



MA COSA È IL BUDDHISMO??

Il Buddhismo è una religione atea, senza divinità, l'unica guida riconosciuta è il Bhadda, maestro spirituale; questa religione si basa sull'equilibrio spirituale, anima e corpo in sintonia tra di loro...

Lo scopo della vita nella religione è perseguire la pace interiore ed esteriore in compagnia dei propri simili.

• IL BUDDHISMO, LA STORIA

Il fondatore della fede buddhista è conosciuto come BUDDHA.

La parola Buddha significa "ILLUMINATO", infatti questo nome lo ricevette nella seconda fase della sua vita, quando, dopo molto tempo passato a meditare egli vide la verità in tutte le cose.

Il Buddha nacque verso il 560 a.C nel villaggio di Lumbini, al confine tra India e Nepal durante il plenilunio di maggio, con il nome di: Jiddhartha Gautama.

Quando nacque gli dissero a suo padre, all'epoca imperatore, che se fosse rimasto a palazzo sarebbe diventato imperatore mentre se fosse andato via sarebbe diventato monaco.

Lui decise di seguire la strada spirituale...





• L'INIZIO DELLA SUA VITA SPIRITUALE

Il Buddha, dopo aver abbandonato il palazzo e il suo futuro da imperatore, vagò per sette anni alla ricerca della propria pace interiore, ma senza successo.

Dopo però incontrerà due maestri dello yoga che lo aiuteranno in questa ricerca....



• LO YOGA



• L'INCONTRO COI SANTONI E LA VERITA'

Dopo l'incontro coi santoni e dopo aver seguito il loro rigido metodo di vita: preghiera e lavoro, l'unico risultato fu quello di ammalarsi...

Dopo ciò si ritirò sotto una pianta di fico dove restò quarantanove giorni e quarantanove notti in meditazione, senza muoversi.

Il cinquantunesimo giorno aprì gli occhi e scoprì la grande verità, sapeva perché gli uomini non erano mai felici e perché non riuscivano a raggiungerla.

• IL BUDDHA PREDICO' IL DHARMA

Il Buddha decise di predicare il dharma recandosi dapprima a Varanasi dai suoi antichi discepoli, che lo accolsero come maestro e divennero monaci; tenne poi il suo primo sermone, in cui espose le dottrine fondamentali del buddhismo, come il principio fondamentale della "via di mezzo", disciplina monastica che equilibra gli estremi della rinuncia a se stessi e dell'indulgenza verso se stessi. Buddha percorse la valle del Gange, diffondendo la sua dottrina e fondando comunità monastiche che accoglievano chiunque. Sebbene i monasteri a lui ispirati sorsero numerosi nelle principali città lungo il Gange, la sua lunga carriera di maestro e guida spirituale non fu del tutto esente da problemi, tentativi di scisma e persino di assassinio.

• 'MA CHE COSA È IL DHARMA???' vi sarete chiesti!...

Nel Buddhismo, Dharma indica gli insegnamenti del Buddha, ma è anche la legge universale che esprime la realtà e che il Buddhismo s'impegna a trasmettere e spiegare.

Il Dharma buddhista è simboleggiato da una ruota, il dharmacakra.

Il discorso sul Dharma (sanskrito) è un discorso pubblico tenuto da un maestro buddhista, sugli insegnamenti del Buddhismo stesso.

Il termine dharmo, sempre nel Buddhismo, quando scritto con l'initialia minuscola, indica anche i diversi fenomeni osservabili, ovvero: tutti gli oggetti conoscibili, quelli della mente, gli oggetti materiali, le regole e le tradizioni religiose e i comportamenti virtuosi.

• FORME DI CULTO DEL BUDDHISMO

Il Buddhismo deriva il suo nome da Buddha; tuttavia il significato della parola denota colui che sa, il veggente. Non è certo che Buddha insegnasse ai suoi seguaci a venerare la propria immagine come viene fatto oggi. In ogni tempio dei Buddisti, e nei loro monasteri, si trova la statua di Buddha in ogni misura e in ogni materiale oro, argento, ottone e rame, dove Buddha è seduto con le gambe incrociate nella posa mistica. Nessuna casa di un Buddista, nessun posto sacro è senza la sua Statua.

E sebbene le quattro importanti Genesis (scritture) dei Buddisti siano perdute, e siano sparite molto tempo fa, non si può ancora perdere di vista la fragranza della sua Filosofia. La sua immagine, come un simbolo, ispira, non soltanto i suoi devoti, ma ogni mente riflessiva, poiché mostra equilibrio, quiete, pace, assorbimento interiore, pureità di carattere, bellezza di personalità, gentilezza, tenerezza, un'attitudine calma, e perfetta saggezza.

IL NIRVANA

IL NULLA E LA FELICITÀ

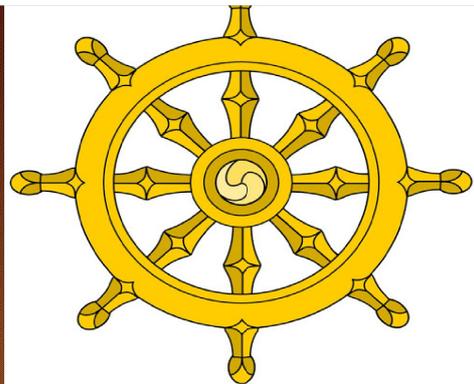
Il cammino delle Otto virtù ha un punto di arrivo: il Nirvana. E' questa l'idea fondamentale del buddismo. Nirvana è una parola del sanscrito che si può tradurre con "eliminazione", "annullamento". Solo eliminando ogni causa di desiderio e di piacere, solo staccandosi completamente dal mondo e da se stesso, l'uomo può essere felice.

