

N. I-2023

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - AUT. LO-NO/1280/04.2021- STAMPE IN REGIME LIBERO

Periodico Trimestrale

BUDDHISMO



magazine

Rivista dell'Unione Buddhista Italiana



**NOI SIAMO
LA TERRA**

**KASIA
SMUTNIAK:**
Mustang,
progetto di vita

LA LIBERTÀ
della religione

Le radici dei Diritti

In redazione:

Stefano Davide Bettera - Direttore responsabile

Rev. Elena Seishin Viviani - Vicedirettore

Giovanna Giorgetti

Nicola Cordone

Antonella Bassi

Guido Gabrielli

Segreteria di redazione:

Clara De Giorgi

Progetto grafico:

Pulsa Srl

Gio Colombi, Dora Ramondino

Foto:

Shutterstock

Hanno scritto:

Matteo Mecacci, Gherardo Colombo, Silvia Francescon, Jetsun Pema,
Kasia Smutniak, Michael van Walt van Praag, Francesco Tormen, Stefano Davide Bettera,
Doryou Cappelli, Robert Waldinger, Antonio Tripodi, Giovanna Giorgetti, Nicola Cordone,
Lorenzo Maria Colombo, Marco Ghianda

UNIONE BUDDHISTA ITALIANA

L'Unione Buddhista Italiana (UBI) è un Ente Religioso

i cui soci sono centri e associazioni buddhisti che operano nel territorio italiano.

Gli scopi dell'UBI sono: riunire i vari gruppi buddhisti, senza alcuna ingerenza dottrinale o senza prediligere alcuna tradizione rispetto alle altre, siano esse Theravāda, Mahāyāna o Vajrayāna; diffondere il Dharma buddhista; sviluppare il dialogo tra i vari centri; favorire il dialogo interreligioso e con altre istituzioni italiane e rappresentare il Buddhismo italiano nell'Unione Buddhista Europea.

Per informazioni:

www.unionebuddhistaitaliana.it

Testata registrata presso il Tribunale di Milano N186 del 15/12/2020 -

Poste Italiane SpA Spedizione in Abbonamento Postale

AUT. LO-NO/1280/04.2021- STAMPE IN REGIME LIBERO

Pubblicato e distribuito trimestralmente da UBI

Stampato: MEDIAGRAF SpA - via della Navigazione Interna, 89
35027 Noventa Padovana (PD)



S

ostenibilità e diritti non sono dogmi né oggetti di fede, poiché nulla è dogma nel Buddhismo, ma tutto è scelta consapevole. La sostenibilità non è la semplice affermazione formale di un principio, ma è un orizzonte, una scelta, un'opportunità, un impegno di cura. Sostenibilità e diritti vanno visti nella prospettiva di un insegnamento nella cui ispirazione si approfondisce un modo di stare nel mondo che non risponde alla tendenza del momento, figlia dello smarrimento postmodernista, ma a una prospettiva senza tempo che si traduce in un'ortoprassi che opera per ridurre la fragilità e la ferita causata, oggi ancora di più, da un paradigma sociale insostenibile.

In questa luce va inserita la visione peculiare di un nostro percorso ecologico, che trova linfa in un voto che si compie per salvare ogni forma vivente senza sostituirla con una vita artificiale. La prospettiva è dunque etica e politica, conseguenza di una chiamata al risveglio. Scegliere la sostenibilità non significa solo affermare una generica e formale difesa dei diritti, ma scendere nel concreto. Significa mettere le mani nella terra e tutelarne la forza, le tradizioni. Significa entrare in un dialogo senza ritorno con la condizione di impermanenza che caratterizza ogni vita e interrogarsi su quale sia il confine di uno scientismo ipertecnista che ambisce invece all'immortalità.

Questa sostenibilità dell'umano e del pianeta richiede di certo una trasformazione degli atti. Ma, prima ancora, delle intenzioni, dello sguardo sulla realtà e delle parole che usiamo per rendere vivo quel dialogo. Con l'attenzione al pericolo e alla violenza che ogni visione estrema che dimentica l'uomo e la natura può comportare.

Il nostro è un sentiero, una via di mezzo e il prenderci cura nasce nell'appartenenza a una comunità e non a un'anonima collettività. Questa appartenenza ci richiede, come atto primario, proprio l'attuazione gentile e compassionevole di quella compassione che cura, apre al sacro e permette la trasformazione.

Stefano Davide Bettera
Direttore

SOMMARIO

N.I-2023

48



10



24

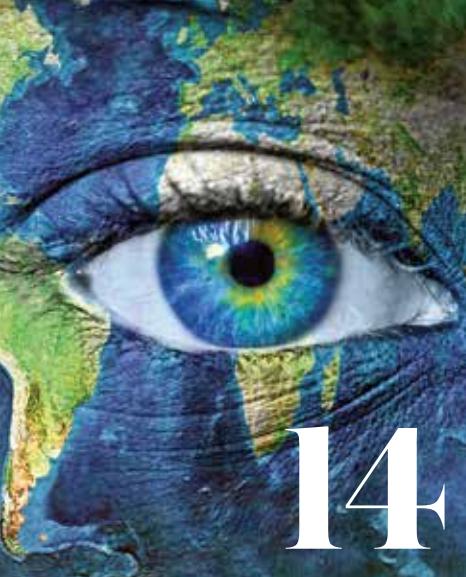


38



28





14



18



33

EVENTI

33 CYBORG-BUDDHA

BUDDHISMI

- 38** LA MADRE DELL'ARTETERAPIA
- 44** SENZA LASCIARE TRACCIA
- 48** IL BUDDHA SU ZOOM
- 52** RINUNCIARE ALLA SOFFERENZA
- 56** IL MOVIMENTO BUDDHISTA IN ITALIA
- 60** LOKANĀTHA, OLTRE L'ORIZZONTE PERDUTO
- 62** MILAREPA, LA MIA ISPIRAZIONE

CULTURE

66 VIAGGIO IN ORIENTE:
OU TOPOS TIBET

68 XXVI EDIZIONE TERTIO
MILLENNIO FILM FESTIVAL

PROGETTI

72 NASCE L'EYE CLINIC IN SRI LANKA

PER APPROFONDIRE

74 LETTURE CONSIGLIATE

78 ELENCO CENTRI



BUDDHISMO magazine

PER ABBONARTI VISITA IL SITO:
WWW.UNIONEBUDDHISTAITALIANA.IT/MAGAZINE

LA LIBERTÀ DELLA RELIGIONE

**L'Ufficio per le Istituzioni Democratiche
e i Diritti Umani rappresenta un perno
per lo sviluppo di una libertà di culto**

di Matteo Mecacci - Direttore di ODIHR*

I diritto alla libertà di pensiero, coscienza, religione o credo è un diritto umano multiforme, che abbraccia la dimensione individuale, collettiva, istituzionale, educativa e comunicativa, come è stato espressamente riconosciuto negli impegni presi dai 57 paesi che fanno parte dell'Organizzazione per la Sicurezza e Cooperazione in Europa (OSCE), così come da altri standard internazionali e regionali.

Personalmente, mi sono occupato di questa libertà fondamentale fin dall'inizio del mio impegno con il Partito radicale transnazionale a New York - accreditato come ONG presso il Comitato ECOSOC (Consiglio economico e sociale delle Nazioni Unite) - mettendola al centro del lavoro che ho fatto per la difesa e promozione dei diritti umani. Questo tema ha attraversato e tenuto insieme come un filo rosso le varie fasi dei miei impegni e incarichi sia all'estero sia in Italia.

Questo perché ho sempre sentito la negazione della libertà di religione e di coscienza da parte di uno stato nei confronti dei propri cittadini come una delle più odiose e inaccettabili restrizioni dei diritti umani che si possano imporre. Ricordo vivamente i racconti dei sopravvissuti all'Olocausto e le storie di coloro che sono invece periti perché perseguitati in quanto ebrei. E ricordo come fosse oggi quando, ancora giovanissimo e prima di aver concluso i miei studi liceali, incontrai a Firenze, in piazza della Repubblica, due monaci tibetani che si erano rifugiati in Europa dal Tibet, che

|| Ricordo vivamente i racconti dei sopravvissuti all'Olocausto e le storie di coloro che sono invece periti perché perseguitati in quanto ebrei ||

mi raccontarono le persecuzioni subite da loro e dal loro popolo a causa della professione indipendente della filosofia buddhista.

Se questo tipo di persecuzioni possono sembrare e sono oggi per fortuna distanti dalla realtà che si vive in Europa, tuttavia rappresentano un monito ancora attuale, perché il tentativo di controllare le coscenze o di imporre la propria ideologia agli altri va avanti da lunghissimo tempo nella storia dell'umanità e dobbiamo continuare a combatterlo, **rivendicando l'autonomia dell'individuo e della sua coscienza rispetto a tutte le istituzioni, siano esse pubbliche o private.**

Nelle società multiculturali che caratterizzano le nostre democrazie, stiamo oggi affrontando sfide diverse, in parte nuove, che mettono a dura prova la capacità di continuare a vivere insieme in pace e in libertà. Infatti, le spinte migratorie, con i pluralismi e le diversità che si diffondono, rappresentano sfide complesse e il rispetto per la libertà religiosa, così come per altri diritti umani, è elemento fondamentale per garantire sia la sicurezza di tutti, sia un sentimento diffuso di pacifica convivenza nelle diversità.

* COS'È L'ODIHR

L'Ufficio per le Istituzioni Democratiche e i Diritti Umani è la principale istituzione dell'Organizzazione per la sicurezza e la cooperazione in Europa (OSCE) che si occupa della "dimensione umana" della sicurezza. Con sede a Varsavia, l'ODIHR è attivo in tutti i 57 Stati partecipanti dell'OSCE. Assiste i governi nell'adempimento dei loro impegni in quanto Stati partecipanti all'OSCE nei settori delle elezioni, dei diritti umani, della democrazia, dello stato di diritto, della tolleranza, dell'uguaglianza di genere, dell'istruzione, dell'anti-terrorismo, delle migrazioni e della non discriminazione.

Nel contesto dell'OSCE, l'impegno a rispettare, proteggere e realizzare il diritto alla libertà di religione o credo costituisce uno dei principi originali dell'Organizzazione e risale all'Atto Finale di Helsinki del 1975. È specificamente riconosciuto come uno dei principi guida fondamentali nelle relazioni reciproche tra gli Stati partecipanti dell'OSCE e un aspetto integrante del concetto di sicurezza di questa Organizzazione. Quando l'Atto di Helsinki fu siglato esisteva ancora l'Unione Sovietica e il fatto che la libertà religiosa fosse inclusa tra i diritti fondamentali accettati da tutti gli Stati rappresentò un primo tassello su cui costruire per scalfire un sistema autoritario che mirava a controllare tutte le organizzazioni sociali, incluse quelle religiose.



In linea con il suo mandato di assistenza agli Stati partecipanti dell'OSCE in campo di diritti umani e democrazia, che si è nel tempo sviluppato e rafforzato, l'Ufficio per le Istituzioni Democratiche e i Diritti Umani (ODIHR) dell'OSCE, del quale sono direttore dal dicembre 2020, mette in campo un'ampia e dettagliata serie di attività in materia di libertà di religione o credo, volte anche all'adozione di **misure efficaci per prevenire ed eliminare la discriminazione nei confronti di individui o comunità**.

Tuttavia, nonostante gli impegni degli Stati OSCE a promuovere e proteggere la libertà di religione o fede e a favorire un clima di reciproca tolleranza e rispetto tra credenti di diversa appartenenza, così come tra credenti e non credenti, il diritto alla libertà di religione o fede rimane un tema delicato e ancora sotto pressione, a causa dell'azione da parte di autorità statali e non statali, che hanno impatti diversi su uomini e donne. In questo contesto, è importante riflettere su come l'introduzione di misure di emergenza per combattere la pandemia di COVID-19 e la

|| Il fatto che la libertà religiosa fosse inclusa tra i diritti fondamentali accettati da tutti gli Stati rappresentò un primo tassello su cui costruire per scalfire un sistema autoritario che mirava a controllare tutte le organizzazioni sociali, incluse quelle religiose ||

continua e rapida digitalizzazione di molte sfere della vita abbiano rappresentato sia delle sfide che delle opportunità per promuovere questo diritto umano.

Sebbene gli Stati OSCE e le loro istituzioni abbiano la responsabilità primaria di garantire la libertà di religione o credo per tutti, l'intera società in senso lato gioca un ruolo importante nel promuovere il diritto alla libertà di religione o di credo, affrontando e combattendo l'intolleranza e la discriminazione. In particolare, hanno un ruolo centrale le comunità religiose o di credo, le organizzazioni della società civile (comprese le organizzazioni religiose e di altro tipo), le istituzioni nazionali per i diritti umani e l'uguaglianza, le università, i social media e i media tradizionali.

L'esperienza del nostro lavoro ci conferma come questo diritto umano si sviluppi al meglio in un ambiente in cui gli Stati consentano attività di sensibilizzazione, programmi educativi, dialoghi e partenariati interreligiosi, confronti tra lo Stato e le comunità religiose, e in cui le coalizioni della società civile siano attive nell'affrontare la discriminazione e promuovere una società più tollerante

per la diversità religiosa e di credo, anche attraverso l'uso delle tecnologie digitali.

Esempi di questo nostro lavoro all'ODIHR sono i Principi guida di Toledo sull'insegnamento delle religioni e delle credenze nelle scuole pubbliche, sviluppati con il supporto del Gruppo di esperti sulla libertà di religione o di credo dell'ODIHR, composto da 16 membri indipendenti provenienti da tutta la regione dell'OSCE. Questo testo si rivolge sia ai legislatori che alle scuole, offrendo una guida sulla preparazione dei programmi di studio per l'insegnamento delle religioni e delle credenze, sulle procedure da preferire per garantire l'equità nello sviluppo dei programmi di studio e sugli standard per la loro attuazione.

Avendo avuto modo di osservare da vicino il lavoro dell'Unione Buddhista Italiana sia mentre ero Parlamentare - quando l'Intesa con lo Stato italiano, a cui in piccola parte ho contribuito, fu approvata - sia successivamente, e avendo da sempre grande rispetto per i maestri buddhisti che promuovono, a partire da Sua Santità il Dalai Lama, insegnamenti fondati sulla compassione e il rispetto delle diversità, spero di contribuire, anche attraverso il lavoro di ODIHR e grazie al vostro aiuto, a rafforzare le nostre società rendendole più libere, tolleranti e inclusive.

|| L'intera società in senso lato gioca un ruolo importante nel promuovere il diritto alla libertà di religione o di credo, affrontando e combattendo l'intolleranza e la discriminazione ||



LA CHIMERA DI UN PORTO SICURO

A photograph showing a large number of migrants on a small, crowded boat in the middle of a vast, blue sea. The people are packed closely together, many looking towards the horizon or the camera. The water is slightly choppy, and the overall scene conveys a sense of vulnerability and hope.

**Le problematiche
della recente normativa
sull'immigrazione
e la speranza che la
società produttiva e civile
possa trovare una soluzione
non divisiva, non politica,
ma semplicemente umana**

di Gherardo Colombo
magistrato, giurista, saggista
e scrittore italiano



Salvare le persone che annegano nel Mediterraneo diventa giorno dopo giorno sempre più difficile, specialmente per le organizzazioni non governative italiane, per una serie di ragioni.

La normativa introdotta di recente sostanzialmente sposta dal sindacato del giudice alle valutazioni dell'amministrazione (dell'organo esecutivo) la materia riguardante sequestro e confisca dell'imbarcazione e rende ambigua la possibilità di effettuare soccorsi multipli (il nuovo decreto recita che, una volta assegnato il porto sicuro da parte dell'autorità competente, la nave umanitaria deve raggiungerlo "senza ritardo", ma che succede se c'è una nuova richiesta di soccorso? Non è chiaro). Così da una parte si inverte l'onere della prova in ordine al ricorrere delle condizioni che giustificano le due misure, dall'altra si contrasta il diritto del mare e si creano inopinatamente nuove occasioni di contrasto tra l'ordinamento interno e chi, imbattendosi in persone in pericolo, ha a livello internazionale l'obbligo di salvarle.

A questo si aggiunge la prassi di assegnare il por-

to sicuro a centinaia di miglia marittime dal luogo in cui la nave ha effettuato il salvataggio, con notevoli disagi per chi si trova a bordo e con consistenti aumenti di costi per le ONG (soprattutto per il carburante).

Le organizzazioni italiane incontrano poi difficoltà enormi nel reperimento delle risorse necessarie per operare. Si deve tener conto che mantenere una nave anche di piccole dimensioni (come ResQ People) e svolgere un numero congruo di missioni di salvataggio costa intorno ai due milioni di euro l'anno. Alle spalle delle associazioni straniere che operano nel Mediterraneo ci sono frequentemente donatori disposti ad aiutarle con cifre molto consistenti: ciò consente una discreta



"SALVARE UNA VITA È SALVARE IL MONDO INTERO"

tranquillità non soltanto per l'attività corrente, ma anche per programmare la vita futura dell'associazione. In Italia è assai raro che chi abbia disponibilità consistenti si interessi al tema dei **salvataggi in mare: la vita delle persone che attraversano il Mediterraneo in Italia non "tira"**. Credo si teme che dare aiuto alle organizzazioni di salvataggio comporti la conseguenza di essere considerati in qualche modo fastidiosi, se non addirittura ostili, dalla quasi totalità delle forze politiche e da una fetta consistente della cittadinanza.

Certo esistono associazioni e fondazioni, il più spesso espressione di strutture religiose (ResQ è da tempo destinataria di donazioni da parte dell'Unione Buddhista Italiana, per esempio) o di sostegno ai bisognosi, che danno una mano, ma sono molto poche, e possono contribuire con somme limitate rispetto al fabbisogno. **Di grandi donatori del mondo dell'industria, della moda, del marketing, delle assicurazioni, delle banche, insomma di coloro che potrebbero risolvere, magari anche da soli, tutti i problemi legati alla raccolta delle risorse di chi sta in mare, purtroppo non se ne vedono**. E il sogno, cui personalmente terrei molto, di coprire le spese tramite le piccole donazioni di cittadini comuni, si dimostra irrealizzabile. Sarebbe davvero bello se le risorse per salvare le persone che annegano nel Mediterraneo arrivassero attraverso un aiuto minimo,

paradossalmente un euro, ma da tante, tante persone, diciamo due milioni, disposte a partecipare all'impresa. Sarebbe il segno che funziona davvero la democrazia, non quella formale, disegnata sulla carta, ma quella sostanziale, fatta di gesti di solidarietà.

Sono tante le persone che ci mettono voglia, impegno e anche qualche cosa di più di quell'euro per sostenere l'attività di ResQ, ma ancora sono migliaia, non milioni. E credo sarebbe utopistico pensare che possano arrivare a un numero tale da garantire il futuro della nave senza l'intervento di chi potrebbe contribuire con somme di importo decisivo. ResQ è espressione della società civile e può vivere e operare nella misura in cui quella società civile la supporta, con tutte le sue componenti.

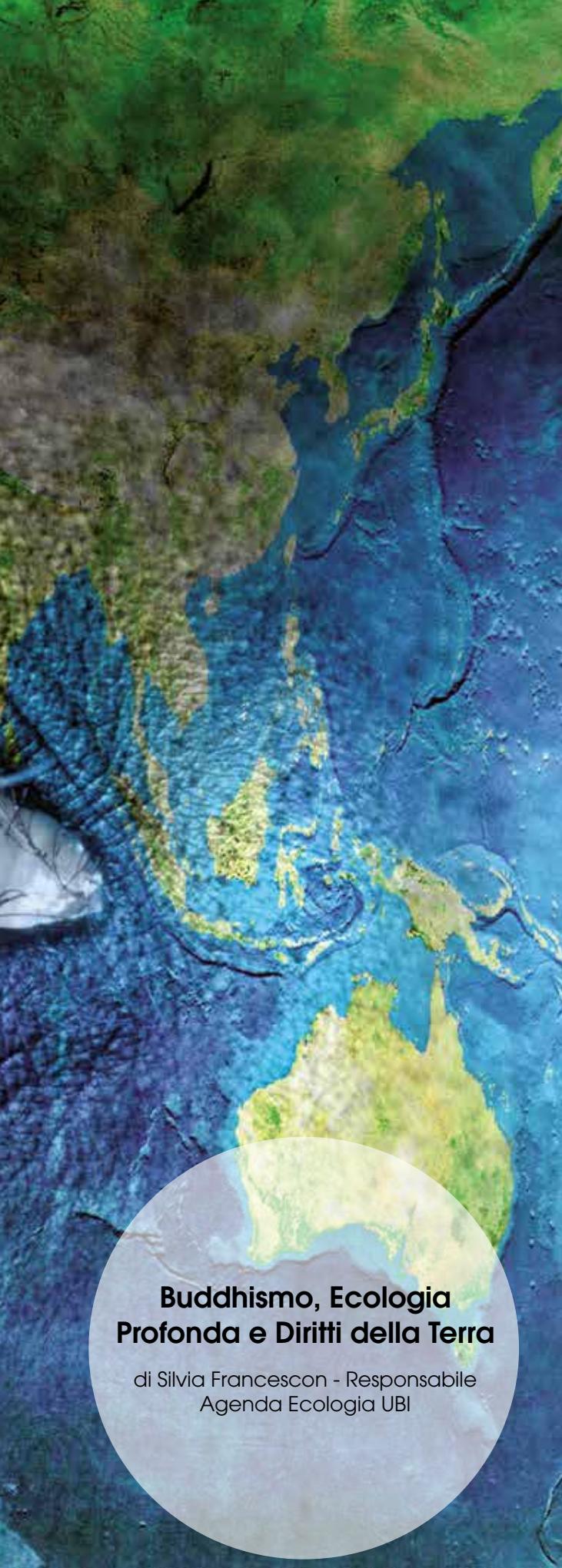
Occorre un salto culturale, etico, e - certo - anche politico. Occorre un approccio non ideologico o propagandistico: soccorrere chi è in pericolo, salvare vite umane non è e non può essere un tema "divisivo", come taluni dicono. È semplicemente necessario, perché ogni vita conta, e conta quanto tutte le altre. Per questo "salvare una vita è salvare il mondo intero".

