

N. 2-2021

Periodico Trimestrale

# BUDDHISMO

Rivista dell'Unione Buddhista Italiana

magazine



**DHARMA  
IN AZIONE**  
PRATICARE  
NELLA SOCIETÀ

# Buddhismi

**In redazione:**

Stefano Davide Bettera - Direttore responsabile  
Rev. Elena Seishin Viviani - Vicedirettore  
Giovanna Giorgetti  
Antonella Bassi  
Guido Gabrielli

---

**Segreteria di redazione:**

Clara De Giorgi

---

**Progetto editoriale:**

Pulsa Srl

---

**Progetto grafico:**

Pulsa Srl  
Gio Colombi, Dora Ramondino, Alessandra Valli

---

**Foto:**

Shutterstock

---

**Hanno scritto:**

Rev. Elena Seishin Viviani, Filippo Scianna,  
Corrado Pensa, Neva Papachristou, Shoryo Tarabini,  
Seiun, Tengye, Rita Nichele, Stefano Davide Bettera,  
Phap Ban, Emanuele Basile, Francesca Arengi,  
Mario Thanavaro, Nicola Cordone.

---

**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](http://www.unionebuddhistaitaliana.it)

Testata registrata presso il Tribunale di Milano

N186 del 15/12/2020

Pubblicato e distribuito trimestralmente da UBI

Stampato: ROTOLITO SpA - Pioltello - Milano

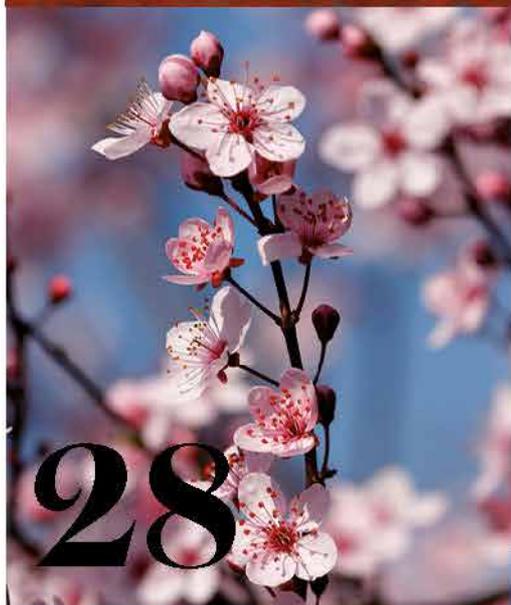
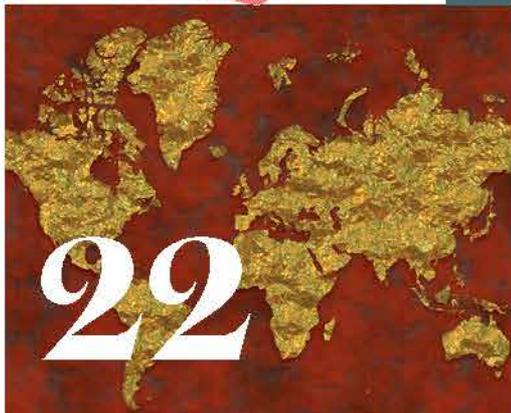
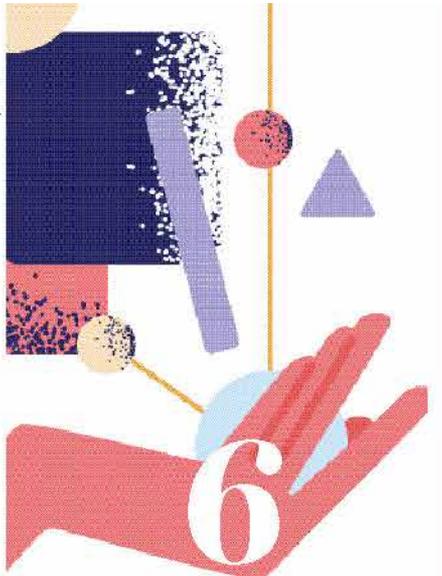
## Inizia un nuovo viaggio...



È un grande piacere e un'emozione tenere tra le mani il primo numero cartaceo di *Buddhismo Magazine*. Un traguardo raggiunto dopo i primi quattro, usciti in formato digitale, che hanno ricevuto un'accoglienza calorosa da voi lettori. Anche per questo e per le tantissime richieste che ci sono pervenute di poter leggere una "vera" rivista, il nostro magazine prende una nuova vita e un suo posto tra i vari progetti editoriali dell'Unione Buddhista Italiana. Proprio a fianco dell'altrettanto nuova casa editrice, che abbiamo chiamato UBILiber, e che vi presentiamo nelle pagine che seguono. A testimonianza del nostro convinto impegno nella diffusione di quel patrimonio di saggezza e di intuizioni presenti in questa tradizione, ancora più preziosi in un'epoca incerta e fragile come quella che stiamo vivendo. Dunque, questo primo numero non poteva che essere dedicato alla nostra comunità e a ciò che ci unisce, nelle rispettive particolarità: il Buddhismo. Anzi, "i" Buddismi. Perché mai, come oggi, in Italia e in tutto l'Occidente, abbiamo l'occasione straordinaria di veder fiorire nello stesso luogo e nello stesso momento storico le varie tradizioni e assistere a uno scambio prezioso tra le varie sensibilità che rendono questo patrimonio di insegnamenti così prezioso. È proprio questo tesoro a rappresentare anche il cuore dell'UBI. Questo numero vi accompagnerà quindi nel viaggio alla scoperta dei Buddismi Italiani e non solo. La nostra speranza è che uno sguardo più ampio nel panorama variegato delle varie tradizioni possa essere di ispirazione per il percorso di tutti voi, come lo è per noi e uno stimolo a conoscere non solo il passato, ma a mettersi in cammino verso un futuro ancora da scrivere ma con radici profonde nel presente che stiamo vivendo. Insieme. Buona lettura, dunque e grazie a tutti voi per rendere questa avventura editoriale possibile!

*Stefano Bettera*  
Direttore

**EDITORIALE**



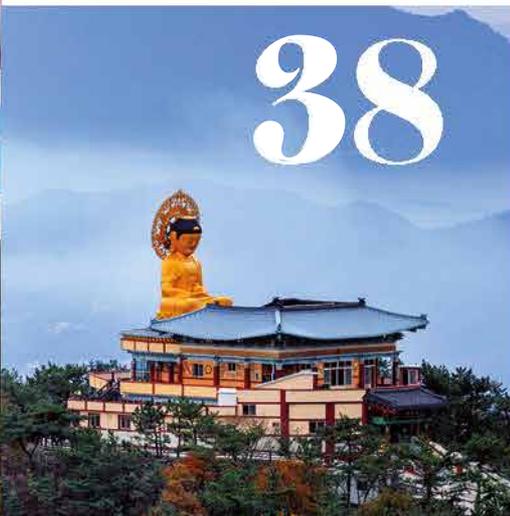
**EDITORIALE**  
**03** STEFANO BETTERA - DIRETTORE  
 .....

**IMPEGNO**  
**06** IL DHARMA IN AZIONE  
 .....

**DIALOGO INTERRELIGIOSO**  
**10** FRATELLI NELLA COMUNITÀ  
 .....

**INCONTRI**  
**14** IL SENSO DELL'“ESSERE”  
  
**18** A 50 ANNI DAI “BONZI DI VIA AMPÈRE”  
 .....

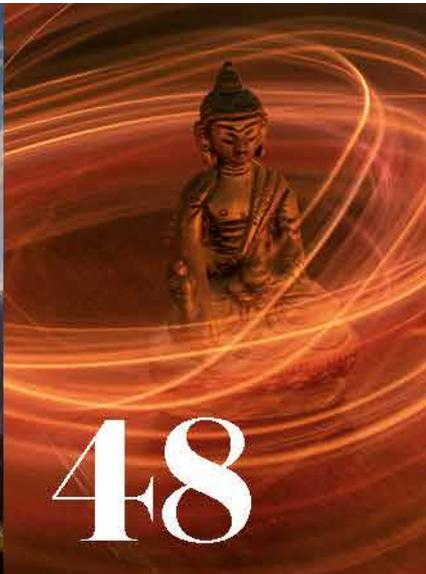
**NEL MONDO**  
**22** LA PRATICA SENZA TEMPO



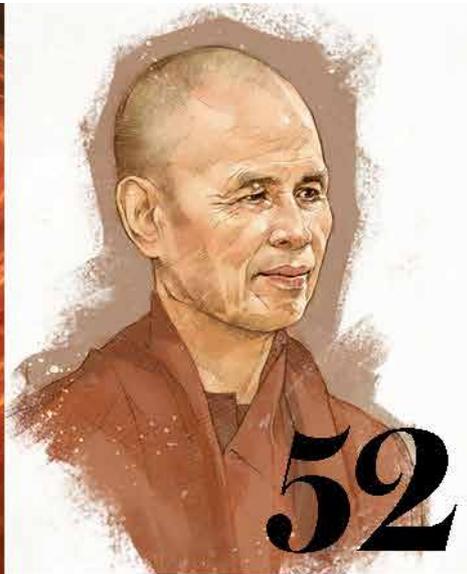
# SOMMARIO



42



48



52

**BUDDHISMI**

**28** L'EVOLUZIONE DELLA NICHIREN SHU

**32** LA LUCE DEL T' IEN-T' AI NEL CUORE DELLE DOLOMITI

**38** SŌN COREANO

**42** BORDO, IL PICCOLO TIBET ITALIANO

**48** IL BUDDHISMO DELLA VIA DI DIAMANTE

**52** THAY IL RIBELLE

**56** LE REALTÀ MONASTICHE IN ITALIA

**EDITORIA**

**62** UBILIBER AL VIA!

**SPUNTI DI PRATICA**

**66** INTRODUZIONE ALLE QUATTRO NOBILI VERITÀ

**FORMAZIONE**

**68** UN'ACCADEMIA DIGITALE PER CONOSCERE IL BUDDHISMO

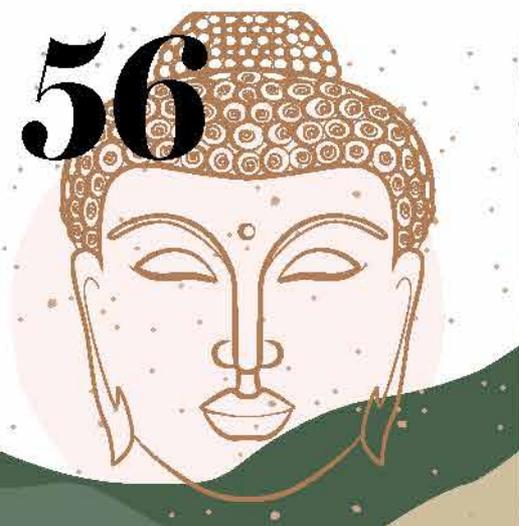
**BUDDHISMO E CULTURA**

**71** TERTIO MILLENNIO FILM FESTIVAL

**PER APPROFONDIRE**

**74** LETTURE CONSIGLIATE

**78** ELENCO CENTRI



56



54

**BUDDHISMO**  
magazine

PER ABBONARTI VISITA IL SITO:  
[WWW.UNIONEBUDDHISTA  
ITALIANA.IT/MAGAZINE](http://WWW.UNIONEBUDDHISTA<br/>ITALIANA.IT/MAGAZINE)

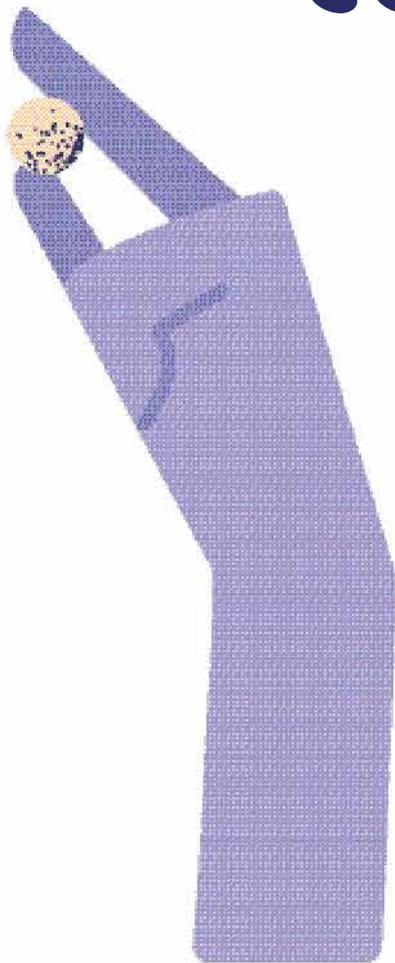
Una visione della saggezza  
realistica del Buddhismo oggi

Filippo Scianna - Presidente UBI

# Il Dharma in azione

**È** innegabile l'esistenza di uno stereotipo (soprattutto in Occidente) che porta a considerare il Buddhismo come una tradizione religiosa "passiva", intenta a rivolgere uno sguardo all'ultraterreno, permeato da un beato distacco, così da rendere l'impegno sociale dei praticanti quasi una contraddizione in termini. Di fatto non esiste un Buddhismo "impegnato" o un Buddhismo "disimpegnato"; c'è il Buddhismo che, pur nelle sue diverse espressioni e tradizioni, pone al centro del proprio impianto dottrinale il tema della sofferenza e del suo antidoto: la saggezza. **Un insegnamento che poggia sulle fondamenta di un'infinita compassione per tutti gli esseri. La logica dell'interdipendenza non ammette distinzioni aprioristiche su ciò che afferisca alla sfera contemplativa e su quanto invece attenga all'idea di un agire, di un fare.**





“ Non è pensabile un disimpegno dalla vita. Agire è di per sé essere nel mondo, col mondo. ”

La pratica meditativa è modalità d'essere, non mera occupazione di uno spazio orario. Praticare il Dharma è manifestare il Dharma. Nelle azioni, nelle conversazioni, nelle decisioni che la vita ci porta a prendere quotidianamente. Il Buddha ci invita a una presenza consapevole nel mentre camminiamo, mangiamo, discutiamo. L'ottuplice sentiero include, tra l'altro, la retta azione, i retti mezzi di sostentamento, la retta parola facendo chiaramente rinvio ad un impegno alla partecipazione nel mondo.

Due tra le figure più rappresentative del Buddismo degli ultimi decenni ovvero Sua Santità il Dalai Lama e Thich Nhat Hanh, e con loro molti altri

Maestri di diverse tradizioni Buddhiste, sono personificazioni di un ideale di praticante che sta nel mondo, partecipa in maniera attiva alle grandi discussioni che riguardano il futuro dell'umanità e del pianeta. Questo agire non è un qualcosa d'altro rispetto alla pratica. Ne è piuttosto espressione. Confrontarsi, partecipare alla dialettica che punta alle sintesi, sostenere una visione del mondo che metta al centro di ogni dibattito la riflessione sulle cause ultime della felicità, sono o dovrebbero essere, la naturale manifestazione di un atteggiamento interiore. Peraltro, non è pensabile un disimpegno dalla vita. Agire è di per sé essere nel mondo, con il mondo. Non si tratta evidentemente di negare o tacere il valore della dimensione del ritiro contemplativo o del concetto di rinuncia. Semmai si tratta di comprendere al meglio che rinuncia è abbandono delle visioni distorte del mondo e non del mondo in quanto tale. L'oggetto della rinuncia sono la sofferenza e le sue cause. Anzi **la sofferenza che è espressione di quella cecità cognitiva che non coglie la realtà ultima di tutti i fenomeni**, deve essere vista, compresa e se possibile trasformata anche attraverso un'azione corale che intervenga sulle strutture sociali, economiche e istituzionali che influiscono sulla vita della maggior parte dei popoli della terra.



## GLI IMPEGNI DELL'UBI

Questa è la premessa di un impegno che vogliamo assumere all'interno di alcuni ambiti della società. Il mondo dell'educazione, della tutela ambientale, di una **sostenibilità** che tenga conto delle **disparità sociali**, con una particolare attenzione alle **nuove povertà**; un'attenzione al tema della **condizione carceraria**; un nuovo approccio anche **alla cura** che consideri da altre prospettive il tema della malattia e della morte. E questo grazie anche alle opportunità e potenzialità che discendono dall'Intesa con lo Stato. La logica sarà quella di una partecipazione, di uno scambio e di un lavoro di ampio respiro; peraltro sulla scia di un impegno dei vari Centri facenti parte dell'UBI, che da anni promuovono o collaborano sul territorio ad iniziative di carattere sociale. L'UBI si muoverà grazie all'apporto di professionalità che

dovranno combinare i valori del Buddhadharma con conoscenze ed esperienze acquisite sul campo in modo da poter offrire visione e competenze specifiche.

## LA QUALITÀ DELLA NOSTRA TRADIZIONE

L'approccio alle diverse aree di azione sarà comunque quello di una tradizione non dogmatica, consapevole della propria ricchezza legata a una investigazione profonda e unica della realtà e sempre guidata dall'idea di agire per un bene comune. E in questo senso anche l'impegno per un dialogo e una collaborazione con le altre Confessioni religiose proprio intorno alle sfide della quotidianità. Con la ferma convinzione che l'impegno comune potenzierà il messaggio e la visione di una nuova umanità più compassionevole e saggia.



# Gli eventi dell'Unione Buddhista Italiana

unionebuddhistaitaliana.it

## Ricostruire

La rete sociale  
in risposta alla crisi

20 Marzo 2021

in diretta streaming dalle 10.00 alle 12.00  
sui canali Facebook, Instagram e YouTube  
dell'Unione Buddhista Italiana



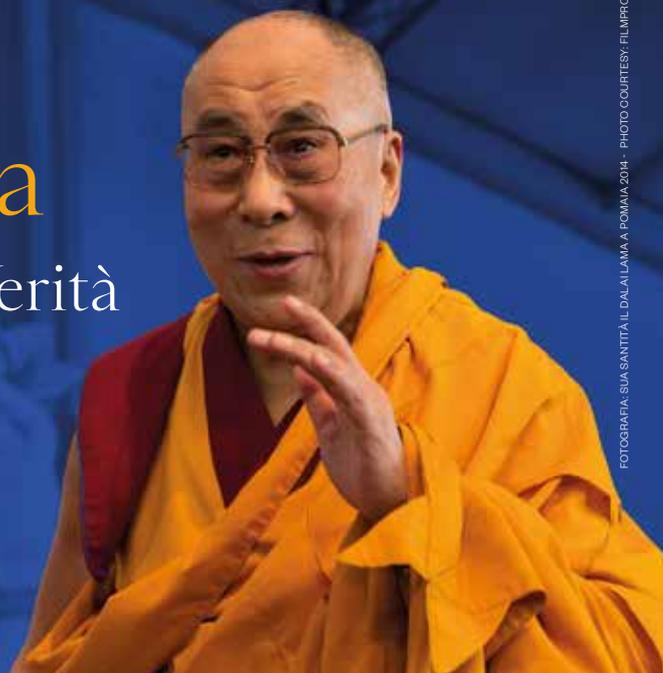
## Sua Santità il Dalai Lama

### Le Quattro Nobili Verità

**7 APRILE 2021 - IN DIRETTA STREAMING**

La mattina, dalle 5.30 alle 7.00  
(9.00 - 10.30 ora solare indiana)

sui canali Facebook, Instagram e YouTube  
dell'Unione Buddhista Italiana



FOTOGRAFIA: SUA SANTITÀ IL DALAI LAMA A POMAIA 2014 - PHOTO COURTESY: FILMPRO



# FRATELLI NELLA COMUNITÀ

L'enciclica di Papa Francesco  
ci apre alla messa in atto  
di un metodo di pratica,  
di trasformazione interiore  
e collettiva

di Rev. Elena Seishin Viviani  
Vice presidente UBI

**L**a nuova Enciclica del Santo Padre, naturale prosecuzione del "Documento sulla fratellanza umana per la pace mondiale e la convivenza comune", sottoscritto col Grande Imam di Al Azhar Ahmad Al-Tayyeb, si ispira ancora una volta a San Francesco, al suo *Fratelli tutti* con cui si rivolgeva a fratelli e sorelle per proporre una vita ispirata al Vangelo. La comunità umana è il luogo di quell'essere fratelli,

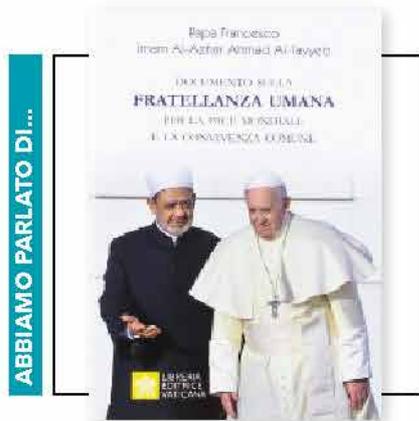


del suo manifestarsi. Non diversamente da come il Buddha accoglieva i fratelli e le sorelle nel Shanga, la comunità, con un semplice *'Ehi passika!'* ('Vieni a vedere') l'invito del Pontefice è tutto volto ad un'immediata presa di coscienza: tutti sono chiamati a ***"(...) riconoscere, apprezzare ed amare ogni persona al di là della vicinanza fisica, al di là del luogo del mondo dove è nata o dove abita"***. L'Enciclica suggerisce e, in un certo senso, sfida ogni donna e ogni uomo ad aprirsi a una nuova prospettiva di incontro: nelle parole del Santo Padre, ritorna la centralità dell'educazione alla fratellanza. Da qui occorre muoversi verso un nuovo patto, una nuova alleanza tra gli esseri viventi.

