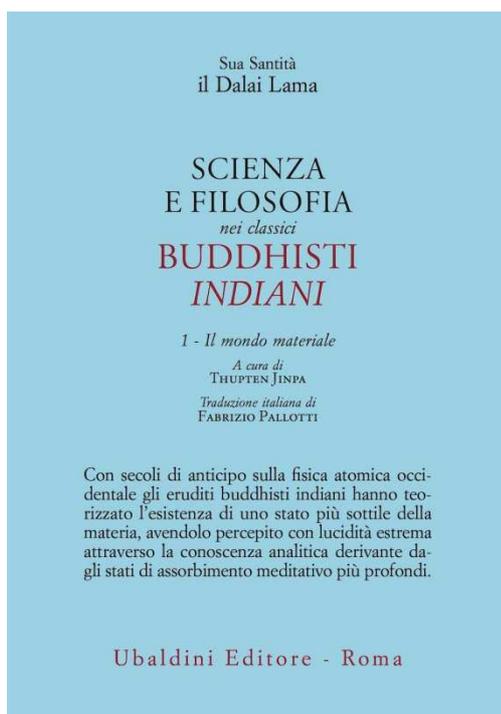
L'angolo del libro, del documentario e del film



A cura di Jacques Bacot, *La Vita di Marpa il Traduttore*, Italia, 1994: Il lettore di questo edificante testo non viene sedotto da una narrativa elegante, bensì dall'abbondanza di dettagli circa la vita del grande Lama che ha posto le basi per la tradizione Kagyu (*bKa'-brgyud*), il lignaggio della "Trasmissione Orale". Grazie all'autore gTsang sMyong Heruka scopriamo che Marpa (1012-1096) a torto è spesso conosciuto solamente come maestro iroso di Milarepa. Il libriccino ci permette di ampliare le nostre conoscenze riguardo il terzo guru del lignaggio iniziato da Tilo (Telopa) in India, trasmesso a Nāropa e da lui a Marpa. Il giovane Marpa, conosciuto per la sua indole impavida nonché per il suo carattere collerico, in Tibet ricevette gli insegnamenti da abili maestri della tradizione Sakya, che destarono la sua curiosità tanto da scegliere di approfondire gli studi religiosi. Nel corso della sua vita si recò tre volte in India. All'inizio del primo viaggio, incontrò alcuni discepoli di Nāropa la cui conoscenza della dottrina lo colpì molto. Decise quindi di andare a cercare il maestro indiano per chiedere di impartirgli di

persona gli insegnamenti. Simbolica è la separazione dal suo compagno di viaggio Nyō che seguì altre vie filosofiche, come all'epoca anche il Buddhismo prese due strade diverse. Marpa, spinto da un fervore immenso, dopo faticosi tentativi riuscì a incontrare il leggendario Nāropa all'Università di Nālandā che lo accolse come figlio spirituale annunciato. Marpa apprese da Nāropa e altri maestri realizzati importanti insegnamenti e ricevette molti testi relativi alle dottrine del Tantra che, al ritorno in Tibet, iniziò a studiare e tradurre. Tuttavia non si sentì soddisfatto della sua conoscenza e volle tornare in India una seconda volta per rivedere i suoi maestri. Quando fece ritorno in Tibet si dedicò per diversi anni alla traduzione dei manoscritti degli insegnamenti tantrici che aveva ricevuto in India, nonché alla guida dei suoi alunni qualificati tra i quali spiccarono suo figlio Tarmadotte e Milarepa. Nonostante la sua età avanzata, Marpa, dopo un sogno, seguendo solitamente presagi per apprendere il corso degli eventi futuri, annunciò che sarebbe tornato in India una terza volta. Questa volta il desiderato incontro con Nāropa fu tortuoso. Marpa lo cercò per molto tempo girando per monti, valli, foreste e città finché non vide la manifestazione della mente del suo lama. Nāropa, in procinto di lasciare il corpo, predisse a Marpa che la sua discendenza sarebbe stata interrotta e gli insegnò la grande tecnica segreta della migrazione della coscienza: un metodo per ottenere la vita eterna, al costo però di interrompere il ciclo delle reincarnazioni e dunque il raggiungimento del Nirvana. Cosicché stabilì di dare la tradizione sul trasferimento della vita solo all'amato figlio Tarmadotte. Il quarto capitolo è importante per la dovizia di particolari con cui vengono raccontate le circostanze della morte di Tarmadotte. Quando poco dopo anche Marpa si spense, aveva conferito allo yogin Milarepa la sua eredità spirituale, tranne un segreto che scomparve con lui: la tecnica che consente la migrazione della propria coscienza.

(kd)