È per questo salto che dobbiamo lavorare. È tanto importante quanto l'andare nel Mediterraneo per mettere in salvo i naufraghi. Anche perché se questo salto avviene, non sarà più necessario che i privati (com'è ResQ - People Saving People) suppliscano a ciò che dovrebbero fare gli Stati, Europa e Italia in testa.

DIRITTI

Noi siamo la Terra





Buddhismo, Ecologia Profonda e Diritti della Terra

di Silvia Francescon - Responsabile
Agenda Ecologia UBI

La crisi ecologica in atto è la risultante di una cultura dominante fondata su un sistema antropocentrico che considera gli esseri umani separati e superiori rispetto al vivente non umano. Un pensiero che è espressione di una crisi più profonda del sé, che si percepisce separato dalla Natura e che considera le fonti di vita quali oceani, foreste, animali non umani, come risorse passibili di sfruttamento. Un pensiero che si traduce in politiche ed economie dell'avidità basate su sistemi di estrattivismo, eccessivo individualismo, cultura dello spreco e dell'iper-consumismo.

Gli insegnamenti buddhisti, permettendo di superare il concetto dualistico di "ambiente dell'uomo", rappresentano la base dell'ecologia profonda, termine con cui il filosofo norvegese Arne Næss indicava un'ecologia che va oltre il mero contrasto all'inquinamento (definito con il termine di "ecologia di superficie", incentrata su azioni per l'essere umano, posto a sua volta al di sopra e al di fuori della Natura). Per l'ecologia profonda noi siamo Natura: al centro vi è la relazione di reciprocità degli esseri umani con la Terra, di interdipendenza e di sacralità di ogni forma di vita.

Il Buddhismo - nell'inequivocabile indicazione dei Canoni e nei voti dei bodhisattva e in particolare nelle pratiche di Thich Nhat Hanh, Buddhadāsa Bhikkhu e Phra Prayudh Payutto (Dhammapitaka) - è in sintonia con una visione eco-centrica, in una relazione di "inter-essere" con la comunità della vita. Gli stessi esponenti dell'ecologia

profonda (oltre Arne Næss anche Gary Snyder e Johanna Macy) hanno dimostrato grande interesse per la visione buddhista di anicca e di anattā e delle relative implicazioni etiche.

La visione bio-centrica dell'ecologia profonda rappresenta, ritengo, la base più solida su cui poggiare i Diritti della Terra. Garantire i Diritti della Terra significa riconoscere a tutte le forme viventi, alla biosfera e ai suoi ecosistemi - alberi, oceani, animali, compresi gli animali non umani, fiumi, laghi, montagne - gli stessi diritti di cui godono gli esseri umani, come il diritto a esistere, mantenersi e rigenerarsi.

Come i diritti umani, i Diritti della Terra sono intrinseci e inalienabili: ogni essere assume dignità di persona, con il diritto di vivere secondo la propria natura. Da questo pensiero possono generare trasformazioni radicali che definiscono nuovi corsi, come è avvenuto nel passaggio dalla schiavitù al riconoscimento dei diritti umani universali.

Anche grazie alla spinta dei movimenti dei popoli indigeni, i Diritti della Terra si stanno espandendo in tutto il mondo: a partire dalla **Nuova Zelanda dove la legislazione ha riconosciuto al fiume Whanganui, al monte Taranaki e alla Foresta Te Urewera personalità giuridica con relativi diritti**, al Bangladesh la cui Alta Corte nel 2019 ha riconosciuto i diritti a tutti i fiumi del Paese



(in Bangladesh ci sono più di 200 fiumi) e alla National River Conservation Commission il ruolo di custode legale, all'Argentina dove nel 2020 la municipalità di Rosario ha adottato una decisione a sostegno del riconoscimento dei diritti del fiume Paranà (il secondo fiume più lungo di tutta l'America Latina), all'Ecuador



"MADRE NATURA HA GLI STESSI DIRITTI DEGLI UMANI"

dove dal 2008 i Diritti della Natura fanno parte della Costituzione, al Canada, che riconosce i diritti del fiume (300 km) Muteshekau-shipu, all'India, nel cui Stato di Uttarakhand una corte ha riconosciuto nel 2018 lo status di personalità giuridica all'intero regno animale, alle foreste, ai laghi, alle cascate e dove lo scorso aprile un giudice dell'Alta Corte di Madras ha emesso una sentenza secondo la quale Madre Natura ha gli stessi diritti degli umani, mentre il parlamento spagnolo ha riconosciuto i diritti al Mar Menor, la più grande laguna della penisola iberica. Si tratta del primo ecosistema cui vengono riconosciuti diritti in Europa. La lista

è vasta e in continua evoluzione. Per seguire gli aggiornamenti si può accedere a: <https://ecojurisprudence.org>.

Sono i Diritti della Natura il punto di arrivo della nuova azione ecologista? Probabilmente no. Tuttavia il loro riconoscimento è importante. È come se fossero uppaya, strumenti utili al raggiungimento di quella conversione ecologica che richiede una radicale trasformazione di pensiero in chiave biocentrica. Riconoscere i diritti dei non umani significa riconoscere la non separazione, significa abbandonare la visione antropocentrica, significa realizzare l'interdipendenza in chiave ecologica. È per questo che UBI è in prima linea, al fianco delle comunità locali e dei popoli indigeni, per promuovere un'ecologia profonda, una visione biocentrica e il riconoscimento dei diritti anche ai non umani.

IMPARARE AD ESSERE UMANI

di Jetsun Pema
ex Presidente di Tibetan
Children's Villages

(Estratto dell'intervento al convegno
"Forever Tibet" - Milano novembre 2022)



Costruire la Scuola per il futuro di un Popolo in esilio

Quando Sua Santità ha lasciato il Tibet nel 1959, oltre centomila tibetani lo hanno seguito in esilio. Il Tibetan Children's Village (TCV) nasce poco dopo per volere del Dalai Lama, che ha sempre pensato che la priorità fosse l'istruzione dei bambini per mantenere viva la nostra cultura, per i futuri semi del Tibet.

Iniziammo con 51 bambini. Bambini che avevano lasciato i loro genitori in Tibet; magari uno zio o una zia



12-13 NOVEMBRE 2022 #IN STREAMING

FOREVER TIBET

Un convegno internazionale online sulle tematiche ambientali, educative e politiche del Tibet contemporaneo.

Con l'intervento speciale di Neuroranger Tibet. Il film che racconta con le parole del Dalai Lama gli avvenimenti che lo hanno portato all'esilio.

L'Incontro Drukpaikhang CAMPAGNA PER TIBET Associazione India-Tibet

(dopo che mia sorella scomparve l'anno prima), nel Tibetan Children's Village c'erano circa 1000 bambini dai 2 ai 7 anni. Alcuni avevano più di 7 anni ed erano un po' troppo grandi per andare in quel tipo di scuola, ma i genitori non riuscivano a prendersi cura di loro e quindi avevamo anche questi bambini e ragazzi di 15/16 anni. Cercavamo di creare dei corsi ad hoc per loro; invece con i più piccoli iniziavamo con l'asilo e ogni anno aggiungevamo una classe e continuavano ad arrivare bambini.

MODERNITÀ E TRADIZIONE DELL'ISTRUZIONE

Grazie all'aiuto dei nostri amici all'estero e del Governo indiano sono arrivati dei fondi e abbiamo costruito più scuole. Abbiamo iniziato a pensare di creare anche delle case per i bambini, degli alloggi, perché sapevamo che era importante per i bambini non soltanto imparare a leggere e scrivere ma avere l'amore e l'affetto dal momento che i genitori non c'erano.

Li avevano portati attraverso le montagne in quel percorso così insidioso per arrivare in India, molti di questi bambini erano orfani o semi orfani. Poi ogni giorno ne arrivavano altri 10 o 20, e all'improvviso avevamo 800 bambini.

Mia sorella andò dal governo indiano e chiese aiuti per costruire delle scuole. Ci dettero dei bungalow che erano stati costruiti durante l'occupazione britannica; dopo essere stati utilizzati dall'esercito britannico, erano stati requisiti dal governo quindi i bambini furono sistemati in queste case. Nel 1964, quando iniziai a lavorare

Nel '67-'68 iniziammo a seguire il metodo Montessori per i nostri bambini, dall'asilo fino alla scuola primaria. Queste insegnanti indiane



L'istruzione che abbiamo dato ai nostri bambini era riconosciuta in India, un tipo di istruzione moderna ma molto molto radicata nella nostra cultura, nella nostra religione, nella nostra modalità di vita. Cosicché i bambini cresciuti in esilio in India avrebbero potuto mantenere la loro identità. Questo **non perché siamo fanatici nell'essere tibetani, ma perché l'identità di un popolo è molto importante**. E perché il fatto che tutto ciò che è caro ai tibetani – che sia la religione, la lingua o il nostro modo di vita – fosse completamente distrutto dai cinesi in Tibet per noi è stata una tragedia.

lavoravano tantissimo: iniziarono a formare le nostre insegnanti e così piano piano la scuola si sviluppò da primaria a secondaria di primo grado, poi di secondo grado, e quindi riuscimmo a dare un'istruzione ai nostri bambini che avesse il riconoscimento dello Stato.

Agli inizi degli anni Sessanta ci fu la Rivoluzione Culturale e furono distrutti quasi tutti i monasteri, tranne qualcuno. Ne avevamo 6000, ne sono rimasti 10 o 12.



Tibetan Children's Villages, o TCV, è una comunità integrata in esilio per la cura e l'istruzione di orfani, indigenti e bambini rifugiati dal Tibet. È un'organizzazione di beneficenza registrata senza scopo di lucro con la sua struttura principale basata a Dharamsala, nell'Himachal Pradesh, nel nord dell'India. TCV ha una rete diffusa in tutta l'India con oltre 12.000 bambini sotto la sua cura.

Dal 1964 al 2006 il TCV è stato presieduto da Jetsun Pema, sorella del 14° Dalai Lama Tenzin Gyatso. Nel 2009, il TCV ha fondato il primo college tibetano in esilio a Bangalore (India) che è stato chiamato "The Dalai Lama Institute for Higher Education". Gli obiettivi di questo college sono insegnare la lingua tibetana e la cultura tibetana, ma anche la scienza, le arti, la consulenza e la tecnologia dell'informazione agli studenti tibetani in esilio.

Allora i monasteri erano anche centri di istruzione per i tibetani, quindi insieme alla loro scomparsa distruggi l'anima di un popolo. Negli anni Ottanta (1985 o 1986), ricevevamo ancora dai 700 ai 1000 bambini l'anno dal Tibet. Oggi, da quattro o cinque anni, in un anno riceviamo 3 o 4 bambini: i confini sono completamente chiusi, sigillati. Le persone non possono uscire dal Tibet.

UNA CATENA CHE SI AUTOGENERÀ

In questi 62 anni abbiamo lavorato alacremente per avere un buono standard nelle nostre scuole, abbiamo formato i nostri insegnanti... adesso tutte le scuole hanno insegnanti completamente formati. Quando andate a visitare i bambini tibetani vedete che la maggioranza delle persone che lavorano nei villaggi erano una volta bambini del Tibetan Children's Village: il 65% delle persone, dal presidente del villaggio, all'insegnante, al cuoco, insomma tutto lo staff, una volta sono stati bambini che hanno studiato al TCV.

“ IL 65% DELLE PERSONE,
DAL PRESIDENTE DEL VILLAGGIO,
ALL'INSEGNANTE, AL CUOCO, INSOMMA
TUTTO LO STAFF, UNA VOLTA SONO
STATI BAMBINI CHE HANNO STUDIATO
AL TIBETAN CHILDREN'S VILLAGE ”

In questo senso possiamo dire che l'educazione ha dato potere alle persone. E questa era la visione di Sua Santità: dare un'ottima istruzione ai nostri giovani. Ciò ha davvero fatto la differenza per la diaspora tibetana. Tutte le volte che Sua Santità va a parlare ai bambini sottolinea sempre che nel loro studio devono andare quanto più in là possibile ma che la cosa importante è essere un buon essere umano.



UN TEMA COMUNE A TUTTI

Come si fa crescere un bambino che diventerà un buon essere umano? Questa è stata una domanda molto importante per i nostri educatori. I nostri insegnanti hanno lavorato alacremente e la

conclusione alla quale siamo arrivati è stata che la cosa più importante è insegnare ai bambini nella propria lingua madre.

Quindi nell'86 abbiamo iniziato a tradurre tutti i testi inglesi in tibetano: abbiamo iniziato dalla prima elementare, poi la seconda elementare, le scuole medie, e adesso l'educazione che impartiamo ai nostri bambini è in tibetano. Perché la lingua è la base di qualsiasi cultura. La lingua parlata.

Una volta venne un Lama molto erudito a parlare ai giovani delle università indiane a Bangalore e disse: "Noi tibetani abbiamo



“ PERCHÉ LA LINGUA
È LA BASE DI QUALSIASI CULTURA.
LA LINGUA PARLATA ”

perso il nostro Paese, viviamo in esilio". Ma poi aggiunse: "Anche se abbiamo perso il nostro Paese, se riusciremo a mantenere la nostra identità attraverso la lingua scritta e parlata, se riusciremo a mantenere la nostra cultura, che siate in Tibet o no non importa... avrete sempre una parte del Tibet in voi".

Poi leggiamo del Mahatma Gandhi, del libro che scrisse sull'istruzione dei bambini indiani, in cui enfatizzava che bisognava insegnare ai bambini nella propria lingua madre perché quella è la lingua che conoscono da quando sono nati e che attraverso quella lingua riusciranno a comprendere il loro mondo. I nostri insegnanti dopo i primi due o tre anni si sono resi conto che insegnare ai

bambini tibetani in lingua tibetana era un metodo eccellente perché avevano capito che insegnando in inglese imparavano le cose a memoria ma non potevano magari comprendere ciò che veniva insegnato. Invece insegnando il tibetano capivano. E quando si comprende ciò che si apprende si è portati a fare più domande e quando si fanno più domande l'apprendimento si espande ulteriormente.

Al momento siamo veramente orgogliosi di dire che ci sono studenti tibetani, che hanno studiato al TCV, che sono diventati medici, ingegneri, infermieri, cuochi, cuoche, parrucchieri, falegnami... insomma tutta una serie di occupazioni per i giovani tibetani. E ovunque andiamo ci dicono che i bambini che provengono dal TCV sanno già di avere una grossa responsabilità come tibetani.

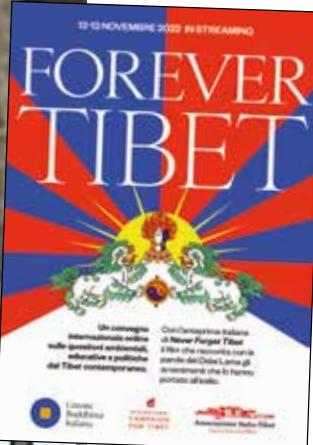


Mustang, il mio progetto di vita

Proteggere la cultura locale di questa terra lontana

di Kasia Smutniak - Presidente Pietro Taricone Onlus

(Estratto dell'intervento al convegno "Forever Tibet" - novembre 2022)



Dal 1951 il Mustang geograficamente appartiene al Nepal, ma di fatto la lingua e la cultura sono quelle tibetane. Il confine è stato aperto al turismo solo nel '92. Uno dei primi viaggiatori che hanno visitato il Mustang è stato

Tiziano Terzani, che ha scritto anche un bellissimo libro sull'argomento.

UN DESTINO?

Il mio primo viaggio fatto in Mustang era per pura curiosità, per conoscere un luogo nuovo, la sua cultura. Sono partita insieme al mio compagno Pietro Taricone e siamo stati lì e ci siamo persi in quella cultura, in quel popolo, in quelle storie, in quella terra, in quelle montagne. Nel viaggio di ritorno ci siamo messi a sognare ad occhi aperti, volevamo fare qualcosa; ma quel qualcosa non era per niente certo ed è rimasto lì sospeso. Poi è arrivata la vita: mia figlia è nata qualche mese dopo, l'idea di poter tornare in Mustang era sempre lì ma la bambina era così piccola e abbiamo aspettato qualche anno. Finché Pietro è venuto a mancare e io sono tornata lì da sola con mia figlia, come una promessa non scritta.

LA MOTIVAZIONE

Era qualcosa a cui mi ero aggrappata e quando sono tornata con mia figlia, nella stessa famiglia, con le stesse persone che ci avevano ospitato e con cui siamo sempre rimasti in contatto, sono arrivata piena della speranza di dare un senso alla tragedia che mi era capitata. Mi trovavo in una stanza con la madre di Tenzin, un mio amico, in un villaggio nel Mustang del Sud e le ho chiesto: "Mi dici di che cosa avete bisogno?"

I Mustang è una regione a Nord-Est del Nepal. Geograficamente si trova nella zona montagnosa dell'Himalaya e, essendo stato isolato per secoli dal mondo esterno, ha preservato la propria cultura e la propria radice tibetana. Probabilmente è per questo che spesso viene chiamato "l'Ultimo Tibet" oppure "Il Regno di Lo".



Pema stava pregando mentre io aspettavo questo momento e poi lei mi disse: "Noi non abbiamo bisogno di niente...".

Ecco, solo in quel momento io ho cominciato ad ascoltare, ad aprire la mia mente e il mio cuore ai bisogni degli altri e non soltanto al mio bisogno. Credo fortemente che chi decide di utilizzare il proprio tempo per aiutare gli altri è spesso mosso dalla ricerca di un senso, e a volte non è una motivazione giusta per cominciare un progetto.

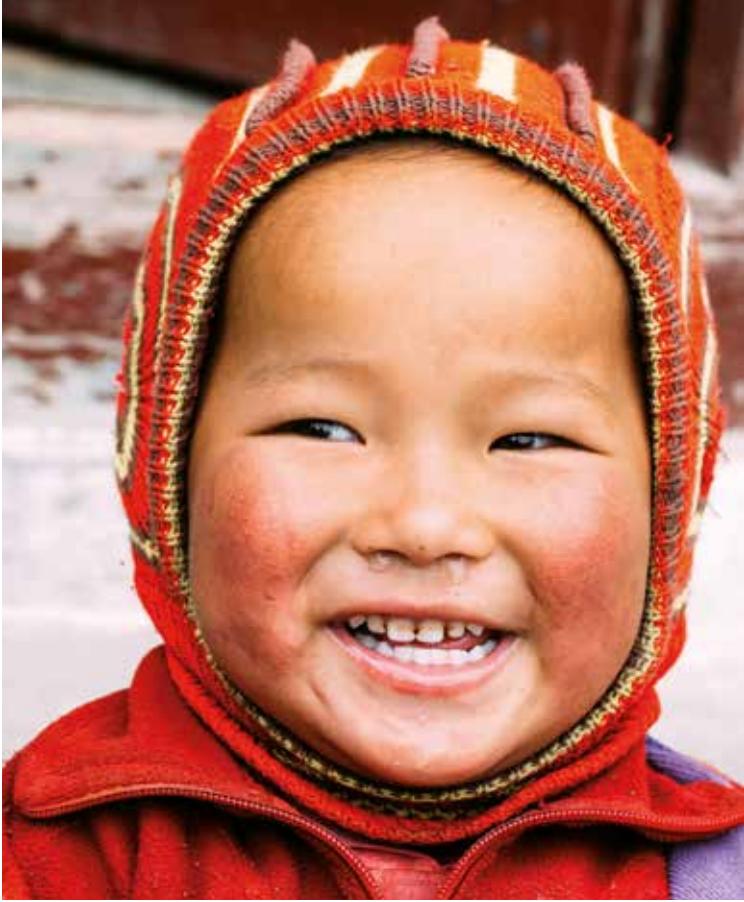
LA SCUOLA

Passano due anni e da allora in poi il Mustang non l'ho più lasciato. Ho viaggiato sempre con mia figlia, che nel frattempo cresceva, e ho voluto imparare di più e vedere sempre di più senza quell'ansia di dover fare qualcosa... Ho osservato, semplicemente. E così ho appreso quali sono i bisogni principali di questo luogo, il Mustang, dove manca tutto. Nel senso che non ci sono presidi medici, non ci sono scuole adeguate, c'è qualche scuola privata e quelle governative

non insegnano la lingua mustangi ai bambini, non insegna minimamente la cultura. Come se la cultura non fosse affatto una risorsa, e gli insegnanti che vengono mandati in questa regione non solo sono nepalesi ma fanno anche molta fatica ad integrarsi con la popolazione locale.