### **COSTRUIRE UNA COMUNITÀ**

Questo è il passo che può e deve guidarci nel percorso di costruzione di una comunità umana e di fede: ci apre alla messa in atto di un metodo

di pratica, di trasformazione interiore e collettiva che permetta di riscoprire la relazione come fondamento della vita e come porta per riaccedere alla sacralità della vita che è comprensione della profonda interdipendenza che ci lega e restituisce il significato più profondo al vivere stesso. L'Enciclica pone domande e chiede risposte, invitandoci a maturare un linguaggio adatto a comunicare con tutti: una comunità, e così ci si auspica diventi quella umana, è tale perché ognuno può portare il proprio contributo libero e volontario, avendo sempre presente che l'obiettivo è permettere ad ogni fratello di raggiungere la felicità. Ciò che va custodita e trasmessa è la superiorità dell'umanità rispetto ai beni materiali o alle ideologie, e ciò implica quell'attitudine a mettersi al servizio della felicità comune che, per contaminazione, allarga la sua sfera d'influenza a cristiani e non cristiani, credenti e non credenti...



## UN FUTURO CONDIVISO

La relazione come fondamento di vita è anche premessa di un futuro condiviso. Comprendere profondamente quanto dipendiamo gli uni dagli altri, quanto siamo interconnessi implica una nuova presa di coscienza, un sentimento di responsabilità universale che non può che fondarsi su un senso di fratellanza universale. Questa presa di coscienza va sigillata da un nuovo patto, una nuova alleanza tra gli uomini: ci si sente 'fratelli', non solo perché si condivide lo stesso destino su questa terra, ma anche perché ciò è occasione per superare l'angolo visuale in cui la società attuale è rimasta imprigionata, ovvero una prospettiva individualistica e autoreferenziale: confrontarsi con ciò che è altro da sé, accettarlo e includerlo nella propria vita è manifestazione dello stesso *genus humanum* a cui tutti apparteniamo. Ri-definirci come comunità umana non passa attraverso una vaga o astratta idea di comunità; in realtà non possiamo nemmeno riconoscerci se non in rapporto ad una appartenenza. La relazione è fondamento della vita: tra scambi, confronti, frizioni e collaborazioni dobbiamo poter favorire tra gli uomini una sorta di circolo virtuoso, che



nasce non da un confronto a partire dalle proprie disgrazie o difficoltà, ma a partire dalla grazia ricevuta che è questa vita, senza perdere la visione di insieme.

## COME FARE

Ci si mette docilmente nelle mani di fratelli solo quando si è capaci di superare diffidenze dettate dal solo principio di auto-conservazione, di auto-protezione. La ri-umanizzazione della società trova la sua attualizzazione nel risveglio delle qualità migliori di ciascun uomo e vede nel rispetto della dignità di ogni altro essere umano - e, aggiungerei in un'ottica buddhista, di qualsiasi essere vivente - il punto di partenza di un percorso



di trasformazione. Ciò implica l'uscire dai presupposti ideologici che non corrispondono più a nulla, dall'angustia di un pensiero e di un'azione limitati al solo tornaconto e soddisfazione individuali. Rigenerare una convivenza pacifica è il frutto di un processo che impegna le nostre forze migliori, ma che parte da una sincera conversione, dalla presa di coscienza che **solo in un'ottica di Bene comune si possano superare i conflitti tra ideologie, politiche o religiose, o le controversie che sorgono per motivi futili** e che ci fanno perdere di vista quell'umanità di base che ci unisce come un'unica famiglia. La sacralità della vita accomuna tutti noi ed è sigillo di una nuova alleanza tra gli uomini credenti e non credenti, religiosi e laici.



## LA CENTRALITÀ DEL SACRO

Non significa “una regressione in un’area dove la ragione è costretta al silenzio, perché il sacro avendo tutte le risposte, annulla tutte le domande”. (...) “Il sacro non si trova a fianco del secolare, ma nelle sue profondità. Il sacro è il terreno creativo e allo stesso tempo un giudizio critico del secolare”.

Come religiosi siamo chiamati a reinventare un linguaggio in cui la specie umana possa riflettersi nella sua unità profonda, a dispetto di tutte le distanze di tempo e spazio e in tutte le diversità.

INCONTRI

A stylized, high-contrast portrait of Fausto Taiten Guareschi. The image is composed of various geometric patterns: concentric circles and grids for the background, a textured pattern for the hair, and solid colors for the face and clothing. He is wearing a white suit jacket, a dark vest, and a yellow tie. The overall aesthetic is modern and graphic.

# IL SENSO DELL'“ESSERE”

Tremila mondi narrati, infinite vite intrecciate.  
Dialogo con il Maestro Fausto Taiten Guareschi

di Rev. Elena Seishin Viviani  
e Stefano Bettera

Quando incontriamo il Maestro Taiten Guareschi, sta leggendo un testo di Elémire Zolla sulla Struttura dell'Iki di Kuki Shūzō. Guareschi si siede accanto a noi, guarda il camino acceso che riscalda le nostre ossa e, subito, ci porta in quell'atmosfera sospesa dell'inverno nebbioso della bassa emiliana. Con le sue memorie e i suoi fantasmi che ancora ci visitano. Incomincia così una lunga e intensa conversazione sulla vita, sui piccoli mondi, la religione e lo Zen, la terra e le radici, le narrazioni antiche e i bagliori di un futuro non ancora scritto ma che cerca di farsi conoscere. Immagini, vissuti e scintille che, inevitabilmente, finiscono per intrecciarsi in un'unica, profonda indagine sull'Uomo e il suo destino. Come ogni autentico praticante della Via, Taiten Guareschi è in questo mondo ma non di questo mondo. Il nostro dialogo non vive solo nelle parole, ma ancora di più nei silenzi, nei gesti, negli sguardi, negli anni di esistenza che non sono solo i suoi ma arrivano dal profondo del tempo e comunicano senza suono; mentre, in realtà, ogni suono, ogni sguardo, ogni parola, diviene un passo di danza, in quel rito dello scambio luminoso che esiste e trova terreno solo in una connessione tra mente e mente, tra cuore e cuore, tra anima e anima. Quelle tre ore insieme sono state parte del dispiegarsi del tempo ma anche la testimonianza di un tempo e di uno spazio arcaico, lì, per noi, come il dono di un fugace sguardo nella trascendenza.

«Ieri sera» - inizia il suo racconto Guareschi - «sono rimasto incantato incontrando un termine evocato da Elémire Zolla, 'sprezzatura', una parola che attiene a quel gusto Zen del distacco elegante. È un termine coniato da un italiano e che risale alla fine del 1600. Zolla lo utilizza per definire valori e concetti che derivano dalla cultura giapponese e che sono intraducibili per noi. Il mio 'incontro' con

Nel Buddhismo Zen  
è detto:  
"Un solo incontro, una  
sola volta; ogni volta  
non è che un incontro".

Zolla avvenne nel '56, non di persona, ma mediato da un convegno a Venezia, in cui emergevano tematiche che riguardavano la difficoltà di tradurre concetti come l'iki o equivalenti: per noi è inconcepibile capire come un giapponese traduce l'essere. Ma amo, ad esempio, come ne parla Emanuele Severino, un filosofo elegante, con il suo 'non divenire degli eterni', una teoria che ritengo anche un 'guadagno' del nostro fondatore Dōgen Zenji, ancora tutto, o quasi, da scoprire. Severino emanava una calma, un'impassibilità, una modalità attigua al dhyāna: è stata una fortuna aver frequentato lui e, successivamente anche i suoi discepoli, come Carlo Sini, Umberto Galimberti, lo stesso Cacciari, e Luigi Tarca. Tarca, in particolare, che insegnava a Ca' Foscari, mi ha colpito molto: l'anno passato ha terminato il suo percorso di insegnamento, ed io ho contribuito ad un piccolo volume sull'addio a questo filosofo con cui mi trovavo in gran sintonia».

**L'essere, i piccoli mondi, le radici, sono un tema ricorrente nelle tue riflessioni...**

«Ricordo che quando morì mio padre, mi ritirai in una sala a praticare Zazen ma quando lo accompagnai in processione passando per il Duomo di Fidenza non entrai dentro per un'ingenua

questione di coerenza, ma registrai la fatica, l'impegno e il rispetto dei suoi amici che lo portavano in spalla. A distanza di tempo, entrare in quella chiesa dove allora non volli entrare, mi ha dato una soddisfazione enorme. Mia madre invece è morta a 83 anni. Curava l'orto di Fudenji. Per lei invece elaborammo un rito Zazen che ad una persona di fede cattolica presente fece dire: "Lo voglio anch'io così!". Sono motivi di conversione, ma la nostra non è forse una conversione continua? Altrimenti di cosa parliamo? Penso di onorare anche la memoria di Severino con questa conversione, che significa anche 'gli eterni che non divengono': una formulazione brillantissima che ci obbliga a riflettere sul sapere filosofico e sui gusti, sul linguaggio».

### **Tu hai sempre avuto rapporti profondi con il cristianesimo**

«Infatti mi definisco un cattolico romano. Ho una grande fascinazione verso gli ebrei e vedo come i cristiani cattolici nei vari secoli sono diventati molto settari, quando la cultura da cui dicono di provenire è al contrario della vastità e della contraddittorietà. Di messia ne sono nati a iosa e tra questi anche Gesù, che nessuno avrebbe notato se non ci fosse

stato Paolo. Sempre grazie a Zolla mi sono imbattuto nel termine 'speranza', a suo parere una delle iature peggiori del pensiero greco antico: è qualcosa che viene dalla mitologia greca, l'apertura del vaso di Pandora, dove sul fondo rimane la speranza, una specie di vizio per i greci. È interessante perché poi questa diventa una virtù teologale: sono stato cresciuto con 'fede, speranza e carità', e in uno dei miei libri le ho usate per illustrare il percorso di fede del Buddhismo Zen Soto. Impiego il termine speranza per dare un'indicazione relativa alla natura profonda del Precetto; ed infatti, traduco i nostri Precetti alla maniera degli ebrei, 'non ucciderai'. Quando un prete amico mio, don Rusconi, tenne a Fudenji tre seminari sul cristianesimo, mi recai dal Vescovo per riallacciare i rapporti con la Chiesa. Ma ancora anni prima, quando ancora praticavo Zazen con tre o quattro persone, ebbi la fortuna di conoscere dei liceali che venivano spesso ad ascoltare delle letture e che, con loro domande, mi tenevano sotto pressione. Con loro non si poteva barare. Qualcuno mi parlò di Renè Guenon, che non conoscevo allora e che avrei scoperto solo più tardi, ma devo riconoscere che solo frequentando dei liturgisti cattolici come quelli della comunità di Santa Giustina di Padova, un ambiente di religiosi molto ricco intellettualmente, ho scoperto autori come Mircea Eliade, Rudolph Otto. L'avvicinamento alla Chiesa avvenne in primis per i linguaggi e poi per avere una relazionalità con qualcuno che presentasse l'aspirazione religiosa in modo problematico. Nel '69 mentre Ratzinger scriveva "(...) La Chiesa scomparirà e dovremo rifare tutto attraverso delle piccole comunità ferventi", noi dello Zen non dovevamo essere bigotti. Ma io avvertivo quella preoccupazione. Ai tempi mi venivano a trovare membri di Comunione e Liberazione su cui allora avevo qualche



pregiudizio, sbagliandomi. Mi diedero una lezione perché nel mio dojo c'erano tutti fuorché i simboli della cristianità: loro invece vennero, si disciplinarono e qualcuno praticò con me diventando un buon allievo con cui sono tutt'ora in contatto.

A don Giussani, che non mi fu possibile incontrare, inviai una lettera per ringraziarlo, citando un passo in cui era scritto: "So che è Pasqua perché ho avuto il dono di incontrarti". Mi ha influenzato... ma perché non farmi influenzare? Come ho ripetuto di recente durante un incontro, la fede per me è nata da un incontro personale che ha toccato il mio cuore e ha dato un indirizzo e un senso nuovo alla mia esistenza: non si tratta di qualcosa di esteriore o di forzato, ma di qualcosa che emana da dentro e che si impone da sé, che in effetti colpisce, spiazza, innova. È un altro che prende l'iniziativa verso la nostra vita; così è un altro che salva la nostra vita, la porta alla conoscenza del vero, la porta all'adesione alla realtà, all'affezione per il vero, la porta all'amore, alla realtà. Se si accetta questo annuncio come un'ipotesi di lavoro allora il respiro ritorna, tutto diventa più semplice (...) si diventa più contenti e tutto diventa origine di stupore. E quanto più uno cerca di vivere questo, tanto più capisce la sproporzione e cammina umilmente perché questo altro che interviene mi prende e mi riprende ogni momento, mi rilancia e compirà l'opera che ha iniziato e ci fa giungere al destino».

LO ZEN, PRATICA DELLA RELIGIONE PRIMA  
DELLA RELIGIONE, APPRENDE A STARE  
FERMI DI FRONTE ALLA MANCANZA DI  
RISPOSTE, E INSEGNA A DISAPPRENDERE...

**Quindi, da occidentali cresciuti con queste radici, per andare oltre la difficoltà nel dar vita a un Buddhismo attuale possiamo anche attingere ad un linguaggio che non è il nostro e che si rifà ad altri archetipi, che pure non sono nostri?**

«Spesso si sentono affermazioni quali "Nel Buddhismo non c'è Dio o l'Assoluto", "Non esiste trascendenza"... Perché non poter parlare di trascendenza come buddhista? Per spiegare lo Zen mi è capitato spesso di prendere a prestito immagini dei nostri pensatori: ho utilizzato l'Infinito di Leopardi per parlare di Zen... Lo immagino che chiedeva al padre le chiavi per entrare in biblioteca, lui che a ventun anni parlava già perfettamente la lingua ebraica!!! Ecco, questo per me è Zen, ed io ritengo di essere rimasto fedele al Maestro proprio perché ho accettato questo tipo di sfida. La stessa identità di Fudenji andrebbe ri-orientata, cosa non facile: purtroppo nello Zen tutti quelli che acquisiscono un po' di padronanza del messaggio tendono a dimenticare la necessità di mantenere un certo grado di confronto e di contraddittorio che, invece, sarebbe l'unica strada. È lo stesso rilievo che fa Evan Thompson nel suo "Why I'm not a Buddhist", dove afferma di essere interessato alla trascendenza e di non poter essere confinato nel Buddhismo modernista in cui si parla delle scienze cognitive che dovrebbero certificare lo spirito. A prescindere dal fatto che personalmente faccio fatica ad usare 'l'essere' come categoria, la penso come Joseph Campbell secondo cui bisogna sposare certi linguaggi per capire da dove veniamo».

# A 50 ANNI DAI "BONZI DI VIA AMPÈRE"

Intervista a Massimo Corona, presidente ILTK,  
uno dei padri nobili del Buddhismo Italiano  
di Stefano Bettera

**M**assimo Corona può essere considerato a ragione uno dei padri del Buddhismo italiano. La sua storia parla da sola. Una storia di aneddoti e conoscenza. Ma anche un brillante sguardo sul futuro. Originale e "irriverente" e, dunque, doppiamente prezioso.

**Tu provieni dalla tradizione Gelugpa, che è antichissima, e vorrei capire come una tradizione come questa, con la sua esperienza, il suo passato, i suoi valori è in grado di affrontare il passaggio alla modernità.**

*Oggi il Buddhismo attrae molte persone, ma*

*le ragioni per cui vi si accostano variano molto: dipende dalle attitudini e dal background di ognuno. Per quanto mi riguarda sono partito per l'India nel 1970, a seguito dell'onda del '68, insieme al fondatore degli Hare Krishna in Italia, Giorgio Cerquetti, e all'amico Andrea Valcarenghi. Lui è andato con Osho, io invece con i buddhisti. Nel '68 eravamo tutti insieme a Milano e ci si chiedeva "perché vivere per i soldi?" Noi eravamo contro i cosiddetti valori borghesi. Quando però il movimento è diventato maoista ho smesso di seguirlo. Sono partito con un volo charter Milano-Delhi solo andata. Con Claudio e la mia fidanzata di allora siamo arrivati a Delhi, quando Cerquetti mi invitò ad andare al Crowne*



*Hotel della vecchia Delhi, pieno di drogati e hippie. Poi siamo andati nel Kashmir - allora ci si poteva andare, non c'era la guerra... è stato in quel periodo che ho sentito nominare per la prima volta Dharamsala e i monaci tibetani, ma nessuno mi sapeva indicare dove si trovasse perché ogni città, in India, ha un Dharamsala, cioè un posto dove chi viaggia, i sadhu, quelli che non hanno casa, vanno lì e dormono al coperto... poi qualcuno, soprattutto i Sikh, offre loro del cibo. Dharamsala è in realtà sinonimo di ostello. Tutti mi sconsigliavano di andare lì: "È un posto brutto, ci sono i ladri", dicevano. Ed io rispondevo: "Ah... io pensavo ci fosse il Dalai Lama!!" (ride). Poi mi sono spostato a Goa e da lì, con la nave fino in Malesia. Alla fine giunsi in Nepal. Lì ho incontrato i Lama ed è stato un colpo di fulmine!*

*« Oggi c'è il rischio di trasformare il Buddhismo in un percorso puramente psicologico o solo filosofico: credo sia riduttivo... »*

#### **Quali elementi ti hanno affascinato di più di questo incontro?**

*Più che gli aspetti esteriori mi hanno colpito soprattutto l'insegnamento sulle Quattro Nobili Verità, che appartengono peraltro a tutte le scuole buddhiste. La sofferenza, la causa della sofferenza... io soffrivo e volevo trovare una risposta... "che senso ha vivere questa vita?", mi chiedevo. Mio padre era ricco, ma non tornava mai a casa, lavorava moltissimo... Dicevo a me stesso: "Dovrà pure esserci qualcos'altro però...". Così, alla fine scoprii questo tesoro di saggezza. L'altro aspetto che mi ha colpito è quando ho cominciato a trovare una risposta alla domanda esistenziale sul "perché siamo qui?". Da bambino frequentavo il Collegio San Carlo a Milano. In quarta elementare chiesi a Don Silvio, il mio confessore: "Scusi, ma se Dio è amore e saggezza infiniti, perché ci ha creato così, come esseri che soffrono?". "Non farti queste domande", rispose, ma per me il problema di Dio era diventato un chiodo fisso e ho provato un senso di liberazione entrando a contatto con la visione*

buddhista del mondo che parla di una realtà inter-dipendente, di cause e condizioni, simile a ciò di cui parlano anche gli scienziati quantistici. Proprio le affinità con il pensiero scientifico rappresentano un punto cruciale per attrarre gli occidentali. Poi naturalmente c'è tutta la parte dello studio della mente e delle affezioni mentali: oggi moltissimi psicologi utilizzano parte delle tecniche buddhiste così come la mindfulness. Sua Santità il Dalai Lama dice ogni volta ad un suo amico, un fisico indiano: "Ora hanno scoperto la fisica quantistica... ma in India l'abbiamo scoperta 2500 anni fa!".