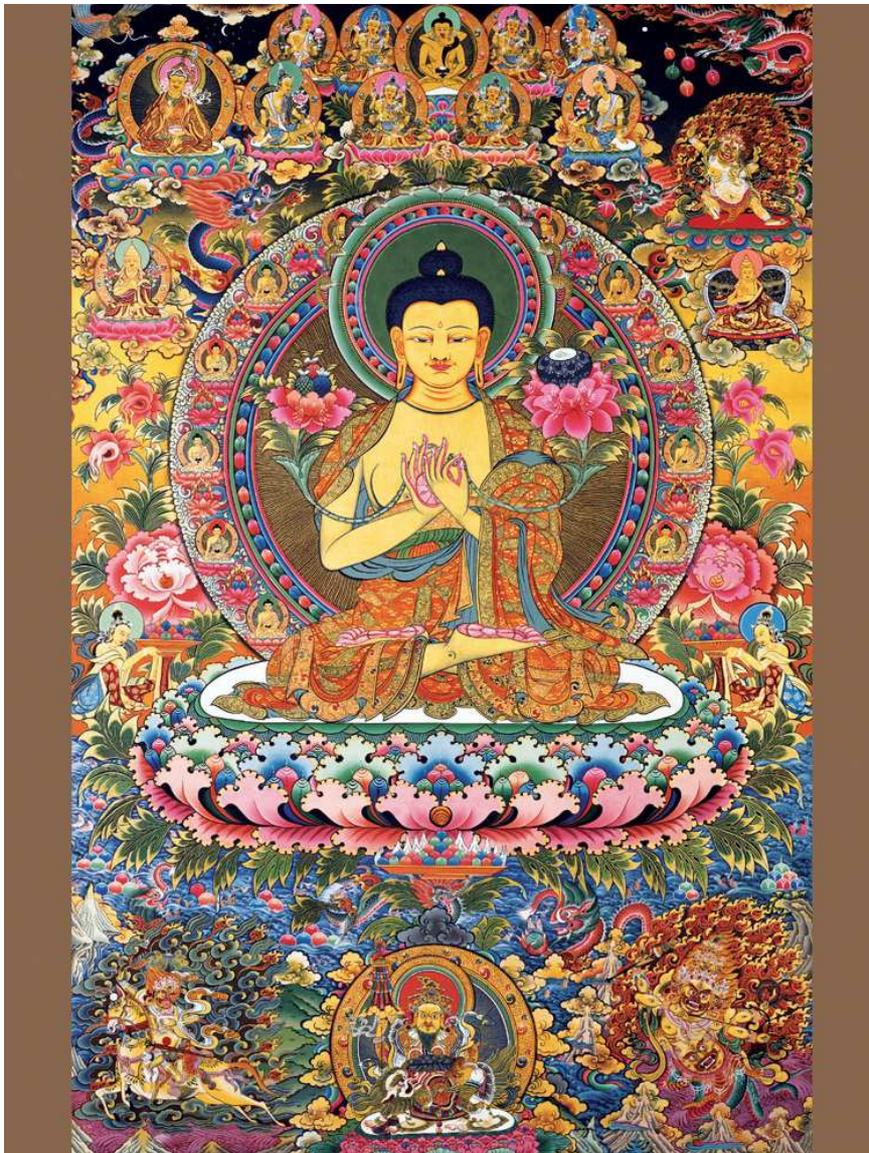


Dalai Lama (a cura di Thupten Jinpa, traduzione italiana di Fabrizio Pallotti), *Scienza e Filosofia nei classici Buddhisti indiani*, Italia 2021: tra i tanti motivi per cui il presente Dalai Lama sarà ricordato nella storia come il Grande Quattordicesimo, c'è sicuramente questa serie di quattro volumi dedicata ai classici del pensiero buddhista indiano ideata da lui e redatta sotto la sua supervisione, curata da Thupten Jinpa. La accurata traduzione italiana è di Fabrizio Pallotti, traduttore ufficiale di Sua Santità relativamente al nostro Paese. Il vasto e complesso universo filosofico e psicologico sviluppato da grandi Maestri come Nagarjuna, Shantideva, Kamalashila, Chandrakirti e altri ancora, viene affrontato, commentato e spiegato all'interno di un medesimo lavoro. Come scrive Thupten Jinpa nella sua Prefazione, "Questo volume è il primo di una serie di

quattro, che riunisce in modo accessibile per il lettore contemporaneo, le indagini scientifiche e filosofiche buddhiste classiche sulla natura della realtà". Si tratta di un progetto di ampio respiro, mai realizzato finora, in cui troviamo anche l'eco del grande lavoro che Sua Santità il Dalai Lama porta avanti da alcuni decenni relativamente ai rapporti tra scienza e Buddhismo. Infatti, nell'impianto di questa esposizione delle concezioni buddhiste sviluppatesi per circa un millennio in India, c'è sempre una grande attenzione alla logica, alla sperimentazione analitica, alla concretezza della riflessione psicologica dei pensatori buddhisti indiani. Tutti elementi che ben si accordano con una visione moderna della conoscenza che anima le ricerche di quella parte del mondo scientifico che non si chiude con alterigia all'interno del proprio castello di opinioni, ma sente invece il bisogno di un incontro e di un serio confronto con orizzonti diversi ma non per questo necessariamente divergenti e antitetici. È quella parte che nel corso degli ultimi decenni il Dalai Lama si è confrontato. Tra i numerosi nomi che si possono fare, vi sono alcuni tra i principali artefici della rivoluzione scientifica e tecnologica del nostro tempo. Filosofi, neuroscienziati, pensatori del calibro di Karl Popper, von Weizsäcker, Francisco Varela, David Bohm e tanti altri che il leader tibetano non ha problemi a definire "i miei insegnanti". Spiegando, con un linguaggio nel medesimo tempo chiaro ma estremamente rigoroso, i punti di vista, i percorsi e le conclusioni a cui sono arrivate le scuole e le correnti del Buddhismo indiano nel corso dei secoli, il Dalai Lama ci fornisce un indispensabile strumento per comprendere l'autentica realtà del mondo fenomenico. Comprensione che si muove lungo un crinale che contempla numerosi punti di contatto con tanti aspetti della scienza contemporanea. È impressionante cogliere la "modernità" di come gli antichi maestri buddhisti indiani affrontavano argomenti quali le "entità materiali", le "particelle sottili", il "tempo", il "cosmo", il "processo della nascita", la "relazione tra corpo e mente" tanto per citarne alcuni. Questo ponderoso studio avvince il lettore con il fascino di un ottimo romanzo. E infatti potremmo dire che è un "emozionante" viaggio all'interno di una sorta di "Scienza della Mente" che oggi più che

mai può dimostrarsi un efficace aiuto quando si affrontano i problemi e i drammi dell'umanità contemporanea. Un libro che senza alcun dubbio dovrà essere letto da coloro che si interessano al Buddhismo. Ma forse ancora più interessante potrà essere per quanti poco o nulla conoscono dell'insegnamento dell'Illuminato o, peggio, lo ritengono una via irrazionale, fideistica, basata sulla superstizione. Questo libro del Dalai Lama (di cui aspettiamo con impazienza l'uscita del secondo volume) dimostra che le cose non stanno così. Il percorso di conoscenza delle realtà interne ed esterne all'essere umano, proposto dal Buddha e dai Maestri venuti dopo di lui, si fonda sulla logica, l'osservazione analitica, la capacità di guardare la Realtà per quello che essa realmente è. Al di là dei pregiudizi, delle proiezioni mentali, delle mistificazioni egotiche. Un grazie sentito al Dalai Lama (e a tutti coloro coinvolti in questa avventura di conoscenza) per il prezioso regalo che ci hanno fatto.

