

Introduzione

Semplici parole

Quando ero piccolino, avevo solo cinque anni, mi sono profondamente innamorato. Da quel momento non sono mai più stato lo stesso.

Era il marzo del 1987, alla festa di compleanno di mia mamma per i suoi trent'anni, un suo amico astrologo portò con sé una coppia di amici, Claudio e Monica. Loro volevano invitare in Brasile un Lama tibetano e avevano con sé una sua foto che hanno fatto vedere a mia mamma chiedendo se poteva aiutarli a organizzare questa visita. Quando lei ha visto la fotografia di Lama Gangchen, quell'immagine l'ha toccata, ha visto una luce particolare in quella strana figura con cui non aveva nessuna familiarità. In modo abbastanza istintivo ha detto di sì. Circa un mese dopo mi sono trovato alla presenza di questo essere meraviglioso. Non sapevo dove fosse il Tibet, cosa fosse un Lama e tanto meno il buddhismo.

Con mia mamma, mio padre e mia sorella sono andato a questo incontro, in cui mi era stato detto che dovevamo conoscere una persona "diversa". Entriamo in questo ristorante giapponese e mi trovo dinanzi a quest'uomo, a cui non avrei saputo dare un'età, con una barba lunga, un bellissimo sorriso e la cosa più straordinaria che era la sua presenza. Ancora oggi, dopo tanti anni, mi emoziona profondamente ricordare quel momento. Per tutti i giorni che sono venuti dopo, sono rimasto come avvolto da una nuvola di innamoramento che ancora oggi rimane.

In quel momento, in qualche modo, ho potuto intuire che stavo conoscendo la persona più importante della mia vita. Un grande amico con cui poter essere me stesso, un mentore da cui ricevere consigli saggi in ogni tipo di situazione, con cui non esisteva nessun tipo di tabù. Un maestro saggio capace di insegnarmi senza le parole, una guida spirituale che mi ha mostrato il sentiero e che ha creduto fortemente in me, insegnandomi anche a credere in me stesso.

Non posso spiegare perché o come, ma dal primo istante ho sentito una profonda fiducia e un amore sincero verso di lui.

Questo rapporto di amore e fiducia è cresciuto di anno in anno. Ogni anno, Lama Gangchen Rinpoche ritornava in Brasile per dare insegnamenti e per illuminarci sul sentiero buddhista. Più che l'insegnamento in sé, la più grande forza era la sua presenza: ognuno accanto a lui si sentiva visto e amato.

Per lui ho sviluppato una profonda ammirazione ed è diventato a tutti gli effetti il mio idolo. Ho cominciato a chiedermi cosa stavo facendo nella mia vita. Anche se avevo solo dieci o undici anni, riflettevo tanto e mi chiedevo che senso avesse continuare a fare le stesse cose. Senza togliere nulla alla mia famiglia e ai miei genitori, persone meravigliose per cui provo tanta gratitudine, in quegli anni non vedevo attorno a me un vero esempio da seguire.

Mi chiedevo che senso avesse continuare ad andare a scuola a studiare le materie classiche come la matematica, la geografia. L'unica risposta che mi sono dato era che dovevo finire la scuola, andare all'università e trovare un lavoro che mi piacesse e che mi facesse guadagnare bene. Venivo da una famiglia benestante, dove non mi era mai mancato nulla. Intorno a me vedevo diverse persone con un'ottima istruzione, buoni lavori, tanti soldi, però non riuscivo a vederli veramente felici, gioiosi, in pace con se stessi. Alla fine, per quanto mi cercassi attorno, tornavo sempre all'esempio di vita che era Lama Gangchen. In

quei due anni gradualmente mi sono convinto di voler essere come lui e di voler seguire lo stesso percorso di studio e formazione. Questo mi ha portato a prendere una decisione che ha cambiato la mia vita: volevo andare a vivere in India e studiare il buddhismo per diventare come lui.

Per testimoniare a me stesso che questa decisione era presa, prima di parlare con i miei genitori o con chiunque altro, ho detto ai miei amici a scuola che sarei andato a vivere in India e ho fatto una festa per salutarli. Mi sono ubriacato e sono finito in ospedale. Non si trattava solo di andare in India, avevo scelto di cambiare vita e mi ero detto che almeno una volta avrei voluto ubriacarmi. È stata la prima e l'ultima volta.

Due settimane dopo, a Borobudur, in Indonesia, insieme ai miei genitori e a Lama Gangchen, ho manifestato la mia volontà e la decisione già presa con fermezza dentro di me. Ringrazio di cuore mia madre, mio padre e mia sorella che mi hanno dato il loro supporto anche se non sempre è stato facile.

Ho vissuto per i dodici anni successivi in una grande università monastica chiamata Sera, nel sud dell'India, e poi per dieci anni studiando al monastero di Tashilhunpo, in Tibet. Sono stati anni bellissimi. Ho avuto l'opportunità di conoscere persone che mi hanno accolto con amore e mi hanno guidato con saggezza. Ho studiato tanto, ma posso dirvi che ho imparato di più con la vita di tutti i giorni, condividendo momenti semplici e profondi con persone di grande saggezza e piene di amore. Ho un grande amore per i libri, ma la mia esperienza racconta che nulla ci insegna di più del contatto umano. Sono stati tanti i maestri che mi hanno aiutato, mi hanno guidato con amore e mi hanno portato a essere chi sono oggi.

Con molta semplicità, Lama Gangchen mi ha insegnato a condividere, ad aprire il mio cuore e a vivere la spiritualità in modo trasversale, come parte fondamentale della vita e non come qualcosa da studiare e da vivere in parallelo a tutto il resto.

Da tanti anni ho l'opportunità di condividere apertamente la mia esperienza e la mia conoscenza in modo sincero, con insegnamenti formali ma molto più spesso in maniera aperta e informale.

Ringrazio dal profondo del cuore tutti coloro che da sempre mi hanno accompagnato in questo percorso, ascoltandomi, ponendomi domande, credendo in me, dandomi fiducia. La forza che mi ha sempre spinto e che mi porta oggi a essere qui a scrivere questo libro è la fiducia che ho in ognuno di voi, la certezza che ognuno di voi può trovare uno stato interiore di pace, affrontare le proprie ombre e avere una parte importante per la pace nel mondo.

Ho ripreso diverse trascrizioni di questi miei incontri, avvenuti in vari anni. Ho scelto alcuni argomenti che ritengo importanti e li ho messi insieme. Non volevo creare un testo formale, ma una conversazione, un incontro fra di noi, da cuore a cuore. Anche per questo ho scelto di non ricercare l'eleganza di stile, ma conservare il più possibile intatto lo stile colloquiale e semplice di quegli incontri, di mantenere il carattere di dialogo. A volte ribadendo certi concetti o parole molto importanti, non tanto per farli capire, ma sì, per aiutarci in un processo di familiarizzazione.

Con questo libro non ho l'intenzione di insegnare nulla o di far vedere chissà cosa. Voglio semplicemente condividere con voi questa esperienza di vita, cercando di mettere in parole i momenti intimi che ho vissuto con esseri così speciali.