

N°89

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

Cari amici,

trentatrè anni or sono, il 10 dicembre 1989, al Dalai Lama veniva conferito il Premio Nobel per la Pace. Primo cittadino dell'Asia a ricevere questa prestigiosa onorificenza, il Dalai Lama nel suo discorso di accettazione dichiarò di accettarlo anche a nome di tutti i popoli oppressi. Per ricordare questo importante anniversario, pubblichiamo il capitolo che Piero Verni ha dedicato a quella giornata nel suo libro *Il Sorriso e la Saggezza-Dalai Lama biografia autorizzata*. Oltre alle consuete rubriche, troverete in questo numero di "The Heritage of Tibet news" anche una preziosa riflessione di Sua Santità il Dalai Lama sulla attuazione del principio della responsabilità universale e i differenti livelli di impegno necessari per riuscire a metterla in pratica.

A tutti i nostri lettori i più affettuosi auguri di buon Natale e felice anno nuovo.

Non perdiamoci di vista

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

21° giorno del decimo mese dell'Anno della Tigre d'Acqua (14 dicembre 2022)





Milano, Italia, 12-13 novembre 2022: ospitato dalla “Fondazione Giangiacomo Feltrinelli” si è tenuto a Milano uno dei più importanti convegni sul Tibet degli ultimi decenni. Organizzato dall’Unione Buddhista Italiana con l’aiuto di altre organizzazioni tra cui l’Associazione Italia-Tibet”, la “Comunità Tibetana in Italia” e altre ancora, il convegno si è aperto il 12 mattina con una conferenza stampa a cui hanno partecipato Jetsun Pema, ex Presidente del *Tibetan*

Children’s Villages, Filippo Scianna, Presidente dell’*Unione Buddhista Italiana* e Jean-Paul Martinez, regista del film “Never Forget Tibet” che è stato proiettato al termine dell’incontro con la stampa. Nel pomeriggio, nell’ambito di una sezione dedicata alla questione politica tibetana, sono intervenuti numerosi protagonisti della mobilitazione in favore del popolo tibetano tra cui Kelsang Gyaltzen, ex inviato del Dalai Lama per i negoziati sino-tibetani, Michael van Walt van Praag, giurista internazionale e presidente esecutivo della “Fondazione Kreddha”, Claudio Cardelli, Presidente dell’Associazione Italia-Tibet”, Luciano Nobili, ex coordinatore del Gruppo Interparlamentare Tibet operante nello scorso Parlamento, Thinlay Chukki, responsabile del “Tibet Bureau” di Ginevra. La sera del primo giorno è stato proiettato nuovamente il film “Never Forget Tibet”, introdotto dal regista e da Filippo Scianna. La mattina del 13 è stata dedicata alle “Problematiche ambientali sull’altipiano del Tibet” con numerosi e qualificati interventi tra cui quelli di Günther Cologna, dell’*Eurac Research* di Bolzano ed ex Presidente dell’Associazione Italia-Tibet, Wangpo Tethong, direttore esecutivo di “International Campaign for Tibet Europe” (ICT) e Kai Mueller, di ICT. Il pomeriggio del secondo giorno è stato invece dedicato al tema “Progetti educativi e crisi dei rifugiati”. Giovanna Giorgetti, Vicepresidente dell’Unione Buddhista Italiana ha aperto i lavori che sono poi continuati con una conversazione tra Jetsun Pema e lo scrittore Piero Verni, un intervento di Kasia Smutniak, Presidente della “Fondazione Pietro Taricone-Progetto Mustang, Nepal” e altri ancora. Un intervento di Debbie Carrani, responsabile Campi Profughi Tibetani della “Associazione Vimala” e una sezione di domande e risposte con il pubblico moderata da Filippo Scianna hanno chiuso l’incontro. Un importante momento di riflessione e progetti per tutti coloro che hanno a cuore la Civiltà tibetana e la solidarietà nei confronti del Tibet.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 25 novembre 2022: questa mattina circa 5000 persone provenienti da 65 Paesi si sono riunite allo Tsuglagkhang, il Tempio principale tibetano di Dharamsala, per ascoltare Sua Santità il Dalai Lama. Tra loro c'era un gruppo di 350 monaci, monache e laici coreani che gli avevano chiesto di insegnare la “Saggezza fondamentale

della Via di Mezzo” di Nagarjuna. Mentre Sua Santità attraversava il cortile del tempio, era accompagnato alla sua destra dall'abate coreano, Ven Jungwook Kim. “Oggi sono qui i miei amici coreani del Dharma”, ha esordito Sua Santità. “La Corea è un Paese tradizionalmente buddhista e sono stato colpito dall'interesse per il Buddhismo di molti coreani che ho incontrato. Sono felice di vedervi tutti qui. Naturalmente, ognuno dovrebbe sentirsi libero di seguire la religione che desidera. Le nostre diverse tradizioni religiose hanno punti di vista filosofici diversi, ma tutte trasmettono il messaggio comune di non fare del male e di aiutare gli altri come meglio possiamo. Sono un monaco e una persona religiosa e ho molti amici tra le nostre diverse tradizioni religiose. Poiché tutte queste tradizioni sono degne di rispetto, colgo tutte le opportunità che mi si presentano per visitare i luoghi di culto degli altri. Il venerabile abate Jungwook Kim ha organizzato questi insegnamenti e lo ringrazio. Siamo amici da molti anni, nel corso dei quali ci sono state diverse occasioni per dare e ricevere insegnamenti di Dharma”. Nel suo discorso il Dalai Lama ha spiegato come in realtà tutte le cose siano prive di natura inerente e la non comprensione di questa verità è la causa principale dei problemi che gli esseri umani incontrano nelle loro esistenze. Ha poi parlato del suo percorso spirituale. “La mia pratica è duplice: coltivare la mente risvegliata di bodhichitta e l'intuizione della vacuità. Il vuoto riduce la rabbia; la bodhichitta riduce il desiderio di sé. Se il vostro senso di auto-ricerca è minore, avrete più spazio nella vostra mente per gli altri. Sarete a vostro agio e pieni di gioia. La pace mentale porta forza interiore. Pertanto, la bodhichitta è una fonte di felicità per sé e per gli altri. Quando aiutate gli altri, realizzate anche i vostri obiettivi. Siamo esseri umani che hanno incontrato il Buddhadharmā. Se ascoltiamo, riflettiamo e meditiamo sull'insegnamento, questo ci aiuterà nella vita dopo la vita. Saremo pronti a servire gli altri. Mi è di grande incoraggiamento la frase di Shantideva ‘Finché durerà lo spazio e finché resteranno gli esseri senzienti, fino ad allora potrò restare anch'io per aiutare a dissipare la miseria del mondo’. Questo è il modo per dare un senso alla vita. Tutti gli otto miliardi di persone che vivono oggi sono uguali nel volere la felicità e nel non cercare la sofferenza. Ma nonostante questo, le nostre menti indisciplinate creano attriti tra di noi. Ciò che disturba la nostra pace mentale sono l'attaccamento e l'avidità, la rabbia e l'odio. Si parla tanto di pace nel mondo, ma essa deve essere radicata nella pace dentro di noi. Da questo punto di vista, possiamo capire che affidarsi alle armi e all'uso della forza è inutile. Prego ogni giorno per la pace nel mondo e spero che in futuro ci sia anche maggiore pace nella penisola coreana. Cari fratelli e sorelle nel Dharma, vorrei chiedervi di coltivare un buon cuore e di ricordare che le cose non hanno un'esistenza intrinseca e, in questo modo, dedicarvi al beneficio degli altri. Per quanto riguarda la comprensione della vacuità, abbiamo le opere di Nagarjuna e di altri numerosi maestri tra cui quelli dell'Università di Nalanda. Al giorno d'oggi molte persone si stanno interessando all'insegnamento del Buddha. Gli scienziati sono incuriositi sia dalla psicologia da lui insegnata, sia dall'idea filosofica della interdipendenza dei fenomeni. Anche noi dovremmo prestare attenzione all'insegnamento e poi riflettere e meditare su di esso”. Infine sua Santità ha concluso la giornata dicendo, “È tutto quello che ho da dire oggi, continueremo l'insegnamento domani”.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 26 novembre 2022: non appena ha preso posto questa mattina, Sua Santità il Dalai Lama si è rivolto ai monaci, alle monache e ai laici coreani che sedevano davanti a lui nel tempio. “Miei cari fratelli e sorelle coreani, nonostante la guerra e le tensioni politiche, avete mantenuto la vostra fede

