

# INCONTRI

PERCORSO A SCHEDE  
SUL **DIALOGO**  
**INTERRELIGIOSO**

**PUBBLICAZIONE A CURA DELLA  
FONDAZIONE CENTRO ASTALLI - ONLUS**

Via del Collegio Romano, 1  
00186 Roma  
Tel. 06 69925099  
fax 06 69782898  
e-mail: [astalli@jrs.net](mailto:astalli@jrs.net)  
[www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it)

**COMITATO DI REDAZIONE**

Francesco De Luccia, Bernadette Fraioli, Berardino Guarino,  
Emanuela Limiti, Dan Madigan, Donatella Parisi, Chiara Peri,  
Vittoria Ravano, Maria-José Rey Merodio, Sara Tarantino

**COORDINAMENTO EDIZIONE 2014**

Chiara Peri

**FOTO**

Archivio Centro Astalli: pp. 4, 5, 6 (in basso), 24 (in alto), 27, 28, 38  
Claudio Lombardi: p. 6 (in alto)  
Marco Buonocore e Doralisa D'Urso/Programma Integra: pp. 7, 16, 17, 22,  
23, 24 (in basso), 25, 29, 30, 31 (in alto), 32 (in basso), 34 (in alto), 35,  
44 (in basso), 48, 49, 50, 51, 53, 54 (in basso), 57, 58, 61, 62 (in basso)  
Gabriele Viviani: pp. 10, 11, 13, 34, 45  
Emiliano Pinnizzotto: pp.12, 15  
Andrea Sabbadini: p. 20  
Matteo Danesin: p. 21  
Marco Baroncini: 31 (in basso), 32 (in alto)  
Marilisa Cosello-Alessandro Stellari: p. 55  
Peter Balleis/JRS International: p. 52, 54 (in alto)  
Francesca Napoli: p. 39, 40, 41, 42, 43, 44 (in alto), 62 (in alto)

**PROGETTO GRAFICO**

VIRARE / Diótimagroup srl - Matera/Roma  
[virare.diotimagroup.it](http://virare.diotimagroup.it)



# I N T R O D U Z I O N E

**DA MOLTI ANNI, IN ITALIA, LA REALTÀ DELLE RELIGIONI NON CRISTIANE SI È FATTA VICINA. FINO AD ALCUNI DECENNI FA PER CONOSCERE L'ISLAM, O L'INDUISMO, O IL BUDDHISMO BISOGNAVA AFFRONTARE UN VIAGGIO, IMPARARE LINGUE DIVERSE E IMMERGERSI IN UNA REALTÀ MOLTO LONTANA DA QUELLA IN CUI VIVIAMO.**

Oggi possiamo dire che le religioni del mondo sono venute ad abitare in casa nostra. Questo è avvenuto perché lo straordinario progresso delle comunicazioni ha reso più facile e veloce scambiare idee, pensieri, abitudini e mode da un angolo del mondo all'altro, annullando distanze di migliaia di chilometri. Ma soprattutto perché da tempo il nostro Paese è un luogo di accoglienza per migliaia di immigrati che vengono in Italia dal sud e dell'est del mondo. Questa nuova realtà dovrebbe stimolarci a fare maggiore attenzione alle diverse religioni presenti nelle nostre città, sia a quelle "arrivate da poco", sia a quelle che già da moltissimi secoli sono parte integrante della storia e della cultura italiana: l'ebraismo, le chiese cristiane diverse da quella cattolica.

Purtroppo, però, l'Italia non è ancora veramente attrezzata per accogliere tutte queste diversità e spesso siamo portati a considerarle più come una minaccia che come una risorsa. La paura nasce dalla non conoscenza. Quando non si conosce l'altro ci si lascia guidare dai luoghi comuni e dalla diffidenza. La delicata situazione internazionale, la paura del terrorismo, il linguaggio spesso approssimativo dei mass media purtroppo non fanno che erigere ulteriori barriere di reciproche incomprensioni.

In questo momento è molto importante fare uno sforzo per superare i propri pregiudizi e andare al di là degli slogan e delle etichette. Per vivere insieme in pace, la tolleranza non basta. Rispettare gli altri non è solo lasciarli tranquilli. È anche inte-

ressarsi a loro, conoscerli. Per far questo è necessario dotarsi di nuovi strumenti di comprensione. In passato i rapporti con le altre religioni erano una questione piuttosto teorica, che si poteva anche lasciare ai teologi e agli specialisti. Ora, essa si impone sempre più spesso nella vita di tutti i giorni. Come tutte le novità può creare qualche difficoltà, ma è soprattutto un'opportunità straordinaria di arricchimento e di apertura.

## *Che cos'è il dialogo interreligioso?*

L'etimologia della parola "dialogo", dal greco dialogos, ovvero discorso (logos) fra (dia) due persone, non può non implicare l'incontro con l'altro.

La Chiesa Cattolica definisce quattro forme di dialogo interreligioso:

- \* **Il dialogo della vita**, dove le persone si sforzano di vivere in uno spirito di apertura e di buon vicinato, condividendo le loro gioie e le loro pene, i loro problemi e le loro preoccupazioni umane.
- \* **Il dialogo delle opere**, in cui tutti i credenti collaborano attivamente per promuovere valori comuni (libertà, giustizia, sviluppo).
- \* **Il dialogo degli scambi teologici**, dove gli esperti cercano di approfondire la comprensione delle loro rispettive eredità religiose e di apprezzare i valori spirituali gli uni degli altri.
- \* **Il dialogo dell'esperienza religiosa**, dove persone radicate nelle proprie tradizioni religiose condividono le loro ricchezze spirituali, per esempio per ciò che riguarda la preghiera e la contemplazione, la fede e le vie della ricerca di Dio o dell'assoluto".

Il dialogo delle opere e il dialogo della vita, a differenza degli altri due - che riguardano "esperti" e "persone radicate nelle proprie tradizioni religiose" - coinvolgono **tutti i cittadini**, in quanto tali, **credenti e non**. Coltivare un atteggiamento di dialogo, di apertura, di conoscenza, di rispetto implica anche la possibilità di fare leva su un terreno di **relazioni positive** per realizzare **progetti comuni**.

Le religioni non sempre hanno dialogato tra loro; la storia ci insegna che si sono combattute non poche guerre e sacrificate non poche vite in nome di Dio, qualunque esso fosse.

Per dialogo interreligioso perciò spesso si intendono gli incontri tra i "grandi della terra", che cercano di mediare situazioni di conflitto, o tra rappresentanti di istituzioni religiose differenti che si scambiano abbracci e parole di fratellanza. Gli Stati dell'Unione Europea da tempo sottolineano il ruolo positivo che il dialogo tra le fedi può svolgere all'interno delle loro società e la sua capacità di porsi come mezzo di pace in Europa e ai suoi confini, in particolare nell'area del Mediterraneo, la cui stabilità dipende anche dalla possibilità di convivenza tra religioni diverse.

Nell'Italia di oggi, in cui, attraverso le migrazioni e la globalizzazione, il mondo si mostra in tutte le sue sfumature culturali, etniche e sociali, il dialogo interreligioso acquisisce un'ulteriore valenza. Esso diventa un'esigenza dettata dall'aumento delle occasioni di incontro e degli spazi comuni. Non è pura teoria, ma vera e propria pratica sociale.

Il pluralismo religioso è quindi una realtà, non una scelta. La scelta sta nel decidere se prendere semplicemente atto dell'esistenza di altre religioni o se conoscerle e viverle, tra differenze e cose in comune, tra ciò che allontana e ciò che avvicina.

Solo dopo una reale conoscenza reciproca è possibile abbattere gli stereotipi. È un percorso che parte dalla propria identità, perché per condividere, senza paura, bisogna sentirsi sicuri delle proprie radici.

Il dialogo interreligioso avviene innanzitutto fra persone, non fra religioni, dottrine o sistemi.

Il dialogo si fa con le esperienze, attraverso la condivisione di un racconto, un canto, una preghiera, una danza, una cena, un digiuno, un silenzio.

Per fare questo è innanzitutto necessaria un'educazione al dialogo, che ci consenta di "guardare" e "ascoltare" davvero l'altro.

È un processo molto faticoso perché implica un viaggio nelle differenze e soprattutto dentro se stessi; significa, a volte, mettere in discussione le proprie categorie mentali e le proprie idee di mondo.

Non è un cammino semplice. A volte ci sono limiti invalicabili, esperienze che non possono essere condivise. Altre invece ci si accorge di quanto simili e intrecciati siano i valori, i percorsi, le storie.

**Una cosa è certa: da questo viaggio si torna sempre più ricchi di emozioni e più poveri di pregiudizi.**

**E allora, perché no?**

Il dialogo interreligioso - unitamente al dialogo interculturale - è considerato nei documenti dell'Unione Europea una pratica fondamentale per "dare un contributo significativo allo sviluppo di una "società libera, ordinata e coesa", che sappia "superare l'estremismo filosofico e religioso, gli stereotipi e i pregiudizi, l'ignoranza e l'indifferenza, l'intolleranza e l'ostilità, che anche nel passato recente sono stati causa di tragici conflitti e di spargimento di sangue in Europa".

*(Dichiarazione sul dialogo interreligioso e sulla coesione sociale, adottata dai Ministri dell'Interno nella Conferenza di Roma di ottobre 2003 e fatta propria dal Consiglio Europeo, doc. 5381/04).*





## COME UTILIZZARE QUESTO SUSSIDIO

**CON QUESTO SUSSIDIO, NOI DEL CENTRO ASTALLI, CHE ACCOGLIAMO DA PIÙ DI TRENT'ANNI GLI IMMIGRATI CHE ARRIVANO IN ITALIA E SPERIMENTIAMO OGNI GIORNO QUANTO QUESTE PERSONE ABBIANO DA DARE A CHI È DISPOSTO A INCONTRARLI E ASCOLTARLI, VOGLIAMO PROPORRE UN VIAGGIO ATTRAVERSO LE PRINCIPALI RELIGIONI PRESENTI IN ITALIA, PER IMPARARE AD APPREZZARE LA MOLTEPLICITÀ E LA RICCHEZZA DELLE DIFFERENZE.**

\* Nelle pagine che seguono troverai un percorso a schede sulle sei principali religioni del mondo.

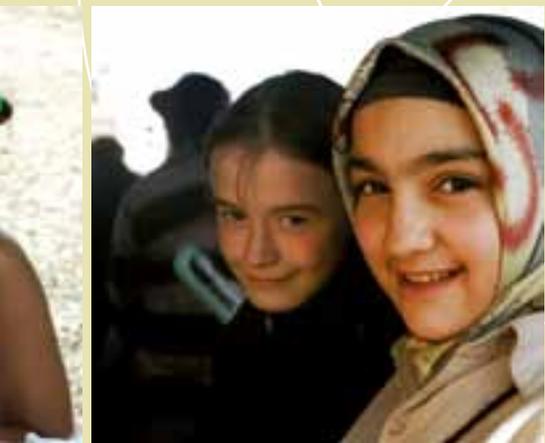
\* In ogni scheda troverai, per ciascuna di esse, una breve illustrazione dei contenuti più importanti, la storia, le feste, lo stile di vita.

\* Troverai anche pensieri, preghiere, proposte di film da vedere e indicazioni per approfondire la tua ricerca su internet. Vedrai che il testo ti parla

direttamente, come potrebbe fare un compagno di classe o un amico che ti racconta qualcosa di sé. Puoi leggere e studiare le schede seguendo l'ordine delle pagine, oppure puoi confrontare i paragrafi relativi a ciascuna religione che hanno lo stesso titolo. Puoi cominciare da dove preferisci. Il tuo insegnante ti darà alcuni suggerimenti, ma poi sarà la tua curiosità a guidarti attraverso il sussidio e, speriamo, molto più in là.

\* Già dai pochi accenni contenuti in questo volume scoprirai che una religione è una realtà "complessa" e variegata, che non si può comprendere accontentandosi di leggere qualche paragrafo. Per questo l'insegnante ti proporrà di incontrare delle persone che praticano queste fedi nella propria vita e di visitare luoghi della tua città, in cui forse non è mai capitato di andare. Quello che leggerai in questo sussidio ti servirà per utilizzare al meglio gli incontri che farai e per capire dove e come potresti farne di nuovi.

*Il nostro augurio è che le nozioni contenute in queste pagine diventino parole, colori, sapori, suoni, volti di nuovi amici con cui poterti confrontare.*



## Incontri *Focus*

I quattro Focus che la Fondazione Astalli propone sono degli approfondimenti didattici sull'identità religiosa, da cui i docenti possono prendere spunto per proporre ai ragazzi percorsi tematici da realizzare dopo aver incontrato in classe uno o più testimoni.

- FOCUS **Cinema e Religioni**
- FOCUS **I luoghi delle religioni**
- FOCUS **Religioni in musica**
- FOCUS **Le religioni a tavola**

Per tutte le informazioni e i materiali didattici relativi a *Incontri Focus* consulta la sezione *Progetti per le scuole* sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it).



## La scrittura non va in esilio

La scrittura non va in esilio è un concorso letterario promosso dalla **Fondazione Centro Astalli** nell'ambito dei progetti *Incontri* e *Finestre*. È rivolto a tutti gli studenti delle scuole superiori che vogliono cimentarsi con la scrittura di un racconto ispirato ai progetti cui hanno aderito.

Per il bando di partecipazione e tutte le informazioni relative all'iniziativa consulta la sezione *Progetti per le scuole* sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it).

A close-up photograph of a person's hand, likely a Buddhist monk, wearing several strands of black prayer beads. The hand is positioned against a vibrant red fabric that has the words 'io sono buddhista. Ti racconto di me...' printed on it in a light, semi-transparent font. The background is a blurred blue and white, suggesting an outdoor setting. A white circular graphic element is overlaid on the right side of the image, containing the text.

io sono  
**buddhista.**  
Ti racconto  
di me...

INCONTRI ●



io sono  
buddhista.  
Ti racconto  
di me...

**ESSERE BUDDHISTA NELLA SOCIETÀ CONTEMPORANEA NON È SEMPLICE. MOLTE PERSONE CREDONO CHE QUESTA RELIGIONE SIA QUASI UNA MODA, QUALCOSA IN STILE NEW AGE.** INOLTRE IN UNA SOCIETÀ BASATA SUL **CONSUMISMO**, COME SI PUÒ ESERCITARE LA VIRTÙ DELLA MODERAZIONE? SI PUÒ DAVVERO DESIDERARE LA **PACE** IN UN TEMPO DI **GUERRA PERENNE**? UNA DOMANDA CHE MOLTI MI PONGONO È: **COSA DICE IL BUDDHISMO?** È DIFFICILE FAR CAPIRE CHE LA MIA CREDENZA È QUALCOSA CHE VA OLTRE LE PAROLE. ESSERE BUDDHISTA PER ME È **ESSERE IN PACE CON SE STESSI** E CON LA REALTÀ CIRCOSTANTE, CERCARE DI AGIRE NEL MIGLIOR MODO POSSIBILE PER ATTENERSI ALMENO A **UN BUON KARMA**. MI RENDO CONTO CHE È POCO, MA L'ESPERIENZA RIGUARDANTE QUESTA RELIGIONE SI RIDUCE DAVVERO ALL'**ESSENZIALE**, PERCHÉ LE PAROLE NON POSSONO SPIEGARE QUELLO CHE SI PROVA REALMENTE E OGNI TENTATIVO RISCHIA DI DIMINUIRE LA PORTATA ONTOLOGICA DEGLI **INSEGNAMENTI**.

**ANDREA**, 19 ANNI

### **☸ Noi, buddhisti in Italia**

In Italia esistono almeno 60 centri buddhisti, in gran parte nelle regioni del centro-nord (solo 4 al sud).

Tutte le grandi scuole tradizionali sono presenti: in particolare quella Theravada (Sri Lanka e Sudest asiatico), quella Zen (Giappone) e quella Tibetana, ma comincia ad essere ben rappresentato anche il buddhismo cinese, specialmente in alcune città. Di questi centri, 46 fanno capo all'**Unione Buddhista Italiana** (UBI), nata nel 1985 e riconosciuta dallo Stato.

Il buddhismo in Italia è anche rappresentato dall'Istituto buddhista italiano Soka Gakkai, che si rifà alla tradizione Mahayana. La Soka Gakkai è un'organizzazione laica buddhista che non aderisce all'UBI; fondata nel 1200 dal monaco giapponese Nichiren Daishonin, oggi conta in Italia circa 50mila membri.

In tutto noi buddhisti in Italia siamo circa **220mila** (di cui 100mila praticanti di varie nazionalità, inclusa quella italiana, e circa 120mila buddhisti immigrati e rifugiati, per lo più cinesi e cingalesi). I monaci buddhisti sono una decina di stranieri e una quarantina di italiani, prevalentemente seguaci della tradizione Zen.

### **☸ I nostri inizi**

Secondo i nostri testi, il Buddha sarebbe nato a Kapilavastu, una città al confine fra l'India e il Nepal, probabilmente tra il VI e il V secolo a.C. Appartiene alla casta dei guerrieri e suo padre è il capo di una piccola repubblica aristocratica. Il bambino riceve il nome di Siddhārtha ("colui il cui scopo è raggiunto") e sul suo conto viene espressa una profezia: se continuerà sulle orme del padre, diventerà un grande re, ma se rinuncerà al mondo e seguirà

un cammino religioso, allora diventerà un Buddha, un risvegliato. Il padre, per tutelarlo, lo fa crescere in dimore sontuose circondato di agi, allontanando dalla sua vita ogni immagine di tristezza. Così Siddhārta vive nel lusso all'interno del palazzo reale, protetto da tutti i contatti col mondo esteriore. In quattro occasioni però il principe riesce a lasciare il palazzo con il suo carro e ogni uscita è segnata da un incontro: il primo incontro è con un vecchio, il secondo con un malato e il terzo con un morto. Da questi incontri Siddhārta impara che niente e nessuno può sottrarsi alla vecchiaia, alla malattia e alla morte. L'ultimo incontro è con un asceta, la cui pace ispira Siddhārta a cercare una via che porti a superare gli aspetti negativi dell'esistenza. A 29 anni lascia la casa del padre e si dedica alla pratica ascetica insieme a cinque compagni.



Durante questa difficile fase, superate molteplici difficoltà, Siddhārta si immerge nella meditazione conclusiva.

Nella prima veglia notturna acquisisce il ricordo delle sue esistenze passate; nella seconda vede il destino di vita, morte e rinascita di tutti gli esseri e la legge che lo governa; nell'ultima, libero da ignoranza e attaccamento, conquista la conoscenza della causa del dolore e di come liberarsene. Ora è il Buddha, il risvegliato. L'illuminazione giunge nella notte di luna piena del mese di Vaiśākha (tra aprile e maggio), una ricorrenza festeggiata da noi buddhisti in tutto il mondo.

Il Buddha è incerto se diffondere o no la sua scoperta, che gli sembra di così difficile comprensione. I primi da cui si reca, e che secondo lui saranno in grado di capire la sua esposizione, sono i suoi vecchi cinque compagni, che egli ritrova nel Parco delle Gazzelle a Sārnāth vicino Benares. Egli annuncia loro di portare con sé la verità che essi non raggiungeranno mai con le pratiche ascetiche e rivolge loro il suo primo sermone. Profondamente toccati dalla sua parola, i cinque discepoli rapidamente conseguono il risveglio (**bodhi**) divenendo così i primi "venerabili". I cinque discepoli formano la prima comunità monastica e si dividono per andare ad insegnare. Il Buddha dedica il resto della sua vita a viaggiare per l'India per predicare, iniziando monaci e istruendo laici.

