

N° 11

Editoriale:

Cari amici,

questo undicesimo numero della nostra Newsletter esce pochi giorni dopo la terribile strage di Parigi. Apriamo quindi questo Editoriale ricordando le 129 vite assurdamamente spezzate e manifestando la nostra solidarietà al popolo e alla nazione francese, così come a tutti i popoli e Paesi feriti dal terrorismo e dalle guerre. In un momento difficile e amaro come l'attuale ci siano di guida le recenti dichiarazioni di Sua Santità il Dalai Lama: "Le persone vogliono vivere un'esistenza pacifica. I terroristi sono miopi e questo è una delle cause dei suicidi tramite le bombe. Non possiamo risolvere questo problema solo tramite la preghiera. Sono buddhista e credo nella preghiera. Ma sono gli esseri umani ad aver creato questo problema e adesso chiediamo a Dio di risolverlo. Non è una cosa logica. Abbiamo bisogno di promuovere sistematicamente i valori umanistici di unità e armonia. Se cominciamo a farlo ora, possiamo sperare che questo secolo sarà diverso dal precedente. E' nell'interesse di ognuno di noi. Quindi lavoriamo per la pace all'interno delle nostre famiglie e società e non aspettiamoci aiuti da Dio, Buddha o governi".

Meditando su queste parole, restiamo sintonizzati e non perdiamoci di vista!

10° giorno del 10° mese tibetano dell'anno della Pecora di Legno (21 novembre 2015)

Piero Verni

Giampietro Mattolin



beppe cico daniele massimo sergio cristiano

Da oltre 50 anni, per sempre

NOMADI



In Concerto



GIOVEDÌ 19 NOVEMBRE 2015

TERNI DATA ZERO

ore 21.30 - TEATRO "A" CENTRO MULTIMEDIALE

BOOKING Segnali Caotici 0522.934906 - 335.327103 dany@nomadi.it

Giovedì 19 novembre, al Teatro "A" Centro Multimediale di Terni, il gruppo musicale *I Nomadi* ha tenuto un affollato concerto dedicato al Tibet e all'Anno del Dalai Lama. Da molto tempo questa nota e amata band italiana è al fianco del popolo tibetano e del messaggio del Dalai Lama. Già altri concerti erano stati dedicati alla lotta non violenta del popolo tibetano e alcuni anni or sono Beppe Gelug ed altri componenti del complesso si erano recati in India per incontrare il Dalai Lama. Prima dell'inizio del concerto, introdotti da Fausto Piritto (l'infaticabile responsabile stampa di *Anno del Dalai Lama*) hanno potuto spiegare le ragioni del Tibet e del Dalai Lama, Geshe Tenkyong, Stefano Antichi e Ruggero Maggi a nome delle tre organizzazioni che hanno dato vita all'*Anno del Dalai Lama* (purtroppo né Piero Verni né Giampietro Mattolin avevano potuto essere presenti). Al

termine del riuscito concerto Lama Tenkyong è tornato sul palco per offrire ai musicisti la tradizionale sciarpa di seta tibetana (*khata*) segno di amicizia e fratellanza.



L'apertura del concerto de I Nomadi a Terni (19 novembre 2015) dedicato all'Anno del Dalai Lama: il Ven. Geshe Lobsang Tenkyon, Ruggero Maggi (Padiglione Tibet) e Stefano Antichi (FPMT), introdotti da Fausto Pirito, hanno potuto parlare a lungo a una platea attentissima dei festeggiamenti per l'80° compleanno di S.S. e della "questione tibetana".





N o m a d i durante il concerto di Terni (19 novembre 2015) d e d i c a t o all'Anno del Dalai Lama: tutti i musicisti indossano la Khata donata loro dal Ven. Geshe Lobsang Tenkyon. A sinistra e al centro del palco, la bandiera del Tibet.



La bandiera del Tibet innalzata sul palco de I Nomadi a Terni (19 novembre 2015) dal chitarrista e percussionista S e r g i o Reggioli.



Beppe Carletti, leader e tastierista de I Nomadi, con la khata durante il bis del concerto di Terni



Anche Cristiano Turato, il nuovo cantante de I Nomadi, con la "Sciarpa della Felicità"



In primo piano: Cico Falzone, chitarrista de I Nomadi, alla fine del concerto indossa ancora la khata.

