

Documentario
Song of Lion
(Titolo provvisorio)
Messaggi da un Tibetano in Italia

Progetto
Progetto Asia

collaborazione con:
Comunita` Tibetana Italia
Tibet women's Association

Consigliere
Carlo Buldrini

Dicembre 2007

Tema e obiettivo

*I rifugiati tibetani che vivono in Italia:
l'identità
e le speranze riposte nel futuro.
La loro lotta non violenta per la libertà e la pace in Tibet.*

*Progetto per un film documentario che intesse le voci dei Tibetani d'Italia
attraverso un affresco della loro vita in questo nostro paese.
Perché la voce del Tibet raggiunga sempre più persone.*

Il documentario ha per soggetto i giovani tibetani che vivono in Italia e che appartengono alla seconda o terza generazione nata dopo l'istituzione del Governo Tibetano in esilio.

Il documentario vuole raccontare le loro esperienze, mostrare cosa pensano, su cosa si tormentano, di cosa gioiscono e in che modo si stanno attivando per la ricostruzione del proprio Paese all'interno della difficile situazione politica attuale (vedi Note, par.1 in allegato).

Il documentario vuole indurre lo spettatore a mettersi nei loro panni e tentare di guardare il mondo con i loro occhi.

Attualmente la comunità tibetana in Italia è composta da circa duecentocinquanta persone. Questo numero in Europa è decisamente basso se paragonato alle più consistenti comunità tibetane presenti in Svizzera, Francia o Germania. Eppure, quanto a vivacità del movimento, non sono secondi a nessuno. La maggior parte sono giovani nati dopo la fondazione del Governo Tibetano in esilio in India nel 1959, ed appartengono alla seconda o alla terza generazione, quella che non ha mai conosciuto il territorio tibetano. Solo pochi di loro sono nati in Tibet e sono scappati passando attraversando il confine dell'Himalaya con l'India. Ve ne sono poi alcuni che dal territorio tibetano sono venuti in Italia con passaporto cinese.

Il percorso che li ha condotti in Italia è differente per ognuno: alcuni sono venuti per studiare, altri sono religiosi, artisti, giovani venuti per lavorare, giovani che si sono appoggiati a parenti o giovani che si sono sposati con italiani. La situazione di ognuno è differente ma tutti sono accomunati da un forte impegno per la causa della indipendenza del loro Paese e per la difesa della cultura tibetana. Nonostante l'esiguità del loro numero sono molto frequenti i rapporti di collaborazione con i gruppi politici che li sostengono, con i vari centri di

buddismo tibetano in Italia, con le università, con gli istituti di ricerca medica ed antropologica (vedi Note, par.2 il Allegato).

Per l'intensità con cui fanno sentire la propria presenza i tibetani costituiscono una comunità unica nel mondo dell'immigrazione italiana.

Inoltre, pur tenendo molto a mantenere viva la propria cultura e le proprie tradizioni, sono giovani che accolgono con flessibilità la cultura italiana, si adeguano al corso dei tempi, si avvicinano alle istituzioni italiane per coinvolgerle nel dibattito sulla loro causa, sfruttano al meglio internet per acquisire notizie e comunicare, ed hanno uno stile di vita e delle prospettive personali non dissimili da quelle di un qualsiasi giovane occidentale.

Come è inevitabile, all'interno della comunità è anche frequente sentire critiche da parte degli anziani nei confronti di questi giovani appartenenti alla seconda o terza generazione che è nata e cresciuta in India o Nepal. Gli imputano di avere la tendenza a perdere la propria identità di tibetani, di tenere in poco conto la cultura buddista, i fondamenti spirituali tradizionali e di avere la tendenza a incentrare la propria vita sui film commerciali di Hollywood, sulla cultura televisiva, sulla musica occidentale e sulla tecnologia moderna. Tuttavia questa è una tendenza comune ai giovani di tutto il mondo. Da molti tibetani che vivono in Italia abbiamo sentito spesso dire frasi come: "Ho lasciato il governo in esilio e sono venuto in un altro paese, l'Italia. Qui ho studiato nuovamente la cultura tibetana e il buddismo da un punto di vista teorico". E' questa la nuova generazione del Tibet che, come accade a molti viaggiatori o migranti, riscopre la propria identità culturale in un paese diverso dal proprio, spesso rispondendo al corso dei tempi con sensibilità e flessibilità.