Muore a Kunshinagar, sulla strada verso la sua città natale.

### ✿ E la storia continua così

Anche se il Buddhismo è nato in India, si è estinto nel suo Paese d'origine poco dopo l'anno 1000. Si è espanso in varie nazioni dell'Asia, rivestendo un ruolo di particolare importanza in molti Paesi del mondo. Ha sempre interagito con la cultura locale, modificando e adattando la propria dottrina. Fin dalle sue origini, il buddhismo si articolò in varie scuole (18, secondo la tradizione). Attualmente viene convenzionalmente diviso in **tre scuole**

**Il Buddha sarebbe nato a Kapilavastu, una città al confine con il Nepal, probabilmente tra il VI e il V secolo a.C.**



(o “veicoli”): il *Theravāda*, diffuso principalmente in Laos, Cambogia, Thailandia, Sri Lanka e Birmania; il *Mahāyāna*, diffuso in Nepal, Cina, Giappone, Corea e Tibet; il *Vajrayāna* (o buddhismo tantrico), diffusi più recentemente in Nepal e Tibet.

La corrente più mistica del buddhismo è lo Zen, introdotto in Cina nel VI sec. e arrivato in Giappone nel XII, dove divenne la religione dei samurai.

### ✿ Le nostre scritture

La dottrina buddhista ci è pervenuta attraverso una immensa produzione letteraria, filosofica e religiosa, redatta in molte lingue diverse. La fonte principale è la raccolta di testi in lingua pali, intitolata **Tre canestri**, perché i libri di ogni collezione, scritti su foglie di palma, potevano essere contenuti in una cesta. Questo canone (libri considerati sacri dalla nostra tradizione) non è il frutto delle sole dottrine predicate dal Buddha, ma la rielaborazione di quelle e di ulteriori teorie.

La prima collezione, detta **Canestro della Disciplina**, raccoglie le regole della comunità monastica e quelle da seguire per una buona vita buddhista. La seconda collezione, a sua volta divisa in vari corpi, si chiama **Canestro dei Discorsi**. Al suo in-

terno si trovano dei testi di grandissima importanza: il *Dhammapada* (o Libro della Legge, che raccoglie 423 detti attribuiti al Buddha) e il *Suttanipāta* (“Insieme di Discorsi”); le *Theragāthā* (“Canti degli Anziani”, cioè dei primi monaci) e le *Therīgāthā* (“Canti delle Anziane”), che ci permettono di penetrare nei sentimenti di coloro che per primi compirono la scelta di vita monastica; gli *Jātaka* (“Racconti delle Nascite”), racconti del folklore buddhista a proposito degli atti memorabili che il futuro Buddha avrebbe compiuto prima della sua nascita. Il nome della terza collezione, detta **Canestro della Dottrina**, si può tradurre letteralmente come “Canestro di ciò che riguarda il Dharma”: “dharma”, nella nostra tradizione, è insieme l’ordine cosmico e le verità rivelate dal Buddha, ovvero il suo insegnamento, la meditazione e i comportamenti in coerenza con esso.

### ✿ In cosa crediamo

All’interno della nostra religione esistono profonde diversità. Non esiste un’ortodossia buddhista e non vi è mai stato un tentativo di imporre un’uniformità dottrinale. Sin dalle origini nel buddhismo c’è stata una forte tendenza a non illustra-



io  
sono  
buddhista.  
Ti racconto  
di me

re la dottrina come una serie di dogmi da accettare o da rifiutare: il valore dell'insegnamento è legato al beneficio spirituale che ciascuno ne trae. Lo stesso Buddha si rivolge ai monaci per ammonirli di non credere ciecamente alle cose che egli afferma, ma di provarle in prima persona per verificarle e quindi di parlare solo di ciò che hanno visto, conosciuto ed esperito personalmente.

L'argomento centrale del primo discorso del Buddha ai primi cinque discepoli a Benares consiste nella formulazione della dottrina delle **quattro nobili verità**. La prima verità afferma che **l'esistenza è sofferenza**: "Questa, o monaci, è la nobile verità del dolore: la nascita è dolore, la vecchiaia è dolore, la malattia è dolore, la morte è dolore, l'unione con ciò che non ci è caro è dolore, la separazione da ciò che ci è caro è dolore, non ottenere quello che si desidera è dolore". La seconda verità è che **causa della sofferenza è l'impulso a desiderare**. La terza nobile verità annuncia che **esiste un rimedio**: se la sofferenza in tutte le sue forme deriva dal desiderio, ne consegue che sradicandolo sposteremo la fine della sofferenza. La cessazione della sofferenza è il **nirvana**. La quarta verità indica la **via da seguire**, il sentiero ascetico del buddhismo: il "nobile ottuplice sentiero", un insieme di discipline che abbracciano ogni aspetto della vita, sia fisico che mentale. In sostanza, l'insegnamento del Buddha si può riassumere in due enunciati: le quattro nobili verità, che sono l'aspetto dottrinale e invitano alla comprensione e il nobile ottuplice sentiero che invita alla pratica.

È bene ricordare che tutte le dottrine buddhiste hanno un valore puramente pratico, devono essere tradotte nell'**esperienza** e nell'**azione**. Il Buddha paragona la dottrina ad una zattera che usiamo per attraversare un fiume: quando lo scopo è stato raggiunto, solo uno stolto continua a passeggiare con la zattera sulla testa perché ci si è affezionato. La teoria non ha valore autonomo, ma esiste in funzione della liberazione. Un cumulo di nozioni e opinioni sulla dottrina non porta alla liberazione.

Questo aspetto è accentuato in modo particolare dal buddhismo **Zen**. Esso, sottolineando l'indivisibilità del Buddha da tutto ciò che esiste, afferma che l'uomo può e deve raggiungere, già in que-

**Il Buddhismo è nato in India, ma si è estinto nel suo Paese d'origine poco dopo l'anno 1000. Si è espanso in vari Stati dell'Asia, rivestendo un ruolo di particolare importanza in molti Paesi del mondo e interagendo con la cultura locale.**

sto mondo, l'unità con la divinità, tramite un'illuminazione interiore, istantaneamente: la verità infatti non può essere raggiunta razionalmente, né può essere espressa in concetti. Uno degli stimoli preferiti, a questo fine, è il **senso del bello** (che include l'arte di disporre i fiori, la cerimonia del tè, la sobria raffinatezza della casa, ecc.).

### ✿ Come viviamo

Per noi, l'essere umano, così come anche il mondo, è il risultato dell'unione di vari elementi (**Skanda**) che fluiscono continua-

mente in un perenne gioco di associazione e dissociazione. Il tempo non ha inizio e non ha fine e tutti gli esseri viventi sono soggetti a un ciclo continuo di morti e rinascite (il **samsara**), da cui si esce soltanto attraverso il raggiungimento del **nirvana**.

La ragione della "**ruota del divenire**" sta nel principio degli anelli: ogni elemento è effetto del precedente e causa del successivo. Il primo "anello" della catena è l'ignoranza, causa prima di un'esistenza vissuta nel dolore, inizio di una catena di errori che porta a sofferenze, alla vecchiaia e alla morte. Ne deriva che solo con l'eliminazione dell'ignoranza (intesa come non riconoscimento dell'esistenza come dolore) si potrà porre fine alla catena della causalità, dunque alla morte e alle successive reincarnazioni.



Attraverso il "**nobile ottuplice sentiero**" si elimina il desiderio, la sete di essere e di avere, e di conseguenza si interrompe la ruota delle reincarnazioni, imboccando la "**via di mezzo**" tra ricerca del piacere e mortificazione della carne. Il momento finale del nobile ottuplice sentiero è la **meditazione**, cioè la concentrazione assoluta della mente: essa procede per stadi e conduce alla "illuminazione interiore".

Per tutti noi buddhisti, valgono come codice di comportamento i **cinque precetti**, che vengono recitati dai devoti in templi e monasteri come preghiera:

- 1 \* Non uccidere nessun essere vivente
- 2 \* Non rubare
- 3 \* Non avere una cattiva condotta sessuale
- 4 \* Non mentire o ingannare il prossimo
- 5 \* Non assumere sostanze intossicanti.

Nel buddhismo antico il monaco ha nel cammino verso la liberazione "una marcia in più" rispetto ai laici: egli, grazie al sostegno dei laici, vive una vita completamente dedicata alla ricerca della liberazione. I laici, invece, si limitano a seguire l'etica buddhista e a guadagnare meriti sostenendo i monaci nel loro percorso.

Secondo la scuola *Mahāyāna* invece, anche se si continua a dare un grande valore alla scelta di coloro che vivono nei monasteri, il sentiero della perfezione è **aperto a tutti**. Se non si è adatti al distacco dal mondo e dunque non si può arrivare alla liberazione mediante la disciplina ascetica e meditativa, si può lo stesso giungere all'illuminazione grazie alla devozione e alla generosità.

Uno dei fondamenti della nostra etica è l'assoluta **nonviolenza**. Le **virtù** principali sono la benevolenza, la fratellanza e l'amore. Il Buddhismo non conosce differenza fra gli uomini (di casta o classe, di religione, di sesso), accomunati tutti dalla fratellanza universale.

Altra virtù fondamentale è la Grande Compassione, la solidarietà che lega tutti gli esseri della terra prigionieri di un medesimo dolore.

## UNA PREGHIERA

*Possano tutti gli esseri, ovunque si trovino, sofferenti nel corpo e nella mente, ottenere un oceano di felicità e di gioia per virtù dei miei meriti. Perché fintantoché essi rimangono nell'esistenza ciclica possa la loro felicità terrena mai diminuire, e possano tutti loro ininterrottamente ricevere onde di gioia da Bodhisattva.*

*Possa il timoroso cessare di avere paura e coloro che sono prigionieri essere liberati; possano gli impotenti trovare il potere, e possa la gente avere pensieri di amicizia. Possano tutti i viandanti trovare felicità, ovunque si rechino, e senza alcuno sforzo siano in grado di compiere quanto si sono proposti di fare.*

*Possano coloro che salpano con nave o barca ottenere qualunque cosa essi desiderino, e dopo essere felicemente tornati a casa ritrovarsi in gioia con i loro parenti.*

*Possano i viandanti inquieti che hanno perduto la strada incontrare compagni di viaggio e senza alcun timore di ladri o tigri possa il loro cammino essere facile, senza alcuna fatica.*

DALLA PREGHIERA DI SHANTIDEVA, VIII SEC.

## ☸ Feste, luoghi e simboli

Le nostre festività sono numerose e si differenziano tra le varie scuole e tradizioni. Il nostro calendario è lunare, quindi i giorni delle festività cambiano ogni anno rispetto al calendario solare in uso in Italia e in molti Paesi del mondo. In generale, i giorni di luna piena e di luna nuova sono giorni "sacri".

La festa del **Vesak** ricorda le tre fasi della vita del Buddha (nascita, illuminazione e morte) ed è celebrata, in momenti diversi dell'anno, da tutte le scuole buddhiste. Altre ricorrenze sono la **festa del Dharma**, che commemora il primo insegnamento del Buddha, il **capodanno**, che cade in genere nel mese di aprile, e la **festa del Sangha** e dei defunti. I momenti dell'anno e le modalità di celebrazione variano nelle diverse tradizioni buddhiste locali.

Uno dei nostri simboli più noti è la **Ruota del Dharma** (Dahrmachakra). Già nei testi antichi l'inizio della predicazione del Buddha viene descritto metaforicamente come una ruota che viene messa in moto. Gli otto raggi che la compongono rappresentano il "nobile ottuplice sentiero", cioè la via verso l'Illuminazione.

## ☸ Hanno detto...

Nel raccontare la propria partecipazione alla veglia di protesta per l'esecuzione di Tookie Williams (13 dicembre 2005), a cui il governatore della California Arnold Schwarzenegger aveva negato la grazia perché, pur dichiarandosi innocente dei delitti di cui era accusato, il condannato "non si era dimostrato pentito", il monaco Lin Jensen propone una interessante riflessione sull'approccio buddhista alla pena di morte: "L'esecuzione è un modo per liberarsi di qualcuno a cui si è rinunciato. Lo uccidiamo perché non vediamo più una ragione sufficiente per tenerlo in vita. Secondo la cosmologia buddhista, il Buddha appare in tutti i 'regni' in cui rinasce un essere. Appare nei tre regni superiori degli uomini, degli dèi e dei semidèi, ma anche nei regni inferiori degli animali, dei fantasmi affamati e degli abitanti degli inferi, gli esseri condotti dalle loro azioni a rinascere nel regno che comporta grandissime sofferenze. Per quanto malvagie possano essere state le loro scelte e la loro condotta, neanche questi esseri infernali vengono abbandonati alla loro sofferenza solitaria. Il Buddha scende negli inferi insieme a loro, offrendogli la possibilità di redimersi. Porta luce e speranza persino nel regno più buio dell'esistenza. Noi non dobbiamo fare di meno per i nostri simili che soffrono".

**Uno dei  
fondamenti  
dell'etica  
buddhista  
è l'assoluta  
nonviolenza.  
Il Buddismo  
non conosce  
differenza fra  
gli uomini  
(di casta o  
classe, di  
religione,  
di sesso).**

## ☸ Lo conosci? Il Dalai Lama Tenzin Gyatso

Dalai Lama è il titolo della massima autorità temporale e spirituale del buddhismo tibetano. L'attuale Dalai Lama (il XIV) è nato come Lhamo Dondrub il 6 luglio del 1935 nel villaggio di Takt-



al mondo i principi del Buddhismo e del dialogo. Nel 1989 Tenzin Gyatso ha ricevuto il premio Nobel per la pace per la resistenza non violenta contro l'occupazione del suo Paese.

“Nella realtà odierna l'unico modo di risolvere le divergenze è il dialogo ed il compromesso, la comprensione umana e l'umiltà. Dobbiamo capire che la pace vera nasce dalla comprensione reciproca, dal rispetto, dalla fiducia. I problemi della società umana dovrebbero essere risolti in modo umano e la non violenza fornisce un approccio adeguato”.

ser nel nord est del Tibet. All'età di due anni venne riconosciuto come reincarnazione del XIII Dalai Lama Thubten Gyatso, proclamato perciò Dalai Lama e ribattezzato Jetsun Jamphel Ngawang Lobsang Yeshe Tenzin Gyatso, ovvero Sacro Signore, Gloria gentile, Compassionevole, Difensore della fede, Oceano di saggezza. Dal 1959 vive in esilio a Dharamsala, in India, in seguito all'occupazione cinese del Tibet. Tenzin Gyatso è il primo Dalai Lama che ha visitato le nazioni occidentali cercando di promuovere la sua causa e di far conoscere

“Non violenza vuol dire dialogo: adoperare il nostro linguaggio, il linguaggio umano. Dialogo significa compromesso, rispetto dei diritti di ciascuno. La vera soluzione al conflitto e al disaccordo sta nello spirito di riconciliazione. Non esiste vincitore al cento per cento così come non esiste perdente al cento per cento: c'è solo mezzo e mezzo. Questa è la via pratica, l'unica via”.

Per approfondire: T. Laird - Dalai Lama, *Il mio Tibet. Conversazioni con il Dalai Lama*, Mondadori, 2009.

PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DEL BUDDHISMO



## Per capirci...

**DHARMA:** nella tradizione buddhista è insieme l'ordine cosmico e le verità rivelate dal Buddha, ovvero il suo insegnamento, la meditazione e i comportamenti in coerenza con esso.

**NIRVANA:** illuminazione. Si tratta di un'esperienza che non è spiegabile a parole, ma deve essere esperita di persona. Consiste nell'estinzione del fuoco dell'egocentrismo, dell'attaccamento, dell'avversione e dell'ignoranza. Estinte queste forze che alimentano il ciclo delle vite e delle morti, non si creano più condizioni per rinascere e si raggiunge uno stato assoluto, sottratto alle leggi universali del mutamento e del dolore.

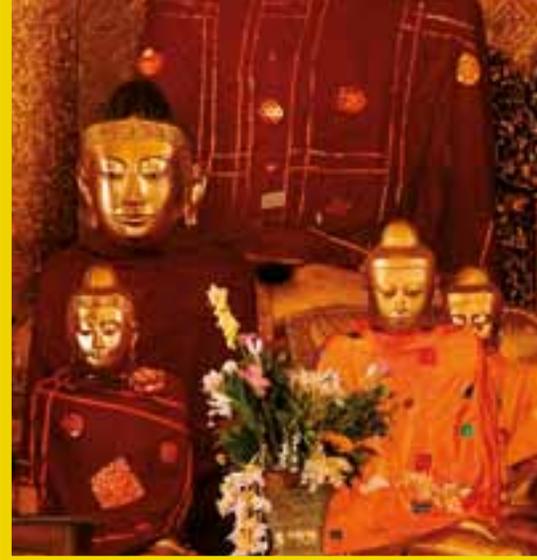
**PRAJNA:** saggezza. È lo stato mentale che deriva dall'aver compreso correttamente qualcosa. Nel buddhismo è il termine tecnico per indicare la comprensione che vede il vero modo di essere delle cose, in opposizione a come appaiono.

**PUJA:** è il nome dato a una grande varietà di cerimonie devozionali e di offerta praticate in tutte le tradizioni buddhiste. Le più antiche puja consistevano nel mettere fiori, luci e incenso di fronte a un simbolo o a un'immagine del Buddha.

**SAMSARA:** ciclo delle vite e delle morti.

**SANGHA:** comunità o congregazione. Nel buddhismo si riferisce primariamente alla comunità dei santi e illuminati e all'ordine dei monaci e delle monache, ma ora il termine è usato per la comunità buddhista in generale.

**ZEN:** scuola del buddhismo nata in Cina sotto gli influssi del Taoismo e poi diffusa in Giappone, dove divenne la religione dei samurai.



## Per saperne di più...



**LIN JENSEN**

*Per strada*

Ubaldini editore, 2008

Un'ora al giorno, seduto a meditare sui marciapiedi della sua città: questo è l'impegno che l'autore si prende per manifestare il suo dissenso per la guerra in Iraq. La sua non è una manifestazione politica, o un tentativo di attirare l'attenzione: è in primo luogo un lavoro su se stesso e, allo stesso tempo, un modo di lasciare spazio all'amore e alla pace attraverso gesti molto concreti. Lin Jensen cerca di spiegare la potenzialità rivoluzionaria del "non fare", aiutandosi con storie zen e aneddoti della propria vita.



**TSAI CHIH-CHUNG**

*Dice lo Zen*

Feltrinelli, 2006

Che cos'è lo Zen? Gli episodi del fumetto, che vedono protagonisti Siddhartha Gautama e i suoi discepoli, attraverso piccole storie di fiori, tazze di tè e onde che realizzano di essere mare, raccontano l'importanza di non fermarsi alla propria forma temporanea, indicando alcune vie per la consapevolezza di essere parte di un sé più vasto. Le immagini catturano, reinventano e raccontano, lasciando, però, ampio spazio alla meditazione.

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it). Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".



A photograph of a church altar during a religious service. In the foreground, a row of lit candles in a dark metal holder is visible. The background shows a statue of the Virgin Mary in a dark, ornate robe, set against a dark background. The lighting is warm and focused on the candles and the statue.

Io sono  
cristiano.  
Ti racconto  
di me...