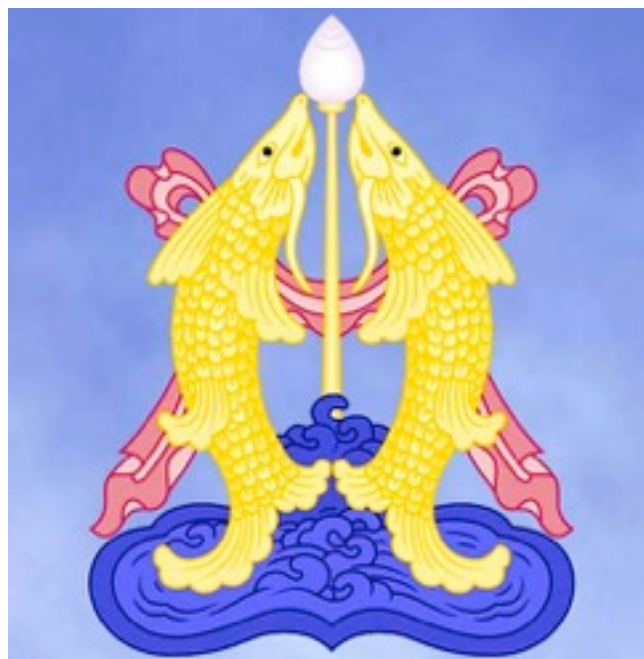




Chennai, Tamil Nadu, India, 10 novembre 2015

Il Dalai Lama ha tenuto un discorso agli studenti del prestigioso IIT (Indian Institute of Technology) di Chennai (ex Madras) che sorge su di un'area di quasi tre chilometri quadrati di cui una parte è una foresta protetta in cui vivono numerosi esemplari della fauna indiana tra i quali una folta colonia di *chittal* (una delle famiglie del cervo indiano) che spesso si vedono giocare e pascolare

sui prati del campus. Presso l'IIT studiano oltre 8000 studenti più della metà dei quali ha voluto ascoltare le parole del leader tibetano. Il Preside Bhaskhar Ramamurthi, nell'introdurre Sua Santità, ha detto di averlo per la prima volta ascoltato nel 1980 a Santa Barbara quando era un giovane studente della locale università "Fu qualcosa che ricorderò per il resto della mia intera esistenza" ha concluso il docente. Nel suo discorso il Dalai Lama tra l'altro ha detto: "Innanzitutto in quanto esseri umani siamo tutti uguali, sia dal punto di vista fisico che mentale ed emotivo. Tutti vogliamo vivere una esistenza felice e tutti abbiamo il diritto di farlo. Ma siamo anche tutti soggetti alle emozioni. Il mio primo impegno è promuovere l'unità di tutti gli esseri umani partendo dal presupposto che non dovrebbe esserci spazio per la violenza nei confronti dell'altro. Il cambiamento climatico e l'economia globale sono due cose che non possono essere ristrette ai confini di una singola nazione. Al contrario ci devono incoraggiare a sentirci parte di una medesima famiglia umana. Voi giovani, che appartenete al XXI secolo, siete la generazione che potrà costruire un futuro migliore ma dovete avere una visione ed essere determinati e responsabili".

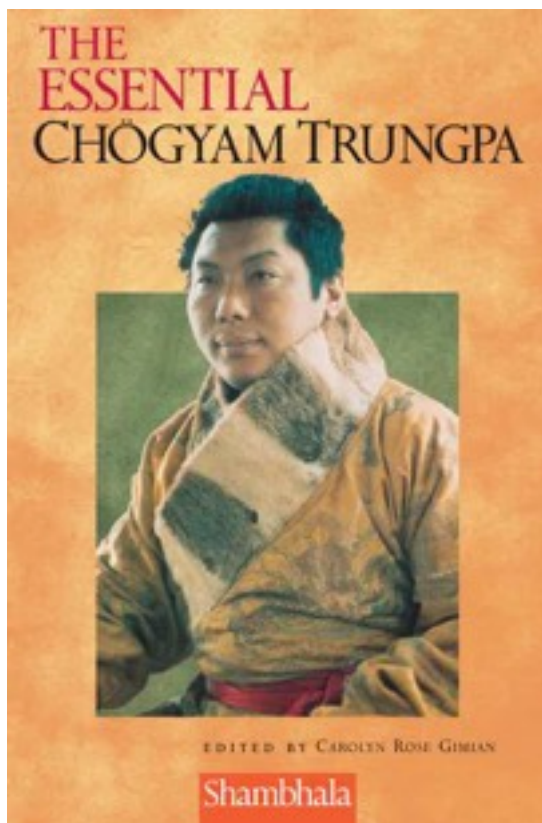




Nuova Delhi, India, 12 novembre 2015: Il Dalai Lama ha preso parte alla conferenza su "Quantum Physics and Madhyamaka Philosophical View" che si è tenuta presso la prestigiosa università Jawaharlal Nehru di Delhi (JNU) il 12 e il 13 novembre. Scopo della conferenza è stato mettere a confronto esperti della fisica quantistica con quelli della filosofia buddhista Madhyamaka con il proposito di creare una sorta di