nella pratica del Dharma. La Corea del Nord si affida all'uso delle armi. È una grave minaccia, ma tutti noi abbiamo la responsabilità di lavorare per portare la pace nella penisola coreana. Vi prego di fare del vostro meglio per risolvere il conflitto tra voi e il Nord”, ha detto il Dalai Lama, “Il Buddhismo adotta una visione ampia che tiene conto di tutti gli esseri senzienti e su questa base possiamo stabilire la pace nel mondo. Essa deve essere radicata nella pace della mente. Il Buddha ha insegnato in modo molto dettagliato il funzionamento della mente. Spiegò che è lo scoppio di emozioni come la rabbia, l'avidità, la gelosia e così via a turbare la nostra mente. Una via semplice per contrastare queste affezioni è coltivare un cuore buono”. Dopo aver iniziato il suo insegnamento con queste parole il Dalai Lama ha trasmesso ai presenti una breve introduzione ai principali aspetti del pensiero buddhista. Parlando della natura dell'io, ha spiegato come, “L'io o il sé è designato in base alla combinazione di corpo e mente, proprio come il corpo è designato in base alle sue parti. Alcune scuole di pensiero affermano che la coscienza mentale può essere individuata come 'io' o persona. Ma in realtà non c'è nulla che possa essere identificato”. Prendendo come esempio il *sanga*, la comunità dei praticanti buddhisti, ha spiegato, “Neanche il *sanga* può essere individuato. Significa che non esiste? No, ma esiste in quanto così viene definito. C'è qualcosa che viene chiamato *sanga*, ma non c'è nulla che esista al di là di questo. Dal Buddha al più piccolo insetto, c'è un senso convenzionale di 'io', ma non può essere trovato. Meditate su questo”. Entrando nello specifico di questo concetto, Sua Santità ha inoltre detto: “Se la caratteristica intrinseca di una cosa, come la forma o i sentimenti, sorgesse in dipendenza da cause e condizioni, attraverso la sua stessa essenza, ciò implicherebbe che uno yogi che percepisce direttamente la vacuità dell'esistenza intrinseca di tutti i fenomeni realizzerebbe la vacuità negando tale natura delle cose. E se così fosse, queste cose diventerebbero inesistenti. Ma se lo diventassero, ciò che esisteva prima della chiarezza ottenuta attraverso la meditazione verrebbe distrutto o cesserebbe di esistere. Così, come i martelli e simili sono causa di distruzione di vasi e simili, anche la visione del vuoto sarebbe causa di distruzione della natura delle cose, negandole. Ma questo è illogico, perché non esistono entità reali con una loro natura intrinseca”. Dopo aver parlato anche dei metodi attraverso i quali si può sviluppare la compassione e il senso altruistico, Sua Santità ha concluso gli insegnamenti incoraggiando i presenti a combinare la *bodhichitta* (Mente di Illuminazione) con la comprensione della vacuità, in modo che il raggiungimento dello stato di Buddha non diventi solo un'aspirazione, ma una possibilità concreta.



Dharamsala, Himachal Pradesh, India settentrionale, 09 dicembre 2022: questa mattina più di 200 persone si sono riunite nella sala delle udienze del nuovo edificio del Dalai Lama Library & Archive per l'inaugurazione di una conferenza sul tema "SEE Learning®: A Worldwide Initiative for Educating the Heart and Mind". Molti dei presenti erano associati all'Emory

Compassion Center e al progetto di apprendimento sociale, emotivo ed etico sviluppato sotto gli auspici della Emory University di Atlanta, in Georgia. Quando Sua Santità il Dalai Lama è arrivato, ha salutato calorosamente gli ospiti sul podio. Tra loro c'erano il presidente e il rettore della Emory University e il direttore dell'Emory Compassion Center. Dopo alcuni interventi introduttivi, tra cui quelli di Jamphel Lhundup, segretario del "Dalai Lama Trust", del dottor Lobsang Tenzin Negi, direttore dell'Emory Compassion Center e moderatore dell'incontro, di Gregory L. Fenves, presidente della Emory University, Ravi V. Bellamkonda, rettore della Emory University, ha preso la parola il Dalai Lama parlando in tibetano con traduzione simultanea in inglese. "Oggi si sono riuniti qui molti vecchi amici. Con tristezza ho appreso questa mattina che Kyabjé Rizong Rinpoché, l'ex detentore del trono di Ganden, è deceduto la scorsa notte. Anche se la sua scomparsa è una parte naturale della vita, sono triste perché era uno dei miei maestri". E ha così continuato, "I bodhisattva si dedicano sempre al benessere degli altri. Pertanto, lo scopo dello studio è aiutare tutti gli esseri senzienti. Nel nostro caso, ciò implica soprattutto gli esseri umani di questo mondo. Nessuno di noi vivrà molto dopo i 100 anni. Credo che, finché siamo in vita, dovremmo studiare e praticare, cercando di trasformarci; io l'ho fatto. Lo scopo è integrare ciò che impariamo nella nostra esistenza quotidiana. Poiché ho trovato utile sviluppare una mente altruistica e la comprensione delle interdipendenza dei fenomeni, cerco di condividere ciò che ho imparato con gli altri. Quasi tutti noi siamo stati nutriti dalle nostre madri. Ricevendo il loro amore e il loro affetto, abbiamo avuto le prime lezioni di compassione. Dobbiamo coltivare e sviluppare questi sentimenti e poi condividerli con gli altri. Questo è qualcosa che possiamo fare. Se viviamo una vita compassionevole, quando moriremo saremo in grado di farlo serenamente. Nella mia vita ci sono stati molti spargimenti di sangue. Sono stato testimone degli effetti della prima e della seconda guerra mondiale, della guerra di Corea, della guerra del Vietnam e così via. Ora dobbiamo creare un mondo pacifico. Invece di riporre la nostra fiducia nelle armi esterne, abbiamo bisogno di difendere la compassione all'interno. La base stessa della pace nel mondo è la compassione e la cordialità. La pace nel mondo non cadrà semplicemente dal cielo, ma implica lo sviluppo della compassione per gli altri. La compassione non è necessariamente limitata alla pratica religiosa, ma può essere indubbiamente sviluppata nel contesto dell'etica secolare. Spero davvero che nei prossimi due decenni potrò continuare a condividere la compassione con gli altri. Pratico la compassione giorno e notte. Amici miei, vi chiedo e vi incoraggio a fare lo stesso".



Pechino, Cina Popolare, 08 dicembre 2022: le autorità cinesi hanno dato notizia del lancio di un programma annuale destinato ad attrarre in Tibet giovani talentuosi. Ne ha dato notizia il 9 dicembre l'agenzia di stato cinese *Xinhua* che in un suo rapporto ha reso noto che il "Dipartimento del Partito Comunista Cinese e il "Comitato della Regione Autonoma Tibetana" (TAR) hanno elaborato un programma annuale

in 19 punti volto ad attrarre e trattenere in Tibet personale particolarmente capace proveniente da località al di fuori della Regione. Ogni anno le autorità della TAR selezioneranno un gruppo di giovani talentuosi ed esperti nel settore dell'innovazione scientifica e tecnologica. Per l'attuazione del progetto sono stati stanziati 10 milioni di yuan (oltre un milione di dollari USA) a copertura delle spese, in particolare dell'alloggio, dei nuovi arrivati per un periodo di cinque anni. La somma coprirà anche le spese dei giovani che, una volta in Tibet, vorranno proseguire negli studi e laurearsi mentre i Dipartimenti a ciò preposti chiederanno alle più importanti università cinesi di istituire corsi di formazione per i dottorandi intenzionati a recarsi in Tibet.

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



Appuntamenti

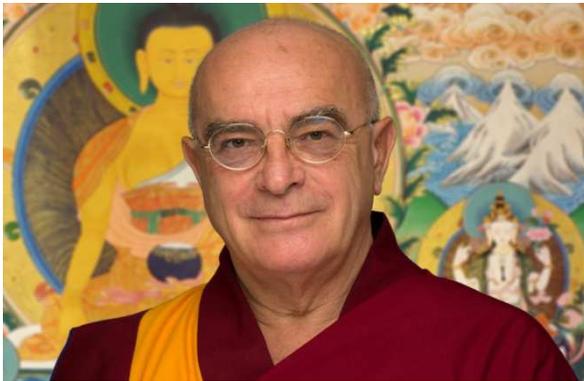
Riceviamo e volentieri pubblichiamo:



MANDALA
CENTRO STUDI TIBETANI

Via P. Martinetti 7, 20147 Milano

CONTATTI: Segreteria: 3400852285 - centromandalamilano@gmail.com



Mandala OnLine:

15 Dicembre 2022 ore 20:30 - 22:00

CON LA GUIDA DEL MAESTRO

**Per iniziare un percorso di crescita interiore
- 3° incontro**

Teoria e pratica dei preliminari comuni o esterni e dei preliminari straordinari o interni, spiegati da chi li ha studiati ed eseguiti con dedizione scrupolo. I preliminari sono le porte d'accesso alle tecniche meditative avanzate e aprono la via a un percorso spirituale che fortifica il corpo e la mente. Dedicato a coloro che sono alla ricerca di un Maestro e intendono migliorarsi seguendo con serietà e impegno le sue istruzioni. Il corso, tenuto dal venerabile Lama Paljin Tulku Rinpoce.