INCONTRI



Io sono  
cristiano.  
Ti racconto  
di me...

## PER ME ESSERE CRISTIANA SIGNIFICA NON AFFRONTARE LE COSE DA SOLA, ESSERE COSCIENTE CHE HO UN PADRE CELESTE CHE SI OCCUPA DI ME.

SIGNIFICA VIVERE NELLA LIBERTÀ E NEL PERDONO CHE GESÙ HA ACQUISITO PER ME. SIGNIFICA STABILIRE E CREARE RAPPORTI CON GLI ALTRI BASATI SUL PROFONDO RISPETTO PER LA PERSONA UMANA, PERCHÈ NEL CRISTIANESIMO DIO HA SCELTO DI FARSI UOMO. SIGNIFICA INFINE NON CONSIDERARE ME STESSA E GLI ALTRI “GIUDICABILI” SOLO SECONDO I CRITERI DEGLI UOMINI, MA CERCARE DI GUARDARE ME STESSA E GLI ALTRI CON GLI OCCHI DI DIO.

**ANTONELLA, 23 ANNI**

### ✿ **Noi, cristiani in Italia**

L'Italia è un paese di lunga e prevalente tradizione cattolica (circa l'80% dei cittadini si dichiara cattolico e circa il 25% praticante). Sono tuttavia significative e antiche le presenze di alcune chiese protestanti, in particolare quella valdese, attiva nel nostro Paese fin dal 1200, e quella pentecostale, che conta circa 400mila membri. Con l'immigrazione il panorama del cristianesimo italiano si è arricchito e diversificato. In particolare, la Chiesa cristiana ortodossa è diventata in Italia una presenza particolarmente significativa, con oltre 1,3 milioni di fedeli (rumeni, ucraini, moldavi e, in misura minore, russi, greci, bulgari, etiopi ed eritrei).

### ✿ **I nostri inizi**

Il fondatore della nostra religione è Gesù di Nazareth. Egli era ebreo, nato a Betlemme e cresciu-

to a Nazareth con i suoi genitori, Maria e Giuseppe. Verso i trent'anni cominciò a percorrere le strade della Palestina per annunciare il “Regno di Dio”. Un Regno di pace, di giustizia, di benevolenza e solidarietà, con un'attenzione particolare nei confronti dei più poveri e dei diseredati.

Un Padre misericordioso e compassionevole che “gioisce più per un peccatore che si converte che per 99 giusti che non hanno bisogno di conversione”. Le folle lo seguivano e fu considerato dai capi religiosi e politici del suo tempo come un pericoloso sovvertitore dell'ordine stabilito. Fu crocifisso in mezzo a due ladroni perdonando coloro che lo avevano condannato.

Noi crediamo che Dio Padre lo abbia resuscitato dai morti e questa credenza è il centro della fede cristiana. I suoi apostoli diffusero rapidamente il suo messaggio e il suo stile di vita nel mondo allora conosciuto, secondo le sue indicazioni: “annun-



ciate la Buona Notizia della salvezza a tutti i popoli, fino agli estremi confini della terra”.

Per noi cristiani, Gesù non è semplicemente un profeta ma il Figlio stesso di Dio.

### ✿ E la storia continua così

Fin dalle origini, i cristiani erano divisi in comunità, che intendevano in modi differenti il messaggio di Gesù. Nel corso della storia queste differenze si sono spesso amplificate, talora sovrapponendosi a questioni di carattere più politico che strettamente religioso. Tutti ci richiamiamo a Gesù Cristo come unico punto di riferimento, ma il modo di vivere la nostra fede, di celebrarla e di annunciarla varia dall'una all'altra confessione.

Le Chiese cristiane possono essere classificate in diversi modi. Una suddivisione abbastanza semplice è quella che distingue le Chiese occidentali da quelle orientali.

Le Chiese occidentali derivano dalla Chiesa cattolica latina, la cui autorità si estendeva originariamente da Roma sulla parte occidentale dell'Impero Romano. Oltre alla stessa **Chiesa cattolica**, di questo gruppo fanno parte tutte le **Chiese protestanti** (termine che si riferisce al rapporto conflittuale di queste Chiese con il cattolicesimo, e in particolare con il papato) che da essa si sono staccate nel corso dei secoli. Fra di esse, le più importanti sono indubbiamente quelle nate nel XVI secolo con il movimento della Riforma (luterani, calvinisti, anglicani ecc.), ma vi sono anche gruppi di origine diversa (ad es. i valdesi). A Oriente abbiamo invece le Chiese ortodosse, emanazione delle Chiese di lingua greca nate originariamente nel territorio dell'Impero Romano d'Oriente. A differenza di quanto accadde in Occidente, per quanto la Chiesa greca assumesse rilevanza particolare, essa non fu mai in grado di imporre la propria supremazia sulle Chiese “sorelle”.

Allo stesso modo, anche le Chiese fondate da missionari ortodossi (specialmente fra le popolazioni slave) si resero rapidamente autonome dalle rispettive Chiese-madri, considerandosi allo stesso loro livello. Fra queste la più importante è la Chiesa ortodossa russa.

### ✿ Le nostre scritture

Noi cristiani abbiamo come punto di riferimento principale la **Bibbia**, che comprende i libri sacri degli ebrei (con alcune aggiunte), che noi chiamiamo **Antico Testamento**, e il **Nuovo Testamento**. Fanno parte del Nuovo Testamento i quattro Vangeli, gli Atti degli Apostoli, un buon numero di lettere scritte da San Paolo e da alcuni degli apostoli alle prime comunità cristiane e l'Apocalisse. La Bibbia è considerata “parola di Dio”, nel senso che è stata da Dio ispirata agli uomini che, nel corso della storia, hanno redatto i testi di cui è composta. Viene letta in particolare durante le celebrazioni, ma ciascuno di noi è invitato a leggerla con assiduità, traendone ispirazione per la propria vita.

**Il fondatore della nostra religione è Gesù di Nazareth. Noi crediamo che Dio Padre lo abbia resuscitato dai morti e questa credenza è il centro della fede cristiana.**

## ✿ In cosa crediamo

Tutti noi cristiani crediamo in un solo Dio creatore, fonte di vita e di amore, che si è fatto conoscere anzitutto agli ebrei; crediamo in Gesù Cristo, unico Signore e salvatore, che ha manifestato all'umanità l'amore di Dio; crediamo nello Spirito Santo, presenza attiva di Dio nella storia. In altre parole, crediamo in un solo Dio in tre persone, la "Trinità".

Noi cristiani riteniamo che il Signore rivolga a uomini e donne un appello personale alla fede, da vivere con fedeltà, coerenza e obbedienza, e che tutti i credenti siano raccolti in un solo popolo, il popolo di Dio, cioè la Chiesa. Intendiamo tuttavia in modi diversi l'organizzazione della Chiesa stessa e le manifestazioni della vita religiosa, individuale e comunitaria. Il cuore del messaggio cristiano è l'annuncio della comunione, una vita condivisa con Dio che ha come conseguenza una solidarietà tra gli esseri umani, tutti figli e figlie di uno stesso Padre.

Crediamo anche che, alla fine dei tempi, Cristo tornerà nella gloria "per giudicare i vivi e i morti" e regnare per sempre sulla creazione. Nell'attesa di questa "seconda venuta" (parusia), che era attesa come imminente dalle prime comunità cristiane, tutti i credenti sono chiamati a vivere nella speranza, proiettati verso un futuro di redenzione definitiva.

## ✿ Come viviamo

Essere cristiani non significa solo credere nel Dio Padre annunciato da Gesù Cristo, ma anche adottare uno stile di vita conforme ai suoi insegnamenti. Per questo dovremmo sforzarci di essere misericordiosi e compassionevoli come lo è stato Gesù, praticando la giustizia, ma rinunciando a ogni vendetta. Oltre ad amare Dio "con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze", quindi, cerchiamo anche di "amare il prossimo come noi stessi".

Noi cristiani crediamo inoltre che Gesù abbia indicato dei gesti simbolici, le cui modalità sono state fissate nei secoli dalla

Chiesa, attraverso i quali la grazia divina agisce efficacemente nella vita quotidiana dei fedeli. Questi gesti, detti sacramenti, accompagnano i momenti più importanti della nostra vita, dalla nascita alla morte.

La Chiesa cattolica e quella ortodossa ne individuano sette: il battesimo, la cresima (o confermazione), l'eucaristia, la penitenza, l'unzione degli infermi, l'ordine sacro e il matrimonio.

## ✿ Feste, luoghi e simboli

Ogni confessione cristiana ha i suoi luoghi per la celebrazione: i cattolici si riuniscono in chiesa, i protestanti vanno al tempio, gli ortodossi hanno anch'essi delle chiese ma diverse per struttura e decorazione da quelle dei cattolici.

Le nostre feste principali rimandano direttamente alla storia di Gesù Cristo, ripercorrendo le tappe fondamentali della sua vita. La festa più importante dell'anno cristiano è la Pasqua, in cui ricordiamo la passione, la morte e la resurrezione di Gesù. È la festa della Vita più forte di qualsiasi morte: i cattolici e i protestanti la celebrano la prima domenica dopo la prima luna piena di primavera e gli ortodossi la domenica successiva.

La festa è preparata dalla Quaresima, un periodo di riflessione e raccoglimento in cui facciamo



## UNA PREGHIERA

*O Signore,  
Tu che sei al di sopra di noi,  
Tu che sei anche in noi,  
Tu che io non conosco,  
ma a cui appartengo.  
Tu che io non comprendo,  
ma che costruisci il mio destino,  
fa che io segua fino in fondo  
la via delle tue segnalazioni interiori  
in amore e pazienza,  
in fedeltà e coraggio,  
in rettitudine e umiltà,  
in quiete.*

*O Signore,  
Tu che sei al di sopra di noi,  
Tu che sei anche in noi  
fa che ognuno ti veda anche in me.*

DAG HAMMARSKOLD  
SECRETARIO GENERALE  
DELLE NAZIONI UNITE (1953-1961)  
PREMIO NOBEL PER LA PACE

memoria dei quaranta giorni vissuti da Gesù nel deserto. Adottando uno stile di vita più sobrio, ritroviamo la genuinità della nostra fede e chiediamo perdono per i nostri peccati. Il **Natale**, che si celebra il 25 dicembre (o il 7 gennaio, per gli ortodossi), è invece la festa che ricorda e attualizza la nascita di Gesù, Figlio di Dio, come uomo, da Maria.

Il principale simbolo cristiano è la **croce**, che ricorda la morte di Gesù e la sua resurrezione, ovvero il cuore stesso della nostra fede. Fin dall'antichità la croce è stata adottata dai cristiani anche come gesto (il "segno della croce"), che si ottiene toccandosi con tre dita la fronte, l'ombelico e poi, una dopo l'altra, le due spalle.

«Sia quando arriviamo che quando partiamo, sia quando ci calziamo i sandali che quando siamo in bagno o in tavola, sia quando accendiamo le nostre candele che quando ci riposiamo o ci sediamo, qualunque lavoro intraprendiamo, ci segniamo con il segno della Croce», scriveva Tertulliano già nel terzo secolo.

### ✿ Hanno detto...

In occasione della sua visita a Lampedusa, l'8 luglio del 2013, papa Francesco, prendendo spunto dai tanti naufragi in cui perdono la vita migliaia di migranti che cercano di arrivare in Europa in cerca di protezione, ha commentato: "Nella letteratura spagnola c'è una commedia di Lope de Vega che narra come gli abitanti della città di Fuente Ovejuna uccidono il Governatore perché è un tiranno, e lo fanno in modo che non si sappia chi ha compiuto l'esecuzione. E quando il giudice del re chiede: «Chi ha ucciso il Governatore?», tutti rispondono: «Fuente Ovejuna, Signore». Tutti e nessuno! Anche oggi questa domanda emerge con forza: Chi è il responsabile del sangue di questi fratelli e sorelle? Nessuno! Tutti noi rispondiamo così: non sono io, io non c'entro, saranno altri, non certo io. Oggi nessuno si sente responsabile di questo.

La cultura del benessere, che ci porta a pensare a noi stessi, ci rende insensibili alle grida degli altri, ci fa vivere in bolle di sapone, che sono belle, ma non sono nulla, sono l'illusione del futile, del provvisorio, che porta all'indifferenza verso gli altri, anzi porta alla globalizzazione dell'indifferenza. Ci siamo abituati alla sofferenza dell'altro, non ci riguarda, non ci interessa, non è affare nostro!

**La Bibbia è considerata "parola di Dio", nel senso che è stata da Dio ispirata agli uomini che, nel corso della storia, hanno redatto i testi da cui è composta.**



Chi di noi ha pianto per questo fatto e per fatti come questo? Per la morte di questi fratelli e sorelle? Chi ha pianto per queste persone che erano sulla barca? Per le giovani mamme che portavano i loro bambini? Per questi uomini che desideravano qualcosa per sostenere le proprie famiglie? Siamo una società che ha dimenticato l'esperienza del piangere, del 'patire con'.

Domandiamo al Signore la grazia di piangere sulla nostra indifferenza, sulla crudeltà che c'è nel mondo, in noi, anche in coloro che nell'anonimato prendono decisioni socio-economiche che aprono la strada a drammi come questo".

### \* Lo conosci? Frère Roger Schultz

Nato il 12 maggio 1915 in una piccola località della Svizzera, Roger Schutz fu profondamente segnato dalla Seconda Guerra Mondiale, che vide come una tragica conseguenza delle discordie tra i cristiani d'Europa.

Nel 1940, trasferitosi in Francia, comprò una casa nella Borgogna, con l'intento di creare

una comunità monastica dedicata alla riconciliazione e di aiutare le persone sofferenti.

Nel piccolo villaggio di Taizé, dove si stabilì, si iniziarono ad accogliere, in semplicità e povertà, dei rifugiati che fuggivano la guerra, tra cui alcuni ebrei. Poco alla volta qualche altro giovane venne ad unirsi ai primi fratelli, cattolici e di diverse origini evangeliche, provenienti da oltre venticinque nazioni.

Dagli anni '50, diversi fratelli andarono a vivere in luoghi svantaggiati del mondo, in Asia, Africa e America Latina per essere testimoni di pace, per stare accanto a coloro che soffrono.

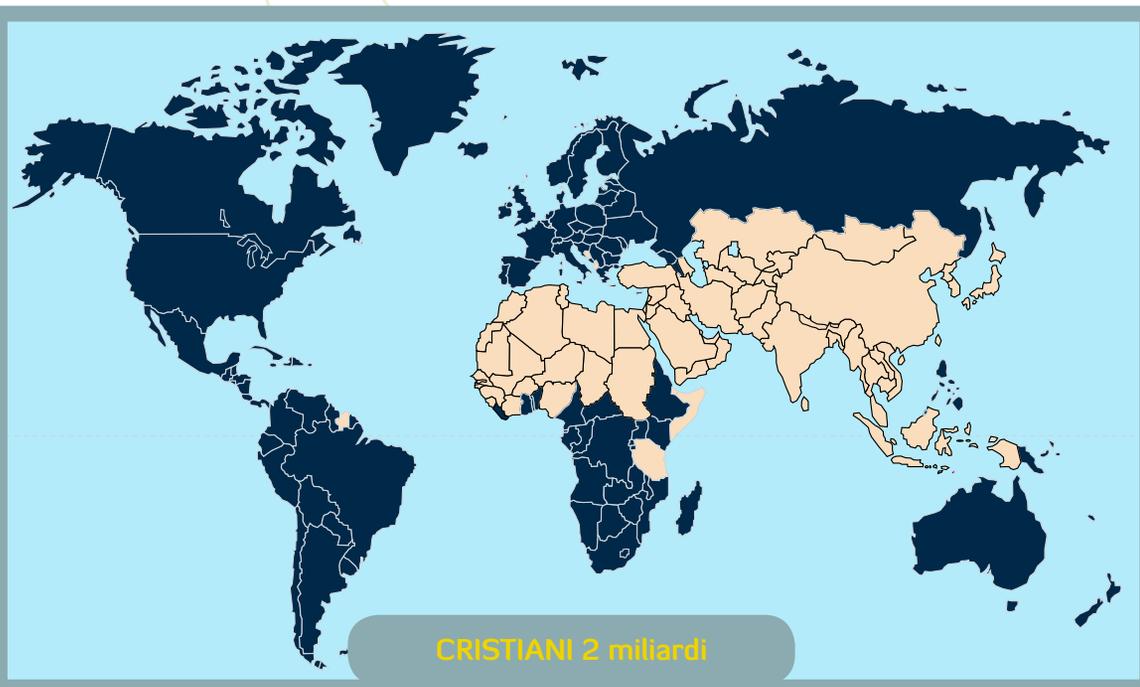
Con la sua stessa esistenza, la comunità è un segno concreto di riconciliazione tra cristiani divisi e tra popoli separati. Ogni settimana, giovani dai vari continenti arrivano sulla collina di Taizé.

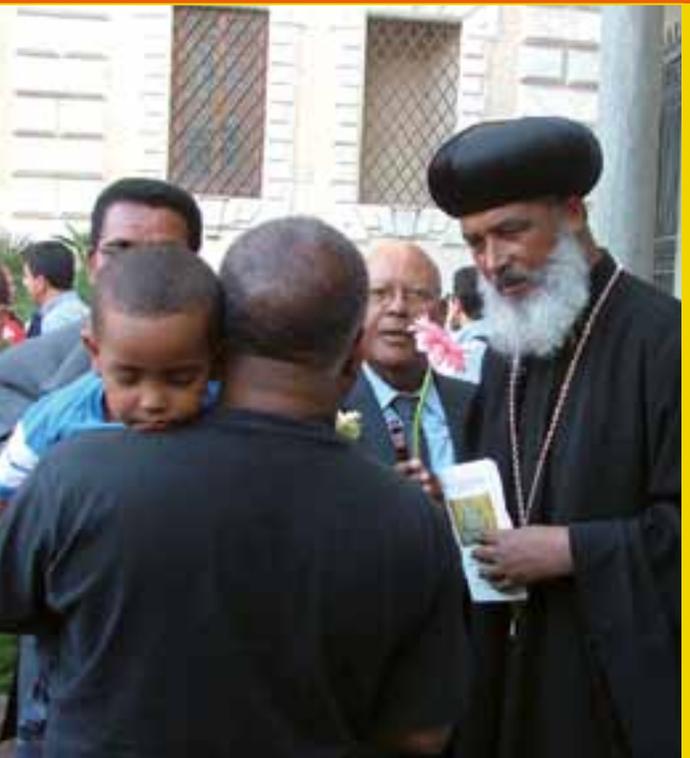
Sono alla ricerca di un senso per la loro vita, in comunione con molti altri di loro. Certe settimane d'estate, più di 5.000 giovani da 75 Paesi possono ritrovarsi uniti in questa comune avventura.

Per approfondire: Jean-Claude Escaffit, Moiz Rasiwala, *Storia di Taizé*, Lindau 2008.



PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DEL CRISTIANESIMO





## Per capirci...

**CHIESA:** chiesa, dal greco ekklesia "assemblea", indica la comunità di tutti i cristiani del mondo (Chiesa universale) o la comunità che si riunisce in una determinata città o paese (Chiesa locale).

**DOGMA:** termine del linguaggio ecclesiastico usato per indicare un principio certo e una verità inconfutabile (dal greco dōgma, "dottrina comunemente accettata", "decreto").