"confluenza" tra queste due correnti di pensiero. Il Rettore, professor Prasenjit Sen, e le altre principali autorità accademiche hanno accolto Sua Santità con il più cordiale dei benvenuti così come hanno fatto i rappresentanti della comunità tibetana di Delhi e i numerosi studenti indiani presenti. Nel corso dei suoi interventi il Dalai Lama ha tra l'altro ricordato come, "... Circa 30 anni or sono ho cominciato una serie di incontri con alcuni scienziati e ricercatori scientifici focalizzati sulla cosmologia, la neurobiologia, la fisica in generale e quella dei Quanta in particolare e la psicologia. Questi incontri e le discussioni che ne sono scaturite sono stati di grande e reciproco beneficio. Gli scienziati hanno avuto modo di ampliare la loro conoscenza su come lavora la mente". Andando con la memoria agli anni della sua giovinezza, il Dalai Lama ha parlato di come fin da piccolo fosse attratto dal meccanismo degli oggetti. "Quando ero intorno ai vent'anni sviluppai ancor più la curiosità nei confronti della scienza che era iniziata quando ero bambino con il mio interesse per le cose meccaniche e il loro funzionamento. In Cina, tra il 1954 e il 1955 ebbi diversi incontri con Mao Zedong. Una volta lodò l'attitudine scientifica della mia mente aggiungendo che la religione era un veleno, forse pensando che questo era quello che doveva pensare qualcuno che aveva una "mentalità scientifica". Nella parte finale del suo discorso il Dalai Lama ha voluto sottolineare quanto sia favorevole a questo genere di iniziative. "Spero che conferenze come quella che si sta svolgendo nella vostra prestigiosa università, possano raggiungere due scopi: espandere la nostra conoscenza e ampliare la nostra visione della realtà in modo di poter contrastare meglio le emozioni negative. Spero che combinando insieme buon cuore ed intelligenza saremo sempre più in grado di contribuire al benessere dell'umanità". Il secondo giorno il Dalai Lama ha inoltre presentato due libri. Il primo era una raccolta di saggi sul politico e studioso indiano Venkateswaran, scomparso nel 2014 e di cui il Dalai Lama era un buon amico. Il secondo, a cura di alcuni laureandi tibetani della JNU, trattava dei cambiamenti avvenuti in Tibet. Parlando del Tetto del Mondo, il Dalai Lama ha colto l'occasione per ricordare: "La nostra cultura è non violenta, pacifica e radicata nella compassione, tutte qualità di cui il mondo contemporaneo ha grande bisogno".

L'angolo del libro, del documentario e del film

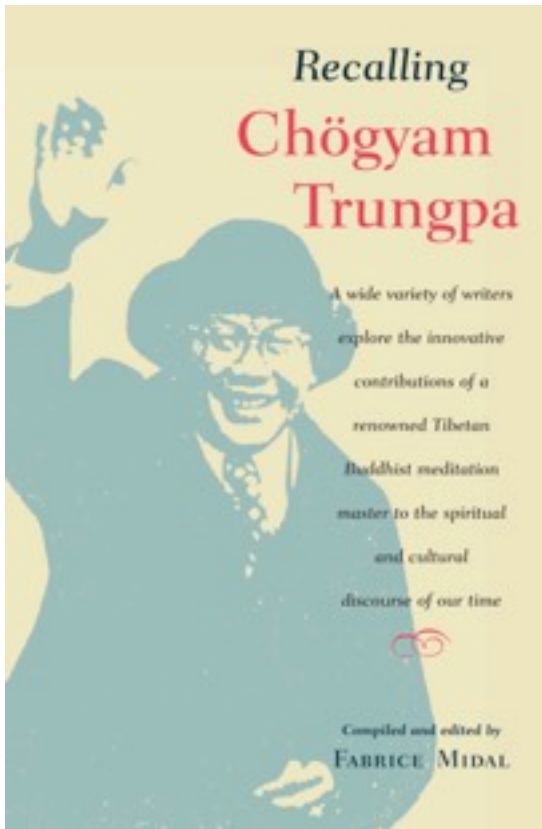


The Essential Chögyam Trungpa, by Chögyam Trungpa, Boston 1999, paperback pag. 272 (versione elettronica formato iBooks e Kindle)

Forse il più conosciuto (Dalai Lama a parte) fra tutti i lama tibetani fuggiti dal Paese delle Nevi a seguito dell'invasione cinese, Chögyam Trungpa ha pubblicato una trentina di libri tratti dai numerosi corsi e insegnamenti che ha tenuto tra il 1969 e l'aprile 1987 (anno della sua prematura scomparsa a soli 48 anni). Detentore di alcuni tra i principali lignaggi delle scuole *Nyingma* e *Karma Kagyu* del buddhismo vajrayana e discepolo di alcuni tra i principali maestri e yogi del Tibet (tra cui il XIV Karmapa e Dilgo Kyentse Rinpoche), Trungpa dopo una breve permanenza nel Regno Unito si trasferì all'inizio degli anni '70 dello scorso secolo negli USA dove creò una capillare rete di centri di meditazione e di ritiro. Grazie al suo insegnamento la dottrina del Buddha attrasse un gran numero di giovani soprattutto,

specialmente all'inizio del suo lavoro, quelli che venivano dalle esperienze alternative della controcultura. Tra i numerosi meriti di Trungpa ci sono uno stile diretto, asciutto, consapevole della psicologia occidentale del suo "pubblico" ed un adattamento efficace e creativo della lingua inglese ai temi filosofici e spirituali del buddhismo di tradizione tibetana. Molto attento a mettere in guardia i suoi discepoli dalle trappole del fanatismo, dell'esotismo e di quello che chiamava il "materialismo spirituale", Trungpa ha probabilmente rappresentato il risultato più riuscito dello sforzo di comunicare in chiave contemporanea il millenario messaggio dell'Illuminato secondo l'interpretazione tibetana. Il presente volume raccoglie, come recita il titolo, le parti "essenziali" dell'insegnamento di questo grande maestro la cui eredità spirituale è stata raccolta dal suo figlio maggiore, Ösel Rangdröl Mukpo (oggi conosciuto come Sakyong Mipham Rinpoche).