**Sono passati molti anni da quando è nato il primo centro in via Ampère, a Milano, negli anni '70. Ricordo che quando ero bambino e abitavo lì vicino, vidi i primi monaci in strada e rimasi colpito.**

*Sì, quelli erano Claudio e Piero. All'epoca era uscito anche un articolo sul quotidiano La Notte intitolato "I bonzi di via Ampère".*

**Ancora me lo ricordo! Ho avuto la fortuna, praticamente, di vedere il primo luogo del Buddhismo italiano...**

*Quello era l'appartamento di Franchino Morgante, uno dei fondatori dell'Istituto Lama Tzong Khapa. Ricordo quando andammo dal notaio a fondare l'Associazione Culturale. Non religiosa perché allora non era permesso. C'erano oltre a lui mia madre e una signora con un nome tedesco. In quel periodo abbiamo organizzato i primi due o tre corsi ospiti nei centri di ritiri cristiani. In via Ampère*

*venne anche Kalu Rinpoche, che poi ci regalò una statua del Buddha alta 80 centimetri da mettere sull'altare.*

**Tu che hai visto l'evolversi del Buddhismo in Italia e dell'UBI, come ti immagini il Buddhismo italiano tra dieci anni?**

*Recentemente ho seguito un corso on line del Centro Jamyang di Londra dell'FPMT tenuto da due americani. Il titolo era "Il sentiero graduale per l'illuminazione degli scettici". Hanno eliminato ogni citazione sulle vite passate. Ad esempio, il karma viene inteso esclusivamente come "impronta" nella coscienza per azioni commesse in questa vita. Ed altre cose simili... Non so... ho visto solo l'introduzione, ma fatico a entrare in sintonia con questo modo di presentare il Buddhismo. Ci sono molte esperienze, anche del mondo, non solo individuali, in cui si vedono due gemelli nati dallo stesso uovo che però si sviluppano con caratteri diversi. Ci sono tante storie di persone che si ricordano benissimo delle vite passate... i posti, i luoghi, i nomi delle vie... Il Buddha ha spiegato come avere fiducia nei punti dell'Insegnamento che non si possono spiegare, né con la logica né con l'esperienza, seguendo questo ragionamento: "Se tutto il resto di ciò che insegno funziona, e lo avete sperimentato, perché rifiutate tutto ciò che non si può vedere né dimostrare?". Gran parte dei neuroscienziati sta oggi smentendo la convinzione che la mente sia uguale al cervello: non esiste nessuna prova scientifica che la coscienza dell'uomo sia il suo cervello.*



**Infatti, la concezione che il Buddha aveva della mente era più simile a quella che noi possiamo avere dello spirito, se volessimo proprio fare un parallelismo...**

*O dell'anima... Infatti, è uno dei grandi fraintendimenti di chi si accosta al Buddhismo pensare che in questa religione non si parli di spirito o di anima. È una dimensione che non ha forma, né colore, né dimensione, non è né dentro né fuori... eppure c'è e la si sperimenta sempre, anche quando si dorme. Oggi c'è il rischio di trasformare il Buddhismo in un percorso puramente psicologico o solo filosofico, il che può avere un suo fondamento, perché il Buddhismo ha sviluppato chiaramente un pensiero filosofico e psicologico molto profondo e raffinato, pensiamo a Nagarjuna o Shantideva, però ridurlo soltanto a questa dimensione credo sia riduttivo... Allo stesso modo però non provo simpatia verso i "talebani buddhisti", quelli che "se non professi esattamente le visioni classiche della tua scuola buddhista... gli altri no, non riusciranno mai a raggiungere l'illuminazione!". Spesso i grandi maestri fanno delle affermazioni che se esaminate con la logica a volte sembrano sbagliate, ma in realtà "alla fine", come mi ha detto alcuni anni fa il Dalai Lama, "raggiungono tutti lo stesso risultato".*

**Bisognerebbe avere la stessa apertura di cuore e riconoscere che noi, di fatto, abbiamo una visione "limitata" delle cose...**

*Ma certo! Perché tutto è, in parte, una proiezione della nostra mente. Noi proiettiamo ciò che è bello, ciò che è brutto, ciò che ci attrae... prima proiettiamo il fatto che le cose esistano così, dalla loro parte, e su quelle cose poi proiettiamo tutta un'altra storia... gli insegnanti occidentali usano un verbo, "reificare", per me giustissimo: "to reify" significa infatti "creare la realtà", anche se non completamente, perché il karma esiste, cause e condizioni in interrelazione sono continue, ineluttabili... però quando queste apparenze appaiono, in ultimo, tutte formate da parti, cause e condizioni, noi gli diamo la realtà... e lì dentro proiettiamo tutto ciò che vogliamo... ecco, quando si ragiona in questo modo, come si fa a giudicare gli altri? Il mio consiglio è che quando riconosci i veri maestri fai silenzio e, con la giusta umiltà segui il loro esempio e continui a imparare".*

NEL MONDO

# LA PRATICA





# SENZA TEMPO

Diffondere e proteggere il percorso  
di consapevolezza nel mondo odierno

di Corrado Pensa e Neva Papachristou -  
Insegnanti e soci fondatori dell'Associazione  
per la Meditazione di Consapevolezza

**C**i sembra fondamentale, ancor più in una situazione così difficile nella quale abbiamo perso tante aree delle nostre vite, coltivare la capacità di apprezzare le condizioni favorevoli presenti. Ed è per questo che vorremmo cominciare col ricordare che **se l'emergenza sanitaria che stiamo vivendo ormai dal febbraio 2020 fosse accaduta anche solo trent'anni fa, non ci sarebbe stata la possibilità di continuare a godere degli insegnamenti del Buddha.** Fino a pochissimo tempo fa la comunicazione tra le persone era completamente diversa, non esistevano i cellulari e l'uso di internet era ancora agli albori. Le telefonate extra urbane erano molto costose e si preferiva spedire lettere cartacee per lo più con posta ordinaria e, raramente, espressa. Il contatto con le altre culture e con esperienze e tradizioni lontane, poi, era letteralmente frenato da tanti ostacoli da superare, primo fra tutti i lunghi e costosi viaggi che pochi potevano affrontare, per motivi economici, di tempo e anche linguistici. E queste difficoltà riguardavano anche la diffusione del Dharma. Pochi testi delle Scritture erano stati tradotti dalla loro lingua originaria e quei pochi che circolavano erano principalmente in lingua inglese e tedesca. Ai nostri giorni possiamo acquistare non solo moltissimi libri in italiano, ma possiamo anche ordinare da case editrici estere pubblicazioni che arrivano nelle nostre case in meno di una settimana. In rete ci sono tantissimi siti nei quali si possono trovare tutti i discor-

si del Buddha tradotti e commentati da studiosi, monaci e insegnanti accreditati di vari paesi. Grazie alla piattaforma YouTube la maggior parte di noi può ascoltare e vedere rinomati maestri spirituali che probabilmente non potrebbe mai incontrare personalmente. Ci sono addirittura numerose applicazioni da poter scaricare sul proprio cellulare o tablet che permettono di meditare regolarmente con intere comunità di praticanti sparse in tutto il mondo.

## TROVARE IL GIUSTO EQUILIBRIO

Tutto questo contribuisce in maniera positiva alla diffusione del Dharma. Però va anche detto che questa maggiore disponibilità di informazioni non annulla, anzi, paradossalmente aumenta, il rischio di una semplificazione, se non addirittura di una mistificazione, del messaggio originale del Buddha. E questo perché **l'abbondanza di informazioni non sempre significa anche che queste siano promosse da persone o enti qualificati.** Troppo spesso vengono pubblicati in rete o sorgono associazioni che divulgano l'insegnamento



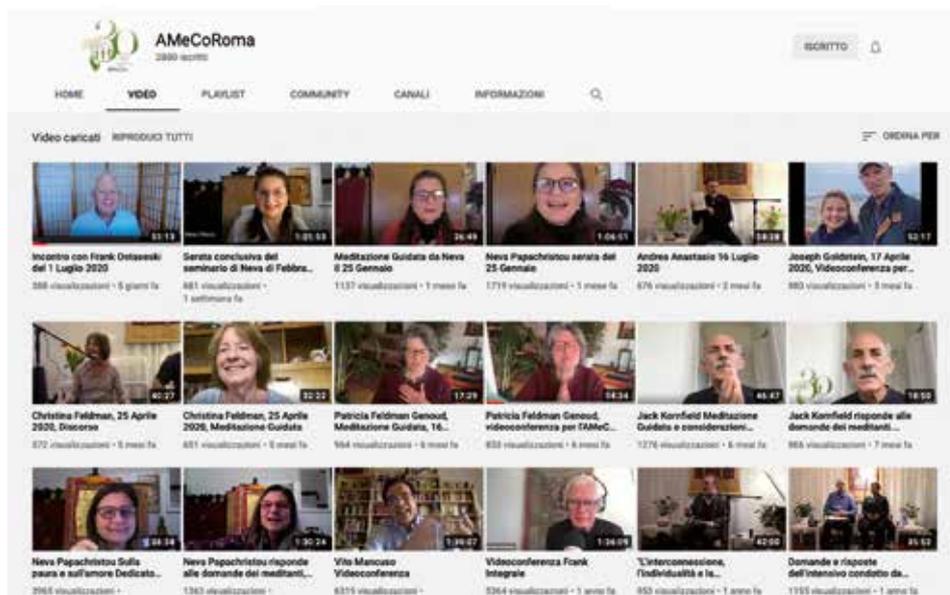
# SE L'EMERGENZA SANITARIA CHE STIAMO VIVENDO FOSSE ACCADUTA ANCHE SOLO TRENT'ANNI FA, NON CI SAREBBE STATA LA POSSIBILITÀ DI CONTINUARE A GODERE DEGLI INSEGNAMENTI DEL BUDDHA

del Dharma in maniera estremamente depauperata, se non anche gravemente scorretta. **Per non parlare del pericolo di ritenere che sia possibile progredire nel cammino interiore in modo autonomo, facendo zapping spirituale sul web, senza l'aiuto di una guida qualificata e senza l'importante relazione con la comunità di praticanti.** Inutile aggiungere che la sfida che il Buddhismo oggi si trova ad affrontare, così come anche varie aree della cultura e della scienza e non solo, è proprio quella rappresentata da una diffusione di notizie errate che sono sempre più frequenti e spesso promosse da enti o associazioni che, per ovi motivi economici, tirano acqua al proprio mulino proponendo un "Buddhismo del futuro". Di fatto non esiste un "Buddhismo del futuro" se

con questa espressione si intende una "riscrittura" dell'insegnamento del Dharma in chiave moderna. **Il Dharma è per definizione *akaliko* ossia fuori dal tempo, libero e indipendente dai condizionamenti.** Se così non fosse non solo non rappresenterebbe una via di salvezza dal condizionato, ma nemmeno riuscirebbe a parlare ai cuori dei milioni di donne e milioni di uomini che nei secoli lo hanno coltivato con fiducia e gioia. La cosa certa è che, come la dottrina del Buddha è passata nei secoli dalla forma orale e mnemonica alla forma scritta, anche oggi e in futuro potremo ascoltare e studiare il Dharma avvalendoci dei moderni mezzi di comunicazione.

## IL NOSTRO SOSTEGNO

La pandemia ha rivoluzionato non solo le nostre relazioni ma anche lo stesso modo di praticare e proporre le attività di Dharma e meditazione. L'Associazione per la Meditazione di Consapevolezza (A.Me.Co.), di cui noi siamo gli insegnanti guida, così come altri centri di Dharma situati



in varie parti del mondo, ha dovuto rispondere con sollecitudine e con repentinità ai grossi cambiamenti imposti dalla diffusione del Covid-19. Già dal 4 marzo 2020 abbiamo scelto di chiudere la nostra Sede e di spostare tutte le nostre iniziative dalla modalità in presenza a quella da remoto. Abbiamo offerto numerose occasioni di pratica nella pagina Facebook dell'Associazione e abbiamo invitato tantissimi insegnanti di spicco internazionale, fornendo una traduzione in consecutiva, a trattare temi di Dharma, in particolare quelli che potessero essere di aiuto alle tante persone che si trovavano a vivere una dimensione di emergenza, difficoltà e paura probabilmente mai sperimentata nella loro vita. La risposta è stata, e continua ad essere, commovente e molto significativa. **Infatti si sono avvicinate all'insegnamento del Buddha tantissime persone che, probabilmente, senza questo periodo particolare, non avrebbero avuto "il tempo" per dedicarsi al cammino interiore.** Il crollo delle certezze derivate dall'illusione che la "normalità" fosse una dimensione dovuta, ha fatto sì che ci si rendesse maggiormente conto dell'importanza di trovare sostegno in se stessi piuttosto che nelle condizioni esterne non più vissute come "sicure" e affidabili.

## LA VISIONE SI ALLARGA

Il Buddha sottolinea come la sofferenza risieda proprio nel non vedere la natura cangiante di tutti i fenomeni condizionati e nel proiettare solidità e certezza in ciò che per sua stessa natura è mutevole e fluido. La pratica della meditazione di consape-

volezza è uno strumento ideale per avere la chiara visione - *vipassanā* (in pali chiara visione è esattamente il significato di *vipassanā*) - di questa errata percezione della realtà e, allo stesso tempo, è la via regia per incontrare quelle risorse di saggezza e compassione insite nelle nostre menti-cuori. **L'emergenza sanitaria** ha messo tutti noi di fronte alla fragilità e alla precarietà della nostra esistenza ma **ha anche fatto emergere, con forza e fiducia, la determinazione a dedicarsi con impegno al proprio cammino interiore.** Tornando agli incontri virtuali organizzati dall'A.Me.Co. è interessante osservare come, potendo accogliere alle iniziative un numero di meditanti più alto, non più limitato dalla capienza della sala, ciò ha fatto sì che una media di trecento persone possano partecipare alle dirette organizzate sulla piattaforma Zoom e molte di più possano rivedere i video postati sul nostro canale YouTube e sulla nostra pagina Facebook. A questo dato va aggiunto che adesso i partecipanti si collegano da più parti non solo d'Italia ma anche del resto del mondo. Inutile dire che quando potremo finalmente riaprire la nostra Sede e svolgere le attività in presenza, continueremo ad offrire ai numerosi meditanti i nostri incontri anche in diretta on line.

## QUI E ORA

In questi mesi molto difficili abbiamo seguito i praticanti anche attraverso colloqui individuali telefonici e abbiamo fatto, insieme a tutti gli insegnanti invitati, del nostro meglio per riuscire a presentare l'insegnamento del Buddha non come una dottrina

a cui aderire ideologicamente ma come un insegnamento vivo da portare nella nostra quotidianità. Perché oltre alla caratteristica del Dharma di essere *akaliko* di cui abbiamo parlato poc'anzi, un'altra sua caratteristica precipua è quella di essere *ehipassiko* ossia verificabile qui e ora da ognuno. A tale proposito durante i nostri discorsi invitiamo i meditanti a svolgere, oltre alla regolare pratica meditativa, detta "pratica formale", anche la pratica di consapevolezza in azione, cioè nella vita quotidiana, detta "pratica informale". Per quanto riguarda quest'ultima proponiamo esercizi specifici da applicare durante la settimana e su cui si possa riflettere nella sessione successiva del seminario dedicata alle domande e risposte. I praticanti sono invitati a partecipare attivamente esponendo impressioni, scoperte e difficoltà. Questa sessione è particolarmente utile perché consente alle persone meditanti, non solo di conoscere meglio il Dharma, ma anche di evitare che le cose non comprese bene diventino un ostacolo al cammino interiore. Per concludere queste riflessioni sulla diffusione del Dharma durante un tempo di pandemia, desideriamo esprimere la nostra gratitudine alle migliaia di persone che in questi ultimi mesi si sono associate all'A.Me.Co. perché ci hanno fatto il dono della cosa più preziosa che si possa condividere: la fiducia nel cammino interiore e nelle risorse di amore e saggezza che risiedono nei nostri cuori.

LA PANDEMIA HA RIVOLUZIONATO  
NON SOLO LE NOSTRE RELAZIONI  
MA ANCHE LO STESSO MODO  
DI PRATICARE E PROPORRE  
LE ATTIVITÀ DI DHARMA  
E MEDITAZIONE.



A.Me.Co., [www.associazioneameco.it](http://www.associazioneameco.it)



# L'evoluzione DELLA NICHIREN SHŪ

La mia vita tra Occidente e Oriente

di Shoryo Tarabini - Abate del Tempio della Nichiren Shu, Renkoji

**V**engo da una famiglia tipicamente occidentale, mista cattolica e ebraica. Sono nato nel 1955 e cresciuto naturalmente tra le due realtà religiose della mia famiglia. Da giovanissimo fui molto attratto dal Buddhismo. Nonostante la mia nazionalità italiana, ho vissuto principalmente tra San Francisco e Tokyo, poco dopo la "Beat Generation" quando lo Zen era una grande novità nella società californiana e successivamente la sua influenza nel mondo buddhista americano divenne ancora più forte. Fui circondato, quindi, da tante tradizioni buddhiste sin da piccolo, la Terra Pura (Jōdō Shū e Jōdō Shinshū), Chan, Zen e Nichiren (Nichiren Shū e Nichiren Shoshū).

## UN PERCORSO IN SALITA

I templi erano non solo centri religiosi, ma anche centri socio-culturali per le famiglie immigrate e c'era poco spazio per il convertito occidentale, né era tanto accettata né ben vista la conversione di un occidentale al Buddhismo. Questa era la California dell'epoca, nonostante la sua famosa apertura alle novità e il suo crogiolo di culture ed etnie. Quando tornai in Italia negli anni successivi, trovai ancora meno accettazione e comprensione della mia scelta religiosa. Nonostante la mia giovane età e inesperienza, seppi che dovevo assolutamente seguire questo percorso di fede e pratica per tutta la vita. Quando iniziai a praticare nel 1970, all'età di 15 anni, non c'erano



né liturgie in lingua inglese (ovviamente neanche in italiano) né materiali didattici. Iniziai quindi a studiare la lingua giapponese, poi mi trasferii a Tokyo dove rimasi per circa 25 anni. Poi mi fu assegnata la prima residenza europea in Gran Bretagna, dove prestai servizio come quarto Abate del Tempio di Londra. Durante la mia permanenza in Inghilterra, piccoli gruppi di praticanti iniziarono a formarsi a Roma, Firenze e Milano. Nel 2005 lasciai il tempio di Londra per fondare il Tempio Renkōji in un piccolo edificio fuori Milano. A seguito della sua rapida crescita, il Tempio Renkōji fu riaperto nel 2011 nell'attuale borgo medievale di Cereseto nella provincia di Alessandria. La cerimonia fu celebrata da molti esponenti della Nichiren Shū: oltre 330 monaci e praticanti laici dal Giappone e da tutta Europa.

### LO SVILUPPO DEL TEMPIO

In seguito, il tempio e le sue attività iniziarono ad espandersi proponendo conferenze, traduzioni del Sūtra del Loto, degli scritti di Nichiren Daishōnin e altri studi sul Buddhismo. Da allora ho avviato una serie di iniziative di diffusione, tra cui la messa a dimora di 800 alberi di ciliegio per celebrare l'800° anniversario della nascita

di Nichiren Daishōnin (dal 16 febbraio 2021 al 16 febbraio 2022). Una statua in bronzo di Nichiren Daishōnin alta 2 metri sarà eretta nel "Parco per la pace" all'entrata della città di Cereseto. Il Buddhismo della Nichiren Shū sta lentamente diventando una parte integrante della città e della regione e oggi i credenti del tempio Renkōji sono presenti in tutta Italia. L'obiettivo iniziale del Renkōji era concentrato sull'Italia, ma oggi conta praticanti in Francia, Belgio, Spagna, Portogallo, Germania, Svizzera, Turchia, Iran, Israele, Argentina, estendendosi fino in Messico e in Africa nella Repubblica Democratica del Congo. Le nostre attività oggi includono incontri, lezioni sul Dharma online in italiano, francese, inglese e spagnolo ogni giorno della settimana. Il Buddhismo della Nichiren Shū ha ormai raggiunto in tutto il mondo la maggiore età. Ha piantato tante radici profonde in ciascuno dei paesi in cui è stato introdotto. Non vediamo l'ora di poter collaborare e praticare insieme a tutti Voi per aiutare a guarire il nostro mondo durante questo periodo inquietante e per portare serenità e benessere a tutti coloro che ci circondano.

[revshoryotarabini@hotmail.com](mailto:revshoryotarabini@hotmail.com)

## Le origini della Nichiren Shū

La Nichiren Shū è una scuola Mahāyāna che ha le sue origini nella scuola Tendai giapponese, come le altre grandi tradizioni della Terra Pura (Jōdō Shū, Jōdō Shinshū e Ji Shū) e dello Zen (delle scuole Rinzaï e Sōtō) fondate nell'Epoca di Kamakura (1185-1333). La Nichiren Shū, con i suoi 768 anni di storia, fu fondata da Nichiren Daishōnin (1222-1282) il 28 aprile del 1253. Basata soprattutto sugli insegnamenti del Sūtra del Loto, fu chiamata originariamente la Hokke Shū (法華宗, la "Scuola del Fior di Loto"). La Nichiren Hokke Shū (日蓮法華宗), nel 1876, adattò il nome Nichiren Shū (日蓮宗) che significa letteralmente "la scuola di Nichiren". Nichiren Daishōnin morì il 13 ottobre 1282. Prima di morire, nominò 6 discepoli maggiori tra i suoi numerosi discepoli, più un giovanissimo discepolo (un monaco chiamato Kyōichimaro) per propagare il Dharma a Kyōto. Da questi e altri successivi discepoli, sono nati 5 maggiori lignaggi, tutti parte del lignaggio di Nichiren Daishōnin.