Il documentario dedicherà molta cura alla descrizione della cultura tibetana, ai temi legati alla religione buddista e alla profonda cultura spirituale del Tibet; della filosofia e della tradizione tibetana; ma anche ai campi di ricerca della medicina e della scienza tibetana della mente, che negli ultimi anni ha ricevuto consensi ed attenzioni da parte del mondo scientifico occidentale. Verranno quindi intervistati anche quelle personalità italiane che a questi sviluppi hanno contribuito, e che si sono intimamente legate alle metodologie tibetane di ricerca.

Il documentario metterà a fuoco questa straordinaria e complessa identità, di un gruppo umano che, pur facendo tesoro della cultura tibetana, viene in contatto con modelli occidentali senza rifiutarli aprioristicamente, ma anzi si integra ad essi, caricandoli di nuova vita mediante il coinvolgimento nell'appassionante intreccio di storie personali, vicende politiche e religiose che lo caratterizza.

Poiché ne vivono sulla propria pelle le contraddizioni e le durezze, i tibetani in esilio sono grandi conoscitori della situazione internazionale, e la condizione dell'esilio impone loro di muoversi nel mondo globale come pesci nell'acqua: stabiliscono contatti con i loro connazionali in India, Nepal e, seppur con maggiore difficoltà, anche in Tibet, e viaggiano in Europa ed altri continenti per restare in contatto con i maestri della loro tradizione di pensiero.

Attualmente abbiamo riscontrato la tendenza di questi ragazzi a rafforzare la rete delle comunità tibetane nel mondo, e ad stabilire una posizione di leadership della comunità italiana.

Questi tibetani moderni non sono più quelli dello Shambhala di centocinquant'anni fa che si trova da qualche parte nel cuore dell'Himalaya (paese ideale del buddismo riportato nelle sacre scritture Kalachakra). Si potrebbe dire che sono giovani che, pur avendo ancora un ricordo "a livello cellulare" dello Shambhala, vivono la propria particolare situazione con una sensibilità che si lega e si accomuna alle sensibilità del resto del mondo.

Poiché, come si è detto, molti di loro portano avanti un'attività politica quotidiana tesa a denunciare le violenze subite dal popolo tibetano e a rivendicare i diritti negati dal governo di occupazione cinese, il documentario seguirà con le immagini i processi attraverso cui i tibetani che vivono in Italia riflettono sulla situazione irragionevole in cui si trova il proprio lontano paese: il Tibet.

Tutto ciò attraverso un punto di vista, una mentalità, una filosofia e una logica inevitabilmente tibetane. Ma le posizioni non sono perfettamente identiche ed anche questo è un aspetto interessante, perché costituisce il riflesso delle diverse sfaccettature che la cultura tibetana sviluppa nel resto del mondo, e della loro intersezione con la tradizione politica italiana.

Insomma benché molti di loro avvertano la loro presenza in Italia solo come una "parentesi" che li separa dal ritorno alla loro terra, il legame che si è stabilito tra la loro e la nostra cultura mostra di essere assai profondo e duraturo. Il documentario esaminerà da vari punti di osservazione il presente e il futuro del Tibet, ma anche il ruolo che l'Italia ha per esso.

Chiave narrativa del documentario

Protagonista del documentario sarà (nella forma di sola voce narrante) un giovane tibetano che vive in Italia, come personalità complessa che racchiuda caratteristiche comuni a più giovani. Attraverso il suo sguardo, facendo perno sull'attuale situazione politica, coglieremo la vita della comunità in Italia, le interrelazioni tra i tibetani, e le relazioni che essi hanno con gli italiani. Riprenderemo e ci faremo raccontare le storie di quei tibetani venuti dall'India o dal Tibet stesso, intervisteremo tutte quelle persone che ruotano attorno al nostro protagonista, a cominciare dagli italiani. In altre parole, insieme alle storie, cercheremo di registrare i sentimenti di queste persone durante l'arco di tempo che condurrà tutti noi fino alle Olimpiadi del 2008 in Cina.