Centro Mandala:

17 Dicembre 2022 ore 14:30 - 17:30

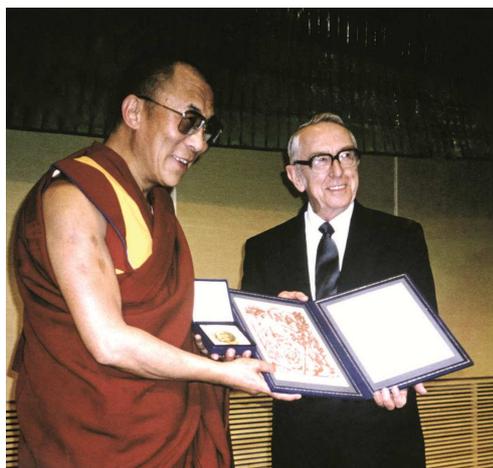
**DAKINI: MESSAGGERE DELLA
COMPASSIONE**

**Insegnamento con il VEN. LAMA PALJIN
TULKU RINPOCE**

Fate, maghe, streghe ma sempre dotate di straordinari poteri, le **Dakini** svolgono un ruolo importante nel buddhismo tibetano. Nate dall'attualizzazione della figura sciamanica antica, sono l'espressione delle energie che conducono gli individui alla realizzazione. Spesso compagne e ispiratrici dei grandi yogi, o consorti mistiche rappresentate in unione con le principali divinità maschili tantriche, esse incarnano l'archetipo della saggezza.



ISTITUTO LAMA TZONG KHAPA - segreteria@iltk.it | www.iltk.org | 050 685654
I corsi, i ritiri e gli eventi dell'Istituto Lama Tzong Khapa fino al 31 ottobre 2021



10 Dicembre | 10 Dicembre

Dalai Lama: 33° anniversario del conferimento del Premio Nobel per la Pace

Come Istituto Lama Tzong Khapa, siamo lieti di celebrare insieme a voi oggi, nella giornata internazionale dei diritti umani, l' anniversario del conferimento del Premio Nobel per la Pace a Sua santità il Dalai Lama, pubblicando la parte introduttiva del discorso che Sua Santità tenne ad Oslo trentatré anni fa, parole ancora attuali, dedicate a

tutti coloro che lottano per la libertà e lavorano per la pace nel mondo.

Il 10 dicembre 2022 celebriamo il 33° anniversario del conferimento del Premio Nobel per la Pace a Sua Santità, Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama del Tibet.

Ulteriori informazioni » *Dalai Lama: 33° anniversario del conferimento del Premio Nobel per la Pace (iltk.org)*





CENTRO EWAM FIRENZE – Via Pistoiese, 149 C – 50145 Firenze – Email: info@ewam.it

Alla scoperta del Buddhismo – con Marcello Macini

12 E 19 DICEMBRE @ 20:30 - 22:30

ALLA SCOPERTA DEL BUDDHISMO é un programma di studio e pratica della durata di circa due anni che presenterà gli stadi del sentiero verso l'illuminazione (Lam rim), secondo la tradizione tibetana, in un modo comprensibile e accessibile. Il corso vuol fare conoscere il Buddhismo Mahayana, tramandato dai lama del Tibet, come Sua Santità il Dalai Lama, Lama Zopa Rinpoche, Lama Yesce, e Ghesce Ciampa Ghiatso, sia a persone alla prima esperienza, sia a chi già conosce questa tradizione e desidera approfondirla in modo sistematico.

Ulteriori informazioni: *Archivi Eventi - Centro Ewam Firenze*





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



18/12/2022 17.00 - 18.30

**OFFERTA TSOG A
VAJRAYOGINI**

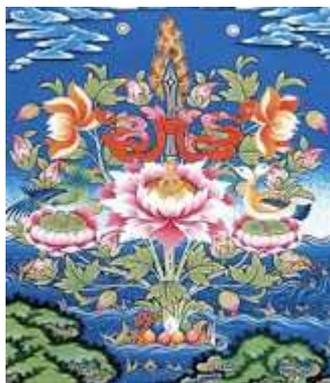
Il rituale dello Tsog è un metodo veloce per accumulare meriti e saggezza mediante la pratica collettiva in cui si porgono le offerte speciali alla Divinità. I praticanti Vajrayana dovrebbero celebrare lo Tsog il 10° e il 25° giorno del calendario lunare. La pratica dello Tsog in relazione a Vajrayogini è di particolare importanza nella scuola Sakya.

[blog-detail - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](http://sakyafamily.eu)

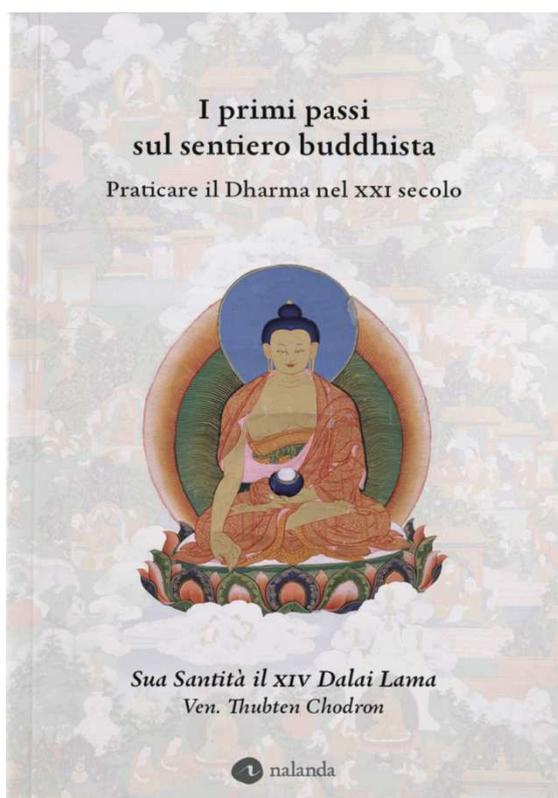


Per il programma in altri centri fondati da Khenchen Sherab Gyaltzen Amipa e altre proposte on-line di Sakya Dharma Family, clicca qui.:

[home - Centri di Khenchen Sherab \(sakyafamily.eu\)](http://sakyafamily.eu)



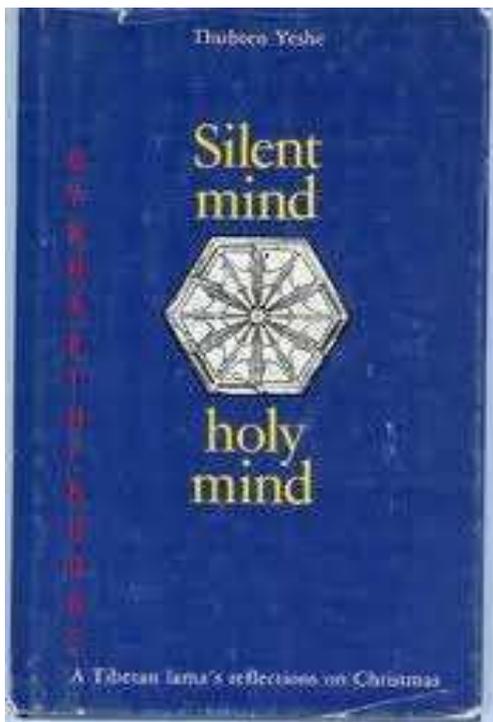
L'angolo del libro, del documentario e del film



S.S. il XIV Dalai Lama e Thubten Chödrön, *I primi passi sul sentiero buddhista. Praticare il Dharma nel XXI secolo*, Italia 2021: è il primo volume della serie "Saggezza e compassione" che la benemerita casa editrice Nalanda vuole dedicare alla conoscenza e allo studio del Buddhismo. Una introduzione esemplare ai principali temi dell'insegnamento del Buddha. Basandosi sugli insegnamenti del XIV Dalai Lama del Tibet, la monaca americana Thubten Chodron, una dei suoi principali discepoli occidentali, conduce il lettore lungo la via dell'Illuminazione come fu insegnata circa 2500 anni or sono in India dal Buddha Sakyamuni. Con un linguaggio semplice ma profondo, che poggia su di una solida esperienza personale frutto di un pluridecennale percorso spirituale basato sullo studio e sulla pratica, Thubten Chodron affronta i temi cardinali della riflessione e della ricerca

