

## **ANGUTTARA NIKAYA**

### **Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione**

*(sutta scelti)*

L'Anguttara Nikaya conta almeno 2308 discorsi raggruppati in 11 sezioni [nipata], chiamate rispettivamente “libro degli uno (ekanipata)”, “libro dei due (dukanipata)” fino al “libro degli undici (ekadasanipata)”.

A prima vista, questo modello di classificazione può sembrare abbastanza pedante, ma si dimostra in effetti spesso molto utile. I nipata sono divisi in vagga, ciascuno dei quali contiene di regola dieci sutta. Ogni sezione contiene sutta che trattano argomenti connessi in qualche modo con il numero della sezione corrispondente.

E' stato sostenuto che questo testo sia stato composto probabilmente durante il regno di Menandro, nel II sec. a.C. E' degno di nota che importanti argomenti dell'insegnamento sono poco menzionati, come ad esempio le Quattro Nobili Verità e la coproduzione condizionata [*paticcasamuppada*].

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

Traduzione in Inglese dalla versione Pali di **Thanissaro Bhikkhu**.  
Copyright © 1997 Thanissaro Bhikkhu.  
Access to Insight edition © 1997

Traduzione in Inglese dalla versione Pâli di **F.L. Woodward**  
Source: ***The Book of the Gradual sayings***, Vol. I Lancaster, Pali Text  
Society

Traduzione a cura di **Enzo Alfano**.

Copyright © 2017 canonepali.net  
Testo distribuito con Licenza [CC BY-NC-ND 3.0 IT](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/)



Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

## LIBRO DEGLI UNO

*AN 1.11-20: Nivaranappahanavagga*

*Capitolo sull'abbandono dell'ostacolo*

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da causare la nascita della lussuria, quando ancora non nata, o se già nata, causare la sua crescita, come l'elemento bellezza."

Chi non si presta una retta attenzione a questo tema della bellezza, la lussuria, se ancora non nata, nasce, o, se già nata, cresce ancora di più.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da causare la nascita della malevolenza, quando ancora non nata, o se già nata, causare la sua crescita, come l'elemento ripugnanza."

Chi non si presta una retta attenzione a questo tema della ripugnanza, la malevolenza, se ancora non nata, nasce, o, se già nata, cresce ancora di più.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da causare la nascita della pigrizia e del torpore, quando ancora non nati, o se già nati, causare la loro crescita, come il lamento, la sonnolenza, la languidezza, l'eccesso di cibo e l'inerzia mentale."

Anche se l'inerzia mentale, la pigrizia ed il torpore, non sono ancora nati, nascono, o, se già nati, crescono ancora di più.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da causare la nascita del rimorso e della preoccupazione, quando ancora non nati, o se già nati, causare la loro crescita, come l'inquietudine mentale."

Anche se la mente turbata, il rimorso e la preoccupazione, non sono ancora nati, nascono, o, se già nati, crescono ancora di più.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile po-

tere da causare il dubbio, quando ancora non nato, o se già nato, causare la sua crescita, come l'impropria attenzione." Anche se l'attenzione impropria, il dubbio, non sono ancora nati, nascono, o, se già nati, crescono ancora di più.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da prevenire la nascita della lussuria, quando ancora non nata, o se già nata, causare il suo abbandono, come l'elemento bruttezza."

Chi presta una retta attenzione a questo tema della bruttezza, la lussuria, se non ancora nata, non nasce, o, se già nata, è abbandonata.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da prevenire la nascita della malevolenza, quando ancora non nata, o se già nata, causare il suo abbandono, come la mente liberata mediante l'amore universale."

Chi presta una retta attenzione all'amore universale libera la sua mente dalla malevolenza, se non ancora nata, o, se già nata, l'abbandona.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da prevenire la nascita della pigrizia e del torpore, quando ancora non sono nati, o se già nati, causare il loro abbandono, come lo sforzo e il continuo esercizio."

Chi si sforza energeticamente, la pigrizia ed il torpore, se ancora non nati, non nascono, o, se già nati, sono abbandonati.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile potere da prevenire la nascita del rimorso e della preoccupazione, quando ancora non sono nati, o se già nati, causare il loro abbandono, come la calma mentale."

Nella mente tranquilla, il rimorso e la preoccupazione, se ancora non sono nati, non nascono, o, se già nati, sono abbandonati.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che abbia un simile po-

tere da prevenire il dubbio, quando ancora non è nato, o se già nato, causare il suo abbandono, come la retta attenzione." Chi presta una retta attenzione, il dubbio, se ancora non nato, non nasce, o, se già nato, è abbandonato.

*AN 1.21-30: Akammaniyavagga*  
*Capitolo su una cosa intrattabile*

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa più intrattabile, come la mente non coltivata. La mente non coltivata, realmente è intrattabile.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che sia più docile, come la mente coltivata. La mente coltivata, realmente è molto docile.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad una gran perdita come la mente non coltivata. La mente non coltivata, realmente conduce ad un gran la perdita.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad un gran beneficio come la mente coltivata. La mente coltivata, realmente conduce ad un gran beneficio.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad una gran perdita come la mente non coltivata, non limpida. La mente non coltivata, realmente conduce ad una gran perdita.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad un gran beneficio come la mente coltivata e limpida. La mente coltivata, realmente conduce ad un gran beneficio.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad una gran perdita come la mente non coltivata, e non curata. La mente non coltivata, realmente conduce ad una gran perdita.



"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad un gran beneficio come la mente coltivata, e curata. La mente coltivata, realmente conduce ad un gran beneficio.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad una gran perdita, all'afflizione ed all'angoscia come la mente non coltivata. La mente non coltivata, realmente conduce ad una gran perdita.

"Monaci, non conosco nessuna altra cosa che conduca ad un gran beneficio e felicità come la mente coltivata, e curata. La mente coltivata, realmente conduce ad un gran beneficio.

*AN 1.21-40: Ekadhamma Sutta*  
*Una sola cosa*

21. "Io non conosco nessuna altra cosa tanto intrattabile come la mente non coltivata. La mente non coltivata realmente è intrattabile.

22. "Io non conosco nessuna altra cosa tanto docile come la mente coltivata. La mente coltivata realmente è molto docile.

23. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi perdite come la mente non coltivata. La mente non coltivata realmente conduce a grandi perdite.

24. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi benefici come la mente coltivata. La mente coltivata realmente conduce a grandi benefici.

25. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi perdite come la mente non coltivata, non chiara. La mente non coltivata e non chiara realmente conduce a grandi perdite.

26. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi benefici come la mente coltivata e chiara. La mente coltivata e chiara realmente conduce a grandi benefici.

27. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi perdi-

te come la mente non coltivata e non sviluppata. La mente non coltivata e non sviluppata realmente conduce a grandi perdite.

28. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi benefici come la mente coltivata e sviluppata. La mente coltivata e sviluppata realmente conduce a grandi benefici.

29. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di sofferenza e dolore come la mente non coltivata e non sviluppata. La mente non coltivata e non sviluppata realmente conduce a sofferenza e dolore.

30. "Io non conosco nessuna altra cosa portatrice di grandi felicità come la mente coltivata e sviluppata. La mente coltivata e sviluppata realmente conduce a grandi felicità.

31. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando non è domata, portatrice di grandi perdite come la mente. La mente, quando non è domata, conduce a grandi perdite.

32. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando è domata, portatrice di grandi benefici come la mente. La mente, quando è domata conduce a grandi benefici.

33. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando non è controllata, portatrice di grandi perdite come la mente. La mente, quando non è controllata conduce a grandi perdite.

34. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando è controllata, portatrice di grandi benefici come la mente. La mente, quando è controllata conduce a grandi benefici.

35. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando non è protetta, portatrice di grandi perdite come la mente. La mente, quando non è protetta conduce a grandi perdite.

36. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando è protetta, portatrice di grandi benefici come la mente. La mente, quando è protetta conduce a grandi benefici.

37. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando non è illuminata, portatrice di grandi perdite come la mente. La mente, quando non è illuminata conduce a grandi perdite.

38. "Io non conosco nessuna altra cosa, quando è illuminata, portatrice di grandi benefici come la mente. La mente, quando è illu-

minata conduce a grandi benefici.

39. "Io non conosco nessuna altra cosa – quando non è domata, controllata, protetta, illuminata - portatrice di grandi perdite come la mente. La mente - quando non è domata, controllata, protetta, illuminata - conduce a grandi perdite.

40. "Io non conosco nessuna altra cosa – quando è domata, controllata, protetta, illuminata - portatrice di grandi benefici come la mente. La mente - quando è domata, controllata, protetta, illuminata - conduce a grandi benefici.

*AN 1.31/40: Adanta Sutta  
Indomita [brani]*

31. "O monaci, non conosco niente di più intrattabile di una mente indomita. La mente indomita è, difatti, una cosa intrattabile.

32. "O monaci, non conosco niente di più docile di una mente domata. La mente domata è, difatti, una cosa docile.

33. "O monaci, non conosco nessuna cosa che porta grandi disgrazie come una mente indomita. La mente indomita è sorgente di grandi disgrazie difatti.

34. "O monaci, non conosco nessuna cosa che porta grandi benefici come una mente domata. La mente domata è sorgente di grandi benefici difatti. {I,iv,4}

39. "O monaci, non conosco nessuna cosa che porta tanto dispiacere come la mente indomita, incontrollata, disattenta e indomita. Una tale mente è sorgente di gran dispiacere difatti.

40. "O monaci, non conosco nessuna cosa che porta tanta felicità come la mente domata, controllata, attenta e dominata. Una tale mente è sorgente di grande felicità difatti.

*AN 1.45-46: Udakarahaka Sutta*  
*Uno specchio d'acqua*

45. "Immaginate uno specchio d'acqua — sporco, torbido e fangoso. Un uomo di buona vista posto sulla riva non riuscirebbe a vedere le conchiglie, le ostriche, i ciottoli, la ghiaia, e neanche i pesci che vi sono. Perché? Perché la natura dell'acqua è molto torbida. Allo stesso modo, un monaco con una mente impura non riesce a vedere il proprio beneficio, e quello degli altri, il beneficio di entrambi; non si renderebbe conto dello stato umano e superiore, della nobile differenza di conoscenza e visione: sarebbe impossibile. Perché? A causa della natura impura della sua mente."

46. "Immaginate adesso uno specchio d'acqua —chiaro, limpido e puro. Un uomo di buona vista posto sulla riva riuscirebbe a vedere le conchiglie, le ostriche, i ciottoli, la ghiaia ed i pesci che vi sono. Perché? Perché la natura dell'acqua è molto limpida. Allo stesso modo, un monaco con una mente pura riesce a vedere il proprio beneficio, e quello degli altri, il beneficio di entrambi; si renderebbe conto dello stato umano e superiore, della nobile differenza di conoscenza e visione: sarebbe possibile. Perché? A causa della natura pura della sua mente."

*AN 1.47: Mudu Sutta*  
*Duttile*

"Come tra gli alberi, il balsamo è riconosciuto come il più flessibile e duttile, così io non conosco nessuna altra cosa così flessibile e duttile come la mente coltivata. La mente, quando è coltivata e sviluppata, diventa flessibile e duttile.

*AN 1.48: Lahu-parivatta Sutta*

*Rapida a mutare*

"Io non conosco nessuna altra cosa che si modifica così rapidamente come la mente. Tanto che è molto difficile descrivere i suoi mutamenti."

*AN 1.49/52: Pabhassara Sutta*  
*Luminosa*

"Luminosa, o monaci, è la mente, ma è sporcata dagli influssi impuri."

"Luminosa, o monaci, è la mente, ma è liberata dagli influssi impuri."

"Luminosa, o monaci, è la mente, ma è sporcata dagli influssi impuri. La persona ordinaria (puthujjana) non istruita, non percepisce ciò come [il suo stato] reale, questo è perché, per una persona ordinaria, non istruita, non v'è nessuna coltivazione della mente".

"Luminosa, o monaci, è la mente, ma è liberata dagli influssi impuri. Il discepolo dei Nobili, istruito, percepisce ciò come [il suo stato] reale, questo è perché, per un discepolo dei Nobili, istruito, v'è una coltivazione della mente". {I,vi,2}

LIBRO DEI DUE

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 2.5: Appativana Sutta*  
*Ostinatamente*

“Monaci, ho conosciuto due qualità attraverso l'esperienza: l'insoddisfazione rispetto alle qualità tecniche (in altre parole, non bisogna accontentarsi delle singole qualità tecniche raggiunte, ma perseverare per raggiungere la suprema meta) ed

un esercizio ostinato. In maniera implacabile mi sono esercitato, [pensando], “Con gioia lasciai la carne ed il sangue asciugarsi nel mio corpo, lasciando appena la pelle, i tendini, e le ossa, ma se non ho ottenuto ciò che può essere raggiunto attraverso l'umana fermezza, l'umana perseveranza, l'umana tenacia, non devo allentare il mio sforzo.’ Così vigile raggiunsi il Risveglio. Attraverso questa attenzione ottenni l'insuperata libertà da ogni vincolo.

“Anche voi, monaci, dovrete esercitarvi ostinatamente [pensando], “Con gioia lasciamo la carne ed il sangue asciugarsi nel nostro corpo, lasciando appena la pelle, i tendini, e le ossa, ma se non abbiamo ottenuto ciò che può essere raggiunto attraverso l'umana fermezza, l'umana perseveranza, l'umana tenacia, non dobbiamo allentare il nostro sforzo.” Anche voi, fra non molto, raggiungerete e dimorerete nella suprema meta della vita santa, per cui si è lasciati la casa per intraprendere il sentiero di pratica, ottenendo la suprema conoscenza in questa stessa esistenza.

“Perciò in questo modo dovete esercitarvi: “Ci eserciteremo ostinatamente [pensando], “Con gioia lasciamo la carne ed il sangue asciugarsi nel nostro corpo, lasciando appena la pelle, i tendini, e le ossa, ma se non abbiamo ottenuto ciò che può essere raggiunto attraverso l'umana fermezza, l'umana perseveranza, l'umana tenacia, non dobbiamo allentare il nostro sforzo.” Così dovete esercitarvi.

*AN 2.9: Lokapala Sutta*  
*Custodi del mondo*

"Vi sono queste due splendide qualità che proteggono il mondo. Quali due? Il pudore e la previdenza (per i risultati delle azioni non salutari). Se queste due splendide qualità non proteggessero il mondo, non ci sarebbe il riconoscimento, in questa esistenza, di ‘madre’, di ‘zia materna’, di ‘moglie dello zio, 'di moglie del

maestro,' oppure di 'moglie di persone rispettabili.' Il mondo sarebbe immerso nella promiscuità, come fra arieti e capre, galli e maiali, o cani e sciacalli. Ma poiché queste due splendide qualità proteggono il mondo, vi è il riconoscimento di 'madre', di 'zia materna', di 'moglie dello zio, di 'moglie del maestro,' oppure di 'moglie di persone rispettabili."

*AN 2.18: Ekamsena Sutta*  
*Categoricamente*

Il Ven. Ananda si recò dal Beato e, ivi giunto, dopo averlo salutato con riverenza, si sedette ad un lato. Appena seduto, il Beato gli disse: "Io categoricamente dico, Ananda, che la cattiva condotta fisica, la cattiva condotta verbale e la cattiva condotta mentale non dovrebbero essere seguite."

"Dato che il Beato ha dichiarato che la cattiva condotta fisica, la cattiva condotta verbale e la cattiva condotta mentale non dovrebbero essere seguite, a quali svantaggi si va incontro, signore, quando si compie ciò che non deve essere fatto?"

"Avendo così dichiarato, Ananda, che la cattiva condotta fisica, la cattiva condotta verbale e la cattiva condotta mentale non dovrebbero essere seguite, questi sono gli svantaggi a cui si va incontro quando si compie ciò che non deve essere fatto: ci si sente in colpa; le persone sagge, dopo un attento esame, saranno molto critiche; ci si macchierà di una cattiva reputazione; si morrà inquieti; e – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte – si rinascerà in un mondo di dolore, in una cattiva destinazione, nei reami inferiori, negli inferi. Avendo così dichiarato, Ananda, che la cattiva condotta fisica, la cattiva condotta verbale e la cattiva condotta mentale non dovrebbero essere seguite, questi sono gli svantaggi a cui si va incontro quando si compie ciò che non deve essere fatto. Io categoricamente dico, Ananda, che la cattiva condotta fisica,



la cattiva condotta verbale e la cattiva condotta mentale non dovrebbero essere seguite.

*AN 2.19:Kusala Sutta  
Salutare*

"Abbandonate ciò che è nocivo, o monaci. È possibile abbandonare ciò che è nocivo. Se non fosse possibile abbandonare ciò che è nocivo, non vi direi, 'Abbandonate ciò che è nocivo.' Ma siccome è possibile abbandonare ciò che è nocivo, vi dico, 'Abbandonate ciò che è nocivo.' Se l'abbandonare ciò che è nocivo portasse pena e dolore, non vi direi, 'Abbandonate ciò che è nocivo.' Ma siccome abbandonare ciò che è nocivo porta beneficio e piacere, vi dico, 'Abbandonate ciò che è nocivo.'

"Sviluppate ciò che è salutare, o monaci. È possibile sviluppare ciò che è salutare. Se non fosse possibile sviluppare ciò che è salutare, non vi direi, 'Sviluppate ciò che è salutare.' Ma siccome è possibile sviluppare ciò che è salutare, vi dico, 'Sviluppate ciò che è salutare.' Se lo sviluppare ciò che è salutare portasse pena e dolore, non vi direi, 'Sviluppate ciò che è salutare.' Ma siccome lo sviluppare ciò che è salutare porta beneficio e piacere, vi dico, 'Sviluppate ciò che è salutare.'

*AN 2.21: Bala-pandita Sutta  
Stolti e saggi*

"Monaci, questi due sono degli stolti. Quali due? Colui che non vede la sua trasgressione come una trasgressione, e colui che non perdona giustamente un altro che ha confessato la sua trasgressione. Questi due sono degli stolti.

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

"Questi due sono dei saggi. Quali due? Colui che vede la sua trasgressione come una trasgressione, e colui che perdona giustamente un altro che ha confessato la sua trasgressione. Questi due sono dei saggi."

*AN 2.23: Abhasita Sutta*  
*Ciò che non è stato detto*

"Monaci, questi due tipi di persone calunniano il Tathagâta. Quali sono? Colui che spiega ciò che non è stato detto o rivelato dal Tathagâta come detto o rivelato dal Tathagâta. E colui che spiega ciò che è stato detto o rivelato dal Tathagâta come non detto o rivelato dal Tathagâta. Questi due tipi di persone calunniano il Tathagâta."

*AN 2.25: Neyyattha Sutta*  
*Un significato da dedurre*

"Monaci, questi due tipi di persone calunniano il Tathagâta. Quali due? colui che spiega un discorso di cui bisogna dedurne il significato per un discorso il cui significato è stato già spiegato chiaramente. E colui che spiega un discorso il cui significato è stato già spiegato chiaramente per un discorso di cui bisogna dedurne il significato. Questi due tipi di persone calunniano il Tathagâta."

*AN 2.30: Vijja-bhagiya Sutta*  
*La chiara conoscenza*

"Queste due qualità contribuiscono alla chiara conoscenza. Quali sono? La meditazione di calma (samatha) e la meditazione di visione profonda (vipassana).

"Quando la meditazione di calma è sviluppata, la mente è ampliata. E quando la mente è ampliata, i desideri bramosi sono abbandonati.

"Quando la meditazione di visione profonda è sviluppata, la conoscenza è ampliata. E quando la conoscenza è ampliata, l'ignoranza è abbandonata.

"Sporcata dai desideri bramosi, la mente non è libera. Sporcata dall'ignoranza, la conoscenza non si sviluppa. Con lo svanire dei desideri bramosi nasce la piena presenza mentale e con lo svanire dell'ignoranza nasce la perfetta conoscenza".

*AN 2.31/32: Kاتاṅṅu Sutta*  
*Gratitudine*

{II,iv,1} " Monaci, vado ad insegnarvi la caratteristica di una persona senza integrità e la caratteristica di una persona integra. Ascoltate e fissate bene la vostra attenzione. Vado a parlare."

"Sì, Beato" - risposero i monaci.

Il Beato disse: "Qual è la caratteristica di una persona senza integrità? Una persona senza integrità è ingrata, non riconosce l'aiuto che gli si porta. Quest'ingratitude, questa mancanza di riconoscenza è una natura delle persone rozze. Questa è la caratteristica di una persona senza integrità.

Una persona integra è piena di gratitudine e riconosce l'aiuto che gli si porta. Questa gratitudine, questa riconoscenza è una natura delle persone buone. Questa è la caratteristica di una persona integra."

{II,iv,2} "Monaci, vi sono due persone che non è facile ripagare. Quali sono? Vostra madre e vostro padre. Anche se portate vostra madre su una delle vostre spalle e vostro padre sull'altra per

100 anni, e ne prendete cura unguendo, massaggiando, lavando e frizionando le loro membra, e dovessero defecare ed urinare sulle vostre spalle, non rimborsereste in questo modo i vostri genitori. Anche se nominate vostra madre e vostro padre sovrani assoluti di questa grande terra, coprendoli dei sette tesori, non rimborsereste in questo modo i vostri genitori. Perché ? Una madre ed un padre fanno molto per i loro bambini. Si prendono cura di loro, li nutrono e li introducono al mondo. Ma colui che risveglia [spiritualmente] i suoi genitori non credenti, e solidifica fermamente la loro fede; chi risveglia i suoi genitori non virtuosi, e li solidifica fermamente nella virtù; chi risveglia i suoi genitori avari, e li solidifica fermamente nella generosità; chi risveglia i suoi genitori ignoranti, e li solidifica fermamente nella conoscenza: costui ripaga completamente sua madre e suo padre."

*AN 2.33: Aññataro Brahmano Sutta*  
*Un certo Bramano*

Un certo bramano si recò dal Beato. Lì giunto scambiò amichevoli saluti con lui. Dopo questi cortesi saluti si sedette a lato. Appena seduto il bramano disse queste parole al Beato: "Cosa dichiara il Venerabile Gotama, cosa predica?"

"Io sono colui che dichiara ciò che dovrebbe essere fatto, bramano, e ciò che non dovrebbe essere fatto."(I due termini cruciali in questo passo sono *kiriya* e *akirya*. In genere vengono tradotte con "azione" ed "inazione").

"Ma in che modo il Venerabile Gotama è colui che dichiara ciò che dovrebbe essere fatto e ciò che non dovrebbe essere fatto?"

"Io mi riferisco con "ciò che non dovrebbe essere fatto", bramano, all'azione errata fatta col corpo, con la parola e con la mente ed a quella moltitudine di pensieri nocivi ed insani.

Io mi riferisco con “ciò che dovrebbe essere fatto”, bramano, alla retta azione fatta con il corpo, con la parola e con la mente ed a quella moltitudine di pensieri positivi. In questo modo, bramano, io sono colui che predica “ciò che dovrebbe essere fatto” e “ciò che non dovrebbe essere fatto”.

“Meraviglioso, Venerabile Gotama! Straordinario, Venerabile Gotama! Il Venerabile Gotama ha reso chiaro il Dhamma in vari modi, proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, si rivelasse ciò che era nascosto, si mostrasse la via a chi si era smarrito, o si recasse una luce nell’oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, così il Venerabile Gotama — con vari metodi — ha rivelato il Dhamma. Io prendo rifugio nel Venerabile Gotama, nel Dhamma, e nella comunità dei monaci. Possa il Venerabile Gotama accettarmi come seguace laico che ha preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita.

*AN 2.38: Kandarayana Sutta*  
*A Kandarayana*

In una certa occasione il Ven. Maha Kaccana soggiornava a Madhura nella Foresta Gunda. Allora il bramano Kandarayana si recò dal Ven. Maha Kaccana ed ivi giunto scambiò dei cortesi saluti con lui. Dopo questo scambio di cortesi saluti si sedette ad un lato. Appena seduto così disse al Ven. Maha Kaccana: “Ho sentito dire che voi Maestro Kaccana non rispettate i saggi e venerabili bramani – ormai anziani – né vi alzate in segno di rispetto per salutarli, né offrite loro una sedia. Per cui credo che il vostro comportamento non sia retto, Maestro Kaccana.”

“Bramano, il Beato – onniveggente e saggio, degno e perfettamente risvegliato – ha dichiarato il grado di chi è venerabile e il grado di chi è un giovane novizio. Anche se una persona è venerabile – di 80, 90, 100 anni – se si fa coinvolgere dai sensi, vive nella piena sensualità, è preso dalla febbre dei sensi, è divorato da pensieri sensuali ed è sempre alla ricerca di sensualità, allora

quella persona è semplicemente un giovane sciocco, non un anziano saggio.

Invece se uno è giovane o novizio – un ragazzo con neri capelli e nel fiore degli anni – ma non si fa coinvolgere dai sensi, non vive nella piena sensualità, non è preso dalla febbre dei sensi, non è divorato da pensieri sensuali e non è mai alla ricerca di sensualità, allora è un saggio.”

Dopo queste parole, il bramano Kandarayana si alzò dal suo posto, pose il mantello su una spalla e si prostrò ai piedi dei monaci novizi [dicendo]: “Voi siete venerabili, appartenete al grado di coloro che sono venerabili. Noi siamo i giovani che appartengono al grado di coloro che sono giovani.

“Magnifico, Maestro Kaccana! Straordinario! Proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, si rivelasse ciò che era nascosto, si mostrasse la via a chi si era smarrito, o si recasse una luce nell’oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, allo stesso modo il Maestro Gotama — con vari metodi — ha reso chiaro il Dhamma. Io prendo rifugio nel Maestro Gotama, nel Dhamma, e nella comunità dei monaci. Possa il maestro Kaccana accettarmi come seguace laico che ha preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita.

*AN 2.46: Ukkacita Sutta*  
*Retorica*

“Monaci, ci sono queste due assemblee. Quali due? L’assemblea condotta con retorica e senza contraddittorio e l’assemblea condotta con contraddittorio e senza retorica.

E qual è l’assemblea condotta con retorica e senza contraddittorio?

Quando in un'assemblea i discorsi del Tathagata – profondi, intensi nel loro significato, trascendenti, connessi alla vacuità – sono recitati, i monaci non li ascoltano, non gli prestano attenzione, non concentrano le loro menti alla conoscenza; non li considerano come degni di comprensione o di approfondimento.

Ma quando i discorsi come opere letterarie – opere di poeti, suadenti nel suono e nell'espressione, opere di gente profana, discorsi di discepoli – sono recitati, li ascoltano, gli prestano attenzione, concentrano le loro menti alla conoscenza; li considerano come degni di comprensione o di approfondimento. Tuttavia quando hanno approfondito il Dhamma non pongono domande, non lo analizzano: “Com'è questo? Qual è il significato di quest'altro?” Non rendono chiaro ciò che non lo è, non rendono semplice ciò che non lo è, non dissolvono i dubbi sui vari punti complessi. Questa è chiamata un'assemblea condotta con retorica e senza contraddittorio.

E qual è l'assemblea condotta con contraddittorio e senza retorica?

Quando in un'assemblea i discorsi come opere letterarie - opere di poeti, suadente nel suono, nell'espressione, opere di gente profana, discorsi di discepoli – sono recitati, i monaci non li ascoltano, non gli prestano attenzione, non concentrano le loro menti alla conoscenza; non li considerano come degni di comprensione o di approfondimento.

Invece quando i discorsi del Tathagata – profondi, intensi nel loro significato, trascendenti, connessi alla vacuità – sono recitati, i monaci li ascoltano, gli prestano attenzione, concentrano le loro menti alla conoscenza; li considerano come degni di comprensione o di approfondimento.

E quando hanno conosciuto a fondo il Dhamma pongono domande e lo analizzano: “Com'è questo? Qual è il significato di quest'altro?” Rendono chiaro ciò che non lo è, rendono semplice

ciò che non lo è, dissolvono i dubbi sui vari punti complessi. Questa è chiamata un'assemblea condotta con contraddittorio e senza retorica.

*AN 2.98: Bala Sutta*  
*Stolti*

"Monaci, questi due sono degli stolti. Quali due? Colui che porta un fardello che non gli tocca, e colui che non porta un fardello che gli tocca. Questi due sono degli stolti."

*AN 2.119: Dullabha Sutta*  
*Difficile da trovare*

"Monaci, ci sono due tipi di persone difficili da trovare nel mondo. Quali sono? Coloro che sono disposti sempre a essere gentili verso gli altri, e coloro che sono riconoscenti per il servizio reso e si sentono obbligate a ricambiarlo. Questi due tipi di persone sono difficili da trovare nel mondo."