Recalling Chögyam Trungpa, compiled and edited by Fabrice Midal, Boston 2005, paperback pag. 352 (versione elettronica formato iBooks e Kindle)

La più ampia raccolta di testimonianze sulla vita, l'insegnamento e il lavoro spirituale del maestro tibetano Chögyam Trungpa. Questo prezioso volume contiene testimonianze sia di importanti lama tibetani (a cominciare dal Dalai Lama) sia di significativi esponenti della cultura occidentale soprattutto di quella anglosassone. E' una sorta di appassionato tributo a colui che più di ogni altro è riuscito a rendere accessibile e fruibile nella esistenza quotidiana di donne e uomini occidentali l'insegnamento buddhista e le sue pratiche di liberazione interiore. Rifuggendo da ogni esotismo e da ogni "moda" spirituale, andando direttamente al cuore delle cose, usando un linguaggio diretto, semplice e chiaro, Trungpa ha rivelato e fatto comprendere ai suoi discepoli l'intero orizzonte su cui si muove la dottrina

dell'Illuminato. Dal terreno fondamentale delle "Quattro Nobili Verità" fino alle vette filosofiche della consapevolezza della "vacuità di tutte le cose" (*shunyata*) e delle rivelazioni esoteriche dei tantra più elevati. Mettendo sempre in risalto l'importanza della pratica meditativa come base da cui partire, questo grande maestro ha svolto un ruolo fondamentale per la diffusione in Occidente del Buddhismo. E la radicale importanza del suo lavoro è testimoniata in questo libro dalle parole di grandi maestri buddhisti come (oltre al già citato Dalai Lama) Dzogchen Ponlop Rinpoche, Khandro Rinpoche, Ato Rinpoche, Onyumishi Kanjuro Shibata solo per citarne alcuni e di intellettuali e artisti d'occidente quali la musicista e cantante Meredith Monk, la tibetologa Francesca Freemantle, la poetessa (e allieva di Allen Ginsberg) Anne Waldman e molti altri ancora. Un libro di grande interesse che dimostra come il lavoro di Chögyam Trungpa, a quasi trenta anni dalla sua scomparsa, sia più attuale e vivo che mai.



Appuntamenti

Riceviamo e volentieri pubblichiamo:

IL TUCANO VIAGGI RICERCA

(www.tucanoviaggi.com)

lunedì 30 novembre alle ore 19.00, presso “Il Tucano Concept Store”, Piazza Solferino 14/G (tel. 011 56 25 080) si terrà la presentazione del libro di Piero Verni e Giampietro Mattolin: *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*. Gli autori parleranno della particolare forma di reincarnazione peculiare alla cultura tibetana a cui hanno dedicato il loro ultimo lavoro. Nel corso della serata saranno proiettate fotografie e filmati.

ISTITUTO KALACHAKRA LUGANO

(http://www.kalachakralugano.org)

Insegnamenti del Venerabile **Geshe Lobsang Sherab**:

venerdì 4 dicembre alle 20.30: *Nagarjuna: La vera ricchezza.*

sabato 5 dicembre alle 09.30: *Lam Rim: I dodici anelli dell'origine dipendente.*

Insegnamenti di **Lama Paljin Tulku Rinpoche**:

mercoledì 16 dicembre alle 20.30: *Come trasformare le circostanze avverse nel sentiero dell'illuminazione.*

LIBRERIA PANGEA PADOVA

(www.libreriapangea.com)

venerdì 11 dicembre alle ore 18.00, presso la libreria Pangea di Padova (Via San Martino e Solferino 106) si terrà la presentazione del libro di Piero Verni e Giampietro Mattolin: *Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet*. Gli autori parleranno della particolare forma di reincarnazione peculiare alla cultura tibetana a cui hanno dedicato il loro ultimo lavoro. Nel corso della serata saranno proiettate fotografie e filmati.

MANDALA - CENTRO STUDI TIBETANI

(http://www.centromandala.org)

Sabato 12 dicembre: Quest'anno l'appuntamento con il nostro Maestro, il venerabile Lama Paljin Tulku Rinpoche prevede al mattino una sessione di meditazione e al pomeriggio un lavoro di ricerca sul Buddha della medicina, che faremo tutti insieme seguendo gli insegnamenti della nostra Guida Spirituale.

I fondamenti della meditazione nella teoria e nella pratica.

Dalle 10.30 alle 12.30.

