

Buddismo e Medicina

Questo documento è gratis. Potete salvarlo e stamparlo per il vostro uso personale.
Per altri scopi o copie anche parziali del documento è necessario il permesso scritto dell'autore.

Buddismo

e Medicina

- **Il Buddismo**
- **L'Antica Medicina Indiana Buddista**
- **Il Buddismo Tibetano**

BUDDISMO

Gautama Buddha, il Buddha storico, stabilì la dottrina buddista più di 2500 anni fa. Da quel momento, il Buddismo diventò un'ancora di salvezza per il popolo in cerca di liberazione dalla morte e dalla malattia. È una dottrina rivolta a tutti senza discriminazione di casta, razza o ricchezza. Con il passare del tempo, diventò una religione e un sistema che tuttora protegge milioni di persone dalla sofferenza.

Il principe Siddharta

Nato nel 564 AC, Buddha, figlio del re del Nord dell'India, Shudhodhana, era un bambino brillante intorno al quale avvenivano molti miracoli. Un giorno il re lo portò in campagna, lo lasciò sotto un albero e andò al lavoro. Alla sera, il re ritornò vicino all'albero e con grande sorpresa vide suo figlio in stato di meditazione e constatò che l'ombra dell'albero era rimasta invariata dalla mattina.

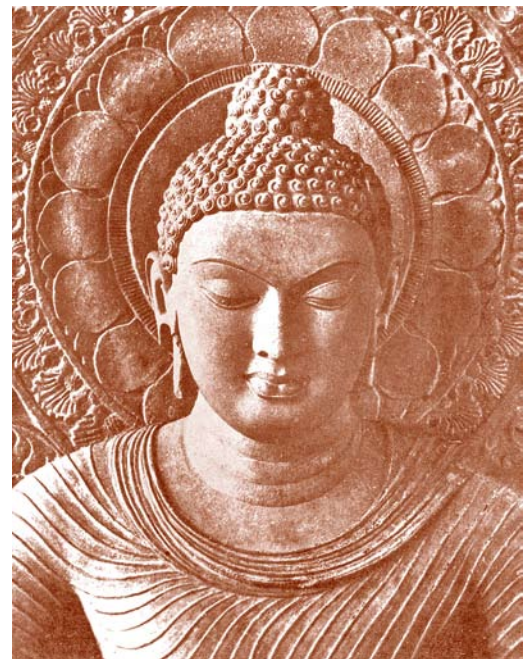
Molti racconti straordinari simili sono descritti nel sutra Vajrasūtra¹ e nei racconti Jataka.

Fino all'età di 29 anni, il principe Siddharta seguì un'educazione formale e condusse una vita lussuosa degna del suo rango. Dopo aver scoperto la sofferenza della nascita, della vecchiaia, della malattia e della morte, egli rinunciò a vivere nel palazzo, andò da suo padre e lo pregò di lasciarlo andare alla ricerca della verità. Siddharta andò nella giungla per trovare maestri, però scoprì che


la meditazione che egli già conosceva, non era un metodo valido per mettere un termine alla sofferenza. Così egli decise d'incamminarsi verso Bodh Gaya, dove meditò per sei anni. L'ultimo giorno di meditazione, egli conquistò il Signore della morte, a Kamadeva (il Dio del desiderio responsabile delle illusioni della vita nel samara) e s'illuminò.

E fu così che un essere umano diventò il Buddha storico Shakyamuni, attorniato da un'aura di luce dorata.

Durante un periodo di 46 anni, Buddha insegnò il dharma ai suoi discepoli.




La prima ruota del dharma è costituita dalle ‘Quattro nobili verità’ universali.

 *“La sofferenza esiste
perché ha una causa,
la fine della sofferenza esiste
perché possiede i sentieri (causa)”*

Questo rappresenta una scienza autentica e un reale mezzo di evoluzione per gli esseri umani e senzienti.

Nell’insegnamento della Medicina, Buddha specifica:

 *“La malattia esiste
perché ha una causa,
la fine della sofferenza esiste
perché possiede le vie (causa)”*

L’insegnamento del ‘primo giro della ruota del Dharma’, *khlorlo-dangpo* (sanscrito Prathama dharmacakra) fu dato da Buddha nel Parco dei Daini a Sarnath (Varanasi) nello stato del Bihar, in India. Buddha espone le ‘Quattro nobili verità’ e stabilì le basi dei punti di vista Sravaka² sui due principi: *Jedrag-mawa* (sanscrito Vaibhasika) e *Dhodepa* (sanscrito Sautrantika) che affermano che i fenomeni possiedono un’esistenza propria.


L’ insegnamento del ‘secondo giro della ruota del Dharma’, *khlorlo-barpa* (sanscrito Madhya dharmacakra) fu esposto dal Buddha durante la metà della sua vita, sulla montagna dell’Avoltoio (*Jagod-phungpoi-ri*) a Rajghir. Egli insegnò i ‘Sutra della Perfezione della Saggezza’ *sherabkyi-pharoltu-chinpa*; questo insegnamento è la base della ‘Via di Mezzo’ (*Umapa*) che introduce la dottrina secondo la quale la natura dei fenomeni non possiede un’esistenza propria.