*AN 2.125-126: Ghosa Sutta*  
*Voce*

“Monaci, ci sono queste due condizioni che fanno sorgere la falsa visione. Quali due? La voce di un altro [*Woodward, nella traduzione della Pali Text Society, rende parato ghoso come “una voce da un altro mondo”, e in una nota a piè di pagina come “prescienza da altro mondo”. Se si intende una persona comune, la parola vacca o vacii dovrebbe essere usata al posto di ghoso; e se si intende come altra persona, allora dovrebbe essere usata il termine aññassa o aññatarassa invece di parato. Infine, egli nota che questo passo appare anche nel MN 43 seguito dall’affermazione di “poteri sovrumani”, intesi come conoscenza psichica derivante da tali poteri.*

*Non è molto chiara tale interpretazione. Non vi è menzione nei sutta del Canone di persone che hanno raggiunto la retta visione ascoltando semplicemente la voce di qualcun altro. Si è cercato*



*di aggirare questo problema affermando che la voce è riferita a quella del Buddha o di qualche Arahāt.*

*Per quanto riguarda il passaggio tratto da MN 43 in questo sutta vi sono una lunga serie di domande e risposte che trattano vari argomenti, quindi è difficile dire che il sutta fornisce un significato chiaro e preciso. Detto questo, però, questo passaggio non fa riferimento ai poteri sovrumani, ma si può capire che è possibile sviluppare la conoscenza anche senza poteri psichici.] e l'attenzione inadeguata. Queste sono le due condizioni che fanno sorgere le false idee.”*

“Monaci, ci sono queste due condizioni che fanno sorgere la retta visione. Quali due? La voce di un altro e l'adeguata attenzione. Queste sono le due condizioni che fanno sorgere la retta visione.”

## LIBRO DEI TRE

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 3.2: Lakkhana Sutta*  
*Caratterizzato (dall'azione)*

"Esistono [questi] tre principi diretti. Quali sono? Il Sé come principio diretto, il cosmo come principio diretto ed il Dhamma come principio diretto.

E che cos'è il Sé come principio diretto? È il caso dove un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, al piede di un albero, o vicino ad un'abitazione vuota, riflette del tipo: 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare; non è per amore per gli elemosinanti, per amore

per gli alloggi, o per amore per tale o tale stato di [futuro] diventare, che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare. Questo è semplicemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; per le pene, i lamenti, le sofferenze, gli sconforti e le disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso per le tensioni, [ed io spero,] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni può essere conosciuta"! Adesso, se dovessi ricercare gli stessi tipi di piaceri sensuali che [quelli che] ho abbandonato lasciando il mio focolare per entrare nella vita senza focolare ; o dei tipi [di piaceri sensuali] pessimi; ciò non sarebbe benefico per me.' Così, riflette a questo: ' La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] invalsa e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo questo principio diretto, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è portatore di grandi frutti, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che è sorgente di merito e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il Sé come principio diretto.

E che cos'è il cosmo come principio diretto? È il caso dove un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, al piede di un albero, o vicino ad un'abitazione vuota, riflette del tipo: 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare; non è per amore per gli elemosinanti, per amore per gli alloggi, o per amore per tale o tale stato di [futuro] diventare, che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare. Questo è semplicemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; per le pene, i lamenti, le sofferenze, gli sconforti e le disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso per le tensioni, [ed io spero,] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni può essere conosciuta"! Adesso, se io, avendo lasciato il mio focolare per la vita senza focolare, dovessi avere dei pensieri sensuali, pensieri malevoli, o pensieri offensivi: grande è la comunità di questo cosmo. Ed in questa grande comunità di questo cosmo, ci

sono dei religiosi e dei meditanti dotati di poteri psichici, chiaro-veggenti, abili [nell'arte di leggere] le menti degli altri. Possono vedere anche a distanza. Stesso molto vicino, restano invisibili. Con essi [con chiara] coscienza, conoscono la mente degli altri. Saprebbero ciò al mio proposito: "Guardate, miei amici, quest'uomo ha lasciato il suo focolare per la vita senza focolare; casa sommersa per il male, per le qualità mentali improduttive". Ci sono anche dei deva dotati di poteri psichici, chiaroveggenti, abili [nell'arte di leggere] la mente degli altri. Possono vedere anche a distanza. Stesso molto vicino, restano invisibili. Con essi [con chiara] coscienza, conoscono la mente degli altri. Saprebbero ciò al mio proposito: "Guardate, miei amici, quest'uomo con fede ha lasciato il suo focolare per la vita senza focolare; casa sommersa per il male, per le qualità mentali improduttive". ' Così, riflette : ' La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] invalsa e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo questo principio diretto, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è portatore di grandi frutti, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che non è sorgente di biasimo e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il cosmo come principio diretto.

E che cos'è il Dhamma come principio diretto? È il caso dove un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, al piede di un albero, o vicino ad un'abitazione vuota, riflette del tipo: 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare; non è per amore per gli elemosinanti, per amore per gli alloggi, o per amore per tale o tale stato di [futuro] diventare, che ho lasciato il mio focolare per entrare nella vita senza focolare. Questo è semplicemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; per le pene, i lamenti, le sofferenze, gli sconforti e le disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso per le tensioni, [ed io spero,] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni può es-

sere conosciuta"! Adesso, il Dhamma è ben insegnato dal Beato, accessibile qui ed ora, immateriale, invitando ciascuno a venire ed a vedere [per se stesso], pertinente, accessibile per i saggi stessi. Ci sono dei membri che praticano la castità che rimangono sapendo e vedendo ciò. Se io avendo lasciato il mio focolare per la vita senza focolare, dovessi restare pigro e spensierato, ciò non sarebbe benefico per me.' Così, riflette a questo: ' La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] invalsa e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo il Dhamma come principio diretto, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è produttivo, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che è sorgente di merito e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il Dhamma come principio diretto. Ecco i tre principi diretti."

Non c'è  
nel cosmo  
nessun  
luogo  
segreto  
per  
colui che ha commesso  
una  
cattiva  
azione

Tu sai  
se sei giusto  
o no.

Sottovaluti la pura saggezza  
che è in te,  
tu con questo male  
in te  
che nascondi.

I deva ed i Tathâgata vedono lo stupido  
che agisce  
in disaccordo col cosmo.

Così dovresti andare  
governato da te stesso,  
attento;  
governato dal cosmo,  
imperioso,  
assorbito nei jhana;  
governato dal Dhamma,  
agendo in accordo  
col Dhamma.

Il saggio che fa uno sforzo  
in verità  
non si riammala.

Chiunque per lo sforzo  
--dominante Mara,  
conquistando il Maligno--  
toccato dalla cessazione della nascita,  
è Tale,

Un conoscitore del cosmo,  
saggio,  
un saggio  
che non è influenzato  
da nessuna cosa.

*AN 3.15: Rathakara Sutta Pacetana Sutta  
Il carradore*

Una volta il Beato soggiornava vicino Varanasi, nel Parco dei Cervi ad Isipatana. Là si rivolse ai monaci: "Monaci!"

"Sì, Signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse: "Una volta, monaci, c'era un re chiamato Pacetana. Un giorno, il Re Pacetana disse al suo carradore: 'Mio buon carradore, fra sei mesi a contare da oggi avrà luogo una battaglia. Puoi farmi un nuovo paio di ruote per la mia diga?'

'Sì, vostra Maestà." rispose il carradore al re.

Sei giorni prima della fine dei sei mesi il carradore finì una ruota. Il Re Pacetana gli disse: 'Fra sei giorni avrà luogo la battaglia. Il paio di ruote per la mia diga sarà finito?'

'Vostra Maestà, sei giorni prima della fine dei sei mesi, ho finito una ruota.'

'Ma puoi finire la seconda ruota in questi sei giorni?'

'Sì, vostra maestà." - rispose il carradore al re.

Dopo aver finito la seconda ruota in sei giorni, il carradore portò il paio di ruote al re e, al suo arrivo, gli disse: 'Ecco il nuovo paio di ruote completamente finito, vostra maestà.'

'E qual è la differenza tra la ruota costruita in sei mesi meno sei giorni, e la ruota costruita in sei giorni? Non vedo nessuna differenza tra loro.'

'C'è una differenza tra loro, vostra maestà. Ecco guardate.' Allora, il carradore prese la ruota, costruita in sei giorni e la fece rotolare. Essa rotolò fin dove il suo slancio glielo permetteva e cadde al suolo roteando. Poi prese la ruota costruita in sei mesi e sei giorni e la fece rotolare. Essa rotolò fin dove il suo slancio glielo permetteva, poi si immobilizzò come se fosse fissata ad un asse.

'Qual è la ragione, mio buon carradore, quale è la causa, per cui la ruota, costruita in sei giorni, rotolando, fin dove il suo slancio glielo permette cade al suolo roteando? E qual è la ragione, qual è la causa, per cui la ruota, costruita in sei mesi meno sei giorni, rotolando fin dove il suo slancio glielo permette si immobilizza come se fosse fissata ad un asse?'

'Vostra maestà, la ruota costruita in sei giorni, il suo cerchione è storto e presenta dei difetti e delle imperfezioni. I suoi raggi sono storti e presentano dei difetti e delle imperfezioni. Il suo mozzo è storto e presenta dei difetti e delle imperfezioni. Poichè il suo cerchione... i suoi raggi... il suo mozzo sono storti e presentano dei difetti e delle imperfezioni, dopo aver rotolato fin dove il suo slancio glielo permette cade al suolo roteando. Mentre la ruota costruita in sei mesi meno sei giorni, il suo cerchione non è storto e non presenta nessun difetto né imperfezione. I suoi raggi non sono storti e non presentano nessun difetto né imperfezione. Il suo mozzo non è storto e non presenta nessun difetto né imperfezione. Poichè il suo cerchione... i suoi raggi... il suo mozzo non sono storti e non presentano nessun difetto né imperfezione, dopo aver rotolato fin dove il suo slancio glielo permette, si immobilizza come se fosse fissata ad un asse.'

Monaci, ero io il carradore di questa storia. Ero abile nel correggere difetti ed imperfezioni. Ora, sono un Arahant, un Perfetto Svegliato, abile nel correggere le azioni fisiche, le azioni verbali e le azioni mentali difettose ed imperfette.

Ogni monaco o monaca presso cui le azioni fisiche difettose ed imperfette non sono abbandonate; le azioni verbali difettose ed imperfette non sono abbandonate; le azioni mentali difettose ed imperfette non sono abbandonate, si è allontanato da questa Dottrina (Dhamma) e da questa Disciplina, come la ruota costruita in sei giorni. Ma ogni monaco o monaca le cui le azioni fisiche difettose ed imperfette sono abbandonate; le azioni verbali difettose ed imperfette sono abbandonate; le azioni mentali difettose ed



imperfette sono abbandonate rettamente rimane saldo in questa Dottrina ed in questa disciplina, come la ruota costruita in sei mesi meno sei giorni.

Così dovete esercitarvi: 'Abbandoneremo le azioni fisiche difettose ed imperfette. Abbandoneremo le azioni verbali difettose ed imperfette. Abbandoneremo le azioni mentali difettose ed imperfette.' Così dovete esercitarvi."

*AN 3.22: Gilana Sutta  
I malati*

“Ci sono tre tipi di malati che possono esistere nel mondo. Quali sono?

Vi è il malato che gli importa poco di ricevere un cibo appropriato, gli importa poco di ricevere dei rimedi appropriati, gli importa poco di ricevere delle cure appropriate; egli non guarirà dalla malattia. Vi è il malato che gli importa poco di ricevere un cibo appropriato, gli importa poco di ricevere dei rimedi appropriati, gli importa poco di ricevere delle cure appropriate; ma guarirà dalla malattia. Vi è il malato che guarirà dalla malattia se riceve un cibo appropriato, dei rimedi appropriati e delle cure appropriate, ma non guarirà se non ne riceve.

Adesso, a causa dei malati che guariranno se ricevono un cibo appropriato, dei rimedi appropriati e delle cure appropriate; ma non guariranno se non ne ricevono ; che il cibo per i malati è stato previsto, che i rimedi per i malati sono stati previsti, che le cure per i malati sono state previste. E questo è perché questo tipo di malati esiste, e gli altri tipi di malati devono essere curati anche essi.

Questi sono i tre tipi di malati che possono esistere nel mondo.

Allo stesso modo, ci sono tre tipi di persone che, come i tre tipi di malati, possono esistere nel mondo. Quali sono?

Vi è la persona che le importa poco se vede il Tathagâta, importa poco se sente il Dhamma e la Disciplina insegnata dal Tathagâta; non prenderà coscienza della nobiltà delle qualità mentali evolute. Vi è la persona che le importa poco se vede il Tathagâta, importa poco se sente il Dhamma e la Disciplina insegnata dal Tathagâta; e prenderà coscienza della nobiltà delle qualità mentali evolute. Vi è la persona che prenderà coscienza della nobiltà delle qualità mentali evolute solo se vede il Tathagâta e sente il Dhamma e la Dottrina insegnata dal Tathagâta, ma non prenderà coscienza se non lo vede e non li sente.

Adesso, a causa delle persone che prendono coscienza della nobiltà delle qualità mentali evolute se vedono il Tathagâta e sentono il Dhamma e la Dottrina insegnata dal Tathagâta; ma non prendono coscienza se non lo vedono e non li sentono; che l'insegnamento del Dhamma è stato previsto. E questo è perché questo tipo di persone esistono, e gli altri tipi di persone devono ricevere anch'esse l'insegnamento del Dhamma [nella speranza che possano cambiare, che abbiano bisogno di questo insegnamento e che questo insegnamento possa essere utile e benefico].

Questi sono i tre tipi di persone che, come i tre tipi di malati, possono esistere nel mondo."

*AN 3.33: Nidana Sutta*  
*Cause*

"Monaci, queste tre sono cause d'origine delle azioni. Quali tre? La cupidigia, l'avversione e l'ignoranza.

Ogni azione compiuta con cupidigia - nata dalla cupidigia, causata dalla cupidigia, originata dalla cupidigia: ovunque ritorni, là

quella azione maturerà. Dove quell'azione matura, là uno sperimenterà i suoi frutti, o in questa vita o nella prossima.

Ogni azione compiuta con avversione - nata dall'avversione, causata dall'avversione, originata dall'avversione: ovunque ritorni, là quell'azione maturerà. Dove quell'azione matura, là uno sperimenterà i suoi frutti, o in questa vita o nella prossima.

Ogni azione compiuta con l'ignoranza - nata dall'ignoranza, causata dall'ignoranza, originata dall'ignoranza: dovunque ritorni, là quell'azione maturerà. Dove quell'azione matura, là uno sperimenterà i suoi frutti, o in questa vita o nella prossima.

Quando i semi non sono marci, nè danneggiati dal vento e dal calore, capaci di germogliare, ben piantati nel terreno e bagnati dalla pioggia, quei semi crescerebbero abbondanti. Allo stesso modo, ogni azione compiuta con cupidigia... compiuta con avversione... compiuta con ignoranza - nata dall'ignoranza, causata dall'ignoranza, originata dall'ignoranza: ovunque ritorni, là quell'azione maturerà. Dove quell'azione matura, là uno sperimenterà i suoi frutti, o in questa vita o nella prossima.

Queste sono le tre cause d'origine delle azioni.

Ora, queste tre sono [ulteriori] cause d'origine delle azioni. Quali tre? La rinuncia è una causa d'origine delle azioni. La benevolenza è una causa d'origine delle azioni. La conoscenza è una causa d'origine delle azioni.

Ogni azione compiuta con rinuncia - nata dalla rinuncia, causata dalla rinuncia, originata dalla rinuncia: quando la cupidigia è abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di sviluppo, non destinate per il futuro.

Ogni azione compiuta con benevolenza - nata dalla benevolenza, causata dalla benevolenza, originata dalla benevolenza: quando l'avversione è abbandonata, distrutta alla radice, come un albero di palme sradicato privato delle condizioni di sviluppo, non destinate per il futuro.

Ogni azione compiuta con la conoscenza - nata dalla conoscenza, causata dalla conoscenza, originata dalla conoscenza: quando l'ignoranza è abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di sviluppo, non destinate per il futuro.

Quando i semi non sono marci, non danneggiati dal vento e dal calore, capaci di germogliare, ben piantati nel terreno, ed un uomo li bruciasse riducendoli in cenere, per poi lasciarli al vento o all'acqua di un ruscello, quei semi sarebbero distrutti così alla radice, come un albero di palme sradicato privato delle condizioni di sviluppo, non destinate per il futuro.

Allo stesso modo, ogni azione compiuta con rinuncia... compiuta con benevolenza... compiuta con conoscenza - nata dalla conoscenza, causata dalla conoscenza, originata dalla conoscenza: quando l'ignoranza è abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di sviluppo, non destinate per il futuro. Queste, monaci sono le tre cause d'origine di ogni azione."

Una persona inconsapevole:  
ogni sua azione compiuta,  
nata dalla cupidigia, nata dall'avversione,  
e nata dall'ignoranza,  
se molte o poche,  
è sperimentata in questa stessa vita:  
non vi è altra terra.

Quindi un monaco, sapendo  
che  
cupidigia, avversione e ignoranza  
possono aumentare, con chiara conoscenza,  
sradica  
ogni cattiva destinazione.

*AN 3.34: Hatthaka Sutta  
Per Hatthaka*

*(sull'arte di dormire bene nella fredda foresta)*

Una volta, il Beato soggiornava vicino ad Alavi, [seduto] su un tappeto di foglie accanto ad una strada in una foresta di simsapa. Un giorno, Hatthaka di Alavi, passeggiando per quella strada, vide il Beato seduto su un tappeto di foglie nella foresta di simsapa. Vedendolo, si avvicinò a lui e, avendogli reso omaggio, si sedette in disparte ad un lato. Appena seduto disse al Beato: "Venerato, spero che il Beato abbia dormito pacificamente."

"Sì, ragazzo. Ho dormito pacificamente. Faccio parte di coloro nel mondo che dormono pacificamente."

"Ma, Venerato, fredde sono le notti di inverno. Scarno è il tappeto di foglie. Poche sono le foglie sugli alberi. Leggeri sono i vostri abiti ocra. Il soffio del vento Verambha è freddo. Tuttavia il Beato dice, 'Sì, ragazzo. Ho dormito pacificamente. Faccio parte di coloro nel mondo che dormono pacificamente.'"

"Allora, ragazzo, vado a porti una controdomanda. Rispondi come vuoi. Immagina un capofamiglia o il figlio di un capofamiglia proprietario di una casa con un tetto in pignone, coperto all'interno ed all'esterno, senza nessun interstizio, con una porta e delle finestre perfettamente incastonate e chiuse per non lasciare passare il vento. All'interno, ha un letto in crine di cavallo rico-

perto di un lungo copriletto di lana, di un copriletto ricamato, di un tappeto da letto in pelle di daino kadali, con un baldacchino sopra, e dei cuscini rossi ad ogni lato, una lampada per illuminare, e quattro spose, con tutto il loro fascino, che si occupano di lui. Dormirebbe pacificamente o no? Qual è il tuo parere?"

"Sì, Venerato, dormirebbe pacificamente. Farebbe parte di coloro nel mondo che dormono pacificamente."

"Adesso che pensi, ragazzo. Le febbri fisiche o mentali, nate dal desiderio, non potrebbero apparire a questo capofamiglia o a questo figlio di capofamiglia? Così consumato da queste febbri, nate dal desiderio, dormirebbe miserabilmente?"

"Sì, Venerato."

"Così queste febbri, nate dal desiderio, consumando il capofamiglia o il figlio del capofamiglia, l'impediscono di dormire pacificamente; questa brama è stata abbandonata dal Tathâgata, le sue radici sono state distrutte, come una palma sradicata, è stata privata delle sue condizioni di esistenza, non ha possibilità di esistenza futura. Perciò dorme pacificamente."

"Adesso che pensi, ragazzo. Le febbri fisiche o mentali, nate dall'avversione, non potrebbero apparire a questo capofamiglia o a questo figlio di capofamiglia? Così consumato da queste febbri, nate dall'avversione, dormirebbe miserabilmente?"

"Sì, Venerato."

"Così queste febbri, nate dall'avversione, consumando il capofamiglia o il figlio del capofamiglia, l'impediscono di dormire pacificamente; questa avversione è stata abbandonata dal Tathâgata, le sue radici sono state distrutte, come una palma sradicata, è stata privata delle sue condizioni di esistenza, non ha possibilità di esistenza futura. Perciò dorme pacificamente."

"Adesso che pensi, ragazzo. Le febbri fisiche o mentali, nate dall'ignoranza, non potrebbero apparire a questo capofamiglia o a questo figlio di capofamiglia? Così consumato da queste febbri, nate dall'ignoranza, dormirebbe miserabilmente?"

"Sì, Venerato."

"Così queste febbri, nate dall'ignoranza, consumando il capofamiglia o il figlio del capofamiglia, l'impediscono di dormire pacificamente; questa ignoranza è stata abbandonata dal Tathâgata, le sue radici sono state distrutte, come una palma sradicata, è stata privata delle sue condizioni di esistenza, non ha possibilità di esistenza futura. Perciò dorme pacificamente."

Sempre, sempre,  
dorme pacificamente:  
il bramano totalmente liberato,  
chi non si attacca  
ai piaceri dei sensi,  
chi è senza cupidigia  
e distaccato.

Avendo tagliato tutti i legami  
e domato la paura nel suo cuore, sopito,  
dorme pacificamente,  
Avendo raggiunto la pace  
del risveglio.

*AN 3.38: Sukhamala Sutta*  
*Raffinatezza*

"Monaci, ho vissuto nella raffinatezza, la più grande raffinatezza, la raffinatezza totale. Mio padre aveva fatto costruire degli stagni di loto nel nostro palazzo: uno di essi era di loti rossi, un altro era di loti bianchi, un altro ancora era di loti blu, solo per me. Non

utilizzavo che legno di sandalo che provenisse da Varanasi. Il mio turbante veniva da Varanasi, come la mia tunica, i miei vestiti intimi, così come il mio mantello. Si teneva un ombrellone bianco di giorno e per proteggermi dal freddo, dal caldo, dalla polvere, dalla sporcizia e dalla rugiada.

Avevo tre palazzi: uno per la stagione fredda, uno per la stagione calda, uno per la stagione delle piogge. Durante i quattro mesi della stagione delle piogge, dei menestrelli mi distraevano nel palazzo della stagione delle piogge senza che ci fosse un solo uomo tra esse, ed io non scesi mai una sola volta dal palazzo. Mentre i servitori, gli operai ed i membri degli altri focolari mangiavano della zuppa di lenticchie e riso rotto, nella casa di mio padre, i servitori, gli operai ed i membri del mio seguito mangiavano del grano, del riso e della carne.

Sebbene dotato di una simile fortuna, di una raffinatezza tanto totale, il pensiero mi venne: 'Quando una persona non istruita, una persona ordinaria, soggetta all'invecchiamento, ne vede un'altra che è vecchia, è inorridita, umiliata e disgustata, immemore di questo che è anche soggetta all'invecchiamento. Se io - che sono soggetto all'invecchiamento- dovessi essere inorridito, umiliato e disgustato vedendo un altro che è vecchio, ciò non sarebbe corretto da parte mia.' Notando ciò, il veleno [tipico] dei giovani per la gioventù cadde interamente.

Sebbene dotato di una simile fortuna, di una raffinatezza tanto totale, il pensiero mi venne: 'Quando una persona non istruita, una persona ordinaria, soggetta alla malattia, ne vede un'altra che è malata, è inorridita, umiliata e disgustata, immemore di questo che è anche soggetta alla malattia. E se io - che sono soggetto alla malattia - dovessi essere inorridito, umiliato e disgustato vedendo un altro che è malato, ciò non sarebbe corretto da parte mia.' Notando ciò, il veleno della persona sana per la salute cadde interamente.



Sebbene dotato di una simile fortuna, di una raffinatezza tanto totale, il pensiero mi venne: 'Quando una persona non istruita, una persona ordinaria, soggetta alla morte, ne vede un'altra che è morta, è inorridita, umiliata e disgustata, immemore di questo che è anche soggetta alla morte. E se io - che sono soggetto alla morte - dovessi essere inorridito, umiliato e disgustato vedendo un altro che è morto, ciò non sarebbe corretto da parte mia.' Notando ciò, il veleno della persona vivente per la morte cadde interamente."

\* \* \*

"Monaci, ci sono queste tre forme di veleno. Quali tre? Il veleno della gioventù, il veleno della salute, il veleno della vita.

Ubriaca del veleno della gioventù, una persona senza istruzione, ordinaria, conduce una vita con cattiva condotta fisica, cattiva condotta verbale e cattiva condotta mentale. Impegnata nella cattiva condotta fisica, verbale, e mentale, - allo scioglimento del corpo, dopo la morte - riappare nel piano della privazione, in una cattiva destinazione, nei piani inferiori, all'inferno.

Ubriaca del veleno della salute, una persona senza istruzione, ordinaria, conduce una vita con cattiva condotta fisica, cattiva condotta verbale e cattiva condotta mentale. Impegnata nella cattiva condotta fisica, verbale, e mentale, - allo scioglimento del corpo, dopo la morte - riappare nel piano della privazione, in una cattiva destinazione, nei piani inferiori, all'inferno.

Ubriaco del veleno della vita, una persona senza istruzione, ordinaria, conduce una vita con cattiva condotta fisica, cattiva condotta verbale e cattiva condotta mentale. Impegnata nella cattiva condotta fisica, verbale, e mentale, - allo scioglimento del corpo, dopo la morte - riappare nel piano della privazione, in una cattiva destinazione, nei piani inferiori, all'inferno.

Ubriaco del veleno della gioventù, un monaco abbandona la pratica e torna alla vita inferiore. Ubriaco del veleno della salute, un monaco abbandona la pratica e torna alla vita inferiore. Ubriaco del veleno della vita, un monaco abbandona la pratica e torna alla vita inferiore."

Soggetti alla nascita, soggetti all'invecchiamento,  
soggetti alla morte,  
le persone ordinarie  
sono respinte da coloro che soffrono  
per ciò a cui sono soggetti.  
E se dovessi essere respinto  
per gli esseri soggetti a queste cose,  
ciò non sarebbe corretto da parte mia,  
vivendo come fanno.

Anche ora questo atteggiamento --  
conoscendo il Dhamma  
senza acquisizioni --  
ho sormontato ogni veleno  
per la salute, la gioventù e la vita  
come colui che vede  
la rinuncia come un riposo.

Per me, l'energia è sorta,  
La conclusione fu vista chiaramente.  
Non c'è ormai più mezzo  
con cui divido i piaceri sensuali.  
Avendo seguito la vita santa,  
non ritornerò più.

*AN 3.40: Adhipateyya Sutta  
Influenti principi*

"Esistono [questi] tre principi influenti. Quali sono? Il Sé come principio influente, il cosmo come principio influente ed il Dhamma come principio influente.

E che cos'è il Sé come principio influente? Quando un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, ai piedi di un albero, o vicino ad dimora disabitata, così riflette : 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato la casa per intraprendere la vita ascetica; non è per amore per gli elemosinanti, per amore delle dimore, o per amore per tale o tale stato di una [futura] rinascita, che ho lasciato la casa per intraprendere la vita ascetica. Questo è semplicemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; dalle pene, dai lamenti, dalle sofferenze, dagli sconforti e dalle disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso dalle tensioni, [e spero] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni possa essere conosciuta"! Adesso, se dovessi ricercare gli stessi tipi di piaceri sensuali che ho abbandonato lasciando la casa per intraprendere la vita ascetica; o dei tipi [di piaceri sensuali] pessimi; ciò non sarebbe benefico per me.' Così, riflettendo: ' La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] salda e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo questo principio influente, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è portatore di grandi frutti, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che è sorgente di merito e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il Sé come principio influente.

E che cos'è il cosmo come principio influente? Quando un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, ai piedi di un albero, o vicino ad dimora disabitata, così riflette : 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato la casa per intraprendere la vita ascetica; non è per amore per gli elemosinanti, per amore delle dimore, o per amore per tale o tale stato di una [futura] rinascita, che ho lasciato la casa per intraprendere la vita ascetica. Questo è sempli-

cemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; dalle pene, dai lamenti, dalle sofferenze, dagli sconforti e dalle disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso dalle tensioni, [e spero] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni possa essere conosciuta"! Adesso, se, dopo aver lasciato la vita familiare per la vita ascetica, dovessi avere dei pensieri sensuali, pensieri malevoli, o pensieri offensivi: grande è la comunità di questo cosmo. Ed in questa grande comunità di questo cosmo, ci sono dei religiosi e dei meditanti dotati di poteri psichici, chiaroveggenti, abili [nell'arte di leggere] le menti degli altri. Possono vedere anche a distanza. Anche molto vicini, restano invisibili. Essi [con chiara] coscienza, conoscendo la mente degli altri, saprebbero : "Guardate, miei amici, quest'uomo ha lasciato la vita familiare per la vita ascetica; casa sommersa dal male, a causa delle qualità mentali improduttive". Ci sono anche dei deva dotati di poteri psichici, chiaroveggenti, abili [nell'arte di leggere] la mente degli altri. Possono vedere anche a distanza. Anche molto vicini, restano invisibili. Essi [con chiara] coscienza, conoscendo la mente degli altri, saprebbero ciò al mio proposito: "Guardate, miei amici, quest'uomo con fede ha lasciato la vita familiare per la vita ascetica; casa sommersa dal male, a causa delle qualità mentali improduttive". Così, riflette : 'La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] salda e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo questo principio influente, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è portatore di grandi frutti, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che non è sorgente di biasimo e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il cosmo come principio influente.