Oggi, la Nichiren Shū è un'organizzazione religiosa composta da circa 5.000 templi di quasi tutti questi lignaggi, con 8.000 monaci e monache, e circa 3,8 milioni di membri in tutto il mondo. Fuori del Giappone, ci sono 30 templi ufficiali della Nichiren Shū (in Europa, Nord e Sud America, e tutta l'Asia), e tanti nuovi centri. In Europa, ci sono tre templi in Inghilterra, Germania e in Italia. In Italia la tradizione Nichiren con la scuola Nichiren Shōshū iniziò a stabilirsi dagli anni '70, mentre la Sōka Gakkai giunse molti anni dopo.

La pratica della Nichiren Shū è basata principalmente nella recitazione del Sūtra del Loto e del suo titolo, Namu Myōhō Renge Kyō, la meditazione, e lo studio degli insegnamenti e tradizioni del Buddha Shakyamuni nonché di Nichiren Daishōnin.

# LA LUCE DEL T'IENT-T'AI NEL CUORE DELLE DOLOMITI



Il Tempio Buddhista Tenryuzanji,  
luogo di pratica, cultura e impegno sociale  
di Seiun - Abate del Tempio Buddhista Tenryuzanji



Il Tempio Buddhista Tenryuzanji di Cinte Tesino (TN) è una perfetta testimonianza della vitalità del Buddhismo nel nostro paese e delle sue molteplici sfaccettature in grado di parlare alle diverse sensibilità dei praticanti. Il Tenryuzanji è stato fondato, infatti, con il proposito di creare una realtà con carattere peculiare di luogo di meditazione, studio, silenzio, raccoglimento e ascolto, dove poter far esperienza diretta di preghiera, meditazione e altre attività con finalità di una crescita interiore. Il Tesino è una zona che si sviluppa nell'area meridionale delle Dolomiti, circondato dalla catena del Lagorai. Il versante nord che racchiude l'altopiano fa parte del Massiccio di Cima d'Asta. Da questi monti nasce il torrente Grigno, che scorrendo tra i comuni della conca, ha creato una profonda valle fino a Grigno, dove il torrente sfocia nel fiume Brenta. In questo magnifico ambiente alpino il tempio propone diverse attività che vanno dalla meditazione alla pratica delle arti marziali, e per questo non può ridursi a semplice meta turistica.



## LA MIA STORIA

Lo stesso spirito non settario e aperto ha caratterizzato il mio viaggio nel Buddhismo, che ha avuto inizio nei centri buddhisti di tradizione tibetana e della tradizione giapponese Soto-Shu Zen presenti in Italia. Nel '99 ho deciso di recarmi in Giappone e sono entrato nell'ordine Shugendo, tradizione nata dal sincretismo tra Shinto e gli insegnamenti Mikkyo del Buddhismo Kongojo (Buddhismo Vajrayana o Tantrayana). Qui, dopo un periodo di noviziato ho ricevuto l'ordinazione di Yamabushi (Monaco di Montagna) con il nome religioso di Seiun. Dopo qualche anno, ho avuto la fortuna di diventare discepolo personale del Granmaestro Ven. Shimazu Kokai, 87° abate del tempio Kotakuji dell'Haguro Shugendo, ricevendo da questi il nome di Dosho. Ancora oggi mantengo un rapporto di discepolato con questo maestro approfondendo le pratiche e gli insegnamenti della tradizione del Buddhismo di montagna. Nel 2004 il mio maestro mi ha introdotto al Ven. Ichishima Shoshin, 36° maestro abate del tempio Senzoji Tenryuzan e Kangaku (consigliere) dell'ordine Tendai-shu, e sono diventato suo discepolo personale col nome di Fushin ricevendo la trasmissione



orale riguardo diverse tecniche di meditazione "Shilanga" (samatha/vipasyana), sulla pratica del Nenbutsu (pratica rivolta al Buddha Amida), sul metodo di Kamalashila e sullo studio del Sutra del Loto. Nel 2008 ho ricevuto in Sri Lanka l'ordinazione secondo la tradizione buddhista Theravada, ricevendo il nome religioso di Dhammadara. In questo modo ho potuto prendere sia l'ordinazione prevista dalla piattaforma Bonmo, sia secondo la piattaforma del Kai-Ritsu, il Vinaya antico Dharmaguptaka e Theravada e, grazie all'importanza che il tempio Tenryuzanji pone sui precetti monastici, ho ricevuto il riconoscimento e l'autorizzazione a denominarla "Comunità Tendai-Risshu".

<https://tenryuzanji.org/>

## DIALOGO CON IL TERRITORIO

Non si tratta solo di un luogo di culto, ma di un vero riferimento per tutta la popolazione di questa zona grazie alle attività che il Tempio svolge anche in dialogo con le istituzioni locali e con le altre confessioni religiose. Nella disponibilità dell'accoglienza trovano infatti ascolto le esigenze di tutti coloro, buddhisti e non, che cercano dialogo e sostegno alle loro difficoltà e gioie quotidiane, al dolore e all'inquietudine interiore. La routine religiosa si delinea in accordo con la linea di pensiero che ha sempre contraddistinto la scuola T'ien-t'ai e del patriarca Zhiyi, ovvero il profondo senso di apertura nei confronti degli insegnamenti di Buddha nelle loro diverse forme: la scuola T'o'en-t'ai e poi Tendai, ha sempre avuto nel proprio DNA l'accoglienza di insegnamenti diversi dal Sutra del Loto, dallo studio di altri Sutra, a varie tecniche di meditazione, alla pratica del Nembutsu (la recita del nome di Amida Buddha), alle pratiche rituali esoteriche fino ad arrivare alla pratica spirituale della marcia montana (il kaihogyo). Questa sua apertura la si può ritrovare nella convinzione dello stesso patriarca fondatore Zhiyi (538-597), secondo cui tutte le pratiche e le dottrine sono da considerarsi come Mezzi Abili (Upaya) per la trasmissione dell'insegnamento adattandosi alle diverse caratteristiche dei praticanti, arrivando alla chiara comprensione dell'unico Buddha, dell'unico Dharma e dell'unico Sangha auspicando di non cadere nell'errore di credere che la verità si trovi in una scuola Buddhista piuttosto che un'altra.

Il Tenryuzanji è una realtà dove far esperienza diretta di preghiera, meditazione e altre attività per la crescita interiore

## LA NOSTRA PRATICA

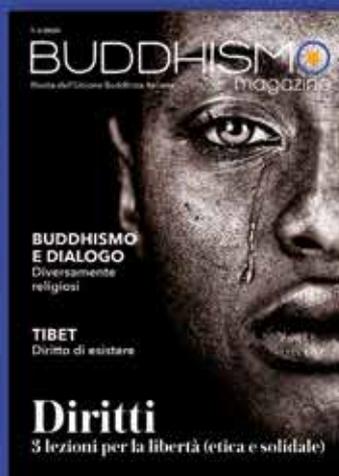
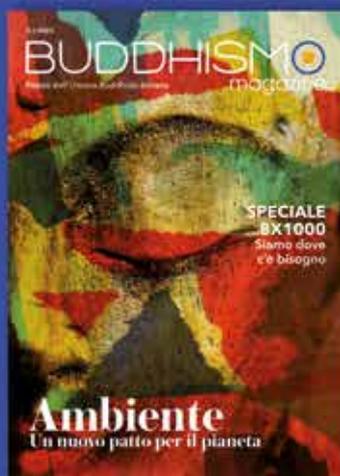
Prevede vari tipi di meditazione come previsti nel Gojoshikan: Fujukan - meditazione sull'insostanzialità del corpo, Jihikan - meditazione sulla benevolenza universale, In nen kan - meditazione sulla origine dipendente, Kai bunbetsu kan - meditazione sul corretto discernimento dei fenomeni, Susokan - meditazione sulla respirazione. E poi anche meditazioni con visualizzazioni come la Ajikan - meditazione sulla sillaba "A" e la Gachirinkan - meditazione sul "disco lunare", la pratica del Nenmbutsu - la recitazione del nome del Buddha Amida e il kaihogyo - la marcia montana secondo gli insegnamenti del maestro Soo. Oltre agli insegnamenti religiosi e spirituali, viene data anche molta importanza a quella che viene chiamata, dalla comunità, la "seconda colonna del tempio" ovvero la pratica delle arti marziali tradizionali giapponesi e cinesi, secondo il lignaggio antico dell'Amatsu Tatara, che prevede lo sviluppo onnicomprensivo dell'individuo. L'arte marziale non come sport, ma vera e propria "Via" esperienziale per la crescita personale. Al tempio si svolgono anche attività di Sami-Gyo o Karma-yoga, in cui le persone si rendono disponibili mettendosi in "servizio" per i bisogni del tempio e della comunità.

# Buddhismo Magazine in versione cartacea

Vuoi ricevere a casa Buddhismo Magazine,  
il magazine dell'Unione Buddhista Italiana?

Compila il modulo sul nostro sito:

[www.unionebuddhistaitaliana.it](http://www.unionebuddhistaitaliana.it)



BUDDHISMI

# Sōn coreano

La vitalità di una tradizione  
da sempre ponte tra culture

a cura dei monaci del Centro  
Bodhidharma



**I**l Buddhismo fu introdotto nella penisola coreana nel IV secolo d.C. La scuola più prospera fu il Sŏn (scritto anche: seon), un ramo del chan cinese, a partire dal VII secolo. Il Buddhismo coreano si distingue per un approccio olistico, l'unione degli studi dei sutra e della pratica di meditazione. Questo approccio è caratteristico di tutti i maggiori pensatori coreani, come per esempio i grandi maestri Wonhyo, Jinul, Taego e Naong.

Il metodo più praticato è l'investigazione dello hwadu, "l'apice della parola". Una forma di hwadu può essere per esempio "mu?" o "cos'è questo?" o "cos'è la mente prima che il pensiero sorge?". Ci sono anche coloro che praticano la consapevolezza naturale senza un hwadu speciale. Per chi pratica intensamente, tutta la vita è uno hwadu. La meditazione Sŏn è praticare "mente unica" (hanmaum) che è "non-mente" (mu-shim). La non-mente significa la mente-di-non-sapere, lasciar andare tutto il sapere superficiale e concettuale. Recentemente molti monaci e laici si sono recati in Birmania o altri paesi Theravada per apprendere e praticare la meditazione Vipassana.

## **I NOSTRI MAESTRI**

Tutti i monaci e le monache sono chiamati sunim. Nell'ordine Jogye ci sono attualmente circa 7000 monaci e 6000 monache. Tra le maestre Sŏn coreane una molto famosa era Daehaeng sunim (1927-2012) che insegnò la meditazione della "mente unica" (hanmaum), cioè vivere seguendo la nostra natura innata di Buddha, testimoniandolo tra gli altri, nel suo prezioso libretto "Trova il tesoro interiore". Negli anni '70 alcuni maestri Sŏn hanno cominciato ad avere discepoli occidentali. Uno di questi era Kusan sunim (1909-1983) di Songgwangsa. Aveva molti discepoli occidentali, come Steven e Martine Batchelor. Tae Hye sunim, l'abate del tempio Musangam e Taeri sunim sono stati discepoli del suo successore Ilgak sunim (1922-1996). Tae Hye sunim era già novizio in Thailandia e dopo la scomparsa del suo maestro thailandese decise di scrivere al maestro Ilgak dicendogli che praticava in modo Buddhayana e quindi voleva andare al Songgwangsa per diventare monaco della tradizione coreana. Ilgak sunim rispose che anche lui era un monaco Buddhayana, poiché aveva praticato per un anno in Thailandia come monaco



Theravada. Taehye sunim ricevette l'ordinazione Jogye di bhikshu in Corea nel 1987. Negli anni '90 in Corea hanno fatto l'addestramento monastico Taeri sunim e Young sunim, rispettivamente il primo monaco italiano a essere ordinato in Corea e la prima italiana ad aver ricevuto l'ordinazione di bhikshuni.

### **LUOGHI DI PRATICA**

Per molti secoli il Buddhismo coreano è stato praticato soprattutto nei templi sulle montagne, ma recentemente c'è stata un'apertura notevole verso il mondo. Ci sono più attività sociali (nelle carceri, negli ospedali e nelle scuole), come anche asili nido buddhisti e aiuti ai paesi poveri. Ci sono circa 30 templi che fanno il programma "temple stay" che permette ai laici, anche stranieri, di stare in un tempio per due-tre giorni a imparare le pratiche fondamentali: meditazione, recitazioni basilari, e in alcuni templi anche



cose specifiche come cerimonia del tè o calligrafia. Le riviste buddhiste in Corea pubblicano sempre ricette di piatti vegani. Diversamente dal Theravada, nel Mahayana la cucina è diventata importante e conseguentemente nei templi spesso si coltivano verdure, patate e frutta. Ci sono maestre coreane come Jeong Kwan sunim, vere e proprie esperte di cucina, ma anche in ambito maschile si è affermata questa tendenza. Jeong Kwan sunim ha affermato che il cibo è una via verso l'illuminazione. Non si tratta di sensazionalismo culinario, ma di preparare con consapevolezza ingredienti vegani e biologici, partendo dalla cura dell'orto, fino al piatto finito, come pratica di visione unica e consapevole della Via, approccio olistico che lei stessa esemplifica come possibilità estendibile anche a tutte le altre attività umane.

[www.bodhidharma.info](http://www.bodhidharma.info)



## IN ITALIA

Il nostro tempio Musangam, situato a Lerici, è un centro appartenente all'Unione buddhista italiana, il cui nome significa "senza forma" e fa parte dell'ordine Jogye. Il nostro stile è Buddhayana, l'unione di ciò che è essenziale nelle tradizioni buddhiste. Le fasi partono dalle fondamenta della dottrina enunciata nel Canone Pali, per poi approfondire i concetti di vacuità e non dualità che si appoggiano su queste conoscenze basilari. Gli studi, basati sulle lingue originali, creano un ponte tra Theravada e Mahayana. La collaborazione con il centro Theravada srilankese di Genova, Sambudu viharaya, è una conferma tangibile di questa direzione. La nostra attività si estende in molteplici direzioni, sia in luoghi di sofferenza concreti, come il carcere, sia nel favorire iniziative culturali e artistiche nelle piazze, come viatico spirituale, come scambio capace di far intravedere la vicinanza tra Occidente e Oriente. Ne è testimonianza la lunga collaborazione con l'associazione Arthena, scuola d'arte e di teatro greco di Lerici, con cui da anni interagiamo per creare occasioni di confronto tra la nostra cultura di riferimento, la filosofia greca e romana, e il messaggio del Buddhismo, in un'accezione non chiusa nelle tradizioni, ma nella modalità Buddhayana.



# BORDO, IL PICCOLO TIBET ITALIANO

Vivere la tradizione Karma Kagyu  
in un villaggio di montagna

di Tengye - Insegnante di Dharma di Bordo

**S**viluppatosi a partire dal Medioevo grazie ai giacimenti d'oro e di ferro della zona alpina intorno al Monte Rosa, il villaggio di Bordo, in Valle Antrona, fu abbandonato dai suoi abitanti a metà del XX secolo. Gerard Frei - proveniente dalla Svizzera, ancora oggi legato al luogo come presidente della Cooperativa Bordo - ha avuto il sogno di ricostruire le case e di fondare qui, insieme ad altri giovani svizzeri e tedeschi, una comunità con una dimensione spirituale. Nel 1981 partecipò alla cerimonia di cremazione del 16° Karmapa a Rumtek e, insieme a Lama Irene, anche lei ancora oggi legata al luogo, chiese a Shamar Rinpoche se avrebbe dato il suo sostegno. La risposta fu molto favorevole: Shamar Rinpoche diede al nuovo progetto il nome 'Karma Dechen Yangtse', ovvero il "Luogo della Suprema Felicità".

### **OGGI COME UNA VOLTA**

Il villaggio, con le sue strutture tradizionali in pietra, semplici ma perfettamente adattate, continua a colpirci. Anche i Lama e i Rinpoche che hanno avuto un passato in Tibet erano entusiasti

di venire in un posto come questo, che ricordava loro i primi anni vissuti in un ambiente simile, anche se più severo. La caratteristica più rilevante di Bordo non è tanto la sua architettura antica e la disposizione su un poggio naturale circondato solo da boschi di montagna, ma la sua particolare qualità per essere un luogo di meditazione e di ritiri buddhisti ristretti. Arrivare in Valle Antrona, lasciare l'autobus o l'auto a Rivera e poi prendere il sentiero a piedi che porta fino a Bordo, fa automaticamente lasciare alle spalle le occupazioni e le preoccupazioni mondane ed entrare in uno spazio che sembra essere fuori dal tempo. Questo fa di Bordo un luogo particolarmente adatto alla pratica centrale della tradizione Karma Kagyu: la meditazione.

### **CONTEMPLAZIONE E RICERCA**

L'enfasi sulla meditazione nel lignaggio Kagyu non significa che gli studi siano negletti. Una corretta comprensione della visione è difficile da raggiungere solo attraverso la meditazione e c'è un grande pericolo nell'andare in una direzione troppo personale. Perciò l'enfasi



**BORDO**

Cooperativa Bordo  
Gemeinnützige Genossenschaft



è posta su un'equa combinazione di studio dei testi classici e degli insegnamenti ricevuti, di una profonda riflessione e integrazione del loro significato, e della meditazione al nostro livello attuale con lo sfondo appropriato. A Bordo non insegniamo filosofia avanzata, ma rimaniamo con gli insegnamenti di base, poiché il nostro

scopo è quello di essere aperti anche a persone che si avvicinano al Buddhismo o che desiderano applicare e approfondire i suoi insegnamenti nella vita quotidiana. Si fa eccezione quando uno dei Rinpoche o dei Lama studiati del nostro lignaggio visita il luogo e dà insegnamenti.

**BUDDHISMO**



il villaggio di Bordo © F R Bianchetti



Karma Trinley Tulku dà insegnamenti nella nuova sala di meditazione



partecipanti e volontari dopo un ritiro con Lama Irene



## UN RITROVO SERENO

Bordo, con la sua atmosfera molto particolare, ci permette abbastanza facilmente di lasciare andare le tendenze abituali e il nostro bisogno costante di affermare noi stessi. Il lavoro all'aperto nella natura, il cibo essenziale ma gustoso, le stanze semplici in cui vivere, la compagnia di persone che la pensano allo stesso modo, le pratiche comuni quotidiane e gli input regolari su temi fondamentali aiutano tutti a lavorare e a crescere insieme. I praticanti esperti approfondiscono la loro comprensione e favoriscono la gentilezza amorevole e la compassione in un ambiente quotidiano con gli altri. I nuovi arrivati ricevono una prima introduzione, possono anche prendere rifugio e quando partono possono unirsi a un centro di Dharma dove vivono. Per tutti noi, sia per i praticanti che vengono da fuori sia per i volontari che si prendono cura del villaggio e delle sue strutture, il tempo trascorso a Bordo è un'esperienza ricca e stimolante.

## LA NOSTRA TRADIZIONE

Al villaggio vengono impartiti gli insegnamenti della tradizione Karma Kagyu e solo da insegnanti autorizzati. C'è un'attenzione speciale all'approccio Bodhi Path, un programma di studio, riflessione e meditazione sviluppato da Shamar Rinpoche per permettere agli studenti occidentali un approfondimento attuale, ma autentico, degli insegnamenti del lignaggio. Un'eccezione degna di nota - suggeritaci da Lama Jigme

Rinpoche, che sta attualmente supervisionando lo sviluppo spirituale del luogo - è un fine settimana di condivisione intorno al Vesak, in cui invitiamo insegnanti di diverse tradizioni buddhiste a confrontarsi sui loro diversi approcci alla pratica. Questo allineamento verso la preziosa tradizione del nostro lignaggio non significa che i praticanti di altre tradizioni buddhiste non siano i benvenuti a Bordo. Da soli o in gruppo con il loro maestro sono i benvenuti ad approfittare delle qualità speciali del nostro luogo di ritiro. Possono fare domanda, dandoci informazioni sul tempo desiderato e sulla pratica che intendono fare, sull'insegnante con cui preparano il loro ritiro, e sui preparativi necessari da parte della squadra che si occupa del luogo. L'unico contributo richiesto è un'offerta per il soggiorno, a coprire le spese e come aiuto a mantenere il villaggio. Per ulteriori informazioni, si può consultare la pagina dedicata ai ritiri singoli su [www.bordo.org](http://www.bordo.org), dove si trovano anche informazioni sul programma e sugli insegnanti in visita. Per il momento, solo i praticanti che conoscono bene Bordo, che sono pronti ad affrontare le basse temperature e sanno come funziona tutto, possono venire in certi periodi per un ritiro invernale.