L’insegnamento del ‘terzo giro della ruota del Dharma’, *khlorlo-thama* (sanscrito Antya dharmacakra) fu insegnato da Buddha a Vaisali (Yangpachen). Egli spiegò il ‘Sutra del Chiaro Discernimento’, *Semtsampa Cittamara* che stabilisce le basi della ‘Mente - Unica Scuola’. Il sutra introduce la dottrina secondo la quale, all’ultimo i fenomeni non hanno una natura reale propria, perché esiste l’impermanenza. D’altra parte però, da un punto di vista relativo, i fenomeni esistono realmente perché esistono le cause e le condizioni.

Questi tre insegnamenti contemplano principalmente i diversi punti di vista del Buddismo, il quale adatta l’insegnamento del Dharma alla natura e alla capacità di comprensione delle singole persone.

Altri insegnamenti trattano di altre problematiche: la vita individuale, il karma, la reincarnazione. In tutto si contano 84.000 insegnamenti per soggiogare le 84. 000 emozioni negative che si manifestano nella vita di tutti i giorni a causa della nostra ignoranza.

Buddha disse:

 *“O monaco svuota questa barca!
Vuota essa navigherà più leggera,
liberato dall’avidità e dall’odio
potrai raggiungere il Nibbana”³*

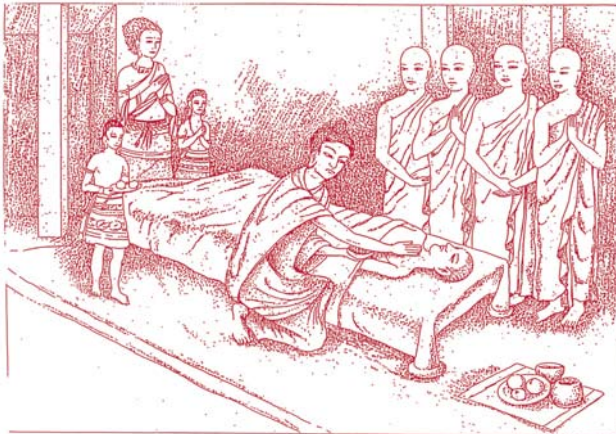
Buddha insegnò in lingua Pali in modo che il suo messaggio venisse recepito anche dalle classi sociali più svantaggiate; infatti il Buddismo non fa alcuna differenza di religione e di casta. L’esperienza della sofferenza e delle difficoltà è più diffusa nelle caste basse. Egli diventò il maestro dei tre mondi e il supremo guaritore dei disordini della mente.

Un giorno Kumara Jeevaka, ‘re dei medici’, diventò il suo discepolo; infatti Buddha curò il suo orgoglio (vedere la storia), nonché la grave depressione che affliggeva l’imperatore Ajatashatru del reame di Maghada. I miracoli di Buddha vennero commentati alla corte del re e Buddha diventò una speranza di salvezza per la gente povera e disperata. Per questo motivo, molte

persone lo seguirono; infatti egli era attorniato da monaci, monache, novizie e laici. Egli rispondeva al desiderio delle persone di seguire gli insegnamenti ed essere così liberate.

Tra l'altro, Buddha diede tre insegnamenti principali (vedere sopra menzionati) classificati in tre livelli di pratica:

- *Silasiksa* disciplina morale per la malattia che deriva dall'attaccamento.
- *Samadhisiksa* pratica di concentrazione per curare la rabbia.
- *Prajnasiksa* pratica della saggezza per curare l'ignoranza.



Buddha diede il suo primo discorso sulla medicina nella sua comunità spirituale dove, a causa della disciplina monastica i monaci soffrivano di diarrea e di cattiva salute. Un giorno Ananda, suo nipote ed attendente, gli chiese di aiutare i monaci. Nel suo discorso sulla medicina, Buddha permise ai monaci di assumere le medicine per un certo periodo, seguendo la prescrizione del medico.

Molte storie sulla vita di Buddha e sulla medicina sono raccolte nel Kagyur, nel Tengyur⁴ e nei racconti di Jataka⁵. Secondo la storia della Medicina Tibetana, Buddha fece un discorso sui 'Quattro Tantra' a quattro gruppi di medici, nella foresta della medicina di Varanasi (vedere il capitolo sull'Antica Medicina Buddista Indiana). Buddha visse soprattutto a Maghadha,

Vaishali, Kausali, Varanasi e Rajghir. Egli raggiunse il 'Parinirvana' nel villaggio di Kush Ngar all'età di 80 anni e ai suoi discepoli e alle persone del mondo, disse:

*“ Tutto quello che esiste è effimero
lavorate assiduamente alla vostra salvezza”⁶*

Dopo l'illuminazione del Buddha, i suoi discepoli e seguaci costruirono molti stupa e monasteri, dove seguire i suoi insegnamenti orali. La sua dottrina fu preservata da sette successori e dai loro discepoli.

I Tripitaka o Tre Canestri

In seguito, la diversa comprensione della dottrina tra 'illustri ascoltatori', *Nyenthoe*, portò allo sviluppo di diciotto branche diverse del Buddismo. Alcuni re indiani patrocinarono tre grandi consigli in diversi luoghi dell'India. Gli insegnamenti furono trasmessi da Kasyapa l'Illustre, Shaliputra e Maugalyayaputra; in seguito gli insegnamenti furono trascritti e raccolti in tre tripitaka:

- *Vinayapitaka* raccolta d' insegnamenti di Buddha sulla conoscenza delle discipline morali indirizzata a laici, novizi, monaci e monache.
- *Sutrapitaka* raccolta d'insegnamenti su diversi argomenti.
- *Abhidharmapitaka* raccolta d'insegnamenti sulla conoscenza della saggezza.