Riguardo alla vita quotidiana del protagonista, poiché è cresciuto avendo come base la cultura buddista o forse perchè dopo tutto conserva ancora i geni trasmessi dalla grandiosa natura dell'Himalaya, il nostro anche di fronte ai guai che la vita e i problemi politici del Tibet gli presentano, sembra possedere e mantenere sempre un carattere sereno, calmo e senza pregiudizi. Un altro elemento caratterizzante del protagonista è il suo stile **“tibetano-italiano”** maturato dopo aver vissuto a lungo in Italia.

Ma ciò che più ci preme racconti il protagonista è la sua lotta all'interno di una situazione tragica, riuscendo comunque a mantenere intaccate le proprie speranze e la propria positività. Sarà un personaggio pieno di vitalità, che esprime il fascino della forza, della serenità, della generosità e della ricchezza dei sentimenti.

Elementi che compongono il documentario:

<p>La situazione del Tibet fino ai giorni nostri, la vita dei tibetani in Italia raccontate da un giovane tibetano (durante l'intero documentario tratteremo tutti i temi attraverso i suoi occhi e le sue parole). Inoltre, arricchiremo i vari momenti della narrazione con informazioni sull'attuale situazione del Tibet acquisite dalle interviste e dalla raccolta di materiale sulla vita quotidiana in Italia di altri giovani tibetani.</p>	<p>Meeting politici e riunioni per la questione tibetana e interviste effettuate in tali occasioni.</p>	<p>Documentazione su eventi religiosi quali la visita in Italia e "l'insegnamento" del Dalai Lama in programma per dicembre 2007, o l'iniziazione Kala Chalura tenutasi a Firenze nel giugno 2007 alla presenza di Sakya Trizin.</p>
<p>Interviste a e raccolta di materiale sulla cultura spirituale del Tibet attraverso centri buddisti, praticanti, studiosi, interviste a persone che si occupano di buddismo.</p>	<p>Interviste a persone che, nel campo della psicologia e delle neuroscienze, studiano la cultura tibetana dal punto di vista scientifico. Interviste a medici della medicina tibetana tradizionale.</p>	<p>A seconda delle esigenze, verranno utilizzate immagini della realtà storica del Tibet, immagini dei territori interni del Tibet, riprese del governo in esilio o di comunità tibetane in altri Paesi.</p>

Contenuti e programma delle interviste e della documentazione

Segue un riepilogo delle interviste già effettuate e di quelle in programma, nonché delle persone coinvolte:

28 gennaio Ebrei e Tibetani davanti allo Sterminio
Strategie di Superment Memoria e Riconciliazione
Torino

3 ottobre 48° anniversario dell'insurrezione nazionale Tibetana
Roma

17 maggio Incontro con il presidente del governo in esilio
Milano

- 26 maggio** Primo Forum Internazionale per la libertà del Tibet
Torino
- 6 maggio** Incontro con Lu Cheng
Roma
- 30 maggio** Accompagnamento Empatico dei Malati e delle Famiglie
Parma
- 30 giugno** Kalachakra con S.S.Sakya Trizin
Firenze
- 6 luglio** Thangtong Lhugar Tibetan Performing Arts in occasione del
72 ° compleanno di Sua Santità il Dalai Lama
Milano
- 7 luglio** Ghe pel Ling Preghiera di lunga vita per il XIV Dalai Lama
Milano
- 8 agosto** Manifestazione e fiaccolata
Roma
- 10 settembre** Conferenza con Carlo Buldrini
Bologna
- 21 settembre** Il corso di Medicina Tibetana con Dr.Nida Cenatsang
Roma
- 13 Ottobre** 7~14 S.S.Dalai Lama in Italia
Milano Udine Roma
- 12 Dicembre** l'intervista del S.S.Dalai Lama
- 27 Gennaio** l'intervista di Jestun Pema (la sorella di S.S.Dalai Lama)

Da qui in avanti si prevede di effettuare interviste e raccolta di materiale in corrispondenza delle manifestazioni correlate al Tibet che hanno luogo in Italia.