La Ghami Solar School è stata aperta nel giugno del 2016 con l'idea di preservare la cultura mustangi. È stata realizzata nel rispetto dell'architettura tradizionale mustangi, con criteri di sicurezza antisismici ed allo stesso tempo con principi moderni per illuminare e scaldare l'edificio con l'energia del sole. L'edificio è composto dalla parte scolastica e da un dormitorio che adesso ospita 50 bambini e 6 insegnanti (2 tibetani e 4 nepalesi). Le lezioni sono svolte in tre lingue: inglese, nepalese e tibetano.

Il primo obiettivo della nostra scuola è di proteggere la cultura mustangi. I bambini di oggi saranno gli adulti di domani. Rappresentano il futuro di un popolo che è a rischio di estinzione.



Il mio progetto di vita è ormai legato a questo evento che fa da filo conduttore tra passato e futuro. Ricordo che mia figlia un anno non voleva partire perché voleva fare le vacanze con gli amichetti e perché le sembrava noioso andare in Mustang; io presi questa cosa come se il Mustang ormai potesse non essere più quello che era per lei quando era piccola. Durante il viaggio di ritorno, che è durato 16/18 ore, quando siamo arrivate vicino alla Valle di Katmandu e il clima iniziava a passare dal freddo-secco all'appiccicoso tropicale ed eravamo allo stremo delle forze (mentre io mi sentivo in colpa per averla portata di nuovo lì con me per le vacanze) ci siamo fermate sul ciglio di una strada per riposare un po' e per bere del thè, comprato in una piccola guest house che si trovava lì. C'erano le galline, i cani, iniziava a piovere ed ho pensato: "Abbiamo ancora tutta la notte davanti a noi... Come facciamo?". A quel punto mia figlia, anticipandomi, mi ha detto: "Mamma, il giorno che sarai troppo vecchia per venire qui da sola ti ci porterò io...".

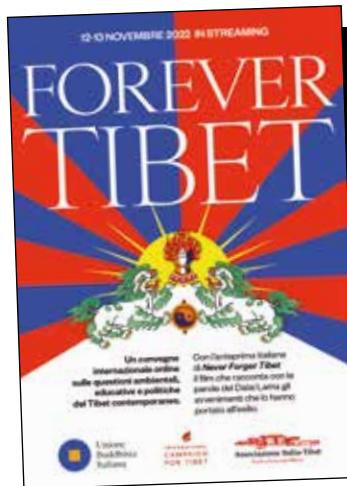
TIBET, UN TEMA DIMENTICATO



La questione tibetana riappare drammaticamente nell'attualità del conflitto in Ucraina

di Michael van Walt van Praag
- Avvocato e Professore di diritto internazionale

(Estratto dell'intervento al convegno "Forever Tibet" - novembre 2022)



La visione pessimistica sulla questione Tibet - Cina è molto giustificata, ed è molto importante capire come i cinesi vedono il Tibet. **La loro visione consiste nell'essere convinti che il Tibet abbia sempre fatto parte di questa grande patria cinese**, una parte integrale di questa patria già da migliaia di anni. I nostri governi e i mass media aiutano la Cina a fare questa propaganda non solo ai cinesi, ma anche a livello internazionale. Facciamo molto poco per contraddirre questa narrazione cinese.

COME IN UCRAINA

Quando i tibetani hanno iniziato il dialogo con la Cina c'è stato un periodo in cui il governo tibetano ha fatto un grande sforzo per non fare niente che potesse irritare i cinesi, ossia non parlare troppo del fatto che il Tibet non facesse parte della Cina, dell'invasione, dell'occupazione. Tutte queste parole non si sentivano molto spesso; si sentivano solamente discorsi sulla

prospettiva di un futuro insieme alla Cina, ma in autonomia. Il risultato è che oggi quando parli a molte persone - ma anche agli specialisti nei Ministeri degli Affari Esteri, conoscitori della Regione, dell'Asia e della Cina - **hai la percezione che loro abbiano dimenticato quale era il problema fondamentale della situazione del Tibet**. Hanno dimenticato che l'invasione del Tibet è simile a quanto accade oggi in Ucraina. Ovvero l'aggressione della Cina, di un grande Paese, a un piccolo Paese geograficamente limitrofo. È la stessa cosa della Russia con Putin e quando ho sentito il suo discorso la sera prima dell'invasione dell'Ucraina avevo l'impressione che avesse letto questi white papers, i "libri bianchi" cinesi sul Tibet. Erano le stesse logiche: **la Russia doveva aiutare l'Ucraina, entrare per aiutare la popolazione di lingua russa in Ucraina, l'Ucraina aveva da sempre fatto parte della grande famiglia della nazione russa**, della cultura russa, e non era veramente un Paese indipendente, non doveva esserlo.



COLONIALISMO CINESE

Abbiamo dimenticato quello che è successo più di settant'anni fa nel Tibet e abbiamo deciso che il fatto non ha più importanza oggiorno. Ma queste due concezioni sono sbagliate. I sentimenti dei cinesi, che considerano i tibetani ingrati, dopo che la Cina ha favorito lo sviluppo economico nella Regione e tante altre cose, riflettono una mentalità colonialista: i Paesi colonialisti europei seguivano esattamente lo stesso pensiero, legato **all'ingratitudine del Paese colonizzato che ha ricevuto la civilizzazione.**

Credo sia importante iniziare a pensare al regime cinese nel Tibet come a un regime colonialista. **Il Tibet ha diritto alla decolonizzazione, ha il diritto all'autodeterminazione.** È un diritto fondamentale, riconosciuto dalle Nazioni Unite - riconosciuto anche per il Tibet dalle Nazioni Unite già nel 1961 - ma non abbiamo fatto niente per attuarlo. È questo il modo in cui deve essere pensato il Tibet: un Paese che è stato colonizzato, un Paese occupato, come lo sono alcune parti dell'Ucraina.

COME NEI PAESI BALTI

Tempo fa mi trovavo in Lituania, a Vilnius, dove ho parlato di questo argomento e mi sono reso conto che è molto semplice parlare con la gente che vive nei Paesi Baltici perché hanno vissuto l'esperienza molto recente dell'occupazione russa per cinquant'anni. **Ma cinquant'anni di occupazione non vogliono dire che l'indipendenza legale**, l'esistenza dello Stato sia annullata. Se l'occupazione del Tibet nel biennio 1949-1951 era fondamentalmente illegale (e lo era, non c'è possibilità di dire che non lo fosse, allo stesso modo dell'invasione dell'Ucraina) non è successo niente da quel momento ad oggi per dire che questa illegalità sia stata legalizzata. I nostri ministri degli affari esteri, tuttavia, continuano a considerare il Tibet come parte della Cina: ma su quale base?

ABBIAMO DIMENTICATO

Dopo il 1951, perché la Cina ha voluto annullare il Tibet? Il Diritto Internazionale proibisce agli altri Stati di riconoscere un'annessione illegale. Quindi come possiamo riconoscerla? È una

Michael van Walt van Praag

È professore e avvocato internazionale specializzato nella risoluzione dei conflitti intra-statali. Ha prestato servizio come consigliere e consulente per numerose organizzazioni governative e non governative nei colloqui di pace in regioni che vanno dalla Cecenia alla Papua Nuova Guinea, ed è attualmente presidente esecutivo di Kreddha, un'organizzazione internazionale non governativa per la prevenzione e la risoluzione dei violenti conflitti intrastatali da lui fondata nel 1999. Autore insieme a Miek Boljes di "Tibet Brief 20/20", un campanello d'allarme che stabilisce un legame tra l'attuale espansionismo della Cina e l'incauta pacificazione della comunità internazionale sul Tibet.

violazione da parte dei nostri governi, secondo il diritto internazionale, riconoscere il Tibet come una parte della Cina. Invece, quello che dobbiamo fare, secondo l'ordine internazionale in cui viviamo e che vogliamo proteggere contro gli aggressori e i violatori, è **avere una politica di non riconoscimento, come è stato fatto con il Timor-Leste, come è stato negli Stati Uniti e nella maggior parte dei Paesi europei quando i Paesi Baltici sono stati occupati.**

Alla fine dell'occupazione il Timor-Leste e i Paesi Baltici sono tornati all'indipendenza (che già avevano in realtà perché i loro Stati non hanno mai finito di esistere). Noi abbiamo un dovere verso questo Stato che ancora esiste ma che è occupato e dobbiamo parlare con parole chiare: **il Tibet è un Paese occupato, dobbiamo parlare del popolo tibetano come di un popolo e non come di una minoranza cinese.** Ma queste parole non vengono pronunciate o scritte dai media molto spesso. Trent'anni fa era differente. Oggi si parla di "gruppi etnici della Cina", "i tibetani e altri gruppi etnici della Cina" oppure di "altre minoranze", ma questa non è una questione di diritti delle minoranze, non è soltanto un caso di diritti umani: è un caso di occupazione.

“ È QUESTO IL MODO IN CUI DEVE ESSERE PENSATO IL TIBET: UN PAESE CHE È STATO COLONIZZATO, UN PAESE OCCUPATO, COME LO SONO ALCUNE PARTI DELL'UCRAINA ”

VERITÀ ANTI STORICHE

Ci sono molte persone che credono che la propaganda cinese - fondata sull'assunto che il Tibet fa parte della Cina da centinaia e centinaia di anni - non sia completamente corretta, ma che debba esserci qualcosa di vero. Se guardiamo ai documenti che sono stati scritti in quel periodo, si capisce molto bene che nessun Paese pensava che il Tibet facesse parte della Cina. Non lo pensavano i mongoli, non lo pensavano gli indiani e non lo pensavano



“ IL TIBET NON SOLO NON FACEVA
PARTE DELLA CINA TRE
O QUATTROCENTO ANNI FA,
MA NON HA MAI FATTO PARTE
DELLA CINA ”

i cinesi. Se si leggono i documenti in lingua cinese della dinastia dell'impero Yuan, di quello dei Ming e di quello dei Qing, il Tibet non figura come una parte della Cina. E quindi i cinesi che oggi dicono che faceva parte della Cina danno una versione falsa della Storia.

Si può naturalmente comprendere che i cinesi utilizzino una visione dell'Asia sinica, confuciana. È naturale per questa cultura considerare la Cina come il centro del mondo conosciuto e l'imperatore cinese per definizione l'imperatore di tutto il mondo, universale. E non sono gli unici al mondo ad avere questa visione ideologica. Il libro che abbiamo scritto (vedi box) è il risultato di 10 anni di ricerca con accademici e università di ogni parte del mondo specializzati in storia mongola e cinese. Con loro abbiamo studiato non solamente questa visione sinica attraverso scritti in lingua cinese, ma abbiamo dato uguale importanza a quelli tibetani, mongoli, russi, giapponesi, coreani, vietnamiti, per conoscere veramente quali fossero queste relazioni. Ebbene, il risultato emerso è che il Tibet non solo non faceva parte della Cina tre o quattrocento anni fa, ma che non ha mai fatto parte della Cina. Anch'io - che ero condizionato dopo molto tempo a pensare che forse in alcuni periodi il Tibet avesse fatto un po' parte della Cina - posso invece affer-

mare chiaramente che non ha mai fatto parte della Cina. Quindi, quando la Cina ha invaso il Tibet, il Tibet era un Paese indipendente.

SPERANZE DI CAMBIAMENTO

Circa tre mesi fa c'è stata un'udienza in un Congresso americano. C'ero anch'io e ho detto più o meno le stesse cose ho detto qui oggi; i temi dell'udienza riguardavano lo status del Tibet e quale dovrebbe essere la politica americana. C'è una proposta di legge che è stata introdotta dal Senato e dalla Camera dei rappresentanti del Congresso Americano che ha ricevuto l'apporto dei due partiti e spero che nei prossimi mesi diventerà una legge. Questa legge imporrebbe che gli americani non possano considerare il Tibet come parte della Cina, riconosce il diritto di autodeterminazione del popolo tibetano, dichiara che la propaganda cinese è falsa e che il Governo americano dovrà contrastare questa propaganda e che attivarsi per trovare una soluzione al conflitto. La comunità internazionale deve riconoscere il conflitto tra Tibet e Cina come internazionale e non come un conflitto interno alla Cina (pensando ai tibetani che attualmente vivono in Cina). Nel momento in cui parliamo di conflitto internazionale, c'è una responsabilità internazionale per trovare una soluzione.

EVENTI

CYBORG-BUDDHA



Dialogo sull'intelligenza artificiale

con Francesco Tormen e Stefano Davide Bettera

(Estratto del dibattito al Festival Mimesis - Teatro San Giorgio di Udine, ottobre 2022)

LA RIVOLUZIONE DELL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE: PAURE, OPPORTUNITÀ, IMPATTO SOCIALE, CULTURALE E POLITICO

• **FRANCESCO TORMEN** L'idea di intelligenza artificiale spesso noi la consideriamo interessante per quanto riguarda il tema di "macchine senzienti": un computer, un robot che in qualche maniera acquisisce coscienza. Secondo me, però, non è questa la principale questione per cui l'intelligenza artificiale ci dovrebbe interessare per i prossimi decenni; ci dovrebbe interessare invece in relazione al concetto di singolarità tecnologica. **L'idea della singolarità tecnologica è un momento nella storia dello sviluppo tecnologico nel quale la velocità di implementazione, di sviluppo di nuove forme di tecnologia diventa talmente elevata che non è più possibile gestirla o prevederla.** A un certo punto le macchine, gli algoritmi avranno un'intelligenza paragonabile a quella umana, ossia avranno quella elasticità che ci caratterizza che permetterà a questo algoritmo o a questa intelligenza artificiale di adattarsi a certi compiti in una forma creativa o comunque flessibile.

Nel momento in cui questa cosa dovesse verificarsi non sarebbe più possibile prevedere gli ulteriori sviluppi della tecnologia a partire dall'intelligenza artificiale stessa. Dobbiamo immaginare che un computer che fosse intelligente come un essere umano lo sarebbe immediatamente molto di più, perché avrebbe la stessa elasticità e creatività del pensiero umano ma avrebbe una capacità di calcolo sostanzialmente illimitata, avrebbe la possibilità di mettersi in rete con altre intelligenze artificiali. Noi possiamo creare un'équipe in cui ci confrontiamo e uniamo le forze per risolvere un problema, ma ci scambiamo pochi bit di informazione al minuto, attraverso la parola

o qualche altro mezzo. Due intelligenze artificiali di livello umano potrebbero scambiarsi istantaneamente enormi quantità di dati. Inoltre, un'intelligenza artificiale avrebbe immediatamente accesso a tutto lo scibile umano, non dovrebbe studiare un po' alla volta le varie discipline scientifiche, le saprebbe spontaneamente.

Ma ben prima di arrivare a questo punto ci saranno cambiamenti in tutti i settori della nostra vita, e questo cominciamo già a vederlo con le chatbot che generano testo e immagini simulando la creatività umana. Innanzitutto il lavoro: sempre più mansioni saranno sostituite da macchine e algoritmi, più efficienti e meno costosi del lavoro umano, che progressivamente sparirà. I governi dovranno trovare soluzioni per garantire il sostentamento di enormi masse inoccupate, che probabilmente trascorreranno parte del loro tempo in mondi virtuali estremamente realistici. Inoltre tutti i settori della scienza e della tecnica potrebbero avere uno sviluppo vertiginoso, a cominciare dalla medicina: con ogni probabilità ci saranno forme di "editing" genetico che renderanno possibili forme di manipolazione del DNA assolutamente specifiche, puntuali. Persino il tema dell'invecchiamento, della morte come destino inesorabile dell'essere umano potrebbero cominciare a diventare una sfida che potremo affrontare. Con tutte le enormi complicazioni di carattere etico, filosofico, spirituale ma anche pratico.

• **STEFANO DAVIDE BETTERA** La domanda cardine è: che tipo di umanità stiamo costruendo e che tipo di umanità vogliamo costruire. L'umanità è storicamente relazionale. **Se tu privi l'umanità della sua dimensione relazionale stai costruendo un modello di non convivenza civile sociale e culturale,** nel

**Tutto
nella vostra vita
è destinato
a dissolversi.
Impostate
il vostro percorso
sulla cura**

concreto, che di fatto aliena l'essere umano. Credo fondamentalmente che quando un essere umano viene messo ai margini della società è destinato a restare ai margini. Perché la marginalizzazione sempre più forte, sempre più evidente è figlia di questo processo di trasformazione. E le persone che non hanno o che sono private di una voce possibile di consultazione, non hanno la possibilità di opporsi a questo processo di trasformazione e di capire quali possono essere le ricadute di questa trasformazione. **Il tema è che l'essere umano non è un addendo di questo processo trasformativo perché l'essere umano è centrale.** Credo che se non si riporta al centro di una riflessione etica, spirituale e anche religiosa il tema del modello di umanità che vogliamo costruire, del modello di relazione e di comunità che vogliamo costruire, perdiamo davvero la direzione. Il problema è che poi le grandi decisioni che organizzano questa società vengono prese ad un livello che è altamente superiore rispetto a quello di cui la politica oggi ha la possibilità di essere protagonista.

LA TECNOLOGIA È BUONA O CATTIVA?

- **FRANCESCO TORMEN** Noi siamo animali sociali, come diceva Aristotele, come sappiamo da

sempre e come è evidente. Questo da un lato ci impone di dare importanza a questo aspetto, ma dall'altro lato potrebbe darci un po' di fiducia. L'essere umano è così tanto assetato di relazioni che probabilmente troverà sempre il modo di averle. Prendiamo Facebook e la preoccupazione per i giovani, soprattutto 5 o 6 anni fa, che sembrava non comunicassero più, non si incontrassero più dal vivo ma facessero tutto dai social network in stati più o meno di alienazione. Le ricerche sociologiche su questo tema hanno cominciato a mostrare che non è esattamente così. Nella maggior parte dei casi c'è il social network ma c'è l'amicizia reale. Sull'amicizia concreta, lo scambio autentico, verbale e fisico si innesta e si integra anche la comunicazione digitale. La speranza è che questo continui anche nel futuro. Questo implica un altro discorso più generale sulla bontà o sul pericolo o sul danno legato alla tecnologia. **La tecnologia non è mai intrinsecamente buona o cattiva:** le stesse tecnologie che ci hanno permesso la comunicazione, ad esempio internet, sono nate in ambito bellico; al di fuori di questo ambito hanno aspetti deleteri che riguardano il far leva su meccanismi di ricompensa basati sulla dopamina che creano delle vere e proprie dipendenze digitali legate alla sete di profitto. Ma d'altra parte danno il permesso di accedere a qualunque forma di conoscenza, di coltivare qualunque tipo di interesse, di scambiare le proprie idee con qualunque persona sul globo terrestre condivisa determinati interessi. Insomma ci sono anche tanti usi positivi.

- **STEFANO DAVIDE BETTERA** La tecnologia in sé non è intrinsecamente buona o cattiva: non ho mai creduto alla vulgata dell'alienazione relazionale a causa dei social network. Noi continuiamo a passare gran parte della vita dentro il reale e quindi "nell'esserci", nonostante non ne

L'uomo diventa
ciò che è, epoca
dopo epoca,
attraverso il suo
agire; sono
le sue azioni che lo
determinano

siamo spesso consapevoli. Ma nel momento in cui **io non compenso con l'aspetto relazionale un aspetto di presenza e di ingerenza tecnologica nella vita** creo un uomo a metà. La dottrina buddhista pone la cura al centro della propria visione e del proprio agire. Non è un caso che uno degli ultimi insegnamenti del Buddha reciti: "Tutto nella vostra vita è destinato a dissolversi. Impostate il vostro percorso sulla cura". **Entrate nel vostro percorso di vita e comportatevi con consapevolezza**, non agite senza punti di riferimento, senza una stabilità interiore e identitaria; comportatevi come una persona che si prende cura del proprio essere nel mondo. E questa è la grande sfida, credo. E la grande opportunità che può venire dal Buddhismo, sostanzialmente, è quella di indicarci un modo per tornare a prenderci cura delle cose, per tornare a prenderci cura della nostra identità in questo mondo. Credo che questa sia la grande eredità che il Buddhismo può lasciarci oggi.