(pv)



L'arte tibetana della diaspora in Nepal: Ang Tshering Sherpa

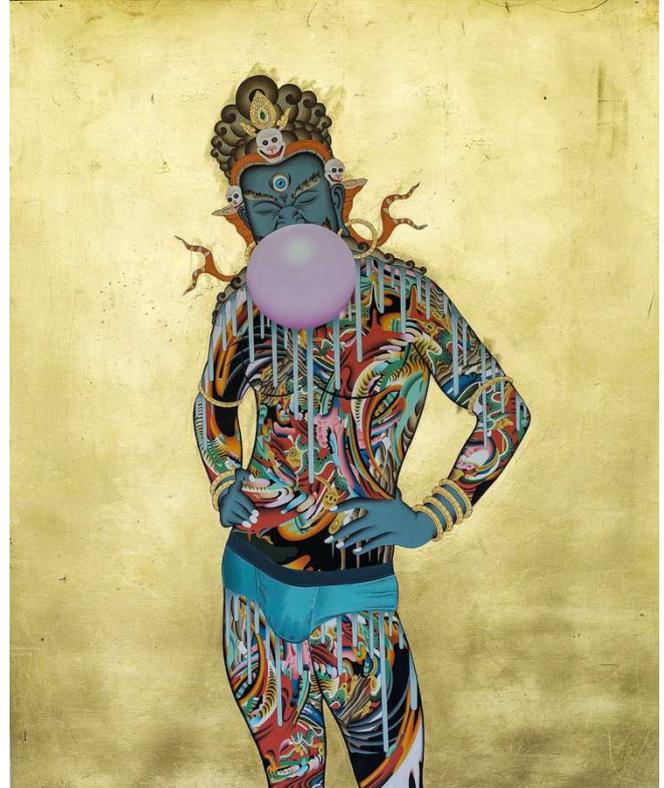


«Attraverso le lenti della Diaspora Himalayana, le mie opere trattano, allo stesso tempo, di preservazione e trasformazione di una cultura diffusa, intrecciando la sacra e secolare storia del passato con la contemporaneità. Da nomadi, nel corso dei secoli, abbiamo imparato a sfruttare la nostra abilità di adattamento a seconda di diversi ambienti e situazioni. Osservando questa migrazione, la mia personale esperienza e la specificità culturale vengono esplorate per mezzo della raffigurazione e ri-appropriazione dell'iconografia tibetana tradizionale. Come le varie culture s'intrecciano le une con le altre, sono curioso di sapere come un'unica essenza possa essere mantenuta, celebrata e condivisa e, nel contempo, riesca a integrare i benefici derivati dall'ambiente circostante, per poi formarne uno nuovo».

In un ambiente ormai divenuto luogo di pellegrinaggio e riferimento anche per i fedeli del Buddhismo, la Valle di Kathmandu è un intreccio caotico multiculturale, in cui i confini tra buddhismo e induismo, passato e presente, tradizione e modernizzazione sono molto labili e s'incastano tra di loro come gli edifici stessi del luogo. Una città divenuta una tipica metropoli asiatica con tanto di traffico e schiamazzi, dove gli stranieri ricercano affannosamente "autentici" gingilli da portarsi a casa come ricordo. Una valle in cui la produzione artistica buddhista è fiorita in una forma nuova ed elegante, discostandosi da quella tibetana. Ciò non toglie il fatto che il Nepal sia ancora oggi il rifugio di molti tibetani, fuggiti dal proprio Paese a causa dell'occupazione cinese. Tra questi vi è Ang Tshering Sherpa, artista nato a Kathmandu nel 1968 da una famiglia tibetana, e che oggi si sposta dal Nepal alla California per lavoro. All'età di 12 anni inizia a studiare l'arte tradizionale delle thangka tibetane con suo padre, Urgen Dorje, come maestro. Dal 1998, trasferitosi negli Stati Uniti e dipingendo in vari centri buddhisti, comincia a dare vita a un proprio stile artistico, in cui antico e contemporaneo, tradizione e innovazione, si fondono tra loro. Lasciando intatto il simbolismo buddhista tibetano, estende i temi trattati nell'ambito socio-culturale della vita moderno-contemporanea, dando meno spazio al fine

devozionale dell'arte tradizionale. In sintesi, la collisione tra ideali antichi e nuovi ha avuto la funzione di stimolo per l'ingegno artistico di Sherpa, che, come molti altri tibetani, spera di preservare la cultura delle proprie origini attraverso l'arte, strumento in grado di varcare i confini nazionali e internazionali, portando con sé il messaggio dell'autore.

(cm)



Bibliografia:

Bangdel, Dina, *"Packing the Naked Buddhas: Authenticity, Innovation, and Cultural Imagining in the Tourist Art of Nepal"*, *Ateliers d'anthropologie*, No. 43, 2016.

Burnett, Katherine P., *"Tibetan Buddhist Art in a Globalized World of Illusion: The Contemporary Art of Ang Tshering Sherpa"*, *Modern China Studies*, Vol. 18, No. 2, 2011, pp. 5-28.

<http://www.tsherinsherpa.com/index.html> (sito ufficiale dell'artista)



Appuntamenti

Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



THUPTEN CHANGCHUP LING (www.buddhismo-sakya.com)
Centro Buddhista Tibetano di tradizione Sakya - Arosio/CH

Programma di giugno

18 GIU 19.15 - 20.45 Il rituale del Buddha della medicina con Khenpo Tashi Sangpo
Più info e iscrizione: [blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)

20 GIU GIU 7.00 - 8.00 Rituale di Tara con Khenpo Tashi Sangpo
Più info e iscrizione: [blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)

22 GIU 19.15 - 20.45 La meditazione shamata con Mike Bortolotti
Più info e iscrizione: [blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)

29 GIU 19.00 - 21.00 Camminata meditativa con Mike Bortolotti
Più info e iscrizione: [blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)



LE QUATTRO SCUOLE DEL BUDDHISMO TIBETANO –
Ani Laura Coccitto

Data: SAB/DOM 19/20 GIUGNO

Orario: Sabato e Domenica 10.00 - 12.00 e 13.30 - 15.30

Luogo: [Thupten Changchup Ling, Arosio/CH](#) e on-line

Lingua: IT

Donazione suggerita: 25€/30 CHF

Più info e iscrizione: [blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)



Per il programma in altri centri fondati da Khenchen Sherab Gyaltzen Amipa e altre proposte on-line di Sakya Dharma Family, clicca qui.:

[home - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](#)

Il Dalai Lama ci parla

LE DUE VERITA'

Per prima cosa vorrei parlare della sezione del testo radice di Shantideva che userò come base della mia esposizione del nono capitolo intitolato "Saggezza". In accordo con i commenti di Kenpo Künpal e Minyak Künsö, il nono capitolo si divide nei tre seguenti segmenti:

- 1) La necessità di coltivare la saggezza della vacuità (verso 1)
- 2) Una dettagliata spiegazione di come coltivare questa saggezza (versi 2-150)
- 3) Una concisa spiegazione di come realizzare la vacuità (versi 151-67)

La Necessità della Saggezza

E ora possiamo iniziare con il verso 1 in cui Shantideva afferma inequivocabilmente la necessità della pratica della saggezza:

- 1) Tutte queste diramazioni della Dottrina
Vennero esposte dal Potente Signore per il raggiungimento della saggezza
Esse quindi devono generare questa saggezza
Che vuole condurre alla fine della sofferenza

In breve, tutti gli aspetti degli insegnamenti del Buddha sono intesi per condurre le persone allo stato della piena illuminazione. E alla fine tutti gli insegnamenti convergono su questo punto. Quindi o direttamente o indirettamente tutti gli insegnamenti sono collegati al sentiero della generazione della saggezza. Per questo Shantideva dice che tutte le diramazioni degli insegnamenti servono per raggiungere la saggezza.