A partire da 2008 inizieremo a seguire da vicino la quotidianità dei giovani tibetani e daremo il via alle interviste e alla raccolta di documentazione dalle istituzioni (comprese le università) e dai vari centri buddisti sparsi sul territorio italiano.

Collaborano alle interviste e alla raccolta del materiale:

Comunità Tibetana www.comunitatibetana.org

***Dott.Tenzin Thupten**

***Dott.Tenzin Sangpo**

Tibet Women's Association

***Dott.sa Dechen Dolkar**

Tibet Culture House www.tebetculturehouse.org

***Dott.Choephel Tamding**

Oltre a seguire da vicino la loro attività, effettueremo varie interviste:

Medici Tibetani

***Dott.Nida Cenagtsang**

***Dott.Pansang Yonten Arya**

Si prevede, inoltre, di intervistare, a partire da Geshe gedun Tharchin (Lam Rim Roma), quante più persone tibetane che vivono in Italia e di seguire da vicino la loro vita e il loro dramma quotidiano.

Gruppi, persone, centri buddisti, studiosi che sostengono il Tibet:

CISL Piemonte www.dossiertibet.it

***Dott.Claudio Tecchio**

Associazione Italia Tibet www.italiatibet.org

***Dott.Gunther Cologna**

Amici del Tibet

***Dott.ssa Laura Polichetti**

***Dott. Carlo Buldrini (Autore del libro "Lontano dal Tibet")
e consigliere di questo documentario**

AsiaNews

***Dott. Bernardo Cervellera**

***Dott. Lu De Cheg (Attivista di *China Democracy*)**

***Dott. Wei Jingsheng (Presidente della *Overseas Chinese Democracy Coalition*)**

***Dott. Jamyang Norbu (Scrittore attivista)**

***Ven. Parden Gyatso (Autore del libro "Il fuoco sotto la neve")**

Istituto Lama Tzong khapa (Pomaia)

Ghe Pel Ling Istituto (Milano)

***Lama Thamthog Rinpoche**

Istituto Samanta bhadra (Roma)

***Geshe Lobsang Phendhe (Udine)**

***Geshe Gedun Tharchin**

Dzogechen Community (Toscana)

***Dott.ssa Giacomella dell'Angelo**

***Dott. Andrea dell'Angelo**

Spiritual Care Program (Torino)

***Dott.ssa Daniela Muggia**

Terza Università di Roma

***Guido Fabiani**

***Mario Girardi**

***Studenti**

Oltre alle personalità di cui sopra, stiamo pensando di realizzare anche interviste sulla questione tibetana ad italiani e immigrati cinesi in generale.

Tempi di produzione

La fase di documentazione è iniziata nel gennaio 2007, le riprese, a marzo dello

stesso anno. Da allora fino al luglio 2008, prima che inizino le Olimpiadi di Pechino, continueranno le riprese e la raccolta di materiale. A manifestazione iniziata, si hanno in programma altre riprese e interviste.

ALLEGATO

Note per la produzione del documentario

1.Introduzione alla “questione tibetana”

A partire dall'occupazione da parte della Repubblica Popolare Cinese nel 1950, in Tibet si sono susseguiti episodi di genocidio perpetrato dall'esercito di liberazione popolare cinese ai danni di moltissimi tibetani innocenti. La causa tibetana, che a partire dall'esilio del XIV Dalai Lama in India nel 1959 si è protratta fino ai giorni nostri, non sembra essere destinata verso una facile soluzione. Questo accade nonostante la quotidiana attività di tutti coloro che sostengono un Tibet autonomo o indipendente, a cominciare da Sua Santità il Dalai Lama stesso, gli intellettuali, gli attivisti, i giovani tibetani, e inoltre molti personaggi famosi, gli esperti e i giornalisti apertamente schierati per la libertà del popolo tibetano.