*Discorso tenuto da S.S. il XIV Dalai Lama del Tibet, Tenzin Gyatso, durante la puja di lunga vita offertagli nel corso delle celebrazioni per il suo 80esimo compleanno, al tempio di Dharamsala, il 21 giugno 2015**

Questa *puja* di lunga vita è speciale perché oggi è il giorno in cui io compio esattamente ottanta anni. Secondo il calendario tibetano, oggi è il quinto giorno del quinto mese. Anche nel passato, quando eravamo in Tibet, celebravamo il mio compleanno secondo il calendario tibetano. Da quando siamo venuti in esilio, invece, siccome nel calendario tibetano ci sono delle date che mancano e/o in eccesso (*doppie*), e inoltre può essere osservato solo dipendendo dai calcoli di un almanacco¹, mentre il calendario internazionale è più semplice ed è osservato da tutti nel mondo, abbiamo deciso che forse sarebbe stato più conveniente celebrare il mio compleanno secondo il calendario internazionale (*il 6 di luglio*) e così abbiamo sempre fatto. Quest'anno - secondo gli accordi presi sin dallo scorso anno con dei miei conoscenti - le celebrazioni del mio compleanno, secondo il calendario internazionale, avranno luogo a Los Angeles negli Stati Uniti. Mi hanno proposto di andare lì a celebrare con loro e io ho accettato, mentre invece qui (*a Dharamsala*), mi hanno proposto di festeggiare il mio compleanno secondo il calendario tibetano, il quinto giorno del quinto mese, e così stiamo facendo.

I tre organizzatori (*e sponsor*) di questa *puja* sono (*S.S. prende in mano il documento che gli è stato presentato e legge da esso*): la nostra Amministrazione Tibetana in Esilio²; l'organizzazione della regione DOME³ e la scuola Gelug⁴. Oggi sono anche qui presenti coloro che, in questa presente vita, sono i miei fratelli e sorelle di sangue (*nati dagli stessi genitori*) che sono ancora in vita⁵ e cioè: Gyalo Dondup, Pema (*Jetsun Pema*) e Tenzin Ciögyal (*Ngari Rinpoche*). Oggi siamo riuniti qui noi fratelli superstiti della nostra famiglia e anche i nipoti, con le loro rispettive famiglie, e i pronipoti e così via. In quest'occasione, la cosa più importante è che oggi sono riuniti qui gli esponenti di tutte le scuole del

¹ Per esempio, in India, l'Istituto medico astrologico tibetano ne produce uno.

² CTA: Central Tibetan Administration.

³ mDo sMad, ossia l'Amdo.

⁴ Una delle quattro scuole principali del buddhismo tibetano.

⁵ La madre di S.S.D.L., la Gyal-ium Cen-mo, diede alla luce molti figli, di cui sopravvissero però solo sette: la sorella maggiore Tsering Drolma (1919-1964); il fratello maggiore Thubten Jikme Norbu, ovvero Takster Rinpoche (1922-2008); Gyalo Dondup (1928-); Lobsang Samten (1933-1982); Lhamo Dhondup, ovvero S.S. il XIV Dalai Lama (1935-). A Lhasa nacquero poi: Jetsun Pema (1940-) e Tenzin Ciögyal, ovvero Ngari Rinpoche (1946-). La famiglia di S.S. viene chiamata "Yab-Sci", un termine generale usato per parlare della famiglia di tutti i Dalai Lama. 'Yab', è un termine di rispetto per 'padre' e 'sci' è un termine rispettoso per 'famiglia'. In particolare, la famiglia di S.S.D.L, dopo l'arrivo a Lhasa dall'Amdo, ha cambiato il suo nome di 'famiglia di Takster' e ha adottato il cognome 'Taklha'.

buddhismo tibetano⁶ a cominciare da Dak-tri Rinpoche (S. E. Sakya Trinzin) che ha presieduto la *puja*⁷.

Voglio ringraziarvi tutti per le vostre sincere preghiere! Inoltre oggi, essendo la scuola Gelug uno degli sponsor, sono arrivati molti degli abati ed ex-abati dei grandi monasteri Gelug (*del sud dell'India*). Non solo, per un'intera settimana sono stati fatti dei rituali di preparazione⁸ presieduti da Tri Rinpoche (*Gaden Tri Rinpoche, Rizong Rinpoche*).

Il rituale usato oggi per la *puja* di lunga vita è un rituale incluso nella visioni pure del Grande Quinto (*Dalai Lama*) e detto Yangsang Gya-cen (*o Sang-wa Gya-cen*). La maggior parte di queste visioni pure avvenne alla presenza delle sacre immagini di Lhasa Lokeshwara⁹ e/o Jowo Wati Sang-po che risiedeva nella regione di Ngari¹⁰ e che il Grande Quinto fece portare a Lhasa. Generalmente si parla anche dei "Tre Fratelli Arya"¹¹ di fronte ai quali il Grande Quinto compì molti ritiri speciali e dai quali emersero molte delle sue visioni pure. Il ciclo di Sang-wa Gya-cen¹² è una di queste visioni pure, benedette e approvate dalle speciali divinità (*apparse nelle visioni*). Il ciclo include iniziazioni, trasmissioni e istruzioni¹³. Questo ciclo di visioni pure di Sang-wa Gya-Cen, sin dai tempi del Grande Quinto al quale apparvero, è diventato poi un insegnamento fondamentale, una sorta di 'insegnamento personale' di tutti i Dalai Lama che lo seguirono. Quindi, sia la *puja* di lunga vita offertami oggi, che i rituali di preparazione, fanno parte del ciclo di visioni pure del Grande Quinto e, di conseguenza, grazie alle sue benedizioni, e a quelle della sacra immagine - il Jowo Wati Sang-po - alla presenza della quale le visioni avvennero, sicuramente ci saranno dei risultati speciali.