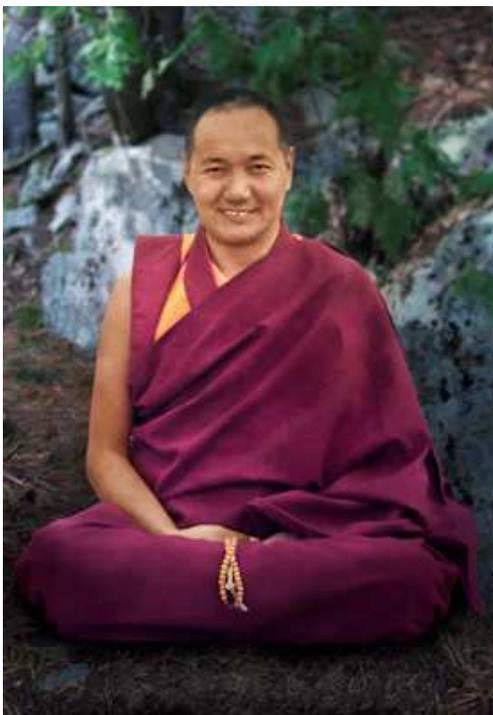
buddhista. Da segnalare anche alcuni precisi e chiarificatori cenni storici relativi alla nascita e alla diffusione dell'insegnamento del Buddha. Nelle dense pagine di questo volume, Thubten Chodron ci riporta con una eccezionale profondità il pensiero del Dalai Lama, la sua visione, il suo approccio alla spiritualità in grado di parlare la lingua del mondo contemporaneo senza mai dimenticare, nemmeno per un istante, il legame con la tradizione e le radici del Buddhadharma. E dalle pagine del libro emerge in tutta la sua forza il messaggio del Dalai Lama capace di spaziare dalle articolate analisi della filosofia e dell'epistemologia buddhista ai temi della felicità e della compassione nei confronti di tutti gli esseri senzienti. Da segnalare inoltre la felice scelta linguistica di Thubten Chodron nell'affrontare tematiche complesse come quelle prese in esame nel testo. Felice scelta linguistica resa bene dalla traduzione italiana di Carolina Lami. Un inizio particolarmente efficace per una collana che promette di regalare volumi di notevole interesse per tutti coloro interessati alla conoscenza e alla pratica del sentiero che conduce verso la Realizzazione Interiore.

(pv)



Lama Thubten Yeshe, *Silent Mind, Holy Mind: A Tibetan Lama's Reflections on Christmas*, USA 1978: guardando con gli occhi altrui, riusciamo a dare un senso diverso ad argomenti abituali dato che automatismi o abitudini ci snaturano facilmente lo sguardo. *Silent Mind, Holy Mind* presenta una serie di conferenze che Lama Thubten Yeshe (1935 - 1984) tenne attorno alle feste di Natale fra il 1971 e il 1974, a conclusione dei suoi corsi di meditazione al Monastero di Kopan. Furono gli anni quando Lama incontrò i primi studenti occidentali a Kathmandu. Nonostante fossero disincantati dal Cristianesimo praticato nei loro paesi di origine e nonostante cercassero delle risposte alternative nel Buddhismo, comunque a Natale si sentirono inaspettatamente a disagio e non seppero bene come gestire la sensazione di una "Festività" mancata. Lama Yeshe

intuì la loro confusione mentale e gli parlò del Natale dal suo punto di vista buddhista. Le sue lezioni furono registrate e successivamente pubblicate in questo libro. Applicando la prospettiva buddhista, Lama cercava di aiutare gli studenti a riconsiderare la festa cristiana e di coinvolgerli, invece di rifiutare a priori l'eredità ricca e significativa della



vita e degli insegnamenti di Gesù. Il libro, oltre alle lezioni stimolanti e stuzzicanti, include un esercizio mentale in otto versi per sradicare "il demone della mente presuntuosa", delle illustrazioni e un breve glossario. Lama comprende che la festa di Natale sia storicamente che tradizionalmente implica l'offerta di regali. Spiega agli studenti che il regalo più prezioso che potessero portare alla festa-lezione celebrata a Kopan fosse una mente pacifica che ci offra l'opportunità di scoprire una percezione diversa di ciò che ci circonda e di non limitare la nostra attenzione ad argomenti superficiali nonché a cose che vorremmo dimostrare ad altri. Grazie alla mente pacifica di cui parlano le religioni, ognuna seguendo la propria tradizione, riusciamo a trasformare la consapevolezza. Se ognuno sviluppasse la pace interiore, le cause di conflitti e guerre terminerebbero.

La pace sulla terra – questo è il fine del Natale. Lama Yeshe al termine del suo corso esprime la sua gratitudine per aver avuto l'occasione di parlare della Festa cristiana e saluta i suoi studenti: "Thank you very much and have a merry Christmas"

(kd)

Nobel per la Pace

Nei primi giorni dell'ottobre 1989 il Dalai Lama si trovava in California dove stava impartendo una serie di insegnamenti buddhisti. «Il pomeriggio del 5», ricorda, «una persona mi disse che secondo alcune voci avrei ricevuto il Premio Nobel. Provai un leggero senso di eccitazione e anche di stupore. La sera, come faccio quasi sempre, ascoltai alla radio il notiziario internazionale della Bbc ma non venne fatto cenno al Nobel. Pensai che si fosse trattato di voci senza fondamento e andai tranquillamente a dormire. All'alba del giorno seguente, invece, scoprii che la notizia era vera. I mass media l'avevano data nella notte. Non ero ancora sicuro e di nuovo mi sintonizzai sulla Bbc. Saranno state le cinque. Questa volta sentii dalla voce dello speaker che il Dalai Lama era il Premio Nobel per la Pace 1989. Se devo essere sincero, non rimasi sconvolto. E dopo averlo saputo tutto tornò come prima. Mi preparai a trascorrere un'altra normale giornata della mia esistenza. Mi considero infatti solo un semplice monaco buddhista. Niente di più, niente di meno. Quello che è importante non sono io ma il popolo tibetano. Questo premio rappresenta un incoraggiamento per i 6 milioni di abitanti del Tibet che da oltre quarant'anni stanno vivendo il più doloroso periodo della loro storia. Il Premio Nobel conferito a me è un riconoscimento dato al popolo tibetano». In effetti l'assegnazione del Nobel al Dalai Lama ha avuto un notevole effetto sui tibetani e sul lavoro di Tenzin Gyatso. Non a caso, le reazioni di Pechino a quello che molti commentatori definirono uno "schiaffo" furono scomposte.

Subito dopo aver appreso la notizia, l'ambasciata della Repubblica Popolare ad Oslo accusava il Comitato del Premio di interferire negli affari interni della Cina. «Si tratta di interferenze inammissibili e questo ferisce i sentimenti di tutto il popolo cinese», aveva dichiarato il consigliere d'ambasciata Wang Cuisheng, «gli affari del Tibet riguardano solo la Cina. Il Dalai Lama non è semplicemente un capo religioso ma anche una figura politica che tende a dividere la Madre Patria e minare l'unità nazionale». La scelta di conferirgli il Nobel consacrava la Presenza, agli occhi dell'opinione pubblica internazionale, come autentico uomo di pace. Il portatore di una visione del mondo che ha nella gentilezza la sua bandiera, il vero erede degli ideali del Mahatma Gandhi. Ma l'assegnazione del prestigioso Premio, era anche un gesto dalle esplicite implicazioni politiche. Il Comitato, con la sua scelta coraggiosa, si era apertamente espresso in favore del popolo tibetano e della sua lotta non-violenta per l'autodeterminazione, la democrazia, il rispetto dei diritti umani. Premiando il Prezioso Protettore, si era voluto richiamare l'attenzione mondiale sulla tragedia tibetana giunta ormai alle soglie di un drammatico punto di non ritorno.

La notizia che il loro leader aveva ricevuto il Nobel arrivò presto alle orecchie dei tibetani in Tibet. Venne diffusa in un primo momento dalle trasmissioni di *All India Radio* e poi dalla stessa emittente radiofonica cinese, preoccupata soprattutto di accusare i norvegesi di ingerenza. «I tibetani furono veramente felici, anche se pochi sapevano bene cosa fosse il Premio Nobel. La maggior parte pensava che una famiglia molto ricca di nome Nobel, avesse fatto un grosso regalo al Dalai Lama», dice ridendo Tenzin Gyatso. «Comunque, tutti manifestarono come poterono la loro gioia. I politicamente più consapevoli capivano anche quanto il Premio potesse aiutare la causa tibetana». Quando nella seconda settimana di ottobre la notizia arrivò a Lhasa, la popolazione si astenne per diversi giorni dal lavoro e festeggiò l'avvenimento. Sui muri della città vennero affissi manifesti in cui ci si congratulava con il Dalai Lama, si chiedeva la fine dell'occupazione cinese e si ringraziava il mondo libero per aver manifestato il suo appoggio al Tibet. In tutti i monasteri furono fatte delle offerte e sugli

altari si accesero migliaia di lumini votivi. La gente cercò anche di erigere un piccolo monumento davanti al Jokang ma le autorità negarono il permesso. E minacciarono che se vi fossero state manifestazioni di protesta, i tibetani avrebbero ricevuto una tale punizione da “far sembrare le repressioni di marzo uno scherzo da bambini”. Furono però tollerate feste, danze, pic-nic nel Parco del Norbulingka e altre espressioni di gioia “non politica”.