Le trattative con il regime cinese per una soluzione pacifica, auspicata fin dai tempi di Deng Xiaoping nel 1979 dal Governo Tibetano in esilio, sembravano destinate a degli sviluppi. Successivamente però si è entrati in una fase di stallo in cui la parte cinese ancora oggi rifiuta ogni trattativa. Le autorità cinesi sembrano ostinate ad ignorare anche il *Piano di Pace in Cinque Punti*, proposto dal governo in esilio al Consiglio Europeo nel 1987. Anzi, con l'enorme balzo della Cina verso l'economia globale, questa ha visto aumentare la propria influenza sui paesi occidentali, ed ha intralciato ed esercitato pressioni sulle relazioni politico-diplomatiche internazionali del Governo Tibetano in esilio.

La questione tibetana è stata scalzata dalla scena internazionale e la situazione si sta facendo sempre più seria e dal futuro incerto per il popolo tibetano.

In questo contesto, nel prossimo 2008, le autorità cinesi si apprestano ad

organizzare a Pechino “la festa della pace”, le Olimpiadi, lasciando ancora irrisolti molti problemi, quali la questione della Regione Autonoma del Tibet, della Provincia Autonoma Uigura dello Xinjiang, della Regione Autonoma della Mongolia, e i numerosi problemi relativi ai diritti umani a cominciare dai *laogai* (i campi di concentramento cinesi).

Naturalmente, al mondo, oltre alla questione tibetana vi sono una miriade di altri conflitti che dovrebbero essere risolti il più presto possibile. Ognuno di essi solleva moltissime questioni che abbiamo il dovere di affrontare e superare. Almeno per provare ad assicurare un periodo di pace alle generazioni che verranno. Il motivo per cui, tra tutte queste problematiche, abbiamo pensato di ideare un documentario che tratti proprio il tema della questione tibetana, è che crediamo profondamente che dietro di essa si celino molti spunti importanti che possono far riflettere **ogni singolo individuo su questioni che un mondo con confini sempre più sottili offre e pone continuamente sotto gli occhi di tutti. Parliamo di problemi di morale internazionale come il problema delle guerre e del terrorismo, dello sfruttamento delle risorse degli ambienti naturali e della povertà, e perché no, il problema dell'identità di un popolo, il problema dell'equilibrio tra la cultura spirituale e una civiltà materialista come la nostra.**

Non dobbiamo poi dimenticare che l'uomo continua a convivere con la presenza degli armamenti nucleari. Non è difficile credere che un eventuale guerra nucleare distrugga in un solo attimo la catena della vita e che l'ambiente venga reso in vivibile per migliaia e migliaia di anni. Le tragedie di Hiroshima, Nagasaki e Cernobyl, dimostrano cosa può succedere nel momento in cui vengano usate armi nucleari o si verifichino incidenti su reattori nucleari: i danni si ripercuotono non solo nella zona interessata, ma nell'habitat e nell'animo di un “territorio” umano e animale ben più ampio.

Si potrebbe dire che paesi che apparentemente sembrano vivere in pace, senza guerre e senza fame, in realtà hanno una violenza e una forza distruttiva latenti che potrebbero esplodere in qualsiasi momento. Essi sembrano vivere in uno stato di pace illusorio.

Ogni uomo dovrebbe ammettere quanto sia politicamente importante e giusta la “**lotta non violenta**” sostenuta dal Governo Tibetano in esilio e perseguita dagli stessi tibetani. Pur vivendo in un'epoca come la nostra, segnata dalle guerre e dal terrorismo, il popolo tibetano, sulla base del buddismo mahayana che si fonda su **compassione e altruismo**, e che si compone di solidi fondamenti spirituali, ossia il cosiddetto “buddismo tibetano”, come dicevamo il popolo

tibetano, sotto la guida del XIV Dalai Lama e nonostante la dura realtà di “rifugiati” in cui molti di loro sono costretti a vivere in ogni angolo del pianeta, ha sostenuto e continua a sostenere tra mille difficoltà una **“lotta non violenta”** contro l’occupazione del Tibet da parte della Repubblica Popolare Cinese.