Secondo la filosofia della Via di Mezzo della tradizione Mahayana, la realizzazione della vacuità è indispensabile perfino per ottenere la liberazione dal ciclo delle successive nascite, morti e rinascite. Questo punto viene spesso riaffermato da Shantideva. Quando parliamo di ottenere la liberazione dalla sofferenza è importante capire che non si sta parlando solo della sofferenza che sperimentiamo in forma di sensazioni dolorose. Dobbiamo includere in questo concetto anche le radici della sofferenza quali le emozioni e i pensieri negativi.

Il secondo segmento (versi 2-150) è una descrizione dettagliata di come sviluppare la realizzazione della vacuità ed ha tre sezioni. La prima (versi 2-39) si divide a sua volta in tre sotto sezioni ognuna delle quali connessa a degli aspetti specifici delle due verità.

- 1) definizioni delle due verità (verso 2)
- 2) i differenti generi di individui che stabiliscono le due verità (versi 3-4ab)
- 3) rispondere alle obiezioni sulle due verità

Definizioni

La prima è la definizione delle due verità che Shantideva presenta nel secondo verso,

- 2) Relativa e assoluta,
Queste sono le due verità,
L' assoluta non può essere compresa dall' intelletto,
Poiché questo poggia sulla relativa.

Come ho detto prima, dal momento che esiste questa divergenza tra come noi percepiamo le cose e quello che invece esse sono realmente, vediamo la nostra esistenza ed il mondo intorno a noi attraverso una sorta di illusione. Per sviluppare una visione profonda che ci faccia comprendere l'autentica natura della realtà, è di fondamentale importanza capire il concetto delle *due verità*, vale a dire la duplice natura del reale. Troviamo il termine "*due verità*" anche in testi non buddhisti, come gli scritti filosofici di molte antiche scuole di pensiero indiane che si sono interessate della libertà spirituale. Però la dottrina delle due verità di cui parla Shantideva è quella contenuta nei testi della scuola della Via di Mezzo (Madhyamaka) e in particolare della corrente conosciuta come Prasangika-Madhyamaka.

Gli antichi filosofi buddhisti avevano opinioni differenti per quanto riguarda le spiegazioni relative alla divisione in due verità. Alcuni sostenevano che la base di questa divisione si trova nella nostra esperienza convenzionale del mondo. Altri, come Būton Rinpoche, prendevano la verità nella sua interezza come fondamento di questa divisione. Essi vedevano le due verità come due aspetti della verità nel suo complesso. Un terzo gruppo di studiosi prendevano invece come punto di riferimento gli oggetti conoscibili, che dividevano in due aspetti, verità convenzionale e ultima. Quest'ultimo approccio si basa sulle più autorevoli fonti indiane quali il *Compendio delle Azioni (Shikshasamuchaya)* di Shantideva in cui l'autore esplicitamente prende gli oggetti conoscibili come base per la divisione in due verità.

Nel suo commentario Minyak Künsö afferma che le due verità sono presentate dal punto di vista di due diverse prospettive. Dalla prospettiva della nostra esperienza di ogni giorno la realtà del mondo è convenzionale e relativa. Dalla prospettiva dell'effettiva modalità di esistenza delle cose, il mondo reale altro non è che vacuità. Quindi si dovrebbero comprendere le due verità come differenti facce della medesima medaglia.

Nel suo *Supplemento alla Via di Mezzo (Madhyamakavatara)*, Chandrakirti sostiene che tutte le cose e tutti gli eventi possiedono due nature, o aspetti. L'aspetto convenzionale, o relativo, è conosciuto dalla nostra esperienza quotidiana mentre l'ultima natura delle cose viene percepita dal punto di vista della prospettiva più elevata. Quindi anche in questo testo troviamo una definizione delle due verità in termini di prospettive differenti, quella dell'esperienza ordinaria e quella dell'esperienza della comprensione effettiva dell'autentica natura della realtà.

Da questo angolo di visuale, quando esaminiamo la natura della realtà di cose ed eventi -oggetti normali come tavolini, sedie, vasi e fiori- vale a dire il livello di realtà che percepiamo nella nostra esperienza comune, entriamo in contatto con la loro verità relativa. E fino a quando rimaniamo all'interno di questo schema, rimaniamo anche nei confini dell'esperienza convenzionale e relativa. Ma quando vogliamo oltrepassare i limiti di questo schema, vuol dire che stiamo cercando una più profonda e vera essenza delle cose. E quello che scopriremo, grazie a un'analisi approfondita, è che non potremo effettivamente trovare cose ed eventi perché la loro effettiva essenza, al livello più profondo, è costituita dalla vacuità. Vale a dire la totale mancanza di un'esistenza intrinseca, l'assenza di qualsiasi vera identità ed esistenza indipendente di cose ed eventi. A quel punto capiremo come le due verità debbano essere comprese come due differenti prospettive per osservare la realtà.

Il commentario di Künpal riflette invece il punto di vista della scuola Nyingma. Una delle caratteristiche di questo modo di vedere le cose lo possiamo trovare nel commentario di Mipham (1846-1912) sull' opera di Shantarakshita, *Ornamento della Via di Mezzo (Madhyamakalamkara)* in cui l'autore parla delle differenze tra le scuole Prasangika-Madhyamaka e Svatantrika-Madhyamaka a partire dalla loro comprensione delle due verità. Mipham afferma che entrambe le scuole concordano nel ritenere la verità ultima fuori dalla portata del mero intelletto così da non potersi considerare un oggetto dell'intelletto stesso. Secondo Mipham tutto quello che rientra nella sfera dell' intelletto deve essere per forza relativo e convenzionale.

Realtà e comprensione intellettuale

Gli autori tibetani forniscono due diverse interpretazioni della seguente affermazione, "La verità assoluta non può essere compresa dall' "intelletto". Alcuni, come Khenpo Künpal, ritengono che si debba capire la verità ultima (o assoluta) dal punto di vista delle due diverse prospettive e che essa oltrepassi le capacità dell' intelletto di un essere umano al livello ordinario. L'altra interpretazione invece, si richiama agli scritti di Tsongkhapa nei quali la verità ultima non è un oggetto dell'intelletto dualistico i cui riferimenti sono per forza relativi e convenzionali. Piuttosto, la verità ultima è oggetto di una percezione diretta (o esperienza) che è totalmente libera da concetti o speculazioni dualistiche. Quindi anche secondo Tsongkhapa le due verità sono comprese sulla base di due prospettive diverse.