L’attribuzione del Nobel al Dalai Lama non rappresentava soltanto un riconoscimento della lotta dei tibetani. Tramite Kundun, la solidarietà del Comitato si estendeva anche alla stessa Cina. Ai ragazzi di Tienanmen e al coraggioso dissenso cinese. Infatti il legame che univa Tenzin Gyatso agli ideali dei giovani di Pechino era così forte che il Dalai Lama li volle ricordare nel messaggio di accettazione del Premio dicendo: «Gli studenti cinesi mi hanno dato una grande speranza per il futuro della Cina e del Tibet. Sento che il loro movimento procede nella tradizione dell’*ahimsa* del Mahatma Gandhi che mi ha profondamente ispirato sin da quando ero bambino». Non a caso, tra i primi telegrammi di felicitazioni che l’Oceano di Saggezza ricevette, ci furono quelli inviati dalle principali organizzazioni democratiche di cinesi in esilio. Al contrario di quanto scrissero alcuni commentatori politici, il Nobel al Dalai Lama non fu certo un riconoscimento “sottratto” alla primavera di Pechino. Invece, il Comitato norvegese aveva mostrato di comprendere che questo monaco buddhista, grazie alla sua pacifica fermezza e alla sua statura politico-morale, rappresentava l’unica autorità di levatura internazionale in grado di costituire un punto di riferimento autorevole anche per quelle porzioni di società cinese che lavoravano per un cambiamento positivo dello stato di cose presente. E la grande considerazione in cui i giovani della “Comune di Tienanmen” tenevano il Dalai Lama fu dimostrata dall’incontro che Tenzin Gyatso ebbe a Parigi, il 4 dicembre 1989, con Yan Jaiqi, in quel momento Presidente della Federazione per la Cina Democratica. Al termine del colloquio, avvenuto in un clima di reciproca cordialità, venne rilasciato un documento congiunto in cui, tra le altre cose, si affermava: «La Federazione per la Cina Democratica si duole per il trattamento riservato dalle autorità cinesi al popolo tibetano, riconosce la necessità di tutelare la sua specifica identità culturale e dichiara di aderire alla proposta di Sua Santità il Dalai Lama per la costituzione in Tibet di un governo democratico volto a garantire al popolo tibetano uguaglianza economica, giustizia sociale e protezione dell’ambiente. Il signor Yan Jaiqi ha detto a Sua Santità il Dalai Lama di essere convinto che il problema tibetano si potrà risolvere mediante una federazione costituita su basi democratiche e pacifiche, che potrà garantire reciproci benefici».

Se l’assegnazione del Premio Nobel al Dalai Lama fu uno schiaffo, la sua consegna rappresentò una vera e propria bacchettata sulle dita dell’arrogante gigante asiatico. Infatti il Governo di Pechino fece di tutto per intimidire le autorità di Oslo. In particolare pretendeva che, contravvenendo alla tradizione, Re Olaf V non fosse presente alla cerimonia e nessun membro del Governo norvegese incontrasse ufficialmente il Dalai Lama, pena la rottura delle relazioni commerciali tra i due Paesi. Ma la piccola Norvegia seppe resistere alla tracotanza cinese e non solo il 10 dicembre 1989 la consegna del Nobel avvenne come ogni anno alla presenza del sovrano e dell’intera famiglia reale, ma il Dalai Lama fu ricevuto ufficialmente dal Primo Ministro Jan P. Syse, dal Ministro degli esteri Kjell Magne Bondevik e dai membri del Parlamento.

La mattina del 10 attorno all’Università dove si sarebbe svolta la cerimonia, si affollavano migliaia di persone. Tibetani venuti da ogni angolo d’Europa, amici del Tibet di differenti nazionalità, cittadini di Oslo. Tutti insieme formavano una folla variopinta che sventolava le multicolori bandiere tibetane e inalberava striscioni di solidarietà con il Dalai Lama. La

capitale norvegese aveva accolto Tenzin Gyatso con grande simpatia. Nelle vetrine delle librerie facevano bella mostra testi sul Tibet e manifesti del Dalai Lama. Le prime pagine dei principali quotidiani erano interamente dedicate all'avvenimento e nell'aria si respirava un'atmosfera di cordiale curiosità nei confronti del primo Premio Nobel per la Pace figlio dell'Asia.

Verso le 11 del mattino, all'interno dell'Aula Magna in cui tradizionalmente avveniva la premiazione, fervevano i preparativi. I giornalisti ritardatari a stento riuscivano a trovare un posto nell'angusta galleria dove si accalcavano corrispondenti, fotografi e operatori televisivi venuti da tutti Paesi del mondo. Sotto stavano giungendo gli invitati. Erano presenti l'intero Governo norvegese, rappresentanti del corpo diplomatico e un buon numero di ospiti d'onore oltre, ovviamente, a numerosi tibetani.

Alle 12,30 arriva la macchina del Dalai Lama. Quando il Prezioso Protettore scende, l'eccitazione della folla è al culmine. Subito si leva un applauso spontaneo ben presto coperto dalle note di una marcia suonata da un'orchestrina di rifugiati, felici di porgere quest'omaggio musicale piuttosto inconsueto nella cornice del Nobel. Il crepitare di decine di flash accompagna Tenzin Gyatso mentre sale i pochi gradini dell'ingresso. La differenza di atmosfera tra l'esterno e l'interno è abissale. Fuori è tutto un allegro trambusto di applausi, grida, suoni. Dentro la sala è immersa in un silenzio totale, raccolto, emozionante. In piedi gli invitati attendono l'arrivo di colui che sta per essere insignito del più prestigioso riconoscimento mondiale.

Accompagnato da Egil Aarvik, Presidente del Comitato per il Nobel, Tenzin Gyatso fa il suo ingresso nell'Aula Magna. Si drappeggia sulle spalle lo scialle amaranto della tunica monastica. Sorride. Dopo aver salutato il Primo Ministro e i membri del Governo si siede nella poltrona della prima fila riservata al vincitore del Premio. Dopo qualche istante arriva Re Olaf V con la famiglia reale. Leggermente claudicante, l'anziano monarca cammina appoggiandosi a un bastone e prima di entrare si ferma un attimo e risponde, levandosi il cappello, alla folla che lo ha accolto con applausi calorosi e grida di incoraggiamento. La gente vede in questo cortese signore dai modi al medesimo tempo semplici e aristocratici, il simbolo di quei valori di indipendenza e dignità che troppi uomini di governo contemporanei sembrano aver dimenticato. Ci vuole un sovrano più che ottantenne, Re di un piccolo Paese, per ricordare a tanti presidenti di repubbliche e primi ministri, che si può anche rischiare di mettere in crisi importanti accordi commerciali quando è in gioco la solidarietà umana nei confronti di una causa giusta e vera.

La cerimonia si apre con il discorso di Egil Aarvik che, rivolto al Dalai Lama, dice: «Vostra Santità, oggi 10 dicembre 1989, sarete insignito del Premio Nobel per la Pace. Credo sia di grande importanza che in questo giorno si festeggi anche l'anniversario della Dichiarazione dei Diritti dell'Uomo da parte delle Nazioni Unite. Ritengo che il modo più appropriato di celebrare questa ricorrenza sia quello di conferire il Premio Nobel per la Pace a voi, un uomo universalmente riconosciuto come uno dei più autorevoli portavoce dei diritti umani, della giustizia, della verità e della pace». Dopo aver ricordato la dura occupazione cinese del Tibet, tratteggiato sinteticamente la figura del Dalai Lama e il suo ininterrotto impegno a favore di una soluzione pacifica della tragedia tibetana, il Presidente del Comitato per il Nobel conclude con queste parole: «Noi affermiamo il nostro appoggio al lavoro del Dalai Lama e a tutti coloro che disarmati lottano in ogni Paese per la libertà, la pace e la dignità degli uomini. Quindi adesso invito Vostra Santità, il XIV Dalai Lama del Tibet, a salire su questo podio e ricevere il Premio Nobel per la Pace 1989, la medaglia d'oro e il diploma».

Un interminabile applauso accoglie Tenzin Gyatso quando sale sul palco per il discorso di ringraziamento. Leggermente emozionato, lo sguardo arguto e le mani giunte nel tradizionale saluto buddhista, il leader tibetano rimane per alcuni minuti in silenzio a osservare una composita platea che gli tributa un lungo, caloroso omaggio. I reali di Norvegia, membri del Governo, diplomatici, uomini politici, intellettuali, tibetani, esponenti dei comitati pro-Tibet sono tutti in piedi ad applaudire questo monaco disarmato che da oltre quarant'anni osa sfidare il colosso cinese facendo affidamento solo sulla forza della ragione e della verità.

Dopo aver salmodiato una breve preghiera, il Dalai Lama pronuncia alcune frasi in tibetano in cui ripropone i temi centrali del suo pensiero e della sua filosofia. Descrive se stesso come «... un semplice monaco buddhista proveniente dal Tibet che segue con profonda convinzione un modo di vita spirituale: il nobile sentiero del Buddha, la cui essenza è l'unità di saggezza e universale compassione». E continua dicendo: «Sono anche una persona che, attraverso il naturale corso degli eventi, è legata al destino del Tibet, del suo popolo, della sua cultura e ha dedicato tutte le proprie energie all'adempimento di questo dovere. Questa persona è stata insignita del Premio Nobel. Si tratta veramente di un grande onore. Ne sono felice e orgoglioso e sono anche certo che per tutti i popoli amanti della pace e dell'armonia l'assegnazione di questo premio sia fonte di gioia. Voglio dunque esprimere a tutti voi i miei sinceri ringraziamenti. Questo premio rappresenta il riconoscimento e l'appoggio internazionale per la giusta lotta del popolo tibetano per la libertà e l'autodeterminazione. Spero che presto possa prevalere la verità e che i diritti del mio popolo vengano ristabiliti. Mentre riaffermo il mio legame con questa battaglia, prego quotidianamente per una duratura pace planetaria. Lavorerò con impegno affinché questo scopo venga raggiunto e arrivi un giorno in cui tutti i popoli del mondo si amino reciprocamente e vivano in armonia».