**SACRAMENTO:** gesto simbolico, le cui modalità sono state fissate nei secoli dalla Chiesa, attraverso i quali la grazia divina agisce efficacemente nella vita quotidiana dei fedeli.

**VANGELO:** narrazione che riguarda la vita di Gesù e i suoi insegnamenti (la "buona notizia"). Quattro Vangeli (Vangelo di Matteo, di Marco, di Luca e di Giovanni) fanno parte del Nuovo Testamento, altri invece non sono stati inclusi nel canone e sono detti apocrifi.

Rispetto ai Vangeli canonici, contengono spesso indicazioni relative anche all'infanzia di Gesù, oppure riportano lunghi elenchi di detti a lui attribuiti.

## Per saperne di più...



**GIANCARLO BREGANTINI**

**Non possiamo tacere**

Piemme, 2011

Un uomo del nord, prima sacerdote e poi vescovo nel Sud Italia, racconta in prima persona un'esperienza che è, allo stesso tempo, una testimonianza di fede, una pratica di impegno civico e uno sforzo per educare i giovani alla battaglia per la legalità. "La mafia ha orrore della bellezza. Una delle migliori forme di antimafia è il gusto del bello, del buono e del vero. Il destino non è ineluttabile, il Sud può vincere".



**MICHAEL APTED**

**Amazing Grace**

(Gran Bretagna/Stati Uniti, 2007)

William Wilberforce, giovane deputato nel parlamento britannico, sta per lasciare questo ruolo a seguito di una forte conversione per dedicarsi alla fede come pastore anglicano, ma poi scopre che può dedicarsi alla sua vocazione religiosa anche nell'arena politica. Fu il primo politico ad interessarsi dell'abolizione della schiavitù dei neri. Una lotta durata più di trent'anni, contro tutto e tutti. Riceverà il sostegno di John Newton, ex negriero pentito, autore del famosissimo inno che dà il titolo al film. Il 26 luglio 1833 venne abolita la schiavitù nelle colonie britanniche e dopo tre giorni William si spense.

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it). Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".





Io sono  
ebreo.

Ti racconto  
di me...

**ESSERE EBREA PER ME SIGNIFICA DIMOSTRARE CHE UN ALTRO MODO DI VIVERE È POSSIBILE; È POSSIBILE AVERE RISPETTO PER UNA TRADIZIONE PLURISECOLARE, SENZA CHE QUESTA DIVENGA SOFFOCANTE O IMPEDISCA A UN GIOVANE EBREO DI FARE LE STESSA ESPERIENZE RISPETTO AI PROPRI COETANEI.**

IL FATTO DI ESSERE GIOVANI MA ANCHE RISPETTOSI DI UNA TRADIZIONE ANTICA AGGIUNGE UNA SFUMATURA DI COMPLESSITÀ ALLA REALTÀ CHE MI TROVO AD AFFRONTARE QUOTIDIANAMENTE. È UNA REALTÀ DI COMPROMESSI, CHE NON SIGNIFICANO PER FORZA RINUNCE, BENSÌ IMPARARE A PORSI IN UNA LINEA MEDIANA CHE PERMETTE DI ESSERE PIÙ COSE CONTEMPORANEAMENTE.

**NOEMI, 21 ANNI**

### **✿ Noi, ebrei in Italia**

La presenza ebraica in Italia risale almeno al 166 a.C. Noi ebrei facevamo parte di quella moltitudine di genti, di religioni, di lingue, di provenienze geografiche, che componevano la realtà cosmopolita dell'Impero romano, pur conservando gelosamente i propri costumi e le proprie tradizioni. Oggi in Italia esistono ufficialmente 21 comunità ebraiche, prevalentemente al centro e al nord, le cui dimensioni variano in modo anche molto con-

siderevole da una località all'altra. Le comunità di Roma, con i suoi 15mila iscritti, e di Milano, con altri 10mila, raccolgono da sole il 70% degli ebrei italiani. In totale noi ebrei italiani siamo circa 35-38mila.

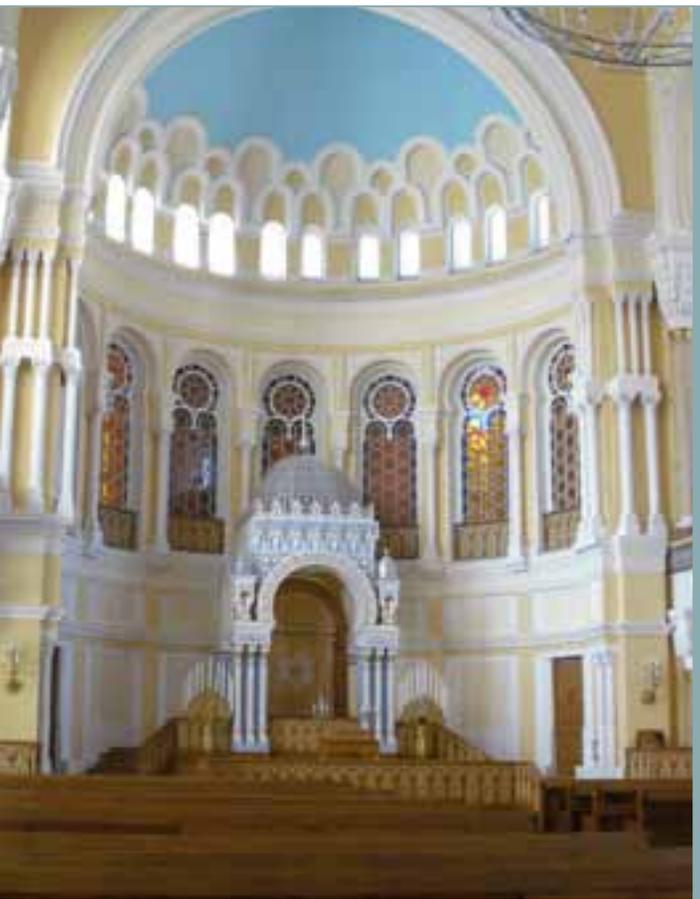
La cifra va aumentata di circa il 20% se consideriamo i non iscritti alle comunità locali.

### **✿ I nostri inizi**

Secondo la Bibbia, **Abramo** fu il primo dei patriarchi, cioè il "padre" del nostro popolo. La sua storia, come quella degli altri patriarchi, è raccontata nel libro della Genesi. Originario della Mesopotamia, un giorno sentì la voce di Dio che lo invitava a lasciare il suo Paese per andare a ovest, nella terra di Canaan.

**Isacco**, figlio di Abramo e di sua moglie Sara, e suo figlio **Giacobbe** ebbero, secondo la promes-





sa fatta da Dio ad Abramo, una numerosa discendenza, che diede origine alle dodici tribù di Israele. Il figlio primogenito di Abramo, **Ismaele**, nato dalla schiava Agar, divenne invece il capostipite degli Ismaeliti, gli Arabi, che riconoscono in Abramo il loro antenato.

**Mosè**, nato in Egitto da una donna ebrea, ma allevato alla corte del faraone, è un personaggio centrale nella storia del nostro popolo: si mise a capo della sua gente, che viveva in schiavitù in Egitto, e la guidò per quaranta anni nel deserto, per tornare nella Terra Promessa ad Abramo, la Palestina. Durante il viaggio, sul monte Sinai, Mosé ricevette da Dio le Tavole della Legge (Toràh).

Molti sono i protagonisti della storia di Israele, così come è raccontata nella Bibbia: accanto alle fi-

gure politiche svolgono un ruolo particolare i **profeti**, uomini carismatici che parlavano ai re e al popolo "in nome di Dio". I loro discorsi, raccolti spesso a molti anni di distanza dalla loro predicazione, alternano severe invettive a brani molto poetici, che annunciano la salvezza per tutto il popolo di Israele.

## ✿ E la storia continua così

Fin dall'antichità, numerose comunità ebraiche erano diffuse in tutto il mondo, soprattutto lungo le vie dei commerci. Le principali erano a Roma, Costantinopoli, Babilonia, Alessandria d'Egitto. Dopo la distruzione del Tempio di Gerusalemme da parte dell'imperatore Tito (70 d.C.) solo una piccola minoranza di ebrei rimase in Palestina.

Gli ebrei, pur essendo spesso vittime di pregiudizi e persecuzioni, si integrarono con la cultura del luogo dove vivevano, dando luogo a tradizioni molto diverse all'interno dell'ebraismo.

Le principali sono la tradizione **sefardita** (da Sefaràd: "Spagna"), tipica degli ebrei che, cacciati dalla Spagna nel 1492, si sparsero nei Paesi, prevalentemente musulmani, del Mediterraneo (Marocco, Tunisia, Turchia...) e quella **ashkenazita** (da Ashkenàz, Europa dell'Est).

La maggior parte degli ebrei ashkenaziti, che diedero un profondo contributo alla storia della cultura europea, però durante la Seconda Guerra Mondiale: la memoria del loro sterminio organizzato dai nazisti (l'**Olocausto**, in ebraico *shoàh*) è un dovere per ogni ebreo.

## ✿ Le nostre scritture

I principali libri della nostra letteratura religiosa antica sono raccolti nella **Bibbia**, che si divide in tre sezioni: la Legge (*Toràh*), i Profeti (*Nevi'im*) e gli Scritti (*Ketuvim*).

La Toràh è composta da 5 libri (Genesi, Esodo, Levitico, Numeri e Deuteronomio) e per questo è chiamata anche Pentateuco.

Il libro della Genesi contiene la storia della creazione del mondo e la vita dei patriarchi. Il libro dell'Esodo narra il soggiorno degli ebrei in Egitto e la loro uscita da questa terra al seguito di Mosé.

Nel Levitico si parla soprattutto del culto, affidato ai sacerdoti appartenenti alla tribù di Levi.

Nel libro dei Numeri si raccontano vari importanti episodi avvenuti durante la permanenza nel deserto. Nel Deuteronomio, infine, si raccolgono alcuni discorsi di Mosè al popolo, tra cui i primi due brani dello Shemàh ("Ascolta, Israele, il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno").

Accanto alla Legge scritta nel Pentateuco, riteniamo essenziale la "Torà orale", ovvero quegli insegnamenti che sono stati trasmessi a voce e fissati solo tra il II e il V secolo d. C. nel **Talmùd** ("insegnamento"), una raccolta di discussioni avvenute tra i sapienti (hakhamim) e i maestri (rabbi) sui significati e le applicazioni dei passi della Legge.

### ✿ In cosa crediamo

La nostra dottrina ha un valore soprattutto pragmatico: più che un sistema teologico di credenze è uno **stile di vita** e il suo contenuto essenziale è compiere la volontà divina. Questa volontà si esprime nella Toràh, scritta (il Pentateuco) e orale (il Talmùd), e nei precetti (mizvòt) che essa prescrive. All'uomo è stato dato il compito di completare e di perfezionare il mondo, lasciato da Dio volontariamente incompiuto, osservando le leggi di giustizia, di amore, di santità. In questo modo l'uomo non è solo servo di Dio, ma suo collaboratore.

La Torah è l'essenza del **patto** (berit) che Dio ha stretto con il popolo di Israele. Il patto, rinnovato di

generazione in generazione, è simbolicamente rappresentato dalla circoncisione: "Voi circonciderete la vostra carne e questo sarà il segno del patto tra Me e voi" (Genesi 17, 11). Questo segno esterno e indelebile è però soprattutto simbolo di una circoncisione più profonda che ogni ebreo deve imprimere nel suo cuore.

Per noi, un altro concetto fondamentale è quello della futura venuta del **Messia**. "Messia" è colui che verrà scelto dal Signore per redimere Israele e introdurre una

**Fin dall'antichità, numerose comunità ebraiche erano diffuse in tutto il mondo. Gli ebrei, pur essendo spesso vittime di pregiudizi e persecuzioni, si integrarono con la cultura del luogo dove vivevano.**



## UNA PREGHIERA

*Signore del mondo, che regnò già prima  
che qualunque creatura fosse plasmata,  
nel momento in cui tutto fu fatto  
conforme al Suo desiderio  
allora cominciò a essere chiamato re.*

*E dopo che tutto avrà cessato di esistere  
regnerà ancora da solo, maestoso:  
Egli era, Egli è,  
ed Egli sarà nella gloria.*

INNO LITURGICO DEL MATTINO



nuova era di pace, di felicità, di bontà fra gli uomini di tutta la terra. Col suo avvento cesseranno le sofferenze, le distruzioni, le guerre. “Credo con fede assoluta nella venuta del Messia”, recita una preghiera tradizionale, “e anche se tarderà, io comunque lo aspetterò”.

## ✿ Come viviamo

La consapevolezza della presenza divina deve ispirare e guidare ogni nostro atto. In ogni momento della vita, se sono osservante, mi devo domandare: “Come devo comportarmi per conformare la mia azione alla volontà divina?”.

Il nostro principale valore di riferimento è la **giustizia**, attributo principale di Dio e legge fondamentale su cui si basano i rapporti fra uomo e uomo e con il mondo stesso. “È ebreo chiunque non resti indifferente allo spettacolo delle ingiustizie commesse contro il prossimo”, diceva Abraham Joshua Heschel, un filosofo e rabbino del secolo scorso.

È dunque dovere di ognuno di noi vivere e agire secondo giustizia. Ma che significa essere “giusto”? Significa considerare con benevolenza i propri simili, abbandonare ogni astio, ogni parzialità; agire con giustizia verso i bisogni altrui, sentendosi responsabili delle necessità del prossimo. È atto di giustizia, infine, rispettare sempre i diritti degli altri: non solo non recare danno a chi è vicino, ma aiutare e difendere colui che venga ingiustamente sopraffatto, anche se è uno straniero. Il rispetto di uno stile di vita ebraico implica anche l'osservanza di **norme alimentari**. Per *kasherùth* si intende l'insieme delle norme che insegnano quali sono i cibi permessi (*kashèr*) e il modo di prepararli.

Queste norme, oltre a vietare il consumo di alcuni cibi (carne di maiale, frutti di mare...), prevedono tra l'altro le modalità di macellazione della carne, che per essere consumata deve essere del tutto priva di sangue.

## ✿ Feste, luoghi e simboli

La **sinagoga** costituisce il centro spirituale della nostra comunità e il luogo privilegiato della pre-



ghiera. L'architettura delle sinagoghe è generalmente piuttosto semplice. Gli elementi essenziali sono l'"armadio sacro" (arón ha-kòdesh), che custodisce i rotoli della Legge e una lampada sempre accesa, il ner tamid, simbolo della luce eterna della Toràh. Generalmente sono previsti spazi separati per uomini e donne.

Ma il vero centro della vita religiosa ebraica è la nostra **casa**, considerata un "piccolo tempio". Molte importanti celebrazioni religiose, come ad esempio la cena di Pesah, si svolgono intorno alla tavola dove la famiglia si riunisce per il pasto.

Lo **Shabbàt**, il sabato, è la festività principale del nostro calendario. Come tutti gli altri giorni esso inizia al tramonto del giorno precedente. Durante questo giorno, interamente dedicato a Dio, è previsto il riposo assoluto: dobbiamo sospendere ogni lavoro, anche cucinare, scrivere, viaggiare. La nostra tradizione ha immaginato il sabato come una sposa, che arriva il venerdì sera e deve essere accolta con tutti gli onori, in un clima di festa che coinvolge tutta la famiglia.

Le nostre festività si distinguono in due gruppi: le tre feste "di pellegrinaggio" (**Pesah**, **Shavu'òt** e **Sukkòt**) e due feste più austere e di penitenza, il Capodanno (**Rosh Hashanà**) e lo **Yom Kippùr**, il giorno dell'espiazione. Le prime commemorano momenti importanti dell'epoca biblica (l'uscita dall'Egitto, il dono della Legge sul Sinai e il cammino nel deserto verso la Terra Promessa) e coincidono con i momenti più significativi della vita dei campi (la primavera, la mietitura, la fine del raccolto). Le seconde sono momenti dedicati alla preghiera e alla penitenza, occasioni per pentirci delle nostre colpe e riconciliarci con gli altri e con Dio.

La nostra tradizione conosce molti simboli, legati alla religiosità quotidiana, alle feste e alla sto-



ria del nostro popolo. Ad esempio, usiamo attaccare allo stipite destro di case, stanze e negozi la **mezuzàh**, un piccolo rotolo di pergamena chiuso in un astuccio, come segno della sua osservanza.

La **menoràh**, il candelabro a sette bracci, rappresenta il candelabro che si trovava nel tempio di Gerusalemme ed è fin dall'antichità uno dei simboli principali della nostra religione.

### ✿ Hanno detto...

In un'intervista rilasciata al mensile *La Civiltà Cattolica*, il rabbino Abraham Skorka, rettore del seminario latinoamericano di Buenos Aires, ha commentato così il valore della preghiera per la pace: «L'atto di pregare deve necessariamente avviarsi con uno sguardo critico introspettivo, volto ad analizzare le azioni compiute e i conseguenti errori. Senza l'umiltà di una simile autocritica, e senza la decisione di cambiare ciò che va male o di migliorare ciò che, pur essendo buono, richiede correzioni, l'atto del pregare non ha senso. Preghiere e rituali se non si trasformano in azioni non hanno alcun senso».



## ✿ La conosci? Manuela Dviri

È nata a Padova nel 1949 da famiglia di religione ebraica. Nel 1968 si è trasferita in Israele. Insegnante, si è specializzata sui metodi di apprendimento per i portatori di handicap mentali. In Italia è particolarmente nota per l'attività giornalistica (collabora con il Corriere della Sera), in Israele è più conosciuta per la sua tenace battaglia contro la guerra. La iniziò nel febbraio 1998, dopo la morte del figlio minore, Yoni, impegnato come militare

nel Libano meridionale. Da allora, Manuela si batte per il ritiro delle truppe israeliane dal Libano e per il dialogo tra palestinesi e israeliani.

La ricerca del dialogo tra arabi e israeliani è il contenuto costante dei suoi scritti (libri, racconti, arti-

coli) e su questi argomenti è intervenuta frequentemente in programmi televisivi, sia in Israele che all'estero.

Ha ottenuto diversi riconoscimenti (quali il Premio Viareggio, nel 2004, insieme alla scrittrice palestinese Suad Amiry).

