

# COLORA LA VITA DEL BUDDHA

Disegni di Alessia Gentile ©



[www.liber-rebil.it](http://www.liber-rebil.it)

Leggi la vita del Buddha,  
ti consigliamo il testo «La vita del Buddha», Neos Edizioni:  
[www.neosedizioni.it](http://www.neosedizioni.it)

**Colora i disegni**

**e rispondi alle domande.**

Se hai dei dubbi, leggi le risposte nelle ultime pagine.

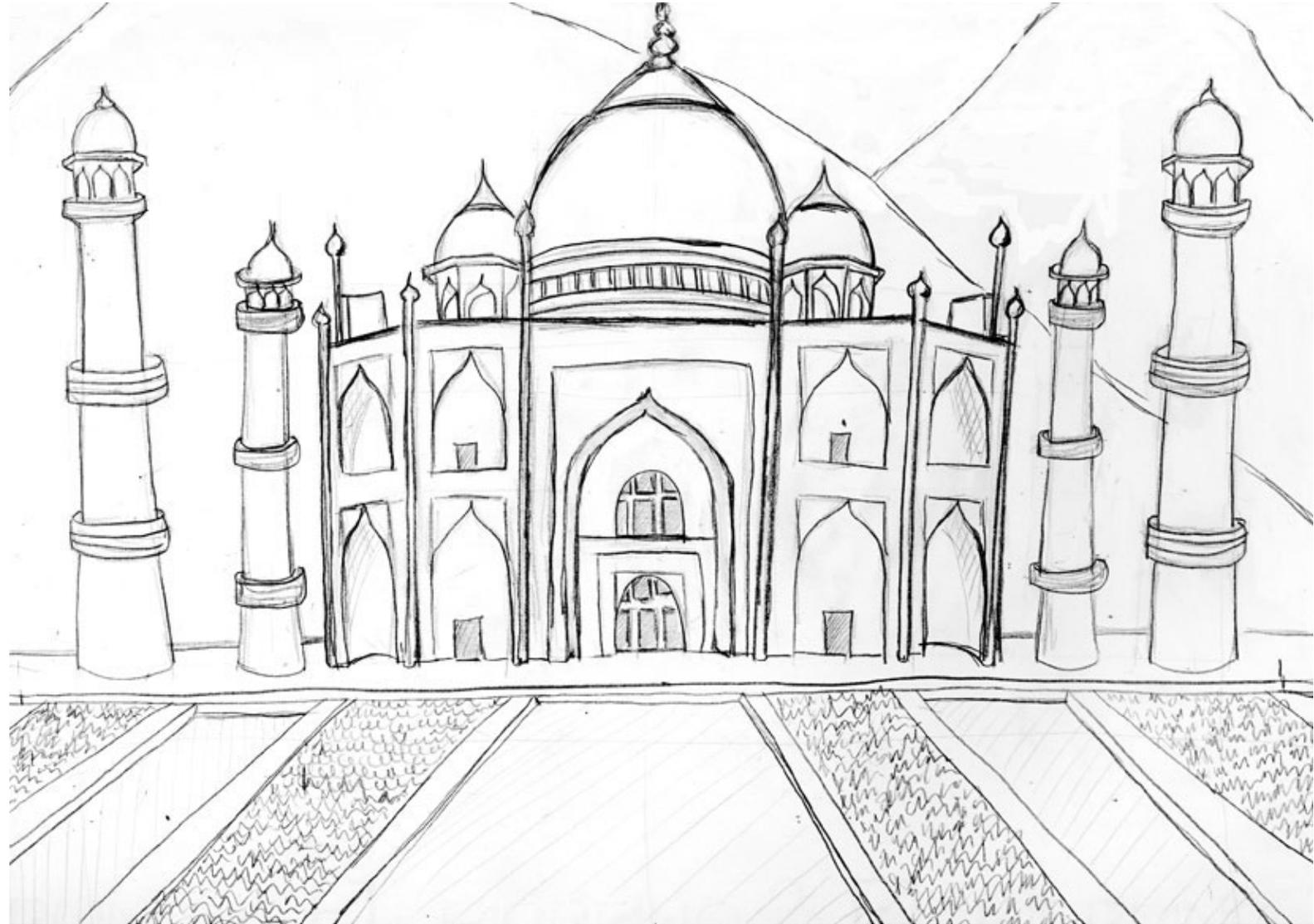
## IL SOGNO DI MAYA

Chi era  
Maya e  
cosa  
significa il  
suo sogno?



## NASCITA DI SIDDHARTHA

Dove e quando  
nasce il principe ?



## PRAJAPATI

Chi era Prajapati?  
Perchè si prende cura del  
piccolo Siddhartha?