Anch'io da piccolo ho ricevuto, da Dorje-cian Taktra Rinpoche, il completo ciclo di Sang-wa Gya-cen. In seguito, un po' alla volta, dopo essere arrivato in India, ho eseguito i ritiri dei mandala principali (*le divinità principali*). Quando da piccolo ricevetti questo ciclo, da

⁶ 1) Sua Eminenza Sakya Trinzin per la scuola Sakya; 2) S. E. il Karmapa per la scuola Karma-Kagyü; 3) S. E. Drikung Cetsang Rinpoche per la scuola Drikung-Kagyü; 4) Khenpo Tenzin l'inviato di S.E. Drukchen Rinpoche per la scuola Drukpa-Kagyü; 5) Kathok Gezey Rinpoche, il rappresentante di S.E. Taklung Tsetrul Rinpoche, il capo della scuola Nging-ma; 6) S. E. Taklung Shabdrung Rinpoche per la scuola Taklung-Kagyü; 7) S. E. Rizong Rinpoche, il Gaden-tri Rinpoche, per la scuola Gelug; 8) Menri Trinzin Rinpoche per la tradizione Bön; e anche Jonang Gyaltsab Rinpoche per la scuola Jonang, che ha tenuto un discorso il giorno dopo durante le ulteriori celebrazioni(vedi pag.11).

⁷ S.E. Sakya Trinzin ha recitato, a memoria, la lunga preghiera che ha composto per questa occasione. Tradizionalmente, ad ogni *puja* di lunga vita, il maestro che presiede ne compone una e la recita. Essa include strofe di omaggio a tutte le reincarnazioni precedenti, l'esposizione di tutte le grandi opere compiute e la richiesta di rimanere ancora per molti, molti anni.

⁸ Questi rituali di preparazione includono la recitazione di molti mantra della divinità di lunga vita in relazione alla quale la *puja* è eseguita. In questo caso si trattava di Amitayus.

⁹ Così chiamato perché risiede nel Potala a Lhasa.

¹⁰ A Kyrong, infatti è anche chiamato il Kyirong Jowo. Dopo essere stato portato segretamente nel 1967 in esilio, si trova nel palazzo di S.S.D.L. a Dharamsala.

¹¹ Si parla anche dei 'Quattro Fratelli Arya'. Per 'Arya' si intende l'Arya Chenresig. Si tratta di sacre immagini di Chenresig apparse miracolosamente.

¹² "Insegnamenti segreti sigillati". Questo ciclo di insegnamenti è costituito da una serie di iniziazioni, istruzioni, rituali, e benedizioni. Esso proviene dalle visioni pure avute dal Grande Quinto che poi le registrò per iscritto in questo ciclo che contiene 25 sezioni, per un totale di due volumi.

¹³ Composte dal Grande Quinto, con l'approvazione/benedizione delle rispettive divinità.

Taktra Rinpoche, quasi dopo ogni iniziazione feci dei sogni ed ebbi dei segni molto speciali in relazione alla particolare divinità di cui avevo appena ricevuto l'iniziazione. A quel tempo non detti alcuna importanza a questi avvenimenti; poi, con il tempo, parlandone con i miei due tutori (*Yong-zin Ling Rinpoche* e *Yong-zin Triciang Rinpoche*), mi fecero notare che in realtà si trattava di segni veramente speciali, segni eccezionali!

Oggi la *puja* di lunga vita è stata eseguita sulla base del rituale incluso - come visto prima - nel ciclo di Sang-wa Gya-cen, detto "Invitare l'essenza pura di Amitayus"; inoltre non solo le genti, ma anche le divinità tibetane¹⁴ hanno partecipato facendomi offerte e richiedendomi di vivere a lungo. Credo che ci saranno sicuramente degli esiti positivi, in primo luogo a causa della fede stabile di tutti i presenti e, in particolare, sulla base della concentrazione, delle sostanze e dei mantra. Possiamo probabilmente dire che tutti i tibetani, tutti voi che siete qui presenti come pure tutti i tibetani in Tibet, ripongono le loro speranze, il loro affetto e la loro fiducia in me. Anche lasciando perdere la speciale connessione (*tra i Dalai Lama e i tibetani*) dovuta al *karma* e alle preghiere accumulate durante molte vite, in questa stessa vita presente si

può dire che l'intera popolazione tibetana abbia fede, fiducia e speranza in me.

Ora ho raggiunto gli ottanta anni e sono molto sano fisicamente, quando vado a farmi visitare, i dottori dicono che non ci sono dubbi che potrò vivere ancora per una ventina di anni (*frangorosi applausi da tutte le migliaia di persone presenti!*). Se fosse così, in altri dieci anni avrei novant'anni e dopo altri dieci anni arriverei ai cento anni. Questa volta avete fatto tanto chiasso con le celebrazioni dell'ottantesimo anno, allora tra dieci anni - mi raccomando - dovete organizzare altrettanto 'chiassose' celebrazioni per i novant'anni (*lunga risata di S.S. e applausi della folla!*) E tutti voi vecchietti/e¹⁵ dovete mettercela tutta! Anche se il "signore della morte" fa capolino, voi non prestategli attenzione. Fatevi coraggio, così che potremo celebrare insieme anche il novantesimo compleanno!!