E che cos'è il Dhamma come principio influente? Quando un monaco, essendosi ritirato in un luogo deserto, ai piedi di un albero, o vicino ad dimora disabitata, così riflette : 'Non è per amore per gli abiti che ho lasciato la casa per intraprendere la vita

ascetica; non è per amore per gli elemosinanti, per amore delle dimore, o per amore per tale o tale stato di una [futura] rinascita, che ho lasciato la casa per intraprendere la vita ascetica. Questo è semplicemente perché sono assalito dalla nascita, dalla vecchiaia e dalla morte; dalle pene, dai lamenti, dalle sofferenze, dagli sconforti e dalle disperazioni; sono assalito dalle tensioni, sommerso dalle tensioni, [e spero] "Forse che la cessazione di tutta questa massa di sofferenze e di tentazioni possa essere conosciuta"! Adesso, il Dhamma è ben insegnato dal Beato, accessibile in questa vita, immateriale, invitando ognuno alla conoscenza per esperienza diretta, pertinente, accessibile per i saggi stessi. Se, dopo aver lasciato la vita domestica per la vita ascetica, dovessi restare pigro e spensierato, ciò non sarebbe benefico per me.' Così, riflette : 'La mia perseveranza sarà stimolata e non rilassata, la mia attenzione sarà [fermamente] salda e non confusa; il mio corpo sarà calmo e non eccitato; la mia mente sarà concentrata ed unificata.' Avendo fatto suo questo principio influente, abbandona ciò che è improduttivo, coltiva ciò che è portatore di grandi frutti, abbandona ciò che è sorgente di biasimo e sviluppa ciò che non è sorgente di biasimo e presta attenzione a sé restando su un nobile veda. Questo è chiamato il Dhamma come principio influente. Ecco i tre principi diretti."

Non c'è  
nel cosmo  
nessun  
luogo  
segreto  
per  
colui che ha commesso  
una  
cattiva  
azione

Tu sai  
se sei giusto

o no.

Sottovaluti la pura saggezza  
che è in te,  
tu con questo male  
in te  
che nascondi.

I deva ed i Tathâgata vedono lo stupido  
che agisce  
in disaccordo col cosmo.

Così dovresti andare  
governato da te stesso,  
attento;  
governato dal cosmo,  
imperioso,  
assorbito nei jhana;  
governato dal Dhamma,  
agendo in accordo  
col Dhamma.

Il saggio che fa uno sforzo  
in verità  
non si riammala.

Chiunque per lo sforzo  
--dominando Mara,  
conquistando il Maligno--  
toccato dalla cessazione della nascita,  
è Equanime,  
Un conoscitore del cosmo,  
saggio,  
un saggio  
che non è influenzato  
da nessuna cosa.

*AN 3.47: Sankhata Sutta*  
*Condizionato*

"Monaci, vi sono tre caratteristiche condizionate che caratterizzano ciò che è condizionato. Quali sono? La nascita è visibile, la morte è visibile, il cambiamento (*letteralmente, essere un altro/diversità*) durante l'esistenza è visibile. Ecco le tre caratteristiche condizionate che caratterizzano ciò che è condizionato.

Ora, ci sono tre caratteristiche non condizionate che caratterizzano ciò che è non-condizionato. Quali sono? Nessuna nascita è visibile, nessuna morte è visibile, nessun cambiamento (*letteralmente, essere un altro/diversità*) durante l'esistenza è visibile. Ecco le tre caratteristiche non condizionate che caratterizzano ciò che è non-condizionato".

*AN 3.48: Pabbata Sutta*  
*Una montagna*

"Monaci, i grandi alberi che vivono e dipendono dallo Himalaia, il re delle montagne, prosperano su tre piani [di prosperità]. Quali sono? Prosperano sul piano dei rami, delle foglie e del fogliame. Prosperano sul piano della corteccia e dei germogli. Prosperano sul piano del bosco resinoso e del bosco di fronzuto. I grandi alberi che crescono e dipendono dallo Himalaia, il re delle montagne, prosperano su questi tre piani [di prosperità].

Allo stesso modo, i discendenti che vivono e dipendono da un uomo (del clan), di convinzione prosperano su tre piani [di prosperità]. Quali sono? Prosperano sul piano della fede. Prosperano sul piano della virtù. Prosperano sul piano della chiarezza di

mente. I discendenti che vivono e dipendono da un uomo di fede prosperano su questi tre piani [di prosperità]."

Come una montagna di pietra  
nella natura, in un vasto boschetto,  
dalla quale dipendono [e] prosperano  
i signori della foresta, alberi maestosi--  
parimenti,  
quelli che vivono qui e dipendono  
da un uomo di fede,  
--virtuoso--  
prosperano:  
donne e bambini,  
amici, persone a carico, e genitori.

Vedendo la virtù di questo virtuoso,  
la sua generosità e la sua buona condotta,  
colui che è perspicace  
[egli] incastra il passo.

Avendo, qui stesso in questo mondo,  
seguito il Dhamma,  
la via [che conduce] ad una buona destinazione,  
si diletta del mondo dei deva,  
assaggiando i piaceri che desiderano.

*AN 3.51/52: Dvejana Sutta*  
*Due persone*

Una volta il Beato soggiornava al monastero d'Anathapindika situato nel bosco di Jeta vicino alla città di Savatthi. Un giorno due bramani, deboli vegliardi, vecchi, d'età avanzata, avendo raggiunto l'ultimo stadio della vita, vecchi di 120 anni, andarono a trovare il Beato. Essendosi avvicinati, scambiarono dei saluti



cortesi e, dopo aver scambiato parole di cortesia, si sedettero in disparte su un lato. Appena seduti, gli dissero: "Maestro Gotama, siamo dei bramani, deboli vegliardi, vecchi, d'età avanzata, avendo raggiunto l'ultimo stadio della vita, vecchi di 120 anni. E non abbiamo compiuto nessuna azione ammirevole, nessuna azione portatrice di grandi frutti, nessuna azione che distrugga le nostre paure. Insegnaci, Maestro Gotama. Istruiscici, Maestro Gotama, per la nostra felicità ed il nostro beneficio a lungo termine".

"Difatti, bramani, siete dei deboli vegliardi, vecchi, d'età avanzata, raggiunto l'ultimo stadio della vita, vecchi di 120 anni. E non avete compiuto nessuna azione ammirevole, nessuna azione portatrice di grandi frutti, nessuna azione che distrugga le vostre paure. Questo mondo è spazzato dalla vecchiaia, dalla malattia e dalla morte, ogni padronanza del corpo, del discorso e del pensiero praticato sarà qui un riparo, una grotta, un'isola e un rifugio dopo la morte nel mondo dell'aldilà."

È portata:  
la vita, questa durata di niente.  
Per qualcuno irascibile per l'età  
nessun riparo esiste.

Guardando il pericolo dalla morte,  
fate delle azioni meritorie  
che portano felicità.

Chiunque in questa vita è padrone  
del suo corpo, delle sue parole e della sua coscienza,  
chi realizza dei meriti quando è in vita:  
quello sarà felice dopo la morte.

*AN 3.57: Vaccha Sutta  
A Vaccha*

Allora Vacchagotta l'errante si recò dal Beato e, lì giunto, scambiò dei saluti cortesi con lui. Dopo uno scambio di saluti amichevoli e di cortesie, si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Beato: "Maestro Gotama, ho sentito affermare che 'Gotama l'asceta dice questo: "Solo a me bisogna fare dei doni, e non ad altri. Solo ai miei discepoli bisogna fare dei doni, e non ad altri. Solamente ciò che mi è dato porta grandi frutti, e non ciò che è dato ad altri. Solamente ciò che è dato ai miei discepoli porta grandi frutti, e non ciò che è dato ai discepoli degli altri". 'Ora, coloro che riportano questo: riportano le parole esatte del Maestro Gotama?"

"Vaccha chiunque dice questo: 'Gotama il contemplativo dice questo: "Solo a me bisogna fare dei doni, e non ad altri. Solo ai miei discepoli bisogna fare dei doni, e non ad altri. Solamente ciò che mi è dato porta grandi frutti, e non ciò che è dato ad altri. Solamente ciò che è dato ai miei discepoli porta grandi frutti, e non ciò che è dato ai discepoli degli altri." - non riporta le mie parole esatte, mi rappresenta a torto, ciò è inesatto e falso.

Vaccha chiunque impedisca ad un altro di fare un dono crea tre ostacoli, tre impedimenti. Quali tre? Crea un ostacolo al merito del donatore, un ostacolo ai guadagni del ricevente, e si fa del torto. Chiunque impedisca ad un altro di fare un dono crea questi tre ostacoli, questi tre impedimenti.

Te lo dico, Vaccha, anche se una persona getta i resti di cibo di una scodella in uno stagno o presso un villaggio, dicendosi: 'Possano tutti gli animali che vivono qui nutrirsi di questo' - sarebbe una sorgente di merito, per non dire niente di ciò che è dato agli esseri umani. Ma dico infatti che ciò che è dato in maniera virtuosa porta ad una persona dei grandi frutti, e molto meno ciò che è dato ad una persona non virtuosa. E la persona virtuosa ha abbandonato cinque fattori ed è dotata di cinque.

Quali cinque ha abbandonato? Ha abbandonato il desiderio sensuale... la cattiva volontà... la pigrizia e il torpore... l'inquietudine e l'ansietà... il dubbio. Questi sono i cinque fattori che ha abbandonato. E di quale cinque si è dotata? È dotata dell'aggregato di virtù ... dell'aggregato di concentrazione ... dell'aggregato di conoscenza... dell'aggregato di liberazione ... dell'aggregato della conoscenza e della visione della liberazione . Questi sono i cinque fattori di cui si è dotata."

Ti dico:

In un gregge di bestiame,  
che sia nero o bianco,  
rossastro, bruno,  
chiazzato, uniforme,  
o grigio:  
se nasce un toro--  
docile, paziente,  
compiuto in forza,  
e vivo--  
le persone l'assoggettano ai fardelli,  
senza riguardi al suo colore.

Parimenti,  
importa poco se si nasce  
tra gli uomini--  
nobile guerriero, preti,  
commercianti, lavoratori,  
fuori-caste, o netturbini--  
se si è amorevoli, se si hanno delle meditative pratiche,  
se si è giusti, compiuti in virtù,  
un dicitore di verità, con la coscienza al cuore,  
qualcuno  
che ha lasciato cadere la nascita ed è morto,  
completato la vita santa  
posto il fardello,  
finito il suo compito

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

libero da fermentazioni,  
passai al di là di ogni dhamma,  
grazie alla mancanza di attaccamenti:  
le offerte a questo campo senza macchia  
portano dei frutti in abbondanza.

Ma gli stolti, gli ignoranti,  
gli ottusi, gli stupidi,  
fanno dei doni  
e non si avvicinano ai buoni.

Mentre quelli che si avvicinano ai buoni  
--considerati come illuminati,  
saggi--  
di cui la fiducia nel Beato  
ha preso radice,  
è stabilita e chiusa:  
vanno nel mondo dei deva  
o rinascono in questo mondo in una buona famiglia.

Tappa per tappa  
essi ottengono  
la Liberazione:  
i saggi.

*AN 3.60: Sangarava Sutta*  
*A Sangarava*

Il bramano Sangarava andò dal Beato e, ivi giunto, scambiò con lui saluti cortesi. Dopo questo scambio di saluti amichevoli e cortesi, si sedette ad un lato. Appena seduto disse al Beato: "Maestro Gotama, noi bramani compiamo sacrifici e troviamo altri per compiere sacrifici. E chi compie un sacrificio, chi trova altri per compiere un sacrificio, gli fanno fare una pratica di merito

e ne traggono profitto molti esseri. Ma chi, lascia la sua famiglia, e prende la via della ascetismo, lo fa per se stesso, e pratica per se stesso verso la Liberazione: la sua pratica di merito è solo per sé."

"Molto bene, bramano, in questo caso gli farò un controdomanda. Risponda come vuole. Cosa pensa? Quando un Tathagâta appare nel mondo, un degno, perfettamente risvegliato, completo in conoscenza e condotta, conoscitore del cosmo, maestro di esseri umani e divini, benedetto. Egli dice: 'Questo è il sentiero, questa è la pratica che, conduce alla vita santa ed alla pace, che ho conosciuto e realizzato da solo. Vieni! Fai lo stesso, fai la stessa pratica e conoscerai ciò che io ho conosciuto.' Così il maestro insegna il Dhamma, ed altri lo praticano. Un centinaio, migliaia, centinaia di migliaia di loro. Questa pratica di merito è per se stessi o porta benefici anche ad altri?"

"Maestro Gotama, questa pratica di merito porta benefici anche ad altri."

Detto questo, il Ven. Ananda disse al bramano Sangarava: "Di queste due pratiche, bramano, quale considera la meno complicata, la meno violenta, la più fruttifera la più remunerativa?"

Detto questo, il bramano Sangarava disse al Ven. Ananda: "Sia il maestro Gotama sia il maestro Ananda, io li adoro, io li lodo [entrambi]."

Una seconda volta, il Ven. Ananda gli disse : "Non vi ho chiesto chi adora o loda. Vi ho chiesto: "Di queste due pratiche, bramano, quale considera la meno complicata, la meno violenta, la più fruttifera la più remunerativa?"

Una seconda volta, il bramano Sangarava disse al Ven. Ananda: "Sia il maestro Gotama sia il maestro Ananda, io li adoro, io li lodo [entrambi]"

Una terza volta, il Ven. Ananda gli fece la stessa domanda.

E per una terza volta il bramano rispose come prima.

Poi il Beato pensò: "Il bramano Sangarava evade la domanda di Ananda."

Quindi il Beato disse al bramano Sangarava: "Bramano qual era il tema di conversazione che è sorta oggi quando la corte reale si è riunita nel palazzo reale? "

"Maestro Gotama, questo era il tema di conversazione nel palazzo reale: 'In passato, c'erano pochi monaci dotati di poteri sovrumani, esposti al miracolo del potere psichico. Ci sono ora più monaci dotati di questi poteri. Questo, Maestro Gotama, era il tema di conversazione nel palazzo reale.'"

"Bramano, ci sono questi tre miracoli. Quali tre? Il miracolo del potere psichico, il miracolo della telepatia ed il miracolo dell'insegnamento.

E qual è il miracolo del potere psichico? Quando una persona adopera i poteri psichici e molteplici. Essendo stato uno ne diviene molti; essendo stato molti diviene uno. Appare. Svanisce. Supera non impedito muri, bastioni e montagne come se attraversasse lo spazio. Si tuffa dentro la terra come se fosse acqua. Cammina sull'acqua senza affondare come se fosse terraferma. Sedendo a gambe incrociate vola attraverso l'aria come un uccello. Con la sua mano tocca e accarezza il sole e la luna, così possenti e potenti. Influisce anche su mondi lontani come i mondi di Brahma. Questo è chiamato il miracolo del potere psichico.

E qual è il miracolo della telepatia? Quando una persona legge [ i pensieri di un'altra persona] [dicendo]: 'Tale è il suo pensiero, così è la sua mente.' .....

Poi quando una persona legge [i pensieri di un'altra persona], sentendo la voce di esseri umani, esseri sovrumani, o deva [dicendo,] 'Tale è il suo pensiero, ecco dove è il suo pensare, così è la sua mente.'....

Poi quando una persona legge [i pensieri di un'altra persona], non sentendo la voce di esseri umani, esseri sovrumani, o deva; ma sentendo il suono del pensiero diretto e la consapevolezza di una persona, [dicendo,] 'Tale è il suo pensiero, ecco dove è il suo pensare, così è la sua mente.'....

Poi quando una persona legge [i pensieri di un'altra persona], avendo raggiunto una concentrazione priva di pensiero diretto e di valutazione, ed includendo la consapevolezza [dell'altro] con la sua consapevolezza, lui discerne, 'Determinato il modo che le predisposizioni mentali di questa persona venerabile sono inclinate, i pensieri diretti della sua mente immediatamente penseranno a questo.'.....

Questo, bramano è il miracolo della telepatia.

E qual è il miracolo dell'insegnamento? Quando una persona dà così istruzione: 'Dirigi il tuo pensiero in questo modo, non in quello. Fai attenzione alle cose in questo modo, non in un altro. Abbandona questo, entra e rimani in quello.' Questo è chiamato il miracolo dell'istruzione.

E questi sono i tre miracoli.

Ora, bramano, di questi tre miracoli, secondo lei, qual è il più alto e il più sublime?"

"Maestro Gotama, di questi tre miracoli il miracolo del potere psichico dove una certa persona maneggia i poteri psichici e molteplici... (e) influenza anche mondi lontani come i mondi di Brahma: quello è un miracolo sperimentato solamente da lui che

lo fa; appartiene solamente a lui. Sembra essere di natura illusoria.

Come per il miracolo dove una certa persona attraverso un segnale o una visione... sentendo la voce di esseri umani, esseri sovrumani, o deva... sentendo il suono del pensiero diretto e della valutazione di una persona che ha pensieri diretti e sta valutando, [dicendo]: 'Tale è il suo pensiero, ecco dove è il suo pensare, così è la sua mente.' ... [o] chi avendo raggiunto una concentrazione privo di pensiero diretto e valutazione, ed includendo la consapevolezza [dell'altro] con la sua consapevolezza, discerne: 'Determinato il modo che le predisposizioni mentali di questa persona venerabile sono deviate, i pensieri diretti della sua mente immediatamente penseranno a questo.' E può leggere precisamente la vera realtà, e non altrimenti: quello è un miracolo sperimentato solamente da lui che lo fa; appartiene solamente a lui che lo fa. Sembra essere di natura illusoria.

Come per il miracolo dove una persona dà così istruzione: 'Dirigi il tuo pensiero così, non lo dirigere in quello. Fai attenzione a queste cose così, non in questo modo. Abbandona questo, entra e rimani in quello ': questo è il miracolo che, dei tre, giudico il più alto e il più sublime.

Stupendo, Maestro Gotama. Così è stato detto dal Maestro Gotama. E sappiamo che il Maestro Gotama è dotato di queste tre meraviglie: il Maestro Gotama adopera i poteri psichici e molteplici... (e) influenza mondi lontani come i mondi di Brahma. Avendo raggiunto una concentrazione .....

"Chiaramente, bramano, Lei mi ha affrontato con la sua asserzione personale, ma ciononostante io risponderò. Sì, io adopero i poteri psichici e molteplici... (e) influenzo mondi lontani come i mondi di Brahma; avendo raggiunto una concentrazione priva di pensiero diretto e valutazione, ed includendo la consapevolezza [dell'altro] con la mia consapevolezza, io discerno: 'Determinato



il modo che le predisposizioni mentali di questa persona venerabile sono deviate, i pensieri diretti della sua mente immediatamente penseranno a questo.' Io do così istruzione: 'Dirigi il tuo pensiero così, non lo dirigere in quello. Fai attenzione così a queste cose, non ad altre. Lascia andare questo, entra e rimani in quello.'"

"A parte voi, Maestro Gotama, c'è un altro monaco che è dotato di questi tre miracoli? "

"Bramano, ci sono non solo cento altri monaci... due... tre... quattro... cinquecento altri monaci: i monaci che sono dotati di questi tre miracoli sono moltissimi"

"E, Maestro Gotama, dove vivono questi monaci?"

"In questa comunità di monaci."

"Magnifico, maestro Gotama! Magnifico! E' come se si fosse raddrizzato ciò che era rovesciato, rivelato ciò che era nascosto, mostrato la via ad uno che si era perso o portato una lampada nel buio in modo che coloro che hanno occhi possano vedere, allo stesso modo il Maestro Gotama ha reso chiaro il Dhamma. Io prendo rifugio in Gotama , nel Dhamma e nella comunità di monaci. Possa il Maestro Gotama accettarmi come un seguace laico da oggi e per sempre."

*AN 3.61: Tittha Sutta*  
*Settari*

"Monaci, ci sono questi tre tipi di seguaci di sette che—quando esaminati in modo razionale da persone sagge—anche se possono essere spiegati diversamente, sono bloccati in [una dottrina] dell'inerzia. Quali tre?"

Ci sono bramani ed asceti che professano questa dottrina, credono a questa teoria: 'Qualsiasi persona sperimenti—il piacevole, il doloroso, o il né piacevole né doloroso—ciò è causato da quello che si è fatto in passato.' Ci sono bramani ed asceti che professano questa dottrina, credono a questa teoria: 'Qualsiasi persona sperimenti—il piacevole, il doloroso, o il né piacevole né doloroso—tutto ciò è causato da un essere supremo, un dio creatore.' Ci sono bramani ed asceti che professano questa dottrina, credono a questa teoria: 'Qualsiasi persona sperimenti—il piacevole, il doloroso, o il né piacevole né doloroso—tutto ciò è senza causa e senza condizione.'

A quei bramani ed asceti che professano... che tutto è causato da ciò che si è fatto in passato io dissi loro: 'È vero che professate questa teoria... che tutto è causato da ciò che si è fatto in passato?' Loro ammisero: 'Sì.' Poi io dissi loro, 'Allora in quel caso, una persona è un'assassina di esseri viventi a causa di ciò che ha fatto in passato. Una persona è ladra... impudica... bugiarda... usa parole che dividono... usa parole aspre... avida... malevola... crede in teorie sbagliate a causa di ciò che ha fatto in passato.' Quando uno ripete gli errori fatti in passato, monaci, allora non c'è desiderio, né sforzo [al pensiero]: 'Questo dovrebbe essere fatto. Questo non dovrebbe essere fatto.' Quando uno non comprende la verità o la realtà di ciò che deve e non deve fare, è sconcertato ed indifeso. Uno non può rettamente definirsi un asceta. Questa fu la mia prima confutazione retta a quei bramani ed asceti che professano tali insegnamenti, tali teorie.

A quei bramani ed asceti che professano che tutto è causato da un essere supremo, da un creatore io dissi loro: 'È vero che professate che tutto è causato da un essere supremo, da un creatore?' Loro ammisero: 'Sì.' Poi io dissi loro, 'Allora in quel caso, una persona è un'assassina di esseri viventi a causa di un essere supremo, di un creatore. Una persona è ladra... impudica... bugiarda... usa parole che dividono... usa parole aspre... avida... malevola... crede in teorie sbagliate a causa di un essere supremo, di

un creatore.' Quando uno crede che tutto dipende da un essere supremo, monaci, non c'è desiderio, né sforzo [al pensiero], 'Questo dovrebbe essere fatto. Questo non dovrebbe essere fatto.' Quando uno non comprende la verità o la realtà di ciò che deve e non deve essere fatto, è sconcertato ed indifeso. Uno non può rettamente definirsi un asceta. Questa fu la mia seconda confutazione retta a quei bramani ed asceti che professano tali insegnamenti, tali teorie.

A quei bramani ed asceti che professano che tutto è senza causa e senza condizione, io dissi loro: 'È vero che professate che tutto è senza causa e senza condizione?' Loro ammisero: 'Sì.' Poi io dissi loro, 'Allora in quel caso, una persona è un'assassina di esseri viventi senza causa, senza condizione. Una persona è ladra... impudica... bugiarda... usa parole che dividono... usa parole aspre... avida... malevola... crede in teorie sbagliate senza causa, senza condizione.' Quando uno crede che non v'è causa né condizione, monaci, allora non c'è desiderio, né sforzo [al pensiero], 'Questo dovrebbe essere fatto. Questo non dovrebbe essere fatto.' Quando uno non comprende la verità o la realtà di ciò che deve e non deve essere fatto, è sconcertato ed indifeso. E non definirsi rettamente un asceta. Questa fu la mia terza confutazione retta a quei bramani ed asceti che professano tali insegnamenti, tali teorie.

Questi sono i tre tipi di seguaci di sette che—quando esaminati razionalmente da persone sagge—anche se possono essere spiegate altrimenti, rimangono bloccati nell'inazione.

Ma questo Dhamma insegnato da me è inconfutabile, incorrotto, irreprensibile, non biasimato da bramani ed asceti. E qual è il Dhamma insegnato da me inconfutabile, incorrotto, irreprensibile, non biasimato da bramani ed asceti? 'Ci sono queste sei proprietà' è un Dhamma insegnato da me ..... 'Ci sono questi sei organi di contatto dei sensi' è un Dhamma .. .... 'Ci sono queste di-

ciotto esplorazioni per i fattori mentali' è un Dhamma..... 'Ci sono queste quattro nobili verità ' è un Dhamma.....

'Ci sono queste sei proprietà' è un Dhamma ....': Queste sono le sei proprietà: la proprietà della terra, la proprietà dell'acqua (liquida), la proprietà del fuoco, la proprietà del vento, la proprietà dello spazio, la proprietà della coscienza-. 'Ci sono queste sei proprietà" è un Dhamma ....

'Ci sono questi sei organi di contatto sensorio' è un Dhamma .....: Questi sono i sei organi di contatto sensorio: l'occhio come mezzo di contatto sensorio, l'orecchio come mezzo di contatto sensorio, il naso come mezzo di contatto sensorio, la lingua come mezzo di contatto sensorio, il corpo come mezzo di contatto sensorio, la mente come mezzo di contatto sensorio. 'Ci sono questi sei organi di contatto sensorio" è un Dhamma.....

'Ci sono queste diciotto esplorazioni per la mente' è un Dhamma .....: Vedendo una forma con l'occhio, uno esplora una forma che può risultare piacevole, uno esplora una forma che risultare dolorosa, uno esplora una forma che può risultare neutra. Sentendo un suono con l'orecchio... Odorando un aroma con il naso... Assaggiando un sapore con la lingua...percependo una sensazione tattile con il corpo... conoscendo un'idea con la mente, uno esplora un'idea che può comportarsi come la base per la felicità, uno esplora un'idea che può comportarsi come la base per l'infelicità, uno esplora un'idea che può comportarsi come la base per l'equanimità. 'Ci sono queste diciotto esplorazioni per la mente" è un Dhamma .....

'Ci sono queste quattro nobili verità' è un Dhamma.....E cosa ancora è stato detto?

Vi è un attaccamento alle sei proprietà, e vi è l'acquisizione di un embrione. Essendoci un'acquisizione, c'è nome e forma. Da nome e forma derivano i sei organi di senso. Dai sei organi di senso il contatto. Dal contatto le sensazioni. Attraverso una sen-

sazione si sperimenta e si dichiara: 'Questo è dolore.' Io dichiaro, 'Questa è l'origine del dolore.' Io dichiaro, 'Questa è la cessazione del dolore.' Io dichiaro, 'Questo è il percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.'

E qual è la nobile verità del dolore? Nascita è dolore, invecchiare è dolore, morte è dolore; pena, lamentazione, angoscia e disperazione è dolore; legarsi con ciò che non si ama è dolore, la separazione da ciò che si ama è dolore, non avere ciò che si vuole è dolore. In breve, i cinque aggregati sono dolore. Questa è chiamata la nobile verità del dolore.

E qual è la nobile verità dell'origine del dolore?

Dall'ignoranza derivano le formazioni karmiche/azione. Dalle formazioni karmiche deriva la coscienza. Dalla coscienza derivano nome e forma. Da nome e forma derivano i sei organi di senso. Dai sei organi di senso deriva il contatto. Dal contatto deriva la sensazione. Dalla sensazione deriva la brama. Dalla brama deriva l'attaccamento. Dall'attaccamento deriva il divenire. Dal divenire deriva la nascita. Dalla nascita, la vecchiaia e la morte, pena, lamentazione, angoscia e disperazione. Tale è l'origine di questa massa intera di dolore e sofferenza.

Questa è chiamata la verità nobile dell'origine del dolore.

E qual è la nobile verità della cessazione del dolore?

Dalla cessazione di quella massa d'ignoranza deriva la cessazione delle formazioni karmiche/azione. Dalla cessazione delle formazioni karmiche/azione deriva la cessazione della coscienza. Dalla cessazione della coscienza deriva la cessazione di nome e forma. Dalla cessazione di nome e forma deriva la cessazione dei sei organi di senso. Dalla cessazione dei sei organi di senso deriva la cessazione del contatto. Dalla cessazione del contatto deriva la cessazione della sensazione. Dalla cessazione della sen-

sazione deriva la cessazione della brama. Dalla cessazione della brama deriva la cessazione dell'attaccamento. Dalla cessazione dell'attaccamento deriva la cessazione del divenire. Dalla cessazione del divenire deriva la cessazione della nascita. Dalla cessazione della nascita, la vecchiaia e la morte, pena, lamentazione, angoscia e disperazione cessano. Tale è la cessazione di questa massa intera di sofferenza e dolore.

Questa è chiamata la nobile verità della cessazione del dolore.”

E qual è la nobile verità del percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore? Il nobile ottuplice sentiero: retta visione, retta risoluzione, retta parola, retta azione, retto sostentamento, retto sforzo, retta consapevolezza, retta concentrazione. Questa è chiamata la verità nobile del percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.