Questa **“lotta non violenta”** ha permesso, alla ormai minoranza di tibetani che vivono in Tibet, di custodire segretamente in quella terra la cultura buddista. Molti di loro aspettano con impazienza il ritorno del XIV Dalai Lama e tentano di resistere al genocidio culturale perpetrato dalle autorità cinesi.

In altre parole, riteniamo che si sia arrivati al punto in cui solo attraverso una forte spinta dell’opinione pubblica internazionale, magari sotto i riflettori delle Olimpiadi del 2008, si possa spingere la Cina a dare una soluzione positiva alla lotta non violenta dei tibetani che si protrae ormai da oltre cinquant’anni. Questo è un problema importante, che se sarà superato darà nuovo lustro in futuro al significato di parole come “giustizia”, “verità” e “pace”.

Non possiamo dimenticare quel milione e duecentomila di tibetani innocenti che hanno perso la propria vita per via del genocidio che la Cina ha inflitto loro nel corso degli ultimi cinquant’anni (questi sono i dati di Amnesty International, secondo altre stime ammonterebbero ad un milione cinquecentomila persone). Non possono soprattutto essere lasciati soli tutti coloro che stanno portando nei loro cuori la tristezza delle ferite del passato e il peso di una vita irragionevole e piena di difficoltà. Questo popolo sta facendo un enorme sforzo per vivere il momento attuale coltivando il proprio orgoglio attraverso la consapevolezza di essere un popolo appunto che porterà sempre con sé una profonda cultura spirituale. Non possiamo permetterci di ignorare il genocidio culturale ai danni della gente del Tibet o semplicemente confinarlo in un angolo della storia. Se il mondo dovesse perdere il Tibet, sarebbe una grossa perdita anche per il nostro stesso futuro.

Vorremmo ricordare ancora una volta la preziosa guida del XIV Dalai Lama che, pur in mezzo a molte difficoltà e pur avendo subito torti e danni incalcolabili, continua a fare appello alla compassione e all’altruismo. Ma vorremmo ricordare anche quei tibetani che, nella quiete delle loro valli, raccolgono la neve ai piedi delle montagne dell’Himalaya e continuano a sostenere e a tramandare di generazione in generazione questa preziosa cultura spirituale. La spiritualità e la cultura tibetana hanno dato vita a monaci di alto grado che sono diventati guide spirituali e un punto di riferimento per persone di ogni parte del mondo.

Auspichiamo di poter trasmettere a quante più persone possibile la voce pulsante di questo Tibet e di tutti quei tibetani che vivono, qui, accanto a noi.

2. Brevi riferimenti alla scuola del buddismo tibetano

Il buddismo tibetano è una forma di buddismo che viene annoverato nella stessa categoria del Buddismo Mahayana diffuso in Giappone, Cina e Corea e si divide in quattro scuole principali, oltre alla scuola *Gelug*, guidata dal XIV Dalai Lama, le scuole *Kagyü*, *Sakya* e *Nyingma*.

Il sistema teorico e il sistema esoterico del buddismo tibetano sono, di qualsiasi scuola si tratti, molto ermetici, in particolare, per quanto riguarda il sistema del buddismo esoterico, vi sono degli “insegnamenti nascosti” che possono essere mostrati soltanto a coloro che hanno superato la cerimonia di iniziazione chiamata *abhisekha*, e che, andando oltre la comprensione di una persona ordinaria, non possono essere espressi a parole. Pertanto, sarebbe impossibile spiegarlo in poche righe, ma volendo tentare di descriverlo per sommi capi, si potrebbe dire quanto segue.

All'inizio del VII secolo il buddismo è stato tramandato in Tibet dalla Cina e dall'India, si è fuso progressivamente con la religione autoctona “*Bon*”, per poi prendere forma come religione a sé. Inoltre, il buddismo tibetano, che ha avuto sempre una forte relazione di interscambio con il buddismo indiano, successivamente al Buddha Shakamuni, è stato teorizzato da illustri pensatori indiani quali *Nagarjuna*, *Santudeva* e *Candrakirti*, e, dal XIII secolo in poi, ha continuato a svilupparsi fino alla scomparsa dovuta all'invasione islamica, per poi raccogliere la più grande eredità dell'esoterismo indiano più maturo del secondo periodo.

