



Botiga de la fundació Casa Tibet Barcelona. Font: Casa Tibet Barcelona.

Actualment, a **“La Casa del Tibet Barcelona”** fan promoció de la cultura, l’art, la tradició i la llengua tibetanes, així com reivindiquen el respecte per la pau, els drets humans i l’equilibri amb la natura. Wangchen ens parla de la necessitat de cuidar el nostre cos i la nostra ment, de la potencialitat humana que s’amaga darrere de cadascú de nosaltres i dels mecanismes que podem trobar en el Zen per aconseguir viure en pau i sense patiment. Afirmar que la visió de l’èsser humà com un ésser maligne, egoista i salvatge és un error: **“No som animals, no hem vingut a aquest món per sofrir i tenir problemes. Hem nascut per despertar el nostre interior, per ser millors persones, per ajudar als altres i conèixer-nos millor a nosaltres mateixos. Hem vingut a aprendre i evolucionar”**, afirma el lama.

Quan li preguntem per la recepta de la felicitat, ens recorda la importància d’entendre que tot comença per un mateix. El lama creu que tothom és responsable del seu patiment, per això és tan important riure i animar-nos. **“Trobar l’equilibri emocional, la pau i la felicitat vol dir conèixer-se millor a un mateix i deixar de dependre de circumstàncies exteriors. Tot és impermanència. Res dura per sempre”**, conclou el mestre.