Secondo Tsongkhapa, possiamo leggere il secondo verso del nono capitolo come una definizione delle due verità. Il riferimento alla verità ultima come non compresa all'interno dello schema dell'intelletto, è in effetti una definizione di questa. Quindi Shantideva definisce la verità ultima come quell'aspetto della realtà oggetto di una percezione diretta totalmente libera da speculazioni dualistiche. Per contro il livello di realtà che si trova all'interno delle possibilità della cognizione dualistica è relativo e convenzionale.

Quando, nella sua esposizione del testo di Shantarakshita, l' *Ornamento della Via di Mezzo (Madhyamakalamkara)* parla della frase "La verità assoluta non può essere compresa dall'intelletto", dice che sebbene la mera negazione dell'esistenza intrinseca dei fenomeni sia un oggetto dell'intelletto la vacuità, che è l'unione di apparenza e realtà, rimane inaccessibile all'intelletto. E' importante notare che quando si parla di vacuità nel contesto del *Bodhicharyavatara*, siamo all'interno del sistema dei sutra. Però, quando ne parliamo all'interno del contesto dei tantra, intelletto o cognizione assumono differenti significati. Il tantra parla di vari livelli e sotto livelli della saggezza che realizza la vacuità e dunque di differenti livelli di libertà dalle speculazioni dualistiche.

E' anche importante riconoscere che parlando di due verità si intende ogni cosa ed evento, l' intero spettro del reale. In altre parole non vi è una terza alternativa. Non vi è nulla che non sia compreso all'interno delle due verità.

Un Ordine per Comprendere le Due Verità

Per affrontare l' ordine in cui sono collocate le due verità, lasciatemi fare un esempio preso dalla nostra esperienza quotidiana, quello di un fiore. Dapprima il fiore apparirà alla

mente e in seguito, sulla base di quell'apparire, saremo in grado di esaminarne la natura. Il *Compendio delle Azioni (Shikhasamuchaya)* di Shantideva è pieno di citazioni tratte dai sutra in cui il Buddha spiega dettagliatamente il principio di causa ed effetto che esiste in natura (come determinate cause conducano a determinati effetti). E queste scritture contengono anche numerose descrizioni del livello convenzionale della realtà. Esaminando però come alcune cause producano determinati effetti, si acquista una notevole familiarità con il mondo della molteplicità che incide direttamente con la nostra esperienza. Solo tramite una buona comprensione di come procedono le cose nel mondo fenomenico convenzionale, potremo arrivare a comprendere la verità ultima. Solo dopo che saremo divenuti fiduciosi di poter comprendere il mondo della verità convenzionale potremo con successo iniziare l'esame della verità ultima. Saremo allora in grado di riconoscere pienamente la differenza che esiste tra la nostra percezione del reale e il modo in cui esistono effettivamente le cose.

Per comprendere fino in fondo questa differenza è essenziale modificare l'idea di concretezza che abitualmente proiettiamo su cose ed eventi. Quell'idea che ci porta a ritenere tutto il reale dotato di una intrinseca identità ed esistenza. E' attraverso la negazione di questo punto di vista che potremo arrivare a una più autentica comprensione della verità assoluta o vacuità.

Unicità e Differenza

A questo punto sorge la domanda se le due verità siano identiche oppure diverse. E anche a questo proposito vi sono differenti opinioni. Ad esempio Būton sostiene che le due verità sono differenti in termini della loro stessa natura mentre Tsongkhapa, citando il *Commentario sulla Mente del Risveglio (Bodhicittavivarana)* di Nagarjuna, afferma che le due verità, sebbene a livello convenzionale possiedano due distinte identità, sono della medesima natura. La distinzione tra le due verità appartiene a due differenti prospettive, entrambe le verità si riferiscono al medesimo mondo ma solo l'adozione di una o l'altra di queste prospettive ci consente di distinguerne la natura.

Dell'identità delle due verità e del loro condividere la medesima natura, parla anche il *Sutra del Cuore*. Un ben noto verso afferma, "La forma è vacuità e la vacuità è forma; la vacuità non è altro che forma e, a sua volta, la forma non è altro che vacuità." Il sutra prosegue poi dicendo che ogni cosa possiede questa caratteristica della vacuità. Quando parliamo della vacuità dei fenomeni non dovremmo pensare che sia qualche tipo di caratteristica esterna proiettata sugli oggetti. Al contrario dovremmo comprendere la vacuità come una funzione basata sulla origine dipendente.

Se guardiamo le cose con attenzione, vedremo che sia l'esistenza fisica sia l'identità di una forma sono strettamente correlate con altri fattori in un processo di continua interazione. Non si può parlare di un'esistenza (o identità) autonoma e indipendente per nessun fenomeno. Con questo non voglio dire che la forma non esista, infatti la percepiamo, la sperimentiamo, interagiamo con essa. Dunque al livello della nostra esperienza quotidiana c'è la forma. Ma essa non esiste in modo intrinseco, con una sua propria, indipendente e assoluta realtà. Esiste solo grazie alla interazione con altri fattori come le sue cause, le sue condizioni e le sue diverse parti costitutive. E quindi dobbiamo concludere che la forma è priva di un suo status indipendente. Allora ne conseguirà che

dipende da altri fattori. E' suscettibile di trasformazioni e dunque, a causa di tutto questo, assumerà differenti caratteristiche. L' assenza di ogni natura indipendente (essere vuota di ogni intrinseca esistenza) è la verità ultima o assoluta. Per questo il Buddha afferma nel *Sutra del Cuore*, "La forma è vacuità e la vacuità è forma".

Due Generi di Mancanza del Sé

Quando parliamo di verità ultima, dobbiamo tener presente che vi sono due principali divisioni: la mancanza del Sé o di identità della persona e la mancanza del Sé o di identità dei fenomeni. Nel suo testo *Supplemento alla Via di Mezzo*, Chandrakirti afferma che la divisione in mancanza del Sé di una persona e mancanza del Sé dei fenomeni non postula due generi di mancanza del Sé completamente differenti. Piuttosto implica che nel mondo vi sono due principali categorie di fenomeni: soggetti e oggetti. Quindi nel presente contesto il termine "fenomeno" si riferisce al mondo, alle cose, agli eventi e "persona" agli esseri senzienti. Dunque le scritture, basandosi su questa divisione, presentano due differenti tipi di verità ultima.