Quindi, parlando in inglese, Tenzin Gyatso ringrazia per l'onore conferitogli e sottolinea che accetta il Premio: «A nome di tutti i popoli oppressi e per coloro che lottano per la libertà e lavorano per la pace mondiale», rende omaggio alla memoria del Mahatma Gandhi e ricorda la terribile situazione in cui versa il suo Paese da quando nel 1950 venne invaso dall'esercito di Pechino. Ancora una volta ribadisce che considera l'assegnazione del Nobel, non un riconoscimento dato alla sua persona, ma un premio conferito all'intero popolo tibetano per il suo eroismo, la dedizione e la tenacia con cui continua a lottare in Patria e all'estero. Il Dalai Lama ricorda poi i giovani dissidenti cinesi che lo fanno essere ottimista per l'avvenire della Cina. Infine riafferma la sua incrollabile fiducia nell'uomo e nei metodi non-violenti intesi come unica via per far prevalere la giustizia e diritti umani. Una interminabile ovazione saluta il Dalai Lama al termine del suo discorso. Il carisma di Tenzin Gyatso ha toccato profondamente il pubblico che, in piedi, non smette di applaudire. Gli occhi dei tibetani sono lucidi di commozione. Dopo aver versato negli ultimi quarant'anni tante lacrime di dolore finalmente a Oslo questo popolo piange di gioia.

(da: Piero Verni, *Il Sorriso e la Saggezza-Dalai Lama biografia autorizzata*, Italia 2021, pag. 297-304)

Il Dalai Lama ci parla

Livelli di impegno

Tramite lo sviluppo di un'attitudine responsabile verso gli altri possiamo iniziare a creare quel mondo più gentile e compassionevole che tutti sogniamo. Il lettore può concordare o meno con la mia richiesta di una responsabilità universale. Ma se ritiene corretto pensare che, a causa della natura interdipendente della realtà, la nostra abituale distinzione tra noi e gli altri è sbagliata e se dunque sono nel giusto quando affermo che il nostro scopo dovrebbe essere quello di estendere la nostra compassione verso tutti gli altri, dobbiamo concludere che la compassione -la quale implica un comportamento etico- è il cuore di tutte le nostre azioni, individuali e sociali. Inoltre, sebbene i dettagli dovrebbero essere oggetto di discussione, sono convinto che la responsabilità universale debba estendersi anche al campo politico. Ci dice infatti qualcosa di estremamente importante riguardo a come condurre la nostra esistenza quotidiana, se vogliamo essere felici nel modo in cui io la intendo. Sono fiducioso che nessuno scambi queste mie affermazioni per un'esortazione ad abbandonare gli attuali stili di vita per aderire a un nuovo modo di pensare. Piuttosto vorrei suggerire che una persona, continuando a vivere come ha sempre fatto, possa però cambiare divenendo un migliore, più compassionevole e felice essere umano. E attraverso questo miglioramento, degli individui più compassionevoli possono contribuire a una rivoluzione spirituale.

Un lavoro cosiddetto umile, non è meno importante per la società di quello di un dottore, di un insegnante, di un monaco o di una monaca. Ogni sforzo umano è in potenza grande e nobile. Finché portiamo avanti il nostro impegno con una buona motivazione dicendo, "Lavoro per gli altri", questo sarà di beneficio a una più grande comunità di persone. Ma quando smettiamo di preoccuparci per i sentimenti e il benessere altrui, sprechiamo le nostre attività. Se manca il fondamentale calore umano, religione, politica, economia diventano qualcosa di sporco e invece di aiutare l'umanità si tramutano in agenti della sua distruzione. Quindi, oltre a sviluppare un senso di responsabilità universale, dobbiamo essere anche delle persone responsabili. E fino a quando non mettiamo in pratica i nostri principi essi non hanno valore. Per esempio, un politico che è realmente consapevole deve comportarsi onestamente e rettamente. Un uomo o una donna d'affari devono tenere a mente i bisogni della gente in ogni iniziativa economica che intraprendono. Un avvocato deve usare la sua conoscenza legale per difendere la giustizia.

E' difficile spiegare esattamente come dovrebbe essere il nostro comportamento in accordo con i principi della responsabilità universale e io non ho in mente alcuna particolare tipologia. Spero solo che, quanto state leggendo avrà per voi un senso, cercherete di condurre un'esistenza compassionevole e che facciate del vostro meglio per aiutare gli altri. Se vedete gocciolare un rubinetto lo chiudete e nella vita, quando si vede una fiamma bruciare senza necessità, si dovrebbe fare lo stesso. Se siete dei praticanti religiosi e incontrate un esponente di un'altra tradizione dovrete rispettarlo come vorreste lui rispettasse voi. Oppure se siete uno scienziato e capite che la ricerca a cui state lavorando può avere effetti nocivi sugli altri, grazie al vostro senso di responsabilità, dovrete abbandonarla. Insomma, dovrete fare il meglio che potete riconoscendo i vostri limiti e le vostre possibilità. A parte questo, non richiedo nessun altro impegno. Ed è normale che in alcuni giorni i vostri comportamenti possono essere più compassionevoli che in altri. Invece se quanto sto dicendo non vi sembra interessante, non c'è problema. Quello che importa è che qualsiasi cosa facciate per gli altri, qualsiasi sacrificio affrontiate sia spontaneo e nasca dalla comprensione di quanto sia utile e benefico.

Durante una mia recente visita a New York un amico mi ha detto che in America il numero dei miliardari (in dollari statunitensi, *N.d.T.*) era cresciuto in pochi anni da diciassette a diverse centinaia. Mentre i poveri non solo non avevano migliorato le loro condizioni di vita ma in alcuni casi erano divenuti anche più poveri. E' una situazione che considero del tutto immorale e anche potenziale fonte di problemi. Mentre milioni di persone non possono soddisfare nemmeno le più elementari necessità -cibo, casa, scuola, assistenza medica- una distribuzione così iniqua della ricchezza è scandalosa. Nel caso in cui tutti abbiano il sufficiente per vivere, allora forse il lusso sarebbe accettabile per quella gente che vuole vivere in questo modo e a cui non si potrebbe impedire di farlo. Ma le cose non stanno così. In questo nostro mondo vi sono delle aree dove alcuni buttano il cibo in eccedenza e altre dove -esseri umani come noi tra cui bambini innocenti- devono cercare tra i rifiuti e molti muoiono di fame. Quindi, sebbene non possa affermare che un'esistenza lussuosa sia in se stessa sbagliata, ammesso che i denari che usano non siano frutto di azioni disoneste, affermo però che si tratta di una situazione indegna che ci rattrista.

Per altro mi colpisce che lo stile di vita dei ricchi sia spesso assurdamente complicato. Un mio amico che ha vissuto con una famiglia molto ricca mi ha detto che ogni volta che i suoi componenti andavano a nuotare in piscina veniva loro dato un accappatoio che cambiavano dopo ogni bagno, anche se ne facevano diversi al giorno. Straordinario! E anche ridicolo. Non riesco a vedere come una situazione del genere possa aumentare il confort di una persona. In quanto esseri umani abbiamo una sola pancia e c'è un limite alla quantità di cibo che possiamo mangiare. Così come abbiamo solo otto dita e due pollici e non possiamo portare centinaia di anelli. Per quanti se ne possa avere non sono di alcuna utilità dal momento che non li portiamo e quindi rimangono nei cassetti. Un appropriato uso della ricchezza, come mi è capitato di spiegare ai membri di una opulenta famiglia indiana, consiste nel fare beneficenza. In questo caso suggerii, poiché me lo avevano chiesto, che forse spendere il loro denaro nel campo educativo poteva essere la migliore scelta da fare. Il futuro del mondo è nelle mani dei nostri figli quindi, se vogliamo contribuire alla nascita di una più giusta e compassionevole società, si devono educare i bambini ad essere responsabili e amorevoli esseri umani. Quando si nasce ricchi, o lo si diventa, si hanno enormi opportunità di aiutare gli altri. Che spreco quando queste opportunità sono dilapidate in comportamenti egoistici.