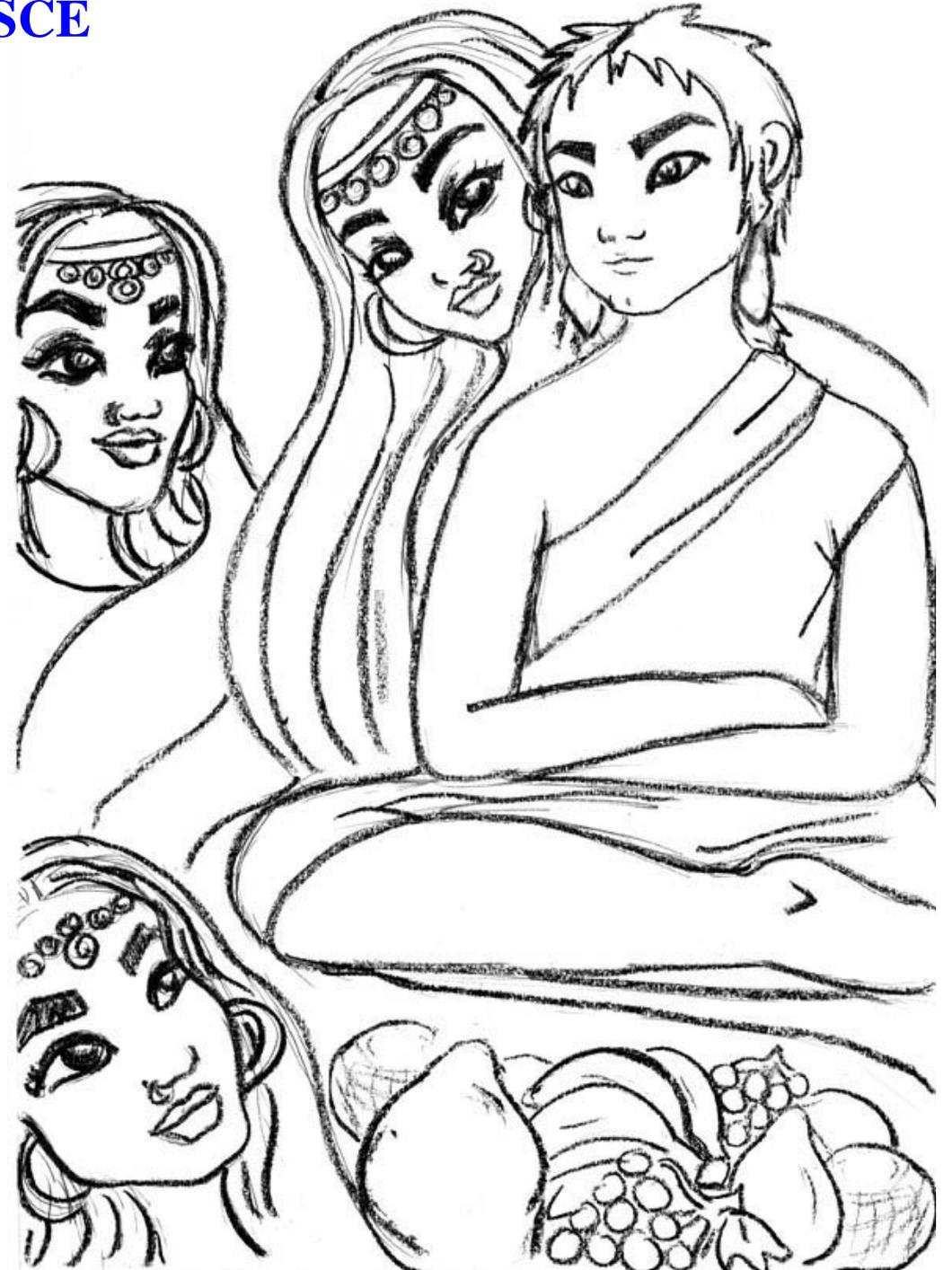
## SIDDHARTA E GLI ANIMALI

Il principino  
come si  
comportava  
con gli animali?  
Come era  
il suo carattere?



## SIDDHARTA CRESCE

Come si svolgeva la vita del  
giovane principe nella reggia?  
Quali erano i suoi divertimenti?  
Siddhartha era felice a palazzo?



## GLI INCONTRI FUORI DAL PALAZZO

Chi sono le persone  
che Siddharta  
incontra quando  
esce dal palazzo?