Questa è la posizione del Prasangika-Madhyamaka. Altre scuole di pensiero, come la Svatantrika-Madhyamaka e altre correnti filosofiche buddhiste, sostengono che esiste una sostanziale differenza tra la mancanza del Sé di una persona e quella dei fenomeni. La Prasangika-Madhyamaka, sebbene accetti l' esistenza di vari livelli nel processo che conduce alla comprensione della vacuità di una persona, in ultima analisi ritiene che sia la mancanza del Sé di una persona sia quello dei fenomeni si equivalgono. La verità ultima viene divisa in liste di quattro, sedici e venti vacuità. Queste differenti tassonomie hanno dato vita a vari modi di intendere la vacuità. Ad esempio, essa può essere divisa in interna ed esterna, in vacuità del corpo e così via fino ad arrivare alla vacuità della vacuità. Il motivo per cui si identifica quest' ultima come una categoria separata risiede nel fatto che se la vacuità viene presentata come la verità ultima si corre il rischio di aggrapparsi al concetto di vacuità intendendolo come un valore assoluto. Il Buddha afferma quindi che perfino la stessa vacuità è priva (o vuota) di natura inerente.

Vere e False Convenzioni

La verità convenzionale (o relativa) si divide in vere e false convenzioni. Secondo gli aderenti alla scuola Prasangika-Madhyamaka, dal momento che l' esistenza intrinseca (o indipendente) viene negata perfino a livello convenzionale, la divisione della verità relativa in falsa e vera può essere fatta solo da una determinata prospettiva. In effetti non vi è alcuna vera divisione nel mondo convenzionale. Ma da una certa prospettiva, possiamo parlare di percezione reale e non reale e possiamo definire determinati fenomeni veri ed altri falsi.

Etimologie

Diamo adesso un' occhiata all' etimologia delle due verità. Il termine *verità convenzionale* implica un livello di verità che presuppone un soggetto convenzionale (o conoscitore) che compie l' errore di credere nell' esistenza intrinseca e indipendente delle cose. E' per questo che la Prasangika-Madhyamaka non accetta di parlare della *verità* in un contesto relativo. Quindi nel presente ambito il termine *verità* non rimanda ad alcuna

corrispondenza con il modo in cui le cose effettivamente esistono. Piuttosto si riferisce alla verità all'interno di uno specifico, limitato e relativo schema in cui "verità" rimanda ad una verità vista da un particolare angolo che altro non è che la nostra individuale percezione o meglio, la nostra individuale errata percezione del mondo e di quello che contiene (persone e cose) che a torto riteniamo possiedano una esistenza intrinseca e indipendente. Da questo punto di vista ogni cosa ci appare valida, affidabile, reale dotata di una sua propria esistenza autonoma. La verità convenzionale viene anche chiamata *verità velata* o *verità nascosta*.

Questa spiegazione etimologica potrà apparire a prima vista una sorta di conferma della validità di quello che ci appare, ma in effetti è sempre e solo la nostra confusa ed errata prospettiva che ci fa vedere il reale come se fosse dotato di una sua natura inerente. Ad esempio perfino la vacuità, se vista da una prospettiva errata, può essere male interpretata ma questo non vuol certo dire che la si possa considerare come convenzionale o relativa. Ovviamente abbiamo bisogno di trovare una prospettiva che sia in grado di stabilire la validità del mondo convenzionale che però non potrà essere quella di uno stato mentale confuso o distorto.

Lasciatemi ora tornare al significato di verità nel contesto della *verità ultima*. Nel suo testo *Parole Chiare (Prasannapada)*, Chandrakirti sostiene che il termine di *ultima* si riferisce sia all'oggetto, la vacuità, sia all'esperienza che di essa si fa. Così, da questo punto di vista, "ultima" nel contesto di ultima verità si riferisce sia alla soggettiva esperienza sia all'oggetto di essa, la vacuità. Per andare ancora più avanti, la vacuità è sia l'ultima sia quella a cui ci riferiamo quando parliamo di verità ultima. Ad esempio, Chandrakirti dice che la vacuità è il "significato" o la "verità" (*don*) ma è anche "l'ultima" (*dampa*). Dunque abbiamo una convergenza dei termini *ultima* e *verità*.

Se non comprendiamo la natura di queste due verità è difficile che si possa apprezzare pienamente la distinzione tra apparenza e realtà, che è la differenza che sperimentiamo tra la nostra percezione del reale e il modo in cui le cose esistono veramente. E non potremo quindi comprendere effettivamente le radici della nostra ignoranza fondamentale.

Vacuità e Compassione

Naturalmente ci sono diversi antidoti specifici per ogni pensiero negativo (la meditazione sull'amore per contrastare l'odio, la meditazione sull'impurità del corpo per sfuggire ai richiami del desiderio e così via). Tutte queste tecniche possono ridurre l'impatto dei pensieri e delle emozioni negativi comunque però, come sottolinea Dharmakirti nella suo testo *Valida Cognizione*, questi metodi sono solo dei rimedi che non affrontano realmente il problema. Non hanno la forza per agire in profondità con le cause vere della nostra confusione. E' solo generando la visione profonda della natura ultima della realtà che saremo veramente in grado di arrivare alla radice dei nostri disturbi: il nostro errato modo di percepire il reale e le sofferenze che ne derivano. Senza sviluppare una piena comprensione delle due verità, non saremo in grado di sviluppare una visione profonda della natura ultima. Al contrario se saremo invece in grado di farlo, riusciremo a riconoscere le varie distinzioni che esistono nella nostra percezione del mondo e all'interno dei nostri stati mentali. Sulla base di una tale visione potremo amplificare la

capacità e la forza dei nostri stati mentali positivi quali la compassione, l'amore, la tolleranza e al medesimo tempo ridurre il potere delle emozioni negative quali la rabbia, l'odio, la gelosia e l'attaccamento. Poiché tutti questi stati illusori sono radicati nella nostra convinzione che esista una dimensione reale e indipendente dei fenomeni, generare una tale visione profonda ci consentirà di tagliare la radice di tutte queste dinamiche negative e false. Potremo sviluppare pienamente il potenziale positivo che esiste all'interno della nostra mente e ridurre -fino ad eliminarle del tutto- le emozioni e le visioni errate. Questo è uno dei primi benefici che porta con sé lo sviluppo di un'autentica comprensione delle due verità.