In Tibet non c'è libertà, di conseguenza solo nei paesi isolati, fuori mano, i tibetani hanno potuto festeggiare il mio compleanno, mentre in molti altri paesi e città è proibito farlo. Nonostante questo, mentalmente tutti i tibetani hanno completa fede e so che mi mandano i loro sinceri auguri. Voglio perciò ringraziare in particolar modo voi tibetani che vivete in Tibet, che credete in me, prestate attenzione e mettete in pratica i miei consigli. Fino ad oggi, tutti i tibetani, ma proprio tutti, sia quelli che sono credenti che quelli che non lo sono, tutti voi siete uguali nel mantenere un forte senso di identità nazionale come 'popolo del paese delle nevi', come pure un forte entusiasmo e impegno a salvaguardare i diritti del popolo tibetano.

I nostri antenati hanno veramente fatto un buon lavoro perché c'è da considerare che un migliaio di anni fa, in giro per il mondo, non è che dappertutto ci fosse poi un livello di cultura molto alto. Tuttavia i nostri antenati, sia dal punto di vista della lingua, il tibetano scritto, che dal punto di vista della cultura, hanno prodotto e preservato un tesoro che, ancora oggi, ha rilevanza nel mondo moderno. Dobbiamo essere grati ai nostri antenati che in quei tempi hanno sviluppato una lingua che ha permesso di tradurre i testi del

¹⁴ Come Nechung e Tsering Cen-nga, che si sono manifestate attraverso i rispettivi oracoli/medium.

¹⁵ Durante la *puja* erano presenti tutti gli ultra-ottantenni di Dharamsala che hanno avuto l'onore di porgere la *kata* a S.S. e di ricevere una sua carezza e uno dei suoi cordoni rossi di protezione.

buddhismo provenienti dall'India, in generale, e in particolare dalla gloriosa università monastica del Nalanda.

In verità, oggi nel mondo, l'unica lingua che può far luce in modo completo e corretto sui meravigliosi insegnamenti provenienti dal Nalanda, sia per quanto riguarda le spiegazioni di carattere scientifico che quelle di carattere filosofico, è proprio la lingua tibetana. La lingua sanscrita è infatti ormai una lingua 'morta' che solo qualche dotto può comprendere, e neanche la lingua hindi serve per capire quei trattati. Ci sarebbe da sperare che il cinese potesse servire a questo proposito, visto che il buddhismo si è diffuso in Cina qualche secolo prima che nel Tibet e moltissimi testi sono stati tradotti in quella lingua; ma il fatto è che molti importanti commentari contenuti nel Tengyur, sono stati tradotti in tibetano, e non in cinese. Non solo, persone che conosco mi dicono che, anche i testi esistenti (*in cinese*), poiché contengono molti vocaboli del cinese antico, non sono molto comprensibili.

Per quanto riguarda i testi in tibetano, di buddhismo in generale, e in particolare quelli del sistema buddhista tramandato in lingua sanscrita - se non li studiamo, allora è un altro discorso, ma se ci applichiamo - scopriremo che contengono ciò che può essere definito come un "tesoro, patrimonio dell'umanità"; questo concerne, per esempio, i testi delle tre categorie di visione, meditazione, e comportamento¹⁶, come pure quelli di psicologia o 'scienza della mente' e così via. Anche per quanto ha attinenza con l'aspetto filosofico di questa gloriosa tradizione, i maestri indiani avevano veramente delle menti eccelse, avevano un potere di analisi fenomenale! Noi abbiamo tradotto e possiamo leggere e comprendere - in tibetano - le ottime spiegazioni che ci hanno tramandato. Non solo, di generazione in generazione, noi tibetani abbiamo usato quei trattati come libri di testo che abbiamo studiato e su cui abbiamo riflettuto, dibattuto e meditato.

Penso che tra tutti i paesi buddhisti, noi tibetani siamo il popolo che ha preservato nel modo migliore, ossia per mezzo dello studio, della riflessione e della meditazione, gli eccelsi insegnamenti del buddhismo in generale, ed in particolare quelli provenienti dalla gloriosa università monastica del Nalanda. Di riflesso, anche i paesi confinanti hanno, in una certa misura, contribuito alla loro preservazione. In particolare, tra i mongoli sono apparsi, anche nel passato, molti grandi dotti.

Riflettendo in questo modo, si sente un certo senso di orgoglio nazionale che non è basato su una semplice credenza priva di ragioni valide. Anche nel campo religioso, il nostro motto è di sviluppare la fede sulla base della conoscenza e non di una fede cieca. Analogamente, per quanto riguarda l'orgoglio nazionale, non deve essere il risultato di campanilismo ignorante, ma del convincimento che, attraverso la conoscenza presente nei nostri testi in tibetano, abbiamo la potenzialità di essere di beneficio in questo mondo. Dico questo sulla base della mia esperienza personale, accumulata durante questi ultimi cinquant'anni. Dovremmo perciò essere consapevoli che la spiritualità e la cultura tibetane, in altre parole, il tesoro di conoscenza presente in lingua tibetana, è veramente qualcosa di profondo e che porta beneficio praticamente. Fino a questo momento, tutti abbiamo fatto del nostro meglio e ora vi chiedo di continuare a farlo!