INTELLIGENZA ARTIFICIALE E SOFFERENZA

- **FRANCESCO TORMEN** Oggi il Buddhismo - come tradizione, come prospettiva filosofica ma anche come insieme di pratiche di vita - ha un potenziale effetto immunizzante rispetto

all'invasione delle tecnologie. Ci permette di mantenere un ancoraggio, un radicamento nel qui ed ora, nel corpo, nell'esperienza, nella relazione. Quindi da un lato aiuta come bilanciamento critico, come antidoto rispetto a quello che sta succedendo. Dall'altro potrebbe fornire anche degli strumenti per accogliere il cambiamento, per accogliere la tecnologia. Da questo punto di vista, il nome di questa Conferenza, 'Cyborg-Buddha', si ispira ad un libro ancora inedito di James Hughes che si intitolerà *Cyborg Buddha: Using Neurotechnology to Become Better People* ("Cyborg-Buddha: usare le neurotecnicologie per diventare persone migliori", N.d.R.). Un titolo inquietante, ma c'è anche un altro aspetto.

Il fatto che noi possiamo, con lo sviluppo delle biotecnologie e con l'integrazione uomo-macchina, modificarci risuona con alcune aperture del Buddhismo rispetto ad altri paradigmi religiosi. Un'apertura è che il pensiero buddhista non fa riferimento a un'anima umana immortale. Benché la vita sia sacra e inviolabile, l'essere umano è qualcosa che cambia nelle epoche. La cosmologia indo-buddhista si spalma su milioni o anche miliardi di anni, durante i quali c'è una trasformazione delle diverse specie, come quella umana, un po' come - anche se in modo non del tutto analogo - nella teoria dell'evoluzione di Darwin. Quello che c'è in comune è la fluidità: non c'è l'essere umano fatto una volta e per sempre, con determinate caratteristiche stabili ed essenziali, l'essere umano cambia. Ma come cambia? E da cosa dipende il cambiamento? Dipende dal karma. Karma che vuol dire azione. Dipende da come agisce. L'uomo diventa ciò che è, epoca dopo epoca, attraverso il suo agire; sono le sue azioni che lo determinano. Quindi c'è un'apertura metafisica all'idea che non siamo

FRANCESCO TORMEN

Dottore di ricerca in Filosofia. Docente presso Dipartimento di Studi sull'Asia e sull'Africa Mediterranea, Università Ca' Foscari

qualcosa di cristallizzato e fisso, ma siamo qualcosa che si trasforma nel tempo.

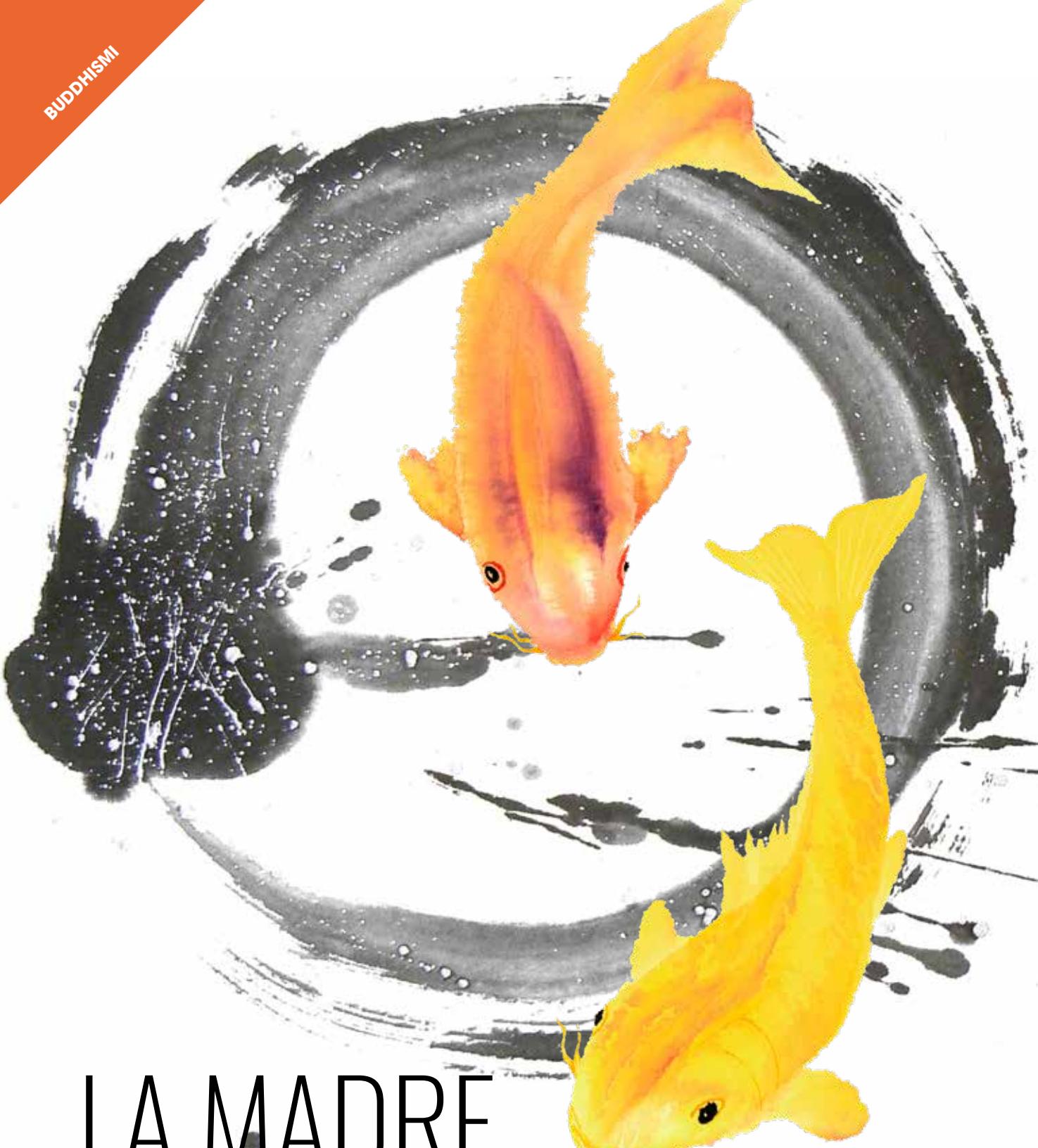
Dal punto di vista buddhista la sofferenza non è una cosa bella o necessaria ma è una condizione da superare. La sofferenza non ha niente di bello, niente di nobile ma è una sciagura che ci accomuna e qualcosa contro cui lottare insieme per sconfiggerla. **Nella misura in cui la tecnologia diventa uno strumento di riduzione e progressiva eliminazione della sofferenza allora è qualcosa che vale la pena accogliere.** Si potrebbero fare degli esempi in campo medico, delle cure palliative, che potrebbero far riflettere anche chi è più scettico.

• **STEFANO DAVIDE BETTERA** Parto dal punto di partenza di tutto l'Insegnamento buddhista che è la prima nobile Verità. La prima nobile verità non dice di eliminare la sofferenza e concordo sul fatto che nella sofferenza e nel dolore non ci sia alcuna dignità e alcuna prova di eroismo. Però se lo sviluppo tecnologico può aiutarci a vivere meglio, cosa accade quando questo non è possibile? Quando la vita arriva ad uno stadio terminale, dove tutto l'apparato ottimistico-consolatorio di qualunque tradizione spirituale, religiosa, filosofica non funziona più perché tu di fatto sei davanti all'ultima attività irrevocabile di una condizione, su cui non hai alcun potere, allora, in quel caso, la risposta qual è? Quando la sofferenza diventa l'unica condizione possibile dell'esistenza la risposta qual è?

Il ragionamento filosofico-spirituale buddhista nei confronti del fine vita si differenzia profondamente non tanto per la questione sull'anima, sul fatto che la proprietà della vita è di Dio e neanche che la sofferenza in quel caso lì vada eliminata ad ogni costo. Ma su un aspetto fondamentale, su quello che dice la prima nobile verità: **abbracciare la condizione esistenziale.** Imparare a stare in quella condizione e ad abbracciarla. Di fronte a ciò il delirio tecnologico dell'implementazione umana fino alla soglia dell'onnipotenza non è un concetto propriamente buddhista. La finalità di ogni percorso spirituale, fondamentalmente, di fronte alla domanda del che cosa significa vivere, è che bisogna accettare la vita anche quando non c'è una risposta. Questo è quello che il Buddhismo ci indica di fare. Non ci sta dicendo di diventare dei superuomini, ma ci sta dicendo che nel momento in cui tutto crolla il Buddha dice ad Ananda: "Impostate il vostro percorso sulla cura"; cioè, imparate ad abbracciare e a prendervi carico di quella condizione di fragilità. E la fragilità vuol dire riconoscere la relazione, riconoscere che il destino dell'altra persona mi riguarda a prescindere. Credo si tratti di questo. Non dimentichiamoci che la sfida è accettare l'inaccettabile.

STEFANO DAVIDE BETTERA

Scrittore, Filosofo e giornalista. Direttore di Buddismo Magazine



LA MADRE DELL'ARTETERAPIA

Il sumi-e, tra meditazione zazen e arte visiva

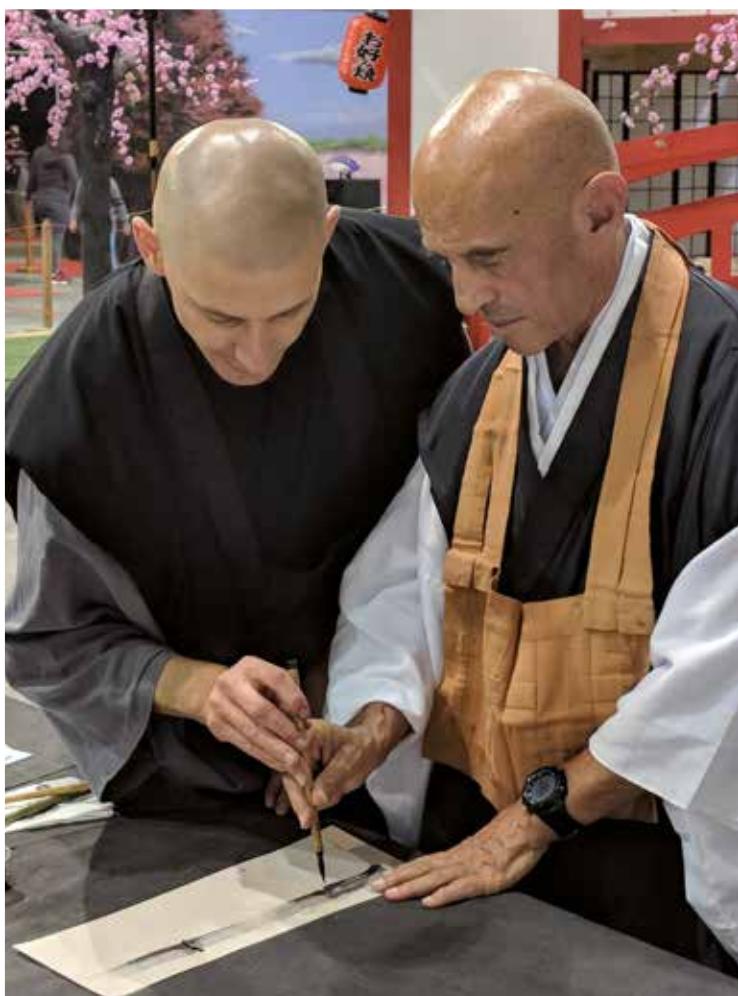
A cura del centro Zen Alba

Giuseppe Mokuza Signoritti è un monaco di Tradizione Zen Soto, discepolo del Maestro Roland Yun Rech, da cui ha ricevuto la Trasmissione del Dharma. È fondatore e responsabile del Bodai Dojo di Alba (CN). Da oltre venticinque anni la sua opera di diffusione del Dharma passa attraverso la pratica del sumi-e, su cui tiene introduzioni e workshop in tutta Europa, partecipa ad esposizioni d'arte con le sue opere e tiene conferenze sul tema. Con il suo Sangha partecipa da anni a manifestazioni come il Festival dell'Oriente, dove centinaia di persone possono essere introdotte all'arte del sumi-e con delicatezza, all'arte del sedere silenzioso in presenza consapevole, zazen.

COME HA CONOSCIUTO IL SUMI-E?

Casualmente: fui invitato da un caro amico ad una conferenza sullo Zen tenuta dal monaco Ezio Tenryu Zanin, che mi ha introdotto alla pratica sia dello Zen che del sumi-e.

È stato un evento che ha segnato indelebilmente la mia vita: mi ha fortemente impressionato la postura dello zazen - la meditazione seduta - che ho cominciato a praticare da quel momento. Ne sono stato profondamente attratto tanto che lavoravo di giorno e di notte mi applicavo al sumi-e, dedicandoci ogni momento libero. In modo del tutto naturale, dopo alcuni anni, mi è stato chiesto di insegnare ciò che avevo appreso ed esporre alcuni dei miei lavori. È cominciato tutto





così. Oggi inseguo in tutta Europa a centinaia di persone, con le quali cerco di instaurare un rapporto basato sullo scambio e sull'arricchimento reciproco. Il motore trainante del mio impegno è una fede profonda che si basa su un'esperienza ultra-ventennale: sono più che convinto che attraverso questa pratica pittorica arricchita dal portato della meditazione Zen si possono superare grandi difficoltà legate ai condizionamenti di questa società, in un momento storico così critico. Condizionamenti mentali che determinano stili di vita malsani. Mi sento di poter offrire, a chi lo desidera, attraverso lo Zen e il sumi-e, gli strumenti adatti per conoscersi attraverso la forza della presenza mentale, capace di rigenerare la propria interiorità a beneficio di noi stessi e degli altri. Amo dire ai miei allievi: "Normalmente siamo abituati a vivere lasciando che la nostra vita venga masticata dagli altri e poi, se avanza qualcosa, possiamo masticarne un po' noi. Imparate a masticare la vostra vita, non lasciando che gli altri lo facciano per voi.

QUALI SONO I BENEFICI DEL SUMI-E?

Il sumi-e è un metodo di pittura ancora poco conosciuto in Occidente e, laddove lo è, raramente viene insegnato e praticato nella sua originaria semplicità. Spesso ci si limita ad una infarinatura, assimilata e mescolata ad altre tecniche e mirata ad ottenere risultati nel più breve tempo possibile.

Il sumi-e ha un suo tempo ed un suo respiro: se ci armonizziamo con esso, comprendendone il significato originario, godremo dei benefici su corpo e mente. A mio parere il sumi-e può essere considerato 'la mamma dell'arteterapia'. Entrando in contatto diretto con il proprio corpo si influisce sull'equilibrio psichico: una postura corretta e naturale migliora coordinamento e fluidità del gesto favorendo l'adeguato funzionamento dei sistemi muscolo-scheletrico, cardiovascolare, respiratorio e sviluppando così l'omeostasi, ovvero la naturale capacità di autoregolamentazione e autodifesa dalle malattie del nostro corpo.

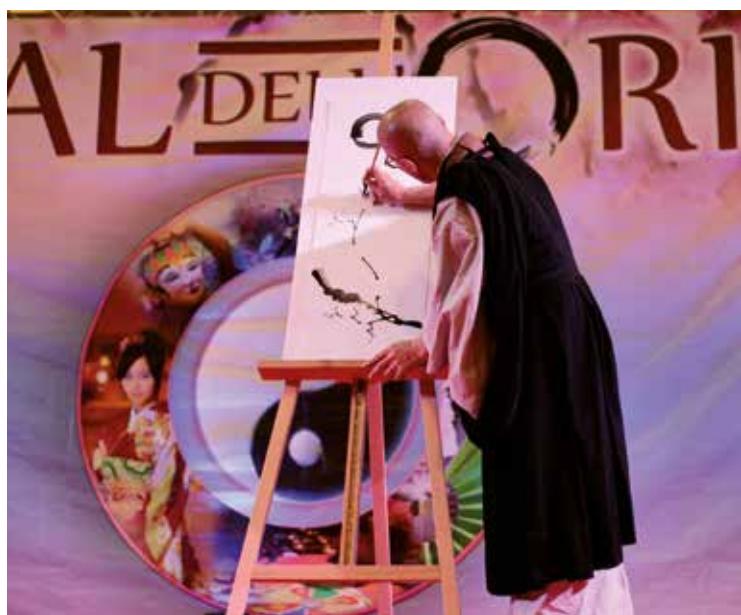
Ricomponendo mente e corpo si ritrova infatti



la calma riducendo la dispersione mentale e potenziando le capacità di concentrazione e di ascolto, stimolando la creatività e la sensibilità. L'attenzione al respiro riporta la postura ad una condizione di maggiore presenza rendendola più armoniosa, nobilitando anche il portamento, più eretto. Si tratta di una 'pratica' vera e propria: bravura, perfezione tecnica o talento non sono essenziali quanto la costanza, accompagnate da uno spirito flessibile che si affida all'intuizione ed alle indicazioni di un insegnante esperto. È una pratica universale, aperta a tutti.

LA VOSTRA COMUNITÀ STA CREANDO UN LUOGO DI PRATICA, GYOPENJI. CE NE PARLA?

Gyogenji - significa "il luogo che è fonte di pratica" - è un sogno che diventa realtà: sarà un luogo di Dharma che accoglierà i praticanti della Via del Buddha, monaci e laici e che offrirà la possibilità di studiare e sperimentare il sumi-e. Il nostro Sangha, composto dagli allievi del Bodai Dojo di Alba e da altri provenienti da





tutta Europa, ha recentemente acquistato un grande cascinale con terreno a Costigliole d'Asti. Il progetto, realizzato con il sostegno dell'Unione Buddhista Italiana, prevede l'edificazione di un centro di pratica residenziale. Sorge in una posizione panoramica - si trova in un sito protetto dall'Unesco - affascinante e silenziosa nelle Langhe, con una meravigliosa vista sulle Alpi.

Il caseggiato è una cascina di ampia metratura con circa sei ettari di terreno che ne garantisce la giusta privacy e la tranquillità.

Nel terreno vi sono due sorgenti di acqua, alberi da frutto con varietà autoctone di pere, mele, susine e melograni, due grandi appezzamenti di terra con vigneto e dei grandi alberi che proteggono le case ed un bosco

all'estremità della proprietà.

Nel 2022 è stato ultimato l'acquisto: grazie alla progettazione di due architetti olandesi in collaborazione con un architetto locale, intendiamo sviluppare un progetto di bioedilizia ricostruendo i vecchi caseggiati seguendo criteri di rispetto ambientale e rendendoli più adatti ad accogliere e vivere un'esperienza autentica della Via Zen.



• ASSOCIAZIONE ZEN BODAI DOJO

Via Fratelli Ambrogio, 25 - Alba (CN)

www.bodai.it

dojo@bodai.it

333 1914504 - 328 3863065

• ASSOCIAZIONE SCUOLA INTERNAZIONALE DI SUMI-E

Via Fratelli Ambrogio, 25 - Alba (CN)

www.sumi-e.it

info@sumi-e.it

333 1914504 - 328 3863065

ESPRIMERE L'INESPRIMIBILE, COMUNICARE L'INCOMUNICABILE

“Quanti sono versati nella pittura vivranno più a lungo, perché la vita creata per mezzo del tocco del pennello rafforza la vita stessa”

Il metodo di pittura conosciuto come sumi-e nasce in Cina intorno al 600 d.C., dove viene denominato shui mo hua, in caratteri tradizionali 水墨畫 ossia “acqua, inchiostro, pittura”. Solo successivamente, agli inizi del 1200 d.C. quando verrà introdotto in Giappone da monaci Zen, verrà definito sumi-e (sumi 墨 significa inchiostro nero, e 紵 significa pittura). È una forma d’arte in cui i soggetti sono dipinti con l’inchiostro nero in gradazioni variabili dal nero puro a tutte le sfumature che si possono ottenere diluendolo con l’acqua. Fra tutte le arti in Cina, certamente la pittura occupa il primo posto e agli occhi di un cinese, è proprio l’arte di dipingere che rivela, per eccellenza, il mistero dell’universo. Taoismo, Confucianesimo e Buddhismo Zen ne sono la base filosofica: penetrando i misteri dell’universo, il sumi-e non si propone di descrivere la natura, ma partecipare ad essa attraverso i suoi stessi gesti, diventando una sorta di luogo medianico dove è possibile la vera vita, al di là del tempo e dello spazio. Sin dalle origini è considerata come uno strumento capace di educare e sviluppare i valori che regolano i rapporti umani, fino a stabilire corrispondenze tra le virtù degli elementi della natura e quelle dell’individuo.

I QUATTRO NOBILI

Così l’orchidea, il bambù, il susino e il crisantemo - i quattro soggetti principali della pittura tradizionale sino-giapponese, denominati i ‘Quattro Nobili’ per le loro rispettive virtù - vengono accostati a eleganza, saggezza, risveglio spirituale e nobile bellezza. Rappresentano le quattro stagioni, le quattro età dell'uomo e il chi, la forza vitale che

scorre in ogni organismo vivente. Storicamente il pittore in Oriente è considerato un filosofo, un saggio; il maestro di pittura sumi-e raffigura ‘essenza vitale delle forme della natura, il significato eterno che esse celano: esprimere l’inesprimibile comunicando l’incomunicabile.’