'Ci sono queste quattro nobili verità ' è un Dhamma insegnato da me, inconfutabile, incorrotto, irreprensibile, non biasimato da bramani ed asceti': Così è stato detto."

*AN 3.62: Bhaya Sutta*  
*Pericoli*

“Monaci, le persone comuni non istruite descrivono tre eventi come pericoli che separano una madre dal proprio figlio. Quali tre?

Quando scoppia un incendio, che brucia e distrugge tutto, villaggi, paesi e città. Quando villaggi, paesi e città sono incendiati e distrutti una madre viene separata dal figlio, e un figlio viene separato dalla madre. Questo è il primo evento descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite che separa la madre dal figlio.

Quando vi è un'alluvione, che distrugge tutto, villaggi, paesi e

città. Quando villaggi, paesi e città sono inondati d'acqua e fango una madre viene separata dal figlio, e un figlio viene separato dalla madre. Questo è il secondo evento descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite che separa la madre dal figlio.

Quando vi è un'invasione di barbari, che circondano e saccheggiano l'intera regione. Anche in questo caso, una madre viene separata dal figlio, e un figlio viene separato dalla madre. Questo è il terzo evento descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite che separa la madre dal figlio. Ma vi sono questi tre eventi che nel pericolo uniscono madre e figlio, e le persone comuni non istruite descrivono come pericoli che separano una madre dal figlio. Quali tre?

Quando scoppia un incendio, che brucia e distrugge tutto, villaggi, paesi e città. Quando villaggi, paesi e città sono incendiati e distrutti una madre viene unita al figlio, e un figlio viene unito alla madre. Questo è il primo evento che unisce una madre al figlio, ma è descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite, in quanto separa la madre dal figlio.

Quando vi è un'alluvione, che distrugge tutto, villaggi, paesi e città. Quando villaggi, paesi e città sono inondati d'acqua e fango una madre viene unita al figlio, e un figlio viene unito alla madre. Questo è il secondo evento che unisce una madre al figlio, ma è descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite, in quanto separa la madre dal figlio.

Quando vi è un'invasione di barbari, che circondano e saccheggiano l'intera regione. Anche in questo caso, una madre viene unita al figlio, e un figlio viene unito alla madre. Questo è il terzo evento che unisce una madre al figlio, ma è descritto come pericolo dalle persone comuni non istruite, in quanto separa la madre dal figlio.

Questi sono i tre eventi che nel pericolo uniscono madre e figlio, e le persone comuni non istruite descrivono come pericoli che separano una madre dal figlio.

Ci sono tre eventi descritti come pericoli che separano una madre

dal figlio. Quali tre? Il pericolo della vecchiaia, il pericolo della malattia, il pericolo della morte.

Una madre non può fermare, malgrado tutto, l'avanzare d'età del figlio: 'Sto invecchiando, ma spero che mio figlio non invecchi mai.'

Un figlio non può fermare, malgrado tutto, l'avanzare d'età della madre: 'Sto invecchiando, ma spero che mia madre non invecchi mai.'

Una madre non può fermare, malgrado tutto, la malattia del figlio: 'Sono malata, ma spero che mio figlio non si ammali mai.'

Un figlio non può fermare, malgrado tutto, la malattia della madre: 'Sono malato, ma spero che mia madre non si ammali mai.'

Una madre non può fermare, malgrado tutto, la morte del figlio: 'Sto morendo, ma spero che mio figlio non muoia.'

Un figlio non può fermare, malgrado tutto, la morte della madre: 'Sto morendo, ma spero che mia madre non muoia.'

Questi sono i tre eventi descritti come pericoli che separano una madre dal figlio.

Esiste un sentiero, esiste una pratica, che conduce ad abbandonare e a superare questi tre pericoli che separano una madre dal figlio o uniscono una madre al proprio figlio. Qual è questo sentiero? Qual è questa pratica? E' semplicemente il nobile ottuplice sentiero, e cioè retta visione, retto proposito, retto discorso, retta azione, retto modo di vita, retto sforzo, retta presenza mentale, retta concentrazione.

Questo è il sentiero, questa è la pratica, che conduce ad abbandonare e a superare questi tre pericoli che separano una madre dal figlio o uniscono una madre al proprio figlio."

*AN 3.65: Kalama Sutta*  
*Ai Kalama*

*I Kalama di Kesaputta vanno a vedere il Buddha*



1. Così ho sentito. Un giorno il Beato, mentre passava dal paese di Kosala in compagnia di una grande comunità di monaci, entrò in una città dei Kalama chiamata Kesaputta. I Kalama che erano gli abitanti di Kesaputta si dissero: "Il Reverendo Gautama, il monaco, il figlio degli Shakyan, mentre errava per il paese di Kosala, è entrato in Kesaputta. La buona reputazione del Reverendo Gautama si è sparsa fino qui: è vero, il Benedetto del Cielo è compiuto così, pienamente sveglio, dotato della conoscenza e della pratica, sublime, conoscitore dei mondi, senza pari, guida per gli uomini domabili, insegnante degli esseri divini ed uomini, che ha per sé compreso chiaramente da conoscenza diretta. Ha lanciato il Dharma, buono in principio, buono in mezzo, buono alla fine, dotato del senso e della lettera, e completo in tutto; ed egli proclama la vita santa che è perfettamente pura. Vedere delle persone tanto compiute è buono, difatti."

2. Or dunque, i Kalama che abitavano Kesaputta se ne andarono là dove si trovava il Beato. Arrivando là, certi gli resero omaggio e si sedettero da parte; altri scambiarono dei saluti con lui ed alla fine di una discussione cordiale e memorabile, si sedettero da parte; certi lo salutarono sollevando i loro palmi uniti e si sedettero da parte; certi annunciarono il loro nome e la loro famiglia e si sedettero da parte; certi, senza dire niente, si sedettero da parte.

*I Kalama di Kesaputta chiedono consiglio al Buddha*

3. I Kalama che abitavano Kesaputta si sedettero e dissero al Beato: Ci sono dei rinunciatari e dei bramani, venerabile signore, che visitano Kesaputta. Non espongono e spiegano solamente le loro dottrine; quelle degli altri, le disprezzano, le ridicolizzano. Di altri rinunciatari e bramani anche, venerabile signore, vengono a Kesaputta. Essi tanto non espongono e spiegano solamente le loro dottrine; quelle degli altri, le disprezzano, le ridicolizzano. Venerabile signore, abbiamo dei dubbi e delle incertezze sul

loro argomento. Quali di questi reverendi rinunciatari e bramani dichiarano la verità e quali dicono il falso?

*Il criterio di rigetto*

4.--E' normale per voi, o Kalama, di dubitare e di essere incerti; l'incertezza si è alzata in voi a proposito di ciò che è dubbio. Andate, Kalama. Non vi fidate di ciò che è stato acquisito per averlo sentito in modo ripetuto; né a causa della tradizione; né a causa della voce; né per il fatto che ciò si trova in una scrittura; né a causa di una supposizione; né a causa di un assioma; né a causa di un ragionamento speciale; né di un partito preso in favore di una nozione alla quale si è potuto riflettere; né a causa dell'apparente abilità di qualcun altro; né a causa della considerazione 'Il monaco è il nostro maestro'. O Kalama, quando sapete da voi stessi: 'Queste cose sono cattive; queste cose sono biasimevoli; queste cose sono condannate dai saggi; se le si intraprendono e se le si osservano, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia', abbandonatele.

Avidità, odio ed illusione

5. "Che pensate, o Kalama? L'avidità appare da qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?

--Per la sua disgrazia, venerabile signore.

--O Kalama, dedicandosi all'avidità, e trovandosi oltrepassato mentalmente e vinto dall'avidità, questa persona prenderà la vita altrui, ruberà, commetterà l'adulterio e racconterà delle menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo danno e la sua disgrazia?

--No, venerabile signore.

6.--Che pensate, o Kalama? L'odio appare da qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?

--Per la sua disgrazia, venerabile signore.

--O Kalama, dedicandosi all'odio, e trovandosi oltrepassato mentalmente e vinto dall'odio, questa persona prenderà la vita altrui, ruberà, commetterà l'adulterio e racconterà delle menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo danno e la sua disgrazia?

--No, venerabile signore.

7.--Che pensate, o Kalama? L'illusione appare da qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?

--Per la sua disgrazia, venerabile signore.

--O Kalama, dedicandosi all'illusione, e trovandosi oltrepassato mentalmente e vinto dall'illusione, questa persona prenderà la vita altrui, ruberà, commetterà l'adulterio e racconterà delle menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo danno e la sua disgrazia?

--No, venerabile signore.

8.--Che pensate, o Kalama? Queste cose sono buone o cattive?

--Cattive, venerabile signore.

--Biasimevoli o non biasimevoli?

--Biasimevoli, venerabile signore.

--Condannate o accettate dai saggi?

--Condannate, venerabile signore.

--Se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia? Che cosa ve ne sembra?

--Se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia. Così sembra.

9.--Per queste ragioni, o Kalama, che abbiamo detto così, 'Andate, Kalama. Non vi fidate di ciò che è stato acquisito per averlo sentito in modo ripetuto; né a causa della tradizione; né a causa della voce; né per il fatto che ciò si trova in una scrittura; né a causa di una supposizione; né a causa di un assioma; né a causa di un ragionamento speciale; né di un partito preso in favore di una nozione alla quale si è potuto riflettere; né a causa dell'apparente abilità di qualcun altro; né a causa della considerazione 'Il monaco è il nostro maestro'. O Kalama, quando sapete da voi stessi: 'Queste cose sono cattive; queste cose sono biasimevoli; queste cose sono condannate dai saggi; se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia', abbandonatele.

#### *Il criterio di accettazione*

10. "Andate, Kalama. Non vi fidate di ciò che è stato acquisito per averlo sentito in modo ripetuto; né a causa della tradizione; né a causa della voce; né per il fatto che ciò si trova in una scrittura; né a causa di una supposizione; né a causa di un assioma; né a causa di un ragionamento speciale; né di un partito preso in favore di una nozione alla quale si è potuto riflettere; né a causa dell'apparente abilità di qualcun altro; né a causa della considerazione 'Il monaco è il nostro maestro'. O Kalama, quando sapete da voi stessi: 'Queste cose sono buone; queste cose non sono biasimevoli; queste cose sono accettate dai saggi; se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al beneficio ed alla felicità', intraprendetele ed osservatele.

Assenza di avidità, odio ed illusione

11. "Che cosa ne pensate, o Kalama? L'assenza di avidità appare in qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?"

--Per il suo beneficio, venerabile signore.

--O Kalama, non dedicandosi all'avidità, e non essendo oltrepassato mentalmente e vinto dall'avidità, questa persona non prenderà la vita altrui, non ruberà, non commetterà l'adulterio e non racconterà menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo beneficio e la sua felicità?

--No, venerabile signore.

12. --Che pensate, o Kalama? L'assenza di odio appare in qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?"

--Per il suo beneficio, venerabile signore.

--O Kalama, non dedicandosi all'odio, e non essendo oltrepassato mentalmente e vinto dall'odio, questa persona non prenderà la vita altrui, non ruberà, non commetterà l'adulterio e non racconterà menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo beneficio e la sua felicità?

--No, venerabile signore.

13. --Che pensate, o Kalama? L'assenza di illusione appare in qualcuno per il suo beneficio o per la sua disgrazia?"

--Per il suo beneficio, venerabile signore.

--O Kalama, non dedicandosi all'illusione, e non essendo oltrepassato mentalmente e vinto dall'illusione, questa persona non prenderà la vita altrui, non ruberà, non commetterà l'adulterio e

non racconterà menzogne; spingerà anche gli altri a fare così. Gli occorrerà molto tempo affinché sia il suo beneficio e la sua felicità?

--No, venerabile signore.

14. --Che pensate, o Kalama? Queste cose sono buone o cattive?

--Buone, venerabile signore.

--Biasimevoli o non biasimevoli?

--Non biasimevoli, venerabile signore.

--Condannate o accettate dai saggi?

--Accettate, venerabile signore.

--Se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia o no? Che cosa ve ne sembra?

--Se le si intraprende e se le si osserva, queste cose conducono al beneficio ed alla felicità. Così sembra.

15. --Per queste ragioni, o Kalama, che abbiamo detto così, 'Andate, Kalamas. Non vi fidate di ciò che è stato acquisito per averlo sentito in modo ripetuto; né a causa della tradizione; né a causa della voce; né per il fatto che ciò si trova in una scrittura; né a causa di una supposizione; né a causa di un assioma; né a causa di un ragionamento speciale; né di un partito preso in favore di una nozione alla quale si è potuto riflettere; né a causa dell'apparente abilità di qualcun altro; né a causa della considerazione 'Il monaco è il nostro maestro'. O Kalama, quando sapete da voi stessi: 'Queste cose sono cattive; queste cose sono biasimevoli; queste cose sono condannate dai saggi; se le si intraprende e se le

si osserva, queste cose conducono al danno ed alla disgrazia', abbandonatele.

*Le Quattro Dimore esaltate*

16. "Il discepolo delle Nobili Persone, o Kalama, che è privato di brama, privo di cattiva volontà, disilluso, che comprende chiaramente ed attento, dimora, grazie alla sua penetrazione, nel pensiero dell'amicizia, per un quarto; parimenti per il secondo quarto; parimenti per il terzo; e parimenti per il quarto; e parimenti al disopra, sotto e di traverso; rimane, grazie alla sua penetrazione, a causa dell'esistenza in lui di tutti gli esseri viventi, dovunque, il mondo intero, col grande pensiero, esaltato e senza limite, dell'amicizia che è libera da odio o da cattiveria.

"Vive, grazie alla sua penetrazione, nel pensiero della gioia, per un quarto; parimenti per il secondo quarto; parimenti per il terzo; e parimenti per il quarto; e parimenti al disopra, sotto e di traverso; rimane, grazie alla sua penetrazione, a causa dell'esistenza in lui di tutti gli esseri viventi, dovunque, il mondo intero, col grande pensiero, esaltato e senza limite, della gioia che è libera da odio o da cattiveria.

"Vive, grazie alla sua penetrazione, nel pensiero della compassione, per un quarto; parimenti per il secondo quarto; parimenti per il terzo; e parimenti per il quarto; e parimenti al disopra, sotto e di traverso; rimane, grazie alla sua penetrazione, a causa dell'esistenza in lui di tutti gli esseri viventi, dovunque, il mondo intero, col grande pensiero, esaltato e senza limite, della compassione che è libera di odio o di cattiveria.

"Vive, grazie alla sua penetrazione, nel pensiero dell'equanimità, per un quarto; parimenti per il secondo quarto; parimenti per il terzo; e parimenti per il quarto; e parimenti al disopra, sotto e di traverso; rimane, grazie alla sua penetrazione, a causa dell'esistenza in lui di tutti gli esseri viventi, dovunque, il mondo intero,

col grande pensiero, esaltato e senza limite, dell'equanimità che è libera da odio o da cattiveria.

*Le Quattro Consolazioni*

17. "Il discepolo delle Nobili Persone, o Kalama che è dotato di una mente libera da odio, una tale mente libera da cattiveria, una tale mente libera da sozzura, ed una tale mente purificata, è uno per cui le quattro consolazioni possono essere trovate qui ed ora.

"Supponiamo che ci sia un aldilà e che ci sia un frutto, risultato, delle azioni fatte, buone o cattive. Allora, è possibile che allo scioglimento del corpo dopo la morte, salirò al mondo celeste che è caratterizzato da uno stato di felicità.' È là la prima consolazione che trova.

"Supponiamo che non ci sia nessun aldilà e che non ci sia nessun frutto, risultato, delle azioni fatte, buone o cattive. Tuttavia, in questo mondo, qui ed ora, libero da odio, libero da cattiveria, sano e salvo, e felice, mi mantengo.' È là la seconda consolazione che trova.

"Supponiamo che il male tocchi a colui che fa il male. Io, tuttavia, mi sforzo di non causare nessun male a nessuno. Allora, come il cattivo (frutto) mi toccherebbe, non commetto nessun atto cattivo'? È là la terza consolazione che trova.

"Supponiamo che il cattivo (frutto) non tocchi a colui che fa il male. Mi vedrò allora, in ogni caso purificato.' È là la quarta consolazione che trova.

"Il discepolo delle Nobili Persone, o Kalama che ha una mente libera da odio, una mente libera da cattiveria, una mente libera da sozzura, ed una mente purificata, è uno per cui queste quattro consolazioni possono essere trovate, qui ed ora.



.....

"Meraviglioso, venerabile signore! Meraviglioso, venerabile signore! Questo è come se, venerabile signore, qualcuno rivoltasse ciò che è rovesciato, o scoprisse ciò che è nascosto, o mostrasse la strada a qualcuno che si è perso o portasse una lampada nell'oscurità, pensando: 'Quelli che hanno degli occhi vedranno gli oggetti visibili', così che il Dharma è stato messo in chiaro dal Benedetto del Cielo. , Venerabile signore, prendiamo rifugio nel Benedetto del Cielo , nel Dharma e nella comunità dei monaci. Venerabile signore, che il Benedetto del Cielo ci consideri come discepoli laici che hanno preso rifugio per la vita, a partire da questo giorno."

*AN 3.66: Salha Sutta*  
*A Salha*

Così ho sentito. Una volta il venerabile Nandaka soggiornava presso Savatthi nel Convento Orientale, nel palazzo della Madre di Migara. Allora il nipote di Migara, Salha, ed il nipote di Pekkuniya, Rohana, andarono da Nandaka il venerabile, e dopo lo scambio di cortesi saluti, sedettero ad un lato. Quindi Nandaka il venerabile disse al nipote Salha di Migara:

"Vieni, Salha, non essere soddisfatto delle dicerie o della tradizione o del sapere leggendario o di ciò che è scritto nelle sacre scritture o delle congetture o dell'inferenza logica o dell'evidenza o di una teoria dopo averla ponderata o del pensiero 'Il monaco è il nostro maestro.' Quando conosci da solo: 'Queste cose non danno profitto, sono condannate dal saggio, conducono a disgrazia e sofferenza', dovresti abbandonarle. Cosa pensi? C'è avidità?" — "Sì, signore venerabile." — "La bramosia è il suo significato, dico io. Attraverso l'avidità un uomo bramoso uccide, prende quello che non è dato, commette adulterio, emette falsità, e trova

un altro per fare similmente. Saranno per il suo danno e sofferenza? " —"Sì, signore venerabile." —"Cosa pensi, c'è odio? " —"Sì, signore venerabile." —La cattiva volontà è il suo significato, dico io. Attraverso l'odio un uomo uccide...Saranno per il suo danno e sofferenza? " —"Sì, signore venerabile." —"Cosa pensi? C'è l'illusione? " —"Sì, signore venerabile." —L'ignoranza è il suo significato, dico io. Attraverso l'ignoranza un uomo uccide ... Saranno per il suo danno e soffrendo? " —"Sì, signore venerabile."

"Cosa pensi? Queste cose sono proficue o non danno profitto? " —"Non danno profitto, venerabile signore —"Biasimevoli o irreprensibili? " —"Biasimevoli, venerabile. —"Condannate o encomiate dal saggio? " —"Condannate dal saggio, signore venerabile." —"Adottandole e effettuate, conducono a danno e sofferenza, come ti sembra? " —"Conducono a danno e sofferenza. Così mi sembra." —"Ora questa è la ragione per cui ti ho detto: 'Vieni Salha, non essere soddisfatto delle dicerie... Quando conosci da solo: "Queste cose non danno profitto", allora le dovresti abbandonare.'

"Vieni Salha, non essere soddisfatto delle dicerie... .' Quando conosci da solo: 'Queste cose sono proficue, irreprensibili, encomiate dal saggio, essendo adottate ed effettuate conducono a benessere e felicità', allora dovresti praticarle. Cosa pensi? C'è rinuncia? " —"Sì, signore venerabile." —"La rinuncia è il suo significato, dico io. Attraverso la rinuncia un uomo non uccide o prende quello che non è dato o commette adulterio o falsità, e trova un altro per fare similmente. Saranno per il suo benessere e felicità? " —"Sì, signore venerabile." —"Cosa pensi? Non c'è odio? " —"Sì, signore venerabile." —"La buona volontà è il suo significato, dico io. Attraverso la buona volontà un uomo non uccide ... Saranno per il suo benessere e felicità? " —"Sì, signore venerabile." —"Cosa pensi? Non c'è illusione? " —"Sì, signore venerabile." —La vera conoscenza è il suo significato, dico io. Attraverso la conoscenza un uomo con la vera conoscenza non

uccide ...Saranno per il suo benessere e felicità? " —"Sì, signore venerabile."

"Cosa pensi? Queste cose sono proficue o non danno profitto? " —"Proficue", venerabile signore. —"Biasimevole o irreprensibile? " —"Irreprensibili, venerabile signore". —"Condannate o encomiate dal saggio? " —"Encomiate dal saggio, signore venerabile." —"Essendo adottate ed effettuate, conducono a benessere e felicità, come ti sembra in questo caso? " —Signore venerabile, conducono a benessere e felicità. Così mi sembra." —"Ora questa era la ragione per cui ti ho detto: 'Vieni Salha, non essere soddisfatto delle dicerie... quando conosci da solo: "Queste cose sono proficue... " allora dovresti praticarle.'

"Ora un discepolo che è nobilitato [giungendo al Percorso Nobile] che ha così allontanato la bramosia e la cattiva volontà ed è privo d'ignoranza, supporta col suo cuore imbevuto di bontà tutti gli esseri; supporta col suo cuore abbondante, elevato, smisurato in bontà senza l'ostilità o cattiva volontà, estendendolo sul mondo. Supporta col suo cuore imbevuto di compassione... contentezza... equanimità e la estende sul mondo . Ora lui conosce questo stato di contemplazione: 'C'è questo [stato Divino in colui che è entrato nella corrente]. Sono state abbandonate [avidità, odio ed illusione, esaurite con l'entrare nella corrente]. Vi è una meta superiore [ lo stato di arahant]. E c'è un'ultima fuga da questo campo intero di percezione.'

"Quando conosce e vede così, il suo cuore è liberato dalla macchia del desiderio sensuale, dalla macchia dell'essere e dalla macchia dell'ignoranza. Quando liberato [giungendo allo stato di arahant], da allora in poi giunge alla vera conoscenza ed è liberato. Lui sa che la nascita è finita, che la Vita Santa è stata vissuta, che quello che doveva essere fatto è stato fatto, e che non ci sarà un'altra rinascita. Egli capisce: 'C'erano precedentemente avidità, odio ed illusione, ed ora non hanno motivo di essere, vi è bontà' Quindi, in questa vita, non si è bruciati [dalla febbre della bra-

ma], dalle fiamme dell'avidità, dell'odio e dell'illusione, essi sono estinti; la beatitudine è sorta,[per il resto della sua ultima vita]."

*AN 3.67: Kathavatthu Sutta*  
*Modi di discutere*

“Monaci, vi sono questi tre argomenti di discussioni. Quali tre? Si può parlare del passato, dicendo: “Così era il passato.” Si può parlare del futuro, dicendo: “Così sarà il futuro.” O si può parlare del presente, dicendo: “Così è ora il presente.”

Monaci, attraverso il suo modo di partecipare ad una discussione si può comprendere se una persona è capace o incapace di discutere. Se una persona, quando ha posto una domanda, non offre una risposta risolutiva ad una domanda meritevole di una risposta risolutiva, non offre una risposta dettagliata ad una domanda meritevole di una risposta dettagliata, non offre una contro-domanda ad una domanda meritevole di una contro-domanda, non mette da parte una domanda meritevole di essere messa da parte, allora, in quel caso, è una persona incapace di discutere. Invece se una persona, quando ha posto una domanda, offre una risposta risolutiva ad una domanda meritevole di una risposta risolutiva, offre una risposta dettagliata ad una domanda meritevole di una risposta dettagliata, offre una contro-domanda ad una domanda meritevole di una contro-domanda, mette da parte una domanda meritevole di essere messa da parte, allora, in quel caso, è una persona capace di discutere.

Monaci, attraverso il suo modo di partecipare ad una discussione si può comprendere se una persona è capace o incapace di discutere. Se una persona, quando ha posto una domanda, non dà valore a ciò che è possibile e a ciò che è impossibile, non dà valore alle ipotesi stabilite, non dà valore ai veri insegnamenti, non dà valore al corretto procedimento, allora, in quel caso, è una persona incapace di discutere. Invece se una persona, quando ha posto

una domanda, dà valore a ciò che è possibile e a ciò che è impossibile, dà valore alle ipotesi stabilite, dà valore ai veri insegnamenti, dà valore al corretto procedimento, allora, in quel caso, è una persona capace di discutere.

Monaci, attraverso il suo modo di partecipare ad una discussione si può comprendere se una persona è capace o incapace di discutere. Se una persona, quando ha posto una domanda, divaga da un argomento all'altro, porta la discussione fuori tema, mostra rabbia ed avversione o cattivo umore, allora, in quel caso, è una persona incapace di discutere. Invece se una persona, quando ha posto una domanda, non divaga da un argomento all'altro, non porta la discussione fuori tema, non mostra rabbia ed avversione o cattivo umore, allora, in quel caso, è una persona capace di discutere.

Monaci, attraverso il suo modo di partecipare ad una discussione si può comprendere se una persona è capace o incapace di discutere. Se una persona, quando ha posto una domanda, umilia [l'interlocutore], lo offende, lo deride, non si accorge di essere in errore, allora, in quel caso, è una persona incapace di discutere. Invece, se una persona, quando ha posto una domanda, non umilia [l'interlocutore], non lo offende, non lo deride, e si accorge di essere in errore, allora, in quel caso, è una persona capace di discutere

Monaci, attraverso il suo modo di partecipare ad una discussione si può comprendere se una persona è capace o incapace di comprendere. Chi è disposto ad ascoltare comprende, chi non è disposto ad ascoltare non comprende. Ascoltando conosce e comprende una virtù, abbandona e realizza una virtù [secondo il Commentario queste virtù sono le quattro Nobili Verità e l'Ottuplice Sentiero.]. Conoscendo chiaramente una virtù e comprendendo una virtù, rinunciando ad una virtù e realizzando una virtù, raggiunge la retta liberazione. Tale è lo scopo del discutere, lo

scopo del consigliare, lo scopo dell'ascoltare, lo scopo del comprendere: la liberazione della mente tramite il distacco.

Coloro che discutono  
con rabbia, con arroganza, con dogmi,  
non seguendo il sentiero dei Nobili,  
cercando di mostrare le varie colpe,  
gioendo delle parole non espresse bene,  
sono falsi, ambigui, vinti.  
I Nobili non discutono in tal modo.  
Se una persona saggia, a tempo debito,  
desidera parlare,  
allora, le rette parole,  
seguendo il contegno dei Nobili, sono:  
Così parlano gli Illuminati,  
senza rabbia o arroganza,  
con una mente pura,  
senza veemenza,  
senza cattiveria.  
Senza invidia essi parlano e con retta conoscenza.  
Si deliziano delle nobili parole,  
e non denigrano quelle che non lo sono.  
Cercano di non sbagliare,  
non si attaccano a piccoli errori,  
non offendono, non umiliano, non parlano a vanvera.  
Perciò lo scopo della conoscenza,  
lo scopo della vera fede,  
del consigliare è: Ecco come danno consigli i Nobili,  
Così consigliano i Nobili.  
Conoscendo questo,  
il saggio dà consigli senza arroganza.”

*AN 3.68: Titthiya Sutta*  
*Sette*

“Monaci, se asceti di altre sette vi chiedono: “Amici, vi sono queste tre qualità. Quali tre? Passione, avversione ed illusione. Queste sono le tre qualità. Ora qual è la differenza, qual è la distinzione, qual è il fattore che distingue queste tre qualità?” – Così chiesto come rispondete a quegli asceti di altre sette?”  
“Signore, noi abbiamo il Beato come nostra guida, come nostro sostegno e come nostro giudice. Sarebbe bene se il Beato ci spiegasse il significato di questa asserzione. Dopo averlo ascoltata dal Beato, i monaci la ricorderanno.”  
“In tal caso, monaci, ascoltate con molta attenzione. Vado a parlare.”

“Come desidera, signore.” – risposero i monaci.

Il Beato disse: “Monaci, se asceti di altre sette vi chiedono: “Amici, vi sono queste tre qualità. Quali tre? Passione, avversione ed illusione. Queste sono le tre qualità. Ora qual è la differenza, qual è la distinzione, qual è il fattore che distingue queste tre qualità?” – Così chiesto in questo modo dovete rispondere a quegli asceti di altre sette: “Amici, la passione porta lieve biasimo e svanisce lentamente. L’avversione porta grande biasimo e svanisce velocemente. L’illusione porta grande biasimo e svanisce lentamente.

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui sorge la passione non manifesta, o una volta sorta tende a crescere e a svilupparsi?” - “E’ l’attaccamento. Perciò colui che si attacca non appropriatamente, fa sorgere la passione non manifesta e una volta sorta tale passione cresce e si sviluppa.”