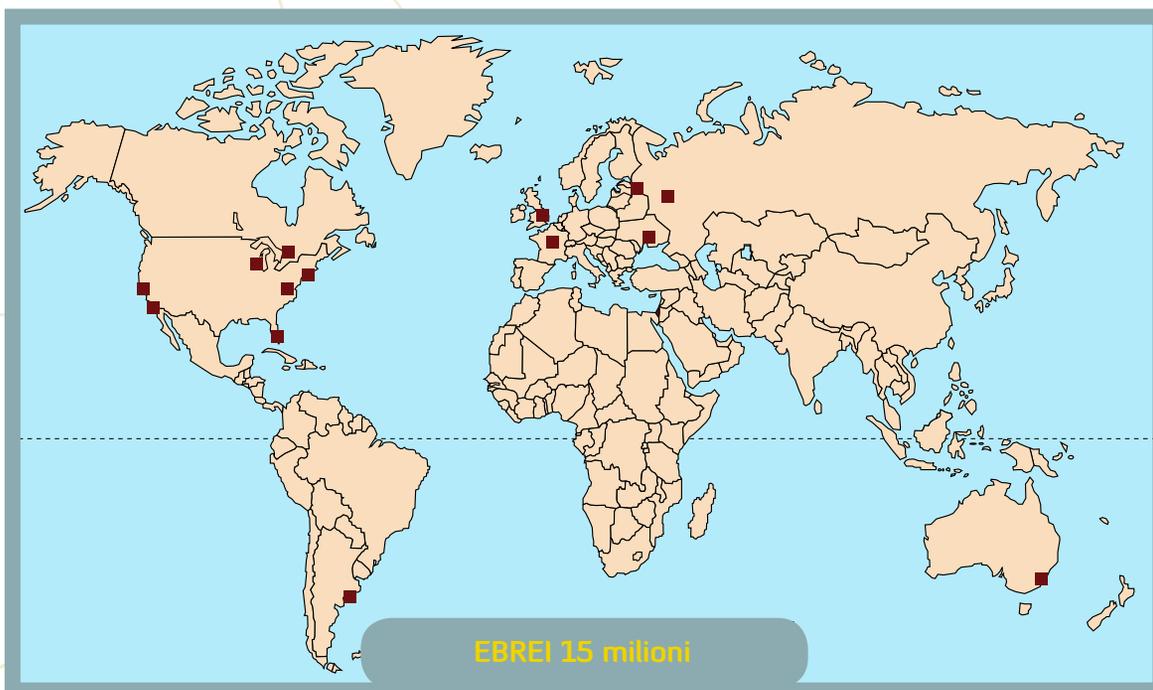
Ai progetti artistici e di impegno civile, ha affiancato un'intensa attività umanitaria. In particolare, è coinvolta nel progetto "Saving Children" che si propone, attraverso un accordo tra medici e ospedali palestinesi e israeliani, di aiutare alcuni bambini palestinesi con gravi problemi di salute sottoponendoli a cure adeguate presso i migliori centri sanitari di Israele.

L'iniziativa, avviata nel 2003, viene portata avanti con il contributo di alcune Regioni italiane, con i rispettivi ospedali pediatrici. L'obiettivo, oltre a quello più immediato di garantire le cure necessarie a chi ne ha bisogno, è contribuire a mutare la percezione reciproca di palestinesi e israeliani.

Per approfondire  
E. Dviri, *Vita nella terra di latte e miele*,  
Ponte alle Grazie, 2004.

**Lo Shabbàt è la festività principale del nostro calendario. Durante questo giorno, interamente dedicato a Dio, è previsto il riposo assoluto in un clima di festa che coinvolge tutta la famiglia.**

PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DELL'EBRAISMO



## Per capirci...

**BERAKHÀ:** "benedizione". La berakhà accompagna e sottolinea molte azioni della vita quotidiana. Esistono benedizioni specifiche per i diversi cibi che mangiamo e per le azioni che compiamo.

**KABBALÀH:** "tradizione ricevuta". Il termine indica la tradizione mistica ebraica di origine medievale, che ha inizio nel secolo XIII nella Francia meridionale e in Spagna.

**KASHÈR/KÖSHER:** "adeguato". Il termine si riferisce a tutto ciò che corrisponde alle norme di vita ebraica come stabilite dalla tradizione. In particolare si riferisce alla preparazione degli alimenti e delle bevande.

**MIZVAH, PL. MIZVÒT:** "precetto, norma comandata". Sono i 613 precetti che noi ebrei siamo tenuti a osservare.

**SHEMÀH:** "Ascolta". È la più famosa preghiera ebraica che comincia con le parole "Ascolta Israele, il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno solo" e viene recitata al mattino, alla sera e prima di coricarsi.

**TORÀH:** "insegnamento, Legge". Si designa specificamente con questo nome il Pentateuco, i primi cinque libri della Bibbia. La tradizione ha chiamato questi libri la toràh scritta, per distinguerla da quella orale che comprende le tradizioni e i commenti applicativi dei Maestri. Con il tempo anche la toràh orale è stata posta per iscritto, nel Talmùd.



## Per saperne di più...



**JOANN SFAR**  
*Il gatto del rabbino - Il Bar-Mitzvah*  
Kappa edizioni, 2002

Il gatto del rabbino trascorre la maggior parte del suo tempo con il suo padrone e con la figlia, Zlabya. Un giorno, dopo aver mangiato il rumoroso pappagallo, il gatto inizia a parlare e a fare insolite richieste. Vuole diventare un buon ebreo, imparare la cabala e ricevere il Bar-Mitzvah. Inizia a studiare e a discutere per ore su Dio, sulla Torah e sul giudaismo. Scopre anche, però, che il mondo degli umani non è poi così perfetto...



**RADU MIHAILEANU**  
*Vai e vivrai*  
(Francia/Israele, 2005)

Nel 1984, nel corso di un'operazione umanitaria, moltissimi ebrei etiopi (i falascia) furono portati in Israele, salvandosi quindi da una vita fatta di stenti e sofferenze nei campi profughi sudanesi. Una mamma cristiana riesce a far passare per ebreo il suo bambino, che verrà adottato da una famiglia israeliana e chiamato Shlomo. Il film ripercorre la sua crescita, il suo complesso rapporto con la nuova identità, la xenofobia della società e l'amore incondizionato della sua madre adottiva, che gli darà la forza di costruire una strada solida e aperta verso il futuro.

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it). Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".





Io sono  
induista.  
Ti racconto  
di me...

INCONTRI



lo sono

induista.

Ti racconto

di me...

**PER ME ESSERE INDUISTA SIGNIFICA AVER TROVATO IL LINGUAGGIO DEL CUORE, DELL'AMORE, DELLA DEVOZIONE, UN MERAVIGLIOSO CAMMINO CHE AVVICINA A DIO.** LA RICCHEZZA DEI SIMBOLI INDÙ, LE IMMAGINI DELLE DIVINITÀ E I SUONI SACRI SONO STRUMENTI CHE MI RENDONO PIÙ SENSIBILE A PERCEPIRE LA COSCIENZA IN TUTTE LE COSE ANIMATE E INANIMATE. TUTTE LE RELIGIONI PORTANO A DIO, MA NELL'INDUISMO HO TROVATO IL MIO LINGUAGGIO SPIRITUALE E HO DATO UN SENSO ALLA MIA VITA.

**ILA DEVI, 28 ANNI**

### **✿ Noi, induisti in Italia**

Noi induisti presenti in Italia siamo circa 120mila. Per la maggior parte siamo immigrati, ma gli italiani sono almeno 15mila. Ci sono in Italia 45 centri induisti di rilievo nazionale, i cui movimenti più numerosi sono quelli che fanno capo a Sathya Sai Baba (circa 4mila seguaci) e alla meno nota maestra Amma (circa 2mila).

L'Unione Induista Italiana è nata nel 1996, nel 2000 ha ottenuto il riconoscimento come confessione religiosa da parte del Presidente della Repubblica e nel 2007 ha firmato l'intesa con la Repubblica Italiana, ai sensi dell'art. 8 della Costituzione. Oggi fanno riferimento all'Unione circa 25 centri e il Gitanda Ashram (in provincia di Savona) ne è in un certo senso il quartier generale.

Anche nel Lazio, specialmente nelle aree periferiche delle città, si trovano piccoli centri induisti: alcuni sono frequentati soprattutto da immigrati

indiani e bengalesi, altri (come il tempio Kalimandir a Roma) sono stati fondati da fedeli italiani che hanno abbracciato la religione induista.

### **✿ I nostri inizi**

Il termine "hinduism" è stato coniato dagli inglesi nel 1820 per definire un fenomeno religioso variegato e complesso, che si è sviluppato nell'arco di quattro millenni come un mosaico di dottrine e pertanto **non conosce un fondatore**.

Un maestro contemporaneo (lo Jagadguru Sri Chandrasekharendra Sarasvati) ha scritto: «Se chiedete ad un giovane indiano quale religione professi egli, se ha ricevuto anche una minima educazione di tipo inglese, risponderà immediatamente che appartiene alla religione indù. D'altra parte, se chiediamo ai nostri contadini come si chiama la nostra religione, essi non saprebbero darle

un nome unico. Per i nostri avi, anche di pochi secoli fa, il nome induismo sarebbe stato un termine strano e senza significato, e ciò perché la nostra è una religione senza nome. La vera grandezza della nostra fede consiste nel fatto di non avere un nome».

### ✿ E la storia continua così

L'induismo conobbe un periodo di particolare fioritura in India durante l'impero Gupta, dal 200 al 500 d.C. Fu un periodo di pace, di straordinaria ricchezza artistica e di importanti scoperte scientifiche.

L'induismo è stato sempre caratterizzato da una notevole capacità di espandersi in aree di cultura

diversa, anche fuori dai confini dell'India. Già in età antica si diffuse verso il Sudest asiatico: l'influenza della cultura indù è stata profonda soprattutto in Indocina e in Indonesia e, sebbene sia stato in seguito soppiantato dal buddhismo e dall'islam, ha lasciato tracce fino ad oggi.

A partire dal 1800 l'induismo ha conosciuto una significativa diffusione in Europa e in America, attraverso l'opera di maestri di diversissima impostazione. Un movimento di forte impatto è quello degli **Hare Krishna**, sebbene proponga una disciplina religiosa molto rigorosa e un impegno durissimo e totalizzante.

**L'induismo è un fenomeno religioso variegato e complesso, che si è sviluppato nell'arco di quattro millenni come un mosaico di dottrine e pertanto non conosce un fondatore.**

### ✿ Le nostre scritture

La nostra religione si basa sul **Veda** ("sapere"), una raccolta di testi tramandati oralmente fino a tempi recenti da maestro a discepolo, di padre in figlio nelle famiglie dei brahmani. La composizione del Veda non può essere ricondotta a un unico periodo: la parte più antica risale al 1500 a.C., mentre la più recente è datata intorno al 600 a.C. È composta da quattro raccolte (*samhita*):

1 ✿ La "scienza degli inni" (*Rgveda*), la raccolta più antica, comprende 1028 inni distribuiti in dieci mandala (cerchi o sfere).

2 ✿ La "scienza dei canti sacri" (*Samaveda*): in essa, le singole strofe del Rgveda vengono ordinate per servire al canto liturgico. Tali canti erano intonati dal sacerdote o dagli assistenti durante i sacrifici.

3 ✿ La "scienza delle formule sacrificali" (*Yajurveda*), una sorta di manuale con le istruzioni necessarie per il sacrificio, che raccoglie preghiere, invocazioni, lodi, formule magiche, sillabe sacre.

4 ✿ La "scienza delle formule magiche" (*Atharvaveda*), che contiene incantesimi, benedizioni, maledizioni, inni per varie cerimonie e alcune speculazioni teologiche e cosmogoniche.



Ciascuno di questi gruppi di testi è ordinato in quattro livelli: raccolte di base, testi brahmanici, "libri silvestri" (così chiamati perché, a causa della loro grande potenza sacra, si consigliava di recitarli fuori dall'abitato, nei boschi) e *Upanisad* ("sessioni"), di contenuto più metafisico e filosofico. Questi livelli sono considerati cronologicamente successivi: con le *Upanisad* si conclude la rivelazione vedica, cioè quell'insieme di testi che, non attribuibili a opera umana, sono stati "visti" dai veggenti (*rishi*) e poi trasmessi da maestro a discepolo per mezzo dell'**ascolto** (*shruti*, a volte tradotto con "rivelazione"). Oltre ai testi della *shruti*, esistono altre opere importanti per la nostra cultura: ad esempio il **Mahabharata**, un'epopea di oltre 100.000 strofe, all'interno del quale è contenuto il **Bhagavad Gita**, o "Canto del Beato"; varie raccolte di testi giuridici e di norme, o anche testi specialistici che si collegano al Veda approfondendone alcuni aspetti (*Vedānga*). Tutte queste opere fanno parte della "tradizione rammentata" (*smṛiti*).

### In cosa crediamo

L'induismo non è omogeneo, ma ha una sua indiscutibile unità: ogni "uomo saggio" può predicare liberamente il suo pensiero, purché in sintonia con il sanatana dharma, la "legge eterna del mondo". Esistono dunque molteplici scuole filosofico-religiose, autonome l'una dall'altra.

Tutti i grandi maestri (*guru*) sono considerati capiscuola con la stessa dignità religiosa, per cui nessuno può vantare alcun primato o egemonia sugli altri. Per questo è piuttosto difficile definire in modo univoco i contenuti di una fede che convive serenamente con una pluralità di interpretazioni, che a volte appaiono persino contraddittorie.

Noi induisti veneriamo un essere supremo che fa esistere ogni cosa, da cui ogni cosa nasce e al quale ogni cosa ritorna, un ciclo eterno. Questa entità suprema, chiamata **Brahman** o anche **Isvara**, "signore", può assumere tre forme: può manifestarsi come Brahma, il dio creatore; come Visnù, il dio che conserva e fa durare tutto ciò che è creato; come Shiva, il dio che distrugge e trasforma. Brahma, Visnù e Shiva costituiscono la **Trimurti**:



sono le tre facce di un unico essere supremo. Sebbene il Dio unico sia ovunque, noi uomini possiamo conoscerlo soltanto attraverso le sue manifestazioni: è per questo che lo si venera sotto la forma di numerosissime divinità (33 alle origini, oggi diversi milioni), che sono altrettanti aspetti della stessa Realtà suprema.

Tra questi ricordiamo: Durga o Kali, la sposa di Shiva, che è quasi la personificazione della forza di Shiva che distrugge (ma, distruggendo, libera le anime dalle loro prigioni materiali e permette che esse si ricongiungano al tutto originario, in cui consiste la beatitudine); Krishna, incarnazione di Visnù, giovane pastore e poi guerriero invincibile, dio dell'amore e della lotta; Indra, dio dell'energia, della tempesta che con la folgore uccide i demoni della siccità; Vayu, dio del vento; Agni, dio del fuoco; Varuna, dio dell'acqua, il protettore dei sovrani, il signore delle grandi leggi della natura.

Ogni divinità può manifestarsi in più forme. Secondo la concezione dell'*avatara*, un termine che letteralmente significa "discesa", la divinità sceglie di calarsi in un corpo umano o animale, di incarnarsi nel tempo per restaurare l'equilibrio cosmico e rivelare la sua natura in modo accessibile all'uomo.



Io sono  
induista.  
Ti racconto  
di me...

Gli *avatara* possono essere animali, personaggi del mito, oppure persone (ad esempio il Buddha è considerato un *avatara* del dio Visnù).

Noi induisti crediamo che l'anima dell'uomo, dopo la morte, sia destinata a seguire il ciclo continuo del divenire (*samsara*) e a reincarnarsi in un altro corpo. Questo meccanismo non è casuale, ma regolato dal **karma**, la legge di retribuzione degli atti compiuti: se l'uomo ha compiuto azioni buone, la sua anima dovrà trasmigrare poche altre volte prima di liberarsi definitivamente, cioè prima di ricongiungersi all'anima universale. Se invece l'uomo ha compiuto azioni cattive, dovrà incarnarsi molte volte ancora, la sua anima dovrà penare e purificarsi prima di arrivare alla liberazione.

### ✿ Come viviamo

Il *dharma* costituisce il quadro di riferimento a cui deve riferirsi tutta l'esistenza dell'uomo. Esiste un *dharma* universale, cioè quel sistema di valori che tutti noi induisti siamo tenuti a condividere (l'autocontrollo, la purezza, la fedeltà alla parola data, la **nonviolenza**, intesa come rispetto per la vita in ogni sua forma, non soltanto per quella umana). Vi sono poi i *dharma* particolari, legati alla condizione specifica dell'individuo, all'epoca in cui è nato, alla condizione sociale a cui appartiene.

La società indù è organizzata in *varna* (generalmente tradotto con "**caste**", una parola di origine portoghese), cioè gruppi sociali con una funzione specifica: sacerdoti, guerrieri, contadini e servi. Il concetto di *varna* implica qualcosa di più di una semplice divisione in classi: esso è inseparabile dal concetto di *jati*, "nascita", e per noi induisti la nascita non è frutto del caso, ma è regolata dal *karma*.

Le ineguaglianze tra gli uomini non dipendono dunque dalla divinità, ma dalle azioni che abbiamo compiuto nella nostra precedente esistenza. I **paria**, cioè gli intoccabili, occupano il gradino più basso della scala sociale: sono considerati "impuri" e svolgono le professioni che sono considerate tali, come quelle che hanno a che fare con la nascita (dottori, ostetriche), con la morte (macellaio, giustiziere, crematore), o che vengono a contatto con la sporcizia (netturbino, lavandaia). I paria spesso

**Sebbene il Dio unico sia ovunque, noi uomini possiamo conoscerlo soltanto attraverso le sue manifestazioni: è per questo che lo si venera sotto la forma di numerosissime "divinità".**

vivono al di fuori del villaggio e non possono utilizzare strade pubbliche o bere acqua da fontane pubbliche o fare acquisti in un negozio frequentato da membri di caste alte, non possono leggere o studiare i Veda e non possono accedere a numerosi templi. Gandhi fece abolire l'intoccabilità con un articolo della Costituzione: tuttavolta il sistema di valori tradizionale è ancora profondamente radicato, specialmente nelle campagne dell'India.

La nostra tradizione presenta una straordinaria varietà di vie di perfezionamento spirituale, molte delle quali mettono al centro i valori più semplici e immediati della vita quotidiana. In particolare, si possono individuare quattro percorsi che ci permettono di raggiungere la liberazione spirituale. C'è la via dell'azione (*karmamarga*), con l'osservanza dei doveri e la realizzazione del proprio *karma*; la via della conoscenza (*jnanamarga*), riservata alle menti elette che tendono a realizzarsi nella perfetta comprensione dell'Assoluto; la via della devozione (*bhaktimarga*), l'avvicinamento a Dio attraverso l'amore e la devozione mistica. Vi è infine la via degli esercizi fisici e spirituali, cioè la via dello **yoga** (letteralmente "dominio, padronanza di sé"). Lo *yoga*, molto diffuso anche in Occidente, anche se spesso ridotto a pratica di palestra, è in realtà un complesso insieme di tecniche di controllo del corpo e del pensiero, sempre accompagnate da

una profonda disciplina morale, che ne costituisce il presupposto imprescindibile.

## ✿ Feste, luoghi e simboli

Per noi induisti andare al **tempio** non è obbligatorio: quando ci andiamo, è per vedere la rappresentazione del divino, fare un'offerta secondo i riti, ottenere una benedizione, meditare ripetendo una formula sacra (*mantra*). Per lo più ci rechiamo al tempio al tramonto, all'ora del culto della sera (*puja*). Il sacerdote, agitando una campana nella mano sinistra, offre alla divinità i cinque elementi: l'acqua, la terra sotto forma di un fiore, il fuoco nella forma di una lampada a olio, l'aria simboleggiata da un ventaglio e il quinto elemento della nostra tradizione, "ciò che avvolge tutto", nella forma di un pezzo di tessuto.

Vi sono moltissime festività e ogni famiglia ha le sue celebrazioni in relazione alle divinità adorate. Molte feste sono associate alle stagioni, ai periodi della semina e del raccolto e hanno un valore propiziatorio.

**Pongal** è una festa tradizionale la cui importanza varia a seconda degli Stati, ma che è particolarmente sentita in Tamil Nadu, nel sud dell'India, terra di raccolti abbondanti. La festa dura quattro giorni e viene celebrata nel periodo del raccolto, nel mese di gennaio, in segno di ringraziamento al sole per l'abbondanza delle messi. Durante la festa viene cucinato un riso dolce in pentole d'argilla su un grande fuoco. È l'unica festività solare, che quindi cade ogni anno nello stesso giorno: è celebrata nel nord India come festa del sole (è il momento dell'anno in cui il sole inizia il suo percorso verso nord segnando la fine dell'inverno).