Le creazioni pittoriche del sumi-e non sono che suggestive ‘indicazioni dirette’ dell’inesprimibile natura del vuoto, sunyta, al cuore dell’insegnamento Buddhista. Come recita il Sutra del Cuore, forma è vuoto, vuoto è forma: tutte le forme esistenti sono prive di sé, il vuoto è condizione di possibilità di tutte le forme. Il cementarsi nella pittura sumi-e è da sempre una vera e propria disciplina spirituale, una forma di meditazione, un esercizio per alimentare la prontezza della mente e nella cultura dell’Estremo Oriente i grandi maestri della pittura vengono considerati come dei santi. Nella pratica dello Zen e del sumi-e la ricerca della propria vera natura - la saggezza intrinseca presente in tutti gli esseri - si coltiva attraverso l’arte del gesto quale manifestazione della presenza consapevole, in ogni colpo di pennello.

Il Maestro Sung Tung Po, artista poliedrico e insuperabile pittore e calligrafo, nell’ XI d.C., a proposito del giusto atteggiamento da assumere nella pittura, consigliava:

“Prima di dipingere un bambù bisogna che esso vi cresca nell’animo. Allora con il pennello in mano e lo sguardo concentrato, vi nasce innanzi la visione. Coglietela presto coi tratti del pennello, perché può dileguarsi presto, come la lepre all’approccinarsi del cacciatore”.



Senza lasciare traccia

Indicazioni del Buddhismo per uno sviluppo sostenibile

di Doryou Cappelli
Fondatore e guida spirituale
del tempio Zen Anshin, Roma

Estratto da una lezione tenuta alla Facoltà di Lettere e Filosofia dell'Università La Sapienza di Roma per il ciclo di conferenze "Religioni, dialogo, sostenibilità"

Nell'immaginario collettivo il Buddhismo viene, a torto o ragione, considerato una delle religioni più 'ecologiste'. Sicuramente al tempo del Buddha e degli antichi maestri la questione ecologica e del cambiamento climatico era lungi da essere un'urgenza. D'altra parte la vitalità di una tradizione spirituale non sta tanto nell'adattarsi alle attuali esigenze, quanto nell'applicazione dinamica e creativa delle proprie dottrine a problematiche nuove, urgenti, attuali. La natura relazionale della cosmologia buddhista, ad esempio, mina il concetto del "sé contrapposto all'altro" e propugna una visione del mondo che **rigetta il dominio gerarchico dell'uomo sulla Natura**.



ware tada taru koto wo shiru

nonostante i miei volenterosi propositi di visitare nuovi posti, mi ritrovo sempre in quei luoghi che sono più cari al cuore. Uno

di questi è il tempio di Ryoanji, a nord-ovest di Kyoto, conosciuto in tutto il mondo per il suo celebre *karesansui*: il giardino di rocce realizzato in modo tale che le sue 15 pietre, che galleggiano in un mare di ghiaia bianca, siano disposte in maniera tale da non poter essere viste, da qualsiasi parte lo si osservi, contemporaneamente tutte insieme; un potente simbolo **della impossibilità di poter cogliere la Verità con la nostra limitata capacità cognitiva.**

Il tempio è quasi sempre affollato di turisti, la cui rumorosa presenza disturba l'atmosfera di quiete che solitamente caratterizza un tempio Zen. Ma basta girare l'angolo per trovare un piccolissimo e silenzioso giardino al cui centro si trova uno *tsukubai*, piccola vasca in pietra in cui scorre continuamente l'acqua che viene usata per la purificazione. Quello del Ryōan-ji è di forma rotonda con un'apertura quadrata al centro. Tutto intorno si trovano quattro ideogrammi (五, 垂, 止, 矢), che da soli non hanno significato. Tuttavia se si considera il quadrato centrale come un ideogramma, □, accostato a quelli precedenti, forma i seguenti caratteri: 吾, 唯, 足, 知. Letti come "ware tada taru koto wo shiru" che si possono tradurre come

Gli Insegnamenti del Buddhismo, quali le Quattro Nobili Verità, l'Ottuplice Sentiero, il Principio dell'Originazione Interdipendente, possono dare un contributo all'essere umano per agire concretamente sia a livello individuale che collettivo nella direzione di un ribaltamento radicale di quelle abitudini dannose che hanno portato l'umanità sull'orlo dell'estinzione.

IL VERO APPAGAMENTO

Quando mi capita di andare in Giappone, in quanto prete del Buddhismo Zen Soto,



"io realizzo/conosco solo l'appagamento". Questo appagamento non è banalmente "realizzare i propri desideri" ma è da considerare in una visione più ampia e decisamente di valore opposto. **Il non essere soddisfatti, nella dottrina buddhista è sinonimo di Dukkha, la prima Nobile Verità**, quella sensazione di mancanza, di vuoto esistenziale che genera frustrazione, brama, avidità, compulsiva tendenza all'accumulo, violenza, sfruttamento, a ben vedere a tutti i mali che affliggono oggi l'umanità.

ESSERE RICONOSCIUTI DA TUTTO

L'Ottuplice Sentiero in generale e la Pratica della Meditazione in particolare è ciò che ci permette di ribaltare questo atteggiamento. Diventando intimi con noi stessi realizziamo che cosa veramente noi siamo: **il frutto dell'interconnessione con tutto l'universo**. In questa dimensione, come dice il maestro Dogen nel *Genjokoan* "Siamo riconosciuti da tutte le esistenze", un ribaltamento totale del nostro abituale modo di rapportarci al mondo che ci circonda: invece di andare, prendere, afferrare, dominare gli animali, le piante, le altre persone, **ci lasciamo riconoscere**,

guardare, realizzare da esse. I confini di ciò che siamo sfumano e si fon-

dono con quelli delle altre esistenze, animate e inanimate, che diventano non più l'oggetto dei nostri desideri/avversioni, ma si rivelano come i protagonisti della nostra vita, in una danza dell'unità e della differenza che ci rende sempre nuovi, vivi e vitali.

~~~~~ Ad ogni respiro ricreiamo il nostro mondo ed il mondo ricrea noi.

In questa dinamica del reciproco guardarsi, riconoscersi, realizzarsi, Dogen Zenji afferma "*C'è una traccia di realizzazione che non può esser afferrata, esprimiamo incessantemente questa inafferrabile traccia di realizzazione*".

~~~~~ È una dimensione che parte dalla nostra pratica individuale e finisce per includere tutto l'Universo, un invito ad esprimere ad ogni nostro respiro un sussulto di fiato che non lascia alcuna traccia di sé, ciò che è venuto prima di noi e ciò che verrà dopo, un'eredità che viene dal passato e al tempo stesso un lascito che lanciamo nel futuro. È gratitudine, riverenza, cura verso gli esseri senzienti e non. È il vero appagamento, la vera Pace del Cuore.

Ubilber,

ECODHARMA DAVID R. LOY

Insegnamenti buddhisti per affrontare la crisi ecologica

Ubilber,



La risposta buddhista alla crisi ambientale

Unendo le diffuse preoccupazioni ecologiche (eco) con gli insegnamenti del buddhismo (Dharma), David R. Loy sottolinea come per sviluppare una visione risolutiva sia necessario fondere lo sviluppo della consapevolezza interiore con l'impegno eco-sociale. Un invito a sviluppare una mente ecologica, e a impegnarsi per tradurre le idee in azioni.

LA CASA EDITRICE DELL'UNIONE BUDDHISTA ITALIANA

ubilber.it



IL BUDDHA SU ZOOM*



Immaginate il Buddha che insegna su Zoom. Si riunisce con i discepoli in gruppi e le persone attivano il microfono per fargli delle domande. Tutto ciò è impensabile, ovviamente. Anche qualcuno con la creatività e l'immaginazione radicale del Buddha difficilmente avrebbe potuto raffigurare lo scenario in cui ci troviamo ora: cercare di mantenere una comunità online. Il passaggio all'online è avvenuto con una tale velocità che, meno di un anno fa, pochi di noi sarebbero stati in grado di immaginarlo. Eppure siamo qui. E affrontiamo questa nuova anomalia, che è rapidamente diventata la norma, come affrontiamo ogni cosa nella nostra vita: attraverso le nostre lenti personali. I membri del mio gruppo di meditazione esprimono reazioni alla pratica online che vanno dalla gioia all'infelicità, alla rinuncia: "Non riesco a meditare"; "Questo ritiro online è così nutriente"; "Mi sento così in contatto con le persone in video"; "Mi sento così solo".



...

Fare affidamento sulla comunità (anche online)

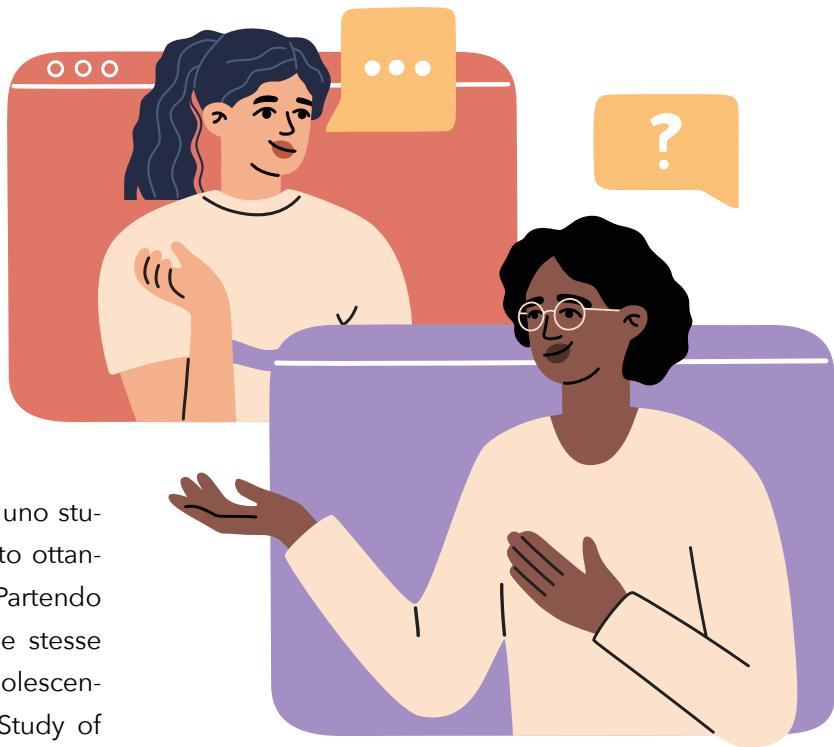
di Robert Waldinger*

LO STUDIO DI UNA VITA

Oltre a insegnare lo Zen, dirigo uno studio sulla vita adulta che è iniziato ottantatré anni fa e continua tuttora. Partendo dagli anni Trenta e seguendo le stesse persone da quando erano adolescenti fino alla vecchiaia, l'Harvard Study of Adult Development ha tracciato centinaia di vite attraverso la Grande Depressione, la Seconda Guerra Mondiale, la Guerra del Vietnam e l'11 settembre. Nessuna di queste persone ha sperimentato una pandemia, ma hanno vissuto i tipi di sconvolgimenti sociali e personali che hanno alimentato l'illuminazione del Buddha 2.600 anni fa e che stiamo vivendo oggi. Il mondo continua a bruciare e il cambiamento è l'unica costante.

Abbiamo chiesto ai membri del nostro studio che cosa li ha aiutati a superare i momenti più difficili della loro vita. Come hanno fatto a sopportare le grandi sofferenze? La risposta che abbiamo ricevuto più di frequente è stata: "facendo affidamento sulla comunità". Più e più volte hanno indicato amici, familiari, amanti e commilitoni come fonti di aiuto, ispirazione e coraggio. È questo che li ha aiutati di più ad affrontare le difficoltà che la vita ha riservato loro.

Che cosa può insegnarci questo sulla nostra crisi attuale? Le nostre vite sono state congelate in questa pandemia. Se abbiamo dei coinquilini,



siamo costretti a stare insieme 24 ore su 24, 7 giorni su 7, invece di andare per la nostra strada durante la giornata di lavoro. Se viviamo da soli, siamo più soli. Siamo privati delle nostre amicizie e dei legami occasionali con chi vive al di fuori della nostra bolla di sicurezza contro il Covid.

L'antica saggia convinzione che la comunità sia una ricchezza non viene meno in un mondo di distanziamento sociale. Anzi, proprio ora che il mondo è diviso da certezze illusorie, abbiamo più che mai bisogno di ricordare che tutti e tutto sono intimamente connessi. Il coronavirus è il nostro nuovo maestro. Grafici e tavole ci mostrano con sorprendente chiarezza che prendersi cura di una comunità più ampia ci mantiene più forti e più sani, mentre l'illusione dell'indipendenza genera più malattia e sofferenza.

Così, in che modo le lezioni spirituali che impariamo nelle relazioni si manifestano in questo nuovo mondo della pratica digitale? E come possono le nostre comunità sostenerci nell'affrontare le sfide poste dalla lontananza fisica?



MENO DISTANZA

Online le barriere di ingresso sono più basse. Margaret si collega al nostro sangha del Massachusetts dalla sua casa in Inghilterra e Curt si riunisce con noi dalla Danimarca. Le persone che abitano in fondo alla strada e che hanno problemi fisici possono partecipare a pieno titolo alle nostre sedute online, alcuni di loro tornano alla pratica di gruppo per la prima volta dopo anni. Si uniscono a noi anche persone che non hanno mai meditato in un gruppo, e siamo entusiasti di averle con noi. È emozionante che ora possiamo sintonizzarci con facilità con altri gruppi di meditazione e sperimentare diversi tipi di pratica.

NUOVA INTIMITÀ

Questa settimana ho conosciuto il gatto di una compagna di sangha. Durante le nostre sedute settimanali abbiamo dei dokusan, brevi colloqui tra studente e insegnante. Una donna si è collegata su Zoom per il colloquio e il suo gatto ha deciso di unirsi a noi. Guardarli mentre si coccolano ha aggiunto gioia e intimità al nostro incontro, che è stato fresco e sorprendente. I membri della comunità possono praticare insieme da anni ma non conoscersi di persona. Ora vediamo frammenti della vita degli altri: una chitarra nell'angolo, un bambino che entra di corsa per fare una domanda. Questi scorcii aggiungono una familiarità e un senso di connessione che possono ravvivare quello che altrimenti è un incontro tranquillo e silenzioso.

*Robert Waldinger è psichiatra, psicoanalista e sacerdote zen. È roshi (insegnante trasmesso) nello Zen Living Vow e guida il Sangha Henry David Thoreau a Newton, Massachusetts. Dirige l'Harvard Study of Adult Development, uno dei più lunghi studi sulla vita adulta mai realizzati, ed è l'autore del libro *The Good Life* che racconta i risultati di questo straordinario lavoro scientifico durato ottant'anni. L'università di Harvard ha seguito gli stessi individui e le loro famiglie, ponendo migliaia di domande ed effettuando centinaia di misurazioni - dalle scansioni cerebrali alle analisi del sangue - con l'obiettivo di scoprire in cosa consiste una vita che consideriamo bella. In tutti gli anni di studio di queste vite, le relazioni forti si sono distinte per il loro impatto sulla salute fisica e mentale e sulla longevità. Waldinger lo riassume con semplicità: "Le buone relazioni ci rendono più felici e più sani. Punto".

ATTACCAMENTI

Un nuovo arrivato nel nostro sangha online si rifiutava di azzerare l'audio e a volte, durante i momenti di meditazione, parlava con il suo compagno di stanza. Quando gli è stata ricordata la nostra usanza del silenzio, si è trovato faccia a faccia con la sua avversione a seguire le regole. Un'altra partecipante al nostro sangha insisteva nel dire di essere troppo vecchia per imparare a collegarsi via video. Con sua grande sorpresa, è riuscita a padroneggiare facilmente la tecnologia e ha capito che prima si aggrappava a una visione stereotipata di sé come "incapace digitale". Repentini cambiamenti nelle nostre pratiche abituali illuminano





i punti in cui siamo bloccati. Spesso ci aggrappiamo a immagini fisse di noi stessi e degli altri, ma il nostro aggrapparsi può rilassarsi quando lavoriamo in un nuovo territorio.

DARE SPAZIO ALL'ALTRO

Questo è il momento di prestare molta attenzione alla comunità, a ciò di cui abbiamo bisogno nelle nostre relazioni. Queste esigenze possono andare dal permesso di una maggiore distanza alla ricerca di una maggiore vicinanza. Se trascorriamo la quarantena insieme, potremmo dover concedere all'altro più tempo da solo di quanto facciamo di solito. Questo può significare lasciare più spazio al partner, al figlio o al coinquilino. Tenete presente che il desiderio di stare da soli non è indice di un problema nella relazione.

RAGGIUNGERE GLI ALTRI

La mia timidezza nell'entrare in una stanza affollata è qualcosa che mi porto dietro anche online. Il mio impulso a unirmi a un gruppo e a fare nuove conoscenze può essere soffocato dalla paura. Possiamo notare che c'è una tendenza a stare in disparte, ma anche poi ad aprirsi alla connessione.

* Pubblicato su Lion's roar l'1 febbraio 2021.

Si ringrazia Lion's roar per la gentile concessione dei diritti di pubblicazione.

Tutti conosciamo persone sole, malate, impaurite o disabili, colpite dal distanziamento sociale. Quando ci viene in mente di tendere la mano, è il momento di agire. Questa generosità nutre chi la dà e chi la riceve.

Aprendoci a tutto ciò che si presenta, incontriamo perdite e opportunità. Gli incontri online non possono sostituire l'energia dello stare insieme di persona. Non possono sostituire il calore di un abbraccio. Uno schermo rigido e piatto è, dopo tutto, solo uno schermo rigido e piatto. Ma possiamo essere presenti a tutto questo.

Shunryu Suzuki ha detto: "Nella mente del principiante ci sono molte possibilità, ma in quella dell'esperto ce ne sono poche". Il Covid-19 ci ricorda che siamo sempre principianti. Il costante sorgere e scomparire di ogni momento della pandemia ci ricorda che ricominciamo ogni giorno, ogni ora, con ogni respiro. Esplorando un nuovo territorio come principianti, siamo meno timorosi e più fiduciosi quando non andiamo da soli. Il Buddha ci ha insegnato che il sangha è un tesoro che ci rende più forti e ci aiuta a sopravvivere alle difficoltà. La storia continua a dargli ragione.



RINUNCIARE ALLA SOFFERENZA



Intervista al Ven. Thamthog Rinpoche, del centro Ghe Pel Ling di Milano, per l'uscita del suo nuovo libro

di Giovanna Giorgetti - Vice Presidente UBI

GIOVANNA GIORGETTI Nel libro "La via di accesso per la Liberazione" (Ubiliber) parli molto di rinuncia. Che cosa intendiamo per rinuncia? Qual è la spiegazione che anche un occidentale può capire?

RINPOCHE La parola Nges 'byung, letteralmente, non è rinuncia. È un po' come 'disgustato' e un po' come 'volersi liberare', un mix tra i due concetti. Si parla molto della rinuncia perché,

fondamentalmente, è vero che a nessuno piace la sofferenza. Non soltanto a noi esseri umani, anche agli animali non piace la sofferenza. E nel mondo attuale la sofferenza è dappertutto. C'è troppa sofferenza. E a nessuno piace. Ora, perché parliamo di rinuncia? Visto che a nessuno piace la sofferenza bisogna provare un certo tipo di disgusto, di nausea e il desiderio di liberarsi: il tutto, insieme, si chiama rinuncia.



GG Ok. Quindi non è tanto una rinuncia ai beni materiali...

R È vero, la parola rinuncia, in italiano, genera spesso un'interpretazione errata. Rinuncia non nel senso di "buttare via", di lasciare tutto, il marito, la moglie e i figli: non è questa la rinuncia. Noi attribuiamo a questa parola un altro significato. Il termine tibetano Nges'byung è un pensiero di disgusto verso la sofferenza, ma allo stesso tempo è il desiderio di volersene liberare. Ed ecco allora che, generando questo pensiero, la persona ricerca poi i modi per realizzare la liberazione. Quindi, l'Insegnamento insegna i vari modi e metodi per liberarsi.

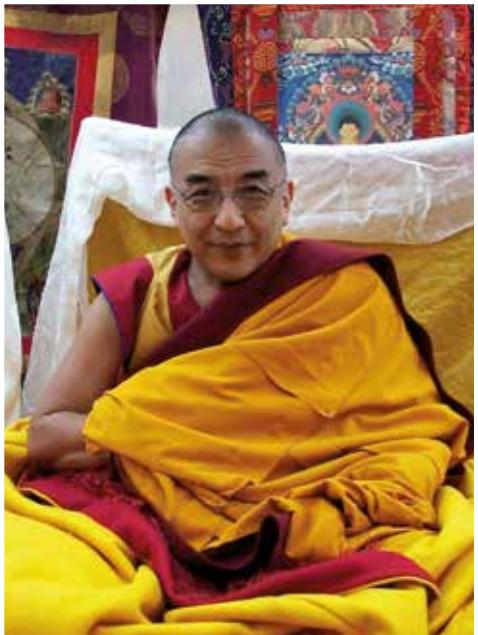
GG Un altro termine che usi nel libro e che spesso è difficile da capire per un occidentale, salvo dopo tanti anni di studio, è vacuità. Perché spesso si pensa alla vacuità come al vuoto...