I Grandi Sigilli

Il cuore dell'insegnamento del Buddha viene chiamato 'i Quattro Grandi Sigilli' della dottrina buddista. Per chi vuole diventare buddista, è necessario studiare ed accettare questa dottrina che fu in qualche modo sviluppata da Acarya Nagarjuna durante la divulgazione del Buddismo.

I 'Quattro Grandi Sigilli' sono:

- Tutto è effimero.
- La sofferenza pervade ogni cosa.
- Ogni fenomeno è vuoto e senza esistenza propria.
- Il nirvana è la pace.

Le Quattro Scuole Buddiste Indiane

In seguito, furono create quattro principali scuole di Buddismo indiano che stabilirono la loro dottrina.

- | | |
|--|---|
| 1. <i>Jedrag-mawa (Vaibhasika)</i> | dodici branche |
| 2. <i>Dhodhepa (Sautrantika)</i> | due branche principali |
| 3. <i>Semtsampa Cittamatra (Vijnanavada)</i> | due branche principali |
| 4. <i>Umapa (Madhyamika)</i> | due branche principali:
<i>Umatalgyurpa (Madhyamika prasangika)</i>
<i>Umarangyupa (Svatantrika madhyamika)</i> |

Tutte le dottrine si basano sugli insegnamenti di Buddha ed interpretano il suo intento esatto, secondo la loro filosofia. Ciò nonostante, gli eruditi considerano il Madhyamika prasangika la scuola che interpreta in modo più corretto il pensiero del Buddha. Questa dottrina è fiorente nei paesi dove si è sviluppato il Buddismo Mahayana.

Buddismo Theravada

Il veicolo Sravaka rappresenta il Buddismo originale che viene direttamente dai lignaggi delle scuole sopra menzionate. È stato divulgato da molti re e maestri indiani, in particolare dell'imperatore Asoka il Grande (III° secolo a. C) che si convertì al Buddismo dopo la vittoria della guerra Kalinga. Egli, vedendo molte sofferenze e molti morti, prese rifugio nei Tre Gioielli, costruì molti monasteri, tempi e ospedali pubblici, organizzò ambulatori veterinari, fece coltivare erbe medicinali, alberi e divulgò il Buddismo nell'intero reame. Il Buddismo Theravada è particolarmente popolare nel Burma, in Thailanda, nello Sri Lanka, nel Laos e nei paesi del Sud Est Asiatico. Esso rappresenta la base degli insegnamenti nei paesi dove è diffuso il Mahayana: Tibet, Cina, Giappone, Nepal etc.

Tradizione Mahayana

Il Buddismo Mahayana, chiamato anche 'Il Grande Veicolo', possiede due sezioni: Paramitayana e Mantrayana. L'anima del Mahayana è lo sviluppo della compassione per tutti gli esseri senzienti. La tradizione Mahayana comprende l'amore, la compassione o *bodhicitta*, prevede una vita di lavoro per gli altri e la pratica altruistica. La vita altruistica si nutre degli insegnamenti sui tre sentieri: la disciplina morale, la concentrazione-meditazione e lo sviluppo della saggezza. Il maestro Acarya Nagarjuna, erudito straordinario, filosofo, santo, siddhi, alchimista e medico, divulgò questa dottrina insegnata da Buddha. Egli affinò i concetti sviluppati negli insegnamenti, compose sei lavori sulla filosofia Madhyamika, che furono introdotti nelle università monastiche, inoltre fece una revisione delle discipline monastiche e diede un nuovo vigore alla dottrina buddista. In seguito, la sua filosofia fu divulgata dai suoi discepoli tra i quali Arya Deva. Nagarjuna fece costruire università monastiche dove furono insegnate le scienze, l'arte, la medicina. Le più famose furono: Nalanda, Bikramshila, Taxila, Kasi, Bodh Gaya e Varanasi che diventarono centri principali per lo studio della dottrina. In questi luoghi⁷ furono trovate sculture e forni per la fusione dei metalli necessari alla preparazione delle medicine (alchimia). Con il tempo, il Buddismo si estese allo Sri Lanka, all'Afghanistan⁸, alla Persia, all'Iraq, al Pakistan, al Nepal, al Tibet, al Burma, alla Cina e ai paesi del Sud Est Asiatico. La tradizione del Buddismo Mahayana si è soprattutto sviluppata in India del Nord, in Kashmir, in Afghanistan, in Tibet, in Nepal, in

Cina e in Mongolia. Comunque, la tradizione Theravada rimane la base di tutti gli insegnamenti e delle pratiche del Mahayana.

Paramitayana

Lo studio e le pratiche dell'insegnamento di Buddha si svilupparono maggiormente nelle scuole del Buddismo Mahayana il quale viene considerato il veicolo o sentiero perfetto, menzionato nei sutra come 'Veicolo del Bodhisatva'. Esso è il veicolo che porta al raggiungimento della 'Buddità' per merito della pratica delle sei perfezioni:

- *Dhana* il dono
- *Sila* la moralità
- *Ksanti* la pazienza
- *Virya* lo sforzo
- *Dhyana* la concentrazione
- *Prajna* la saggezza

Vajrayana


Il Vajrayana si sviluppò molto in India, nei paesi limitrofi, nelle zone del Nord-Ovest, come l'Afghanistan e nei Paesi Transasiatici. In seguito, si espanse in Cina lungo la via della seta e giunse in Turkestan. I praticanti del Buddismo Mahayana sono del parere che la pratica del Tantrayana è originaria di questi paesi e, soltanto in seguito, avrebbe raggiunto l'India.

