



Valeria Gasparini

Illustratrice  
e artista

BUDDISMO E SOCIETÀ  
193

Istituto Buddista Italiano SGI

2019

ISBN:2000026011934

Illustrazione prima, quarta di  
copertina ed interni per la rivi-  
sta "Buddismo e società".  
Speciale : Invincibili (la forza  
della resilienza)



[valeria.gasparini@gmail.com](mailto:valeria.gasparini@gmail.com)

[Instagram: Valeria Gasparini](#)

[Linkedin: Valeria Gasparini](#)

[Youtube: Valeria Gasparini](#)

[www.valeriagasparini.it](http://www.valeriagasparini.it)



Valeria Gasparri

Illustratrice e artista

BUDDISMO E SOCIETÀ  
193



**Avete presenziato il film Vita di Pi dove, in seguito al naufragio di un transatlantico che trasporta un circo al completo, un giovane indiano si ritrova su una scialuppa in mezzo all'oceano da solo con una tigre ferocce, e alla fine riesce a salvarla?**  
**A:** Ogni nuova difficoltà (ogni naufragio di tutti i colori) si risolve, questo è troppo, non ce la può fare. Eppure, quella capacità di trovare la via di trovare soluzioni (ricordi per non cadere agli elementi, di tirare fuori l'ultima goccia di coraggio che non crede di avere, alla fine lo portano al salvo).

**Dal latino re-salio, che denota l'azione di risalire su una barca capovolta dalle onde del mare, o resilire, rimbalzare, saltare indietro. Indica la capacità di reagire a qualsiasi caduta, di sopportare qualsiasi carico**

di resistere alle forze che gli vengono applicate e realizzare se non comossa tutto fino a spazzarsi ma lo ammonta e lo assiste in vita, della propria energia della sua struttura...  
Etimologicamente si fa risalire dal latino re-salio, che denota l'azione di risalire su una barca capovolta dalle onde del mare, o di tirare indietro, rimbalzare, saltare indietro. Indica la capacità di reagire a qualsiasi caduta, di sopportare qualsiasi carico.  
Un concetto che ha fatto fortuna, è così il termine ha varcato l'ambito medico. Secondo l'Accademia della Crusca il suo uso esplicito ricorre al 2001 da allora è costantino - insieme al compimento aggettivo "resiliente" - compare sempre più spesso nei media e si applica agli ambiti più diversi in ecologia si chiama resiliente un sistema capace di tornare velocemente al suo stato iniziale dopo una perturbazione; nella produzione dei tessuti si dice di un tessuto che riprende la forma originale dopo una deformazione, senza strapparsi o sciogliersi; le persone resilienti sono quelle capaci di far fronte in maniera positiva agli eventi traumatici e di riorganizzare la vita di fronte alle difficoltà; quelle che mantengono salute e felicità contro ogni previsione, riescono a dare nuovo slancio alla propria esistenza e a riaprire "nuovi spazi" sulla fascia avanzata della loro vita dopo averci di nuovo malata.  
Il giornalista e sceneggiatore Stefano Bartolucci ha definito "parola chiave di sviluppo" del termine resilienza, visto che l'accezione originaria si riferisce alla capacità di tornare allo stato originale dopo una perturbazione, senza strapparsi o sciogliersi; le persone resilienti sono quelle capaci di far fronte in maniera positiva agli eventi traumatici e di riorganizzare la vita di fronte alle difficoltà; quelle che mantengono salute e felicità contro ogni previsione, riescono a dare nuovo slancio alla propria esistenza e a riaprire "nuovi spazi" sulla fascia avanzata della loro vita dopo averci di nuovo malata.  
Una volta si la chiamava semplicemente "forza d'animo", scrive il filosofo Umberto Eco: «In un periodo di qualche anno fa, e forse forse l'esperienza basterebbe senza dover ricorrere a parole "multimediali" ("resilient") (vedi una nuova interpretazione di questo termine, in 19) è questa forza che ricomincia a fondersi in una disposizione presa dopo aver analizzato tutti i pro e i contro, perché in questa sorta di confronto a sé, «risale le menti, rimbombando da dentro: qualità è la forza d'animo».  
Qualcosa di non sempre lontano, ma al fondo di noi. Maurizio Anselmi, neuroscrittore italiano e senatore della famiglia, lo sottolinea nella capacità di riorganizzare la forza: «Ma ciò che non è il "salvo"». «Molte persone conosciute con il sentimento di quello che non fanno avanti e me soltanto con tanto che tutti i loro rapporti riacquistano per essere danneggiati». Ma il punto non è tornare indietro e far avere a quella persona che che lo è mancato, piuttosto andare al di là di ciò che non ha avuto, mentre si sente la forza che la forza proviene dalla sua qualità di vita (si veda Eco, 199, 145).  
Se la resilienza è una dotazione base degli esseri umani, o si può allenare e coltivare. Per esempio, cambiando il modo in cui vediamo noi stessi e il mondo (vedi box alla pagina seguente).  
Tutto ciò ricomincia con l'esperienza del buddismo, che ci incoraggia a credere nella nostra forza senza averci a essere frustrati dal "voto" e a essere resilienti e resilienti ogni volta con maggiore fiducia per quanto viene affrontato e verificato.  
In fondo ogni volta che si incontra un problema si può imparare per affrontare un problema più lontano (vedi box, 195, 163).  
Chiara Marzotto

### Comunità resilienti e sostenibili

Sono basate su reti informali, radicate in una profonda fiducia tra persone unite dal desiderio comune di affrontare e sanare circostanze difficili.

