

## Traccia per intervento 12 marzo ore 18,00 Palazzo Ducale

Il dolore sorge dalla sete di cose sempre nuove,  
da questa sete sorge la paura.

Libero dalla sete inesausta

Non avrai dolore, né tanto meno paura.

Soddisfatto con poco

.....

Buonasera a tutti,

Sono Gnanathilaka, Monaco Buddhista di Sri-Lanka, di tradizione Theravada, l'antica tradizione Buddhista di Ceylon, e vivo a Genova da alcuni anni.

Il nostro tempio a Genova si trova in Salita della Rondinella a Castelletto ed è aperto a tutti coloro che sono interessati a conoscere e a sperimentare la pratica della meditazione

Per il Buddismo nell'universo ci sono quattro elementi – acqua, fuoco, terra, aria – che sono in armonia con la natura umana. C'è una meditazione che dice che il nostro corpo si unisce all'universo se noi non facciamo male alla natura, perché se facciamo male alla natura è come se facessimo male a noi stessi.

Il Buddha è nato, è stato illuminato ed è morto sotto un albero di .....

Per Lui l'albero era fonte di illuminazione. Anche oggi tutti i Buddhisti Therevada sono molto rispettosi dello stesso tipo di albero e per questo è stato trapiantato in Sri-Lanka ed è ritenuto una fonte di luce come se fosse un Tempio.

Per il buddhista è come se gli alberi avessero un'aurea che trasmette l'energia.

Molti hanno fede che sotto questo albero si possano ottenere guarigioni dalle malattie e soluzioni a tanti problemi.

Se qualcuno pianta un albero o crea una foresta, ogni secondo ha per lui una potenza spirituale.

Il Buddha dice che se non si rovina la natura si può vivere in pace, meditare ed essere più vicini all'energia naturale dell'universo.

Se qualcuno medita così, la mente si pulisce dalla rabbia, dalle tensioni, e si illumina, entrando in sintonia con l'universo.

Il Buddha dice anche che dobbiamo avere un grande rispetto per le acque dei fiumi e dei laghi, quindi non sporcarle e non inquinare. Questa è una delle regole fondamentali del Buddismo, specialmente per i Monaci.

Il Buddha diceva anche di fare la meditazione in silenzio, per non disturbare la natura.

In conclusione: per noi buddhisti è molto importante il rispetto della natura perché se c'è questo rispetto noi siamo ripieni di energia vitale e siamo in sintonia con l'universo. Se invece questo rispetto non c'è noi non possiamo crescere nella nostra ascesi spirituale e non possiamo vivere la nostra fede.

Gnanathilaka Mahauswewe