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui sorge l’avversione non manifesta, o una volta sorta tende a crescere e a svilupparsi?” - “E’ l’irritazione. Perciò colui che si attacca a tale irritazione, fa sorgere l’avversione non manifesta e una volta sorta tale avversione cresce e si sviluppa.”

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui sorge l’illusione non manifesta, o una volta sorta tende a crescere e a svilupparsi?” - “E’ l’inadeguata attenzione. Perciò colui che non possiede un’adeguata attenzione, fa sorgere l’illusione non manifesta e una volta sorta tale illusione cresce e si sviluppa.”

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui la passione non manifesta non sorge, o una volta sorta viene abbandonata?” - “E’ il non attaccamento. Perciò colui che pratica il non attaccamento, non fa sorgere la passione non manifesta e una volta sorta tale passione viene abbandonata.”

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui l’avversione non manifesta non sorge, o una volta sorta viene abbandonata?” - “E’ la buona volontà come flusso di liberazione. Perciò colui che pratica adeguatamente la buona volontà come flusso di liberazione, l’avversione non manifesta non sorge e una volta sorta viene abbandonata.”

[Se vi chiedono] “Ma, amici, qual è la ragione, qual è la causa, per cui l’illusione non manifesta non sorge, o una volta sorta viene abbandonata?” - “E’ l’adeguata attenzione. Perciò colui che pratica la retta attenzione, l’illusione non manifesta non sorge e una volta sorta viene abbandonata. Questa è la ragione, questa è la causa, per cui l’illusione non manifesta non sorge ed una volta sorta viene abbandonata.”

*AN 3.70: Muluposatha Sutta*  
*Le radici dell'Uposatha*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Savatthi al Convento Orientale, nel palazzo della madre di Migara. In quel tempo— il giorno dell’Uposatha—Visakha, la madre di Migara



andò dal Beato nel pomeriggio e, ivi giunta, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Appena seduta il Beato le disse: "Bene, Visakha, come mai sei venuta? "

"Oggi sto osservando l'Uposatha, signore."

"Visakha, ci sono questi tre Uposatha. Quali tre? L'Uposatha di un bovato, l'Uposatha dei Jain e l'Uposatha dei Nobili.

E qual è l'Uposatha di un bovato? Quando un bovato riporta di sera il bestiame ai loro proprietari, riflette: 'Oggi il bestiame ha pascolato in quel posto ed in questo, si è dissetato in quel posto ed in quello; domani pascoleranno in quel posto ed in questo, berrà in questo posto ed in quello'; allo stesso modo, quando una persona osserva l'Uposatha riflette: 'Oggi ho mangiato questo cibo non necessario e quel cibo necessario. Domani mangerò quel cibo non necessario e questo cibo necessario.' Egli trascorre il giorno con una consapevolezza imbevuta di bramosia, di avidità. Tale è l'Uposatha di un bovato, Visakha. Quando questo Uposatha di un bovato è intrapreso, non è di gran frutto o di grande beneficio, nè di grande gloria o di grande illuminazione.

E qual è l'Uposatha dei Jain? Ci sono asceti chiamati Nigantha (Jain). Con il loro discepolo intraprendono la pratica seguente: 'Qui, mio buon uomo. Sii amorevole verso gli esseri che vivono più di 100 leghe ad est... più di 100 leghe ad ovest... più di 100 leghe a nord... più di 100 leghe a sud.' Così con il loro discepolo intraprendono la gentilezza e la comprensione a degli esseri, ma non ad altri.

Nel giorno dell'Uposatha, intraprendono la pratica seguente con il loro discepolo: 'Qui, mio buon uomo. Spogliato di tutto, recita così: "Io non sono nulla da qualsiasi cosa o di qualsiasi cosa. Non c'è nulla da qualsiasi cosa o di qualsiasi cosa che è mio". ' Nonostante ciò, i suoi genitori sanno di lui che 'Questo è il nostro bambino.' E lui sa di loro che 'Questi sono i miei genitori.' Le sue

mogli e bambini sanno di lui che 'Questo è nostro marito e padre.' E lui sa di loro che 'Queste sono le mie mogli ed i miei bambini.' I suoi lavoratori e schiavi sanno di lui che 'Questo è il nostro padrone.' E lui sa di loro che 'Questi sono i miei lavoratori ed i miei schiavi.' Così invece di intraprendere la verità, intraprende la falsità. All'alba, riprende il consumo dei suoi averi, anche se non gli sono stati dati. Ciò è come rubare. Tale è l'Uposatha dei Jain, Visakha. Quando questo Uposatha dei Jain è intrapreso, non è di grande frutto o di grande beneficio, nè di grande gloria o di grande illuminazione.

E qual è l'Uposatha del Nobile? È purificare la mente impura attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata attraverso la tecnica corretta la mente impura?

Quando il discepolo del nobile ricorda il Tathagâta, così: 'Il Beato è degno e perfettamente risvegliato, completo nella conoscenza e nella condotta, conoscitore del mondo, insuperato come maestro per quelle persone che vogliono essere istruite, maestro di dèi ed di uomini, Beato.' Come ricorda il Tathagâta, la sua mente si calma, e la gioia sorge; gli influssi impuri della sua mente sono abbandonati, la mente è purificata attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata la mente attraverso la tecnica corretta? Come si modella l'uso della creta e con sforzo umano adatto. Così la mente è purificata attraverso la tecnica corretta. Allo stesso modo, la mente impura è purificata attraverso la tecnica corretta. Egli diventa un discepolo del nobile che intraprende l'Uposatha di Brahma. Vive con Brahma [il Buddha]. Sta con Brahma e la sua mente si calma, la gioia sorge, e tutti gli influssi impuri che sono nella sua mente sono abbandonati. Così la mente è purificata attraverso la tecnica corretta.

[Ed ancora, l'Uposatha dei Nobili] è purificare la mente attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata attraverso la tecnica corretta la mente impura?

Quando il discepolo del nobile ricorda il Dhamma, così: 'Il Dhamma è ben esposto dal Beato, in questa stessa vita, senza tempo, invita alla verifica, pertinente per essere compreso dal saggio.' Come ricorda il Dhamma, la sua mente si calma, e la gioia sorge; gli influssi impuri della sua mente sono abbandonati, come si lava il corpo attraverso la tecnica corretta. E com'è pulito attraverso la tecnica corretta il corpo? Attraverso l'uso di sapone, polvere da bagno e con sforzo umano adatto. Così il corpo è pulito attraverso la tecnica corretta. Allo stesso modo, la mente impura è pulita attraverso la tecnica corretta. Egli è chiamato così un discepolo del nobile che intraprende l'Uposatha del Dhamma. Vive con il Dhamma. Sta con il Dhamma e la sua mente si calma, e la gioia sorge, e tutti gli influssi impuri che sono nella sua mente sono abbandonati. Così la mente è pulita attraverso la tecnica corretta.

[Ed ancora, l'Uposatha dei Nobili] è purificare la mente attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata attraverso la tecnica corretta la mente impura?

Quando il discepolo del nobile ricorda il Sangha, così: 'Il Sangha dei discepoli del Beato che hanno praticato bene... che hanno praticato rettamente... che hanno praticato metodicamente... — in altre parole, i quattro tipi [di discepoli nobili] in coppia, gli otto come tipi individuali— sono il Sangha dei discepoli del Beato: degno di doni, degno d'ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, campo incomparabile di merito per il mondo.' Come ricorda il Sangha, la sua mente si calma, e la gioia sorge; gli influssi impuri della sua mente sono abbandonati, come quando gli abiti sono puliti attraverso la tecnica corretta. E come sono puliti attraverso la tecnica corretta? Attraverso l'uso di cenere, sterco di vacca e con sforzo umano adatto. Così i vestiti sono puliti attraverso la tecnica corretta. Allo stesso modo, la mente impura è pulita attraverso la tecnica corretta. Egli è chiamato così un discepolo del nobile che intraprende l'Uposatha del Sangha. Vive col Sangha. Sta col Sangha e la sua mente si calma, la gioia sor-

ge, e tutti gli influssi impuri nella sua mente sono abbandonati. Così la mente è pulita attraverso la tecnica corretta.

[Ed ancora, l'Uposatha dei Nobili] è purificare la mente attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata attraverso la tecnica corretta la mente impura?

Quando il discepolo del nobile ricorda le sue virtù, così: '[Esse sono] integre, pure, liberate, lodate dal saggio non macchiato, adatte alla concentrazione.' Come ricorda la virtù, la sua mente si calma, e la gioia sorge; gli influssi impuri della sua mente sono abbandonati, come quando uno specchio è pulito attraverso la tecnica corretta. E com'è pulito attraverso la tecnica corretta uno specchio? Attraverso l'uso di petrolio, ceneri, pelle di camoscio e con sforzo umano adatto. Così uno specchio è pulito attraverso la tecnica corretta. Allo stesso modo, la mente impura è pulita attraverso la tecnica corretta. Egli è chiamato così un discepolo del nobile che intraprende l'Uposatha della virtù-. Vive con virtù. Sta con la virtù, la sua mente si calma, la gioia sorge, e tutti gli influssi impuri nella sua mente sono abbandonati. Così la mente è pulita attraverso la tecnica corretta.

[Ed ancora, l'Uposatha dei Nobili] è purificare la mente attraverso la tecnica corretta. E com'è purificata attraverso la tecnica corretta la mente impura?

Quando il discepolo del nobile ricorda i deva, così: 'Ci sono i Deva dei Quattro Grandi Re, i Deva dei Trentatré, gli Yama Deva, i Deva Contenti, i deva che si dilettano nella creazione, i deva che hanno potere sulle creazioni degli altri, i deva del seguito di Brahma, altri deva. Tramite la fede di cui sono stati dotati —quando lasciano questa vita— risorgono là, lo stesso tipo di fede è presente in me. Ogni virtù di cui sono stati dotati ....., lo stesso tipo di virtù è presente in me. Ogni conoscenza di cui sono stati dotati ....., lo stesso tipo di conoscenza è presente in me. Ogni generosità di cui sono stati dotati ....., lo stesso tipo di

generosità è presente in me. Ogni saggezza di cui sono stati dotati ..., lo stesso tipo di saggezza è presente in me.' Come ricorda i deva, la sua mente si calma, e la gioia sorge; gli influssi impuri della sua mente sono abbandonati, come quando l'oro è pulito attraverso la tecnica corretta. E com'è pulito attraverso la tecnica corretta l'oro? Attraverso l'uso di un forno, terra salata, gesso rosso, mollette e con sforzo umano adatto. Così l'oro è pulito attraverso la tecnica corretta. Allo stesso modo, la mente impura è pulita attraverso la tecnica corretta. Egli è chiamato così un discepolo del nobile che intraprende l'Uposatha dei Deva-. Vive con i deva. Sta con i deva e la sua mente si calma, la gioia sorge, e tutti gli influssi impuri nella sua mente sono abbandonati. Così la mente è pulita attraverso la tecnica corretta.

Inoltre, il discepolo dei nobili riflette così: 'Finché loro vivono, gli arahant—non uccidendo —si astengono dall'uccidere. Gettano via il coltello, scrupolosi, misericordiosi, compassionevoli per il benessere di tutti gli esseri viventi. Oggi anch'io, per questo giorno e per questa notte—non uccidendo—mi astengo dall'uccidere. Getto via bastone e coltello, scrupoloso, misericordioso, compassionevole per il benessere di tutti gli esseri viventi. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant—non prendendo ciò che non è dato—si astengono dal prendere ciò che non è dato. Prendono ciò che è dato, accettano ciò che è dato, non vivono rubando, ma con i propri mezzi sono divenuti puri. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte—non prendendo ciò che non è dato—mi astengo dal prendere ciò che non è dato. Io prendo ciò che è dato, accetto quello che è dato, non vivo rubando ma con i propri mezzi sono divenuto puro. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant—abbandonando il rapporto sessuale—vivono una vita casta, astenendosi dall'atto sessuale. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte—abbandonando il rap-

porto sessuale—vivo una vita casta, astenendomi dall'atto sessuale. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant—abbandonando le parole false—si astengono dalle parole false. Parlano con verità, si attengono alla verità, affidabili, senza inganni. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte—abbandonando le parole false—mi astengo dalle parole false. Parlo con verità, mi attengo alla verità, affidabile, senza ingannare. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant—non bevendo bevande fermentate—si astengono dal bere bevande fermentate. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte—non bevendo bevande fermentate—mi astengo dal bere tali bevande. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant vivono con un pasto al giorno, astenendosi di notte ad assumere cibo, astenendosi di mangiare durante il giorno in momenti sbagliati [da mezzogiorno fino all'alba]. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte, vivo con un pasto, mi astengo di assumere cibo di notte e durante il giorno in momenti sbagliati. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant si astengono da balli, canti, musica, spettacoli, abbellirsi con ghirlande, profumi e cosmetici. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte, mi astengo da balli, canti, musica, spettacoli, di abbellirmi con ghirlande, profumi e cosmetici. Io emulo gli arahant, ed i miei Uposatha saranno osservati.

'Finché loro vivono, gli arahant—non usando sedie e letti lussuosi—si astengono nell'usare sedie e letti lussuosi. Usano umili giacigli, sedie piccole ed umili. Oggi anch'io, per questo giorno e questa notte—non usando sedie e letti lussuosi—mi astengo di

usare sedie e letti sontuosi. Uso un giaciglio, sedie piccole ed umili.

Tale è l'Uposatha del Nobile, Visakha. Quando questo Uposatha dei Nobili è intrapreso, è di grande frutto e di grande beneficio, di grande gloria e di grande illuminazione. E com'è di grande frutto e di grande beneficio, di grande gloria e di grande illuminazione?

Supponi che uno eserciti il potere sovrano, ed abbia la sovranità su queste sedici grandi terre con sette tesori: sugli Anga, sui Maghada, sui Kasi, sui Kosala, sui Vajjia, sui Malla, sui Ceti, sui Vansa, sui Kuru, sui Pañcala, sui Maccha, sui Surasena, sugli Assaka, sugli Avanti, sui Gandhara e sui Kamboja: non vi è paragone. Perché ? Il potere sovrano sugli esseri umani è una cosa magra comparata con la beatitudine paradisiaca.

Cinquant'anni umani sono uguali ad un giorno ed una notte fra i Deva dei Quattro Grandi Re. Trenta di questi giorni e notti fanno un mese. Dodici di questi mesi fanno un anno. Cinquecento anni così paradisiaci costituiscono la durata della vita fra i Deva dei Quattro Grandi Re. Ora, è possibile che un uomo o una donna—avendo osservato questo Uposatha dotato di otto fattori—alla dissoluzione del corpo, dopo la morte rinasca fra i Deva dei Quattro Grandi Re. Così è stato detto: 'Il potere sovrano sugli esseri umani è una cosa magra comparato con la beatitudine paradisiaca.'

Un secolo umano è uguale ad un giorno ed una notte fra i Deva dei Trentatré. Trenta di questi giorni e di queste notti fanno un mese... mille anni così, paradisiaci, costituiscono la durata della vita fra i Deva dei Trentatré. Ora, è possibile che un uomo o donna—avendo osservato questo Uposatha dotato di otto fattori—alla dissoluzione del corpo, dopo la morte rinasca fra i Deva dei Trentatré. Così è stato detto: 'Il potere sovrano sugli esseri umani è una cosa magra comparato con la beatitudine paradisiaca.'

Due secoli umani sono uguali ad un giorno ed una notte fra gli Yama Deva... Duemila anni così paradisiaci costituiscono la durata della vita fra gli Yama Deva...

Quattro secoli umani sono uguali ad un giorno ed una notte fra i Deva Contenti.. Quattromila anni così paradisiaci costituiscono la durata della vita fra i Deva Contenti...

Otto secoli umani sono uguali ad un giorno ed una notte fra i deva che si diletano in creazione... Ottomila anni così paradisiaci costituiscono la durata della vita fra i deva che si diletano nella creazione...

Sedici secoli umani sono uguali ad un giorno ed una notte fra i deva che hanno potere sulle creazioni di altri. .... Sedicimila anni così paradisiaci costituiscono la durata della vita fra i deva che hanno potere sulle creazioni degli altri...."

Non si dovrebbe uccidere un essere  
o prendere ciò che non è dato;  
non si dovrebbe mentire  
o bere bevande alcoliche;  
si dovrebbe astenersi da atti sessuali;  
non si dovrebbe mangiare di notte, nel momento sbagliato di  
giorno;  
non si dovrebbe portare una ghirlanda o usare un profumo;  
si dovrebbe dormire su un giaciglio o su una stuoia a terra—  
per questo gli otto fattori dell'Uposatha  
sono stati proclamati dal Risvegliato  
per distruggere  
la sofferenza e il dolore.

La luna e il sole,  
illuminano dovunque vanno,  
e l'oscurità si disperde quando si muovono attraverso lo spazio,  
illuminano il cielo, illuminano i trimestri.



Al loro interno la ricchezza è trovata:  
perla, cristallo, beryl  
gemma, platino, pepita d'oro  
e oro raffinato chiamato 'Hataka.'

Ma essi—  
come la luce di tutte le stelle  
comparata con la luna—  
non valgono un sedicesimo  
degli otto fattori dell'Uposatha.

Quindi chiunque—uomo o donna—  
dotato delle virtù  
degli otto fattori dell'Uposatha,  
avendo compiuto atti meritevoli,  
rinasce  
nel reame paradisiaco.

*AN 3.71: Channa Sutta*  
*A Channa, l'asceta errante*

Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi nel Boschetto di Jeta, nel convento di Anathapindika. Allora Channa l'asceta errante, si recò dal Ven. Ananda e, appena giunto, scambiò cortesi saluti con lui. Dopo uno scambio di saluti amichevoli e cortesi, si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Ven. Ananda: "Anche voi, amico Ananda, sostenete l'abbandono dell'avidità? Sostenete l'abbandono dell'avversione? Sostenete l'abbandono dell'illusione?"

"Sì, amico, sosteniamo l'abbandono dell'avidità, dell'avversione e dell'illusione."

"Ma, amico Ananda, vedendo i pericoli nell'avidità, sostenete l'abbandono dell'avidità? Vedendo i pericoli nell'avversione sostenete l'abbandono dell'avversione? Vedendo i pericoli nell'illusione sostenete l'abbandono dell'illusione?"

"Una persona avida, con la mente limitata, sopraffatta dall'avidità, brama a proprio danno, a danno di altri, a danno di entrambi. Sperimenta sofferenza mentale e dolore. Ma avendo abbandonato l'avidità, non brama a suo danno, non brama a danno di altri, non brama a danno di entrambi. Non sperimenta sofferenza mentale o dolore.

Una persona avida, con la mente limitata, sopraffatta dall'avidità, assume una cattiva condotta fisica, una cattiva condotta verbale, una cattiva condotta mentale. Ma abbandonando l'avidità, egli non assume una cattiva condotta fisica, verbale e mentale.

Una persona avida, con la mente limitata, sopraffatta dall'avidità, non discerne, come è la realtà, a suo beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi. Ma abbandonando l'avidità, egli discerne, come è la realtà, a suo beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi.

L'avidità, amico mio, ti rende cieco, ti rende ignorante. Provoca la cessazione della conoscenza, porta guai e non conduce all'Illuminazione.

Una persona con avversione, con la mente limitata, sopraffatta dall'avversione, brama a proprio danno, a danno di altri, a danno di entrambi. Sperimenta sofferenza mentale e dolore. Ma avendo abbandonato l'avversione, non brama a suo danno, non brama a danno degli altri, non brama a danno di entrambi. Non sperimenta sofferenza mentale o dolore.

Una persona con avversione, con la mente limitata, sopraffatta dall'avversione, assume una cattiva condotta fisica, una cattiva

condotta verbale, una cattiva condotta mentale. Ma abbandonando l'avversione, egli non assume una cattiva condotta fisica, verbale e mentale.

Una persona con avversione, con la mente limitata, sopraffatta dall'avversione, non discerne, come è la realtà, a suo beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi. Ma abbandonando l'avversione, egli discerne, come è la realtà, a suo beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi.

L'avversione, amico mio, ti rende cieco, ti rende ignorante. Provoca la cessazione del discernimento, porta guai e non conduce all'Illuminazione.

Una persona piena d'illusione, con la mente limitata, sopraffatta dall'illusione, brama a proprio danno, brama a danno degli altri, brama a danno di entrambi. Sperimenta sofferenza mentale e dolore. Ma abbandonando l'illusione, non brama a proprio danno, a danno degli altri, a danno di entrambi. Non sperimenta sofferenza mentale o dolore.

Una persona piena d'illusione, con la mente limitata, sopraffatta dall'illusione, assume una cattiva condotta fisica, una cattiva condotta verbale, una cattiva condotta mentale. Ma abbandonando l'illusione, non assume una cattiva condotta fisica, verbale e mentale.

Una persona piena d'illusione, con la mente limitata, sopraffatta dall'illusione, non discerne, come è la realtà, a proprio beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi. Ma abbandonando l'illusione, lui discerne, come è la realtà, a proprio beneficio, a beneficio degli altri, a beneficio di entrambi.

L'illusione, amico mio, ti rende cieco, ti rende ignorante. Provoca la cessazione del discernimento, porta guai, e non conduce all'Illuminazione.

Vedendo questi svantaggi nell'avidità, sosteniamo l'abbandono dell'avidità. Vedendo questi pericoli nell'avversione, sosteniamo l'abbandono dell'avversione. Vedendo questi pericoli nell'illusione, sosteniamo l'abbandono dell'illusione."

"Ma c'è, amico mio, un percorso per abbandonare l'avidità, l'avversione e l'illusione?"

"Sì, amico mio, c'è un percorso, c'è un modo per abbandonare l'avidità, l'avversione e l'illusione."

"E qual è questo percorso, amico mio?"

"Solo il nobile ottuplice sentiero: retta visione, retta risoluzione, retta parola, retta azione, retto sostentamento, retto sforzo, retta consapevolezza, retta concentrazione. Questo è il percorso, questo è il modo per abbandonare l'avidità, l'avversione e l'illusione."

"È un percorso di lieto auspicio, amico Ananda, è un modo di lieto auspicio che ti fa abbandonare l'avidità, l'avversione e l'illusione—con la piena presenza mentale."

*AN 3.72: Ajivaka Sutta*  
*Al discepolo dei Fatalisti*

Così ho sentito. Una volta il Ven. Ananda soggiornava a Kosambi nel convento di Ghosita. Allora un capofamiglia, un discepolo dei Fatalisti (Ajivaka), andò da lui e, appena giunto lo salutò con riverenza, e si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Ven. Ananda, "Fra noi, signore, quale Dhamma è ben insegnato? Chi ha praticato bene in questo mondo? Chi sono i risvegliati nel mondo?"

"Allora, capofamiglia, ti farò una controdomanda. Rispondi come credi. Ora, cosa pensi: quelli che insegnano un Dhamma per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - è il loro Dhamma ben insegnato o no? Cosa pensi?"

"Signore, coloro che insegnano un Dhamma per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - il loro Dhamma è ben insegnato."

"E cosa pensi, capofamiglia: coloro che hanno praticato per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - hanno praticato bene in questo mondo o no? "

"Signore, coloro che hanno praticato per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - hanno praticato bene in questo mondo."

"E cosa pensi, capofamiglia: coloro la cui avidità è stata abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privata delle condizioni di esistenza, non destinata per una nascita futura; coloro la cui avversione è stata abbandonata... la cui illusione è stata abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di esistenza, non destinato per una nascita futura: sono, in questo mondo, risvegliati o no? "

"Signore, coloro la cui avidità... la cui avversione... la cui illusione è stata abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di esistenza, non destinato per una nascita futura: loro, in questo mondo sono risvegliati."

"In questo modo, capofamiglia, hai risposto alla tua domanda: 'Coloro che insegnano un Dhamma per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - il loro

Dhamma è ben insegnato. Coloro che hanno praticato per abbandonare l'avidità, per abbandonare l'avversione, per abbandonare l'illusione - hanno praticato bene in questo mondo. Coloro la cui avidità... la cui avversione... la cui illusione è stata abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privata delle condizioni di esistenza, non destinata per una nascita futura: loro, in questo mondo sono risvegliati. ""

"Sorprendente, signore. Si celebra il Dhamma, né si disapprova un altro, ma solo l'insegnamento del Dhamma nel modo giusto.

"Lei, signore venerabile, insegna il Dhamma per abbandonare l'avidità... l'avversione... l'illusione. Il Suo Dhamma è ben insegnato. Lei ha praticato per abbandonare l'avidità... l'avversione... l'illusione. Lei ha praticato bene in questo mondo. L'avidità, l'avversione e l'illusione sono state abbandonate, la loro radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privato delle condizioni di esistenza, non destinato per nascite future. Lei, in questo mondo è un risvegliato.

"Magnifico, Maestro Ananda! Magnifico! Si è raddrizzato ciò che era rovesciato, rivelato ciò che era nascosto, indicato la strada ad uno che si era perso o portato una lampada nel buio, così coloro con occhi possono vedere le forme, allo stesso modo il maestro Ananda - attraverso vari modi di ragionare- ha reso chiaro il Dhamma. Io prendo rifugio nel Buddha, nel Dhamma e nella comunità dei monaci. Possa il maestro Ananda accettarmi come un seguace laico da questo giorno e per sempre."

*AN 3.73: Sakka Sutta*  
*Ai Sakya*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava fra i Sakya a Kapilavatthu nel Parco dei Banyan. Ora, in quel tempo il Beato si era

appena ripreso da una malattia, ma non ancora perfettamente in salute. Allora Mahanama, il Sakya andò dal Beato e, appena arrivato, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Appena seduto disse al Beato: "Per molto tempo ho conosciuto il Dhamma insegnato dal Beato: 'C'è la conoscenza per colui che è concentrato, non per colui che non è concentrato.' La concentrazione viene prima, e dopo la conoscenza, o la conoscenza viene prima, e la concentrazione dopo? "

Quindi il Ven. Ananda pensò: "Il Beato si è appena ripreso dalla malattia, ma non è ancora ristabilito completamente, e Mahanama, il Sakya gli pone questa domanda molto profonda. se lo potessi portare in disparte ed insegnargli il Dhamma?" Quindi il Ven. Ananda, lo condusse in disparte e gli disse: "Mahanama, il Beato ha parlato della virtù di colui che pratica [per entrare nella corrente, per ritornare una sola volta, o per il non-ritorno] e della virtù di colui la cui pratica ed insegnamento sono completi [un arahant]. Ha parlato di entrambi le conoscenze sia di quello incompleto sia di quello completo.

E qual è la virtù di colui che pratica? Quando un monaco è virtuoso. Vive in concordanza col Patimokkha, completo nel suo comportamento nella sfera delle attività. Si esercita, si attiene alle regole. Questo stato è chiamato la virtù di colui che pratica.

E qual è la concentrazione di colui che pratica? Quando un monaco - controllando le proprietà dei suoi sensi e le qualità mentali nocive - entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Con il pensiero sostenuto e con la valutazione, egli entra e dimora nel secondo jhana: estasi e piaceri nate dalla calma, dall'unificazione della mente, libero dal pensiero sostenuto e dalla valutazione - consapevolmente calmo. Con l'evanescenza dell'estasi lui rimane in equanimità, attento e vigile, e fisicamente sensibile al piacere. Egli entra e dimora nel terzo jhana, di cui i Nobili dichiarano: "Equanime e consapevole egli ha una piace-

vole dimora." Con l'abbandono del piacere e del dolore - con la prima scomparsa della preoccupazione e dell'angoscia - egli entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevolezza, né piacere né dolore. Questo stato è chiamato la concentrazione di colui che pratica.

E qual è la conoscenza di colui che pratica? Quando un monaco discerne come è la realtà, e cioè: 'Questo è dolore.. Questa è l'origine del dolore ... Questa è la cessazione del dolore... Questo è il percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.' Questo stato è chiamato la conoscenza di colui che pratica.

C'è poi il discepolo del nobile - completo in virtù, completo nella concentrazione, completo nella conoscenza - che, attraverso la fine degli influssi impuri mentali entra e dimora nella consapevolezza priva di influssi impuri, libero, presente mentalmente ed istruito.

In questo modo, Mahanama, il Beato ha parlato di entrambe le virtù di colui che pratica e della virtù di colui che ha completato la pratica. Egli ha parlato di entrambe le concentrazioni, di colui che pratica e della concentrazione di colui che ha completato la pratica. Egli ha parlato di entrambe le conoscenze, di colui che pratica e della conoscenza di colui che ha completato la pratica."

*AN 3.76: Bhava Sutta*  
*Il divenire*

Il Ven. Ananda si recò dal Beato ed, ivi giunto, dopo averlo salutato con riverenza, si sedette a lato. Appena seduto, chiese al



Beato: “Signore, questa parola “divenire, divenire” - sin dove esiste il divenire?” *(Si noti che il Buddha invece di dare una definizione del divenire (bhava) in risposta a tale domanda, semplicemente spiega che il divenire avviene su tre livelli. In nessun sutta egli spiega il termine “divenire”, ma esaminando come viene usato il termine in vari contesti si può supporre che significa un senso di identità in un mondo d'esperienza personale; il senso di ciò che siete, focalizzato su un particolare desiderio, in un mondo personalizzato su quel desiderio. In altre parole, è sia un concetto psicologico che cosmologico.)*

“Ananda, se non ci fosse alcun kamma che maturi nella proprietà della sensualità, il divenire della sensualità sarebbe percepito?”