Citando il testo di Nagarjuna, Khenpo Künpal, afferma nel suo commentario che la realizzazione della vacuità e lo sbocciare della grande compassione sorgono simultaneamente nel cuore di una persona. Khenpo Künpal sostiene che più la nostra comprensione della vacuità progredisce più si incrementa anche la nostra compassione verso tutti gli esseri senzienti. Comunque è difficile vedere la connessione automatica tra la comprensione della vacuità e il sorgere di una compassione senza confini verso tutti gli esseri senzienti. In ogni caso è evidente che più aumenta la nostra realizzazione della vacuità più diventa evidente che possiamo por termine alla sofferenza. E aumenta anche la nostra consapevolezza che ogni essere senziente possiede il potenziale di tagliare le radici del dolore e di conseguenza si incrementa anche la nostra compassione verso il nostro prossimo. Quindi sento che esiste una diretta corrispondenza tra la crescita della nostra comprensione della vacuità e quella della nostra compassione verso tutti gli esseri senzienti.

Nel caso un praticante spirituale avesse la sensazione che ai progressi ottenuti lungo la via della realizzazione della vacuità non corrisponda un analogo incremento della sua compassione, potrebbe pensare che si tratti dell'indicazione che la sua comprensione della vacuità non sia così profonda come crede. Dico spesso che la sola mediazione sulla vacuità non è un qualcosa da ammirare particolarmente. E' invece fondamentale che nella nostra quotidiana frequentazione degli altri ci si comporti in modo etico e compassionevole. E dunque se la vostra realizzazione della vacuità non vi aiuta a raggiungere questo nobile scopo ci deve essere qualcosa che non funziona. Cosa si dovrebbe ammirare in una comprensione della vacuità che non porta con sé anche la pratica della grande compassione?

Non dovremmo pensare che lo stato di Buddha sia una condizione di totale apatia, priva di sentimenti, emozioni e simpatia nei confronti degli altri esseri senzienti. Se le cose stessero in questo modo, non ci sarebbe niente di ammirevole nell'essere un Buddha. La meditazione sulla vacuità non è una forma di fuga, un rifiuto di entrare in contatto con il mondo relativo e convenzionale e tutti i suoi molteplici problemi. Al contrario lo scopo della pratica è quello di riuscire a relazionarsi con il mondo fenomenico in un modo corretto e ricco di significati positivi.

E con questo si conclude una breve esposizione della natura e del ruolo delle due verità.

Due Generi di Persone

Il testo radice a questo punto parla dei differenti generi di individui e della loro comprensione della filosofia e della pratica buddhista:

3. Vi sono due generi di persone

Coloro che praticano la meditazione e la gente comune;
Il modo di vedere le cose della gente comune
E' superato da quello di coloro che praticano la meditazione.

4ab. E all'interno del gruppo di coloro che praticano la meditazione
quelli meno avanti nel sentiero spirituale
sono superati da coloro che li precedono

Avendo detto che la comprensione delle due verità è fondamentale, il testo di Shantideva spiega che vi sono due generi di persone che dovranno confrontarsi con le due verità, quanti praticano la meditazione e la gente comune. In tibetano il termine per *gente comune* è *jiktenpa* mentre il termine per meditatore è *naldjorpa* e si riferisce a tutti coloro che possiedono una prospettiva più vasta. *Jik* suggerisce qualcosa che è transeunte e *ten* rimanda alle basi o fondamenta. Quindi *jikten* implica una certa mancanza di permanenza e *jiktenpa* si riferisce ad un essere soggetto al cambiamento. L'idea di *jik* è la negazione della permanenza, dell'eternità. Se riflettiamo su questo termine possiamo ben vedere che non esiste alcun Sé assoluto, eterno e indipendente.

Gente comune in questo contesto indica anche coloro che seguono correnti filosofiche includono nella loro concezione della natura ultima della realtà e si riferisce quindi ai discepoli delle scuole indiane non buddhiste e anche a quelli di alcune correnti dello stesso pensiero buddhista. Per esempio i Vaibhashika credono in un mondo atomistico, vale a dire un mondo oggettivo, indipendente formato da atomi indivisibili. Quindi ritengono che le cose e gli eventi abbiano una loro effettiva realtà. Il punto di vista di questa scuola è negato dalla tradizione Sautantrika che postula alcuni aspetti della realtà che si possono affrontare solo dalla prospettiva del pensiero e della concettualizzazione. Secondo questa scuola non possiamo conferire uno status oggettivo e assoluto a cose ed eventi. Ma a sua volta, il punto di vista dei Sautantrika è contestato da altri filoni di pensiero e così via. Questo è quello che vuol dire Shantideva quando asserisce che i punti di vista di uno sono superati da quelli di un altro. Perfino tra le persone contemplative, a causa dei differenti livelli delle realizzazioni spirituali, le prospettive dei meditatori più avanzati saranno più profonde di quelli che sono a un livello inferiore della pratica.

Diamo adesso uno sguardo più ravvicinato all'affermazione di Shantideva che le prospettive della gente comune sono confutate da quelle di coloro che praticano la meditazione. Credo che questo debba essere compreso in termini di differenti livelli di ragionamento. Naturalmente in un dibattito tra differenti scuole buddhiste ci saranno numerose occasioni in cui verranno citate le parole del Buddha quale fonte di autorità suprema. Comunque dobbiamo basare il nostro argomentare sul ragionamento e la prospettiva di coloro che meditano avrà la meglio su quella della gente comune grazie alla visione profonda acquisita con la pratica spirituale. Ad esempio, i seguaci di alcune dottrine accettate dalle scuole buddhiste Sautantrika e Vaibhashika, possono citare passi delle scritture per conferire validità a molti dei loro argomenti. Ma se le scritture fossero l'unico parametro per considerare corretto un punto di vista ci sarebbe un proliferare di posizioni contraddittorie.

Quindi nel Buddhismo, in particolare in quello Mahayana, è di grande importanza distinguere, perfino tra le stesse parole del Buddha, due categorie di scritture. Da una parte ci sono quelle che possono essere accettate alla lettera dall'altra le scritture che non possono essere accettate letteralmente e si devono interpretare. Se si accetta questa distinzione ermeneutica, si potrà rigettare la verità letterale di una scrittura specialmente quando non collima con la nostra esperienza personale. Questo è un punto di vitale importanza per comprendere l'approccio buddhista. Del resto lo stesso Buddha disse una volta che la gente non doveva accettare le sue parole unicamente sulla base della devozione che provava verso di lui. Piuttosto dovevano analizzare le parole del Buddha criticamente proprio come un orafino sottopone l'oro che gli viene proposto ad un rigoroso procedimento di analisi.

L'affermazione di Shantideva che i punti di vista di quanti sono ad un livello iniziale del sentiero sono superati dalle opinioni dei praticanti più avanzati deve essere compresa a partire dalla nostra esperienza personale. Quando prendiamo in esame la nostra attuale conoscenza di argomenti della filosofia buddhista come, ad esempio la vacuità, e la paragoniamo a quella che avevamo in passato potremo vedere come la nostra prospettiva attuale sia progredita rispetto a quella precedente. Dunque più sperimentiamo nuove prospettive più progredisce la nostra esperienza e comprensione del mondo.