Sento con forza che un'esistenza lussuosa è impropria e devo ammettere che quando mi capita di stare in un albergo confortevole e vedo la gente che mangia e beve oltremisura mentre fuori c'è chi non sa nemmeno dove andare a dormire, mi sento molto turbato e mi convinco ancora di più che non sono diverso né da un ricco né da un povero. Tutti desideriamo la felicità e non soffrire e abbiamo gli stessi diritti di ottenere quanto desideriamo. Devo dire che se vedessi una dimostrazione operaia vi aderirei. Certo queste cose le sta dicendo uno che beneficia del lusso degli alberghi ma devo andare oltre. Ed è anche vero che possiedo diversi preziosi orologi da polso e nonostante sappia che con il ricavato della loro vendita potrei costruire alcune capanne per i poveri, non li ho ancora venduti. Così come sento che se fossi vegetariano non solo darei un buon esempio ma contribuirei anche a salvare le vite di animali innocenti. Dunque devo ammettere che vi sono alcune contraddizioni tra i miei principi e i miei comportamenti. Allo stesso modo non credo che tutti possano essere come il Mahatma Ghandi e vivere la vita di un povero contadino. Un simile comportamento però è meraviglioso e degno di tutta la nostra ammirazione. Ma la parola chiave è "tanto quanto posso" senza andare agli estremi.

(Dalai Lama, *Una Rivoluzione per la Pace*, Italia 1999)

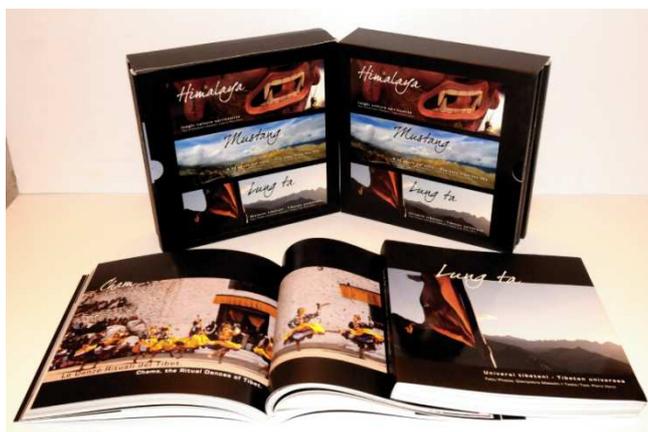
L'Eredità del Tibet-The Heritage of Tibet

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

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

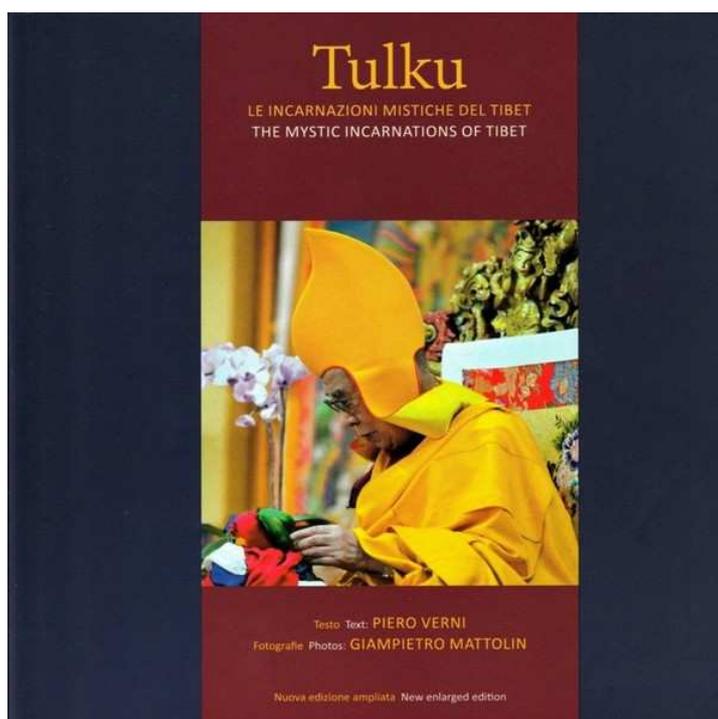
Lung Ta: Universi tibetani - Tibetan universes, fotografie di Giampietro Mattolin, testi (italiano ed inglese) di Piero Verni, pag. 204, Dolo (VE), 2012, (€ 30,00): “Le atmosfere e i ricordi di un trekking compiuto anni fa nella regione più tibetana del Nepal mi sono balzati improvvisamente agli occhi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

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



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

I *tulku* sono quei maestri spirituali che scelgono di ritornare nel mondo, esistenza dopo esistenza, per essere di aiuto agli esseri viventi. La tradizione di queste reincarnazioni mistiche è una caratteristica peculiare del Buddismo vajrayana, la forma dell'insegnamento del Buddha diffusa in Tibet, regione himalayana e Mongolia. Profondamente radicata nelle culture di questi Paesi, fuori però dall'universo tibetano questa usanza è stata spesso fraintesa. Scopo di "Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet" è quello di fornire al lettore, attraverso un linguaggio semplice e chiaro, un quadro esauriente di cosa effettivamente sia la tradizione dei tulku e di come interagisca con le società nelle quali è presente. Grazie anche alle numerose interviste concesse agli autori dal Dalai Lama e da altri importanti lama buddhisti, questo libro ricostruisce la storia, l'orizzonte religioso ed etnico, l'attuale condizione e il futuro di questa fondamentale componente della civiltà tibetana. Di particolare interesse inoltre, i capitoli dedicati alla vita del VI Dalai Lama (il più eterodosso di tutto il lignaggio) e all'infanzia dell'attuale quattordicesima reincarnazione, prima che venisse riconosciuta e insediata a Lhasa in qualità di massima autorità del Tibet. Da segnalare infine come dalle pagine di questo volume (sia grazie al testo sia all'imponente apparato fotografico di cui si avvale) emerga anche una nitida immagine del Tibet e dei luoghi in cui i *tulku* esercitano la loro funzione spirituale. Inoltre, in questa seconda edizione, è stato aggiunto un capitolo che affronta le tematiche relative al riconoscimento di alcuni *tulku* occidentali e quindi alla presenza di questo peculiare aspetto della civiltà tibeto-himalayana anche fuori dalle regioni centro-asiatiche e dai contesti tradizionali in cui è nata e si è sviluppata nel corso dei secoli.
(per ordini: heritageoftibet@gmail.com)

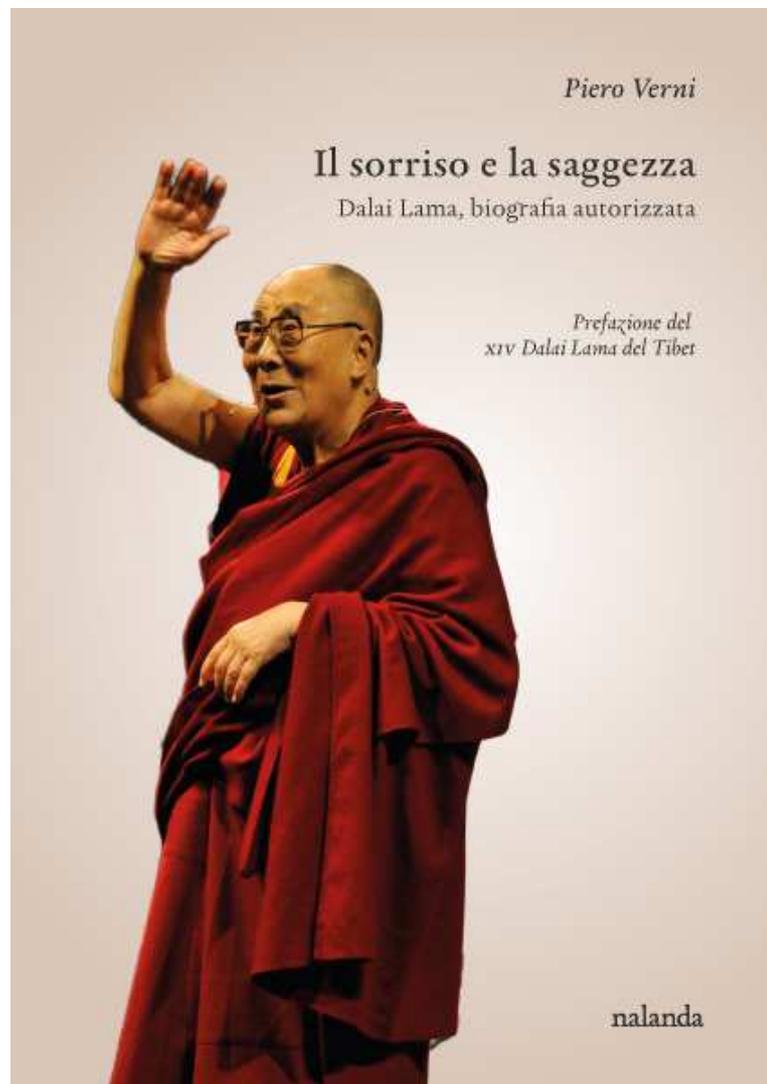


Il Sorriso e la Saggezza-Dalai Lama biografia autorizzata*

di *Piero Verni*

Ritengo che le agiografie non siano utili a nessuno, nemmeno ai loro protagonisti. Per questo ho voluto semplicemente scrivere una biografia di un uomo, attenendomi a quello che di lui ho potuto ascoltare, vedere, conoscere. Un uomo non solo amato profondamente dal suo popolo ma divenuto anche un fondamentale punto di riferimento etico, spirituale, filosofico, per moltissime altre persone di questo Pianeta.