Speriamo vivamente che questa eccellente possibilità di approfondire la propria pratica sia aperta a molti in futuro.

<https://bordo.org/it/>

# Il Buddhismo della **Via di Diamante**

**Come si è trasformata  
la tradizione fino  
ai giorni nostri**

di Rita Nichele - membro  
del Consiglio Direttivo  
dell'Unione Buddhista Italiana

Il Buddha storico Shakyamuni fu un insegnante straordinario e ne sono chiara testimonianza la vastità dei metodi e delle tradizioni da lui trasmesse e ancora oggi accessibili. Al fine di fornire accesso al pieno potenziale di libertà, saggezza e compassione della mente, egli insegnò metodi diversi a seconda delle inclinazioni e delle qualità dei propri studenti. Tra gli insegnamenti trasmessi direttamente dal Buddha ci sono quelli della Via di Diamante.

Gli insegnamenti appartenenti alla Via di Diamante (in sanscrito Vajrayana, in tibetano Dorje Tekpa) furono trasmessi a coloro che erano in grado di identificarsi e lavorare con la natura indistruttibile e chiara della mente, paragonata per questo alle qualità del diamante. Tramandata in piccole comunità nel nord dell'India, la tradizione fu trasmessa nell'Himalaya durante i secoli in cui il Buddhismo era ormai quasi scomparso in India. Arrivati in seguito in Tibet, gli insegnamenti Vajrayana permearono ogni sfera dell'attività sociale e individuale.



## BUDDHISMO IN OCCIDENTE

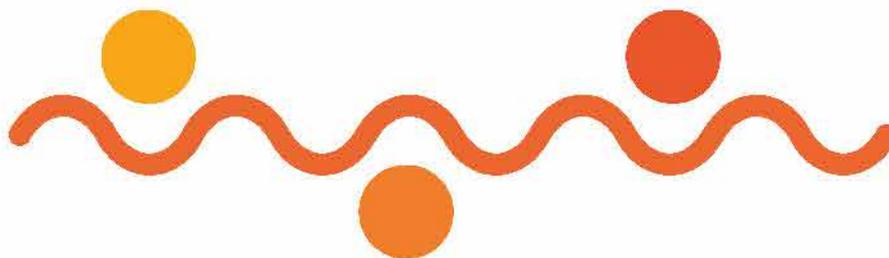
Il Buddhismo si è fatto strada in Occidente in diverse ondate, a cominciare dagli studiosi del periodo coloniale nella prima metà del Novecento, proseguendo attraverso la beat generation degli anni Cinquanta fino allo slancio idealistico degli anni Sessanta, ricevendo un'ulteriore spinta con la fuga e l'esilio di molti alti Lama e maestri di meditazione in seguito all'occupazione del Tibet. Fu in questo contesto idealistico e di ricerca del pieno potenziale della mente che la giovane coppia

danese, Hannah e Ole Nydahl, iniziò la propria avventura. Nel 1969, Hannah e Ole Nydahl incontrarono il XVI Karmapa Rangjung Rigpe Dorje, il detentore della scuola Karma Kagyu, e divennero i suoi primi studenti occidentali. Dopo aver ricevuto la piena trasmissione del lignaggio dallo stesso XVI Karmapa e da altri maestri come Kalu Rinpoche, nel 1972, il Karmapa chiese ad Hannah e Ole Nydahl di portare gli insegnamenti dell'antico lignaggio in Occidente e di fondare e guidare centri buddhisti in suo nome.

## L'ARRIVO DEL BUDDHISMO IN OCCIDENTE

Studiosi del periodo coloniale  
nella prima metà del Novecento

Slancio idealistico  
degli anni Sessanta



Beat generation  
degli anni Cinquanta



**18**  
centri buddhisti  
della Via  
del Diamante  
in Italia

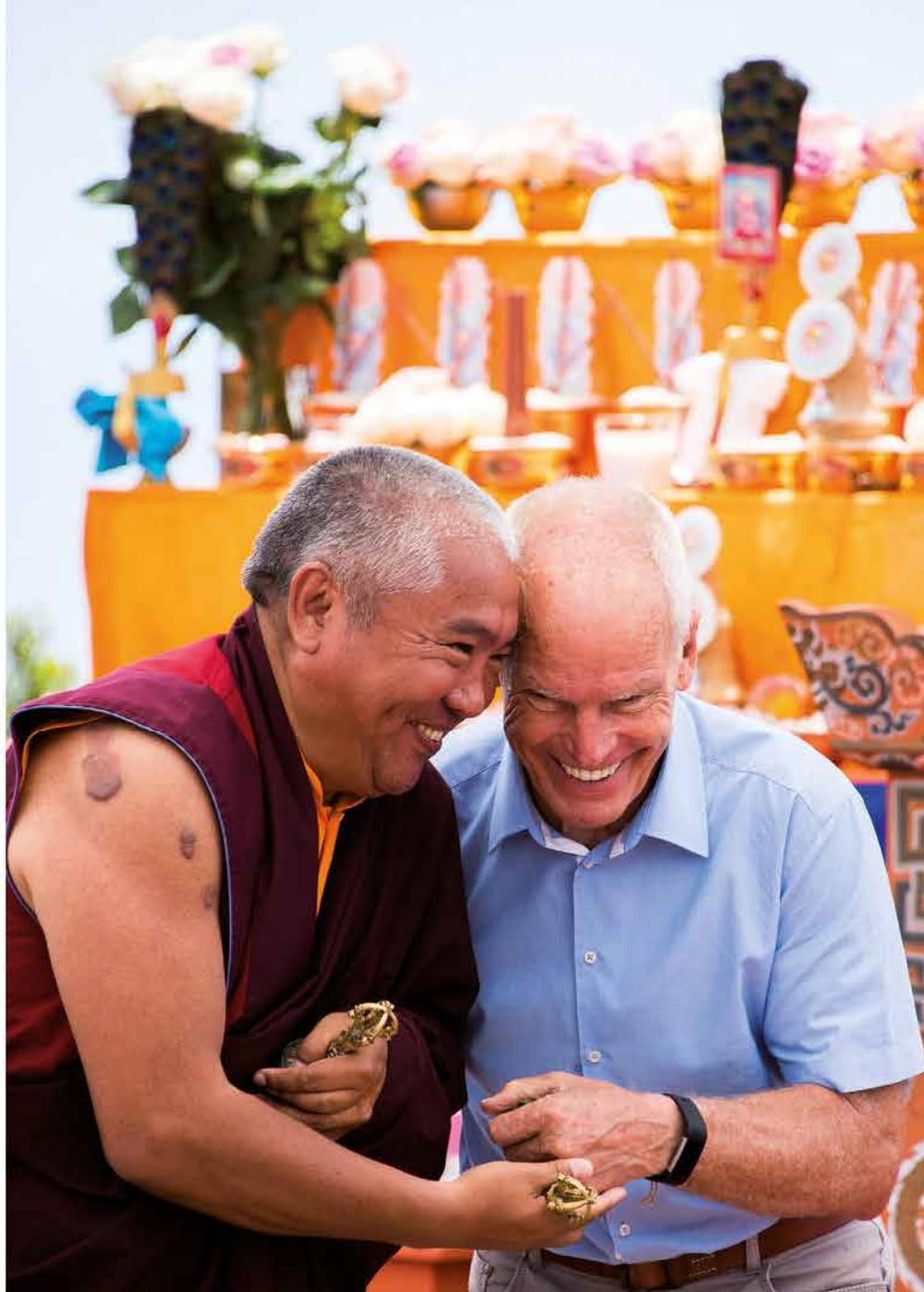
**630**  
centri buddhisti  
della Via del Diamante  
in tutto il mondo

ripetere che l'obiettivo di rendere pienamente accessibili i metodi buddhisti sarebbe stato raggiunto quando le persone avrebbero scelto di meditare con la stessa facilità con cui prendono un'aspirina. Più di 30 anni dopo, è possibile visitare oltre 630 centri buddhisti della

Via di Diamante in tutto il mondo. In Italia la Via di Diamante conta circa 18 centri e gruppi di meditazione ed è rappresentata nell'UBI attraverso la fondazione nazionale e le sedi di Bologna e Brescia. Partecipando all'attività dei centri, è possibile conoscere e praticare i metodi autentici della tradizione tibetana presentati in un contesto laico ed accessibile alla mentalità moderna. I centri e gruppi buddhisti della Via di Diamante hanno una struttura democratica e funzionano sulla base dell'amicizia e dell'idealismo, grazie al lavoro volontario e non retribuito dei propri membri.

## L'INTUITO DI LAMA OLE

Sin dall'inizio comprese la necessità di rendere accessibili gli insegnamenti sulla natura della mente liberandoli da eccessivi esotismi. Sul solco di quanto fatto in passato dalle scuole tibetane, incoraggiò la traduzione degli insegnamenti e delle meditazioni. Altro cardine fondante fu l'idea di fornire strumenti per la meditazione e lo sviluppo personale a praticanti laici, immersi nella società e felici di poter usare l'ambito professionale e familiare come banco di prova del proprio sviluppo. Durante molte conferenze tenute in giro per il mondo negli anni '90 Lama Ole usava

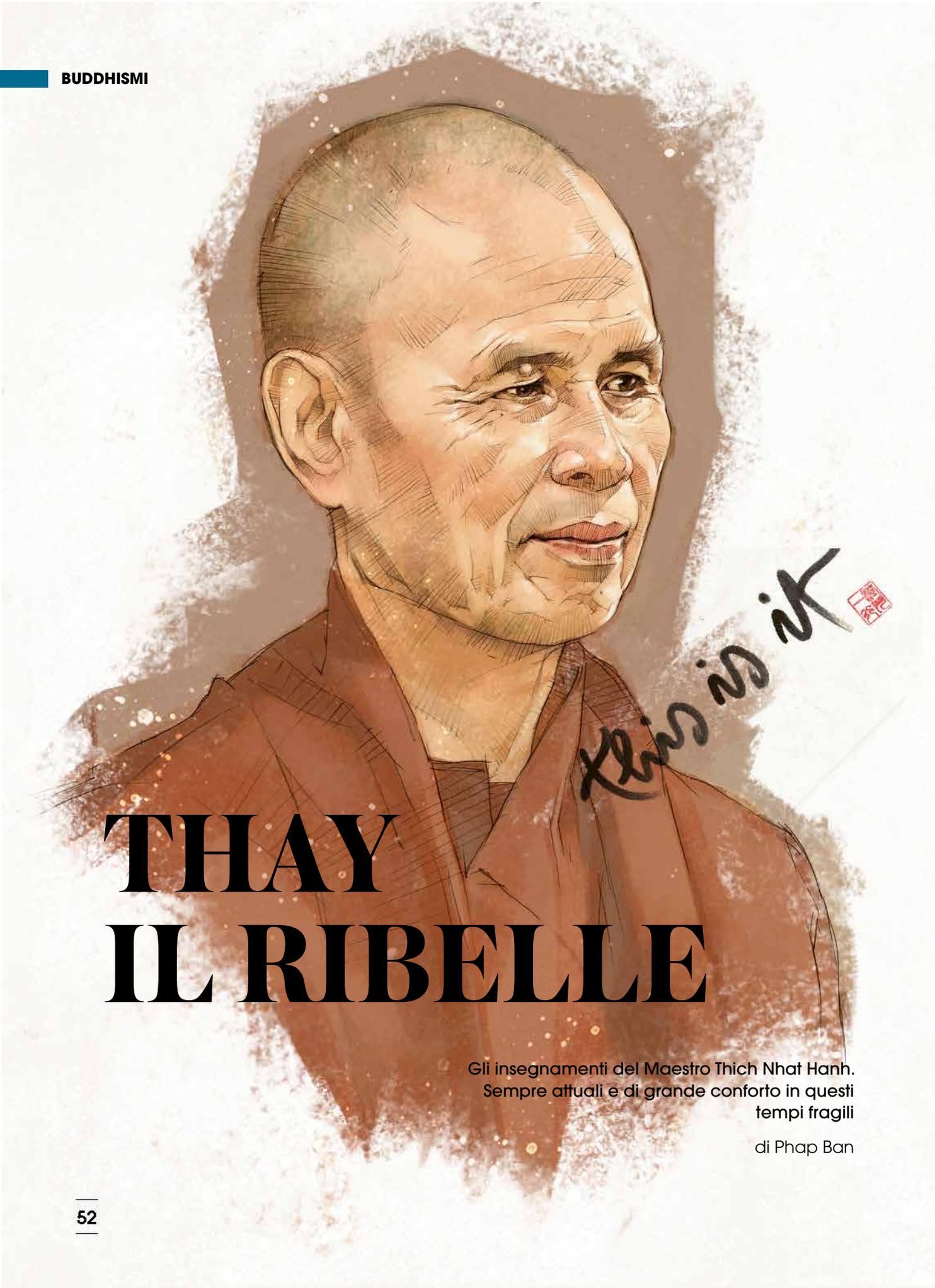


## IL FUTURO È ADESSO

L'interesse per il Buddhismo come pratica spirituale sta crescendo di anno in anno. Usando le parole dirette di Lama Ole: «Non ci sono mai state così tante persone dotate, indipendenti e idealiste nella condizione di accedere ad una tale vastità di insegnamenti buddhisti come al giorno d'oggi. Il nostro desiderio è di trasmettere

i preziosi metodi psicologici e filosofici offerti dal Buddhismo al mondo libero di oggi e al mondo, si spera, libero di domani. Lavorando insieme al fine di donare valori autentici e duraturi, possiamo crescere come esseri umani e aggiungere un significato ultimo alla vita di molti!».

[www.buddhism.it](http://www.buddhism.it)

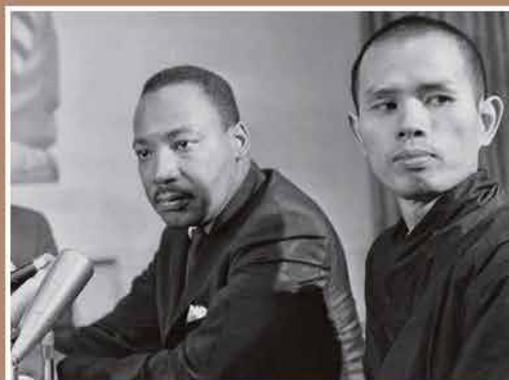


**THAY  
IL RIBELLE**

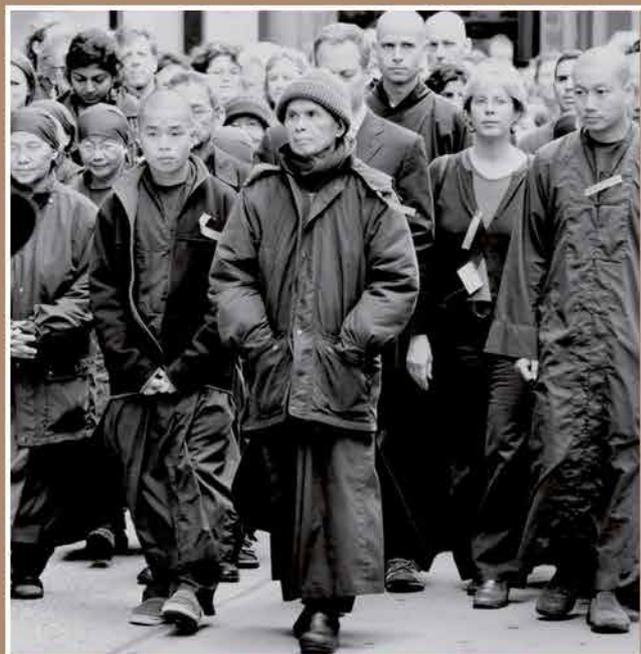
Gli insegnamenti del Maestro Thich Nhat Hanh.  
Sempre attuali e di grande conforto in questi  
tempi fragili

di Phap Ban

**R**icordo nel televisore in bianco e nero le immagini di un uomo in fiamme. Era un monaco, che nelle strade di Saigon si era dato fuoco per interrompere la guerra. Una guerra che, prima contro la Francia coloniale e poi contro gli Stati Uniti, stava dilaniando il paese, bruciando le foreste, sacrificando uomini, donne e bambini. Ma io della guerra non sapevo nulla e solo dopo anni ho collegato gli eroi della Resistenza vietnamita al comando di Ho Chi Minh, a quei mostri dipinti nei film americani tipo 'Berretti verdi', un proto-Rambo con John Wayne. Quell'uomo seduto tra le fiamme che lo bruciavano, in quei secondi interminabili, feroci, restava impassibile, quieto e poi - sempre dopo un tempo che sembrava eterno, intollerabile - iniziava a piegarsi lentamente, molto lentamente da un lato. Un attimo prima di accasciarsi, con un gesto di una forza incomprensibile, si è rimesso seduto, mentre le fiamme lo consumavano. Non potevo capire come un uomo potesse darsi fuoco per la pace, ma in quelle immagini c'era una forza, un coraggio, un'urgenza che ho capito solo molti anni dopo conoscendo Thay, Thich Nhat Hanh.



plumvillage.org/it

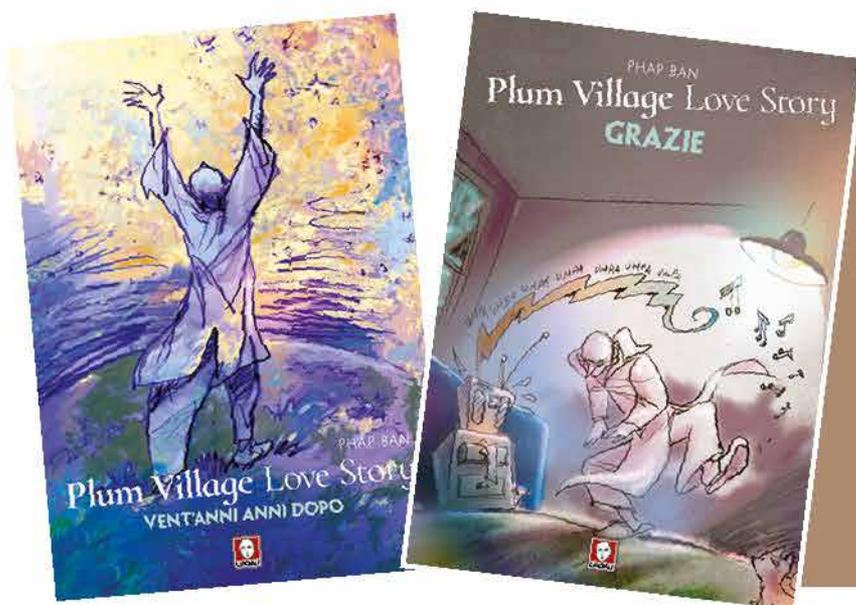


Thay è un ribelle. Ha persino cambiato il suo nome monastico, si è dato il nome di Hanh, Azione. Si è ribellato all'attitudine passiva del Buddhismo ufficiale vietnamita che si chiamava fuori dalla storia senza curarsi della morte, della distruzione e dell'immensa sofferenza. Ha detto no a tutto questo, ha creato i corpi di pace, attivisti non violenti, ha conosciuto sconfitta e un momento di profonda depressione, è andato in America dove ha convinto Martin Luther King a prendere posizione contro la guerra del Vietnam. È stato proprio M.L.K. a candidarlo al Premio Nobel per la Pace. Dopo il secondo colloquio con lui, McNamara, il ministro per la difesa statunitense, nel pieno della guerra, si è dimesso. Thay è un ribelle. Il primo Monaco ad andare in bicicletta in Vietnam, ma anche quello che, alla luce della sua visione, ha osato riscrivere il Cuore della PrajnaParamita, il testo sacro comune a tutto il Mahayana.