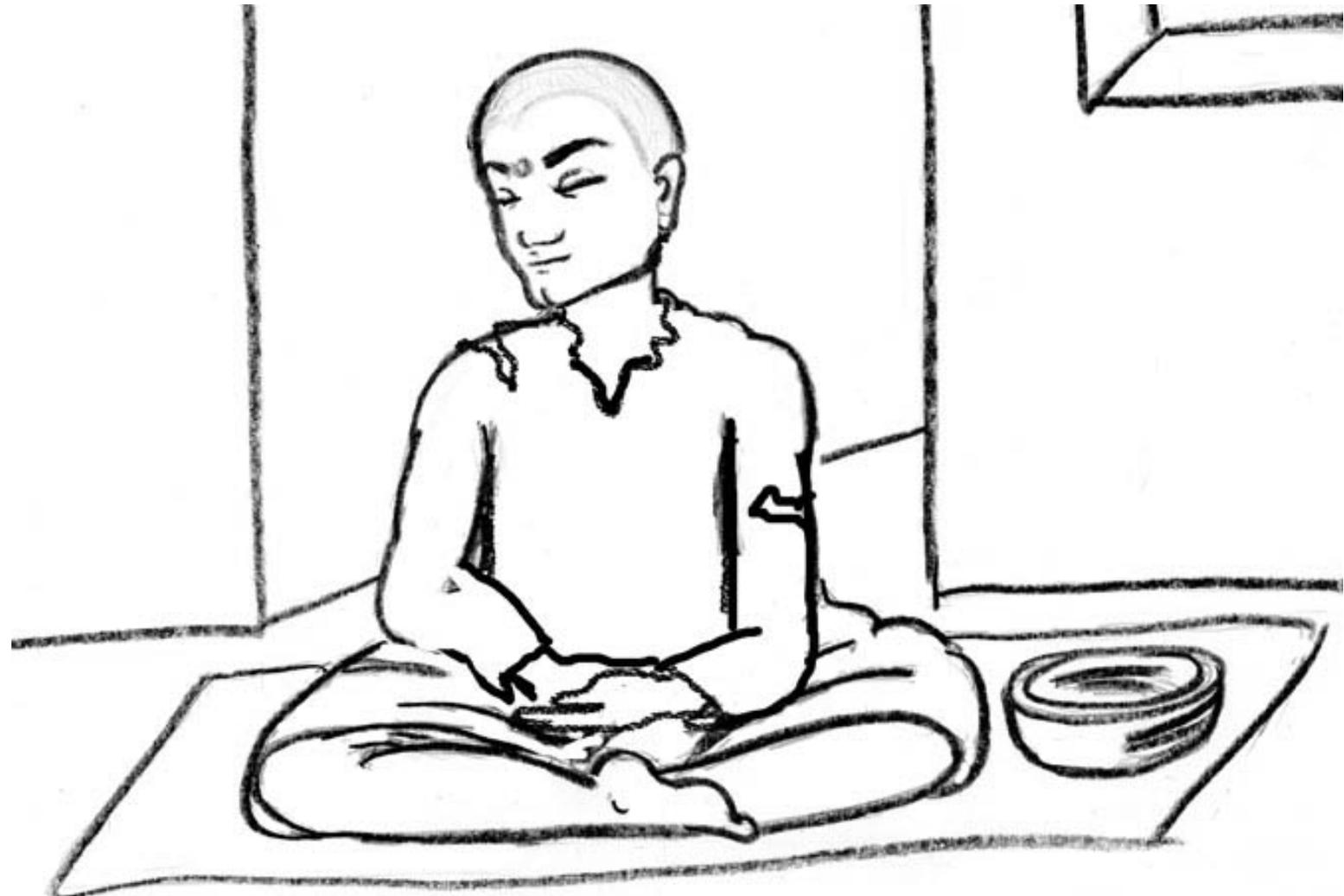
Un v \_ c \_ \_ io

Un m \_ l \_ \_ o

Un m \_ \_ \_ o

Poi un m \_ n \_ \_ o

Perché sono così  
importanti per lui?



## VIA DALLA REGGIA

Perché Siddhartha  
lascia il palazzo?



## I MAESTRI

Cosa va a fare  
Siddhartha  
nella foresta?



## LA MEDITAZIONE

Cosa vuol dire  
meditare?  
In quale posizione  
si pratica?



## SIDDHARTHA ASCETA

Perché diventa  
così magro?



## LA PASTORELLA

Cosa gli fa capire la pastorella?  
Allora cosa fa Siddhartha?  
Cosa significa “Via Mediana”?



## SIDDHARTHA DIVENTA “BUDDHA”

Cosa vuol dire  
“Buddha”?



## GLI INSEGNAMENTI DEL BUDDHA

Cosa insegnava il  
Buddha?