**Maha Sivaratri**, la notte dedicata all'adorazione del dio Shiva. In questa notte si fa digiuno, si canta, si raccontano le leggende del dio. Cade tra il tredicesimo e il quattordicesimo giorno della luna nera di phalguna (febbraio-marzo), giorno in cui secondo la tradizione Shiva danzò la danza cosmica (*tandava*).

**Janmastami** è la festività della nascita di Krishna, e migliaia di pellegrini per festeggiare la sua venuta, in quanto incarnazione di Visnù sulla terra,



## UNA PREGHIERA

*La Gayatri*

*Signore di tutte le galassie,  
tu che sostieni l'universo  
da cui tutto nasce,  
e attraverso cui tutto ritorna,  
svelami il volto del vero sole spirituale  
ora nascosto da un disco di luce dorata  
affinché io possa conoscere la verità  
e svolgere correttamente il mio compito  
mentre faticosamente cammino,  
giorno dopo giorno,  
verso i tuoi sacri piedi.*

La gayatri è un antichissimo mantra, una formula il cui potere è racchiuso nella vibrazione del suono nella lingua originale e che pertanto non dovrebbe essere tradotta.

Il testo, così come è stato tramandato dai testi indiani, suona così: OM... OM... OM... BHUR BHUVAH SVAH TAT SAVITUR VARENYAM BHARGO DEVASYA DHIMAHI DHYO YO NAHPRACHODAYAT OM... OM... OM...

si recano nei luoghi più sacri a Krishna. Nelle case si cucinano dolci e sulla soglia si disegna con farina di riso e acqua un piccolo piede che rappresenta quello di Krishna bambino.

**Dipavali**, la festa di Divali, festa delle luci, si celebra negli ultimi due giorni della luna nera del mese di *kartik* (ottobre-novembre) e dura tre giorni. Rappresenta la divina unione di Laksmi con Visnù. In questo periodo ogni luce, ogni lumino, ogni lampada viene accesa in onore della venuta di Laksmi sulla terra, come per rischiararle il cammino e rendere ogni casa, ogni villaggio, ogni capanna sparsa nella foresta, accoglienti e pronti per la visita della Devi, la dea madre, portatrice di abbondanza e prosperità.

La nostra religione è ricchissima di immagini e simboli. Il **linga** è una pietra conica o ovoidale, che spesso ha la forma di un simbolo fallico. Di solito viene posta su una piattaforma che rappresenta

il corrispondente femminile (*yoni*) e rappresenta la forma aniconica di un Dio che non può essere raffigurato adeguatamente da alcuna immagine. Evoca l'unione dei due principi da cui scaturisce la vita, la creazione primordiale. È il simbolo più diffuso, scolpito, dipinto o graffito su templi, abitazioni, attrezzi e indumenti.

Il **flore di loto**, che nasce dalle acque fangose degli stagni e si apre verso la luce, può rappresentare la creazione, ma anche essere simbolo di ricerca spirituale, oppure la rappresentazione dello spazio più intimo e recondito del cuore dell'uomo, in cui dimora la spirito supremo (*atman*).

### ✿ Hanno detto...

Mohandas Karamchand **Gandhi**, politico indiano e guida spirituale per il suo Paese, riteneva che separare religione e politica fosse una "follia": "Per riuscire a vedere faccia a faccia lo Spirito della verità, universale e onnipresente, bisogna riuscire ad amare la più modesta creatura quanto noi stessi. E un uomo che nutre questa aspirazione non può esimersi dal partecipare a nessun aspetto della vita, ecco perché la mia adorazione per la Verità mi ha portato ad interessarmi anche di politica; posso affermare senza la minima esitazione, sebbene con molta umiltà, che coloro che sostengono che la religione non c'entra con la politica, ignorano cosa sia la politica."

Ciò non implica assolutamente il dominio di una fede religiosa sulle altre: secondo la sua visione, le diverse confessioni religiose dovrebbero convivere in una società non sotto il cappello del mero multiculturalismo, bensì costituendo una "solidarietà delle differenze", in uno spirito di collaborazione verso obiettivi comuni.

**La nostra tradizione presenta una straordinaria varietà di vie di perfezionamento spirituale, molte delle quali mettono al centro i valori più semplici e immediati della vita quotidiana.**





## 🌿 La conosci? Vandana Shiva

Nata nel 1952 a Dehra Dun, nell'India del nord, da una famiglia progressista, ha studiato nelle università inglesi e americane laureandosi in fisica. Tornata a casa dopo aver terminato gli studi, rimase traumatizzata rivedendo l'Himalaya: aveva lasciato una montagna verde e ricca d'acqua con gente felice, poi era arrivato il cosiddetto "aiuto" della Banca Mondiale con il progetto della costruzione di una grande diga e quella parte dell'Himalaya era diventata un groviglio di strade e di slum, di miseria, di polvere e smog, con gente impoverita non

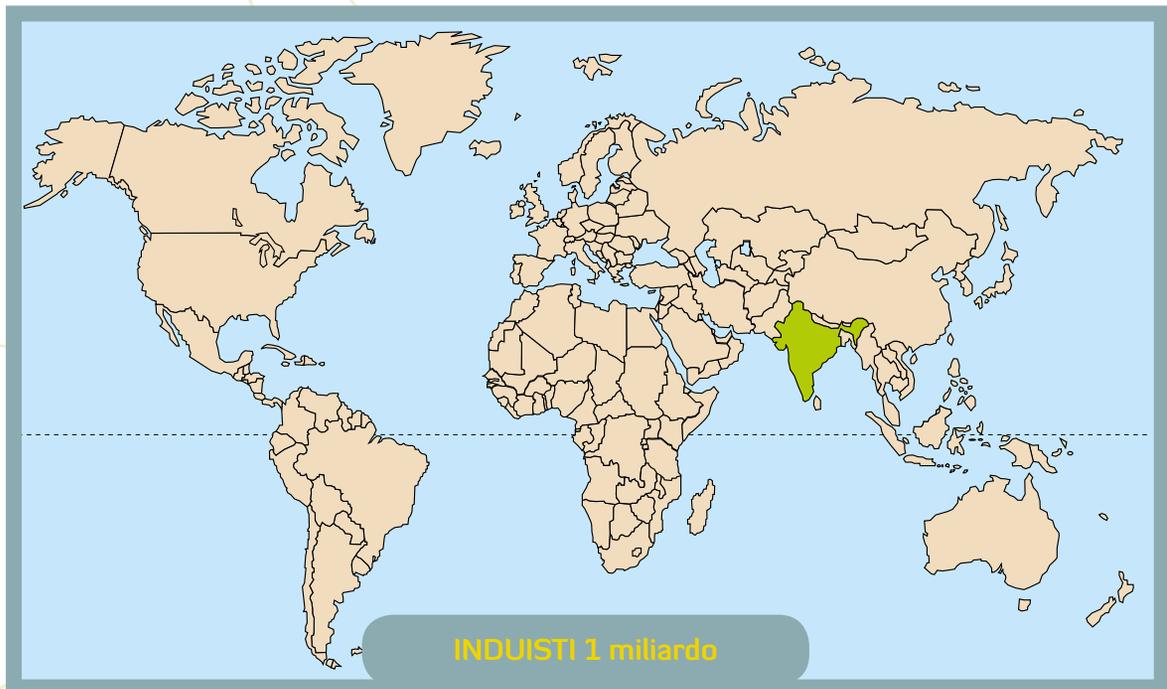
solo materialmente. Decise così di abbandonare la fisica nucleare e di dedicarsi all'ecologia.

Nel 1982 ha fondato nella sua città natale il Centro per la Scienza, Tecnologia e Politica delle Risorse Naturali, un istituto indipendente di ricerca che affronta i più significativi problemi dell'ecologia sociale dei nostri tempi, in stretta collaborazione con le comunità locali e i movimenti sociali. Oggi è considerata la teorica più nota dell'ecologia sociale. Negli ultimi anni il suo impegno si è esteso nella lotta per la difesa della proprietà intellettuale e contro la pirateria genetica. Nel 1991 ha fondato Navdanya (nove semi) per la salvaguardia della biodiversità. Il numero 9 è anche un numero sacro. I contadini conservano i loro semi per non essere costretti a comprarli dalle multinazionali.

Nel 1993 ha ricevuto il Right Livelihood Award, il premio conferito a persone e gruppi, in particolare del Sud del mondo, che si impegnano per una società migliore e un'economia più giusta.

Per approfondire  
V. Shiva, *India spezzata*, Il Saggiatore, 2008.

PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DELL'INDUISMO





## Per capirci...

**ASHRAM:** luogo di ritiro e meditazione dove, sotto la direzione di un maestro o guru, i discepoli si riuniscono per vivere una disciplina spirituale.

**BHAKTI:** "devozione, amore verso Dio". La bhakti è un attaccamento sentimentale nei confronti del Signore, a cui sono dedicate tutte le capacità emotive. Attraverso il sentimento religioso si instaura un legame tra il devoto e Dio, che lo fa approdare alla percezione dell'Essere supremo.

**GURDWARA:** "porta del Guru". È il luogo di culto del Sikhismo, tempio e luogo di riunione allo stesso tempo. Il più importante Gurdwara sul territorio italiano è quello di Novellara (Reggio Emilia): inaugurato nel 2000 è il secondo per dimensioni in Europa.

**KARMA:** il termine ha molti significati diversi. Si può tradurre come "azione, attività", ma anche "sacrificio, azione rituale", o ancora "principio di causalità". In particolare, viene usata per indicare quella legge di causa-effetto che fa raccogliere in una vita successiva i frutti delle azioni e dei pensieri di una vita precedente. Questa legge meccanica può però essere trascesa tramite pratiche spirituali, fino al raggiungimento della Liberazione.

**MANTRA:** "strumento della mente". Si tratta di formule, la cui efficacia non è tanto ricollegabile al significato delle parole, ma al potere dei suoni che le compongono. Secondo la tradizione indiana, "tutti i mantra sono composti da sillabe e tutte queste sillabe sono l'anima stessa del Signore".

**OM:** la Sillaba Sacra, presente in quasi tutti i mantra, è simbolo dell'Assoluto, dell'Infinito e di tutte le concezioni che l'uomo può farsene. Il simbolo sanscrito che la rappresenta è particolarmente sacro in tutta l'India.

## Per saperne di più...



**SANJAY PATEL**

*Ramayana - Il divino inganno*

L'Ippocampo, 2012

Ravana era un giovane asceta che meditò per anni al fine di chiedere agli dèi di esaudire il suo più grande desiderio: diventare la creatura più potente dell'universo. Il dio creatore, Brahma, lo esaudisce e Ravana si trasforma in un orribile demone. Per fermarlo Vishnu, dio dell'ordine cosmico, si incarna in un principe, Rama, che diventerà protagonista di numerose avventure per liberare la sua amata, Sita, imprigionata dal demone nell'isola di Sri Lanka. Mitologia, amore, guerra e destino si intrecciano e prendono forma in più di cento fantasiose illustrazioni.



**MIRA NAIR**

*Il destino nel nome*

(USA/India, 2006)

Gogol è figlio di Ashima e Ashoke, due giovani bengalesi che subito dopo il matrimonio (combinato) si sono trasferiti a New York. Da adolescente Gogol cerca di ribellarsi alla cultura della sua famiglia e al nome singolare impostogli da suo padre, volendo vivere da occidentale come un americano qualunque. A differenza dei suoi genitori, non vede la necessità di sforzarsi di conciliare valori e tradizioni che non sente del tutto sue con una quotidianità del tutto diversa. Si iscrive all'università Yale, frequenta una ragazza statunitense. Solo col tempo e con la maturità riuscirà a scoprire, nel rapporto rinnovato con il padre, il profondo significato del nome che porta: "ogni giorno è un dono".

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it).

Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".





Io sono  
musulmano.  
Ti racconto  
di me...

INCONTRI ●

● ● ● ● ●



**ESSERE MUSULMANO? SIGNIFICA ESSERE LA PERSONA PIÙ FELICE DEL MONDO! QUESTA CONDIZIONE HA UN SIGNIFICATO IMPONENTE, CHE NON SI PUÒ SPIEGARE IN POCHE RIGHE...**

IL MUSULMANO È COLUI CHE, SEGUENDO IL MODELLO DEL PROFETA MUHAMMAD E DEL CORANO, HA LA POSSIBILITÀ DI ESSERE UNA PERSONA PIÙ GIUSTA ED EQUILIBRATA.

IO MI SENTO VERAMENTE ORGOGLIOSA DI APPARTENERE A QUESTA RELIGIONE!

**SUSANNA, 16 ANNI**

### **✿ Noi, musulmani in Italia**

L'Islam è la seconda religione del nostro Paese dopo quella cattolica. Si calcola che noi musulmani residenti in Italia siamo circa 1 milione e 350mila, molti dei quali stranieri, ma anche italiani convertiti. La presenza musulmana si fa sempre più significativa ed è destinata a crescere. Il 32,2 per cento dei bambini e ragazzi stranieri che frequentano le scuole italiane sono di religione musulmana.

La presenza islamica in Italia è frammentata e variegata. La principale organizzazione di noi musulmani in Italia è l'UCOII (Unione delle Comunità e delle Organizzazioni Islamiche in Italia). Un ruolo di rappresentanza e coordinamento è svolto anche dal Centro Islamico Culturale di Italia, che ha sede presso la Grande Moschea di Roma e dalla Coreis (Comunità religiosa islamica), che raccoglie soprattutto italiani convertiti. Ma molta im-

portanza hanno anche le comunità medie e piccole sparse sul territorio, non soltanto nelle grandi città: oltre a occuparsi dei servizi religiosi, aiutano noi musulmani stranieri a integrarci nella società italiana.

### **✿ I nostri inizi**

Muhammad, nato a La Mecca nel 570 e morto a Medina nel 632, è il fondatore dell'Islam. Dopo una crisi mistica ricevette nel 610 la rivelazione, in seguito fissata per iscritto nel Corano, il nostro libro sacro. A causa dei contrasti derivati dalla sua predicazione, nel 622 emigrò a Yathrib, la futura Medina: l'egira, la "fuga", segnò l'anno di inizio dell'era musulmana. A Yathrib il movimento islamico divenne comunità politico-religiosa e la rivelazione coranica prese carattere di legislazione. Seguirono violenti scontri armati, che culminarono nella conqui-



sta della città natale del profeta, nel 630. Muhammad continuò a risiedere a Medina dove morì. La sua tomba è uno dei luoghi santi che ciascuno di noi musulmani deve visitare almeno una volta nella vita.

### ✿ E la storia continua così

Muhammad, abile capo politico oltre che profeta ispirato, riuscì a creare una sorta di impero religioso, i cui confini si allargarono rapidamente. La sua morte non arrestò l'onda di espansione della nostra religione, che in poco più di un secolo arrivò a comprendere tutto il Vicino Oriente e il Nord Africa, ma aprì una crisi di successione che si tradusse in una sorta di scisma religioso: un gruppo di musulmani si radunò intorno ad 'Ali, cugino e genero di

Muhammad, ritenendo che la successione spettasse a lui solo, in virtù della sua parentela con il Profeta. Dopo l'uccisione di 'Ali (661), i suoi sostenitori diedero vita a un "partito" (*shiah*), che ben presto assunse una connotazione marcatamente religiosa. Gli **sciiti**, seguaci della *shiah*, si distinguono dalla maggioranza dei musulmani, che si definiscono **sunniti**, su alcuni punti fondamentali che riguardano, soprattutto, il ruolo della gerarchia religiosa, al vertice della quale vi è l'*imam*, cioè la guida della comunità, e nella quale hanno un ruolo rilevante gli *ayatollah* (letteralmente: "segni di Dio"). Attualmente però secondo gli sciiti non vi è alcun imam visibile, perché la catena delle legittime successioni si è interrotta con la morte dei discendenti di 'Ali nella battaglia di Kerbala, in Iraq (680). Gli sciiti attendono dunque che l'imam legittimo ritorni a guidare il suo popolo e a fondare un regno di giustizia.

Circa il 90% dei musulmani del mondo è sunnita. Gli sciiti sono diffusi soprattutto in Iran, Iraq, dove rappresentano la maggioranza della popolazione, e in misura minore in altri Paesi del mondo (Libano, Siria, Pakistan, Afghanistan).

### ✿ Le nostre scritture

Il Corano (*al Qur'an*, "da recitare, da leggere") contiene la rivelazione fatta da Allah a Muhammad e fissata in forma scritta. Le rivelazioni concesse a Muhammad tramite l'arcangelo Gabriele, negli anni compresi tra il 610 e il 632, costituiscono, secondo noi, la versione parziale di un'originale Scrittura celeste, dalla quale noi crediamo che abbiano tratto origine sia la Torah di Mosè, sia il Vangelo di Gesù, sia il Corano, che è per noi l'ultima rivelazione comunicata agli uomini. Il Corano è composto da 114 sure ("parti"), formate da circa 6236 *ayat* ("versi").

Contiene ammonimenti circa la fine dei tempi, descrizioni del Giudizio Finale, espressioni di lode nei confronti di Allah, racconti su Abramo, Mosè, Gesù, esortazioni, direttive giuridiche e difese dell'opera-

**Circa il 90% dei musulmani del mondo è sunnita. Gli sciiti sono diffusi soprattutto in Iran e Iraq, dove rappresentano la maggioranza della popolazione, e in misura minore in altri Paesi del mondo.**



to di Muhammad. Il Corano può essere toccato o ascoltato solamente da coloro che si sono purificati ritualmente. Le parole della rivelazione, che in un primo momento venivano scritte su foglie di palma, ossa e lavagnette di pietra bianca, oppure trasmesse oralmente, sono state raccolte intorno al 650 per iniziativa del primo successore del nostro profeta, il califfo Abu Bakr.

### ✿ In cosa crediamo

La nostra è una religione monoteista, centrata sull'unicità di Dio, **Allah**. Egli è l'unico Dio onnipotente, clemente e misericordioso, creatore di tutte le cose. La sua natura è assolutamente trascendente: per questo è proibito rappresentarlo con immagini.

La nostra professione di fede è espressa nella sura 21 del Corano, con le parole di Allah: "Non c'è altro Dio fuori di Me, perciò adorare Me soltanto". A questo si aggiunge un altro concetto fondamentale: "Muhammad è l'inviato di Allah, l'ultimo e il più grande dei profeti".

Secondo la nostra tradizione, per aiutare gli uomini Allah ha mandato nel corso della storia 124mila **profeti**, ma non tutti erano della stessa importanza. I "messaggeri superiori e apostoli" sono 313 e 28 di essi vengono nominati nel Corano: il primo è **Adamo**, seguito poi da **Abramo**, l'amico di Dio, e infine da **Mosè** e **Gesù**, a cui è attribuito il titolo di *al-masih*, il messia. L'ultimo è **Muhammad**, chiamato "il sigillo dei profeti". Con lui si conclude la rivelazione.

Nel Corano si afferma che gli esseri umani saranno resuscitati dalla morte l'ultimo giorno, giudicati da Dio in base alla loro condotta in terra, e quindi destinati per l'eternità al Paradiso (concepito come un giardino) o all'Inferno (concepito come fuoco). Il motivo principale della punizione eterna sembra essere l'avarizia nell'uso delle ricchezze e l'indifferenza verso i poveri.