“No, signore.”

“Quindi il kamma è il campo, la coscienza il seme e la brama l'umidità.

*(In questa analogia, “kamma” significa apparentemente l'intenzione ed il risultato dell'intenzione, passata e presente. Ciò coprirebbe i sei organi di senso (SN 35.145), i primi quattro degli aggregati (SN 22.54), e i quattro nutrimenti per la coscienza (SN 12.64). Come suggerisce l'analogia, questi elementi di esperienza creano la successione di possibilità per un senso del divenire. Se il kamma passato e presente non contiene una particolare possibilità, un tipo di divenire corrispondente non può essere sviluppato. Gli unici divenire che si possono sperimentare sono quelli nella successione delle possibilità fornite dal kamma. La coscienza e la brama individuano una particolare opportunità da quelle possibilità che, attraverso il nutrimento della brama, si sviluppano in uno stato presente del divenire.)*

AN 3.78: Silabbata Sutta  
Precetti e pratica

Una volta il Venerabile Ananda andò a vedere il Beato e, essendosi avvicinato e avendolo salutato, si sedette in disparte ad un lato. Essendosi seduto in disparte ad un lato, il Beato gli dice: "Ananda, ogni precetto ed ogni pratica, ogni vita, ogni vita santa: sono portatrici di grande frutti?"

"Venerato, non si può dare una risposta categorica."

"In questo caso, Ananda, dai una risposta analitica."

"Quando si segue una vita di precetti e di pratica, una vita, una vita santa di grande valore; le qualità mentali nocive di una persona aumentano mentre le sue qualità mentali portatrici di grande frutti declinano: questo tipo di precetto e di pratica, di vita, di vita santa non è portatrice di grandi frutti. Ma quando si segue una vita di precetti e di pratica, una vita, una vita santa di grande valore, le qualità mentali nocive di una persona declinano mentre le sue qualità mentali portatrici di grandi frutti aumentano: questo tipo di precetto e di pratica, di vita, di vita santa di grande valore è portatrice di grandi frutti."

Il Venerabile Ananda rispose, ed il Maestro approvò. Allora il Venerabile Ananda, [realizzando]: "Il Maestro mi ha approvato" - si alzò dalla sua sede e, avendo salutato il Beato, si allontanò. Poco tempo dopo la partenza del Venerabile Ananda, il Beato disse ai monaci: "Monaci, Ananda non ha finito ancora la sua pratica, ma non è facile trovare qualcuno che abbia altrettanta chiarezza di mente come lui."

*AN 3.81: Gadrabba Sutta*  
*L'asino*

"Monaci, se un asino seguisse un armento di bestiame, dicendo: "Io sono una vacca! Io sono una vacca! " Il suo colore non è quello di una vacca, il suo verso non è quella di una vacca, il suo zoccolo non è quello di una vacca, ma segue l'armento di bestiame, dicendo: "Io sono una vacca! Io sono una vacca ! "

Allo stesso modo, quando un monaco segue la comunità dei monaci, dicendo: "Io sono un monaco! Io sono un monaco!" Egli non desidera intraprendere, come gli altri monaci, la pratica della virtù elevata, della concentrazione elevata, della conoscenza elevata, ma segue la comunità dei monaci, dicendo: "Io sono un monaco! Io sono un monaco!" Quindi dovrete esercitarvi in questo modo: 'Forte sarà il nostro desiderio per intraprendere la pratica della virtù elevata; della concentrazione elevata; della conoscenza elevata.' Così dovette esercitarvi."

*AN 3.88: Sikkha Sutta*  
*Pratiche (1)*

"Ci sono queste tre pratiche. Quali tre? La pratica della virtù elevata, la pratica della mente elevata, la pratica della conoscenza elevata.

E qual è la pratica della virtù elevata? Quando un monaco è virtuoso. Segue le regole del Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso la pratica raggiunge l'autocontrollo. Questa è chiamata la pratica della virtù elevata.

E qual è la pratica della mente elevata? Quando un monaco - controllando le proprietà dei suoi sensi e le qualità mentali nocive - entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Con il pensiero sostenuto e con la valutazione, egli entra e dimora nel secondo jhana: estasi e piaceri nate dalla calma, dall'unificazione della mente, libero dal pensiero sostenuto e dalla valutazione - consapevolmente calmo. Con l'evanescenza dell'estasi lui rimane in equanimità, attento e vigile, e fisicamente sensibile al piacere. Egli entra e dimora nel terzo jhana, di cui i Nobili dichiarano: "Equanime e consapevole egli ha una piacevole dimo-

ra." Con l'abbandono del piacere e del dolore - con la prima scomparsa della preoccupazione e dell'angoscia - egli entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevolezza, né piacere né dolore. Questa è chiamata la pratica della mente elevata.

E qual è la pratica della conoscenza elevata? Quando un monaco discerne come realmente è, e cioè: 'Questo è dolore... Questa è l'origine del dolore .. Questa è la cessazione del dolore... Questo è il percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.' Questa è chiamata la pratica della conoscenza elevata. Queste sono le tre pratiche."

*AN 3.89: Sikkha Sutta*  
*Pratiche (2)*

"Ci sono queste tre pratiche. Quali tre? La pratica della virtù elevata, la pratica della mente elevata, la pratica della conoscenza elevata.

E qual è la pratica della virtù elevata? Quando un monaco è virtuoso. Segue le regole del Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso la pratica raggiunge l'autocontrollo. Questa è chiamata la pratica della virtù elevata.

E qual è la pratica della mente elevata? Quando un monaco - controllando le proprietà dei suoi sensi e le qualità mentali nocive - entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Con il pensiero sostenuto e con la valutazione, egli entra e dimora nel secondo jhana: estasi e piaceri nate dalla calma, dall'unificazione della mente, libero dal pensiero sostenuto e dalla valutazione - consapevolmente calmo. Con l'evanescenza dell'estasi lui rimane in equanimità, attento e vigile, e fisicamente sensibile al

piacere. Egli entra e dimora nel terzo jhana, di cui i Nobili dichiarano: "Equanime e consapevole egli ha una piacevole dimora." Con l'abbandono del piacere e del dolore - con la prima scomparsa della preoccupazione e dell'angoscia - egli entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevolezza, né piacere né dolore. Questa è chiamata la pratica della mente elevata.

E qual è la pratica della conoscenza elevata? Quando un monaco discerne come realmente è, e cioè: 'Questo è dolore... Questa è l'origine del dolore .. Questa è la cessazione del dolore... Questo è il percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.' Questa è chiamata la pratica della conoscenza elevata. Queste sono le tre pratiche."

Virtù elevata,  
mente elevata,  
conoscenza elevata:  
persistenti,  
fermi,  
costanti,  
assorti nei jhana,  
attenti,  
con facoltà guardinghe  
dovete praticare -  
come davanti,  
così dietro;  
come dietro,  
così davanti;  
come sotto,  
così sopra;  
come sopra,  
così sotto;  
come di giorno,  
così di notte;  
come di notte,

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

così di giorno;  
conquistando tutte le direzioni  
con concentrazione illimitata.

Questa è chiamata  
la pratica pura,  
come il modo puro di vivere.  
[Seguendola] vieni chiamato  
risvegliato nel mondo,  
illuminato,  
uno che ha concluso il percorso  
fino alla fine.

Con la cessazione della coscienza sensoria  
liberato dalla brama,  
la liberazione della consapevolezza  
di colui che si è distaccato dalla brama,  
come la luce accesa  
di una fiamma.

*AN 3.93: Accayika Sutta*  
*Necessari*

"Ci sono questi tre doveri necessari per un contadino. Quali tre?"

Quando un contadino ara ed erpica bene il suo campo. Arando ed erpicando bene il suo campo, pianta rapidamente il seme. Avendo piantato rapidamente il seme, lo lascia nell'acqua e poi lo estrae.

Questi sono i tre doveri necessari di un contadino. Ora, quel contadino non ha il potere di [dire:] 'Possano i miei raccolti crescere oggi, il grano domani, e maturare il giorno dopo.' Ma quando il

tempo arriva, i raccolti del contadino crescono, il grano fiorisce, e loro maturano.

Allo stesso modo, sono questi i tre doveri necessari di un monaco. Quali tre? Ottenere una virtù elevata, ottenere una mente elevata, ottenere una conoscenza elevata. Questi sono i tre doveri necessari di un monaco. Ora, quel monaco non ha il potere di [dire:] 'Possa la mia mente essere liberata dalle impurità attraverso la mancanza di attaccamento oggi, domani o il prossimo giorno.' Ma quando il tempo arriva, la sua mente è liberata dalle impurità attraverso la mancanza di attaccamento.

Così, monaci, dovete esercitarvi: 'Forte sarà il nostro desiderio per ottenere una virtù elevata. Forte sarà il nostro desiderio per ottenere una mente elevata. Forte sarà il nostro desiderio per ottenere una conoscenza elevata.' Così dovete esercitarvi."

*AN 3.94: Ajaniya Sutta*  
*Il Purosangue*

"Dotato di tre caratteristiche, il destriero purosangue di un re è degno di un re, è la ricchezza di un re. Quali tre? Quando il destriero purosangue di un re è completo in bellezza, completo in forza, e completo in velocità. Dotato di queste tre caratteristiche il destriero purosangue di un re è degno di un re, è la ricchezza di un re.

Allo stesso modo, un monaco dotato di queste tre qualità è degno di doni, degno di ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, un campo insuperato di merito per il mondo. Quali tre? Quando un monaco è completo in bellezza, completo in forza, e completo in conoscenza.

E com'è un monaco completo in bellezza? Quando un monaco è virtuoso. Egli medita con presenza mentale in concordanza col Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso le regole della pratica, vedendo del pericolo nel non seguirle. Così un monaco è completo in bellezza.

E com'è un monaco completo in forza? Quando un monaco tiene la sua persistenza sveglia per abbandonare le qualità mentali nocive ed assumere le qualità mentali salutari. Egli è costante, saldo nel suo sforzo, senza evitare i suoi doveri riguardo alle qualità mentali salutari. Così un monaco è completo in forza.

E com'è un monaco completo in conoscenza? Quando un monaco discerne la vera realtà, cioè: 'Questo è dolore.' Discerne la vera realtà, cioè: 'Questa è l'origine del dolore.' Discerne la vera realtà, cioè: 'Questa è la cessazione del dolore.' Discerne la vera realtà, cioè: 'Questo è il percorso di pratica che conduce alla cessazione del dolore.' Così un monaco è completo in conoscenza.

Dotato di queste tre qualità, un monaco è degno di doni, degno di ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, un campo insuperato di merito per il mondo."

*AN 3.99: Lonaphala Sutta*  
*Il cristallo di sale*  
*(estratto)*



"Monaci, chiunque dica: 'Qualunque sia il modo con cui si produce del karma, ecco come è vissuto', non è di vita santa, non c'è nessuna opportunità per mettere correttamente fine all'inquietudine. Ma chiunque dica: 'Quando si produce del karma, che sarà provato in tale e tale modo, ecco come il suo risultato sarà vissuto', c'è la vita santa, c'è l'opportunità per una fine corretta dell'inquietudine.

Quando una cattiva azione insignificante è commessa da un certo individuo lo porta all'inferno. Quando, invece, lo stesso tipo di azione insignificante commessa da un altro individuo, vissuta in questa vita, per la maggior parte, dura un istante.

Dunque, qual è il tipo di individuo di cui una cattiva azione insignificante commessa da lui, lo porterà all'inferno? Quando un certo individuo non ha sviluppato [la contemplazione] del corpo, non ha sviluppato la virtù, non ha sviluppato la mente, non ha sviluppato la conoscenza: limitato, meschino, rimane nella sofferenza. Una cattiva azione insignificante commessa da questo tipo di individuo lo trascina all'inferno.

Poi, qual è il tipo di individuo di cui una cattiva azione insignificante da lui commessa, vissuta in questa vita, per la maggior parte, dura un istante? Quando un certo individuo ha sviluppato [la contemplazione] del corpo, ha sviluppato la virtù, ha sviluppato la mente, ha sviluppato la conoscenza: illimitato, di mente superiore, rimane nell'incommensurabile. Un'azione insignificante commessa da questo individuo, vissuta in questa vita, per la maggior parte, dura un istante.

Supponiamo che un uomo getti un cristallo di sale in una piccola quantità d'acqua in una tazza. Che pensate? L'acqua nella tazza diventerebbe salata a causa del cristallo di sale ed imbevibile?"

"Sì, signore. Perché c'è un poco d'acqua nella tazza, e diventerebbe salata a causa del cristallo di sale ed imbevibile."

"Dunque, supponiamo, invece, che un uomo getti un cristallo di sale nel fiume Gange. Che pensate? L'acqua del Gange diventerebbe salata a causa del cristallo di sale ed imbevibile?"

"No, signore. Perché c'è una grande massa di acqua nel Gange, e non diventerebbe salata a causa del cristallo di sale né imbevibile."

"Allo stesso modo, quando una cattiva azione insignificante è commessa da un individuo [il primo], lo porta all'inferno, invece quando lo stesso tipo di azione insignificante commessa dall'altro individuo [il secondo], vissuta in questa vita, per la maggior parte, dura un istante."

*AN 3.100: Pansadhovaka Sutta*  
*L'orafo*

"Ci sono queste impurità grezze nell'oro: sabbia sporca, inghiai e arenaria. L'orafo o il suo apprendista, avendo messo [l'oro] in un tino, lo lava di nuovo e di nuovo finché toglie la sporcizia.

Quando smette, rimangono le impurità moderate nell'oro: sabbia comune ed arenaria eccellente. Lui lava di nuovo l'oro finché non toglie le impurità.

Quando smette, rimangono le impurità eccellenti nell'oro: sabbia eccellente e polvere nera. L'orafo o il suo apprendista lava di nuovo l'oro finché non le toglie.

Quando finisce, rimane solo la polvere d'oro. L'orafo o il suo apprendista, mettendolo in un crogiolo, lo pulisce di nuovo finché non toglie le scorie. L'oro, finché non è raffinato e libero da scorie, non è flessibile, malleabile, o luminoso. È fragile e non è pronto per essere lavorato. Ma, ad un certo punto, l'orafo o il suo apprendista pulisce in profondità l'oro finché le scorie non ven-

gono tolte. L'oro, così pulito, è raffinato, libero da scorie, malleabile e luminoso. Non è fragile, ed è pronto per essere lavorato. Poi qualsiasi ornamento lui abbia in mente - se una cintura, un orecchino, una collana, o una catena d'oro - l'oro serve allo scopo.

Allo stesso modo, sono queste impurità grezze in un monaco intento (a pulire) per ottenere una mente elevata: cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Questo il monaco - consapevole e capace - abbandona, distrugge, disperde, le elimina. Quando si libera di loro, rimangono in lui le impurità moderate: pensieri della sensualità, cattiva e dannosa volontà. Questi pensieri egli abbandona, distrugge, disperde, asciuga le loro esistenze. Quando si libera di loro, rimangono in lui le impurità eccellenti: pensieri della sua casta, pensieri della sua casa, pensieri che non possono essere disprezzati. Questi pensieri egli abbandona, distrugge, disperde, asciuga la loro esistenza.

Quando si libera di loro, rimangono solamente pensieri del Dhamma. La sua concentrazione è né calma né raffinata, non ha raggiunto ancora serenità o unità, e vi sono ancora le forti impurità. Ma viene il tempo che la sua mente cresce consolidata internamente, risoluta, unificata e concentrata. La sua concentrazione è calma e raffinata, ha raggiunto la serenità e l'unità, e compare più la fabbricazione di forte limitazione..

E poi a delle conoscenze più alte volge la sua mente per conoscere e comprendere, le può tenere presenti ogni qualvolta ci sia un'apertura.

Se vuole, usa i poteri del sovrumano molteplice. Essendo uno, diviene molti; essendo molti, diviene uno. Appare. Svanisce. Supera non impedito muri, bastioni, e montagne come se attraversasse lo spazio. Si tuffa dentro la terra come se fosse acqua. Cammina sull'acqua senza affondare come se fosse terra asciutta. Seduto con gambe incrociate vola attraverso l'aria come un uc-

cello. Con la sua mano tocca ed accarezza il sole e la luna, così possenti e potenti. Influenza con il suo corpo mondi lontani come i mondi di Brahma.

Se vuole, ascolta - attraverso l'orecchio divino, puro e sovrumano - ogni tipo di suono: divino ed umano, vicino o lontano.

Se vuole, conosce la mente di altri esseri, di altri individui, avendola inclusa con la sua consapevolezza. Discerne una mente con desiderio come una mente con desiderio, ed una mente senza desiderio come una mente senza desiderio. Discerne una mente con avversione come una mente con avversione, ed una mente senza avversione come una mente senza avversione. Discerne una mente con illusione come una mente con illusione, ed una mente senza illusione come una mente senza illusione. Discerne una mente limitata come una mente limitata, ed una mente aperta come una mente aperta. Discerne una mente aperta come una mente aperta, ed una mente chiusa come una mente chiusa. Discerne una mente eccelsa come una mente eccelsa, ed una mente insuperata come una mente insuperata. Discerne una mente concentrata come una mente concentrata, ed una mente disattenta come una mente disattenta. Discerne una mente liberata come una mente liberata, ed una mente incatenata come una mente incatenata.

Se vuole, ricorda le sue vite passate e molteplici, ad esempio, una nascita, due nascite, tre nascite, quattro, cinque, dieci, venti, trenta, quaranta, cinquanta, cento, mille, centomila, molti eoni di contrazione cosmica, molti eoni di espansione cosmica, molti eoni di contrazione ed espansione cosmica[ricordando]: 'Là io avevo tale nome, appartenevo a tale clan, avevo tale aspetto. Tale era il mio cibo, tale la mia esperienza di piacere e dolore, tale la fine della mia vita. Lasciando quell'esistenza, sono risorto là. Là anche avevo tale nome, appartenevo a tale clan, avevo tale aspetto. Tale era il mio cibo, tale la mia esperienza di piacere e dolore, tale la fine della mia vita. Lasciando quell'esistenza, sono risorto

qui.' Così lui ricorda le sue vite passate e molteplici in ogni dettaglio.

Se vuole, vede - attraverso l'occhio divino, puro e sovrumano - esseri morti e riapparsi, e discerne come sono inferiori e superiori, belli e brutti, fortunati e sfortunati in concordanza con il loro kamma: 'Questi esseri - dotati di cattiva condotta fisica, verbale e mentale, che ingiuriarono il nobile, che credevano in false teorie ed intrapresero azioni sotto l'influenza di queste teorie - alla dissoluzione del corpo, dopo la morte sono riapparsi nei reami della privazione, in una cattiva destinazione, nei reami più bassi, all'inferno. Ma questi esseri - dotati di buona condotta fisica, verbale e mentale, che non ingiuriarono il nobile, che credevano a giuste teorie ed intrapresero azioni sotto la loro influenza - alla dissoluzione del corpo, dopo la morte sono riapparsi in buone destinazioni, nel mondo paradisiaco.' Così - attraverso l'occhio divino, puro e sovrumano - egli vede esseri che muoiono e riappaiono, e discerne come loro sono inferiori e superiori, belli e brutti, fortunati e sfortunati, in concordanza con il loro kamma.

Se vuole, poi, attraverso la fine degli influssi impuri mentali, dimora nella libera consapevolezza e nella libera conoscenza, avendole conosciute e resi manifesti personalmente in questa stessa esistenza."

*AN 3.100 (xi-xv): Nimitta Sutta*  
*Temi*

"Un monaco intento sulla mente elevata dovrebbe essere attento su tre temi periodicamente: sul tema della concentrazione; sul tema dell'energia sollevata; sul tema dell'equanimità. Se l'inten-

zione del monaco sulla mente elevata fosse attenta soltanto al tema della concentrazione, è possibile che la sua mente resterebbe pigra. Se fosse attento soltanto al tema di energia sollevata, è possibile che la sua mente tenderebbe all'inquietudine. Se fosse attento soltanto al tema dell'equanimità, è possibile che la sua mente non sarebbe concentrata rettamente per l'arresto delle fermentazioni. Ma quando rimane attento al tema della concentrazione, al tema di energia sollevata, al tema dell'equanimità periodicamente, la sua mente è flessibile, malleabile, luminosa, e non fragile. È concentrato rettamente per l'arresto delle fermentazioni."

*(continua come sutta precedente: III.100 (i-x) )*

*AN 3.105: Kuta Sutta  
La sommità del tetto*

Una volta Anathapindika il capofamiglia si recò dal Beato e, appena giunto, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Appena seduto, il Beato gli disse: "Capofamiglia, quando la mente non è protetta, le azioni fisiche sono indifese, le azioni verbali sono indifese, le azioni mentali sono indifese. Quando le azioni fisiche di qualcuno, le azioni verbali e le azioni mentali sono indifese, le azioni fisiche diventano impure, le azioni verbali diventano impure, le azioni mentali diventano impure. Quando le azioni fisiche, le azioni verbali e le azioni mentali, le azioni fisiche e le azioni verbali sono impure, vi è la decomposizione delle azioni mentali. Quando le azioni fisiche di qualcuno, le azioni verbali e le azioni mentali si decompongono, la morte di costui non è di lieto auspicio, non è un buon modo di morire. .... Ora, quando la mente è protetta, le azioni fisiche sono ben protette, le azioni verbali sono ben protette, così le azioni mentali. Quando le azioni fisiche di qualcuno, le azioni verbali e le azioni

mentali sono protette, le azioni fisiche ... le azioni verbali... le azioni mentali non diventano impure. Quando le azioni fisiche, le azioni verbali e le azioni mentali non sono impure, le azioni fisiche, le azioni verbali e le azioni mentali non si decompongono. Quando le azioni fisiche, le azioni verbali e le azioni mentali non si decompongono, la morte di qualcuno è di lieto auspicio, è un buon modo di morire.

Così quando una casa è coperta con un buon tetto: la sommità del tetto è protetta, le parti del tetto sono protette, i muri sono protetti. La sommità del tetto... le travi... i muri non si bagnano o prendono umidità. La vetta del tetto...le travi... i muri non si decompongono. Allo stesso modo, quando la mente è protetta, ....."

*AN 3.120: Monneyya Sutta*  
*Sagacia*

“Monaci, ci sono queste tre forme di sagacia. Quali tre? La sagacia fisica, la sagacia verbale e la sagacia mentale.

E qual è la sagacia fisica? Quando un monaco si astiene dall'uccidere, si astiene dal furto, si astiene dall'impudicizia. Questo stato è chiamato la sagacia fisica.

E qual è la sagacia verbale? Quando un monaco si astiene dal mentire, si astiene da usare parole che dividono, si astiene da parole offensive, si astiene da chiacchiere vuote. Questo stato è chiamato la sagacia verbale.

E qual è la sagacia mentale? Quando un monaco - abbandonando gli influssi impuri mentali - dimora nella libera consapevolezza e nella libera conoscenza, avendoli conosciuti e resi manifesti in

questa vita. Questo stato è chiamato la sagacia mentale. Queste, monaci sono le tre forme della sagacia."

Colui saggio nel corpo, saggio in parola,  
saggio nella mente, privo di influssi impuri:  
completo in sagacia  
si dice che abbia abbandonato,  
ogni cosa.  
- il Tutto.

*AN 3.123: Gotamaka-cetiya Sutta*  
*Al sacrario di Gotamaka*

Una volta il Beato soggiornava presso Vesali al Sacrario di Gotamaka. Là si rivolse ai monaci, "Monaci!"

"Sì, signore.", i monaci risposero.

Il Beato disse: "E' attraverso la conoscenza diretta che io insegno il Dhamma, non senza conoscenza diretta. È con una causa che io insegno il Dhamma, non senza una causa. È con meraviglie che io insegno il Dhamma, non senza meraviglie. Perché io insegno il Dhamma attraverso la conoscenza diretta e non senza conoscenza diretta, perché io insegno il Dhamma con una causa e non senza una causa, perché io insegno il Dhamma con meraviglie e non senza meraviglie, la buon ragione per la mia istruzione, la buon ragione per la mia ammonizione. E ciò è abbastanza per voi per essere contenti, abbastanza per voi per essere gratificati, abbastanza per voi per gioire che il Beato è il Risvegliato, il Dhamma è ben insegnato dal Beato, e la comunità ha praticato esattamente."

Così disse il Beato. Gratificati, i monaci si allietarono con le parole del Beato. E mentre questo chiarimento era dato, i diecimila



cosmi tremarono.

*AN 3.126: Katuviya Sutta  
Putrido*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Varanasi nel Rifugio di Isipatana. Quindi di mattina presto il Beato, dopo aver preso mantello e scodella, andò a Varanasi per la questua. Mentre era in giro per elemosine vicino ad un albero di fico, vide un certo monaco la cui gioia era in cose vuote, la cui gioia era in cose esteriori, la sua consapevolezza confusa, privo di presenza mentale, senza concentrazione, con la sua mente vagava, le sue facoltà erano incontrollate. Nel vederlo, il Beato gli disse: "Monaco, monaco, non lasciarti putrefare! Uno putrefatto puzza come una carogna, e le mosche sciameranno e l'attaccheranno!"

Allora il monaco - ammonito dal Beato - ritornò in sé.

Quindi il Beato, tornato dal giro di elemosine, dopo il pasto si rivolse ai monaci [e disse loro ciò che era accaduto].

Detto questo, un monaco disse al Beato, cos'è la putrefazione, signore? Cos'è il puzzo di carogna? Chi sono le mosche?"

"L'avidità, monaco, è la putrefazione. La cattiva volontà è il puzzo di carogna. I pensieri negativi e nocivi sono le mosche."

Uno i cui occhi e orecchi  
sono indifesi,  
i cui sensi  
non sono repressi,  
le mosche sciamano:  
dipendente dalla avidità.  
Il monaco che è putrido,

che puzza di carogna,  
è lontano dal completo risveglio.  
La sua azione è l'irritazione.  
Se dimora  
in un villaggio o in una foresta,  
non avendo guadagnato  
tranquillità,  
è circondato dalle mosche.  
Ma coloro che sono completi  
in virtù,  
pieni di conoscenza  
e calma,  
pacificati, dormono nell'agio.  
Nessuna mosca su loro si sofferma.

*AN 3.130: Lekha Sutta*  
*Scritte*

"Monaci, ci sono questi tre tipi di individui esistenti nel mondo. Quali tre? Un individuo come una scritta sulla pietra, un individuo come una scritta sul terreno, ed un individuo come una scritta sull'acqua.

E com'è un individuo come una scritta sulla pietra? Quando un individuo spesso è irritato, e la sua rabbia rimane con lui per lungo tempo. Come una scritta sulla pietra non è cancellata rapidamente dal vento o dall'acqua e dura a lungo, così è un individuo irritato, e la sua rabbia rimane con lui per lungo tempo. Costui è chiamato un individuo come una scritta sulla pietra.

E com'è un individuo come una scritta sul terreno? Quando un individuo spesso è irritato, ma la sua rabbia non rimane con lui per lungo tempo. Come una scritta sul terreno è cancellata rapi-

damente dal vento o dall'acqua e non dura molto, così è un individuo irritato, ma la sua rabbia non rimane con lui per molto tempo. Costui è chiamato un individuo come una scritta sul terreno.

E com'è un individuo come una scritta sull'acqua? Quando un individuo - offeso o trattato in modo sgradevole - malgrado ciò è gentile, socievole e cortese. Come una scritta sull'acqua immediatamente scompare e non dura per molto tempo, così è un individuo - offeso e trattato in modo sgarbato - è sempre gentile, socievole e cortese. Costui è chiamato un individuo come una scritta sull'acqua. Questi sono i tre tipi di individui esistenti nel mondo."

*AN 3.134: Dhamma-niyama Sutta*  
*L'Ordine del Dhamma*

"Monaci, se ci sia o non ci sia il sorgere dei Tathagata, questa proprietà rimane - questa costanza del Dhamma, quest'ordine del Dhamma: Tutti i processi sono impermanenti.

Il Tathagata perfettamente risvegliato su questa Legge, rompe attraverso tale Legge. Così facendo, lui la dichiara, l'insegna, la descrive, la fissa. Lui la rivela, la spiega, ed asserisce: Tutti i processi sono impermanenti.

Se ci sia o non ci sia il sorgere dei Tathagata, questa proprietà rimane - questa costanza del Dhamma, quest'ordine del Dhamma: Tutti i processi sono dolorosi.

Il Tathagata perfettamente risvegliato su questa Legge, rompe attraverso tale Legge. Così facendo, lui la dichiara, l'insegna, la descrive, la fissa. Lui la rivela, la spiega, ed asserisce: Tutti i processi sono dolorosi.