R È verissimo. Questa è la seconda parola che crea molto spesso questa confusione; c'è difficoltà a comprendere il vero significato. Quando sentiamo la parola vuoto o vacuità (dipende, alle volte usiamo vuoto alle volte vacuità a seconda della frase) in concreto pensiamo al

sorgere dipendente, l'interdipendenza. In concreto, parlando della vacuità, pensiamo che le cose sorgono tramite il sorgere dipendente, o dipendentemente, o interdipendentemente. Infatti, è così nella realtà. Ed ogni cosa esiste dipendendo da qualcosa. Non c'è niente che sia esistente in maniera autonoma, senza essere "dipendente da...". Tutte le cose, i fenomeni, le persone... qualsiasi cosa. L'esistenza stessa è un esistere dipendentemente. Però a noi esseri umani le cose appaiono come se esistessero in maniera indipendente. In realtà così non è, e non vale solo per le persone. Anche gli animali, allo stesso modo, vedono che le cose esistono in maniera autonoma, indipendente, senza essere di tipo "sorgere dipendente". Allora il vuoto, nel senso di quell'esistere in maniera autonoma, non c'è. Esiste ma dipendentemente, in questo senso.

GG Tu sei qui in Italia, in Occidente, da tanti anni. Come hai visto cambiare il Buddhismo e i buddhisti in tutti questi anni? Quando sei arrivato dal Tibet in Italia era un altro mondo, un'altra epoca...

R Anche qui in Italia, indipendentemente se sono buddhisti o non buddhisti, tutti ugualmente desiderano la felicità. Ugualmente, non desiderano la sofferenza. È un dato di fatto. Le persone con cui mi confronto che hanno studiato, ormai non dicono più "È nostra tradizione", "È nostra appartenenza". Molti vivono di più l'esperienza, fanno delle ricerche, analizzano se le cose sono fatti reali, in accordo alla realtà dei fatti. Queste persone adesso ragionano. Non si nascondono più dicendo: "È la mia tradizione". Ecco perché allora Shakyamuni Buddha



Tamthog Rinpoche

Nato nel 1951 nel Tibet orientale, Tamthog Rinpoche è stato riconosciuto in giovanissima età come il XII Tamthog. Ha ricevuto l'intera trasmissione degli insegnamenti da S.S. il **Dalai Lama** e da altri autorevoli maestri. Dal 2009 è abate del monastero di Namgyal a Dharamsala, in India. Ha vissuto per molto tempo in Italia presso l'Istituto Ghe Pel Ling di Milano, di cui tuttora è guida spirituale. Ghe Pel Ling è un Istituto Studi di Buddhismo Tibetano sotto la guida di Sua Santità il Dalai Lama, attivo a Milano dal **1978**. Le attività promuovono lo studio e la pratica dell'insegnamento del Buddha attraverso l'educazione e la trasformazione della mente.

ha dato questi insegnamenti che sono perfettamente lineari a seconda della realtà dei fatti.

Nel Buddhismo noi abbiamo differenti categorie di argomenti; per esempio la filosofia, la psicologia. E poi c'è la parte spirituale. Ma soprattutto le parti della psicologia e della filosofia della scienza buddhista sono argomenti perfettamente lineari, corrispondenti ai tempi moderni, alla realtà dei fatti. Il Buddhismo è cresciuto tantissimo anche qui in Italia: in passato non c'era l'UBI, ed è un grosso risultato che lo Stato abbia riconosciuto l'organizzazione UBI. In più, Sua Santità personalmente è venuto diverse volte in Italia e questo ha dato una forte spinta a tanta gente che ha iniziato ad interessarsi del Buddhismo.

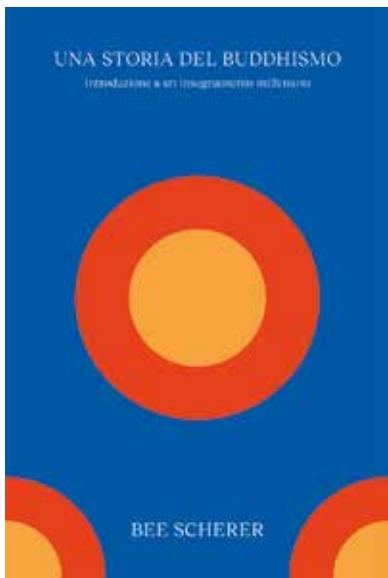
GG Il fatto che in Italia e in Occidente tutte le tradizioni, tutte le scuole buddhiste siano presenti insieme può essere d'aiuto o può creare confusione a una persona che magari inizia a

studiare il Buddhismo per la prima volta?

R È Shakyamuni Buddha la sorgente di tutto questo insegnamento. Molti dei suoi insegnamenti sono in lingua sanscrita e molti sono nella lingua pali. Gli insegnamenti nella lingua pali riguardano principalmente i voti, la disciplina, la moralità. Ovviamente parlano anche delle 4 nobili Verità, che sono comunemente accettate. Mentre negli insegnamenti nella lingua sanscrita abbiamo tantissimi insegnamenti sulla bodhicitta, sulla vacuità... Ma la base comune sono le 4 nobili Verità che pure è nella lingua pali, ma è accettata anche dalla tradizione sanscrita. Di conseguenza, tra i buddhisti, o tra le tradizioni del Buddhismo c'è quella della tradizione sanscrita, della tradizione Theravada, Zen e via dicendo. Quindi i principianti possono liberamente scegliere la tradizione del Buddhismo mahayana-sanscrito oppure quella pali oppure quella Zen. Scegliere liberamente e provare. Non proporre alla gente "meglio questo", "no, meglio quello".

Meglio lasciare la gente libera!

PER CAPIRE, SENZA APPESANTIRE.



“Questo libro affascinerà i lettori interessati a sapere di più del Buddhismo e della sua storia”

Sua Santità il XIV Dalai Lama



“Chi riesce così profondamente a migliorare se stesso, è migliore degli illesi. È un bene per la società intera e per me lettore che la sua vita ci sia e si sia provvista, nel braccio della morte sospesa, di resurrezione.”

Erri De Luca



“Ho imparato molto da questo libro meraviglioso e lo consiglio vivamente sia ai meditatori esperti che a quelli che hanno appena iniziato a esplorare il sentiero.”

Joseph Goldstein

Ubiliber,



Le trasformazioni e le attese,
intervista a Lama Paljin Tulku Rinpoche

di Stefano Davide Bettera

IL MOVIMENTO BUDDHISTA IN ITALIA

STEFANO DAVIDE BETTERA Sono passati ormai anni da quando il "movimento" buddhista italiano ha iniziato a mettere radici nel nostro Paese. Una lunga fase di trasformazione non ancora terminata. Quali pensi siano i tratti principali di questo percorso?

LAMA PALIN Credo che l'elemento più originale dell'arrivo del Buddhismo in Occidente sia stata la figura del Maestro: la letteratura fantasiosa di quel periodo lo presentava come un realizzato, dotato di qualità speciali. Il ricercatore spirituale italiano sentiva il bisogno di una Guida, e più che alla Dottrina si è affidato alla figura di perfezione e saggezza che tale Maestro incarnava.

Erano gli anni della rinascita spirituale in chiave New Age e chi poteva partiva per l'Oriente alla ricerca del Maestro "vero", che qui da noi non aveva trovato. In questi luoghi confluivano, spinte dalla curiosità e dal desiderio di una intima metamorfosi, persone che, **facendo fatica a comprendere la differenza che esiste in Oriente tra Maestro, monaco e praticante laico**, si ispiravano a un modello molto idealizzato: comportandosi da ottimi imitatori ma restando pessimi assimilatori. Un lato positivo è stata la

diffusione della meditazione, anche se questa pratica ha assunto, per la massa, aspetti più legati al benessere psicosomatico che non alla conoscenza reale dei principi di trasformazione interiore.

SDB Oggi viviamo tempi complessi, con grandi sfide che l'essere umano moderno si trova ad affrontare spesso smarrito e con pochi strumenti. Quali credi possano essere i contributi che il Buddhismo può offrire per accompagnarci in questo percorso?

LP Il principale dono che il Buddhismo può offrire all'uomo moderno è, oggi come ieri, il sentiero della saggezza. Quella saggezza che

“ IL PRINCIPALE
DONO
CHE IL BUDDHISMO
PUÒ OFFRIRE ALL'UOMO
MODERNO
È, OGGI COME IERI,
IL SENTIERO
DELLA SAGGEZZA ”

Il Ven. Lama Paljin Tulku Rinpoche

Arnaldo Graglia, nato ad Addis Abeba da genitori piemontesi nel 1941 è un Monaco buddhista italiano completamente ordinato. Di tradizione tibetana (Mahayana Vajrayana), pratica il Buddhismo da oltre quarant'anni ed è Ministro di culto. Segue gli insegnamenti di S. S. il Dalai Lama, ed è stato discepolo di alcuni fra i maggiori Maestri tibetani fuggiti dal Tibet dopo l'invasione cinese. È l'unico Tulku italiano ovvero, secondo la Tradizione buddhista tibetana, la reincarnazione riconosciuta di un Maestro precedente che, raggiunto un alto livello di realizzazione, è in grado di scegliere i modi della propria rinascita.

www.centromandala.it

non è il frutto di elaborate filosofie, ma che ognuno può direttamente trovare dentro di sé attraverso una crescita interiore che si basa sullo studio, sulla ricerca, sulla riflessione e sulla pratica meditativa. Solo riconoscendo che tutti i fenomeni hanno un unico sapore potremo arrivare all'equanime accettazione, a non giudicare, ad avere rispetto e cura di tutto ciò che vive e di ciò che ci circonda. Se ciascuno di noi sapesse affrontare ogni aspetto della vita nella prospettiva delle quattro nobili realtà e dell'ottuplice sentiero, sarebbe un grande beneficio per tutto il pianeta. Avviso ai navigatori: la Vacuità lasciamola agli esploratori di terre più elevate.

SDB Il processo di trasformazione è una costante che non risparmia neppure le realtà buddhiste sul territorio. Il Covid, con il rifugio nella dimensione digitale, è stata una svolta. È forse un punto di non ritorno? È ancora possibile pensare a un'idea di Sangha dopo questi anni?

LP Come tutti i fenomeni, anche le dottrine e le credenze sono impermanenti e il Dharma non è esente da questo processo, come dimostrano le varie Scuole buddhiste che nel corso dei secoli hanno preso vita in diversi Paesi. Il rifugio nella dimensione digitale il Centro Mandala di Milano lo mette in atto da oltre dieci anni, per offrire a tutti coloro che non si possono muovere (malati, anziani) o che vivono lontano, l'opportunità di sentirsi parte del Sangha, prendendo l'impegno di praticare e vivendo la cerimonia come una grande benedizione. Ciò può valere a mio avviso anche per certe iniziazioni, se vengono officiate in Internet con la precisa funzione di portare un sollievo spirituale. Altra cosa sono le trasmissioni di pratiche tantriche avanzate per le quali il contatto diretto

CC SONO CONVINTO
CHE UNA IMPORTANTE
TRASFORMAZIONE
DEL BUDDHISMO,
E DI TUTTE LE RELIGIONI,
CONSISTA NELL'ASSISTERE
LA COLLETTIVITÀ
IN TERMINI DI FATTIVA
SOLIDARIETÀ))

con il Maestro e la regola del segreto sono fondamentali. Il web come mezzo per la diffusione del Buddhismo è un mezzo abile. **Ritengo che la vita monastica, da noi come altrove, non sia proponibile su larga scala, poiché oggi l'Occidente ha sete di spiritualità ma non di religione** e credo che la figura del praticante laico che ha preso i voti del Bodhisattva sia la più adatta al tempo in cui viviamo.

Sono convinto che una importante trasformazione del Buddhismo, e di tutte le religioni, consista nell'assistere la collettività in termini di fattiva solidarietà. Il Sangha è arrivato in Occidente con le vesti del Monaco ed è diventato un movimento laico. Non ha ancora una precisa identità, ma trova nell'altruismo e nella compassione il proprio collante e la propria forza. In questo senso in Italia si potrebbe pensare senza vergogna a uno "Spaghetti Dharma" non settario.

SDB Proprio a seguito di tutte queste considerazioni e lanciando anche uno sguardo a ciò che avviene all'estero, possiamo ancora parlare dello stesso Buddhismo che conoscevamo? Come vede il Buddhismo del futuro chi lo ha accompagnato fin qui attraverso tutte queste trasformazioni?

LP Secondo me la domanda dovrebbe essere un'altra: quale Buddhismo crediamo di aver conosciuto? Da quale scisma sono nate le Scuole alle quali surrettiziamente apparteniamo? Siamo sicuri di aver capito bene la funzione della meditazione? In questi anni da parte del Sangha occidentale c'è stata una corsa alla imitazione, una smania di apparire, un desiderio di omologazione che ancora oggi mantiene molti praticanti vincolati a prassi non digerite, attaccati

SE CIASCUNO
DI NOI SAPEsse
AFFRONTARE OGNI
ASPETTO DELLA VITA
NELLA PROSPETTIVA
DELLE QUATTRO
NOBILI REALTÀ
E DELL'OTTUPlice
SENTIERO, SAREBBE
UN GRANDE BENEFICIO
PER TUTTO
IL PIANETA

a sistemi e principi nati da condizioni storiche e sociali ormai superati anche in Oriente. Il potere di trasformazione non risiede nel Centro che frequentiamo e neppure sta negli insegnamenti che riceviamo, **ma si trova nell'esperienza diretta che facciamo lavorando su di noi e rettificando con pazienza e perseveranza il nostro comportamento alla luce della pratica.** Il Dharma non è certezza fino a quando non produce il frutto della fiducia in ciò che fa bene e non danneggia noi e gli altri. Ma la vera sfida sarà la trasformazione delle coscenze verso il pieno risveglio di una dignità umana reificata nella sostanzialità dei nostri pensieri, parole e azioni e non nell'apparenza degli infiniti inchini Zen o delle male tibetane portate al collo o al polso.

Forse, con il suo enigmatico sorriso, il Buddha rideva un poco anche di noi.

LOKANĀTHA, OLTRE L'ORIZZONTE PERDUTO

Lo chiamavano Lokanātha, il "salvatore del mondo": scese un giorno dalle pendici dell'Himālaya, e il suo arrivo in Birmania fu come una tempesta, come un incendio incontrollabile. Erano i primi anni '30, e folle sempre più numerose accorrevano per sentirlo predicare; un carisma soprannaturale irradiava dalla sua persona, e qualcuno sussurrava di straordinari poteri mentali sviluppati grazie alla meditazione. Eppure quel monaco dall'aspetto curioso non era affatto birmano: fino a pochi anni prima si chiamava ancora Salvatore Natale Cioffi, ed era un normale chimico italo-americano impiegato nel laboratorio di una importante industria di Cincinnati.

Nato nel 1897 a Cervinara in provincia di Avellino, Salvatore era cresciuto a New York in una famiglia di emigranti; aveva frequentato la scuola, si era laureato, aveva trovato un impiego, ma nella sua vita sentiva mancare qualcosa. Poi un giorno la folgorazione, arrivata con la lettura del *Dhammapada* e di *Le gesta del Buddha* di Aśvaghoṣa prestatigli da un collega: Salvatore si era lasciato tutto alle spalle ed era partito verso gli orizzonti perduti dell'Oriente. Forse dopo un periodo di noviziato a Ceylon aveva ricevuto l'ordinazione



La storia del primo monaco buddhista italiano

di Lorenzo Maria Colombo - Centro Bodhidharma Lerici

monastica nel 1925 in Birmania, prendendo il nome di Javanatikkha e passando alla Storia come il primo italiano ad intraprendere questo percorso di vita; ma dopo solo alcuni mesi, colpito da dissenteria, era stato costretto a fare ritorno dai parenti in Italia per curarsi. Neanche a dirlo, l'Italia fascista non si era rivelata un ambiente particolarmente accogliente per un giovane monaco: da qui la decisione di tornare a piedi (!) in Birmania, un viaggio rocambolesco di due anni che non sfigurerebbe tra le pagine migliori di Salgari. Si era quindi ritirato a vivere nella regione himalayana del Kachin, e di lui non si era più sentito parlare.

Quando riapparve qualcosa in lui era cambiato. Assunto il nuovo nome di Lokanātha, intraprese una vasta opera di predicazione in Birmania, in Thailandia e a Ceylon per preparare la strada al grande "Rinascimento buddhista"; si avvicinava infatti l'anno 2500 del calendario buddhista (corrispondente al nostro 1956), che secondo la tradizione segnava l'esatta metà della Dispensazione del Buddha e avrebbe visto la Dottrina del Risveglio diffondersi in tutto il mondo. Tra il 1933 e il 1955 si mise alla testa di una serie di pellegrinaggi a piedi fino in India, dove il Buddhismo era quasi scomparso da secoli, per fondare una missione a Bodh Gayā; proprio in India conobbe il politico indiano ex-induista Bhimrao Ramji Ambedkar, che avrebbe svolto un ruolo determinante negli eventi futuri.

Dopo la II guerra mondiale, che trascorse interno in vari campi di concentramento inglesi in quanto cittadino italiano, alla fine degli anni '40 organizzò una spedizione missionaria negli Stati Uniti ed in Europa: il Venerabile passava di città in città insegnando a far dono di se stessi agli altri, a voler bene a tutti gli esseri senzienti (era rigorosamente vegetariano), a praticare la meditazione per comprendere il messaggio del Buddha. A quell'epoca risalgono le trascrizioni di molti dei suoi discorsi che possediamo ancora oggi in inglese, e che alcuni volontari stanno pazientemente traducendo anche in italiano.

Nonostante diverse disavventure, tra cui essere fatto bersaglio di satire da parte della stampa conservatrice e in un'occasione essere arrestato per vagabondaggio, non rinnegò mai la sua fede nel tanto atteso "Rinascimento buddhista", e i fatti gli diedero ragione: esattamente nel 1956 Ambedkar, col quale era rimasto in contatto, decise di convertirsi al Buddhismo assieme a mezzo milione di suoi seguaci: fu la più grande conversione di massa della Storia recente e segnò di fatto il ritorno del Buddhismo in India. Proprio al Venerabile, che ormai aveva fama di essere un Bodhisattva, venne affidato il compito di istruire i nuovi fedeli all'insegnamento del Buddha.

Negli anni successivi, sulle orme del Ven. Lokanātha, predicatori e missionari di nazionalità diverse iniziarono la loro opera di divulgazione in tutto il mondo, realizzando di fatto la "profezia" in cui il primo monaco buddhista italiano aveva creduto con tutto sé stesso: prima della sua morte nel 1966 il Venerabile potè avere così la certezza che la sua eredità era stata raccolta, e che altri dopo di lui avrebbero continuato a donare al mondo la Verità, il più grande di tutti i doni.

Milarepa, la mia ispirazione

Come in un incontro apparentemente casuale
si trovi la propria strada, chiara e definita

di Marco Ghianda - praticante del Buddhismo tibetano
della scuola Karma Kagy



Folco Tizzani: Perché Milarepa?

Milarepa essenzialmente è il San Francesco tibetano. È proprio questa figura del Santo, del poeta, del mago. Più o meno vivevano anche nello stesso periodo intorno al 1100-1200. Milarepa è questo personaggio dell'eremita: non faceva il monaco rinchiuso nel monastero ma è andato via a fare l'eremita vivendo nelle grotte. Addirittura lo si dipinge verde, perché si dice che viveva di ortiche, mangiava le ortiche. Milarepa è quel tipo di personaggio che fa sognare, infatti la storia di Milarepa è la storia più amata dal popolo tibetano.

Poi è affascinante perché non solo era un buono, ma è partito che era un cattivo (fa la magia nera, muove le nuvole, crea un temporale ed uccide con questo temporale per avere vendetta). È una storia forte di un grande peccatore che diventa poi un grande Santo.

L'importanza di questo racconto di Milarepa è che ti riporta a storie a cui non crediamo nemmeno più, eppure ci sono state. Hanno trasformato le storie di popoli e continuano a trasformare anche noi se le ascoltiamo con profondità e ci lasciamo commuovere. Per cui benvenuti alla vita di Milarepa.

Milarepa è stato il motivo che mi ha spinto ad approfondire la meditazione del Vajrayana.

Questa figura, simile ad un poeta, che girava senza fissa dimora nelle grotte dell'Himalaya ha attirato immediatamente la mia attenzione. Anch'io infatti, tempo fa, una notte spinto da una forte insoddisfazione sono partito da casa abbandonando lavoro e affetti e sono restato per quattro anni sulle strade, lungo i fiumi, sui ghiacciai, dentro i boschi e sulle cime delle montagne europee senza denaro, senza fissa dimora, con una chitarra in mano cercando di trovare quella risposta sul senso ultimo della vita.