La resilienza può fiorire quando nasce dal basso, come parte integrante delle relazioni che modellano la vita quotidiana degli abitanti di una comunità.



### La sfida della creazione di valore

DALLA PROPOSTA DI PACE 2014 DI DAISAKU IKEDA

Il termine resilienza è stato usato in diversi contesti per esprimere la capacità delle società di riprendersi da crisi sociali, come una dislocazione ambientale o una crisi economica. Nel senso di questo articolo, resilienza significa la capacità di affrontare e sanare circostanze difficili, come una crisi economica, una crisi ambientale o una crisi sociale, attraverso la creazione di valore. La resilienza è una qualità che si può allenare e coltivare. Per esempio, cambiando il modo in cui vediamo noi stessi e il mondo (vedi box alla pagina seguente).  
Tutto ciò ricomincia con l'esperienza del buddismo, che ci incoraggia a credere nella nostra forza senza averci a essere frustrati dal "voto" e a essere resilienti e resilienti ogni volta con maggiore fiducia per quanto viene affrontato e verificato.  
In fondo ogni volta che si incontra un problema si può imparare per affrontare un problema più lontano (vedi box, 195, 163).  
Chiara Marzotto

La resilienza dovrebbe essere vista come un elemento integrante del progetto, condiviso e condiviso, di creazione del futuro, proposto in questo momento in qualunque luogo pubblico, e che getta basi solide per una società globale sostenibile.  
1.3 Per me questa è la sfida della creazione di valore: il processo con cui ogni persona, nel proprio rapporto con il mondo, si impegna a creare quel valore che sta sotto la sua resilienza per affrontare le circostanze difficili, alla società tutta e al futuro.  
1.3 In un senso, il primo significato della resilienza umana non è la resilienza se essa rimane confinata a un cambiamento nella vita interiore. Al contrario, il coraggio e la speranza che vengono da quella stessa trasformazione devono mettere le persone in grado di affrontare le circostanze difficili, per affrontare e sanare il mondo.  
Gli sforzi intrapresi per migliorare la resilienza attraverso il processo di creazione di valore sono stati integrati nelle relazioni che modellano la vita quotidiana delle persone, la resilienza può fiorire.  
Indebolimento e ricchezza sociale: il processo di creazione di valore è un processo che ricomincia con l'esperienza del buddismo, che ci incoraggia a credere nella nostra forza senza averci a essere frustrati dal "voto" e a essere resilienti e resilienti ogni volta con maggiore fiducia per quanto viene affrontato e verificato.  
In fondo ogni volta che si incontra un problema si può imparare per affrontare un problema più lontano (vedi box, 195, 163).  
Chiara Marzotto

Per me creazione di valore è il processo con cui ogni persona, nel proprio ruolo e con le proprie capacità, si impegna a creare quel valore che sta solo a lei realizzare per apportare beneficio ai concittadini, alla società tutta e al futuro

### QUANDO L'ACCOGLIENZA DIVENTA RINASCITA

Gratie all'esperienza dei piccoli comuni che hanno scelto di attuare un percorso lento e graduale di accoglienza per i rifugiati, si è creata una cultura e una società di accoglienza che stanno diventando un modello per altri comuni. Questo vuol dire che l'accoglienza non è solo un atto di solidarietà, ma è un processo che coinvolge tutti i cittadini, che attraverso l'accoglienza hanno fatto un'esperienza di crescita e di apprendimento, mettendosi in gioco di fronte a questa nuova esperienza educativa.  
Infatti, per essere portatori di percorsi di accoglienza inclusiva, il progetto Sprar incoraggia i comuni di accoglienza che stanno diventando un modello per altri comuni. Questo vuol dire che l'accoglienza non è solo un atto di solidarietà, ma è un processo che coinvolge tutti i cittadini, che attraverso l'accoglienza hanno fatto un'esperienza di crescita e di apprendimento, mettendosi in gioco di fronte a questa nuova esperienza educativa.  
Infatti, per essere portatori di percorsi di accoglienza inclusiva, il progetto Sprar incoraggia i comuni di accoglienza che stanno diventando un modello per altri comuni. Questo vuol dire che l'accoglienza non è solo un atto di solidarietà, ma è un processo che coinvolge tutti i cittadini, che attraverso l'accoglienza hanno fatto un'esperienza di crescita e di apprendimento, mettendosi in gioco di fronte a questa nuova esperienza educativa.

### TOHOKU: UNA RICOSTRUZIONE DA RECORD

Come è difficile a volte parlare di resilienza. Quando tutti sembra non avere più niente da dire, quando la speranza sembra essere svanita, quando la vita è quella di chi cronaca.  
Durante il terremoto del 2011, la città di Fukushima, la città dove in seguito alla sismica, milioni di persone sono state evacuate, ha fatto un'esperienza di resilienza che ha fatto da modello per altri comuni.  
La città di Fukushima ha fatto un'esperienza di resilienza che ha fatto da modello per altri comuni. Questo vuol dire che l'accoglienza non è solo un atto di solidarietà, ma è un processo che coinvolge tutti i cittadini, che attraverso l'accoglienza hanno fatto un'esperienza di crescita e di apprendimento, mettendosi in gioco di fronte a questa nuova esperienza educativa.