Si pensa che il metodo più veloce per raggiungere il nirvana sia basato sul Madhyamika che promuove la pratica del Vajrayana tantra. Mentre il Paramitayana dà molta importanza all'accumulo delle sei virtuose perfezioni, il Vajrayana usa la meditazione sulla divinità per raggiungere uno scopo preciso e conferire l'iniziazione e il permesso d'insegnare la pratica agli altri.

Secondo il tantra, è possibile con questo metodo particolare ottenere la 'Buddità' durante una sola vita. I praticanti del Buddismo Mahayana dicono che il Buddha insegnò il tantra nell'Udiyana (probabilmente nella Valle Swat in Afghanistan), il Kalachakra nel sud dell'India e numerosi tantra in altri luoghi. Molte tradizioni tantriche furono tradotte e praticate in Tibet. I quattro gruppi di Tantra Buddisti Indiani sono:

- | | | |
|----------------------------|---------------------|---------------------------------------|
| 1. <i>Jagyud</i> | Kriya tantra | il tantra dell'azione |
| 2. <i>Chod-gyud</i> | Carya tantra | il tantra dell'esecuzione |
| 3. <i>Naljor-gyud</i> | Yoga tantra | il tantra dell'aggregazione |
| 4. <i>Naljorlamed-gyud</i> | Anuttarayoga tantra | il tantra della più alta aggregazione |

Buddha disse:

 *"Il monaco che vive nell'amore universale ed è profondamente devoto all'insegnamento del Buddha ottiene la pace del Nibbana, la benedizione della cessazione di tutte le cose condizionate"*⁹

ANTICA MEDICINA INDIANA BUDDISTA

Nel sutra Vinayana è descritta la vita di Buddha con molti riferimenti alla medicina. Durante la sua vita, Buddha a volte andava in città dove qualche paziente veniva abbandonato dalla sua famiglia e dal medico. La mente illuminata di Buddha era in grado di riconoscere che l'origine dello squilibrio tra corpo e mente del paziente era dovuto alle sue passioni mentali. A volte, Buddha stesso curava i monaci e gli ammalati. L'amore e la compassione che egli manifestava verso i suoi pazienti, così come i suoi insegnamenti, influirono sull'antica pratica medica. La medicina e le cure furono promosse, mentre la chirurgia fu abbandonata¹⁰. Per ragioni etiche Buddha mise un termine al sacrificio degli animali e raccomandò il rispetto della vita di tutti gli esseri. I suoi seguaci fondarono molti centri sanitari per gli uomini e per gli animali.

Il sutra Vinayana è una raccolta che tratta della vita di Buddha e della Medicina Buddista. Buddha insegnò il sutra degli otto Buddha della Medicina che fu molto praticato nei paesi dove è diffuso il Buddismo Mahayana. Questo sutra insegna a curare i pazienti, ad armonizzare il sistema ecologico, il clima, a prevenire le calamità naturali e a liberarsi dalla magia nera e dalle disgrazie. Buddha fece un discorso sul 'sutra d'oro' *gSer-od-dampa*, nel quale descrisse la storia della sua vita precedente e il modo in cui diventò medico.

'I Quattro Tantra' *Gyud-shi*

La storia della Medicina Tibetana racconta che prima del suo discorso, Buddha trasformò il luogo (una foresta nei pressi di Varanasi) in un paese puro della medicina, il paese di Tanadug, che diventò il mandala del Buddha della Medicina, nel quale lui stesso si manifestò come Buddha Bedurya di colore acquamarina. I rappresentanti delle quattro tradizioni mediche, presenti nelle quattro direzioni del mandala e rivolti verso il Buddha della Medicina, mentre aspettano l'insegnamento, sono:

Medici non buddisti
(Brama, Mahadeva, Visnu,
Kartika e migliaia di
esseri buddisti)



Medici dei
(Indra, Aswins,
Lhamodutsima e
migliaia di altri esseri del
paradiso)

Medici buddisti
(Manjushri,
Avalokiteshvara,
Vajrapani, Ananda,
Kumara Jeevaka¹¹ e
migliaia di altri)

I Rishi-medici ayurvedici
(Atreya Punarvasu,
Agnivesha, Kashyapa,
Dhanvantari e migliaia
di altri esseri del regno
umano e del paradiso)

Il discorso sui 'Quattro tantra' *Gyud-shi*, è un insegnamento che fu trasmesso in India attraverso un lignaggio ininterrotto fino al VIII° secolo. Si sviluppò in Afghanistan, nel Kashmir, in Nepal e finalmente giunse in Tibet. Nel VIII° secolo tutta la raccolta fu tradotta in tibetano dai maestri Vairochana e Chandranandana del Kashmir. Secondo il Kagyur e il Tengyur, esistono molti insegnamenti del Buddha sulla Medicina, sulle pratiche alchemiche, etc

Kumara Jeevaka

La storia della vita di Kumara Jeevaka e della sua dedizione a Buddha è uno degli aneddoti più interessanti.

Kumara Jeevaka, contemporaneo di Buddha, figlio di Bimbisara, re del reame Maghada in India, era medico chirurgo e pediatra di corte. Secondo dati storici, egli studiò la medicina a Taxila, effettuò trapanazioni e fece altri interventi chirurgici importanti. Jeevaka imparò per sette anni quest'arte dal maestro Atreya considerato il più grande medico ayurvedico di quei tempi. Il giovane Jeevaka fu per ben tre volte considerato il 'Re dei Medici', per le cure straordinarie effettuate a suo padre, alla regina madre e ad altri. Jeevaka era molto ambizioso e voleva acquisire una conoscenza più approfondita della medicina e della chirurgia. Egli pensava: "Adesso, dovrei andare da Buddha che insegna come curare le malattie della mente"; e fu così che si recò sul posto dove Buddha insegnava, si sedette tra i discepoli, ascoltò i discorsi, ma non ci trovò alcuna utilità per lui.