## LA MORTE DEL BUDDHA

Per quanti  
anni insegnò  
il Buddha?  
Che cosa  
fece prima di  
morire?



## LO STUPA

Che cos'è uno  
stupa e a cosa  
serve?



# ***RISPOSTE***

## **IL SOGNO DI MAYA**

La regina Maya era la mamma di Siddharta. Sognò un elefante bianco con un fiore di loto nella proboscide, a significare che avrebbe dato alla luce un bambino speciale che avrebbe potuto diventare o un grande sovrano o un essere spirituale.

## **NASCITA DI SIDDHARTHA**

Il principe Siddharta nacque in un regno dell'odierno Nepal, circa 2500 anni fa, figlio del rajah Suddhodhana.

## **PRAJAPATI**

Era la zia materna, che lo allevò con grande amore, perchè la madre Maya morì otto giorni dopo la nascita del piccolo Siddhartha.

## **SIDDHARTHA E GLI ANIMALI**

Siddhartha trascorreva un'infanzia felice, giocando e proteggendo gli animali che si trovavano nel grande parco della reggia. Aveva un carattere compassionevole.

## **SIDDHARTHA CRESCE**

Il principe viveva isolato dal mondo, servito da persone giovani e sane, tra feste, cibi raffinati, abiti lussuosi e gioielli, praticava sport, ma tutto ciò non gli dava la felicità: si sentiva triste e si chiedeva cosa ci fosse fuori dal palazzo.

## **GLI INCONTRI FUORI DAL PALAZZO**

Siddhartha decise di vedere il mondo fuori dalla reggia e incontrò un vecchio, un malato e un morto. Scopri che nella vita c'è la malattia, che tutti dobbiamo invecchiare e morire.

Nella sua quarta uscita incontrò un monaco mendicante, un monaco mendicante, senza casa né averi, che viveva di elemosine, ma era felice. Così capì che nella vita c'è sofferenza e infelicità, ma c'è un modo per superarle.

## **VIA DALLA REGGIA**

Allora abbandonò il palazzo reale e tutte le sue ricchezze e andò nella foresta per cercare il modo di eliminare la sofferenza.

## **I MAESTRI**

Siddhartha andò nella foresta dove vi erano molti saggi asceti (cioè persone che si erano allontanate dalla famiglia per studiare e meditare) e diventò discepolo di alcuni di essi, che gli insegnarono le tecniche di meditazione che allora erano note nell'India.

## **LA MEDITAZIONE**

Meditare vuol dire cercare di calmare la mente, stando nella posizione del loto, cioè con le gambe incrociate e gli occhi socchiusi per non distrarsi. Serve a capire che una mente tranquilla è più capace di imparare, di conoscere, di aprirsi a sentimenti positivi nei confronti di se stessi, degli altri e del mondo.

## **SIDDHARTHA ASCETA**

Meditò e si dedicò a pratiche estreme come il digiuno, così diventò pelle e ossa e arrivò quasi alla morte.

## **LA PASTORELLA**

La pastorella, vedendolo moribondo, gli offrì del cibo, che Siddhartha accettò: ricominciò così a nutrirsi normalmente e capì che bisogna evitare gli eccessi, sia quelli della sua precedente vita da principe, sia le privazioni della vita ascetica per rimanere nella “Via Mediana”, cioè tra i due estremi.

## **SIDDHARTHA DIVENTA “BUDDHA”**

Si mise a meditare finché non arrivò all’Illuminazione. D’ora in poi sarà il “Buddha”, cioè colui che ha raggiunto la perfezione della mente e ha superato tutti i difetti mentali (l’ignoranza, l’odio, l’attaccamento alle persone e agli oggetti ecc.).

## **GLI INSEGNAMENTI DEL BUDDHA**

Il Buddha decise di insegnare prima ai monaci, poi a uomini e donne laici (che divennero suoi discepoli) senza distinzione di caste, le *Quattro Nobili Verità* e l’*Ottuplice Sentiero*, il modo attraverso il quale tutti possiamo raggiungere l’Illuminazione e ottenere la vera felicità e la pace della mente.

## **LA MORTE DEL BUDDHA**

Per 45 anni Il Buddha insegnò a tantissime persone, viaggiando a piedi nell’India settentrionale, poi, essendo molto malato, capì che per lui era giunto il momento di lasciare il corpo, all’età di 80 anni.

Si sdraiò sul fianco destro, poi diede gli ultimi insegnamenti ai suoi discepoli.

## **LO STUPA**

Il corpo del Buddha fu cremato e le ceneri raccolte dentro dei monumenti chiamati *stupa*, che ancor oggi vengono costruiti in tutto il mondo per ricordare il Buddha, l’Illuminato.