Un giorno, durante questi viaggi, sono stato stravolto nel profondo dall'incontro casuale con dei monaci buddhisti che viaggiavano con me su un treno. La pace che emanavano mi bloccò le parole in gola e non riuscii a dire nulla.

Poco dopo leggendo un libro di Tiziano Terzani, autore che amo molto, ritrovai menzionata la figura di Milarepa (lui viaggiò molto in



Oriente incontrando anche il Karmapa). Tiziano amava Milarepa, io ancora non conoscevo molto bene quella figura, ma ne ero sempre più attratto anche perché Tiziano Terzani e Folco, suo figlio, in quel libro parlavano di un certo monaco tibetano e questo incontro a quanto pare cambiò e stravolse la vita di Folco, un po' come successe a me con i monaci sul treno. Chissà chi era quel monaco menzionato nel libro?

Io nel frattempo ho cominciato a frequentare il centro Kagyupa di Brescia, il Karma Tegsum Ciò Ling, sotto la guida del mio prezioso maestro Lama Könchog Luigi dove ho avuto la meravigliosa opportunità di studiare e meditare sul più grande yogi del tibet, Milarepa.

Lama Könchog Luigi: Incontrae Milarepa

Milarepa è collegato ad una delle quattro scuole principali del Buddhismo tibetano, in particolare alla tradizione Karma Kagyu. È stato uno dei fondatori di questo lignaggio. Da una parte, quindi, ha un ruolo di importante fondatore di questa tradizione, dall'altra però la sua vita è una vita particolarissima che viene considerata un esempio eccellente di un praticante del Buddhadharma e soprattutto della tradizione Mahamudra del Vajrayana.

Ci sono infatti dei grandi maestri che ci consigliano di leggere, od ascoltare in questo caso, la vita di Milarepa almeno sette volte nella vita. Non dici, "Ok lo leggo a letto!" No, non funziona così... Magari dopo un anno o due lo rileggi e vedi che sono cambiate delle cose, lo ascolti con una mente completamente diversa. Non è cambiato il libro, sei tu che sei cambiato, capisci e comprendi meglio i messaggi che trovi lì dentro. Quando leggi le biografie dei maestri, ma anche gli insegnamenti in genere, non avere fretta, non è un romanzo da leggere come se fosse un passatempo. Prendi una parte, leggi quella e poi fermati... rilassa la mente, lascia andare, come nella meditazione Shiné, lascia andare. Lascia che la sensazione di questa storia entri nel tuo cuore e così ne riceverai, in modo profondo, anche la benedizione.



Anni dopo, ho avuto anche la fortuna di conoscere ed incontrare Folco, diventando uno dei suoi più intimi amici, così gli chiesi chi fosse quel Lama da lui incontrato anni prima in Francia menzionato su quel libro. La risposta fu sorprendente: "Quello che fu definito dal 16° Karmapa un Milarepa vivente, ovvero Gendün Rinpoche!"

La cosa meravigliosa è che conoscevo bene Gendün Rinpoche. Lama Gendün è stato infatti il principale insegnante durante i lunghi anni di ritiro del mio maestro Lama Könchog Luigi.

Con tutte queste connessioni, non potevo starmene con le mani in mano dovevo raccontare questa storia di ieri e di oggi... e così durante la registrazione di un audiolibro con l'attore Elio Germano è nata l'occasione di proporre ai più grossi produttori di audiolibri italiani, Emons, la mia idea.

Dopo molte difficoltà affrontate e tantissime benedizioni accumulate, sono felice di pre-

sentarvi il **primo audiolibro sulla vita di Milarepa**, arricchito dai mantra originali che mi sono arrivati direttamente dall'India e dal Nepal dal glorioso lignaggio Kagyupa, con la partecipazione di S. S. il 17° Karmapa. Con mie musiche originali e i suoni della natura da me raccolti durante i miei vari viaggi.

Ma soprattutto grazie alla meravigliosa collaborazione con il Musicoterapeuta e produttore Rino Capitanata, che da anni approfondisce la musica come veicolo per la guarigione producendo cd e tenendo seminari con illustri personaggi del mondo della spiritualità. Ha composto musica per: Brian Weiss, Doreen Virtue, John Gray, Master Choa Kok Sui, Louise Hay, Deepak Chopra, Dr. W. Dyer. Per le musiche di questo audiolibro, Rino ha collaborato con i monaci tibetani e in particolare con Lama Gorkha.

Ovviamente non poteva mancare in questo audiolibro la premessa di Folco Terzani e l'introduzione di Lama Könchog Luigi.



VIAGGIO IN ORIENTE: OU TOPOS TIBET

Le suggestioni del Tibet in tre giornate di studio a Venezia

di Antonio Tripodi - Consigliere del Centro Lama Tzong Khapa

Gli spazi della splendida sede universitaria di Ca' Foscari, a Venezia, hanno ospitato un ricco programma di attività sul Tibet, nel corso delle giornate dell'8, 12 e 19 novembre 2022. L'evento è stato promosso dal Centro Lama Tzong Khapa e sostenuto dall'Unione Buddhista Italiana; ha ricevuto il patrocinio, oltre che dell'Università Ca' Foscari, del Comune di Venezia, che lo ha inserito nel ciclo "Le città in festa".

I TEMI DELL'EVENTO

Un primo tema dell'iniziativa è stato il viaggio: quello reale ma anche illusorio, fantastico. Le esplorazioni di Fosco Maraini e di Giuseppe Tucci hanno trovato espressione nella mostra fotografica "Sulle orme di Giuseppe Tucci: da Fosco Maraini a oggi. La storia e la contemporaneità del Tibet nelle immagini di Fosco Maraini e negli scatti di Giampietro Mattolin". Nel corso delle giornate di studio sono stati raccontati ed esaminati i viaggi da Occidente verso Oriente, nonché quelli che hanno seguito la strada opposta. Anche i viaggi più impalpabili, quelli della conoscenza, sono stati oggetto di numerosi approfondimenti.

Accanto al tema del viaggio è stato affrontato quello delle fascinazioni in cui l'Occidente è caduto quando ha tentato di guardare l'Oriente. Il Tibet, in particolare, è stato un "non luogo" per eccellenza, un luogo immaginario in cui, di volta in volta, l'Occidente ha voluto trovare dimensioni come il Regno di Prete Gianni, Shambala, Shangri La, Agartha e così via.

Con questo evento, di fatto, si è inteso contribuire a liberare il Tibet dai falsi miti che ne hanno ottenebrato la realtà. Perpetuare fantasie vedendo nel Tibet antecedente l'invasione cinese un regno di pace e di armonia, quasi una Terra Pura, un Eden incastonato sulla Terra, significa negare la storia del Tibet. Escludere il Tibet storico dal mondo reale, di cui viceversa ha sempre fatto parte, significa negare ai tibetani la paternità di una realtà quotidiana, magari controversa, magari conflittuale, eppure profondamente vera. Restituire il Tibet alla sua realtà storica: anche questo è stato l'obiettivo dell'evento.

LA MOSTRA FOTOGRAFICA

La mostra fotografica ha voluto raccontare le spedizioni compiute da Giuseppe Tucci, poliedrico studioso. Sono state narrate negli scatti di Fosco Maraini che, giovanissimo, come assistente e fotografo accompagnò l'archeologo di Macerata nelle sue spedizioni del 1937 e del 1948. Di contraltare, il colore delle foto di Giampietro Mattolin, fotografo e viaggiatore contemporaneo, ha riproposto persone, paesaggi e situazioni in un orizzonte cromatico prepotentemente diverso, a veridica testimonianza di un passato che intende ostinatamente resistere.

LE PROIEZIONI CINEMATOGRAFICHE

È stata proposta la visione di due opere cinematografiche: *Kalachakra - La ruota del tempo*



(Werner Herzog, 2003) e *Orizzonte Perduto* (Frank Capra, 1937). I film sono stati scelti in quanto

espressioni di due diverse visioni del Tibet, visioni che sono state materia di riflessione nel corso dell'evento. *Kalachakra* figura il Buddhismo tibetano nella sua realtà, in una rappresentazione sequenziale di eventi filtrati dalla sensibilità di un regista visionario; *Orizzonte perduto*, viceversa, nel suo viaggio verso Shangri La, ben rappresenta proprio quel mondo illusorio, immaginario, fantasticato che "Viaggio in Oriente: Ou Topos Tibet" ha voluto studiare.





XXVI EDIZIONE TERTIO MILLENNIO FILM FESTIVAL

"Il ritorno di Caino?"

di Nicola Cordone - Segreteria UBI

«La XXVI edizione del Tertio Millennio Film Fest (Roma, novembre 2022) è un esercizio compiuto di dialogo ecumenico e interreligioso», ha dichiarato mons. **Davide Milani**, presidente della Fondazione Ente dello Spettacolo. «È un percorso che si nutre di relazioni con le comunità di gente di fedi differenti che vogliono incontrarsi, dialogare, crescere insieme. Altro pilastro - chiave del successo di quest'anno - è la ricerca nelle cinematografie di tutto il mondo, di quelle opere che scavano nel mistero della vita, dei suoi segreti e desideri. I film di quest'anno ci hanno aiutato infatti a trovare delle vie per superare il mistero del Male. Abbiamo provato a fare incontrare la cinematografia migliore con il pubblico che ha voglia ancora di stupirsi e di vivere il cinema non come intrattenimento ma come possibilità di andare al senso delle cose».

I PREMI AGGIUDICATI

- PREMIO TERTIO MILLENNIO FILM FEST
PER IL MIGLIOR LUNGOMETRAGGIO:

Il patto del silenzio di Laura Wandel

Giuria presieduta da Susanna Nicchiarelli e composta dai delegati delle diverse confessioni religiose: Thomas Torelli - Unione Buddhista Italiana, Marina Piperno - UCEI Unione delle Comunità Ebraiche italiane, Wael Farouq - COREIS Comunità Religiosa Islamica Italiana, Adamo Antonacci - Chiesa Valdese.

Non a caso "Un Monde" è il titolo originale del film che rappresenta meglio del quasi spionistico titolo italiano il senso profondo del film. Perché è vero che Abel chiede alla sorella di fare silenzio sulle vessazioni che sta subendo ma è molto più propriamente 'un mondo' quello che Nora sta esplorando e non tutte le scoperte, oltre a quelle relative al fratello, sono positive.

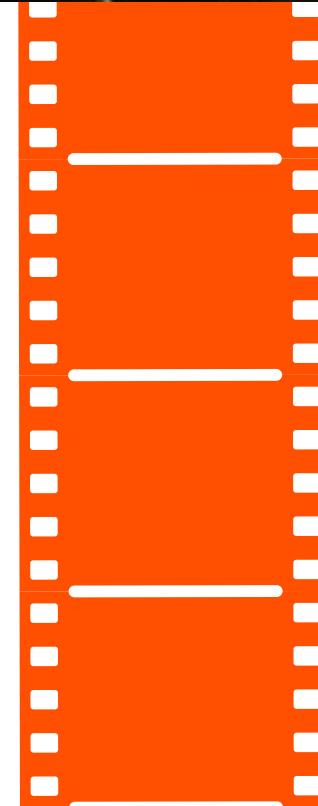




• **MENZIONE SPECIALE** attribuita dalla medesima giuria e **Premio per il miglior film** secondo la Giuria della Critica SNCCI a:

Quei due - Edda e Galeazzo Ciano di Wilma Labate

Mette in scena due rampolli del '900, Edda Mussolini e suo marito Galeazzo Ciano, alle prese con il regime che li fa protagonisti. Edda e Galeazzo si raccontano senza pudore e viaggiano nei labirinti di una storia cupa, lui con le battute dei suoi diari e lei con le dichiarazioni fatte in una intervista di molti anni fa.



• **PREMIO TERTIO MILLENNIO FILM FEST PER IL MIGLIOR CORTOMETRAGGIO:**

Lili Alone di Zou Jing

Lili, una giovane madre, vive con suo marito - un giocatore d'azzardo - in una zona remota del Sichuan. Sola e povera, si dirige verso la città nel tentativo di guadagnare abbastanza soldi per salvare suo padre morente.

• MENZIONE SPECIALE A:

Warsha di Dania Bdei

Giuria presieduta da Ciro De Caro e composta da Giada Bruno dell'UBI, Vittorio Emanuele Agostinelli delegato dal Cortile dei Gentili, Adam Berardi della COREIS e Naomi Evelyn Hondrea della Chiesa Battista.

Mohammad lavora come operatore di gru a Beirut. Un giorno si offre di salire su una delle gru più alte e pericolose di tutto il Libano. Lontano dagli occhi di tutti, riesce finalmente ad esprimere la sua passione segreta e a trovare la sua libertà.



• MENZIONE SPECIALE PER:

Return to Dust di Li Ruijun

Una accorata e riuscita storia d'amore, un inno alla capacità dell'umano di trovare conforto nell'altro-dà-sé, scandito dallo scorrere delle stagioni, da un rapporto osmotico con la natura.

• MIGLIOR FILM secondo la Giuria Nuovi Sguardi, formata da un gruppo di studenti della facoltà di comunicazione dell'Università Pontificia Salesiana:

Speak no Evil di Christian Tafdrup

Un horror psicologico danese che ti fa dubitare di te stesso e fa domandare: qualcosa non va in queste persone o sono io?



NASCE L'EYE CLINIC IN SRI LANKA

Inaugurata la clinica oculistica realizzata grazie al sostegno
del Monastero Santacittarama

di Jara Scialoja - Direttore del Monastero Santacittarama

I 14 Dicembre si sono conclusi i lavori per l'estensione della Clinica Oculistica "Eye Clinic" presso il Base Hospital di Balangoda. Il progetto è stato finanziato dal Monastero Santacittarama, dopo un attento studio qualitativo e quantitativo. **I lavori di estensione della clinica sono poi stati portati a termine grazie al monitoraggio dello staff medico del posto e dei laici italiani e srilankesi del Monastero Santacittarama.** Questo intervento si colloca all'interno dell'azione del Buddhismo Italiano e dell'UBI a favore di questo paese.

Nonostante le molte difficoltà nell'esecuzione del progetto a causa della mancanza di materiali e dalle pressioni inflazionistiche, la buona volontà dei partecipanti e gli sforzi di tutti hanno permesso la sua ultimazione, grazie anche al coinvolgimento di diversi volontari.

Il progetto è destinato ad aiutare tutta la popolazione di Balangoda per i prossimi decenni. In un momento così difficile per lo Sri Lanka, il Monastero Santacittarama si è attivato per aiutare la comunità colpita da una profonda crisi economica nella speranza di poter essere di sollievo alle difficoltà della gente del luogo.

Balangoda è nota in Sri Lanka per essere la città natale del rinomato e stimato monaco sinhalese Venerabile Balangoda Ananda Maitreya. Fu lui, ospite spesso dei monasteri inglesi di Cittaviveka ed Amaravati, che guidò la creazione della sima di Chithurst dove Ajahn Chandapalo ricevette la sua Upasampada. Non è inusuale che le volte in cui Ajahn Chandapalo parla dei monaci dello Sri Lanka, menzioni con affetto e rispetto il grande monaco della città di Balangoda. Tutto ciò genera un legame fra il Sangha



del Santacittarama e la popolazione di Balangoda che tanto ama il Venerabile Ananda Maitreya.

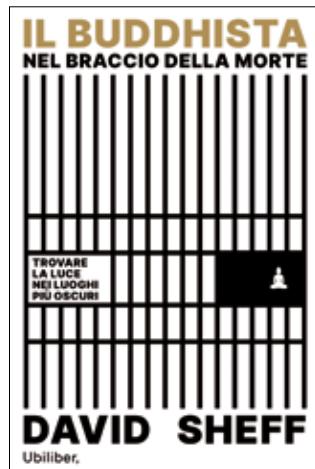
Anche la comunità sinhalese in Italia, che frequenta regolarmente il Monastero Santacittarama, nutre grande rispetto e devozione per il Venerabile Ananda Maitreya, e diversi di questi fedeli non hanno potuto non notare la profonda connessione e somiglianza fra il Santacittarama e le tradizioni contemplative del Buddhismo in Sri Lanka, del quale Ananda Maitreya era uno degli esempi.

Ad oggi, l'Insegnamento lo si può ritrovare nelle parole di Ajahn Chandapalo e in quelle dei suoi Maestri Ajahn Chah e Ajahn Sumedho, così come in quelle del Venerabile Ananda Maitreya. C'è un filo solido ed indistruttibile che connette tutti questi grandi Maestri: il Buddha ed il suo Dhamma.

Lecture consigliate

**IL BUDDHISTA
NEL BRACCIO DELLA MORTE**
**Trovare la luce nei luoghi
più oscuri**

di David Sheff
Ubiliber



David Sheff, autore del memoir bestseller internazionale Beautiful Boy, esplora la trasformazione interiore del condannato a morte Jarvis Jay Masters che incontra il Buddhismo, la meditazione e l'amore per la vita nel braccio della morte del carcere californiano di San Quintino. I primi anni della sua vita, immersi nella povertà, sono stati un'escalation di abusi e violenze che Jarvis non ha fatto altro che riproporre, prima con piccoli furti poi con rapine a mano armata, fino ad arrivare all'accusa di omicidio e alla conseguente condanna che lo ha portato nel braccio della morte, dove si trova attualmente dal 1990. Tenuto in isolamento, sconvolto da rabbia, ansia e attacchi di panico, nella disperazione più totale ha avuto il coraggio di chiedere come si fa a meditare. Con sconvolgente chiarezza, l'autore descrive il graduale ma profondo cambiamento di quest'uomo che, nonostante un'infanzia e una giovinezza dedita al male, ha imparato a prevenire la violenza nel cortile del carcere e ad aiutare gli altri detenuti e persino le guardie a trovare un significato nella loro vita. Un libro che insegna come guardare da una prospettiva diversa la nostra sofferenza, assaporare la luce che ci circonda e sopportare le tragedie che colpiscono tutti noi.

DOGEN - BIOGRAFIA

La vita e l'opera del fondatore della scuola Zen Sōtō

di Steven Heine

Ubiliber



Passato alla storia come il fondatore della scuola di buddhismo giapponese Zen nel tredicesimo secolo, ma anche riconosciuto universalmente come uno dei più carismatici maestri che la tradizione buddhista tutta abbia mai avuto, Dogen non ha lasciato scritti che riguardino la sua vita e le informazioni su di lui restituiscono un quadro piuttosto frammentario. Molto resta ancora un enigma, forse lo sarà per sempre. Quello che è riuscito a fare Steven Heine in questo magistrale lavoro di ricerca è stato ricostruire una narrazione quanto più precisa e godibile dell'esistenza e dei temi cardine della sua eredità spirituale. Attraverso le opere, i resoconti dei contemporanei, ma anche grazie alle raffigurazioni pittoriche e statuarie ne è nata una biografia che, scevra da uno stile accademico e distaccato, restituisce al lettore la complessità e la grandiosità di uno dei maestri più influenti di sempre.

IL SILENZIO TRA DUE ONDE

Il Buddha, la meditazione, la fiducia

di Corrado Pensa

Ubiliber

Uno tra i più tra due onde. Il Buddha, la meditazione, la fiducia: Uno tra i più autorevoli esperti italiani di filosofia orientale compie un viaggio attraverso i temi principali del Buddhismo: il senso della vita e del dolore, la liberazione, la pratica quotidiana della meditazione e della consapevolezza in azione. Grazie alla sua lunga esperienza di praticante e di insegnante, alla conoscenza dei testi buddhisti, ai suoi riferimenti alla tradizione cristiana e alla psicologia e, non ultimo, alla sua profondità spirituale, l'autore riesce a rendere appassionante e rilevante per il lettore contemporaneo un pensiero nato e sviluppatisi in un clima apparentemente lontano. Il testo riflette soprattutto su un'impresa tutt'altro che facile e di rara preziosità: la lenta trasformazione del nostro quotidiano in virtù di una risposta via via più convinta e ricettiva all'insegnamento del Dharma, in armonia con altre grandi tradizioni sapienziali, dimostrando che la meditazione è molto di più di una semplice pratica di raccoglimento.

Corrado Pensa
*Il silenzio
tra due onde*
*Il Buddha,
la meditazione,
la fiducia*

Ubiliber,



UNA STORIA DEL BUDDHISMO

Introduzione a un insegnamento millenario

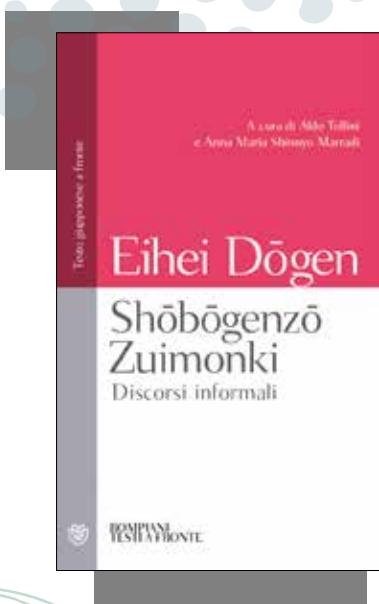
di Bee Scherer

Ubiliber

Si racconta che gli insegnamenti impartiti dal Buddha siano pari a 84.000, un numero esorbitante che, vero o no, è rivelatore di un'eredità spirituale immensa quanto complessa.