Kumara Jeevaka e chirurgia

Buddha lo chiamò e gli chiese di andare a raccogliere le erbe sulla 'Montagna delle Nevi' (Riwogangchen). In questo compito Vajrapani, un discepolo di Buddha, lo aiutò a riportare molte piante, erbe e minerali. Jeevaka le descrisse molto bene. Siccome Jeevaka lasciò alcune piante da parte, Buddha chiese "Che sono queste?", Jeevaka rispose: "Unico Omnisciente, anche queste possiedono qualità curative ma non le conosco". Allora Buddha si mise a spiegare una per una le qualità delle piante e Jeevaka rimase molto sorpreso e chiese a Buddha: "Conosci anche la Medicina?". Buddha rispose: "Sì Kumara Jeevaka, la conosco e sono esperto nelle sue quattro branche:

- . esaminare la patologia
- . scoprire l'origine della malattia
- . pacificare la malattia e prevenirla. "

Inoltre Buddha disse, "Il medico che conosce le quattro branche della Medicina, possiede il requisito per diventare il medico di corte e curare il re. Per questo motivo, Tathagata, che distrusse i demoni e possiede la conoscenza delle quattro branche della Medicina, è il supremo guaritore dei tre mondi. Egli inoltre conosce le quattro seguenti supreme branche che guariscono e vanno oltre la medicina somatica:

- . la realtà della sofferenza,
- . la realtà della causa
- . la realtà della sua cessazione e
- . la realtà del sentiero.

I medici comuni non conoscono il modo di prevenire la radice delle affezioni come la vecchiaia, la malattia, la morte, il lamento, la tristezza, il dispiacere, l'infelicità e il disordine della mente. Soltanto Tathagata conosce la medicina per la malattia causata dalla vecchiaia che conduce alla morte; per questo motivo, dichiaro che Buddha è un supremo guaritore nei tre mondi.” In quel momento dell'insegnamento, tramite la benedizione e l'intelligenza di Buddha, Kumara Jeevaka percepisce il senso profondo dell'insegnamento come se riconoscesse l'immagine riflessa nello specchio che tiene in mano. Egli, liberato dalla 'polvere dell'ignoranza' vede nell'insieme e separatamente tutte le realtà. Egli acquisisce la conoscenza dell'udire senza limite, dell'esperienza profonda, della non-dipendenza, non ha alcun dubbio sull'insegnamento e ultima la sua consapevolezza senza alcun timore. Jeevaka si alzò, mise il suo scialle sulla spalla come fanno i discepoli, e con le mani giunte, s'inclinò verso Buddha dicendo: “Oh Tathagata, sono diventato un essere realizzato! Prenderò rifugio nel Buddha, nel Dharma e nel Sangha. Ti prego, accettami come tuo discepolo, come novizio. Da questo momento ti dedicherò la mia vita, rimarrò con te e i tuoi discepoli e prenderò cura di voi”. Jeevaka offrì a Buddha il suo *Jeevakamravana* 'boschetto di mango', dove egli visse per molti anni¹².

Durante lo stesso periodo, l'imperatore Ajatashatru mal consigliato dal maestro malvagio Devadatta, assassinò suo padre e molte altre persone, distrusse centri religiosi e monasteri. In seguito, sentendosi colpevole, egli cadde in una profonda depressione. Nessuno fu in grado di curarlo ed egli si rivolse a Jeevaka che era il suo fratellastro. Jeevaka lo portò da Buddha che già stava aspettando Ajatsharu in stato di meditazione vihara¹³. Per tre volte, Buddha lo chiamò per nome e lo curò con queste parole:

*“Avendo assassinato la madre e il padre,
due re guerrieri,
e distrutto un paese,
e il suo tesoriere,
senza dolore se ne va il santo uomo”¹⁴.*

Il significato è:

*“Avendo assassinato la bramosia e la vanità,
due re guerrieri dell'immortalità e del nichilismo,
e distrutto un paese degli organi di senso, degli oggetti di sensazioni
e il tesoriere dell'attaccamento e della lussuria,
senza dolore se ne va il santo uomo”.*

Disorientato da queste parole, l'imperatore Ajatashatru andò a meditare per capirne il senso profondo. Dopo un pò di tempo, egli si risvegliò dalla sua depressione e si realizzò.

Nel sutra Vinaya, sono raccolte molte storie che riguardano Buddha, Kumara Jeevaka e la medicina. Una storia popolare della letteratura buddista, è quella dell'inseparabile cugino di Buddha,



Kumara Jeevaka curano il Buddha

l'invidioso Devadatta. Egli diventò il maestro di Ajatashatru, il re di Maghadha (menzionato sopra), il quale distrusse centri religiosi durante la guerra di Devadatta contro Buddha. I soldati catapultarono un masso che urtò l'alluce di Buddha.

L'alluce sanguinò a lungo e Jeevaka non riuscì a curarlo. Finalmente Jeevaka disse a Buddha che il dito potrebbe essere curato con del latte materno di un bambino maschio primogenito. In questo modo, Jeevaka riuscì a guarire l'alluce.