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

Se ci sia o non ci sia il sorgere dei Tathagata, questa proprietà rimane - questa costanza del Dhamma, quest'ordine del Dhamma: Tutti i fenomeni sono privi di un sé.

Il Tathagata perfettamente risvegliato su questa Legge, rompe attraverso tale Legge. Così facendo, lui la dichiara, l'insegna, la descrive, la fissa. Lui la rivela, la spiega, ed asserisce: Tutti i fenomeni sono privi di un sé."

LIBRO DEI QUATTRO

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 4.1: Anubuddha Sutta*  
*La comprensione*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava tra i Vajjia al villaggio di Bhandā. Là, si rivolse ai monaci, dicendo: "Monaci!"

"Sì, signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse: "È in virtù della nostra incapacità a comprendere ed a penetrare quattro cose che abbiamo errato e trasmigrato per molto tempo, voi ed io. Quali quattro?"

È in virtù della nostra incapacità a comprendere ed a penetrare la nobile virtù che abbiamo errato e trasmigrato per molto tempo, voi ed io.

È in virtù della nostra incapacità a comprendere ed a penetrare la nobile concentrazione che abbiamo errato e trasmigrato per molto tempo, voi ed io.

È in virtù della nostra incapacità a comprendere, ed a penetrare, la nobile conoscenza che abbiamo errato e trasmigrato per molto tempo, voi ed io.

È in virtù della nostra incapacità a comprendere ed a penetrare la nobile liberazione che abbiamo errato e trasmigrato per molto tempo, voi ed io.

Ma quando si comprende e si penetra la nobile virtù, quando si comprende e si penetra la nobile concentrazione... quando si comprende e si penetra la nobile conoscenza... quando si comprende e si penetra la nobile liberazione, allora la sete insaziabile del divenire è distrutta, brama ed attaccamento, si concludono, e non ci sono più altre esistenze."

Così disse il Beato. Poi aggiunse:

L'incomparabile virtù, la concentrazione,  
la conoscenza e la liberazione:  
sono stati compresi da Gotama, il Glorioso.

Avendoli conosciuti direttamente,  
insegnò il Dhamma ai monaci--

il risvegliato  
il maestro che ha messo fine alla sofferenza ed al dolore,

Colui la cui la visione  
è sciolta totalmente.

*AN 4.5: Anusota Sutta*  
*Con la corrente*

"Questi quattro tipi di individui esistono nel mondo. Quali quattro? L'individuo che va con la corrente, l'individuo che va contro la corrente, l'individuo che resta immobile e quello che ha attraversato, è andato oltre: un bramano.

E chi è l'individuo che va con la corrente? Quando un individuo appaga i desideri sensuali e commette azioni nocive. Costui è chiamato l'individuo che va con la corrente.

E chi è l'individuo che va contro la corrente? Quando un individuo non appaga i desideri sensuali e non commette azioni nocive. Anche se ci può essere dolore, anche se ci può essere sofferenza, anche se vi sono lacrime, vive la vita santa, perfetta e pura. Costui è chiamato l'individuo che va contro la corrente.

E chi è l'individuo che rimane immobile? Quando un individuo, con la fine totale dei cinque vincoli, rinasce [nelle Pure Dimore], totalmente libero, e non ritorna più da quel mondo. Costui è chiamato l'individuo che rimane immobile.

E chi è l'individuo che ha attraversato, che è andato oltre: un bramano? Quando un individuo, attraverso la fine degli influssi mentali nocivi entra e rimane nella libera consapevolezza e nella libera conoscenza, avendole conosciute e rese manifeste in questa vita. Costui è chiamato l'individuo che ha attraversato, che è

andato oltre: un bramano. Questi sono i quattro tipi di individui esistenti nel mondo."

Persone non represses  
nei desideri sensuali,  
non prive  
di avidità,  
appagate  
nella sensualità:  
ritornano alla nascita e alla vecchiaia,  
sempre -  
afferrate dalla brama,  
trasportate dalla corrente.

Così l'illuminato,  
con ferma consapevolezza,  
non appagato  
nella sensualità e nel male,  
sebbene provi dolore,  
abbandona la sensualità.  
e lo chiamano  
colui che va  
contro la corrente.

Chiunque,  
avendo abbandonato  
i cinque vincoli,  
è  
perfetto nella pratica,  
non destinato a precipitare di nuovo,  
pieno di consapevolezza,  
con facoltà composte:  
è chiamato  
colui che è immobile.



In colui che, avendo conosciuto,  
le diverse qualità  
e avendole distrutte,  
giunto alla loro fine,  
non esistono per lui:  
è chiamato  
un maestro della conoscenza,  
colui che ha adempiuto alla vita santa,  
che è andato  
oltre.

*AN 4.10: Yoga Sutta*  
*Schiavitù*

"Monaci, vi sono queste quattro schiavitù. Quali quattro? La schiavitù della sensualità, la schiavitù del divenire, la schiavitù delle opinioni e la schiavitù dell'ignoranza.

E qual è la schiavitù della sensualità? Quando una persona non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalla sensualità. Quando non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalla sensualità, poi - riguardo agli oggetti dei sensi - è ossessionato dalla gioia sensuale, dall'attrazione sensuale, dall'infatuazione sensuale, dalla sete sensuale, dalla febbre sensuale, dal fascino sensuale, dalla brama sensuale. Questa è la schiavitù della sensualità.

E com'è la schiavitù del divenire? Quando una persona non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dal divenire. Quando non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalla sensualità, poi - riguardo agli stati del divenire - è ossessionato dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazio-

ne, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dal fuoco del divenire. Questa è la schiavitù della sensualità la schiavitù del divenire.

E com'è la schiavitù delle opinioni? Quando una persona non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalle opinioni. Quando non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalle opinioni, poi - riguardo alle opinioni - è ossessionato dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazione, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dal fuoco delle opinioni. Questa è la schiavitù della sensualità la schiavitù delle opinioni. Questa è la schiavitù della sensualità, la schiavitù del divenire e la schiavitù delle opinioni.

E com'è la schiavitù dell'ignoranza? Quando una persona non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dai sei organi di senso. Quando non discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dai sei organi di senso, poi - riguardo all'ignoranza concernente i sei organi di senso - è ossessionato dall'ignoranza. Questa è la schiavitù della sensualità, la schiavitù del divenire, la schiavitù delle opinioni e la schiavitù dell'ignoranza.

Congiunto con il male, con le qualità mentali nocive - le contaminazioni, che conducono ad un altro divenire, e che danno luogo a sofferenza e dolore, ed ad una nascita futura, vecchiaia e morte - si dice di colui che è schiavo. Queste sono le quattro schiavitù.

Vi sono, ora, queste quattro liberazioni. Quali quattro? La liberazione dalla sensualità, dal divenire, dalle opinioni e dall'ignoranza.

E qual è la liberazione dalla sensualità? Quando una persona discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la sedu-

zione, i pericoli e la fuga dalla sensualità. Quando discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalla sensualità, poi - riguardo agli oggetti sensuali - non è ossessionato dal desiderio, dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazione, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dalla brama sensuale. Questa è la liberazione dalla sensualità.

E com'è la liberazione dal divenire? Quando una persona discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dal divenire. Quando discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dal divenire, poi - riguardo al divenire - non è ossessionato dal desiderio, dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazione, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dalla brama sensuale. Questa è la liberazione dal divenire.

E com'è la liberazione dalle opinioni? Quando una persona discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalle opinioni. Quando discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dalle opinioni, poi - riguardo alle opinioni - non è ossessionato dal desiderio, dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazione, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dalla brama sensuale. Questa è la liberazione dalle opinioni.

E com'è la liberazione dall'ignoranza? Quando una persona discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dai sei organi di senso. Quando discerne, come davvero è la realtà, l'origine, la cessazione, la seduzione, i pericoli e la fuga dall'ignoranza, poi - riguardo all'ignoranza concernente i sei organi di senso - non è ossessionato dal desiderio, dalla gioia, dall'attrazione, dall'infatuazione, dalla sete, dalla febbre, dal fascino, dalla brama sensuale. Questa è la liberazione dall'ignoranza.

Disgiunto dal male, dalle qualità mentali nocive- le contaminazioni, che conducono ad un altro divenire, che danno luogo a sofferenza e dolore, e ad una nascita futura, alla vecchiaia e alla morte - si dice di colui che è libero. Queste sono le quattro liberazioni."

Congiunto alla schiavitù della sensualità e del divenire,  
congiunto alla schiavitù delle opinioni,  
circondato dall'ignoranza,  
gli esseri errano continuamente,  
costretti alla nascita e  
alla morte.

Ma coloro che comprendono la sensualità e la schiavitù del divenire - completamente - che hanno tagliato la schiavitù delle opinioni e sono senza desideri verso l'ignoranza,  
disgiunti da tutte le schiavitù:  
essi - avendo superato ogni schiavitù - sono saggi effettivamente.

*AN 4.19: Agati Sutta*  
*Fuorviare*

"Ci sono questi quattro modi di fuorviare. Quali quattro? Fuorviare attraverso il desiderio, attraverso l'avversione, attraverso l'illusione, attraverso la paura. Questi sono i quattro modi di fuorviare."

Se voi -  
attraverso il desiderio,  
l'avversione,  
l'illusione,

la paura -  
trasgredite il Dhamma,  
il vostro onore cala,  
come l'oscurità  
della luna.

"Ci sono questi quattro modi di seguire il sentiero. Quali quattro?  
Non fuorviare attraverso il desiderio, attraverso l'avversione, attraverso l'illusione, attraverso la paura. Questi sono i quattro modi di seguire il sentiero."

Se voi -  
attraverso il desiderio,  
l'avversione,  
l'illusione,  
la paura -  
non trasgredite il Dhamma,  
il vostro onore cresce,  
come la luminosità  
della luna.

*AN 4.24: Kalaka Sutta  
Al Giardino dei Kalaka*

Una volta il Beato soggiornava a Saketa al parco dei Kalaka. Là si rivolse i monaci: "Monaci!"

"Sì, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "Monaci, qualunque cosa nel cosmo - con i suoi deva, Mara, e Brahma, le sue generazioni di asceti, re, bramani e persone ordinarie - è vista, sentita, udita, conosciuta, raggiunta, ricercata, ponderata dall'intelletto: Questo io so. Qualunque cosa nel cosmo - con i suoi deva, Mara e Brahma, le sue generazioni di asceti, bramani, re e persone ordinarie - è vista, sentita, udita,

conosciuta, raggiunta, ricercata, ponderata dall'intelletto: Ciò io conosco direttamente. Ciò è stato realizzato dal Tathagata, ma nel Tathagata non è stato stabilito.

Se io dicessi: 'Ogni cosa nel cosmo... è vista, sentita, provata, conosciuta... ponderata dall'intelletto' sarebbe una falsità. Se io dicessi 'io so e non so che ogni cosa nel cosmo... è vista, .... ponderata dall'intelletto' sarebbe lo stesso. Se io dicessi: 'Io né so né non so che ogni cosa nel cosmo... è vista ... ponderata dall'intelletto' sarebbe una mia colpa.

Così, monaci, il Tathagata vedendo ciò che deve essere visto, non costruisce un [oggetto come] visto. Non costruisce un invisibile. Non costruisce un [oggetto] per essere visto. Egli non è un veggente.

Quando sentendo...

Quando odorando...

Conoscendo ciò che deve essere conosciuto, non costruisce un [oggetto come] misconosciuto. Non costruisce un misconosciuto. Lui non costruisce un [oggetto] per essere conosciuto. Non è un conoscitore.

Così, monaci, il Tathagata - essendo lo stesso riguardo ad ogni fenomeno che può essere visto, sentito, provato e conosciuto - è 'Tale.' Ed io vi dico: "Non c'è altro 'Tale' più alto o più sublime."

Qualunque cosa è vista o è sentita o provata ed assicurata come vera da altri, non si chiede se sia vera o falsa. Avendo ben conosciuto la freccia, dove generazioni sono sicure e appese - 'Io so, io vedo, così com'è! ' - non c'è niente di certo del Tathagata."

*AN 4.28: Ariya-vamsa Sutta*  
*Il sermone sulle tradizioni dei Nobili*

"Queste quattro tradizioni dei Nobili - originali, antiche, tradizionali, pure - sono senza colpa e senza sospetto da parte di asceti e bramani. Quali quattro?

Quando un monaco è contento del suo vecchio mantello. Onora il suo vecchio mantello. Non fa niente di indecente o di improprio verso il suo vecchio mantello. Non prende altra stoffa, non è agitato. E' energico, vigile, ed attento. Si dice che costui, monaci, sia un monaco che onora le tradizioni originali dei Nobili.

Il monaco, inoltre, è contento di elemosinare. Onora l'elemosina. Non fa niente di indecente o di improprio riguardo all'elemosina. Non rifiuta l'elemosina, non è agitato. E' energico, vigile, ed attento. Si dice che costui, monaci, sia un monaco che onora le tradizioni originali dei Nobili.

Il monaco, inoltre, è contento della sua dimora. La onora. Non fa niente di indecente o di improprio riguardo la sua dimora. Non rinnega la sua dimora, non è agitato. E' energico, vigile, ed attento. Si dice che costui, monaci, sia un monaco che onora le tradizioni originali dei Nobili.

Inoltre, il monaco trova piacere e diletto nello sviluppare (le qualità mentali positive), trova piacere e diletto nell'abbandonare (le qualità mentali nocive). Non si esalta o svilisce gli altri. In questo lui è abile, energico, vigile, ed attento. Si dice che costui, monaci, sia un monaco che onora le tradizioni originali dei Nobili.

Queste sono le quattro tradizioni dei Nobili, originali, antiche, tradizionali, e pure.

Ed inoltre, un monaco dotato di queste quattro tradizioni dei Nobili, se vive ad est conquista il dispiacere e non è conquistato dal dispiacere. Se vive nell'ovest... nel nord... nel sud conquista il dispiacere e non è conquistato dal dispiacere. Perché? Perché il saggio sopporta piacere e dispiacere."

Così disse il Benedetto. Poi aggiunse:

Il dispiacere non conquista l'illuminato.  
Il dispiacere non lo sopprime.  
Lui conquista il dispiacere perché lo sopporta.  
Avendo abbandonato ogni azione:  
chi potrebbe ostruirlo?  
Come un ornamento d'oro più eccellente:  
Chi è appropriato per trovare colpa in lui?  
Anche i deva lo lodano, anche da Brahma è lodato.

*AN 4.31: Cakka Sutta*  
*Ruote*

“Vi sono queste quattro ruote, con cui esseri umani e deva sviluppano una quadruplice prosperità; con cui esseri umani e deva possono raggiungere in poco tempo grande ricchezza ed abbondanza. Quali quattro? Vivere in una terra incivilita, frequentare i saggi, vivere rettamente ed aver accumulato meriti in passato." [...]

Se dimori in un luogo incivilito,  
avendo come amici dei saggi,  
vivendo rettamente  
ed avendo accumulato meriti in passato,  
otterrai fortuna, ricchezza, posizione sociale, onore  
e felicità.

*AN 4.37: Aparihani Sutta*  
*Senza apostasia*



"Dotato di quattro qualità, un monaco è incapace di abbandonarsi ed è corretto nella presenza dell'Illuminazione. Quali quattro?"

Quando un monaco è virtuoso, controlla le porte delle sue facoltà sensuali, è moderato nel mangiare e nel dormire.

E com'è un monaco virtuoso? Quando un monaco è virtuoso si attiene alle regole del Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, attenendosi alle regole, vedendo pericolo in ogni colpa. Così un monaco è virtuoso.

E come protegge un monaco le porte delle facoltà sensuali? Quando un monaco, nel vedere una forma con l'occhio non si attacca - se indulgesse senza controllo sulla facoltà visiva - il male, le qualità nocive come l'avidità o l'angoscia l'assalirebbero. Pratica l'autocontrollo. Protegge la facoltà visiva. Realizza l'autocontrollo con riguardo alla facoltà visiva.

Sentendo un suono con l'orecchio...

Odorando un aroma col naso...

Assaggiando un sapore con la lingua...

Provando una sensazione tattile col corpo...

Conoscendo un oggetto mentale con la mente, non si attacca ad alcun tema o variazione - se indulgesse senza limitazione sulla facoltà mentale - il male, le qualità nocive come l'avidità o l'angoscia l'assalirebbero. Pratica l'autocontrollo. Protegge la facoltà mentale. Realizza l'autocontrollo con riguardo alla facoltà mentale. Così un monaco protegge le porte delle sue facoltà di senso.

E come un monaco si modera nel mangiare? Quando un monaco, non si ciba né per ebbrezza, né per ingrassare, né per piacere, ma semplicemente per la sopravvivenza di questo corpo, per porre fine alle sue afflizioni, come sostentamento della vita santa pensando. 'Distruggerò le vecchie sensazioni [della fame] e non ne creerò altre nuove [dal mangiare troppo]. Così io mi manterrò, irreprensibile e in conforto.' Così un monaco si modera nel mangiare.

E come un monaco si modera nel dormire? Quando un monaco durante il giorno, sedendo e camminando, purifica la sua mente da alcune qualità che controllano la mente. Durante le prime ore notturne( alle 10 di sera) siede e cammina, purifica la sua mente da alcune qualità che la controllano. Durante altre ore notturne, (dalle 10 di sera alle 2 del mattino) reclinandosi sul lato destro, prende la posa del leone, un piede sopra all'altro, attento, vigile, con la sua mente sveglia. Durante le ultime ore della notte,(dalle 2 del mattino all'alba) siede e cammina, purifica la sua mente da alcune qualità che la controllano. Così un monaco si modera nel dormire. Dotato di queste quattro qualità, un monaco è incapace di abbandonarsi ed è corretto nella presenza dell'Illuminazione."

Il monaco saldo in virtù,  
è contenuto riguardo alle facoltà dei sensi,  
modera il cibo,  
ed il sonno:  
indulgendo così ardentemente,  
giorno e notte, instancabile  
sviluppa qualità positive.

Il monaco attento  
è incapace di abbandonarsi,  
è corretto nella presenza dell'Illuminazione.

*AN 4.41: Samadhi Sutta*

### *Concentrazione*

"Monaci, questi sono i quattro stadi della concentrazione. Quali quattro? C'è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce al piacere in questa vita. C'è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce al conseguimento della conoscenza e della visione profonda. C'è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla consapevolezza e alla presenza mentale. C'è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla fine degli influssi impuri.

E qual è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce al piacere in questa vita? Quando un monaco - lontano dalla sensualità e da qualità nocive - entra e rimane nel primo jhana, costituito da beatitudine e piacere, sorti dal distacco, accompagnati dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Con la calma del pensiero diretto e della valutazione, egli entra e rimane nel secondo jhana, costituito da beatitudine e piacere, sorti dalla composizione e unificazione della mente, libera dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Con il cessare della beatitudine egli rimane equanime, consapevole e attento, fisicamente sensibile al piacere. Egli entra e rimane nel terzo jhana, del quale i Nobili dicono: "Equanime e consapevole egli ha una piacevole dimora". Abbandonando il piacere e il dolore - con il primo dissolversi di gioia e preoccupazione - egli entra e rimane nel quarto jhana, costituito dalla pura equanimità e consapevolezza, priva di piacere e dolore. Questo è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce al piacere in questa vita.

E qual è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla conoscenza ed alla visione? Quando un monaco è attento alla percezione della luce e percepisce il giorno [qualsiasi ora del giorno]. Il giorno [per lui] è uguale alla notte, la notte è uguale al giorno. Attraverso una consapevolezza aperta

e non impedita, egli sviluppa una mente docile. Questo è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla conoscenza ed alla visione.

E qual è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla consapevolezza ed alla presenza mentale? Quando le sensazioni sono conosciute dal monaco come sorgono, conosciute come persistono, conosciute come svaniscono. Così le percezioni ed i pensieri. Questo è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla consapevolezza ed alla presenza mentale.

E qual è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla fine degli influssi impuri? Quando un monaco resta concentrato sul sorgere e sul cessare dei cinque aggregati: 'Tale è la forma, tale la sua origine, tale la sua cessazione. Tale è la sensazione ..... Tale è la percezione, ..... Tali sono le fabbricazioni,..... Tale è la coscienza, .....tale la sua scomparsa' Questo è lo stadio della concentrazione che, quando sviluppata e perseguita, conduce alla fine degli influssi impuri. Questi sono i quattro stadi della concentrazione. E ciò è in collegamento con quello che ho affermato nella Domanda di Punna-ka:

'Colui che ha approfondito  
il lontano e il vicino nel mondo,  
per cui non c'è niente  
perturbante nel mondo -  
i suoi vizi evaporarono,  
senza desideri, imperturbato  
alla pace -  
egli, vi dico, ha superato la nascita  
e la vecchiaia.'"

*AN 4.42: Pañha Sutta*

*Domande*

"Ci sono questi quattro modi di rispondere alle domande. Quali quattro? Ci sono domande alle quali bisognerebbe rispondere categoricamente [dirittamente sì, no, questo, quello]. Ci sono domande con le quali bisognerebbe dare risposte analitiche (qualificate) o risposte [definite o ridefinite nei termini]. Ci sono domande alle quali bisognerebbe rispondere con una controdomanda. Ci sono domande che dovrebbero essere messe da parte. Questi sono i quattro modi di rispondere a domande."

Primo, la risposta categorica,  
poi, la qualificata,  
terzo, la controdomanda,  
e quarto, quella da essere accantonata.

Ogni monaco che sa,  
in linea col Dhamma,  
si dice che sia specializzato,  
nei quattro tipi di domande:  
duro da superare, duro da colpire,  
profondo, duro da sconfiggere.

Lui sa ciò che vale la pena  
e ciò che non lo è,  
abile,  
rifiuta l'indegno,  
prende il meritevole.

Lui è chiamato uno che ha penetrato  
a ciò che vale la pena, prudente, saggio.

"Monaci, ci sono queste quattro perversioni della percezione, perversioni della mente, perversioni della visione. Quali quattro? 'Permanente' riguardo all'impermanente è una perversione della percezione, una perversione della mente, una perversione della visione. 'Piacevole' riguardo alla sofferenza... 'Il sé' riguardo al non-sé... 'Attrante' riguardo al poco attraente è una perversione della percezione, una perversione della mente, una perversione della visione. Queste sono le quattro perversioni della percezione, perversioni della mente, perversioni della visione.

Ci sono queste quattro virtù della percezione, virtù della mente, virtù della visione. Quali quattro? 'Impermanente' riguardo al permanente è una virtù della percezione, una virtù della mente, una virtù della visione. 'Dolorosa' riguardo alla sofferenza... 'Non-sé' riguardo al non-sé... 'Poco attraente' riguardo al poco attraente è una virtù della percezione, una virtù della mente, una virtù della visione. Queste sono le quattro virtù della percezione, virtù della mente, virtù della visione."

Percependo la permanenza nell'impermanenza,  
il piacere nella sofferenza,  
il sé in ciò che è il non-sé,  
l'attrazione nel poco attraente,  
gli esseri, distrutti da visioni sbagliate  
impazziscono.

Vinti dal giogo di Mara,  
dal giogo non trovano nulla.  
Gli esseri errano continuamente,  
da nascita a morte.

Ma quando i Risvegliati  
sorgono nel mondo,  
portano luce al mondo,  
proclamano il Dhamma  
portando fine alla sofferenza.

Quando coloro che ascoltano la conoscenza,  
riguadagnano i loro sensi,  
vedendo il permanente come permanente,  
il doloroso come doloroso,  
il non-sé come non-sé,  
il poco attraente come poco attraente.  
Intraprendono la retta visione,  
trascendono ogni dolore e sofferenza.

*AN 4.62: Anana Sutta*  
*Senza debiti*

Una volta Anathapindika il capofamiglia si recò dal Beato e, ivi giunto, dopo averlo salutato con rispetto, si sedette ad un lato. Appena seduto il Beato gli disse: “Ci sono questi quattro tipi di felicità che un capofamiglia, legato ai piaceri sensuali, può ottenere quando le condizioni sono propizie. Quali quattro? La felicità dell'avere, la felicità derivante dalla ricchezza, la felicità di essere senza debiti, la felicità di essere puri.

Cos'è la felicità dell'avere? Quando un figlio di buona famiglia lavorando sodo, grazie al sudore della fronte ed ai suoi sforzi, riesce ad accumulare onestamente molta ricchezza. Quando riflette: “Lavorando sodo, grazie al sudore della fronte ed ai miei sforzi, sono riuscito ad accumulare onestamente molta ricchezza.” - egli sperimenta felicità e gioia. Questa è chiamata la felicità dell'avere.

Cos'è la felicità derivante dalla ricchezza? Quando un figlio di buona famiglia lavorando sodo, grazie al sudore della fronte ed ai suoi sforzi, riesce a godere della sua ricchezza ed a raccogliere meriti. Quando riflette: “Usando la ricchezza onestamente guadagnata, grazie al sudore della fronte, grazie ai miei sforzi ed al duro lavoro, godo questa ricchezza e raccolgo meriti.” - egli sperimenta felicità e gioia. Questa è chiamata la felicità derivante dalla ricchezza.

Cos'è la felicità di essere senza debiti? Quando un figlio di buona famiglia non ha accumulato debiti, grandi o piccoli, verso nessuno. Quando riflette: “Non ho fatto nessun debito, grande o piccolo, verso nessuno.” - egli sperimenta felicità e gioia. Questa è chiamata la felicità di essere senza debiti.

Cos'è la felicità di essere puri? Quando il discepolo dei Nobili è dotato di un puro kamma fisico, di un puro kamma verbale, di un puro kamma mentale. Quando contempla: “Ho ottenuto un puro kamma fisico, un puro kamma verbale, un puro kamma mentale.” - egli sperimenta felicità e gioia. Questa è chiamata la felicità di essere puri.

Conoscendo la felicità di essere senza debiti,  
e la felicità dell'avere,  
godendo della felicità derivante dalla ricchezza, il comune mortale  
vede con conoscenza.  
Con retta visione – il saggio -  
conosce ogni felicità:  
e sa che la felicità di essere puri è la più elevata.

*AN 4.67: Ahina Sutta  
Morso da un serpente*

*(Questo è uno dei più conosciuti canti di protezione del Canone Pāli insegnato dal Buddha. La potenza del canto non sono le parole, ma la mente colma di amore universale.)*

Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi nel Boschetto di Jeta, al monastero di Anathapindika. Ora, in quel tempo un monaco era morto dopo essere stato morso da un serpente. Allora alcuni monaci si recarono dal Beato e, dopo averlo salutato con



profondo rispetto, si sedettero ad un lato. Appena seduti gli dissero: “Signore, poco fa a Savatthi un monaco è morto dopo essere stato morso da un serpente.”

“Monaci, sicuramente quel monaco non era protetto dalle quattro stirpi dei regali serpenti con una mente colma d'amore universale. Se fosse stato protetto dalle quattro stirpi dei regali serpenti con una mente colma d'amore universale non sarebbe stato morso e, di conseguenza, non sarebbe morto. Quali quattro? Virupakkha (*re dei naga, vedi DN 20*), Erapatha, Chabyaputta, Gotamaka.

(....) Ora vi insegnerò, monaci, come essere protetti dalle quattro stirpi dei regali serpenti con una mente colma d'amore universale come protezione e prevenzione personale.

Sono colmo d'amore universale per i Virupakkha,  
Sono colmo d'amore universale per i Erapatha,  
Sono colmo d'amore universale per i Chabyaputta,  
Sono colmo d'amore universale per i Gotamaka.

Sono colmo d'amore universale verso tutti gli esseri striscianti, i quali non mi faranno del male,  
Sono colmo d'amore universale verso tutti i bipedi, i quali non mi faranno del male,  
Sono colmo d'amore universale verso tutti i quadrupedi, i quali non mi faranno del male,  
Sono colmo d'amore universale verso tutti gli esseri del regno animale, i quali non mi faranno del male.

Possano tutti gli esseri striscianti non recarmi danno.  
Possano tutti i bipedi non recarmi danno.  
Possano tutti i quadrupedi non recarmi danno.  
Possano tutti gli esseri del regno animale non recarmi danno.

Possano tutte le creature,  
tutti gli esseri viventi

tutti -  
avere una buona sorte.  
Possano non avere nessun male.

Ineguagliabile è il Buddha,  
ineguagliabile è il Dhamma,  
ineguagliabile è il Sangha.  
Abbiano un limite tutte le cose striscianti:  
serpenti, scorpioni, insetti,  
ragni, lucertole e ratti.  
Mi sono tutelato,  
con questa protezione.  
Possano gli esseri restare da me lontani.  
Rendo omaggio  
al Beato  
ed ai sette  
perfettamente risvegliati. (*I sette Buddha recenti, incluso il “no-  
stro” Buddha, sono: Vipasi, Sikhi, Vessabhu, Kakusandha, Ko-  
nagamana, Kassapa, e Gotama. Vedi DN 32*)

*AN 4.73: Sappurisa Sutta  
Un uomo di mente nobile*

"Monaci, colui che ha le seguenti quattro qualità deve essere considerato un uomo ignobile. Quali sono queste?"