Parlare di Buddhismo non è semplice e numerose sono le domande che nascono nell'accostarsi a questa tradizione millenaria che è giunta fino a noi. Chi era il Buddha? Ne esiste solo uno? Perché si sente parlare di Buddhismo al plurale? Il Buddhismo è da considerare una religione o una filosofia? Sono tutti quesiti la cui risposta è imprescindibile da uno sguardo che sia in grado di abbracciare un orizzonte culturale dai confini per nulla distinti. Scrivere una storia del Buddhismo diventa allora un'operazione intellettuale che deve tener conto di moltissimi aspetti: dalle testimonianze antiche fino a quelle della contemporaneità, dalla geografia dei luoghi alla storia dell'arte, dalla psicologia alla letteratura. Ed è quello che riesce a fare il Prof. Dr. Bee Scherer (attualmente dirige il corso di Studi buddhisti alla Vrije Universiteit di Amsterdam) in "Una storia del Buddhismo".

Partendo dalla biografia di Siddhārta Gautama e inserendola nel contesto geopolitico dell'India antica, esplora le origini e traccia lo sviluppo di questa antica cultura, nata oltre duemilacinquecento anni fa nel Nord dell'India, illustrandone i principi cardine, le differenze tra le varie scuole, lo sviluppo della vita monastica e l'importanza delle pratiche meditative. La tradizione buddhista si presenta al lettore con una sconcertante diversità di forme culturali, filosofiche e pratiche: qui si descrivono e si mettono in relazione le sue diverse espressioni, in un racconto conciso ma esaustivo dell'importante storia di una realtà viva e sempre più diffusa anche al di fuori dell'Asia.



EIHEI DŌGEN SHŌBŌGENZŌ ZUIMONKI Discorsi informali

a cura di Aldo Tollini e Anna Maria Shinnyo Marradi
Testo giapponese a fronte
Bompiani

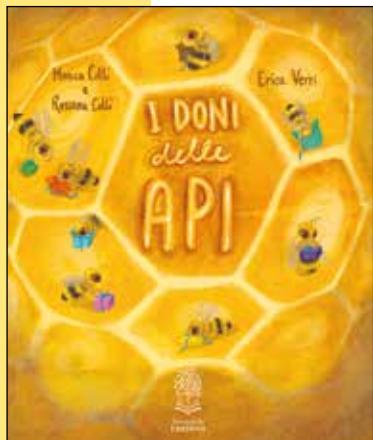
Per la prima volta la traduzione integrale in italiano dello Shōbōgenzō Zuimonki che comprende centosette sermoni informali di Eihei Dōgen Kigen (1200-1253), oggi considerato il più importante maestro del Buddhismo Zen del Giappone.

Il testo qui tradotto è nella versione Chōenji-bon, risalente al 1380, quindi di gran lunga la più antica e oggi anche la più apprezzata.

Nelle intenzioni dell'autore lo Zuimonki voleva essere una guida e un incitamento alla rigenerazione morale e spirituale dei praticanti del Buddhismo della sua epoca, allora in fase decadente. Leggere lo "Zuimonki" non è solo un modo per approfondire la dottrina dello Zen attraverso le parole di un grande maestro, ma anche per attingere a una sorgente di grande spiritualità e di grande insegnamento morale.

I DONI DELLE API

di Monica e Rossana Colli
Illustrazioni di Enrica Verri
Edizioni Storiedichi



Un progetto di libri sulle api realizzato da Monica e Rossana Colli, già autrici di successo nel mondo della didattica per la scuola primaria, con le illustrazioni di Enrica Verri. **"I doni delle api"**, vuole diffondere la conoscenza e il rispetto del mondo delle api e esaltarne i valori ecologici ed etici. I doni delle api invita i bambini a conoscere i ruoli delle api nell'alveare e a scoprire la dolcezza della gratitudine. **"To bee or not to bee"** (essere ape o non esserlo) è il tema di una collana di libri illustrati che si svilupperà, per diffondere la conoscenza del mondo delle api: grazie ai testi in stampatello maiuscolo, è uno strumento didattico per i bambini che stanno imparando a leggere.

ELENCO CENTRI

ASSOCIAZIONE BUDDHISMO VIA DI DIAMANTE DI BOLOGNA

via Jacopo della Lana 8, 40137, Bologna (BO)
Tel.: 347 2328619
E-mail: bologna@buddhism.it
www.buddhism.it

ASSOCIAZIONE PER LA MEDITAZIONE DI CONSAPEVOLEZZA - A.Me.Co

Vicolo d'Orfeo, 1 - 00193 Roma (RM)
Tel.: 06 6865148
E-mail: segreteria@associazioneameco.it
Pec: direzione@pec.associazioneameco.it
www.associazioneameco.it

ASSOCIAZIONE DHAGPO FVG

Via Marconi 9,- 33022 Arta Terme (UD)
www.friulivg.dhagpo.org

ASSOCIAZIONE BUDDHISTA ZEN SOTO BUPPO (Z)

Tempio Johoji
Via di Villa Lauricella, 12 - 00176 Roma (RM)
Tel.: 366 4776978
E-mail: tempiozenroma@gmail.com
www.tempiozenroma.it

ASSOCIAZIONE HOKUZENKO (Z)

Via San Donato 79/C - 10144 Torino (TO)
Tel.: 347 3107096
(Mario Nanmon Fatibene, direttore spirituale)
Cell.: 348 6562118 (Rino Seishi Mele)
E-mail: hokuzenko@zentorino.org
Pec: associazione_hokuzenko@pec.it
www.zentorino.org

ASSOCIAZIONE SAMBUDU VIHARA

Via G.B Monti, 5/2 - 16151 Genova (GE)
<https://friulivg.dhagpo.org/>

ASSOCIAZIONE SAMATHA-VIPASYANA

Tempio Tenryuzanji

Località Val Molin via per Grigno,
38050 Cinte Tesino (TN)
Tel.: 392 0318142
E-mail: fushin.seiunbo@gmail.com
www.tenryuzanji.org

ASSOCIAZIONE NICHIREN SHU, Guhōzan Renkōji (N)

Via Fossa, 2 - 15020 Cereseto (AL)
Tel.: 0142 940506
Cell.: 334 5987912
E-mail: revshoryotarabini@hotmail.com

ASSOCIAZIONE SANGHA ONLUS

Via Poggiberna, 15 56040 Pomaia (Pisa)
E-mail: info@sangha.it
www.sangha.it/it/

ASSOCIAZIONE SANRIN (Z)

Via Don Minzoni, 12 - 12045 Fossano (CN)
Cell.: 338 6965851
E-mail: dojo@sanrin.it
Pec: sanrin@mail-certificata.net
www.sanrin.it

ASSOCIAZIONE TEN SHIN - Cuore di Cielo Puro (Z)

Tempio Zen
Via Terracina, 429 - Napoli (NA)
Cell.: 392 5245377
E-mail: info@tenshin.it
www.tenshin.it

ASSOCIAZIONE ABRUZZESE BUDDHISTA BUDDHADHARMA

Via Tiburtina Valeria, 330/1 - 65128 Pescara
E-mail: direzione@abruzzobuddhismo.it
www.abruzzobuddhismo.org

ASSOCIAZIONE ZEN ANSHIN (Z)

Via Ettore Rolli, 49 - 00153 Roma (RM)
Tel.: 06 5811678
Cell.: 328 0829035
E-mail: zen@anshin.it
Pec: servizi@pec.anshin.it
www.anshin.it

ASSOCIAZIONE ZEN BODAI DOJO

Via Fratelli Ambrogio, 25 - 12051 Alba (CN)
www.bodai.it

BECHEN KARMA TEGSUM TASHI LING (V)

C/da Morago, 6 - 37141 Cancello Mizzole (VR)
Tel.: 045 988164
E-mail: info@benchenkarmatashi.it
Pec: info@pec.benchenkarmatashi.it
www.benchenkarmatashi.it

CENTRO BUDDHA DELLA MEDICINA (V)

Via Cenischia, 13 - 10139 Torino (TO)
Tel.: 011 3241650
Cell.: 340 8136680
E-mail: info@buddhadellamedicina.org
Pec: centrobuddhadellamedicina@pec.it
www.buddhadellamedicina.org

CENTRO BUDDHADHARMA (I)

Via Galimberti, 58 - 15121 Alessandria (AL)
Tel.: 0131 59268
E-mail: penpa.tsering@tin.it
Pec: buddhadharmacenter@pec.it
www.buddhadharmacenter.org

CENTRO BUDDHISTA MUNI GYANA (V)

Via Grotte Partanna 5 - Pizzo Sella - 90100 Palermo (PA)
Cell.: 327 0383805
E-mail: info@centromunigyana.it
www.centromunigyana.it

CENTRO BUDDHISTA ZEN GYOSHO (Z)

Via Marrucci 58a - 57023 Cecina (LI)
Cell.: 366 4197465
E-mail: segreteria@centrogyosho.it
www.centrogyosho.it

CENTRO CENRESIG (V)

Via della Beverara, 94/3 - 40131 Bologna (BO)
E-mail: info@cenresig.org
www.cenresig.org

CENTRO DHARMA SHILA

Via Marola 17 36010 Chiuppano (VI)
Tel.: 347 4660083
E-mail: centrodharmashila@gmail.com

CENTRO DHARMA VISUDDHA (V)

Via dei Pioppi, 4 - 37141 Verona (VR)
sede attività:
Via Merciari, 5 - 37100 Verona (VR)
E-mail: buddhismo.vr@gmail.com

CENTRO TARA BIANCA

via Bernardo Castello 3/9,
16121 Genova (GE)
Tel.: 353 40558991
E-mail: segreteria@tarabianca.org
www.tarabianca.org

CENTRO GAJANG GIANG CHUB (V)

Via Fiume, 11 - 24030 Paladina (BG)
Tel./Fax: 035 638278
E-mail: centrojangchub@gmail.com
www.jang-chub.com

CENTRO STUDI KALACHAKRA (V)

Via Verrando, 75 - 18012 Bordighera (IM)
Tel.: 0184 252532
Cell. 339 3128436
E-mail: kalachakra@fastwebmail.it
www.kalachakra.it

CENTRO LAMA TZONG KHAPA (V)

Via Peseggiana, 31 - 31059 Zero Branco (TV)
Cell. 348 7011871
www.centrolamatongkhapatv.it

CENTRO MILAREPA (V)

Via de Maistre, 43/c - 10127 Torino (TO)
Cell.: 339 8003845
Tel.: 011 2070543
E-mail: info@centromilarepa.net
www.centromilarepa.net

CENTRO SAKYA (V)

Via Marconi, 34 - 34133 Trieste (TS)
Tel.: 040 571048
E-mail: sakyatrieste@libero.it
Pec: progettoindia@pec.csvvg.it
www.sakyatrieste.it

CENTRO STUDI TIBETANI MANDALA DEUALLING (V)

Vicolo Steinach, 9 - 39012 Merano (BZ)
E-mail: centrostudimandalad@gmail.com

CENTRO STUDI TIBETANI TENZIN CIO LING (V)

Galleria Parravicini, 8 23100 Sondrio (SO)
Pec: centrotenzin@rspec.it
E-mail: info@centrotenzin.org
www.centrotenzin.org

CENTRO TARA CITTAMANI (V)

Via Lussemburgo, 4 (zona Camin) - 35127 Padova (PD)
Tel.: 049 8705657
Cell.: 349 8790092
E-mail: info@taracittamani.it
Pec: taracittamani@pec.taracittamani.it
www.taracittamani.it

CENTRO TERRA DI UNIFICAZIONE EWAM (V)

Via Pistoiese 149/C - 50145 Firenze (FI)
Cell.: 344 1662844
E-mail per Informazioni: info@ewam.it
Pec: ewam@pec.it
www.ewam.it

CENTRO BUDDHISMO DELLA VIA DI DIAMANTE DI BARI

Via Napoli, 241 - 70123 Bari
Cell. 349 7751145
E-mail: bari@buddhism.it
www.buddhism.it/bari

CENTRO VAJRAPANI (V)

P.zza San Giuseppe, 5 - 38049 Bosentino (TN)
Tel.: e Fax 0461 848153
E-mail: segreteria@vajrapani.eu
Pec: centro_vajrapani@pec.vajrapani.eu
www.vajrapani.it

CENTRO ZEN FIRENZE - Tempio Shinnyo-ji (Z)

Via Vittorio Emanuele II, 171 - 50134 Firenze (FI)
Cell: 339 8826023
E-mail: info@zenfirenze.it
Pec: centrozenfirenze@pec.it
www.zenfirenze.it

CENTRO ZEN L'ARCO

Piazza Dante 15 - 00185, Roma (RM)
www.romazen.it

**COMUNITÀ BODHIDHARMA (S)
Eremo Musang am**

Monti San Lorenzo, 26 - 19032 Lerici (SP)
Cell. 339 7262753
E-mail: bodhidharmait@gmail.com
E-mail: taehyesunim@gmail.com
www.bodhidharma.info

COMUNITÀ DZOG-CHEN di Merigar (V)

Podere Nuovo - 58031 Arcidosso (GR)
Tel.: 0564 966837 - Fax 0564 968110
E-mail: office@dzogchen.it
Pec: assdzogchen@pec.it
www.dzogchen.it

DOJO ZEN MOKUSHO (Z)

Via Principe Amedeo, 37 - 10123 Torino (TO)
Cell. 335 7689247
E-mail: info@mokusho.it
www.mokusho.it

**FONDAZIONE BUDDHISMO
della VIA di DIAMANTE (V)**

CORSO GOFFREDO MAMELI 30 - 25122 BRESCIA (BS)
TEL.: 331 4977199
E-mail: fondazione@buddhism.it

FONDAZIONE MAITREYA (I)

D.M 29/3/1991
via Clementina, 7 - 00184 Roma (RM)
Tel.: 06 35498800
Cell.: 333 2328096
E-mail: info@maitreya.it
www.maitreya.it

**FPMT - Fondazione per la Preservazione
della Tradizione Mahayana (V)**

riconosciuta con D.P.R. 20/ 7/1999
Via Poggiberna, 9 - 56040 Pomaia (PI)
Tel.: 050 685654
E-mail: fpmtcoord.italy@gmail.com

**GHE PEL LING - ISTITUTO STUDI DI
BUDDHISMO TIBETANO (V)**

VIA EUCLIDE, 17 - 20128 MILANO (MI)
TEL.: 02 2576015 - FAX 02 27003449
E-mail: gpling@virgilio.it
www.ghepelling.com

HONMON BUTSURYU SHU - HBS (N)

Tempio Kofuji
Via Piagentina 31 - 50121 FIRENZE (FI)
Tel.: 055 679275
E-mail: segreteria@hbsitalia.it
www.hbsitalia.it

IL CERCHIO VUOTO (Z)

VIA CARLO IGNAZIO GIULIO, 29 - 10122 TORINO (TO)
CELL.: 333 5218111
E-mail: dojo@ilcerchiovuoto.it
www.ilcerchiovuoto.it

IL MONASTERO TIBETANO (V)

VIA TIVERA N 2/B- 04012 CISTERNA DI LATINA (LT)
TEL.: 06 96883281
CELL.: 349 3342719
E-mail: segreteriamonasterotibetano@gmail.com
www.ilmonasterotibetano.it

**ISTITUTO ITALIANO ZEN SOTO SHOBODAN
FUDENJI (Z)**

BARGONE, 113 -
43039 SALSUMAGGIORE TERME (PR)
TEL.: 392 0376665
www.fudenji.it

**ISTITUTO JANGTSE THOESAM (Istituto Chan
Tze Tosam)**

VIALE UNICEF, 40 - 74121 TARANTO (TA)
TEL.: 099 7302409
E-mail: jangtsethoesam@libero.it
www.jangtsethoesam.it

ISTITUTO LAMA TZONG KHAPA (V)

VIA POGGIBERNA, 9 - 56040 POMAIA (PI)
TEL.: 050 685654 FAX: 050 685695
E-mail: info@iltk.it
www.iltk.org

ISTITUTO SAMANTABHADRA (V)

VIA DI GENEROSA, 24 - 00148 ROMA (RM)
TEL.: 340 0759464
E-mail: samantabhadra@samantabhadra.org
www.samantabhadra.org

**ISTITUTO TEK CIOK SAM LING MEN CIO'LING
HEALING SOUND (V)**

VIA DONADEI, 8 - 12060 BELVEDERE LANGHE (CN)
TEL.:/FAX 0173 743006
E-mail: langhegrandamusica@tiscali.it
www.belvederelanghebuddhameditationcenter.org

**KARMA CIO LING - Centro Buddhista della
Via di Diamante (V)**

CORSO GOFFREDO MAMELI 30 - 25122 BRESCIA (BS)
CELL. 347 7264331 - 347 2106307
E-mail: brescia@diamondway-center.org
www.buddhism.it

KARMA DECHEN YANGTSE (V)

BODHIPATH RETREAT CENTER
COOPERATIVA DI BORDO -
28846 BORGOMEZZAVALLE (VB)
E-mail: bodhipath@bordo.org
www.bordo.org

KARMA TEGSUM CIO LING (V)

Via A. Manzoni, 16 - 25126 Brescia (BS)
Tel.: 030 280506 - Fax 178 6054191
E-mail: ktc.brescia@gmail.com
www.bodhipath.it

KUNPEN LAMA GANGCHEN (V)

Via Marco Polo, 13 - 20124 Milano (MI)
Tel. 02-29010263
e-mail: kunpen@gangchen.it
www.kunpen.ngalso.org

MANDALA - CENTRO STUDI TIBETANI (V)

Via Martinetti, 7 - 20147 Milano (MI)
Cell. 340 0852285
E-mail: centromandalamilano@gmail.com
www.centromandala.org

MANDALA SAMTEN LING

Via Campiglie, 76, 13895 Campiglie (BI)
www.mandalasamtenling.org

**MONASTERO di CHUNG TAI CHAN ONLUS
in Italia**

Via dell'Omo, 142 - 00155 Roma (RM)
Tel.: 06 22428876
E-mail: ctcmhuayisi@gmail.com

MONASTERO ENSO-JI IL CERCHIO (Z)

Via dei Crollalanza, 9 - 20143 Milano (MI)
Tel.: 02 8323652
Cell.: 333 7737195
E-mail: cerchio@monasterozen.it
www.monasterozen.it

MONASTERO SANTACITTARAMA (T)

riconosciuto con D.P.R. 10/7/1995
Località Brulla, - 02030 Poggio Nativo (RI)
Tel.: 0765 872528 - Fax 06 233238629
E-mail: sangha@santacittarama.org
www.santacittarama.org

TEMPIO BUDDHISTA LANKARAMAYA (T)

Sri Lanka Buddhist Association
Via Pienza, 8 - 20142 Milano (MI)
Tel.: 02 89305295
E-mail: tempiolankaramaya@gmail.com

**TEMPIO BUDDHISTA ZENSHINJI
di Scaramuccia (Z)**

Sede principale
Loc. Pian del Vantaggio, 64 - 05019 Orvieto
Scalo (TR)
Tel.: 0763 215054
E-mail: masqui@alice.it
Pec: zenshinji.scaramuccia@pec.net
www.zenshinji.org

TEMPIO NAPOLI BUDDHIST VIHARA (T)

Via Giuseppe Tomasi di Lampedusa 91
80145 - Napoli (NA)
E-mail: nbvihara@yahoo.com

TEMPIO ZEN "OraZen" - SOKUZEN-JI

Via Beata Eustochio, 2A - 35124 Padova (PD)
www.orazen.it

L'Unione Buddhista Italiana è l'Ente Religioso che associa i Centri buddhisti di tradizione Theravāda, Mahayāna e Vajrayāna presenti nel Paese. È nata a Milano nel 1985 per favorire le attività e il coordinamento dei Centri, e rappresentare i diritti dei praticanti in dialogo con le istituzioni.

unionebuddhistaitaliana.it



Unione
Buddhista
Italiana



Unione
Buddhista
Italiana

L'8xmille all'Unione Buddhista Italiana arriva davvero, a chi davvero vuoi tu.

Dal 2017, grazie alle vostre firme, abbiamo sostenuto quasi 1000 progetti efficienti e coraggiosi. In difesa dell'ambiente, per la giustizia sociale, l'accoglienza, il lavoro, la cultura, la salute, gli animali. Senza burocrazia e in assoluta trasparenza. Ecco perché ogni firma per l'Unione Buddhista Italiana è destinata a fare la differenza.

8xmilleunionebuddhista.it



8xmille