In seguito Tathagata e i suoi discepoli andarono per un periodo nell'Himalaya.

Lì Buddha soffrì di indigestione, dovuta al vento freddo. Jeevaka lo curò e il giorno successivo gli chiese della sua salute. Buddha rispose: “Kumara Jeevaka! Certe malattie sono curabili con le

medicines, altre vengono rimosse senza l'aiuto delle medicine. Altre malattie possono scomparire soltanto in parte ed altre ancora sono attive perché non sono state rimosse”.

Jeevaka disse a Buddha: “Omnisciente! Lei deve essere curato con 32 *Srang*¹⁵ (dose)¹⁶ di questa pianta *Meconopsis torquata Prain* (Tib. *Utpala*) per purificare”.

Buddha prese la medicina e guarì. Il giorno successivo, Devadatta venne a conoscenza del fatto, fu preso dall'invidia, si recò da Jeevaka e volle prendere la stessa medicina. Jeevaka tentò senza successo di dissuaderlo. Devadatta assunse la medicina e si ammalò. Ma Jeevaka gli disse: “Non posso aiutarti, devi rivolgerti a Tathagata”. Buddha lo visitò, mise la mano simile a un fiore di loto sulla testa di Devadatta e curò il suo malessere che risultava dall'invidia, con queste parole: “Nella mia mente e per sempre, non c'è alcuna differenza tra mio figlio Rahula e il mio invidioso cugino Devadatta; possa allora il disordine di Devadatta essere curato da queste sincere parole”. Immediatamente Devadatta fu guarito e realizzò che fu la mano di Buddha sulla sua testa a renderlo più geloso, egli però non gli fu riconoscente.

Jeevaka servì il Sangha di Buddha per tutta la vita, raccolse i Quattro Tantra *Gyud-shi* che trasmise ai suoi discepoli. Secondo la storia della Medicina Tibetana, i Quattro Tantra giunsero al Maestro Nagarjuna Acarya. Jeevaka realizzò il corpo di arcobaleno e la vita eterna. Si pensa che egli vive in qualche luogo, in questo mondo.

Nagarjuna

Nagarjuna Acarya nacque intorno al primo secolo. Non fu soltanto un maestro e il fondatore del Buddismo Mahayana, introducendo la filosofia di Madhyamaka, ma fu anche un esperto di scienza medica ed il primo a scoprire la pratica alchimistica, in India. Egli fu un grande santo, filosofo, medico, alchimista e capo di tutti gli ordini buddisti di quel tempo¹⁷. Arya Nagarjuna creò centotto centri Mahayana e centinaia di templi. Egli prese cura di Vajrasana, il luogo dove Buddha raggiunse l'illuminazione a Bodh Gaya e tentò di proteggere l'albero Bodhi dai danni provocati dagli elefanti e dal fiume. Nagarjuna espulse i monaci che non rispettavano la disciplina del monastero, compose cinque testi Mahayana per purificare ed arricchire l'insegnamento di Buddha. Egli compose il *Prajnaparamita-satasahasrikache*, sviluppò la sua dottrina Mahayana del grande veicolo.

Molti re e ricchi bramani si convertirono al Buddismo e costruirono monasteri e templi come: Nalanda, Pukhan, Odivisa, Bhangala, Radha, etc.

Le sue opere hanno protetto l'insegnamento di Buddha, dei due veicoli Mahayana e Sravaka, compreso l' *Abhidharma* (insegnamento di Buddha sulla metafisica). Secondo la storia tibetana e antichi maestri indiani, Nagarjuna sarebbe vissuto 600 anni, ma gli storici moderni pensano che vi furono due Nagarjuna vissuti in due periodi diversi. Comunque sia, Nagarjuna diventò *Rasayana-siddhi*¹⁸ che significa che egli acquisì il potere miracoloso della lunga vita; inoltre, possedeva l'aspetto di una gemma. Avendo meditato nello Sri Parvata, egli raggiunse il primo *Bhumi* (livello di sviluppo spirituale) e il suo corpo presentò i trentadue segni propizi. Nagarjuna compose alcuni trattati di medicina come *Yoga Sataka*, introdusse lavori alchemici in Medicina Ayurvedica Indiana ed in Medicina Buddista, che furono divulgati in India.

Dalla sua tradizione, il lignaggio segreto del *Gyud-shi* arrivò fino a Vagbhata che scrisse testi importanti sulla Medicina, chiamati *Astanga-hridaya samhita* e *Astanga-hridaya sangraha* tuttora punti di riferimento nella Medicina Ayurvedica.

Il suo discendente, il medico Chandranandana del Kashmir ricevette la tradizione del *Gyud-shi* e la trasmise al grande maestro e traduttore tibetano Vairochana.

La storia racconta che essi tradussero il *Gyud-shi* che finalmente arrivò in Tibet nel VIII° secolo.



BUDDISMO TIBETANO

Saggi re tibetani e maestri modificarono il paese e il popolo, che errano corrotti, introducendo il Buddismo Indiano che creò pace e armonia. Lo stile di vita tibetano e l'esperienza degli ultimi maestri indiani e tibetani hanno cambiato il colore del Buddismo, ma comunque rimane invariato il messaggio di Buddha Shakyamuni sulla luce del dharma.

Bon

La religione dell'antica tradizione Bon si basa sulle pratiche sciamaniche del Tibet e della Mongolia. Il fondatore del Bon tibetano, **Sherab Miwoche**, stabilì l'insegnamento della religione Bon, prima dell'arrivo del Buddismo in Tibet.

