



## **IL LIBRO TIBETANO DEI MORTI (BARDO THODOL)**

Il Bardo Thodol è un libro tibetano che fu scritto nell'ottavo secolo. Esso contiene le istruzioni per il moribondo che gli vengono recitate all'orecchio nel momento del trapasso.

Il libro fu tenuto segreto fino agli inizi del XX secolo, poi nel 1917 fu scoperto da un viaggiatore inglese e tradotto nel 1927 dopo lunghi anni di lavoro. Attualmente se ne trovano edizioni in tutte le lingue, anche in italiano.

Per comprendere il testo bisogna considerare che il Buddismo considera scopo primario dell'uomo raggiungere l'Illuminazione, cioè la piena coscienza dell'irrealtà del mondo sensibile e quindi anche del proprio io. Nel Buddismo sono sconosciuti i concetti di Dio e di Anima.

Secondo i buddisti tibetani questa credenza è causata dall'ignoranza circa la vera natura dell'esistenza. Questo intende affermare il buddismo quando dice che il mondo è irreale. Il rimedio a questa ignoranza

consiste nel vedere al di là dell'illusione. Per giungere a questo stadio è necessario riconoscere le proprie proiezioni del mondo e dissolvere il senso del sé nel vacuo e nel luminoso.

Il Buddismo ha recepito il concetto induista che durante la vita l'uomo accumula il Karma.

Questo Karma è la causa della nascita di un nuovo individuo dopo la morte. Se il Karma è negativo, si può rinascere anche come animale; se il Karma è positivo si può rinascere anche in uno dei tanti stati spirituali superiori all'uomo, ma neanche questo è un fatto positivo, perchè anche questi stati sono soggetti alla legge del Karma.

La recita del Bardo Thodol al morente è un tentativo di fargli raggiungere l'illuminazione mentre si trova nello stato di Bardo, cioè nell'intervallo di tempo che precede una nuova rinascita.

Nella stragrande maggioranza dei casi questo scopo non viene raggiunto, ma, come effetto secondario, si può far ottenere al morente una buona rinascita, come essere umano dotato di quelle qualità intellettuali che potrebbero consentirgli di raggiungere l'illuminazione nella nuova vita.

L'insegnamento fondamentale che il Bardo Thodol dà al morente è che tutte le visioni che gli appariranno sono solo proiezioni della sua mente e che quindi egli deve assolutamente evitare di esserne attratto.

E' doveroso notare che molte di queste visioni coincidono con le descrizioni fatte dalle persone tornate in vita dopo una morte apparente.

Solo a titolo di esempio, riporto qualche brano del testo:

“Figlio di nobile famiglia, ora, la cosiddetta morte è giunta ; perciò ora assumerai l'atteggiamento dello stato di mente illuminato, di benevolenza e compassione, e realizzerai l'illuminazione perfetta per il bene di tutti gli esseri. Senza abbandonare questo atteggiamento ricorda e pratica tutti gli insegnamenti ricevuti in passato. Figlio di nobile famiglia, ascolta. La pura luminosità della dhàrmata splende ora di

fronte a te, riconoscila. In questo momento il tuo stato mentale è pura, naturale vacuità, non possiede natura propria, né sostanza, né qualità. La tua mente è luminosa e vacua, nella forma di una grande massa di luce, è il buddha della luce immortale. Riconoscilo.”



“Vai avanti pronunciando queste parole con chiarezza, distintamente, comprendendo il loro significato., non dimenticarle perché il punto essenziale è riconoscere con certezza tutto ciò che appare per quanto terrificante, come tua proiezione... Non avere paura, non smarrirti.

Questa è la radiosità naturale della tua dhàrmata, riconoscila.

Figlio di nobile famiglia, Se non avrai compreso questo punto essenziale non riconoscerai i suoni, la luce e i raggi e continuerai a vagare in samsara.

Svegliandoti dal tuo torpore ti chiederai che cosa ti sia accaduto : riconosci tutto ciò come stato di bardo.”“Figlio di nobile famiglia, ora ti appariranno le quarantadue divinità sambogakaya, esse appariranno dal tuo cuore, sono le forme dure delle tue proiezioni, riconoscile.

Queste visioni non provengono da nessun luogo, sono la primordiale manifestazione spontanea della tua mente. Figlio di nobile famiglia queste immagini non sono né grandi né piccole, esse hanno proporzioni perfette. Ciascuna ha i suoi propri ornamenti, il proprio abito, colore, posizione, un trono e simboli particolari. Sono suddivise in cinque coppie, ognuna circondata da un alone di luce di cinque colori. L'intero mandala apparirà nella sua totalità, e appariranno le divinità maschili e femminili, riconoscile.”“Figlio di nobile famiglia , si sono finora presentati sulla pericolosa strada del bardo le divinità pacifiche, non hai riconosciuto le proiezioni della tua mente, il tuo karma negativo è molto forte. Ora appariranno le cinquantotto divinità infuriate, fiammeggianti, bevitrici di sangue. Sarai sopraffatto da un'intensa paura e riconoscerle ti sarà più difficile. Ma se arrivi a riconoscerle anche un poco la liberazione sarà facile perché col sorgere di queste terribile paure la mente non ha tempo di distrarsi e si concentra a fondo.”