C'è persino chi ha detto che la malattia che lo ha colpito sia la punizione per questa eresia. Ricordo che qualcosa di simile è stato detto a proposito

di Achan Cha, attribuendo i suoi 10 anni di coma alla punizione per aver eliminato gli scorpioni dal suo monastero. Quante narrazioni. Quante favole. Quante... Sotto tutto questo c'è un bisogno: il bisogno di una storia, di una narrazione precisa, di equazioni precise che ci garantiscano un senso di controllo in questo insopportabile caos che è la vita. La Vita. Noi vorremmo trovarvi un senso, riconoscervi una trama che non sia solo la proiezione dei nostri occhi, del nostro sguardo, del nostro sistema di lettura. Vorremmo leggersi un sistema di ricompense e punizioni, di buoni e cattivi.

Se tutto verrà fatto correttamente, allora ci sarà una ricompensa, un "upgrade" della persona, che chiamiamo illuminazione. Finalmente potremo andare in giro a dire la nostra con l'autorevolezza di chi ha capito tutto. Sono fiabe, ma fiabe noiose, con una morale così pesante da spegnere in noi la Vita. Mi ha reso molto felice questo invito, questo incontro con le altre tradizioni e sicuramente io non mi sento di rappresentare la mia, ma solo una voce e neppure tanto ufficiale. Thay è un ribelle e ribelli sono anche i suoi discepoli.



## ATTO D'AMORE

Phap Ban è il nome monastico di Claudio Panarese, sceneggiatore, pittore e disegnatore per la Disney. A Plum Village dal 1992, prima come laico poi come monaco, nei suoi libri racconta la storia dell'incontro con Thay e il suo messaggio di gioia e dolcezza.

Il nostro primo Sangha a Genova, nato nel 2013, era un Sangha misto di Plum Village e del Theravada di Corrado Pensa, che l'anno precedente aveva invitato Thay a Pomaia per il suo primo ritiro italiano. C'era tanta voglia di sedersi insieme e condividere, tanta amicizia e negli anni a venire questo ci ha permesso di restare sempre in grande armonia e conoscere modi diversi di vivere questo cammino. Tante idee diverse e un solo cammino. E allora c'è un grande piacere nel confronto con altre tradizioni, e soprattutto nel portare questo demonietto dell'appartenenza verso qualcosa di migliore, di più fedele o evoluto. Mi viene in mente uno di quei famosi dialoghi di maestri Zen dove uno dice all'altro: "Siamo veramente fortunati ad appartenere a una tradizione così profonda, il puro insegnamento di Gautama, e non a quelle basse scuole piene di pratiche devozionali e mantra" e l'altro risponde: "Sì siamo veramente fortunati... però sono gli altri che si risvegliano!".



Ricordo una vignetta - scusate ero un disegnatore di fumetti e ognuno ha il proprio background - nella quale due cani guardano un vasto campo di battaglia ricoperto di cadaveri appartenenti a due diversi schieramenti, tutti morti stecchiti infilzati da lance e spade. Un cane chiede all'altro:

"Ma cosa è successo?" E l'altro cane: "Non erano d'accordo su quale Dio fosse quello più amorevole". Una cosa che continua a stupirmi è la pretesa di avere ragione. La mia visione del mondo è completamente diversa da quella che potevo avere a 12, 30 o anche solo pochi anni fa; solo una cosa resta uguale, la strana convinzione di avere ragione... In un incontro interreligioso (ho partecipato a uno solo e tremo ancora al ricordo) qualcuno aveva detto: "Sì, ma stiamo attenti a non fare una macedonia" e Thay si era alzato dicendo "Ma a me piacciono le macedonie!".

[plumvillage.org/it](http://plumvillage.org/it)





# LE REALTÀ MONASTICHE IN ITALIA

Luoghi di culto e di diffusione  
degli insegnamenti tradizionali

a cura della Redazione

Monasteri buddhisti presenti nel nostro Paese rappresentano per il sangha fondamentali punti di riferimento: sono le roccaforti delle antiche tradizioni, fonti di ispirazione e di incoraggiamento alla pratica, spazi di condivisione e rifugio; ma sono anche luoghi di studio e aree dedicate all'ospitalità e all'accoglienza. Attraverso la loro veste architettonica e grazie ai simboli che rappresentano l'immaginario buddhista si fanno portavoce, testimonianza viva e autorevole, di ogni Scuola antica. La presenza dei monaci, inoltre, garantisce e tutela la trasmissione originaria degli insegnamenti. Tracciamo una mappa dei luoghi di culto tra i più importanti che si trovano nelle nostre regioni, gettando uno sguardo sul presente e sulla loro storia.

### **TRADIZIONE THERAVADA** **MONASTERO SANTACITTARAMA**

Detto anche "Il Giardino del Cuore Sereno", si trova **nel Lazio, in provincia di Rieti**. È il primo Monastero in Italia della Tradizione buddhista Theravada. I monaci residenti fanno parte della Tradizione thailandese della Foresta. È stato fondato nel 1990, per venire incontro all'interesse e al desiderio manifestati sia dai buddhisti italiani che dagli immigrati della comunità asiatica (in particolare thailandese, cingalese e birmana). I primi monaci residenti furono Ajahn Thanavaro e Anagarika John Angelori. L'Abate del Monastero è Ajahn Chandapalo. In sintonia con la vocazione ai rapporti di mutualità, tipica della tradizione Theravada, la comunità dei monaci ordinati si relaziona alla comunità laica facendo

affidamento sul sostegno reciproco: sussistenza e supporto economico da parte dei laici e dei visitatori; ospitalità e accesso ai santuari da parte dei monaci, che danno il loro esempio con il rigore della pratica e con la messa in atto della rinuncia (nekkhamma in pāli).

[santacittarama.org](http://santacittarama.org)

### **TRADIZIONE ZEN** **TEMPIO SHÔBÔZAN FUDENJI**

Altrimenti detto "Tempio dell'altrove nell'altrove del tempo" è ubicato sulle prime colline **dell'Appennino Parmense, a pochi chilometri da Fidenza e da Salsomaggiore Terme**. Sorge all'ombra dell'antico Maniero dei Pallavicino. Di tradizione Zen Sôtô, fu fondato dal Maestro Fausto Taiten Guareschi nel 1984. L'attuale Abate del Monastero è Marosa Myoko Agnoli, prima donna a capo della comunità buddhista, succeduta a Guareschi nel 2019. Fudenji è sede culturale di incontri con monaci e maestri provenienti dal Giappone e con insegnanti di altre tradizioni religiose, prima fra tutte quella Cattolica, per un confronto diretto sul tema dell'esperienza religiosa. Poiché è anche sede seminariale, vengono invitati a insegnare uomini di cultura, artisti, letterati, filosofi, scienziati e imprenditori. Luogo di contemplazione e ritiro, ogni anno la pratica monastica viene organizzata in quattro periodi: due dedicati all'Ango (Seichu), una estiva ed una invernale, e due periodi intermedi (Geai).

[fudenji.it](http://fudenji.it)

Monastero Santacittarama



## MONASTERO SANBOJI IL TEMPIO DEI 3 GIOIELLI

È un Monastero di tradizione Zen che si adagia fra i **monti di Berceto, nel cuore dell'Appennino Tosco-Emiliano, in località Pradaiole, provincia di Parma.**

Fa parte di Sanbo-ji, una comunità residenziale laica e monastica, maschile e femminile, chiamata "Sangha della Foresta di Bambù", che si riconosce nell'impegno personale di realizzazione, nella pratica dello studio e della meditazione ma, soprattutto, nella condivisione dei valori della vita. Fondatore del Monastero è il Maestro Carlo Tetsugen Serra, che è anche l'Abate del Monastero Ensoji Il Cerchio, il più antico Monastero Zen della città di Milano. Nel corso dell'anno a Sanbo-ji si svolgono regolarmente ritiri brevi (Zenkai, ogni mese, da uno a tre giorni) ed intensivi (Sesshin, trimestrali, la cui durata varia dai 3 ai 7 giorni). Vivendo in una comunità spirituale di monaci e laici, la base della pratica è condividere la quotidianità: anche un buon pasto caldo consu-

mato assieme può essere un'esperienza importante per costruire connessioni, fiducia e crescita.

[monasterozen.it](http://monasterozen.it)

## TRADIZIONE VAJIRAYANA ISTITUTO LAMA TZONG KHAPA

Sorge a **Pomaia, nel Comune di Santa Luce in provincia di Pisa**, in una zona collinare di grande prestigio paesaggistico. L'ILTK è un centro di Buddismo tibetano, di tradizione Gelug. Fu fondato nel 1976 da Lama Thubten Yeshe e Kyabje Thubten Zopa Rinpoce. L'edificio all'interno del quale si svolgono le attività venne acquistato nel 1977 dalla famiglia Corona di Milano; la villa padronale all'epoca fatiscente, in seguito ristrutturata, è caratterizzata da una torre che le dà le sembianze di un castello ed è circondata da alcuni ettari di terreno con boschetto e olivi. Oltre al restauro e alla trasformazione dell'edificio è stata avviata anche un'opera di bonifica delle terre. Divenuto scuola internazionale per



Istituto Lama Tzong Khapa



Monastero Buddhista di Merigar West

gli studi e la pratica del Buddhismo, fin dal 1983 l'Istituto cominciò ad attrarre persone di ogni età e nazionalità, desiderose di approfondire la conoscenza della propria complessità interiore. Nel corso del tempo l'Istituto ha avuto il privilegio di ospitare Sua Santità il XIV Dalai Lama in cinque diverse occasioni. Il Centro è costituito da un sangha monastico e da un sangha laico, da gruppi eterogenei di studenti, corsisti, ospiti saltuari e da residenti in Pomaia. La guida spirituale del Centro è Lama Zopa Rinpoche e i maestri residenti sono Geshe Tenphel e Geshe Gelek. Vivono nel centro una ventina tra monaci e monache. Le attività comprendono programmi di studio di vario livello legati all'insegnamento buddhista: tra questi il Master Program e il Basic Program, ritiri, corsi di yoga e scuola di counseling.

[iltk.org](http://iltk.org)

## MONASTERO BUDDHISTA DI MERIGAR WEST

È situato dove le pendici del monte Amiata incontrano quelle del monte Labbro e la sua riserva

naturale: siamo ad **Arcidosso, provincia di Grosseto, località Merigar** (che in tibetano significa, letteralmente, "Residenza della montagna di fuoco"). Qui è nato il primo Gar della Comunità Dzogchen nel 1981 sotto l'egida del Maestro tibetano Chögyal Namkhai Norbu. Merigar è un luogo di incontro dove si svolgono attività seminariali e si insegnano discipline come lo Yantra Yoga, la Danza del Vajra, la Meditazione e le danze gioiose Khaita. Tra le strutture più note che lo compongono ci sono il Gönpa o Tempio della grande contemplazione, inaugurato da S.S. il Dalai Lama nel maggio del 1990, peculiare per la sua forma ottagonale, la scelta dei materiali e per le figure e i simboli ivi rappresentati; i tre stūpa, la Sala del Mandala, la Biblioteca e gli Archivi della Comunità Dzogchen e della Fondazione Shang Shung. È inoltre assai famoso il Cinerario, posto sotto il Tempio della Grande Contemplazione, che può contenere 800 urne. Il 27 settembre 2018 muore Namkhai Norbu, figura straordinaria nel panorama spirituale contemporaneo, le cui spoglie giacciono nello stūpa dedicato alla Grande Illuminazione: il suo prezioso operato,

in ambito culturale ed umanitario, è fonte continua di ispirazione per l'intera Comunità Dzogchen.

[merigar.it](http://merigar.it)

### **BODHI PATH RETREAT CENTER**

Bordo è uno dei più piccoli e antichi centri rurali della **Valle Antrona, arroccato sulle Alpi italiane, non lontano dalla città di Domodossola**. Il Centro buddhista è accessibile soltanto percorrendo a piedi un antico sentiero di montagna. La comunità che sostiene le attività del Centro si è formata nei primi anni Ottanta. Gli antichi edifici rurali della frazione di Bordo sono diventati la Casa dei ritiri, la Casa dei seminari e il Centro di Dharma "Karma Dechen Yangste Ling", vero e proprio cuore pulsante del sangha. Il profondo silenzio di Bordo e la vita semplice nelle sue rustiche case di pietra ricordano i paesi dell'Himalaya, dove il Buddhismo Tibetano ebbe origine. L'isolamento del luogo, nel mezzo di boschi e prati, facilita una profonda pratica meditativa. Una particolarità dell'offerta formativa è rappresentata dalla messa a disposizione del Bodhi Path Curriculum, corsi specifici indirizzati soprattutto ai praticanti occidentali. Figure molto importanti nella direzione spirituale del Centro sono Shamar Rinpoche e Jigme Rinpoche, continue fonti di ispirazione e di sostegno alle attività, che interfacciano regolarmente con i responsabili dell'organizzazione del Dharma.

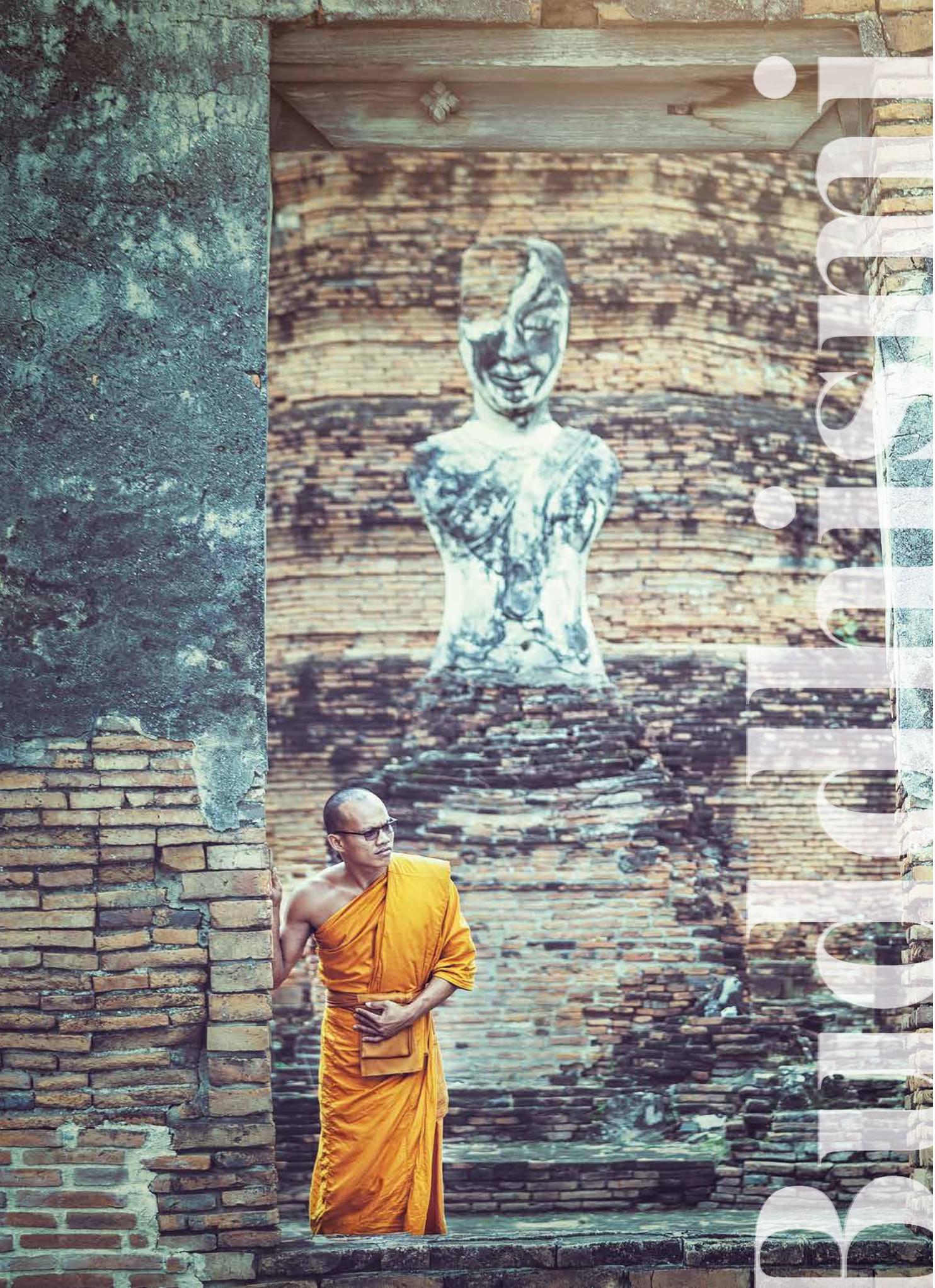
[bordo.org/it](http://bordo.org/it)

### **HEALING MEDITATION CENTER**

L'Albagnano Healing Meditation Center (AHMC) ha sede in **Piemonte, ad Albagnano, frazione di Bee in provincia di Verbania** e si affaccia sul Lago Maggiore. È uno dei due luoghi di pratica del Kunpen Lama

Gangchen. Lama Gangchen Tulku Rinpoche, Maestro tibetano e guaritore, ha inaugurato l'AHMC nel 1999 e da allora, fino alla sua morte, avvenuta nel mese di aprile del 2020, è vissuto ad Albagnano, riunendo una comunità di persone che condividono interesse per la spiritualità e per una vita in armonia. Il Centro appartiene alla tradizione buddhista tibetana mahayana e vajirayana e vi si tengono corsi sulla filosofia, psicologia e meditazione buddhista e sulle tecniche meditative di Autoguarigione Tantrica NgalSo. Per "creare un luogo sacro come un mandala", come voleva Lama Gangchen Rinpoche, è stato edificato "Il Tempio del Cielo sulla Terra", un'area di 500 mq decorata secondo il tradizionale stile buddhista tibetano. Vi sono esposte pregevoli opere d'arte sacra provenienti da diversi paesi del mondo. Il tempio è un'imponente struttura circolare simile a un mandala ed è ispirato a Borobudur, lo stupa mandala costruito nell'ottavo secolo sull'isola di Java in Indonesia. Al suo centro una colonna, o "canale centrale", che contiene circa 100.000 cristalli di roccia brasiliana. Le pareti sono completamente affrescate con la tecnica "Tattoo Wall". Sul soffitto è possibile ammirare un "oceano" di mandala: 108 mandala circolari e uno quadrato centrale dei Cinque Guaritori Supremi, i cinque Dhyani Buddh Lama Michel Tulku Rinpoche, attuale guida spirituale del Kunpen Lama Gangchen, è dal 2018 l'"architetto" responsabile della progettazione e della costruzione del Tempio e profonde il massimo dell'impegno nel realizzare tutti i progetti visionari e tutte le iniziative per il mantenimento, la divulgazione e la diffusione della "Cultura della Pace" trasmessa in vita da Lama Gangchen Rinpoche.

[kunpen.ngalso.org](http://kunpen.ngalso.org)

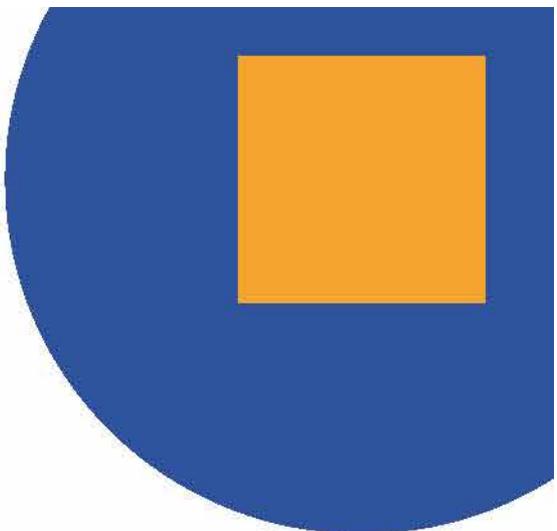




# UBILiber ALVIA!

Il Dhammapada e Thich Nhat Hanh aprono  
le pubblicazioni della casa editrice dell'UBI

di Emanuele Basile (Direttore editoriale  
UBILiber) e Francesca Arengi (UBILiber)



**S**ebbene mi occupi di editoria da più di venticinque anni, è con fresco entusiasmo e gioia sincera che da qualche mese mi dedico a un nuovo progetto del quale, con Francesca Arengi, sono felice di rendervi partecipi: all'interno dei vasti e lungimiranti interessi della Unione Buddhista Italiana è infatti nato il progetto UBILiber. La mission di questa neonata casa editrice è di pubblicare le più significative opere presenti nel panorama internazionale in ambito buddhista, per offrire ulteriori condizioni favorevoli a chi desideri percorrere un cammino di crescita spirituale.