La tradizione Bon possiede nove veicoli, compresa la pratica Dzogchen che è più o meno simile alla scuola Nyingmapa. Esse sono composte di sutra e tantra e preparano a discutere su temi filosofici, come nelle scuole Sakyapa e Gelugpa. Attualmente la tradizione si sviluppa velocemente e i centri principali sono in Tibet, il monastero di Menri e in India, il monastero Dolanji nello Simla. Attualmente la Scuola del Bon è quella del Buddismo Tibetano Bon che preserva alcune antiche tradizioni di guarigione.

Introduzione del Buddismo in Tibet

Prima del VII° secolo il Tibet come molti paesi e piccoli reami, conosceva una situazione politica ed economica molto agitata. Le credenze popolari riguardavano l'esistenza di un potere naturale mistico e l'esistenza degli spiriti; questo modo di vedere portò uno stile di vita e una cultura di violenza.

Il Tibet era un piccolo reame situato tra l'impero bizantino a Ovest, la Cina e la dinastia Chang a Est, l'India e il suo re Harsha a Sud e i re dello Shangshung al Nord.

Il re **Srongtsan Gampo** (617-?) governava un piccolo reame del Tibet Centrale e la sua politica mirava ad instaurare la pace. Questo fu possibile soltanto con l'avvenimento di un cambiamento religioso. Egli si convertì al Buddismo e lo introdusse in Tibet verso il VII° secolo. Inoltre il re sposò cinque donne: una principessa nepalese, una cinese, una originaria dello Shangshung e due donne tibetane. Le mogli nepalese e cinese portarono in Tibet il Buddismo e le statue di Buddha di Ramoche e Jokhang, dal loro paese. Srongtsan Gampo costruì il Potala, il tempio di Jokhang a Lhasa e altri 12 templi sparsi nel paese.

Nel VIII° secolo, il suo discendente, il re **Trisong Deutsan** invitò l'Abate e **Bodhisatva Shantarakshita**, il Maestro tantrico indiano **Padma Sambhava** e molti altri, per divulgare il Buddismo. Egli costruì il monastero di Samye; molti bambini tibetani diventarono monaci e studiarono il Buddismo. Il Maestro Padma Sambhava controllò tutti gli spiriti nefasti del Tibet e gradualmente i tibetani si convertirono al Buddismo. E fu così che il paese si pacificò.

Dal VIII° al IX° secolo, il Buddismo si sviluppò molto. La storia racconta di molte persone che raggiunsero l'illuminazione spirituale.

Prima della metà del IX° secolo, il re Langdarma (Re Toro) tentò di distruggere il Buddismo e fece crollare la monarchia. Egli fu assassinato nel 842 A. D e il Buddismo scomparì quasi del tutto dal Tibet Centrale. La tradizione tantrica rimasta fu chiamata '**Scuola Nyingmapa**' o '**Scuola Antica**'. La sua pratica principale è composta da nove veicoli, compreso lo Dzogchen.

Il Sanga della scuola Nyingmapa è costituito da yogi sposati e monaci che seguono una disciplina molto rigida, nei monasteri.

Il fiorente nuovo Dharma

Il X° secolo vede la rinascita del Buddismo dopo un periodo nero. Compaiono nuove traduzioni chiamate 'sarmapa' o 'Nuove Scuole di Dharma'. Il primo e più importante centro religioso di quell'epoca ospita l'ordine 'Sakyapa'.



Scuola Sakyapa

La tradizione Sakyapa 'ordine Sakyapa' iniziò con l'arrivo del grande maestro di meditazione e traduttore tibetano **Khon Konchogyalpo**. Fu costruito un monastero nella città di Sakya. Grandi maestri come Sakyapandita (1150-1203), drogon Choegyal Phagpalha, Jetsundragpagyaltan (1147-1216) ed altri, diventarono i capi spirituali che guidarono il Tibet per un lungo periodo. Drogon Choegyal Phagpalha Rimpoche convertì l'imperatore mongolo Kublai Khan e suo figlio, al Buddismo. Per l'iniziazione tantrica ricevuta, offrirono il Tibet in dono al maestro Drogon Choegyal Phagpalha Rimpoche. Fu soltanto dopo 82 anni che il Tibet divenne libero. L'ordine Sakyapa studia in modo accademico i sutra secolari buddisti e i tantra 'I 13 testi importanti'; l'ordine Sakyapa è soprattutto una scuola di pratica di Hevajra tantra. L'ordine è diventato molto famoso nell'ambito accademico, nel campo filosofico, in quello delle scienze secolari ed è stato di grande aiuto ai praticanti del dharma. Il capo attuale della scuola Sakyapa è Sakya Trizin di Dolma Phodrang. Il centro principale tibetano si trova nella città di Sakya, mentre il centro indiano è nella città di Rajpur.



Milarepa¹⁹

Tsang nel nord del Tibet, è il centro principale dell'ordine Kagyupa.

Scuola Kagyupa

Fu il grande maestro di meditazione e traduttore tibetano **Marpa Lotsawa** (1012-1096) ad iniziare la tradizione di meditazione. Egli nacque nel Tibet Centrale a Lhokha e più volte si recò in India alla ricerca del dharma. Marpa incontrò molti maestri buddisti indiani, tra i quali il Pandit Naropa. Da Naropa, egli ricevette la pratica dei sei yoga. Al suo ritorno in Tibet, Marpa insegnò a molti grandi discepoli come Gampopa, Tsurton, lama gNogpa e il grande yogi tibetano Milarepa, il quale seguendo gli insegnamenti, raggiunse l'illuminazione.