MEDITAZIONE

Adesso meditate sulla verità della sofferenza e sulle sue origini. La radice della sofferenza è il karma ed esso è causato e guidato dagli stati mentali confusi e distorti. Pensate: quando le emozioni negative sorgono al nostro interno come ci sentiamo? L'etimologia del termine "klesha" che vuol dire "disturbo" implica qualcosa che, dal momento in cui sorge nelle nostre menti, automaticamente produce un disturbo. Quindi facciamo questa breve meditazione, analizzando come ci sentiamo quando queste emozioni e pensieri portatori di disturbi (rabbia, odio, gelosia, etc.) sorgono in noi e quanto l'esperienza di queste emozioni ci causi dolore. Concentratevi quindi sugli aspetti distruttivi di queste emozioni e pensieri.



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.

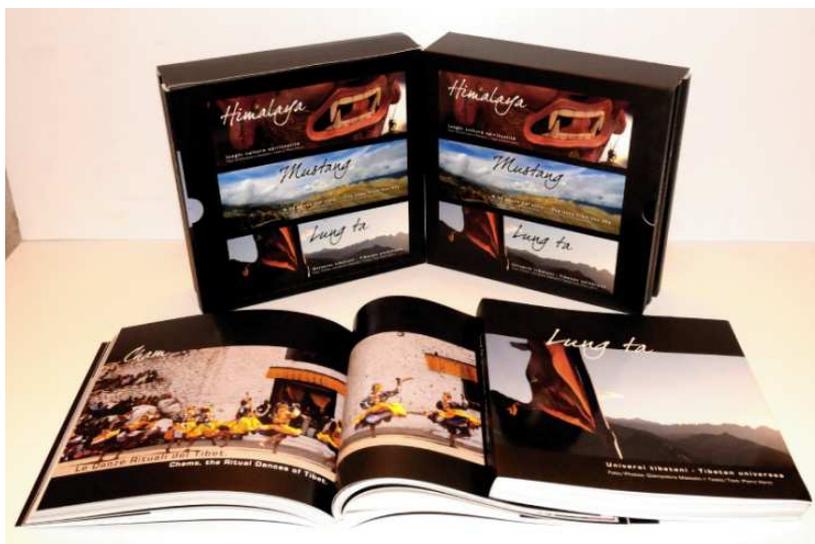
<p>Cham <i>le danze rituali del Tibet</i></p>  <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro</p>	<p>www.heritageoftibet.com</p> <p>www.heritageoftibet.com</p>	<p>L'Associazione Heritage Oltre i Confini presenta</p> <p><i>un film di</i></p> <p>Piero Verni Karma Chukey Mario Cuccodoro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

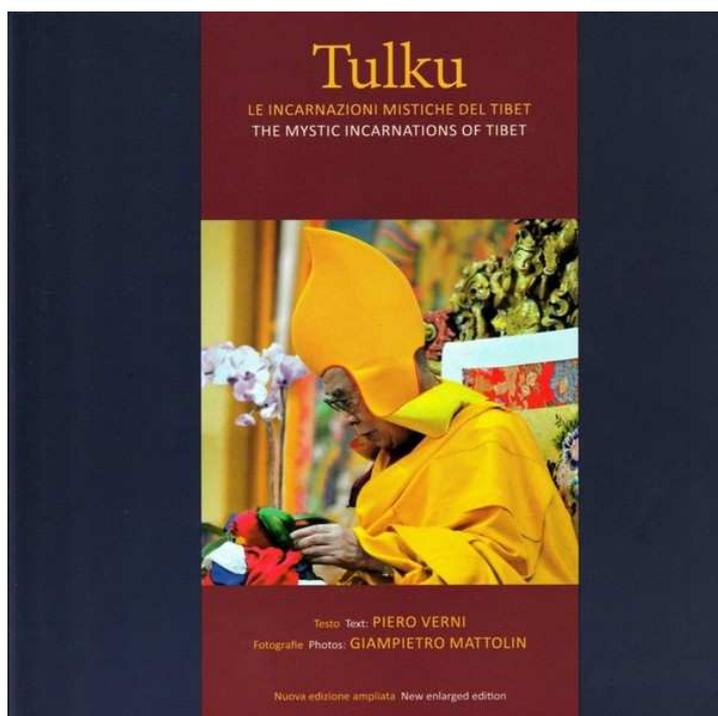
Lung Ta: Universi tibetani - Tibetan universes, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (italiano ed inglese) di Piero Verni, pag. 204, Dolo (VE), 2012: "Le atmosfere e i ricordi di un trekking compiuto anni fa nella regione più tibetana del Nepal mi sono balzati improvvisamente agli occhi guardando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

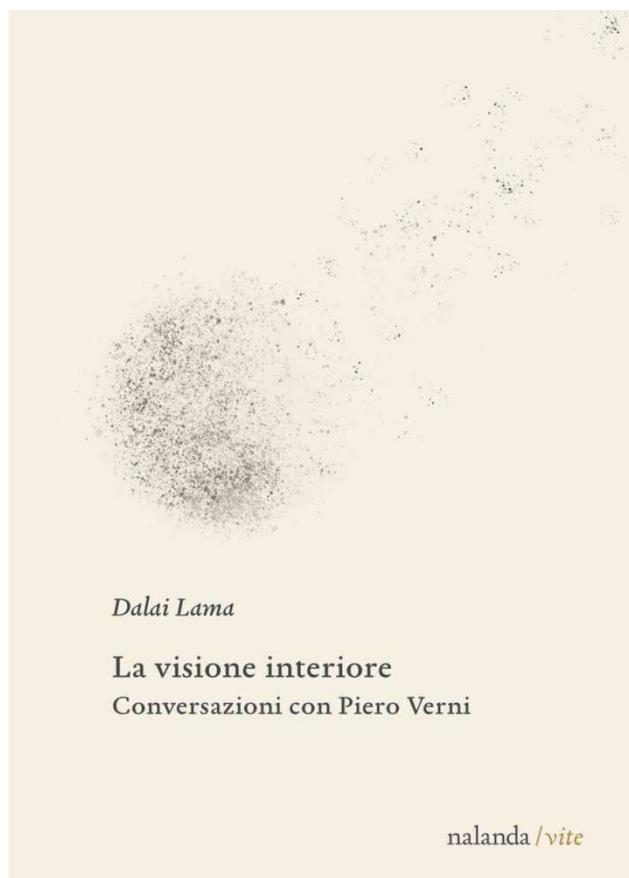
La Visione interiore, conversazioni con Piero Verni

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!