Il Corano tuttavia tace su vari aspetti della nostra vita religiosa e sociale. Dall'VIII secolo i giuristi avvertirono l'esigenza di fondarsi anche su altri testi che trattassero della vita e delle parole di Muhammad, da cui ricavare le regolamentazioni giuri-



diche: tali testi sono gli *hadith* ("tradizioni"). Sei *hadith* hanno un'autorità canonica e costituiscono la *sunnah* ("consuetudine").

## ✿ Come viviamo

Tutti noi musulmani crediamo in alcuni concetti base imprescindibili, ma al contempo ciascuno di noi li mette in pratica secondo la tradizione e le condizioni dell'area in cui vive.

La pratica religiosa impone a ogni musulmano alcuni doveri essenziali per il rapporto fra Dio e l'uomo. Questi precetti fondamentali, codificati dall'Islam sunnita e detti i "cinque pilastri dell'Islam" (*arkan*), sono:

1 \* la **professione di fede**, riassunta nella formula coranica "Non vi è altro Dio all'infuori di Allah e Muhammad è l'inviato di Dio";

2 \* la **preghiera** (*salat*), recitata cinque volte al giorno (all'alba, a mezzogiorno, al pomeriggio, al tramonto, alla sera). Nella preghiera, che il venerdì viene fatta in comune nella moschea, chi prega si rivolge verso la Mecca. Prima di iniziarla, ci laviamo le mani e le braccia fino al gomito, ci sciacquiamo la bocca, ci bagnamo la testa e ci laviamo i piedi. La preghiera obbligatoria consiste in una serie di formule coraniche, accompagnate da particolari movimenti e posizioni del corpo. Questo tipo di

preghiera va distinto dalla preghiera spontanea (*du'ah*), che chiunque di noi può fare liberamente, nella sua lingua, in ogni momento della giornata;

3 \* l'**elemosina rituale** (*zakah*), rappresenta, in un certo senso, il debito verso Dio che noi musulmani dobbiamo saldare per ciò che Egli ci ha dato: in questo modo si rende puro e legale tutto quello che si possiede. La *zakah* non solo purifica la proprietà del contribuente, ma purifica anche il nostro cuore dall'egoismo e dall'amore per la ricchezza. Allo stesso tempo il precetto della *zakah* è un invito esplicito rivolto a tutti noi musulmani a farci carico delle necessità dei membri più bisognosi della comunità;

4 \* il **digiuno** consiste nell'astensione da cibi, bevande e ogni altro piacere dall'alba al tramonto per tutto il mese di Ramadan. Nella prova del digiuno il significato spirituale è più importante di quello materiale: noi uomini, in virtù dell'obbedienza a un ordine divino, impariamo a tenere sotto controllo i nostri desideri fisici e a superare la limitatezza della nostra natura;

5 \* il **pellegrinaggio** alla Mecca (*hajj*), nei luoghi legati alla memoria del patriarca Abramo, deve essere compiuto almeno una volta nella vita. Nel corso del *hajj* la pace è il tema dominante: pace con Dio e con la propria anima, pace con gli altri uomini e con gli animali, pace con gli uccelli e persino con gli insetti. Durante tutte le fasi del pellegrinaggio, che per noi rappresenta una profonda esperienza spirituale, disturbare la pace di una qualunque creatura, in qualunque modo e in qualunque forma, è severamente proibito.

Un buon musulmano è tenuto a rispettare alcune **norme alimentari**. I divieti fondamentali sono due: il consumo di carne di maiale e, più in generale, di carne non macellata secondo le nostre regole rituali e quello di bevande alcoliche.

Ma attenzione: a volte non è facile come può sembrare! Qui in Europa molti alimenti (biscotti, caramelle, yogurt e persino succhi di frutta) contengono grassi animali... Per fortuna anche in Italia iniziano ad essere diffusi prodotti *halal*, che rispettano i requisiti previsti dalla nostra legge religiosa.

**La nostra è una religione monoteista, centrata sull'unicità di Dio, Allah. Egli è l'unico Dio onnipotente, clemente e misericordioso, creatore di tutte le cose.**

L'Islam è caratterizzato da un profondo senso della **comunità** (*umma*), a cui apparteniamo tutti noi credenti che professiamo la fede e viviamo secondo la legge (*sharia*). La fede individuale non è sufficiente: per essere buoni musulmani dobbiamo sempre essere coscienti di essere parte di una dimensione collettiva e universale.

### **✿ Feste, luoghi e simboli**

Il luogo di culto in cui la nostra comunità si riunisce per la preghiera comune è la **moschea**. La struttura originaria delle prime moschee è la riproduzione, in scala più vasta, della casa araba con cortile, come quella abitata da Muhammad a Medina. La casa di Muhammad era luogo di preghiera, di riunioni politiche e insegnamento religioso e servì da ricovero per i fedeli poveri e da ospedale per quelli malati.

Alle moschee sono spesso annesse strutture destinate a opere di carità, come mense per i poveri, ospedali, ospizi. Il *minareto* è la torre, alta e slanciata, delle moschee, dal quale il muezzin ci chiama alla preghiera.

All'interno della sala della preghiera si trova il *mihrab*, la nicchia che indica la direzione della Mecca. Di fronte alla nicchia si trova spesso una stanza leggermente rialzata e chiusa da una griglia di ferro, dalla quale le donne possono assistere alla funzione. I pavimenti delle moschee sono quasi interamente coperti di tappeti; noi entriamo nella mo-



schea scalzi. L'arte decorativa è prevalentemente di tipo astratto (arabeschi).

Il giorno della settimana che consideriamo sacro è il **venerdì**, quando ha luogo la funzione comunitaria della gium'a ("raduno generale"): a mezzogiorno di questa giornata dobbiamo interrompere il nostro lavoro.

La "grande festa" per noi musulmani (*Aid al Kabir*) ricorda il miracolo compiuto da Dio quando sostituì un montone al figlio che Abramo stava per offrirgli in sacrificio. La festa, che segna anche la conclusione del periodo dedicato al pellegrinaggio a La Mecca, prevede il sacrificio di un montone, un pezzo del quale viene regalato ai poveri.

**Ramadan** è il nome del nono mese del nostro calendario. L'inizio e la fine del mese sono stabiliti secondo l'apparire della mezza luna nuova. È il mese destinato a celebrare il ricordo della rivelazione del Corano, durante il quale ognuno di noi musulmani, se è sano e maggiorenne, deve astenersi, dall'alba al tramonto, da determinate azioni: assumere qualsiasi tipo di cibo e bevanda, fumare, avere rapporti sessuali. È anche un tempo di preghiera e di istruzione religiosa. Un'atmosfera di festa regna dappertutto dopo il tramonto del sole: pranzi in famiglia, visite di amici, veglia fino a tardi. Il pasto serale d'interruzione del digiuno è una specie di rito fraterno da vivere insieme a familiari, parenti e amici. La notte tra il 26 e il 27 è la ricorrenza di quella "notte sacra" in cui il Corano fu fatto discendere sulla terra. La fine del Ramadan viene suggellata dalla **festa della fine del digiuno**, che dura tre giorni.

La principale festività sciita è l'**Ashura**, che commemora l'uccisione dei discendenti di 'Ali e in particolare di suo figlio Hussein. Molti fedeli in questa occasione usano recarsi in pellegrinaggio a Kerbala, teatro della battaglia, digiunando di giorno e vegliando di notte. Il culmine delle celebrazioni avviene nei giorni nono e decimo del mese di Muharram, con processioni e sacre rappresentazioni che ricordano gli avvenimenti che hanno portato al martirio di Hussein. L'Ashura è anche il momento per ricordarsi dei poveri e per condividere cibo e vino con chi è meno fortunato. Molti offrono cene aperte a tutti per le strade, oppure cucinano per i vicini e gli amici.

## UNA PREGHIERA

### PREGHIERA DEI 99 NOMI DI ALLAH

*Egli è Dio e non Vi è altro Dio all'infuori di Lui. Il Misericordioso, il Compassionevole, il Re, il Santo, la Pace, il Fedele, il Custode, il Potente, il Molto Forte, il Fiero, il Creatore, il Rinnovatore, Colui che modella, Colui che perdona, il Dominatore, il Munifico, Colui che provvede, Colui che apre, il Sapiente, Colui che contrae, Colui che espande, Colui che abbassa, Colui che innalza, Colui che dà la potenza, Colui che umilia, Colui che tutto ascolta,*

*Colui che tutto osserva, il Giudice, il Giusto, l'Amabile, il Bene informato, il Paziente, il Sublime, Colui che perdona, il Riconoscente, l'Altissimo, il Grande, il Custode, Colui che vigila, Colui che chiede il conto, il Maestoso, il Generoso, Colui che veglia, Colui che risponde, il Largo (nel dare), il Saggio, l'Amorevole, il Glorioso, Colui che resuscita, il Testimone, il Vero, il Garante, il Forte, l'Irremovibile, l'Amico, Il Degno di lode, Colui che tiene il conto (di tutte le cose), Colui che palesa, Colui al quale tutto ritorna, Colui che dà la vita, Colui che dà la morte, il Vivente, Colui che sussiste da Se stesso e per il Quale tutto sussiste, Colui che trova tutto ciò che vuole, il Glorioso, l'Uno, l'Unico, l'Impenetrabile, il Potente, l'Onnipotente, Colui che fa avanzare, Colui che fa ritardare, il Primo, l'Ultimo, l'Evidente, il Nascosto, l'Alleato, Colui che è cosciente di essere l'Altissimo, il Caritatevole, Colui che accoglie il pentimento, il Vendicatore, Colui che cancella (le conseguenze dei peccati), il Dolcissimo, il Signore Del Regno, Colui che è colmo di Maestà e di Magnificenza, Colui che giudica alla bilancia, Colui che riunisce, il Ricco, Colui che procura l'abbondanza, Colui che impedisce, Colui che nuoce, Colui che procura guadagno, la Luce, Colui che guida, Colui che crea perfettamente (ogni cosa), L'Eterno, Colui che è erede di tutto, Colui che guida sulla retta via, il Paziente.*

*Che la sua maestà sia magnificata e i suoi nomi santificati!*

## ✿ Hanno detto...

In occasione del Festival della spiritualità di Torino, a settembre 2013, i Giovani Musulmani italiani hanno curato tre reading pubblici del Corano, uno per ogni giornata della manifestazione.

Dopo la lettura, tradotta anche in italiano, è seguita una animata discussione sui versetti, in cui il testo sacro è interpretato con sfumature e sensibilità diverse. Il pubblico italiano è rimasto sorpreso da questa varietà di opinioni.

"Questo era proprio il nostro obiettivo", ha spiegato Khaled, 29enne nato in Egitto e da molti anni ormai a Torino, dove studia economia, "mostrare che nel mondo islamico il dibattito è in corso, che il Corano non si legge in maniera univoca e una volta per tutte. La nostra generazione, anzi, ha proprio il dovere di alimentare questo dibattito e renderlo il più dinamico possibile: una religione statica rischia di essere inconciliabile con la realtà che la circonda".

I giovani musulmani si sono mostrati ottimisti sulle prospettive future di integrazione in Italia: "Nessun cambiamento è repentino", ha spiegato Sara, nata in Italia da genitori tunisini, "la fiducia reciproca cresce capendo che, come generazione, siamo tutti nella stessa barca, affrontiamo gli stessi problemi. Insomma, a prescindere dalle differenze, facciamo parte della stessa comunità".

**L'Islam è caratterizzato da un profondo senso della comunità, a cui appartengono tutti i credenti che professano la fede e vivono secondo la legge islamica in tutto il mondo.**



## ✿ La conosci? Shirin Ebadi

Shirin Ebadi è stata la prima donna musulmana a ottenere, nel 2003, il premio Nobel per la Pace. Ha studiato diritto e nel 1975 è stata la prima donna avvocato in Iran. Indomita attivista per i diritti civili e la difesa delle fasce sociali più deboli, madre di due figlie, è stata a lungo docente di diritto presso l'Università di Teheran. Ha fondato un'associazione di difesa dei bambini e si batte per la causa delle donne.

Nel suo discorso di ringraziamento per il ritiro del Nobel, la Ebadi ha ribadito la sua fede nella religione islamica sciita, precisando che la sua concezione di lotta per la libertà e per la democrazia non ha nulla

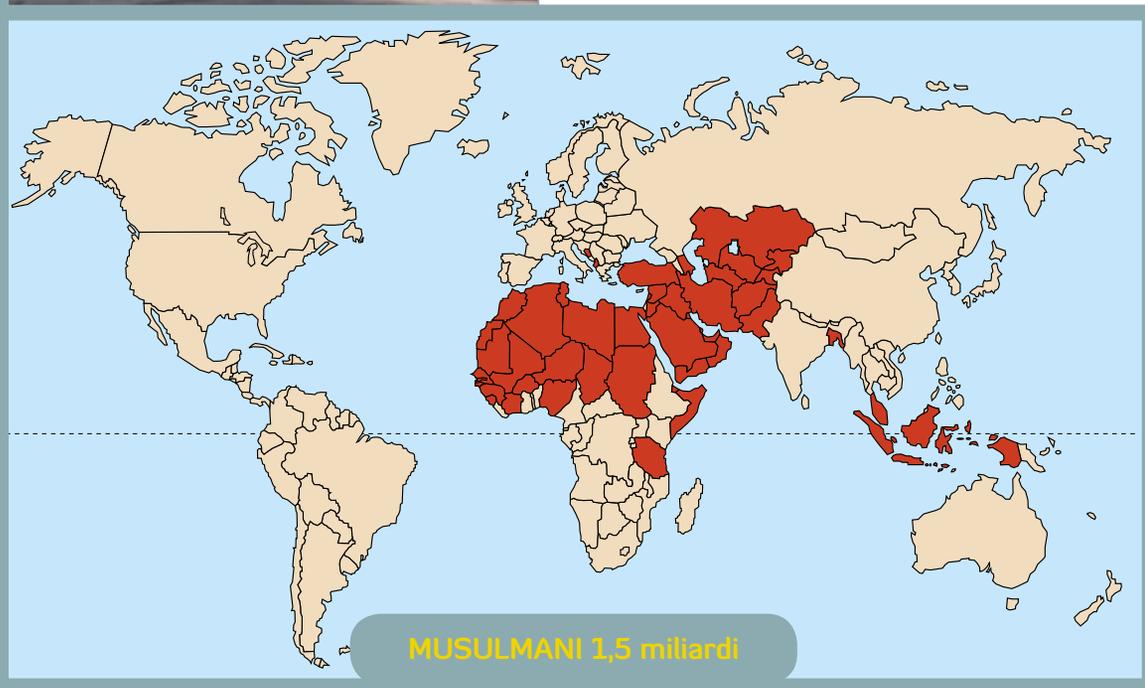
a che vedere con le pressanti e a volte violente interferenze occidentali nei paesi del sud del mondo, che propongono o giustificano l'esportazione coatta di determinati modelli socio-politici e culturali. Ha più volte sostenuto che le violazioni e gli abusi perpetrati in alcuni Paesi del mondo, tra cui il suo Paese natale, non possano essere imputati alla religione: «Non è la religione che si oppone ai diritti dell'uomo, sono le dittature e i gruppi radicali al loro interno». Per sottolineare il lato umanitario e solidaristico della religione islamica, la Ebadi ama citare i versi del poeta sufi Saadi: «I figli di Adamo sono membra dello stesso corpo essendo creati da non-essenza / Quando la calamità del tempo si abbatte su una parte le altre non possono restare impassibili».

Nel novembre 2009 la polizia di Teheran ha fatto irruzione nel suo appartamento picchiando il marito e sequestrando il premio Nobel per la pace. All'epoca dei fatti la Ebadi si trovava già a Londra, dove vive da giugno 2009 in una sorta di esilio volontario.

Per approfondire  
S. Ebadi, *La gabbia d'oro. Tre fratelli nell'incubo della rivoluzione iraniana*, BUR, 2009.



PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DELL'ISLAM





## Per capirci...

**IMAM:** responsabile della preghiera nel rito della comunità e capo della nostra comunità. Per i musulmani sciiti, l'imam deve essere un discendente diretto della famiglia del Profeta.

**JIHAD:** a volte tradotto, in senso molto riduttivo, come "guerra santa", il termine letteralmente significa "sforzo, sacro impegno". Il "jihad maggiore" consiste nell'impegno nel migliorare se stessi, vincendo le proprie passioni. Il cosiddetto "jihad minore" è l'impegno nella difesa dell'Islam contro i suoi nemici.

**SHARIA:** "retta via prescritta" (da Allah), che raccoglie tutti i comandamenti di Dio così come sono enunciati nel Corano e nei detti del Profeta (*ahadith*, sing. *hadith*). I suoi precetti sono relativi a tutte le attività dell'uomo nella società e contengono fondamenti del diritto penale, civile e commerciale.

**SUFISMO:** corrente mistica islamica, risalente ai secoli VII-VIII, e consistente nella ricerca di un cammino spirituale verso Allah.

**SUNNA:** "costume", "codice di comportamento". Atti e detti del Profeta, quali sono stati trasmessi negli *hadith*. Dopo il Corano, la sunna costituisce la seconda fonte della legge islamica.

**UMMA:** l'insieme dei credenti musulmani, senza distinzioni culturali, statali o etniche.

## Per saperne di più...



**RANDA GHAZI**

Oggi forse non ammazzo nessuno.

*Storie minime di una giovane musulmana stranamente non terrorista*

Fabbri Editori, 2007

Jasmine ha 23 anni, vive a Milano, studia, litiga con i genitori. Tutto potrebbe sembrare normale, ma non lo è. Perché è nata da una famiglia egiziana, è musulmana e si sente diversa. Perché è portatrice di due culture, ma se si avvicina all'una perde qualcosa dell'altra. Tesa tra l'integrazione e la difesa dei suoi valori, Jasmine ci racconta, con ironia, le sfide, i pregiudizi e il desiderio di poter condurre una vita ibrida senza sentirsi strana, per poter continuare a stare a cavallo tra due mondi e sentirsi bene.



**KEN LOACH**

*Un bacio appassionato*

(Gran Bretagna, 2005)

Casim, figlio di pakistani ma nato a Glasgow, lavora come DJ in un club. La sua famiglia ha già programmato per lui il matrimonio con una cugina. Ma Casim si innamora di Roisin, l'insegnante irlandese di musica della sorella minore. Da qui nascono i problemi, aggravati dal fatto che Roisin è separata e l'Istituto cattolico in cui insegna pretende da lei una condotta "irrepressibile". Casim, dal canto suo, si trova per la prima volta a scontrarsi violentemente con le aspettative dei suoi genitori, che ama e rispetta. L'amore dei due giovani rischia di essere minato sin dall'inizio, ma i due proveranno a resistere.

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it).

Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".





Io sono  
sikh.  
Ti racconto  
di me...

INCONTRI





**PER ME ESSERE SIKH SIGNIFICA ESSERE DISCEPOLO DI DIO E ACCETTARE IL DESTINO RISERVATO PER ME DAL CREATORE, RINGRAZIANDOLO NEL BENE E PREGANDOLO NEI MOMENTI DI DIFFICOLTÀ.**

PER ME E PER TUTTI I SIKH, IN OGNI ESSERE VIVENTE DEL CREATO RISIEDE UNA PARTE DELLA SUA LUCE INFINITA. VIVERE IN UN MONDO CHE SI ISPIRA A VALORI MOLTO DIVERSI MI SPINGE OGNI GIORNO A RIVEDERE GLI INSEGNAMENTI DEI NOSTRI GURU, RINGRAZIANDOLI PER OGNI SINGOLO RESPIRO DONATAMI ATTRAVERSO LA PREGHIERA E LA MEDITAZIONE GIORNALIERA.