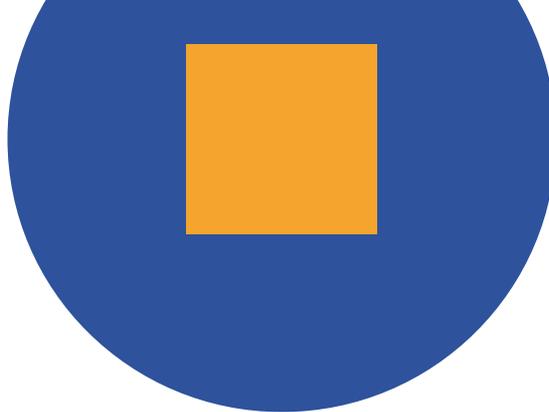
**Voler pubblicare libri  
in un mondo sempre  
più dipendente  
da attività frenetiche  
e che stimolano  
la nostra reattività  
istantanea è una sfida.**

**PERCHÉ UBILIBER?**

La scelta di un nome offre un'opportunità per fare chiarezza sul proprio intento. Spontaneamente è emerso questo che evocativamente racchiude le molteplici anime della casa editrice e del mondo al quale vuole dare voce. Quindi l'Unione Buddhi-

sta Italiana, *UBI*, che è anche l'avverbio latino *ubi*, *quando*, uniti al sostantivo *liber* di *libro* così come all'omofono aggettivo, *libero*. Libri liberi nel Dharma. Questo è l'auspicio.

Cosa ci spinge oggi, a pubblicare? È indispensabile innanzi tutto riconoscere che viviamo immersi in un mondo di continua erosione del tempo dedicato alla lettura. Essa necessita come minimo di capacità di concentrazione e di tempo a disposizione. I nostri libri vedono la luce in un'attualità complessa, invasa in ogni spiraglio e in ogni pausa dalla prepotenza della tecnologia e nella quale è impresa ardua trovare spazi lunghi per un'attenzione non frammentata. Volgendo poi lo sguardo alla letteratura spirituale nello specifico, essa è davvero ben rappresentata nell'universo librario italiano, non mancando ottimi editori capaci di fare un eccellente lavoro di diffusione di libri utili a chi sia intento alla ricerca interiore. È quindi la nostra una classica *mission impossible*? Forse no, vogliamo infatti dimostrare che se la nostra motivazione è limpida e sappiamo lavorare con la consapevolezza, la cura, l'attenzione, la professionalità, la curiosità, l'intelligenza, l'onestà intellettuale e la creatività che i libri di questo nostro ambito richiedono, allora i lettori che ci seguiranno in questa avventura ne renderanno la vita (e la via) lunga e salutare. Sarà comunque meraviglioso contribuire a



portare il dono inestimabile dell'insegnamento del Buddha ad appassionati indagatori.

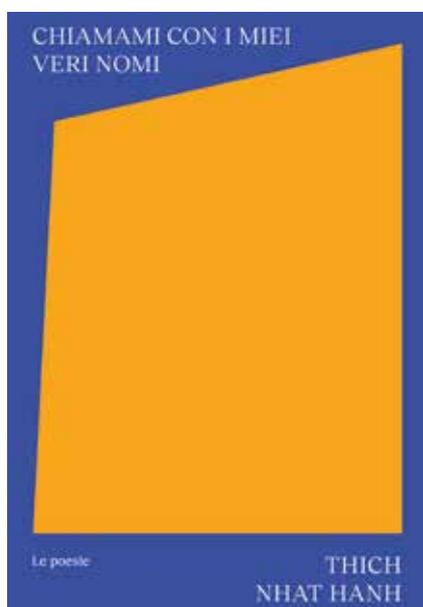
L'attività editoriale di UBILiber comincia a maggio con due importanti libri: una nuova traduzione del *Dhammapada* e *Chiamami con i miei veri nomi*, l'unica antologia poetica del maestro Zen Thich Nhat Hanh.

È entusiasmante dare il varo alla casa editrice con uno dei testi più importanti e amati del canone buddhista, il *Dhammapada*, un poema antico ma di grande attualità, utile sia per i lettori ignari del Buddhismo sia per i meditanti più esperti, che da sempre ne riconoscono il valore di guida

dall'inesauribile ricchezza. Il cuore dell'opera è l'insegnamento dell'etica tramite l'esaltazione della virtù e il conseguente invito ad abbandonare i comportamenti non salutari. I versi, profondi e poetici, sono capaci di indirizzare il lettore, con la gentilezza e l'assenza di dogmi tipicamente buddhisti, verso una più alta sensibilità morale e serenità spirituale. Oltre che da una nuova versione in lingua italiana a cura del professor Francesco Sferra, questa edizione è arricchita da una traduzione in inglese e, come omaggio al più che centenario tragitto di questo poema nella nostra cultura, dalla versione latina del 1900 nella stesura dello studioso danese Viggo Fausbøll, il cui testo rappresenta la prima apparizione in una lingua occidentale del *Dhammapada*.

*Chiamami con i miei veri nomi* è uno dei testi più intimi di Thich Nhat Hanh. Il celebre maestro Zen sa ancora una volta farsi ponte tra arte e religione, tra lirica e filosofia, tra realtà quotidiana e realtà ultima. Poggiandosi lievemente a una sottile trama di dottrina buddhista, le sue poesie riflettono il mondo in cui viviamo e in esse emerge potentemente la compassione profonda che permea ogni parola di questo volume.

Consapevoli della eccezionale opportunità di lavorare tra i libri, ancor più tra quelli di Dharma, vogliamo muoverci in questo mondo con



## Sarà meraviglioso portare il dono inestimabile dell'insegnamento del Buddha ad appassionati indagatori.

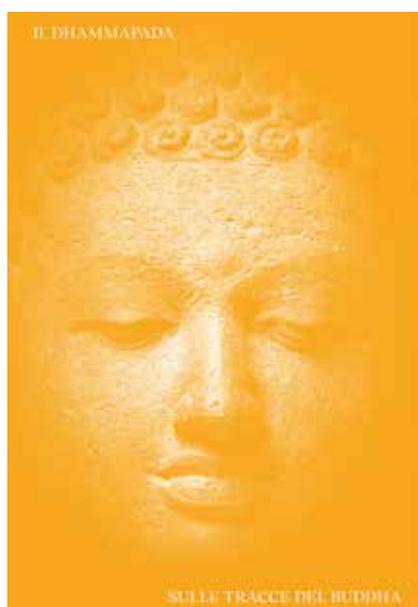


competenza e professionalità, facendo tesoro del fatto che la vita, anche quella lavorativa, è ricca di leggerezza e di sensibilità, di metodo e di fantasia, di conoscenza e di scoperte, di risate e di... silenzi. Sta a noi coglierla nelle sue tante sfaccettature. Ci impegniamo a produrre testi accessibili e pertinenti, di alta qualità estetica e tecnica, fruibili da chiunque sia interessato al Buddismo. Attingendo all'intera offerta della tradizione buddhista, pubblicheremo commentari, traduzioni di testi canonici, libri di meditazione, opere di maestri e autori contemporanei per spingerci in un secondo momento a proporre saggi, volumi di narrativa, antologie poetiche, libri per ragazzi e graphic novel, nel tentativo di sottolineare l'intreccio tra le varie discipline del sapere, la scienza della natura e la continua ricerca della realtà ultima. Gli eccezionali professionisti che ci affiancano in questo percorso, e che qui ringrazio, sono ferratissimi in campo editoriale; dal canto nostro, forti di lunga esperienza in questa attività, cercheremo di essere innovativi restando però rispettosi della lunga e consolidata tradizione entro cui si muove il vivace mercato librario italiano e internazionale.

Voler pubblicare libri in un mondo sempre più dipendente da attività frenetiche e che stimolano la nostra reattività istantanea è decisamente una sfida. La cogliamo con riconoscenza

consapevoli che, ripescando un proverbio antico, *anche un solo capello ha la sua ombra*. Su queste pagine, così come tramite la newsletter cui ci si può iscrivere sul nostro sito, vi terremo regolarmente aggiornati delle nostre attività e rinnoviamo il nostro desiderio, grazie anche al dialogo che nascerà, di sentire le esigenze del pubblico di lettori che ci vorrà seguire con appassionata curiosità.

Auspiciando di essere all'altezza della sfida intrapresa, ci auguriamo che questa nostra breve lettera vi faccia follemente danzare di gioia come facciamo noi da qualche mese o perlomeno sorridere perché, comunque vada, sappiamo che ogni nuovo libro, soprattutto di Dharma, è un nuovo viaggio, spesso meraviglioso.





# Introduzione alle quattro nobili verità

## Le tre fasi per superare la sofferenza

di Mario Thanavaro - Insegnante di Dharma e presidente dell'associazione Amita Luce Infinita

Il Buddha afferma che, per ognuna delle Quattro Verità, vi sono tre fasi: la prima è la presa di coscienza della verità (sacca nana), la seconda la presa di coscienza del compito che emerge (kicca nana), la terza la presa di coscienza della realizzazione della stessa (kata nana). Vi sono quindi, in totale, "dodici vie" da percorrere.

### PRIMA VERITÀ: IL DOLORE DEVE ESSERE PIENAMENTE COMPRESO

La Prima Verità individua, nella presa di coscienza, la presenza della sofferenza. La nascita comporta un certo dolore, così come la vecchiaia, la malattia, la separazione. Questa Verità, dunque, dev'essere compresa poiché, se non si prende

# « Questa è la Nobile Verità del Dolore. Ecco sorgere in me capacità di visione, conoscenza, introspezione, saggezza, luce, sguardo a cose prima sconosciute »»

coscienza dell'esistere della sofferenza, non si avrà poi la capacità di giungere ad una qualche forma di risoluzione. Se si vuole usare questo insegnamento, si può rivolgere l'introspezione a qualsiasi evento di cui si abbia coscienza, e che si riconosca come elemento di attrito, malessere, sofferenza. Supportati dalla pratica meditativa e dalla riflessione, si cerchi di individuare aree specifiche della propria vita in cui si avverta la presenza della sofferenza. La presa di coscienza dell'esistere in sé di tale disagio e disarmonia è fondamentale. Nella seconda fase bisogna responsabilizzarsi rispetto al compito: c'è qualcosa che è possibile fare per alleviare la sofferenza? È mio compito, non degli altri, risolverla.

## ● **SECONDA VERITÀ: LA BRAMA DEVE ESSERE ABBANDONATA**

La Seconda Nobile Verità è quella in cui si enuncia che la sofferenza ha un'origine, una causa. Nell'ambito della tradizione buddhista non si cerca di avere risposte cosmologiche rispetto alla creazione dell'universo, non si parla di un'origine primordiale. Si dice addirittura che il cosiddetto Samsāra, il ciclo delle nascite e delle morti, non abbia un primo inizio. Tuttavia la dinamica imprigionante, caratterizzata dalla sofferenza, è determinata dal sorgere e dall'essere operativa dell'ignoranza. Dunque, nella prima fase della Seconda Nobile Verità c'è la presa di coscienza della causa della sofferenza. Con questa si addivene alla comprensione che l'avidità, l'attaccamento, l'ignoranza, che è la madre dell'attaccamento, dev'essere abbandonata,

perché cattiva madre. Anzi, non è proprio una madre. Troppe volte ci si aggrappa a situazioni malsane, pensando di essere supportati da questo tipo di relazioni. Lavorando su una determinata area, tutti risolveranno delle problematiche che producevano sofferenza.

## ● **TERZA VERITÀ: IL NIBBĀNA DEVE ESSERE REALIZZATO**

Nella Terza Nobile Verità si realizza finalmente la pace. Quando si abbandona la causa della sofferenza, si ha un momento di respiro. Fino a quando non si raggiunge tale stadio, si alimentano le radici del dolore e non si giunge ad uno stato di pacificazione interna. Dunque la coscienza ha questa modalità di aprirsi: un'apertura, una capacità di visione prima inesistente. È necessario intervenire per rimuovere la causa del proprio impedimento, questo è il compito.

## ● **QUARTA VERITÀ: IL SENTIERO DEVE ESSERE SVILUPPATO E COLTIVATO**

Nella Quarta Verità ci si rende conto dell'importanza dell'addestramento: non basta una piccola illuminazione circa la presenza della sofferenza a portare al suo compimento. C'è bisogno di pratica, per apprendere l'arte del vivere. Ora il compito è stato portato a termine, la sofferenza è stata risolta. Si può respirare e godere dello spazio, della leggerezza, di una mente non sovraccaricata.

# UN'ACCADEMIA DIGITALE PER CONOSCERE IL BUDDHISMO



di Rev. Tetsugen Serra\* e Prof. Aldo Tollini  
\*Abate del Monastero Zen Il Cerchio



**N**asce un portale di formazione on-line, da un'idea del Maestro Tetsugen Serra e di Sabrina Koren Montemurro, che coinvolge accademici, maestri e insegnanti buddhisti. È importante notare il contesto in cui nasce Dharma Academy: da un lato il lockdown e l'impossibilità di frequentare centri e monasteri hanno fatto crescere la richiesta di un luogo altro, dove fosse ancora possibile praticare insieme e continuare le attività che si erano pianificate prima della pandemia. Dall'altro, l'epoca in cui viviamo è sempre più attenta al Buddhismo. Anche in Italia sta crescendo l'esigenza di una conoscenza più approfondita delle basi della filosofia buddhista e della sua pratica che, se può essere un valido aiuto per molte persone, lo è altresì potenzialmente per l'intera società in questo particolarissimo momento storico.

### NON UN PORTALE SPECIFICAMENTE ZEN

Dharma Academy propone corsi il cui intento è quello di rendere accessibile la conoscenza delle differenti scuole, proprie del Buddhismo e non solo, con la volontà di mettere in luce gli aspetti comuni, unificanti, ovvero condivisibili nella nostra cultura e società. L'approccio quindi è inclusivo e laico: il primo volto a valorizzare la ricchezza e la varietà delle tradizioni Buddhiste, senza dimenticare quanto, in accordo con i nostri valori, è stato tramandato dalla tradizione filosofica occidentale; il secondo, nel rispetto della dimensione religiosa e degli aspetti della tradizione maggiormente legati al culto, è volto ad osservare nei confronti dei corsi di studio il rigore metodologico che caratterizza i moderni saperi scientifici

e umanistici. In questo, un approccio individuale al Buddhismo spesso fatica ad assumere un aspetto di pratica continuativa e approfondita, perché talvolta mancano le basi della sua conoscenza, nonché un adeguato approfondimento storico-critico e filosofico. Dharma Academy offre l'opportunità di superare questa difficoltà, con una serie di corsi sullo studio interdisciplinare dell'esperienza e della pratica, orientati principalmente alla cultura Buddhista e Zen.

### DHARMA ACADEMY CORSO TRIENNALE DI STUDI IN BUDDHISMO ZEN

Il Corso Triennale di studi in Buddhismo Zen è un progetto ideato dai templi (Sōtō Zen) Ensoji - Il Cerchio, Anshin, Gyosho, ShinnyoJi, Tenshin. Direttore didattico Prof. Aldo Tollini. È realizzato con il contributo dell'8×1000 dell'Unione Buddhista Italiana (U.B.I.) per l'anno 2020-2021. Nelle intenzioni dei suoi promotori ha lo scopo di offrire al pubblico italiano, sia di specialisti sia di genericamente interessati, una panoramica del Buddhismo dalle origini allo Zen giapponese, chiamando a insegnare docenti italiani e stranieri di alta specializzazione. I promotori ritengono che la promozione e la diffusione della cultura del Buddhismo nelle sue varie forme, e soprattutto dello Zen che oggi suscita molto interesse e curiosità, attraverso una divulgazione di buon livello, sia indispensabile per dare il giusto rilievo a una dottrina che nel mondo moderno sta assumendo sempre più rilevanza.

Per informazioni:  
[www.dharma-academy.it](http://www.dharma-academy.it)

# TERTIO MILLENNIO FILM FESTIVAL, XXIV EDIZIONE del festival interreligioso

“Vita Nuova - Dove c'è pericolo cresce anche ciò che salva”

di Nicola Cordone - segreteria UBI

**È** possibile trovare nel presente i semi della rinascita? Quali criticità sono emerse dalle logiche antropocentriche e individualistiche che hanno guidato da alcuni decenni buona parte dell'agire politico internazionale e influito sugli equilibri sociali, manifestando i loro effetti negativi soprattutto nel periodo di pandemia? Questi gli interrogativi di fondo che hanno dato significato alla XXIV edizione del Tertio Millennio Film Festival sul dialogo interreligioso, manifestazione on line che si è svolta dal 23 febbraio al 2 marzo 2021, con il titolo “Vita Nuova - Dove c'è pericolo cresce anche ciò che salva”. [www.tertiomillenniofilmfest.org](http://www.tertiomillenniofilmfest.org)

## LE OPERE IN CONCORSO

16 opere, 8 lungometraggi ed 8 corti, che «offrono l'occasione per riscoprire la verità della nostra umanità e ci invitano al risveglio incalzandoci con ipotesi, domande, possibilità di percorsi nuovi e più umani da compiere con le sorelle e i fratelli nostri», ha dichiarato Mons. Davide Milani, Presidente della Fondazione Ente dello Spettacolo che ha organizzato l'Evento. I film, pur provenendo da cinematografie differenti, e dunque da sensibili-

tà culturali molto diverse, hanno intessuto un'unica trama, un unico grande racconto che sgorga dallo scavo in profondità di temi attuali narrati per evidenziare provocazioni, aperture e nuovi orizzonti. Perché la pluralità dei punti di vista sulla realtà, come testimoniano le opere in concorso, che raccontano di vissuti ed esperienze diverse, «custodisce frammenti di salvezza», per usare ancora le parole di Mons. Milani, al pari del dialogo tra le religioni, di cui sono espressione le due giurie del Festival - una per i lunghi e l'altra per i cortometraggi - composte da rappresentanti delle diverse confessioni di fede presenti nel nostro Paese: cattolici, protestanti, ebrei, musulmani, buddhisti e induisti.

## LA MISSIONE DEL FESTIVAL

Fin dal titolo di dantesca e holderliniana memoria: “Vita Nuova - Dove c'è pericolo cresce anche ciò che salva”, emerge chiaramente la volontà di mettere da parte il “lamento del presente” selezionando dalla produzione cinematografica contemporanea i film che offrivano maggiori spunti di ripresa per individui e comunità, senza annegare nel pessimismo e nel nichilismo di cui l'oggi può essere generoso latore. Confrontarsi e dialogare attraverso

Oylem



The Fisherman's Daughter



German Lessons



il cinema, nell'ottica del dialogo tra le religioni, ma anche dare visibilità ad opere ed autori provenienti da ogni parte del mondo, per cercare nuovi stimoli; per ricominciare a sognare, in fondo. E dunque, seppure in forme e stili differenti, questi film suggeriscono percorsi possibili anche quando sembrano molto lontani dal presente e dalle sue tematiche più urgenti.

## SEGNALAZIONI

Come nel caso, per fare soltanto alcuni esempi, di *The Fisherman's Daughter*, di **Ismail Safarali**, in cui l'adolescente Sara, che vive in un piccolo villaggio sul Mar Caspio, sperimenta l'esperienza della perdita dopo che suo padre scompare misteriosamente durante una battuta di caccia, ma non perde la speranza di poterlo ritrovare dando così una struggente tanto quanto forte testimonianza di fede. Oppure nel caso del cortometraggio *Inverno*, regia di **Giulio Mastromauro**, anch'esso focalizzato sul tema della morte che sconvolge precocemente la vita del piccolo Timo e della comunità di giostrai in cui vive, un film segnato da forti accenti autobiografici; mentre *The handyman*, cortometraggio di

Adoration



**Nicholas Clifford**, racconta il potere salvifico di un incontro vero, della condivisione come antidoto al male di vivere, alla disperazione; disperazione che è destino comune anche ai lavoratori sfruttati di *The Last One*, di **Veiko Õunpuu**, film che spinge il climax drammatico all'estremo, suggerendo però l'idea dell'inevitabilità di un "nuovo inizio" di segno diametralmente opposto al tono generale della vicenda. Barlumi di luce traspaiono



The Cloud Is Still There

anche in **Adoration**, di **Fabrice du Welz**, storia di un amor fou tra due anime perse, il solitario Paul e la bipolare Gloria, giovanissimi protagonisti di una fuga impossibile verso la libertà: una pellicola in cui emerge anche il tema della cura, della responsabilità nei confronti di chi si ama, soprattutto se si parla delle persone più fragili. Nel segno della speranza e della fiducia nell'essere umano è il documentario **Unguarded**, di **Simonetta D'Italia-Wiener**, sul metodo Apac (Associazione per la protezione e l'assistenza dei detenuti), modello rivoluzionario di recupero dei detenuti, praticato in Brasile dal 1970, e oggi in 24 Paesi in tutto il mondo, ispirato dai principi della responsabilità, della collaborazione, della fiducia: in una parola, dall'amore, come più volte si dice nel film. **The Cloud Is Still There**, della regista malesiana **Mickey Lai**, affronta invece, infine, il tema della conflittualità tra le fedi, mettendo in scena gli ultimi momenti di vita di un uomo la cui anima è contesa tra le preghiere cristiane della nipote Xiao Le ed i rituali taoisti del resto della famiglia; la morte, tuttavia, sembra costituire un punto di incontro che oltrepassa le diversità.

tertio  
millennio  
Film Fest  
2021



## PREMI E MENZIONI SPECIALI

### Premio miglior lungometraggio

**German Lessons**, di **Pavel G. Vesnakov**,

film sul tema dell'identità in cui la vicenda personale del protagonista, il bulgaro Nikola, si fa metafora della realtà di un Paese che vorrebbe liberarsi del proprio passato ma non sa se desidera davvero abbracciare il nuovo mondo.