Qualcuno mi ha chiesto cosa voglio come regalo di compleanno. Ho risposto che non ho bisogno di alcun regalo; sono un monaco e non ho bisogno di alcunché. Il miglior regalo,

¹⁶ Queste tre categorie possono essere abbinate ai tre addestramenti di saggezza, concentrazione e moralità contenuti nelle tre raccolte di insegnamenti del *Tripitaka*.

comunque, è questo: ciò per cui faccio sempre appello, non è qualcosa di vuoto, ma qualcosa che costituisce un sunto reale di tanti anni di esperienza. Non si tratta di desideri irrealizzabili, come desiderare di ottenere l'illuminazione dopo un ritiro di tre anni e tre mesi! Scusatemi la 'blasfemia', ma penso che desiderare di ottenere l'illuminazione in una sola vita, con un solo corpo, sia un po' una vana speranza, qualcosa di pressoché impossibile!

Se invece preghiamo di poter continuare a praticare di eone in eone, allora sì che mi sorge un senso di coraggio e determinazione, qualcosa per cui vale veramente la pena di nutrire speranze. Come quando recitiamo il mantra GATE, GATE, PARAGATE, PARASAMGATE, BODHI SOHA... Nutro onestamente la speranza di conseguire il sentiero dell'accumulazione mahayana. Se solo riuscissi a (*trovare il tempo di*) applicarmi alla pratica del 'calmo dimorare', allora conto che potrei conseguire anche il sentiero della preparazione. Questo tipo di speranze sono realistiche, si basano sui fatti. Similmente, il desiderio di poter portare beneficio in questo mondo sulla base del tesoro di conoscenza che abbiamo preservato per circa un millennio, [non è una vana speranza]. Si tratta di vedere se riusciremo ad utilizzare questo tesoro al meglio, se riusciremo a metterlo in pratica o meno, se riusciremo a farlo in un modo conforme alla realtà o no; ma questo dipende solamente da noi! Ecco, vi chiedo di riflettere su questo.

Comunque sia, io invecchio, perciò [mi rivolgo a] voi giovani, voi che credete e avete fiducia in me: ricordatevi di quanto vi sta dicendo questo vecchio e fate del vostro meglio! Questo è il miglior regalo che mi potete fare per il mio compleanno! Se questo si avvererà io sarò completamente soddisfatto! Se, invece, quando ci incontriamo ripetete "Sei il mio rifugio! Mi rifugio in te!" ma poi durante la vostra vita, durante tutti i vostri giorni non provate niente (*non siete veramente interessati*) allora non sarà servito a niente!

Nel nostro caso, se la pratica religiosa che facciamo non è fatta bene, se cioè parliamo bene, con grandi parole di grand'effetto, ma poi non le mettiamo in pratica...allora guardatevi attorno. In questo mondo, c'è un tipo di persone che si dice seguace di una delle grandi religioni e che poi fa proprio così: parla di spiritualità, ma in pratica fa il contrario, o comunque non mette in pratica quello che predica. Come dice il detto: "Poiché i nostri pensieri non sono un segreto per noi stessi, dobbiamo analizzare i nostri pensieri". Questo è molto importante! Se ci comportiamo esternamente cose fossimo veramente persone per bene, ma poi questo non corrisponde all'interno a qualità esistenti, allora stiamo mentendo! Stiamo prendendo in giro gli altri! Siamo ipocriti! Questo non va assolutamente bene! Comunque, io ne parlo sempre e oggi, visto che mi avete offerto una *puja* di lunga vita e avete recitato una lunga preghiera di richiestami è aumentato il coraggio! Per favore pensateci su! *Tashi delek* a tutti. E voi, cari vecchietti, alzatevi!¹⁷

* (*Tradotto dal tibetano a Dharamsala da Mariateresa Bianca e rivisto dalla monaca italiana, Gestul-ma Tenzin Oejung.*)

Mariateresa Bianca dal 1993 risiede a Dharamsala in India dove ha approfondito la conoscenza del buddhismo e della lingua tibetana; tra le sue attività segnaliamo le traduzioni in italiano, sia orali sia scritte, degli insegnamenti di S.S. il Dalai Lama. Ha insegnato le tecniche di traduzione di insegnamenti di filosofia buddhista prima all'istituto *Tho-sam-ling* e poi all'istituto *Lotsava Rinchen Zangpo Translator Program*. Ha vissuto per diverso tempo negli Stati Uniti lavorando anche come traduttrice dal tibetano all'inglese, principalmente per il venerabile Ribur Rinpoche.

¹⁷ Gli ultraottantenni - durante quest'ultima fase della cerimonia - erano tutti seduti proprio ai piedi del trono. Tra di loro c'era anche Gawa Yangdroen che era stata compagna di giochi di S.S. il Dalai Lama a Takster, il loro paese natale, quando S.S. aveva solo 2/3 anni e prima che S.S. fosse riconosciuto e portato a Lhasa.



Tulku, le incarnazioni mistiche del Tibet, di Piero Verni e Giampietro Mattolin; Venezia 2015, pag. 192, € 30

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) emerge anche una nitida immagine del Tibet e dei luoghi in cui i tulku esercitano la loro funzione spirituale.