Il XIV Dalai Lama del Tibet. Un testimone del nostro tempo. Un esempio a cui guardare per tutti coloro che cercano, in mezzo a difficoltà di ogni genere, di realizzare un cambiamento positivo nella vita individuale e collettiva di ciascuno di noi. (*Piero Verni*)



* per ordini: <https://nalandaedizioni.it> e tutte le principali librerie digitali italiane

Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet

Documentario di: *Piero Verni*; Italia 2022

Un viaggio all'interno di uno degli aspetti più affascinanti della civiltà tibetana: quello dei tulku, i corpi d'emanazione, i lama reincarnati del Buddhismo tantrico. Un film che illustra i tratti essenziali di un aspetto religioso profondamente sentito e rispettato dalle donne e dagli uomini che abitano il Tibet e l'intera regione himalayana. Attraverso le parole del Dalai Lama e di alcuni tra i principali Lama contemporanei, il documentario affronta il mistero della vita, della morte e della rinascita alla luce del pensiero tibetano. Inoltre, *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*, denuncia il grottesco tentativo del governo cinese di usare il messaggio dei tulku per legittimare la sua illegale occupazione del Paese delle Nevi. Infine il film si interroga su quale potrà essere il futuro di questa antica tradizione in un mondo così diverso da quello in cui nacque. Una finestra aperta su di un mondo ancora oggi poco conosciuto.

Tulku
LE INCARNAZIONI MISTICHE DEL TIBET

www.heritageoftibet.com

Documentario di
Piero Verni

Heritage of Tibet

Tulku
Le incarnazioni mistiche del Tibet

Documentario di
Piero Verni

Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet è un documentario frutto di un lungo viaggio durato oltre 30 anni che il giornalista Piero Verni ha compiuto tra le comunità tibetane dell'India, nei paesi della regione tibeto-himalayana (Ladakh, Himachal Pradesh, Mustang, Sikkim, Bhutan) e in Tibet. Questo lavoro affronta in modo approfondito, ma nel medesimo tempo chiaro e accessibile, i termini essenziali di un suggestivo aspetto della civiltà tibetana: quello dei *tulku*. Vale a dire i maestri spirituali che scelgono di ritornare nel mondo, esistenza dopo esistenza, per essere di aiuto agli esseri viventi. Piero Verni conduce lo spettatore all'interno delle risposte con cui il Buddhismo tibetano affronta il mistero della vita e della nascita, della morte e della rinascita. Affronta inoltre lo spregiudicato tentativo del governo cinese di usare la tradizione dei *tulku* a favore della sua politica repressiva. Oltre alle interviste al XIV Dalai Lama, il documentario ospita le testimonianze di numerosi altri importanti lama del Tibet tra cui ricordiamo Chetsang Rinpoche (massima autorità della scuola Drikung-kagyü), Khamtrul Rinpoche (guida spirituale del monastero di Khampagar), Kandro Rinpoche (attuale detentrica della antica linea di insegnamenti femminili della Jetsunma), Lama Pajin Tulku (uno dei pochi occidentali formalmente riconosciuto come la reincarnazione di uno yogi tibetano), Kirri Rinpoche (abate dell'omonimo monastero).

Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet è dunque una finestra aperta su uno degli aspetti più affascinanti della spiritualità tibetana. Un patrimonio che non appartiene solamente alle donne e agli uomini del Paese delle Nevi ma anche tutti noi.

PIERO VERNI, giornalista, scrittore e documentarista vive tra la Bretagna e l'Italia. Da molti anni dedica la maggior parte del suo lavoro alla conoscenza della civiltà tibetana e delle culture indo-himalayane cui ha dedicato numerosi reportages, libri e documentari. Attualmente è Presidente dell'Associazione "L'Eredità del Tibet - The Heritage of Tibet". È stato inoltre tra i fondatori dell'Associazione Italia-Tibet (aprile 1988), di cui ha ricoperto la carica di Presidente per i primi 14 anni.

Tra i suoi libri: *Il Sorriso e la Sapienza - Dalai Lama*, biografia autorizzata, Italia 2011; *L'Ultimo Tibet: viaggio nel Mustang*, seconda edizione aggiornata, F.E.A., Milano 1999; *Il Tibet nel cuore*, Sperling&Kupfer, Milano 1999; *Le Terre del Buddha*, Touring Club, Milano 2001; *Tibet*, White Star edizioni, seconda edizione, Vercelli 2007; *Himalaya* (in collaborazione con Giampietro Mattolin), Arzelis, Padova 2006; *Lung to Universi Tibetani* (in collaborazione con Giampietro Mattolin), Grafiche Leone, Venezia 2012; *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet* (in collaborazione con Giampietro Mattolin), seconda edizione ampliata, Venezia 2018.

Tra i suoi documentari: *Il mio Tibet* (in collaborazione con Karma Chukey) Bruxelles 1996; *Lontano dal Tibet* (in collaborazione con Karma Chukey), Bruxelles 1997; *In fuga dal Tibet* (in collaborazione con Karma Chukey), Italia 2001; "Premio Bruce Chelver 2001"; *In mano verso il Tibet* (in collaborazione con Karma Chukey), Bretagna 2010; "Premium Palladium del Flower Film Festival, Assisi 2010"; *Cham, le danze rituali del Tibet*, terza edizione, Italia 2014.

L'Associazione "L'EREDITÀ DEL TIBET - THE HERITAGE OF TIBET" si propone, attraverso una serie di iniziative culturali (libri, documentari, mostre fotografiche) di far conoscere i tratti essenziali della importante Civiltà del Tibet.

Al momento l'Associazione ha pubblicato quattro volumi: *Himalaya - Luoghi, cultura, spiritualità*, Padova 2006; *Mustang, a un passo dal cielo*, Padova 2007; *Lung to Universi Tibetani*, Venezia 2012; *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*, seconda edizione ampliata, Venezia 2018, con fotografie di Giampietro Mattolin e testi di Piero Verni.

Due documentari: *Cham, le danze rituali del Tibet*, di Piero Verni, Karma Chukey e Mario Cucodoro (italiano) 4-3-21 min; colore Italia 2014. *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*, di Piero Verni (italiano); 16-9-20 min; colore, Italia 2022).

Tre mostre fotografiche: *Cham, le danze rituali del Tibet*, 2013; *Anno: il paese del XIV Dalai Lama*, 2015; *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*, 2016, con fotografie di Giampietro Mattolin e testi di Piero Verni.

Cham, le danze rituali del Tibet

di: *Piero Verni, Karma Chukey e Mario Cuccodoro*

Italiano; 4:3; 21 min; colore; Italia 2014

(€ 13,50 + spese di spedizione; per ordini: heritageoftibet@gmail.com)

Cham

le danze rituali del Tibet



un film di

Piero Verni
Karma Chukey
Mario Cuccodoro

www.heritageoftibet.com

L'Associazione Heritage Oltre i Confini
presenta

un film di

Piero Verni
Karma Chukey
Mario Cuccodoro

riprese: Piero Verni & Karma Chukey
testi: Piero Verni
montaggio: Mario Cuccodoro
voce: Giorgio Cervesi Ripa
23 minuti, colore, Italia 2014

www.heritageoftibet.com

All'interno del Buddhismo tantrico è presente un'antica tradizione di danze rituali (cham in tibetano) considerata comunemente tra le più interessanti e suggestive dell'intero continente asiatico.



La policromia di costumi, maschere e ornamenti, i suoni profondi e drammatici degli strumenti, la potenza simbolica dei movimenti dei danzatori e le stesse valenze archetipiche delle "storie meravigliose" raccontate tramite i cham sono "comunicazioni" che toccano con grande forza il cuore e la mente di quanti assistono alla sacra rappresentazione. Infatti l'esecuzione di un cham non ha niente a che vedere con uno spettacolo o un avvenimento profano.

Al contrario, le danze rituali sono parte integrante della tradizione tantrica; vengono eseguite per lo più da monaci, si tengono nei cortili dei monasteri, sono rappresentate per motivi spirituali e all'interno di un preciso contesto religioso.



Filmato compresso in M4V, compatibile con i computer Mac Os X, Windows e Linux; con tablet e smartphones Apple, Android e Windows Phone; con la maggior parte delle TV dotate di ingresso USB

Per un viaggiatore assistere a un cham è sicuramente un'esperienza straordinaria. Anche se il più delle volte la quasi totalità dei simboli usati dai danzatori gli sarà sconosciuta ed oscura, rimarrà comunque coinvolto dalla incredibile ricchezza del linguaggio della danza.



Questo documentario, tra i pochissimi dedicati a questo straordinario soggetto, affronta con un linguaggio chiaro e diretto i principali temi simbolici dei cham e tramite la forza dell'immagine in movimento riesce a trasmettere l'intensità, lo spessore, la profondità di questa vera e propria magia che danza.

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

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