**SINGH INDERPREET, 26 ANNI**

### **☸ Noi, sikh in Italia**

Le nostre comunità sikh provengono soprattutto dal Punjab indiano, vivono in Italia da più di 25 anni e contano circa 70.000 fedeli. Siamo presenti soprattutto al nord, a Mantova, Torino e in provincia di Cremona, a Pessina Cremonese, dove sorge il secondo tempio sikh più grande d'Europa. C'è una forte presenza storica sikh anche nel-



la zona emiliana, in particolare a Novellara, in cui si trova uno dei templi più antichi costruiti in Italia, il gurdwara Singh Sabha.

Diverse sono le comunità nel Lazio, soprattutto nell'Agro Pontino, in provincia di Latina, dove sorgono anche diversi gurdwara, ma anche nella capitale troviamo qualche presenza. Ci sono, inoltre, anche diversi fedeli italiani che si sono convertiti alla religione sikh.

### **☸ I nostri inizi**

La parola sikh deriva dal sanscrito *shishya* e significa "discepolo". La religione sikh è stata fondata da Shri Guru Nanak ji, nato nel 1469 d.C. a Talwandi, un villaggio che si trova nei pressi di Lahore in Pakistan, in un'era nella quale le continue invasioni, guerre, massacri, turbolenze stavano devastando il subcontinente asiatico.

A trentotto anni, durante una profonda meditazione sul fiume Vein, ebbe l'ordine da parte di Dio di aiutare l'intera umanità e metterli sulla via retta. Fondò la base del sikhismo su tre principi: venerare il nome di Dio, lavorare con onestà, condividere con gli altri ciò che si possiede.

Il suo pensiero filosofico iniziò rapidamente a diffondersi in India, ma anche in altri Paesi. Iniziò a viaggiare nel 1496 e rimase in cammino 28 anni, prima di ritirarsi spiritualmente sulle sponde del fiume Ravi, dove visse gli ultimi 15 anni della sua esistenza. Guru Nanak ji e i nove guru che gli sono succeduti hanno fornito ai fedeli sikh un esempio di vita spirituale, pur partecipando attivamente alla vita sociale.

### ✧ E la storia continua così

Tutti e dieci i guru sono stati importanti nella nostra storia e hanno contribuito alla formazione della comunità sikh nel mondo. In particolare il secondo guru, Angad Dev, introdusse il langar, la cucina comunitaria, per fornire cibo ai più poveri e bisognosi. Il suo discepolo e terzo guru, Amar Das, la

istituzionalizzò e la rese aperta a tutti, indipendentemente dalla loro religione o casta. Il quarto guru, Ram Das, diresse personalmente lo sviluppo della costruzione del Tempio d'Oro, l'Harmandir Sahib, intorno al quale è sorta la città santa di Amritsar, alla quale i sikh si recano ancora oggi con grande gioia.

Grazie al nono guru, Tegh Bahadur, il sikhismo iniziò a diffondersi oltre la sua zona di origine, nelle città di Delhi, Mathura, Banaras, Allahabad a Gaya, Patna, Dacca e Dhurbri. Il decimo e ultimo guru, Shri Guru Gobind Singh introdusse nel 1699 la cerimonia del battesimo sikh, l'amrit.

A parte un periodo di indipendenza nella seconda metà del Settecento, la comunità sikh ha conosciuto fasi alterne nei rapporti con il potere politico (l'Impero Britannico prima e l'India indipendente poi). Quando il Punjab fu diviso tra India e Pakistan nel 1947, la maggior parte della popolazione sikh che lì viveva si trasferì nella parte indiana, oppure scelse la strada dell'emigrazione, inizialmente soprattutto verso il Regno Unito e il Canada, ma anche in Africa Orientale, dove la comunità era ben radicata dalla fine dell'Ottocento. Ormai la diaspora sikh è diffusa in tutto il mondo.

### ✧ Le nostre scritture

Le sacre scritture sikh sono raccolte nel Guru Granth Sahib, compilato e curato nel 1604. Questo testo è considerato da noi sikh l'ultimo dei guru, che continuerà a guidarci per sempre. Non contiene solo i pensieri, inni e insegnamenti dei dieci guru Sikh ma anche di altri personaggi di spicco indù e musulmani come Kabir, Namdev, Ravidas, Sheikh Farid, Jaidev e Surdas. Il Guru Granth Sahib sancisce così il principio fondamentale enunciato da guru Nanak: "tutte le fedi devono essere rispettate per la loro nobiltà d'intenti".

Dagli insegnamenti del Guru Granth Sahib deriva il codice di condotta sikh, conosciuto anche come Sikh Rehat Maryada. Sono regole pensate come valide per tutti i sikh del mondo, perché si mantenga un'uniformità di tutta la comunità nella pratica religiosa.

**Quando il Punjab fu diviso tra India e Pakistan nel 1947, la maggior parte della popolazione sikh che lì viveva si trasferì nella parte indiana, oppure scelse la strada dell'emigrazione**





**Noi sikh siamo convinti che, poiché il Creatore è presente in ogni persona, ciascun individuo sia uguale di fronte a Dio, indipendentemente dalla razza, dal colore della pelle, dal sesso, dalla nazionalità.**

### **✿ In cosa crediamo**

La nostra religione è monoteista. Infatti crediamo nell'esistenza di un unico essere supremo, il Creatore, che trascende l'universo, e negli insegnamenti dei dieci guru contenuti nel Guru Granth Sahib. Noi sikh siamo convinti che, poiché il Creatore è presente in ogni persona, ciascun individuo sia uguale di fronte a Dio, indipendentemente dalla razza, dal colore della pelle, dal sesso, dalla nazionalità. Nessuno

quindi può legittimamente rivendicare una posizione più elevata degli altri: per questi motivi noi sikh non crediamo nel sistema delle caste. Inoltre, secondo la religione sikh, ciascun individuo, in accordo con la volontà divina, può migliorare il proprio destino. Ognuno ha quindi una forte responsabilità individuale: quella di condurre una vita ricca di valore e utile all'intera umanità.

Il traguardo della perfezione, secondo Guru Nanak, si raggiunge sviluppando l'amore verso Dio. Ogni credente, attraverso la meditazione e l'impegno quotidiano, lotta per divenire simile a Dio migliorandosi continuamente.

### **✿ Come viviamo**

La nostra religione si traduce nella pratica concreta della vita, nel rendere servizio agli esseri umani e nell'amore fraterno. La salvezza può essere raggiunta da chiunque, conducendo una vita onesta e ordinaria.

Ci basiamo su tre principi fondamentali:

- 1) ricordare il Creatore in ogni momento;
- 2) guadagnare lavorando onestamente;
- 3) condividere il guadagno.

Ogni sikh deve alzarsi prima dell'alba e, dopo aver fatto un bagno, meditare sul nome di Dio. Ogni giorno dobbiamo recitare cinque preghiere: tre al mattino, una alla sera e una di notte, prima di dormire.

Noi sikh seguiamo inoltre particolari norme alimentari che vietano l'uso di carne, alcolici e tabacco. Inoltre ogni sikh porta i cinque simboli distintivi, conosciuti come i cinque K, perché la prima lettera di ogni simbolo incomincia con la lettera "K": *kesh* (cioè i capelli lunghi non tagliati, spesso raccolti in un turbante), *kangha* (un pettine), *kara* (un bracciale di ferro), *kachera* (un particolare tipo di biancheria) e *kirpan* (un pugnale, che per noi è simbolo di giustizia).

La donna rappresenta una figura fondamentale nella comunità sikh, fortemente rispettata per il suo ruolo nella famiglia e nella società. Essa può partecipare, praticare e officiare servizi religiosi. Questi ultimi quasi sempre vengono introdotti dal canto di inni, accompagnati da strumenti musicali e, in occasioni speciali, anche da letture di poesie e composizioni che ricordano la storia dei sikh.

Il *langar*, la cucina comunitaria che si trova nei nostri templi, è aperta a tutti e sedersi per terra è segno di uguaglianza. Solitamente prima si divide un dolce sacro, fatto di semolino dolce, chiamato *karah prashad*, che viene benedetto alla fine della

funzione, poi viene servito un pasto, solitamente a base di cereali e verdure.

## ✿ Feste, luoghi e simboli

Noi sikh festeggiamo i giorni in cui i dieci guru sono nati, i momenti in cui sono stati riconosciuti come maestri e gli anniversari della loro morte. Ricordiamo, inoltre, i giorni del martirio dei sikh che sono morti in difesa della religione o degli oppressi.

Celebriamo il giorno in cui il nostro testo sacro è stato eletto a nostra guida spirituale, dive-

nendo esso stesso guru dei sikh. Un'altra festività è quella che ricorda la nascita della khalsa, la comunità dei sikh, che cade normalmente il 13 aprile di ogni anno.

Una cerimonia molto importante per un sikh è il battesimo, *amrit*, che è un dovere per ciascuno di noi. Da quel momento ci facciamo carico dei principi della fede e ci impegniamo a rispettare il codice di comportamento. Non esiste età minima o massima per essere battezzati: ogni uomo o donna, di qualsiasi nazionalità, ha il diritto di ricevere il battesimo e di unirsi alla comunità sikh.

Un altro momento importante per l'individuo e per la comunità è il matrimonio: essere sposati e condurre una vita familiare è considerato un ideale di vita per tutti.

L'obiettivo delle nostre cerimonie religiose è ricordare a ognuno di noi la relazione con Dio: sono degli strumenti per favorire l'unione dell'anima con il Creatore.

Il luogo di culto sikh si chiama *gurdwara*: nella stanza principale, che viene utilizzata per la preghiera e i servizi giornalieri, viene collocato il nostro testo sacro. Ciascun gurdwara ha la sua cu-

## UNA PREGHIERA

*O Signore, dacci la luce,  
Dacci la capacità di comprendere  
così che possiamo sapere ciò che ti fa piacere  
e possano tutti prosperare  
con la tua grazia.*

Dalla preghiera quotidiana

PAESI DI MAGGIORE DIFFUSIONE DEL SIKHISMO





cina comunitaria, il langar, per offrire cibo a credenti, pellegrini e visitatori. Su ogni gurdwara viene posta una bandiera di colore giallo, con il disegno del khanda, un cerchio con al centro una spada a doppio taglio: il cerchio indica l'infinito, le due lame rappresentano l'equilibrio tra la dimensione spirituale e temporale della vita sikh. Il luogo di culto sikh più famoso al mondo si trova in India, nel Punjab, ed è chiamato Harmandir Sahib, il Tempio D'Oro.

L'Harmandir Sahib, a cui tutti possono accedere, indipendentemente dal suo credo e dalla sua origine, incarna il principio che la casa di Dio è aperta a tutti. L'entrata della struttura principale, però, ha un'unica via d'accesso, a rappresentare che esiste un solo Dio. Intorno al Tempio d'Oro sorge la città santa di Amritsar, centro culturale e spirituale dei sikh.

### ✿ Hanno detto...

Satpal Singh, esponente del World Sikh Council, in occasione delle proteste della società civile indiana per le ripetute violenze sulle donne che si registrano nel Paese, ha sottolineato, in un articolo pubblicato sull'Huffington Post, il ruolo che le religioni possono avere nella prevenzione di questi crimini gravissimi: "Se la società nel suo complesso non abbandona l'idea che le donne siano in qualche misura inferiori agli uomini, o che comunque debbano restare al servizio degli uomini, non riusciremo a combattere la vera causa della violenza contro le donne. I leader religiosi del mondo possono avere un ruolo importante in questa lotta quotidiana. Devono ricordare a tutti i credenti

che Dio non è misogino. Devono chiarire alle loro comunità che Dio ha creato la donna, esattamente come l'uomo, a immagine di Dio. Bisogna sottolineare che la stessa luce divina abita nella donna e nell'uomo. Che Dio è generoso e compassionevole verso le donne e verso gli uomini allo stesso modo. I leader religiosi devono condannare fermamente ogni atto di violenza contro le donne. Questo non eliminerà completamente il problema, ma almeno contribuirà ad affrontarne le cause reali".

### ✿ La conosci? Anarkali Kaur Honaryar

Quando era bambina, Anarkali Kaur era una bambina sikh che sognava di diventare pilota. Ma in Afghanistan, dove è nata e cresciuta, anche solo andare a scuola sotto i Talebani era una sfida. Per fortuna nella città dove viveva la situazione le ha sempre consentito di frequentare le lezioni regolarmente, nonostante fosse donna e non musulmana.

"Sono grata ai miei genitori per aver sempre lottato per la mia istruzione. Non tutte le ragazze afgane hanno avuto questa fortuna", racconta. Nel 2001, quando è caduto il regime, Anarkali Kaur ha potuto studiare medicina all'università di Kabul ed è diventata dentista. Già giovanissima ha iniziato a partecipare attivamente alla vita politica del suo Paese: ha fatto parte della Loya Jirga, l'assemblea popolare afgana che ha eletto il governo ad interim dopo la caduta dei Talebani e dell'Assemblea costituente del Paese. Nel 2006 è entrata a far parte della Commissione Afgana Indipendente per i Diritti Umani.

Nel 2010, Anarkali Kaur Honaryar è stata eletta membro della Wolesi Jirga, la Camera del Popolo del Parlamento afgano. È stata la prima donna non musulmana a ricevere questo incarico. La sua attività in difesa dei diritti umani e a tutela delle minoranze è stata premiata nel 2011 con il Premio Madanjeet Singh dell'UNESCO per la Promozione della tolleranza e della non violenza. In particolare, Anarkali Kaur è stata premiata per il suo aiuto alle donne vittime di violenze domestiche, matrimoni forzati e discriminazioni di genere.

## Per capirci...

**AMRIT:** battesimo sikh, che segna l'ingresso di un sikh nella comunità religiosa (khalsa) e il suo impegno a rispettare il codice di condotta. È un dovere per ogni credente, ma non esiste età minima o massima per essere battezzati

**GURDWARA:** luogo di culto del Sikhismo, tempio e luogo di riunione allo stesso tempo. Letteralmente significa "porta del guru".

**LANGAR:** cucina comunitaria istituita per rispondere al principio di uguaglianza tra tutti gli esseri umani, senza distinzione di razza, religione, credo, casta, colore, età, sesso e stato sociale. Esprime l'etica della condivisione, della comunità e dell'inclusione sociale.

**KANGHA:** Pettine che consente ai sikh di mantenere la cura, la pulizia e l'igiene dei loro lunghi capelli. Viene solitamente posto nella capigliatura, sotto il turbante. Rappresenta l'importanza della disciplina e della purezza dello stile di vita sikh.

**KURPAN:** Pugnale cerimoniale, simbolo di giustizia e protezione dei più deboli. Rappresenta l'impegno per il rispetto di sé e per la propria libertà di spirito. Un sikh è tenuto a portarlo sempre con sé.



## Per saperne di più...



**HARDEEP SINGH KOHLI**

*Indian Takeaway*

Newton&Compton, 2010

Hardeep è un giovane sikh nato e cresciuto a Glasgow, in Scozia. Si sente diviso tra l'identità culturale della sua famiglia e il senso di appartenenza al contesto europeo che sente suo da sempre. Per superare questo disagio e ritrovare la sua strada, decide di fare un viaggio in India usando come bussola ciò che più ama: il cibo. Un divertente percorso di ricordi, aneddoti e incontri illustra la ricchezza e la bellezza della diversità, in India, in Scozia e in tutto il resto del mondo.



**SARAB NEELAM**

*Ocean of Pearls*

(USA, 2013)

Amrit Singh, un giovane medico sikh di Toronto è spesso in difficoltà nel conciliare i precetti dell'osservanza religiosa con la vita che conduce. Quando però rischia di perdere l'opportunità di un prestigioso lavoro a Detroit, decide di fare una scelta drastica e si taglia i capelli. Tiene nascosta la decisione a tutta la sua famiglia e inizia una vita di progressivi compromessi con la politica ospedaliera e le ingiustizie del sistema sanitario. Ma la morte di un paziente lo indurrà a ripensare ai valori a cui ha rinunciato.

Troverai molti altri approfondimenti (libri, film, link, video...) sul sito [www.centroastalli.it](http://www.centroastalli.it). Cerca "Incontri" e "Incontri focus" nella sezione "Attività nelle scuole".



Introduzione	3
Come utilizzare questo sussidio	5

### **IO SONO BUDDHISTA. TI RACCONTO DI ME**

Noi, buddhisti in Italia	9
I nostri inizi	9
E la storia continua così	10
Le nostre scritture	11
In cosa crediamo	11
Come viviamo	13
Una preghiera	14
Feste, luoghi e simboli	14
Hanno detto...	14
Lo conosci? Il Dalai Lama Tenzin Gyatso	14
Per capirci...	16
Per saperne di più...	16

### **IO SONO CRISTIANO. TI RACCONTO DI ME**

Noi, cristiani in Italia	19
I nostri inizi	19
E la storia continua così	20
Le nostre scritture	20
In cosa crediamo	20
Come viviamo	21
Una preghiera	22
Feste, luoghi e simboli	22
Hanno detto...	22
Lo conosci? Frère Roger Schultz	23
Per capirci...	24
Per saperne di più...	24

### **IO SONO EBREO. TI RACCONTO DI ME**

Noi, ebrei in Italia	27
I nostri inizi	27
E la storia continua così	28
Le nostre scritture	28
In cosa crediamo	29
Come viviamo	30
Una preghiera	30
Feste, luoghi e simboli	30
Hanno detto...	32
La conosci? Manuela Dviri	33
Per capirci...	34
Per saperne di più...	34

# I N D I C E

### **IO SONO INDUISTA. TI RACCONTO DI ME**

Noi, induisti in Italia	37
I nostri inizi	37
E la storia continua così	38
Le nostre scritture	38
In cosa crediamo	39
Come viviamo	40
Feste, luoghi e simboli	41
Una preghiera	42
Hanno detto...	42
La conosci? Vandana Shiva	43
Per capirci...	44
Per saperne di più...	44

### **IO SONO MUSULMANO. TI RACCONTO DI ME**

Noi, musulmani in Italia	47
I nostri inizi	47
E la storia continua così	48
Le nostre scritture	48
In cosa crediamo	49
Come viviamo	50
Feste, luoghi e simboli	51
Una preghiera	52
Hanno detto...	52
La conosci? Shirin Ebadi	53
Per capirci...	54
Per saperne di più...	54

### **IO SONO SIKH. TI RACCONTO DI ME**

Noi, musulmani in Italia	57
I nostri inizi	57
E la storia continua così	58
Le nostre scritture	58
In cosa crediamo	59
Come viviamo	59
Feste, luoghi e simboli	60
Una preghiera	60
Hanno detto...	61
La conosci? Anarkali Kaur Honaryar	61
Per capirci...	62
Per saperne di più...	62

The image features a solid light green background. Overlaid on this background are several thin, white, overlapping circles of various sizes. The circles are arranged in a way that they intersect and overlap each other, creating a complex, abstract pattern. The largest circle is centered in the lower right quadrant, while other circles of varying diameters are scattered around it, some overlapping its edges. The overall effect is minimalist and modern.

Finito di stampare nel mese  
di settembre 2014 presso  
Centrostampa \_ Matera