

## Il personaggio

Le lezioni di Namkhai Norbu, considerato la reincarnazione di antichi lama ed esperto di "autoliberazione"

## Il dotto tibetano e la cura delle "Tre porte"

RAIMONDO BULTRINI

**D**a almeno vent'anni in Occidente aumentano costantemente (10 milioni in Italia) i pazienti delle medicine non convenzionali, alcune diffuse fin dall'antichità. Il professor Chogyal Namkhai Norbu, medico, lama e storico tibetano, ha recentemente spiegato durante una conferenza all'Università di Bologna, seguita da un ciclo di seminari in Toscana, che da epoche molto precedenti al buddismo, almeno 5000 anni fa, in Tibet si identificano tre precise dimensioni dell'esistenza umana. «Sono chiamate "le Tre porte" — ha spiegato — il corpo fisico, l'energia e la mente». Namkhai Norbu è considerato la "reincarnazione" di antichi lama e dotti himalayani, e la sua fama di esperto di una millenaria conoscenza chiamata Dzogchen, o "autoliberazione", gli valse negli anni '60 l'invito in Italia del più celebre orientalista del secolo scorso, Giuseppe Tucci, che lo volle all'Ismeo (oggi Isiao) di Roma e poi nella cattedra della nascente facoltà di Tibetologia dell'Università orientale di Napoli. Cresciuto nei villaggi sperduti dell'Himalaya, Norbu ha appreso le terapie naturali di cura e le tecniche di meditazione alla scuola di maestri e medici di fama. Ma fu nelle antiche carte della biblioteca di

Tucci che trovò conferma delle tecniche, in uso fin dalle origini della civiltà Bon, dello Shang Shung. Diventato a sua volta un maestro e un "medico della mente", con migliaia di studenti collegati da tutto il mondo alle sue conferenze via Webcast, ha dedicato allo Shang Shung un Centro di Studi internazionale inaugurato ad Arcidosso dal Dalai Lama.

«Le specifiche funzioni degli antichi calendari astrologici o delle migliaia di pratiche rituali per la vita e per la morte — sostiene il professor Norbu — si basano sul principio che la realtà non è solo quella percepita con i cinque sensi. L'energia, per esempio, è un tipo di "forza" come quella che in sanscrito viene chiamata prana. Quando è sbilanciata e causa la malattia, si può controllare solo attraverso l'azione congiunta delle "Tre porte": farmaci e movimento dello yoga a livello fisico, respiro o mantra che crea specifiche ripercussioni sonore nei punti dove scorre l'energia sottile, e concentrazione mentale. Esistono poi le qualità specifiche di ognuno degli elementi che compone la dimensione interna ed esterna fin dalla nascita. Noi parliamo di karma, voi di geni: così si deve agire sull'intera dimensione, o dzogchen, rilassata e perfetta fin dall'origine».