### Menzione Speciale: **Oylem** di **Arthur Borgnis**,

documentario che è un omaggio agli ebrei ashkenaziti dell'Europa orientale, la Yiddishland compresa tra la Polonia, i Carpazi e i villaggi sul Mar Baltico. Un popolo finito nell'oblio, cancellato con la sua storia e le sue tradizioni dalla furia dei pogrom nazisti.

Il tema della memoria quindi come elemento imprescindibile per la Rinascita.

### Premio miglior cortometraggio: **The handyman**, di **Nicholas Clifford**.

### Menzioni Speciali: **Broken Roots**, di **Asim Tareq**,

**Sarah Elzayat** brevissimo film d'animazione che racconta la solitudine e l'immaginario mondo interiore di un bambino di 10 anni e **Victor on the moon**, di **Christian Arhoff**, commedia romantica e surreale sulla forza

dei sogni, che è un invito ad accogliere la vita nella sua imprevedibilità e nel suo mistero.

### Premio per la distribuzione:

**Adoration**, di **Fabrice du Welz**.

# Il principio del male nel Buddhismo

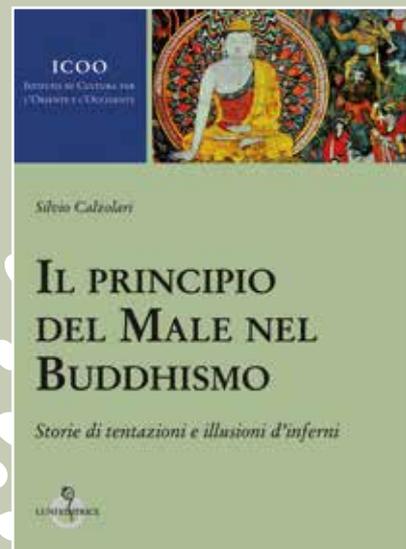
Il concetto del male ha sempre preoccupato e interpellato gli uomini di ogni era e civiltà. Perché si soffre? Perché si muore? Quali sono le origini, le ragioni del male? Esiste il male come categoria assoluta, trascendente, oppure scaturisce dall'uomo perché insito in lui? Il bene e il male possono esistere senza l'uomo? Se si accetta l'esistenza di un essere divino perfettamente buono e onnipotente, come si può giustificare il male?

Ovunque il male rappresenta la trasgressione, il disordine, la separazione; è ciò che distrugge, il caos, il nemico, il diverso, le forze misteriose e pericolose della natura, tutto ciò che procura ostacoli e squilibri interni ed esterni. Nel Buddhismo il male è un'idea illusoria, un sovvertimento dovuto all'attaccamento all'illusione e alla vita.

Nelle scritture del Buddhismo, e specialmente nella religione popolare, ogni singolo aspetto del male fu personificato e divenne parte d'una entità indicata con il nome di Māra, il Distruttore, il Calunniatore, il Generatore di inciampi.

L'autore ripercorre la storia di Māra in tutti i suoi

miti e le sue tradizioni, anche in quelle più remote che affondano la loro origine nei Veda, le scritture più antiche dell'India. L'opera è un lungo viaggio nei secoli e attraverso culture profondamente diverse, nell'ambito di un immaginario religioso spesso misterioso e di non facile comprensione. Nella sua unicità (è uno dei pochissimi libri sull'argomento nel panorama editoriale italiano) è una lettura di grande utilità per tutti coloro che amano l'Oriente e il Buddhismo nelle sue infinite declinazioni.



# Letture consigliate

## L'ABBRACCIO DEL MONDO Coltivare l'eleganza dello spirito per costruire la mente ecologica

di Stefano Bettera

Mondadori (Collana Oscar Spiritualità) - In uscita a giugno 2021

Tema di questo volume è il ruolo che atteggiamento, approccio alla realtà, visione del mondo, identità culturale e, soprattutto, capacità di immaginare il futuro - ossia ciò che definiamo mente ecologica - hanno di informare le scelte che compiamo. E con esse le dinamiche sociali. Perché il linguaggio e la narrazione che elaboriamo sui fatti possono essere motivo di inclusione o divisione, possono creare comunità o separazione. La strada verso la mente ecologica ce la indicano i tanti pensatori e filosofi - in un profondo dialogo tra Occidente e Oriente - che nel corso del tempo hanno cercato una risposta pratica, concreta, per trasformare pensieri e comportamenti verso una realtà di pace e consapevolezza. Le risposte radicali alla crisi di oggi, infatti, non possono che essere quelle che uniscono, creano rete, connessione, giustizia e che sono in grado di curare le ferite del mondo.



## LA PRATICA DELLA CONSAPEVOLEZZA: SATI NEL CANONE BUDDHISTA PALI

di Giuliano Giustarini

Fuorilinea (Collana Ottante)



Gli insegnamenti attribuiti al Buddha, qui esaminati nella tradizione testuale in lingua pali, si propongono di aprire le porte al *nibbāna*, ovvero alla liberazione definitiva dalla dimensione angusta e insoddisfacente in cui gli uomini vivono, muoiono e rinascono. A questo riguardo, la consapevolezza, *sati*, è descritta come una qualità che, se coltivata appropriatamente e costantemente, opera una radicale ecologia del cuore e apporta una profonda serenità. Giuliano Giustarini, docente di Lingua e Letteratura Pali e Buddhismo Therava-da alla Mahidol University, esplora a fondo il *sati* nella letteratura buddhista pali esaminandone le dinamiche attraverso i quattro strumenti della consapevolezza (*satipat.t.ha-na*), riconosciuti come fattori cruciali nel sentiero buddhista per la liberazione, descritti chiaramente come "il sentiero diretto alla fine della sofferenza".



## PRATICHE DI FELICITÀ QUOTIDIANA

### 14 personaggi raccontano il loro percorso spirituale

di Mario Raffaele Conti e Elia Perboni

Yoga Journal - Morellini Editore

Questo libro contiene molte risposte, una per ciascuno dei personaggi (donne e uomini della società civile, medici, professori, attori, imprenditori, musicisti e un sacerdote) che qui raccontano la loro vita più intima, quella spirituale: Moni Ovadia, Giobbe Covatta, Sergio Múñiz, Giuliano Boccali, Niccolò Branca, Laura Marinoni, Cinzia Primatesta, Paolo Tofani, Gloria Campaner, Dacia Dalla Libera, Morena Shree Sundari Firpo, Padre Antonio Gentili, Giulia Borioli, Licia Grazi. Al termine di ogni racconto è presente un esercizio, una pratica semplice, adatta a tutti, per scuotere il corpo dal torpore dell'abitudine e uscire da momenti di crisi e di difficoltà. Gli autori, Mario Raffaele Conti e Elia Perboni, giornalisti e divulgatori spirituali, collaboratori del mensile Yoga Journal, hanno già pubblicato un libro dedicato all'influenza di Yogananda sulla cultura occidentale.

## PREPARAZIONE MENTALE ALLA MORTE PER UN'ESISTENZA SENZA PAURE

### La visione buddhista di un Lama occidentale

di Lama Dino Cian Ciub Ghialtzen

Edizioni del Faro

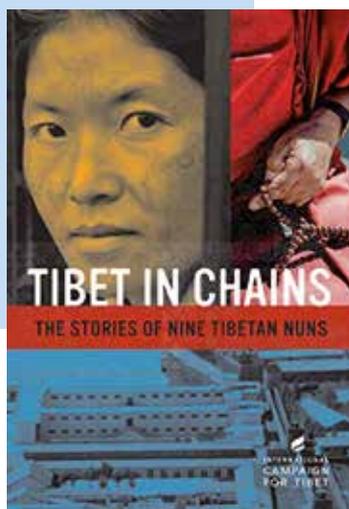
Perché la società attuale teme la morte e, contemporaneamente, la nega?

Può essere utile cogliere in maniera significativa questa condizione dell'esistenza che accomuna indistintamente gli esseri?

Se fossimo in grado di conoscere le modalità dei processi della morte, affronteremmo più serenamente questo delicato passaggio?

Lama Dino Cian Ciub Ghialtzen propone una ricerca interiore, attraverso l'introspezione e la meditazione, secondo la visione millenaria dei Maestri buddhisti tibetani, in una prospettiva moderna e comprensibile. Questo libro è adatto a tutti coloro che vogliono provare, già in questa vita, a liberarsi dalla paura innata della morte, preparando la mente a vivere con consapevolezza la propria esistenza.





## **TIBET IN CHAINS** **The Stories of Nine Tibetan Nuns**

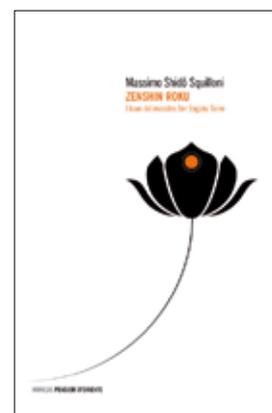
di International Campaign for Tibet

All'inizio degli anni '90, le famigerate prigioni della capitale tibetana Lhasa contenevano centinaia di prigionieri politici che protestavano contro il malgoverno della Cina in Tibet. Tra di loro c'era un gruppo di 14 monache che, a causa del loro cameratismo e della loro solidarietà, inclusa la registrazione di una canzone in lode di Sua Santità il Dalai Lama e del Tibet, divennero note come "monache cantanti". Questo libro racconta la storia di nove di loro e fornisce una migliore comprensione del ruolo svolto dalle monache nel movimento di libertà tibetano. Attraverso queste storie personali, siamo in grado di conoscere la loro motivazione a parlare contro l'oppressione e l'importanza della religione, della cultura e dell'identità tibetane. La Campagna Internazionale per il Tibet desidera ringraziare l'UBI per il contributo essenziale alla pubblicazione di questo libro.

## **ZENSHIN ROKU** **I koan del maestro zen Engaku Taino**

di Shido Massimo Squilloni  
Mimesis (Collana Pensieri d'Oriente)

Engaku Taino "immerge" lo Zen nel mondo di oggi: costruisce microstorie prendendo spunto dalla vita di tutti i giorni e poi le koanizza, ovvero le struttura in modo da imprigionare la mente del praticante nella loro irriducibile dicotomia interna, costringendola a muoversi tra insuperabili contraddizioni intrinseche, spingendola verso la massima tensione e portandola, infine, a quella rottura che spalanca la verità Zen. Lo Zen viene sottoposto alla trazione estrema di due forze che sono, se non opposte, differenti: da un lato, la presa d'atto della dialettica del pensiero, della frattura che segna ogni essere senziente, ferito dalle differenze, dalle contraddizioni, dall'apparente illogicità del Tutto; dall'altro, la realizzazione della natura di Buddha, la visione mistica del vuoto fondamentale dell'universo, del suo essere una commedia scritta e recitata da fantasmi.



# ELENCO CENTRI

## **ASSOCIAZIONE BUDDHISMO VIA DI DIAMANTE DI BOLOGNA**

via Jacopo della Lana 8, 40137, Bologna (BO)  
Tel.: 347 23 28 619  
E-mail: bologna@buddhism.it  
[www.buddhism.it](http://www.buddhism.it)

---

## **ASSOCIAZIONE PER LA MEDITAZIONE DI CONSAPEVOLEZZA - A.Me.R.D.M dell'Inter- no 2**

4/1/2014, iscritta al RPG al n. 987/2014  
Vicolo d'Orfeo, 1 - 00193 Roma (RM)  
Tel.: 06 6865148  
E-mail: segreteria@associazioneameco.it  
Pec: direzione@pec.associazioneameco.it  
[www.associazioneameco.it](http://www.associazioneameco.it)

---

## **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](http://www.tempiozenroma.it)

---

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

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

---

## **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](http://www.zentorino.org)

---

## **ASSOCIAZIONE KUSHI LING (V)**

Alle Fontane  
Laghel 19 - CP 118 - I-38062 Arco/Lago  
di Garda (TN)  
Cell.: 347 2113471  
E-mail: info@kushi-ling.com  
[www.kushi-ling.com](http://www.kushi-ling.com)

---

## **ASSOCIAZIONE SAMATHA-VIPASYANA -Tempio di Cinte Tinesino**

Località Val Molin via per Grigno,  
38050 Cinte Tesino (TN)  
Tel.: 3920318142  
E-mail: fushin.seiunbo@gmail.com  
[www.tenryuzanji.org](http://www.tenryuzanji.org)

---

## **ASSOCIAZIONE NICHIREN SHU, Guhōzan Renkōji (N)**

Via Fossa, 2 - 15020 Cereseto (AL)  
Tel.: 0142 940506  
Cell.: 334 598 7912  
E-mail: revshoryotarabini@hotmail.com

---

## **ASSOCIAZIONE SANGHA ONLUS**

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

---

**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](http://www.anshin.it)

---

**BECHEN KARMA TEGSUM TASHI LING (V)**

C/da Morago, 6 - 37141 Cancellò Mizzole (VR)

Tel.: 045 988164

E-mail: info@benchenkarmatashi.it

Pec: info@pec.benchenkarmatashi.it

[www.benchenkarmatashi.it](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.centrogyosho.it)

---

**CENTRO CENRESIG (V)**

Via della Beverara, 94/3 - 40131 Bologna (BO)

E-mail: info@cenresig.org

[www.cenresig.org](http://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 Merciarì, 5 - 37100 Verona (VR)

E-mail: buddhismo.vr@gmail.com

---

**CENTRO TARA BIANCA**

via Bernardo Castello 3/9,

16121 Genova (GE)

Tel.: 35340558991

E-mail: segreteria@tarabianca.org

[www.tarabianca.org](http://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](http://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](http://www.kalachakra.it)

---

**CENTRO LAMA TZONG KHAPA (V)**

Via Peseggiana, 31 - 31059 Zero Branco (TV)

Cell. 348 7011871

[www.centrolamatzongkhatv.it](http://www.centrolamatzongkhatv.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](http://www.centromilarepa.net)

---

**CENTRO SAKYA (V)**

Via Marconi, 34 - 34133 Trieste (TS)

Tel.: 040 571048

E-mail: sakyatrieste@libero.it

Pec: progettoindia@pec.csvfg.it

[www.sakyatrieste.it](http://www.sakyatrieste.it)

---

**CENTRO STUDI TIBETANI MANDALA DEUA LING (V)**

Vicolo Steinach, 9 - 39012 Merano (BZ)

E-mail: centrostudimandalad@gmail.com

---

**CENTRO STUDI TIBETANI TENZIN CIO LING (V)**

Via Pelosi, 5 - 23100 Sondrio (SO)

Tel.: 328 7689759

Pec: centrotenzin@rspec.it

E-mail: info@centrotenzin.org

[www.centrotenzin.org](http://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](http://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](http://www.ewam.it)

---

**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](http://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](http://www.zenfirenze.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](http://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](http://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](http://www.mokusho.it)

---

**FEDERAZIONE RIMÉ ITALIA (V)**

Via Municipio, 35 - 81020 Recale (CE)

Tel.: 339 4095660

E-mail: federazionerimeitalia@rimay.net

E-mail: perlediolibano@gmail.com

E-mail: pienapresenza@rimay.net

[www.sangharime.it](http://www.sangharime.it)

---

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

Corso Goffredo Mameli 30 - 25122 Brescia (BS)  
Tel.: 331 4977199  
E-mail: [fondazione@buddhism.it](mailto: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](mailto:info@maitreya.it)  
[www.maitreya.it](http://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](mailto: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](mailto:gpling@virgilio.it)  
[www.ghepelling.com](http://www.ghepelling.com)

---

**HONMON BUTSURYU SHU - HBS (N)  
Tempio Kofuji**

Via Piagentina 31 - 50121 Firenze (FI)  
Tel.: 055 679275  
E-mail: [segreteria@hbsitalia.it](mailto:segreteria@hbsitalia.it)  
[www.hbsitalia.it](http://www.hbsitalia.it)

---

**IL CERCHIO VUOTO (Z)**

Via Carlo Ignazio Giulio, 29 - 10122 Torino (TO)  
Cell.: 333 5218111  
E-mail: [dojo@ilcerchiovuoto.it](mailto:dojo@ilcerchiovuoto.it)  
[www.ilcerchiovuoto.it](http://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: [segreteria@monasterotibetano@gmail.com](mailto:segreteria@monasterotibetano@gmail.com)  
[www.ilmonasterotibetano.it](http://www.ilmonasterotibetano.it)

---

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

Bargone, 113 -  
43039 Salsomaggiore Terme (PR)  
Tel.: 392 0376665  
[www.fudenji.it](http://www.fudenji.it)

---

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

Via Buccari 15, scala B - 74100 Taranto (TA)  
Tel.: 099 7302409  
E-mail: [jangtsethosesam@libero.it](mailto:jangtsethosesam@libero.it)  
[www.jangtsethosesam.it](http://www.jangtsethosesam.it)

---

**ISTITUTO LAMA TZONG KHAPA (V)**

Via Poggiberna, 9 - 56040 Pomaia (PI)  
Tel.: 050 685654 Fax: 050 685695  
E-mail: [info@iltk.it](mailto:info@iltk.it)  
[www.iltk.org](http://www.iltk.org)

---

**ISTITUTO SAMANTABHADRA (V)**

Via Di Generosa, 24 - 00148 Roma (RM)  
Tel.: 340 0759464  
E-mail: [samantabhadr@samantabhadr.org](mailto:samantabhadr@samantabhadr.org)  
[www.samantabhadr.org](http://www.samantabhadr.org)

---

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

Via Donadei, 8 - 12060 Belvedere Langhe (CN)  
Tel./Fax 0173 743006  
E-mail: [langhegrandamusica@tiscali.it](mailto:langhegrandamusica@tiscali.it)  
[www.belvederelanghebuddhameditationcenter.org](http://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](http://www.buddhism.it)

---

**KARMA DECHEN YANGTSE (V)**

Bodhipath Retreat Center  
Cooperativa di BORDO - 28841 Viganella (VB)  
E-mail: bodhipath@bordo.org  
Pec: coopbordo1@pec.cheapnet.it  
[www.bordo.org](http://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](http://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](http://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](http://www.centromandala.org)

---

**MONASTERO ENSO-JI IL CERCHIO (Z)**

Via dei Crollanza, 9 - 20143 Milano (MI)  
Tel.: 02 8323652  
Cell.: 333 7737195  
E-mail: cerchio@monasterozen.it  
[www.monasterozen.it](http://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](http://www.santacittarama.org)

---

**SHOBOGENDO CENTRO ZEN MILANO (Z)**

Via Albertinelli, 5 - 20148 Milano (MI)  
Cell.: 333 9774184  
E-mail: shobogendo@zenmilano.it

---

**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](http://www.zenshinji.org)

---

**TEMPIO NAPOLI BUDDHIST VIHARA (T)**

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

---

**CONSAPEVOLEZZA - A.Me.Co. - T**

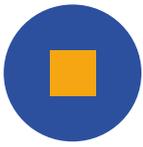
Venerdì dalle 10.00 alle 13.00.  
Mercoledì dalle 9.30 alle 13.00,  
dalle 14.00 alle 21.00.  
Martedì e giovedì dalle 14.00 alle 20.30.  
settimana nei quali sono previste iniziative  
[www.associazioneameco.it](http://www.associazioneameco.it)

---

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](http://unionebuddhistaitaliana.it)





Unione  
Buddhista  
Italiana

# L'8 x mille all'Unione Buddhista Italiana è l'8 x tutti.

Pluralità, comprensione, responsabilità.

Noi dell'Unione Buddhista Italiana lavoriamo per questo, convinti che tutto sia collegato. Così agiamo per chiunque e ovunque ce ne sia bisogno.

[unionebuddhistaitaliana.it](http://unionebuddhistaitaliana.it)