Il buddismo *Mahayana* esoterico indiano del secondo periodo è una forma mista sviluppatasi dai *Sutra Mahayana*, che si incentrano sulle dottrine *Maadhyamika* e *Vijnapti Matrata*, e dal buddismo esoterico *Vajara* (Diamond Peak Sutra). Questo orientamento è stato trasmesso anche in Tibet: per quanto riguarda il pensiero, vengono studiate le dottrine *Mahayana*, per quanto riguarda la pratica, vengono praticati i metodi del buddismo esoterico. Infine, il buddismo esoterico può essere riscontrato anche nel buddismo *shingon* giapponese che si è diffuso dall'India attraverso la Cina. Tuttavia, le forme di buddismo esoterico che sono rimaste in Giappone, essendo forme introdotte dal buddismo esoterico indiano di primo e medio periodo, differiscono molto da quelle del buddismo esoterico tibetano.

Nel buddismo tibetano, si dice che, attraverso la pratica del buddismo esoterico (*Vajara*), ci sia la possibilità di raggiungere in una sola vita “il risveglio della natura del Buddha”, che con la sola pratica del buddismo esoterico (Sutra Paramita) si può raggiungere solo attraverso ripetute trasmigrazioni dell'anima.

Fino all'invasione da parte della Cina del 1959, c'erano molti monasteri di enormi dimensioni, numerosi bonzi che vivevano sostenuti dalla fede delle persone, e numerosi praticanti laici chiamati Ngak pa. Gli stessi insegnamenti del buddismo costituivano anche una grossa forza centripeta che teneva uniti i tibetani che vivevano sparsi nella sconfinata montagna dell'Himalaya.

Dopo il '59, i principali monasteri, che sono i fondamenti spirituali del popolo tibetano, a causa degli atti distruttivi che ha perpetrato la Cina nel corso del *Grande Balzo in Avanti* e della *Rivoluzione Culturale*, hanno subito enormi danni, e si dice che il numero dei monasteri distrutti sia intorno ai 6000 o ai 7000. E' cosa nota che a tutt'oggi la Cina, mostrando un atteggiamento di tutela solo di facciata (a livello superficiale c'è una certa tolleranza delle attività religiose, come "esotismo" da mostrare ai turisti, per attività turistico-commerciali nella regione tibetana della Cina), dall'altra parte limita il numero dei monaci, e gli impone l'obbligo di ricevere l'istruzione spirituale del Partito Comunista, e che tuttora molti monasteri continuano ad essere distrutti.

Attualmente, sotto il controllo del governo in esilio, i principali monasteri vengono ricostruiti nelle varie aree dell'India dai monaci che vi si sono rifugiati. Inoltre, i monaci di alto grado che si sono rifugiati all'estero, leader spirituali, hanno annoverato anche numerosi credenti occidentali. Anche in varie località italiane, essendo presenti centri delle varie scuole di buddismo tibetano, soprattutto della scuola Gelug, guidata dal XIV Dalai Lama, si contano numerosi credenti.

Nel documentario visiteremo centri buddisti presenti in Italia, studieremo il più possibile il buddismo, che è la base spirituale del Tibet, e parleremo della sua importanza come filosofia.

Il buddismo e la scienza

Nel buddismo tibetano si possono trovare molti elementi avvolti dal mistero: ad esempio, il fatto che il Dalai Lama, leader della scuola Gelug, che contempla il sistema della reincarnazione, importante caratteristica del buddismo tibetano, venga considerato di generazione in generazione l'incarnazione di divinità della Grazia (Avalokitesvara); e ancora, la presenza dell'oracolo sciamanico chiamato Gnas Chung. Tuttavia, negli ultimi anni, il buddismo tibetano, nel campo della psicologia, della neurologia e della neurofisiologia, comincia ad essere considerato come una forma di scienza umanistica venuta edificandosi fin dall'antichità.