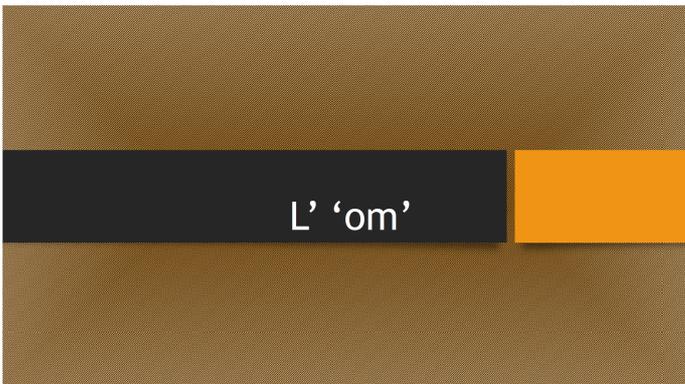
- Nel Buddismo il Nirvana è il fine ultimo della vita, lo stato in cui si ottiene la liberazione dal dolore (dukkha). La dottrina del Nirvana nel Buddismo solitamente non viene definita con termini positivi, ma negativi: dato che il Nirvana è al di là del pensiero e del linguaggio, non è possibile affermare quello che è ma, piuttosto, quello che non è.



Il buddista crede che alla morte le persone si reincarnano in un'altra vita ripetutamente. Se gli uomini hanno sentimenti cattivi essi danneggiano se stessi e gli altri. Questo produce una forza chiamata Karma che li lega a cicli continui di nascita e morte. Ora questa forza si è esaurita e gli uomini si liberano da ogni legame che li vincola a questo mondo.

Questa libertà è chiamata NIRVANA.





Che cosa significa?

Il mantra Om è un suono derivato dal Sanscrito e dall'Indo. È sacro e di fondamentale importanza in diverse religioni orientali, come Buddhismo, Induismo e Jainismo. Si recita l'Om prima e durante la meditazione e la preghiera.

Oggi il suono Om rappresenta il primo passo al momento della creazione dell'universo. L'Om si trasforma dunque nel riflesso della realtà assoluta. I quattro colori che formano il simbolo di questo mantra, il più sacro: "Om namah Shivaya" (ti glorifico oai Shiva), che indica che se puoi vedere la natura nel cuore della spiritualità.

Il mantra è un suono che permette alla mente di liberarsi dai pensieri. La parola mantra deriva dai termini sanscriti "manas" (mente) e "tra" (tras). Friggere il mantra Om, una volta e ripetere subito dopo, aiuta a liberare la mente dai pensieri con il modo sistematico e guida gli esseri umani verso uno stato di beatitudine, pace.

zen...

Lo zen, il vero nome è zazen, è un'antica tecnica di meditazione buddhista che si è sviluppata in Giappone.

Zazen è un nome composto da zo ("da seduti") e zen, (contemplazione). Zazen è quindi la "meditazione da seduti".
Traduzione: lo zazen si origina in genere dal Buddha, tramite lo spunto oggi rievocato da Giuseppe Liberatore. La sua essenza
è la vera libertà.



Giardini zen ed il loro effetto calmante...

Il più noto dei giardini zen è Ryōan-ji. I cui elementi (acqua, piante) sono rappresentati in maniera simbolica da pietre e ghiaia. La ghiaia rappresenta l'acqua, mentre le pietre che fioriscono simboleggiano le forme della natura. Questi magnifici giardini vengono utilizzati dai monaci zen giapponesi durante la meditazione.



Il fiore di loto



La simbologia del fiore di loto varia dalla purezza divina dell'illuminazione, come nel buddhismo, è associato al benessere nell'Induismo, alla rinascita nelle antiche credenze egiziane. Molti simbolismi sono ancora validi.

Questa pianta acquatica esprime attraverso il suo aspetto esteriore la purezza e la capacità di mantenersi intatti dalla corruzione. Il loto, infatti, vive nelle zone stagnanti, con le radici ben salde alle paludi, eppure, nonostante questo, riesce a mantenersi pulito, facendo sbocciare stupendi fiori con petali e foglie. La veloce crescita dello stelo del loto, che emerge improvvisamente dallo stagno, rappresenta il dono la capacità di saper affrontare, con coraggio e coscienza, le difficoltà terrene rappresentate dal fango dove la pianta vive. La particolare caratteristica dei petali del loto, che si chiudono la sera per riaprirsi la mattina, rappresenta la forza vitale capace di rigenerarsi.

Il loto è collegato anche alla resurrezione ed all'immortalità, per via della sua caratteristica di produrre semi anche dopo quattrocento anni. Ecco perché i faraoni egizi venivano rappresentati con accanto dei fiori di loto.



LA FESTA DEI FIORI

L'8 aprile è un giorno speciale per il Giappone: si festeggia infatti il Kambutsu-e o Hana Matsuri (festa dei fiori). E' un evento più comunemente ricordato come il Compleanno del Buddha le cui celebrazioni hanno un'origine molto antica, risalente a quei particolari rituali conosciuti come Vesakha o Vesak.