Questa pratica del Mahamudra e dei sei yoga di Naropa si sviluppò rapidamente in Tibet. Il lignaggio di Marpa ha tuttora numerosi discepoli e praticanti di Tunmo e di yoga tantra.

Questa tradizione è rappresentata dall'ordine Kagyupa e dai 'meditatori'; il capo è Gyalwa Karmapa. Il monastero Tsurphu dello

Scuola Gelugpa

Lama Tsongkhapa (1357-1419) studiò tutte le tradizioni esistenti del Tibet, soprattutto i tripaka indiani tradotti dal sanscrito. Inoltre Lama Tsongkhapa ricevette insegnamenti diretti dai suoi maestri e da Buddha Manjushri. Egli compose il *Lamrim chenmo* o 'le grandi fasi della pratica' e il *Ngagrim chenmo* per la pratica della tradizione tantrica divulgata dal grande maestro indiano Atisha Divamkara Shrijyana, si meritò il titolo di 'Corona del Paese della Montagna delle Nevi' e insegnò, soprattutto, nella parte centrale del Tibet. I suoi discepoli costruirono i monasteri di Ganden, Sera, Drepung, Tashi Lhunpo e due collegi tantrici.


I Gelugpa sono famosi nel mondo filosofico e riguardano i sutra e i tantra. Nei monasteri, migliaia di monaci studiarono i 'Cinque Testi Importanti'. La tradizione Gelugpa raggruppò la principale comunità spirituale del Tibet. Lama Tsongkhapa fondò 'La Celebrazione della Grande Preghiera di Lhasa' con la quale rinvigorì la tradizione del Buddismo. Il nome 'Gelugpa' prende origine dal nome del monastero di Ganden di Lhasa; in Occidente, la tradizione Gelugpa viene chiamata 'Tradizione dei Beretti Gialli'. La pratica principale dell'ordine è la rigida disciplina dei sutra accompagnata dalla pratica tantrica interna. Il capo della tradizione è Ghanden Tripa il 'Reggente di Lama Tsongkhapa'. S. S. il Dalai Lama e il Panchen Lama rappresentano i più importanti Lama Gelugpa del Tibet.



Ogni ordine, molto influenzato dall'ambiente culturale del Tibet, comprende degli ordini minori con le loro proprie pratiche tradizionali.

Tutte queste scuole, che fanno parte del Buddismo Tibetano, competono per raggiungere il traguardo sul sentiero insegnato da Buddha.

Buddha disse:

 *“Quei discepoli di Gotama, risvegliati e sempre gioiosi, possiedono menti che si diletano giorno e notte nella pratica della non violenza”²⁰*



Note

¹ I Sutra rappresentano una raccolta di insegnamenti dati da Buddha su vari soggetti. La raccolta dei sutra compone una parte dei 'Tre Canestri' della collezione del Kagyur. Intorno al X secolo si svilupparono i Tantra che raggruppano speciali metodi di meditazione con la visualizzazione di una divinità particolare e recitazione di mantra. Secondo il Buddismo Mahayana, Buddha stesso spiegò i Tantra che furono mantenuti segreti fino alla loro rivelazione.

² La tradizione Sravaka viene generalmente chiamata Hinayana ed è una delle scuole buddiste tradizionali del Sud Est Asiatico e dei paesi Occidentali.

³ Dhammapadha verso 369

⁴ Il Kagyur è una raccolta tradotta di insegnamenti di Buddha, mentre il Tengyur rappresenta una collezione tradotta di lavori sul Buddismo, eseguiti da eruditi e panditi indiani buddisti.

⁵ Collana di libri sulla storia della vita di Buddha, nella tradizione indiana buddista.

⁶ Sutra Paranirvana.

⁷ Guida del Museo dell'Istituto di Storia della Medicina Indiana, Hyderabad, India.

⁸ Xuanzang, un pellegrino buddista sulla via della seta di Sally Hovey Wriggins. Pubblicato da Westview Press, Inc. , 5500 Central Avenue, Boulder, Colorado 80301-2877.

⁹ Dhammapadha verso 368.

¹⁰ Per ulteriori informazioni, consultare la guida del Museo dell'Istituto della Storia della Medicina Indiana, Hyderabad, India. È possibile che per la stessa ragione, i lavori chirurgici siano stati lasciati da parte nella Medicina Tibetana.

¹¹ Per ulteriori informazioni, consultare il commentario sul primo tantra.

¹² Il Jeevakamravana può tuttora essere visitato nelle rovine di Kumrahar.

¹³ Vihara è un casa dove i monaci meditano.

¹⁴ Dhammapadha verso 294.

¹⁵ Srang rappresenta un sistema di misura per pesare le cose. Karma equivale al milligrammo e Srang al grammo, mentre Dre corrisponde al chilogrammo.

¹⁶ Questa dose pesante può essere sopportata soltanto da Buddha.

¹⁷ Ulteriori informazioni sulla vita di Nagarjuna si trovano nella 'Storia del Buddismo in India' di Taranatha, pubblicato da Motilal Banarsidass, Delhi 1990, capitolo 15, pagina 106.

¹⁸ Chudlen-grubpa.

¹⁹ Collezione de Museo dell'Arte, Rubin (www.rmanyc.org) www.himalayanart.org/image.cfm?icode=65120

²⁰ Dhammapadha verso 300