In altre parole, gli studi sul buddismo tibetano non si limitano a campi metafisici, quali la religione, il pensiero o la filosofia, ma, alcuni scienziati, che hanno posto

l'attenzione sull'influenza che esercitano dal punto di vista psichico e fisico le principali pratiche del buddismo, quali contemplazione e meditazione, ossia, su come lo stato fisico e spirituale dei praticanti subisca degli evidenti cambiamenti, stanno portando avanti delle ricerche nei campi della medicina e della scienza sulla base di verifiche scientifiche.

In particolare negli ultimi venti anni, presso il *Mind & Life Institute* in Usa, che si è avvalso della consulenza del XIV Dalai Lama, che è molto attivo per quanto riguarda la spiegazione scientifica della "grazia" buddista, le ricerche, nei campi neurofisiologico e neurologico, volte a spiegare dal punto di vista scientifico la meditazione dei praticanti buddisti e la sua relazione con il cervello, hanno dato grandi risultati. E, a livello internazionale, sono aumentati gli scienziati che nutrono grandi interessi e aspettative nei risultati di queste ricerche. Ed è storia recente che, in Italia, la Terza Università di Roma abbia conferito al XIV Dalai Lama una laurea *honoris causa*, per il contributo del buddismo alla scienza.

Inoltre, nel campo della psicologia, la scuola Gelug e, a cominciare dallo psicologo e filosofo Ken Wilber, la psicologia transpersonale, che si è sviluppata dalla scuola Gelug, hanno ricevuto una forte influenza dal buddismo tibetano. E ancora, nello *Spiritual Care Program* della rete di centri buddisti Ringpa di Sogyal Rinpoche, autore del libro "The Tibetan book of living & dying", viene effettuata la pratica del *tongren* (metodo di meditazione del buddismo tibetano) per le persone che sono vicine alla fine nei centri medici ordinari o nella case di cura per malati terminali, e per le persone che si prendono cura di pazienti che presentano sintomi estremamente gravi, e si ottengono grandi risultati. In Italia, il gruppo *tongren* organizzato dalla dott.ssa Daniela Muggia del centro Ringpa di Torino, lo *Spiritual Care Program* dell'ospedale di Parma, verificano scientificamente questi risultati, e li applicano nel campo clinico. Nel documentario raccoglieremo materiale su questi punti, li presenteremo e li studieremo.

www.mindandlife.org

www.mindandreality.org

La medicina tibetana

Nel campo della terapia naturalistica occidentale, è oggetto di particolare attenzione la medicina tibetana che si è sviluppata sui fondamenti della filosofia buddista.

La medicina tibetana considera la natura come macrocosmo e il corpo umano come microcosmo, ed è una medicina naturale olistica che pone l'accento

sull'armonia con la natura e lo stile di vita, e propone delle cure attraverso pillole a base di erbe medicinali e minerali, massaggi, moxa, mantra (attraverso le onde vocali), etc. Attualmente, l'effetto di medicinali costituiti esclusivamente da ingredienti naturali è provato scientificamente, e in Svizzera è stato istituito un istituto di ricerca di grandi dimensioni che studia e produce farmaci tibetani.

Anche in Italia risiedono molti medici tibetani che diffondono la medicina tibetana tradizionale. Molti medici di medicina occidentale, sotto la loro guida, apprendono le teorie della medicina tradizionale tibetana, che si basa sulla filosofia buddista, e la sperimentano come cura alterativa.

Nel documentario abbiamo in programma di intervistare medici tibetani e medici che, sotto la loro guida, hanno appreso i principi della medicina tibetana, nonché di raccogliere delle testimonianze da parte di pazienti che hanno effettivamente ricevuto questo tipo di cura.

In questo modo, la cultura tibetana, che si fonda sul buddismo tibetano, non è più una cultura esoterica circondata dal mistero, ma viene accolta all'interno della società italiana contemporanea, attraverso una costruzione teorica che vanta una logica occidentale. Nonostante le pressioni politiche della Cina, la cultura tibetana si diffonde solidamente nella società occidentale, e il fatto che venga accolta è una prova inconfutabile della sua importanza.