Parla senza essere interrogato, un uomo ignobile rivela le mancanze degli altri, e di più quando è interrogato. Quando è interrogato, tuttavia, parla delle mancanze degli altri senza omettere nulla, senza restrizioni, completamente ed in dettaglio. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo ignobile.

Inoltre, anche se è interrogato, l'uomo ignobile non rivela ciò che è degno di lode negli altri, di più quando non glielo domandano. Quando è interrogato, tuttavia, ed obbligato a rispondere alle domande, parla di ciò che è degno di lode negli altri con omissioni e titubanze, in forma incompleta e senza dettagli. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo ignobile.

Inoltre, un uomo ignobile i suoi difetti non li rivela, anche se è interrogato, meno ancora quando non lo è. Quando è interrogato, tuttavia, ed obbligato a rispondere alle domande, parla dei suoi difetti con omissioni e titubanze, in forma incompleta e senza dettaglio. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo ignobile.

Inoltre, quando un uomo ignobile possiede qualità degne di lode, le rivela, anche se non è interrogato, di più quando è interrogato. Quando glielo chiedono, tuttavia, parla delle sue proprie qualità degne di lode senza omissioni né titubanze, completamente ed in dettaglio. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo ignobile.

Monaci, chi ha queste quattro qualità deve essere considerato come un uomo ignobile.

Monaci, colui che ha le seguenti quattro qualità deve essere considerato come un uomo nobile. Quali sono queste?

Quando è interrogato, un uomo nobile non rivela le mancanze degli altri, soprattutto quando non è interrogato. Quando è interrogato, tuttavia, parla delle mancanze degli altri con omissioni e titubanze, con restrizioni e senza dettagli. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo nobile.

Inoltre, anche se non è interrogato, l'uomo nobile rivela ciò che è degno di lode negli altri, soprattutto quando glielo domandano. Quando è interrogato, tuttavia, ed obbligato a rispondere alle do-

mande, parla di ciò che è degno di lode negli altri senza omettere né tacere niente, in forma completa e nei dettagli. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo nobile.

Inoltre, un uomo nobile i suoi difetti, li rivela anche se non è interrogato, più ancora quando lo è. Quando è interrogato, tuttavia, ed obbligato a rispondere alle domande, parla dei suoi difetti senza omissioni né titubanze, in forma completa ed in dettaglio. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo nobile.

Inoltre, quando è interrogato, un uomo nobile non rivela ciò che è degno di lode in lui, e meno ancora quando non è interrogato. Quando è interrogato, tuttavia, ed obbligato a rispondere alle domande, parla delle sue proprie qualità degne di lode con omissioni e titubanze, in forma incompleta e senza dettaglio. Egli, monaci, deve essere considerato come un uomo nobile.

Monaci, chi ha queste quattro qualità, deve essere considerato come un uomo nobile."

*AN 4.77: Acinteyya Sutta*  
*Idee impensabili*

"Queste quattro idee sono impensabili e non dovrebbero essere pensate, in quanto conducono alla pazzia ed alla vessazione. Quali quattro?

La sfera di conoscenza dei Buddha è un'idea impensabile e non dovrebbe essere pensata, in quanto conduce alla pazzia ed alla vessazione.

La sfera dei poteri di una persona assorta nei jhana è un'idea impensabile e non dovrebbe essere pensata, in quanto conduce alla pazzia ed alla vessazione.

Il risultato del Kamma è un'idea impensabile e non dovrebbe

essere pensata, in quanto conduce alla pazzia ed alla vessazione. Pensare all'origine del mondo è un'idea impensabile e non dovrebbe essere pensata, in quanto conduce alla pazzia ed alla vessazione

Queste sono le quattro idee impensabili e non dovrebbero essere pensate, in quanto conducono alla pazzia ed alla vessazione."

*AN 4.79: Vanijja Sutta*  
*Il commercio*

Il Ven. Sariputta si recò dal Beato e, dopo averlo salutato con rispetto, si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Beato: "Qual è la ragione, signore, qual è la causa per cui un commercio dato, quando l'intraprendono certi, falliscono? Qual è la ragione, qual è la causa per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono, non va come previsto? Qual è la ragione, qual è la causa per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono, va come previsto? Qual è la ragione, qual è la causa per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono ancora, va ancora meglio del previsto"?

"Sariputta, quando una certa persona si reca da un bramano o da un asceta, e gli fa un'offerta: 'Ditemi, signore, di cosa avete bisogno?.' Ma non dà ciò che ha offerto. Allora tutto ciò che intraprende come commercio gira al fallimento.

Poi, quando una certa persona si reca da un bramano o da un asceta, e gli fa un'offerta: 'Ditemi, signore, di cosa avete bisogno?.' Ma gli dà qualcosa di diverso da ciò che era previsto nell'offerta. Allora tutto ciò che intraprende come commercio non gira mai come previsto.

Poi, quando una certa persona si reca da un bramano o da un asceta, e gli fa un'offerta: 'Ditemi, signore, di cosa avete biso-

gno?.' Gli dà ciò che era previsto nell'offerta. Allora tutto ciò che intraprende come commercio gira come previsto.

Poi, quando una certa persona si reca da un bramano o da un asceta, e gli fa un'offerta: 'Ditemi, signore, di cosa avete bisogno?.'Gli dà più di ciò che era previsto nell'offerta. Allora tutto ciò che intraprende come commercio gira meglio del previsto.

È là la ragione, Sariputta, questa è là la causa per cui un commercio dato, quando l'intraprendono certi, gira al fallimento; per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono, non gira come previsto; per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono, gira come previsto; per cui lo stesso tipo di commercio, quando altri l'intraprendono ancora, gira meglio del previsto."

*AN 4.85: Tamonata Sutta*  
*Oscurità*

"Ci sono questi quattro tipi di persone che esistono nel mondo. Quali quattro? Chi è nell'oscurità ed è invaso dall'oscurità, chi è nell'oscurità ed è invaso dalla luce, chi è nella luce ed è invaso dall'oscurità, e chi è nella luce ed è invaso dalla luce.

E come è la persona che è nell'oscurità ed è invasa dall'oscurità? Quando una persona è nata in una famiglia modesta, in una famiglia povera, con poco cibo e mancante del necessario. Ed è brutto, deforme, striminzito e malaticcio: quasi cieco o deforme o zoppo o storpiato. Non riceve [regali di] cibo, bevande, abbiglia-

mento o veicoli; ghirlande, profumi o unguenti; biancheria da letto, ricovero o lampade. Ha una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Avendo tale tipo di condotta – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte - riappare nel piano della privazione, nella cattiva destinazione, nei reami più bassi, nell'inferno. Questa è la persona che è nell'oscurità ed è invasa dall'oscurità.

E com'è la persona che è nell'oscurità ed è invasa dalla luce? Quando una persona è nata in una famiglia di classe più bassa, una famiglia povera. Ed è brutto, deforme, striminzito e malaticcio: quasi cieco o deforme o zoppo o storpiato. Non riceve [regali di] cibo, bevande, abbigliamento o veicoli; ghirlande, profumi o unguenti; biancheria da letto, ricovero o lampade. Ha una buona condotta fisica, una buona condotta verbale ed una buona condotta mentale. Avendo tale condotta – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte - riappare nella buona destinazione, nel mondo paradisiaco. Questa è la persona che è nell'oscurità ed è invasa dalla luce.

E com'è la persona che è nella luce ed è invasa dall'oscurità? Quando una persona è nata in una famiglia di classe superiore, una famiglia ricca, con molti possessi, con molto denaro, molte merci. Ed è ben fatto, bello, dotato di attraente carnagione. Riceve [regali di] cibo, bevande, abbigliamento e veicoli; ghirlande, profumi, unguenti; biancheria da letto, lampade. Ha una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Avendo tale condotta – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte - riappare nel piano della privazione, nella cattiva destinazione, nei reami più bassi, nell'inferno. Questa è la persona che è nella luce ed è invasa dall'oscurità.

E com'è la persona che è nella luce ed è invasa dalla luce? Quando una persona è nata in una famiglia di classe superiore, una famiglia ricca. Ed è di bell'aspetto, bello, attraente. Riceve [regali di] cibo, bevande, abbigliamento e veicoli; ghirlande, profumi, unguenti; biancheria da letto, lampade. Ha una buona condotta

fisica, una buona condotta verbale ed una buona condotta mentale. Avendo tale condotta – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte - riappare nella buona destinazione, nel mondo paradisiaco. Questa è la persona che è nella luce ed è invasa dalla luce. Questi sono i quattro tipi di persone che esistono nel mondo."

*AN 4.94: Samadhi Sutta*  
*Concentrazione*

"Monaci, questi sono quattro tipi di individui che esistono nel mondo. Quali quattro?

C'è il caso dell'individuo che ha raggiunto la tranquillità interna di consapevolezza, ma non l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata. C'è poi il caso dell'individuo che ha raggiunto l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata, ma non la tranquillità interna di consapevolezza. C'è poi il caso dell'individuo che ha raggiunto né la tranquillità interna di consapevolezza né l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata. E c'è poi il caso dell'individuo che ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata.

L'individuo che ha raggiunto la tranquillità interna di consapevolezza, ma non l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata, dovrebbe chiedere ad un individuo che ha raggiunto l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata: 'Come dovrebbero essere controllate le produzioni karmiche? Come dovrebbero essere investigate? Come dovrebbero essere viste con acume?' Gli altri risponderanno in linea con quello che lui ha visto e sperimentato: 'Le produzioni karmiche dovrebbero essere controllate in questo modo, dovrebbero essere investigate in questo modo, dovrebbero essere viste con acume in questo modo.' Poi eventualmente lui [il primo] diverrà uno che ha raggiunto sia



la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata.

Così per l'individuo che ha raggiunto l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata, ma non la tranquillità interna di consapevolezza, lui dovrebbe chiedere ad un individuo che ha raggiunto la tranquillità interna di consapevolezza: 'Come dovrebbe essere consolidata la mente? Come dovrebbe essere fissata? Come dovrebbe essere unificata? Come dovrebbe essere concentrata?' Gli altri risponderanno in linea con quello che lui ha visto e sperimentato: 'La mente dovrebbe essere consolidata in questo modo, dovrebbe essere fissata in questo modo, dovrebbe essere unificata in questo modo, dovrebbe essere concentrata in questo modo.' Poi eventualmente lui [il primo] diverrà uno che ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata.

Così per l'individuo che non ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata, dovrebbe chiedere ad un individuo che ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza che l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata: 'Come dovrebbe essere consolidata la mente? Come dovrebbe essere fissata? Come dovrebbe essere unificata? Come dovrebbe essere concentrata? Come dovrebbero essere controllate le produzioni karmiche? Come dovrebbero essere investigate? Come dovrebbero essere viste con acume?' Gli altri risponderanno in linea con quello che lui ha visto e sperimentato: 'La mente dovrebbe essere consolidata così. La mente dovrebbe essere fissata così. La mente dovrebbe essere unificata così. La mente dovrebbe essere concentrata così. Le produzioni karmiche dovrebbero essere controllate così. Le produzioni karmiche dovrebbero essere investigate così. Le produzioni karmiche dovrebbero essere viste così con acume.' Poi eventualmente lui [il primo] diverrà uno che ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata.

Così per l'individuo che ha raggiunto sia la tranquillità interna di consapevolezza sia l'acume nei fenomeni attraverso la conoscenza elevata, il suo dovere è fare un sforzo nello stabilire ('accordando') quelle qualità positive ad un grado più alto per la fine delle (mentale) fermentazioni. Questi sono i quattro tipi di individui che esistono nel mondo."

*AN 4.95: Chavalata Sutta*  
*Il tizzone ardente*

"Monaci, si trovano nel mondo questi quattro tipi di individui. Quali sono questi quattro?"

Colui che non pratica né per il suo beneficio, né per quello degli altri.

Colui che pratica per il beneficio degli altri, ma non per il suo.

Colui che pratica per il suo beneficio ma non per quello degli altri.

Colui che pratica per il suo beneficio ed anche per quello degli altri.

Come un tizzone ardente tolto da un rogo funerario - cocente alle due estremità, coperto di escrementi nel mezzo - non serve da combustibile né in un villaggio, né nel deserto: vi dico, è come un individuo che non pratica né per il suo beneficio, né per quello degli altri.

L'individuo che pratica per il beneficio degli altri, ma non per il suo è più elevato e più raffinato di questi due.

L'individuo che pratica per il suo beneficio ma per quello degli altri è più elevato e più raffinato di questi tre.

L'individuo che pratica per il suo beneficio e per quello degli altri, fra questi quattro, è il più eminente, la guida, il più elevato e supremo.

Come dalla mucca proviene il latte; dal latte proviene la crema; dalla crema, il burro; dal burro il ghee (Ghee: burro liquido, fuso e chiarificato, ingrediente essenziale della cucina indiana.) ; dal ghee, il fiore del ghee; e di questi quattro, questo fiore è reputato il migliore - all stesso modo, di questi quattro, l'individuo che pratica per il suo beneficio e per quello degli altri è il migliore, la guida, il più elevato e supremo. Questi sono i quattro tipi di individui che si possono trovare nel mondo."

*AN 4.96: Raga-vinaya Sutta*  
*L'asservimento dei desideri*

"Monaci, si possono trovare questi quattro tipi di individui nel mondo. Quali quattro? Colui che pratica per il proprio beneficio ma non per quello degli altri. Colui che pratica per il beneficio degli altri ma non per il proprio. Colui che non pratica né per il suo beneficio né per quello degli altri. Colui che pratica per il proprio beneficio e per quello degli altri.

E chi è l'individuo che pratica per il proprio beneficio ma non per quello degli altri? Si ha il caso dove un individuo dato pratica l'asservimento della passione in lui, ma non incoraggia gli altri ad asservire la passione; pratica l'asservimento dell'avversione in lui, ma non incoraggia gli altri ad asservire l'avversione; pratica l'asservimento dell'illusione in lui, ma non incoraggia gli altri ad

asservire l'illusione. Tale è l'individuo che pratica per il suo proprio beneficio ma non per quello degli altri.

E chi è l'individuo che pratica per il beneficio degli altri ma non per il suo proprio? Si ha il caso dove un individuo dato non pratica l'asservimento della passione in lui, ma incoraggia gli altri ad asservire la passione; non pratica l'asservimento dell'avversione in lui, ma incoraggia gli altri ad asservire l'avversione; non pratica l'asservimento dell'illusione in lui, ma incoraggia gli altri ad asservire l'illusione. Tale è l'individuo che pratica per il beneficio degli altri ma non per il suo proprio.

E chi è l'individuo che non pratica né per il suo proprio beneficio né per quello degli altri? Si ha il caso dove un individuo dato non pratica l'asservimento della passione in lui e non incoraggia gli altri ad asservire la passione; non pratica l'asservimento dell'avversione e non incoraggia gli altri ad asservire l'avversione; non pratica l'asservimento dell'illusione e non incoraggia gli altri ad asservire l'illusione. Tale è l'individuo che non pratica né per il suo proprio beneficio né per quello degli altri.

E chi è l'individuo che pratica per il suo proprio beneficio e per quello degli altri? Si ha il caso dove un individuo dato pratica l'asservimento della passione ed incoraggia gli altri ad asservire la passione; pratica l'asservimento dell'avversione ed incoraggia gli altri ad asservire l'avversione; pratica l'asservimento dell'illusione ed incoraggia gli altri ad asservire l'illusione. Tale è l'individuo che pratica per il suo proprio beneficio e per quello degli altri. Questi sono i quattro tipi di individui che si trovano nel mondo."

*AN 4.111: Kesi Sutta*  
*A Kesi, l'addestratore di cavalli*

Kesi l'addestratore di cavalli si recò dal Beato e, ivi giunto, dopo averlo salutato con riverenza, si sedette ad un lato. Appena seduto, il Beato gli disse: "Tu, Kesi, sei un addestratore di cavalli . E come alleni un cavallo?"

"Signore, addestro un cavallo [talvolta] con dolcezza, [talvolta] con durezza, [talvolta] tanto con dolcezza che con durezza."

"E se un cavallo non si sottopone ad un addestramento dolce né ad un addestramento duro né ad un addestramento dolce e duro, Kesi?"

"Se un cavallo non si sottopone né ad un addestramento dolce né ad un addestramento duro né ad un addestramento dolce e duro, signore, allora l'uccido. Perché ciò?"

Perchè penso: "Non sia una disgrazia per la mia stirpe di maestri'. Ma il Beato, signore, è l'addestratore senza pari delle persone. Come addestrate una persona?"

"Kesi, addestro una persona [talvolta] con dolcezza, [talvolta] con durezza, [talvolta] tanto con dolcezza che con durezza."

"Quando utilizzo la dolcezza [insegno:] 'Tale è la buona condotta fisica. Tale è il risultato della buona condotta fisica. Tale è la buona condotta verbale. Tale è il risultato della buona condotta verbale. Tale è la buona condotta mentale. Tale è il risultato della buona condotta mentale. Tali sono i deva. Tali sono gli esseri umani.'

"Quando utilizzo la durezza, [insegno:] 'Tale è la cattiva condotta fisica. Tale è il risultato della cattiva condotta fisica. Tale è la cattiva condotta verbale. Tale è il risultato della cattiva condotta verbale. Tale è la cattiva condotta mentale. Tale è il risultato della cattiva condotta mentale. Tale è l'inferno. Tale è il gene animale. Tale è il reame degli spiriti famelici.'

"Quando utilizzo tanto la cortesia che la durezza, [insegno:] 'Tale è la buona condotta fisica. Tale è il risultato della buona condotta fisica. Tale è la cattiva condotta fisica. Tale è il risultato della cattiva condotta fisica. Tale è la buona condotta verbale. Tale è il risultato della buona condotta verbale. Tale è la cattiva condotta verbale. Tale è il risultato della cattiva condotta verbale. Tale è la buona condotta mentale. Tale è il risultato della buona condotta mentale. Tale è la cattiva condotta mentale. Tale è il risultato della cattiva condotta mentale. Tali sono i deva. Tali sono gli esseri umani. Tale è l'inferno. Tale è il gene animale. Tale è il reame degli spiriti famelici.'

"E se una persona non si sottopone né ad un addestramento dolce né ad un addestramento duro né ad un addestramento dolce e duro, che cosa fate?"

"Se una persona non si sottopone né ad un addestramento dolce né ad un addestramento duro né ad un addestramento dolce e duro, allora l'uccido, Kesi".

"Ma non è retto per il Beato di prendere la vita! E tuttavia il Beato viene esattamente a dire: 'Io l'uccido, Kesi'!"

"Ciò è vero, Kesi che non è retto per un Tathâgata di prendere la vita. Ma se una persona non si sottopone né ad un addestramento dolce né ad un addestramento duro né ad un addestramento dolce e duro, allora il Tathâgata non la considera degna. I suoi compagni che seguono la vita santa non la considerano degna. Ciò significa di non essere adatto alla Dottrina e alla Disciplina, quando il Tathâgata non considera qualcuno come degno. Lo stesso per i compagni che seguono la vita santa".

"Magnifico, Signore! Straordinario! Proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, rivelare ciò che era nascosto, mostrare la via a chi si era smarrito, o recare una luce nell'oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, allo stesso modo il Beato

— con vari metodi — ha reso chiaro il Dhamma. Io prendo rifugio nel Beato, nel Dhamma, e nella comunità dei monaci. Possa il Beato accettarmi come seguace laico che ha preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita."

*AN 4.159: Bhikkhuni Sutta*  
*La monaca*

Così ho sentito. Una volta il Venerabile Ananda soggiornava presso Kosambi, nel Parco di Ghosita. Allora, una monaca disse ad un uomo:

"Buon uomo, recati dal maestro Ananda e, ivi giunto, dopo averlo salutato con riverenza, digli: 'La monaca Tizia, venerabile signora, è gravemente malata, sofferente e dolorante. Ella si prostra ai piedi del venerabile signore e chiede: "Sarebbe bene se il Ven. Ananda si recasse nella dimora delle suore, per rendere visita a questa monaca per compassione."

Dopo aver risposto: "Sì, mia signora", l'uomo si recò dal Venerabile Ananda e, arrivando, lo salutò rispettosamente e poi sedette ad un lato. Appena seduto, si rivolse al Venerabile Ananda: "La monaca Tizia, venerabile signora, è gravemente malata, sofferente e dolorante. Ella si prostra ai piedi del venerabile signore e chiede: "Sarebbe bene se il Ven. Ananda si recasse nelle dimore delle suore, per rendere visita a questa monaca per compassione."

Il Venerabile Ananda accettò in silenzio.

Allora, di mattina presto, il Venerabile Ananda, si vestì e, dopo aver preso mantello e scodella, si recò nella dimora delle suore. La monaca vide il Venerabile Ananda che arrivava da lontano. Dopo averlo visto, si coricò e si coprì il viso. Allora, il Venerabile Ananda, si avvicinò alla monaca, si sedette nel posto preparato per lui. Appena seduto disse alla monaca: "Questo corpo, sorella, viene ad essere mediante il nutrimento. E dipende dal nutrimento. Per questo motivo, il nutrimento deve

essere abbandonato.

Questo corpo viene ad essere mediante la brama. E dipende dalla brama. Per questo motivo, la brama deve essere abbandonata.

Questo corpo viene ad essere mediante la presunzione. E dipende dalla presunzione. Per questo motivo, la presunzione deve essere abbandonata.

Questo corpo viene ad essere mediante il rapporto sessuale. E dipende dal rapporto sessuale. Per questo motivo, il rapporto sessuale deve essere abbandonato. Infatti il Buddha dichiarò che questo legame del rapporto sessuale deve essere distrutto.

“Questo corpo, sorella, viene ad essere mediante il nutrimento. E dipende dal nutrimento. Per questo motivo, il nutrimento deve essere abbandonato.” Così è stato detto. In riferimento a cosa è stato detto? E’ il caso, sorella, del monaco che, quando prende del cibo, lo fa considerandolo attentamente - non lo fa per gioco, né per intossicarsi, né per riempire la pancia, né per abbellirsi - bensì semplicemente per sopravvivere e dare continuità a questo corpo, per mettere fine alle afflizioni e dare sostentamento alla vita santa, [pensando:] “In questo modo, distruggo le passate sensazioni [della fame] e non ne creo delle nuove. Vado a mantenere me stesso irreprensibile e vivrò bene ed in pace.” Quindi, a tempo debito, abbandona il cibo, perché non dipendente più dal cibo. 'Questo corpo, sorella, viene ad essere mediante il nutrimento e persiste, dipendendo dal nutrimento. Per questo motivo, il nutrimento deve essere abbandonato.' Così è stato detto, e in riferimento a questo è stato detto.

Questo corpo viene ad essere mediante la brama. E dipende dalla brama. Per questo motivo, la brama deve essere abbandonata. Così è stato detto. In riferimento a cosa è stato detto?

Questo è il caso, sorella, del monaco che quando ascolta: “Il monaco Tizio, si dice, mettendo fine agli influssi impuri, è entrato e dimora nella liberazione mentale e nella liberazione mediante la saggezza, libero dagli inquinamenti mentali, sperimentandolo personalmente.”, - può così pensare: ‘Spero di mettere fine, anch’io, agli influssi impuri ed ora, entrerà e dimorerà nella liberazione mentale e nella liberazione mediante la saggezza, così



sarò libero dagli inquinamenti mentali e lo sperimenterò personalmente.’ Questo corpo viene ad essere mediante la brama. E dipende dalla brama. Per questo motivo, la brama deve essere abbandonata. Così è stato detto. In riferimento a questo è stato detto.

Questo corpo viene ad essere mediante la presunzione. E dipende dalla presunzione. Per questo motivo, la presunzione deve essere abbandonata. Così è stato detto. In riferimento a cosa è stato detto? Questo è il caso, sorella, del monaco che quando ascolta: “Si dice che il monaco Tizio, mettendo fine ai suoi inquinamenti mentali, è entrato e dimora nella liberazione mentale e nella liberazione mediante la saggezza, libero dagli inquinamenti mentali, sperimentandolo personalmente.” – può così pensare: “Si dice che il monaco Tizio, mettendo fine ai suoi inquinamenti mentali, è entrato e dimora nella liberazione mentale e nella liberazione mediante la saggezza, libero dagli inquinamenti mentali, sperimentandolo personalmente nel Qui ed Ora. Perché non io? Questo corpo viene ad essere mediante la presunzione. E dipende dalla presunzione. Per questo motivo, la presunzione deve essere abbandonata. Così è stato detto. In riferimento a questo è stato detto.

Questo corpo viene ad essere mediante il rapporto sessuale. E dipende dal rapporto sessuale. Per questo motivo, il rapporto sessuale deve essere abbandonato. Infatti il Buddha dichiarò che questo legame del rapporto sessuale deve essere distrutto. Allora, la monaca - alzandosi dal letto, indossato la sopravveste e prostratosi ai piedi del Venerabile Ananda - disse:

"Una trasgressione pesa su di me, venerabile signore, che fui troppo stolta, con la mente troppo confusa, così ho agito erroneamente. Possa il Ven. Ananda accettare questa mia confessione di aver commesso un simile atto e la promessa di contenermi in futuro."

"Sì, gemella, la trasgressione pesa su di te, che fosti troppo stolta, con la mente troppo confusa ed hai agito erroneamente. Ma, avendo riconosciuto e confessato la tua trasgressione come tale, in linea con il Dhamma, accettiamo la tua confessione. In questo

consiste, sorella, la crescita in questo Dhamma e Disciplina dei Nobili: nel riconoscere la trasgressione e confessarla come tale, in accordo al Dhamma e promettere di contenersi in futuro."

Così disse il Venerabile Ananda. Felice, la monaca si dilettò nelle parole del Venerabile Ananda.

*AN 4.183: Suta Sutta*  
*Su ciò che si sente*

Così ho sentito. Una volta, il Beato si trovava a Rajagaha nel boschetto di Bambù, nel Santuario degli Scoiattoli. Allora, Vassakara il bramano, il ministro del re di Magadha, si avvicinò al Beato e, arrivando, scambiò dei cortesi saluti con lui. Dopo un scambio di saluti, si sedette ad un lato. Una volta seduto, disse al Beato: "Credo che quando qualcuno parla di ciò che ha visto [dicendo]: 'Così ho visto' - non ci sia sbaglio. Quando qualcuno parla di ciò che ha sentito [dicendo]: 'Così ho sentito' - non sbagli. Quando qualcuno parla di ciò che ha provato [dicendo]: 'Così ho provato - non sbagli. Quando qualcuno parla di quello di cui ha preso conoscenza [dicendo]: 'Così ne presi conoscenza' - non sbagli."

[Il Beato rispose:] "Non dico, bramano, che bisogna parlare di tutto ciò che si è visto. Ma soltanto non bisogna parlare di tutto ciò che si è visto. Non dico che bisogna parlare di tutto ciò che si è sentito. Ma soltanto non bisogna parlare di tutto ciò che si è sentito. Non dico che bisogna parlare di tutto ciò che si è provato. Ma solamente non bisogna parlare di tutto ciò che si è provato. Non dico che bisogna parlare di tutto ciò di cui si è preso conoscenza. Ma solamente non bisogna parlare di tutto ciò di cui si è preso conoscenza."

Quando, qualcuno parla di ciò che è stato visto, le cattive qualità mentali aumentano e quelle buone diminuiscono, allora non bisogna parlare di queste cose. Ma quando, qualcuno parla di ciò che è stato visto, le cattive qualità mentali diminuiscono e quelle buone aumentano, allora bisogna parlare di queste cose.

Quando, qualcuno parla di ciò che è stato sentito... di ciò che è stato provato... di ciò di cui si è preso conoscenza... le cattive qualità mentali aumentano e le buone qualità mentali diminuiscono, allora non bisogna parlare di queste cose. Ma quando qualcuno parla di ciò che è stato visto... di ciò che è stato provato... di quello di cui si è preso conoscenza..., le cattive qualità mentali diminuiscono e quelle buone aumentano, allora bisogna parlare di queste cose." Quindi Vassakara, il bramano, rallegrandosi delle parole del Beato, si alzò dalla sua sede e partì.

*AN 4.184: Abhaya Sutta*  
*Senza paura*

Una volta Janussoni il bramano andò a trovare il Beato e, fin dal suo arrivo, scambiò dei saluti cortesi con lui. Dopo un scambio di saluti amichevoli e di cortesie, si sedette ad un lato. Una volta seduto là, disse al Beato: "Sono del parere e dell'opinione che non c'è nessuno che, soggetto alla morte, non abbia paura o non sia terrorizzato dalla morte."

[IL Beato disse:] "Bramano, ci sono quelli che, soggetti alla morte, hanno paura e sono terrorizzati dalla morte. E ci sono quelli che, soggetti alla morte, non hanno paura, né non sono terrorizzati dalla morte.

E chi è, che soggetto alla morte, ha paura ed è terrorizzato dalla morte? Colui che non ha abbandonato la concupiscenza, il desiderio, la sete, la febbre e la brama dei sensi. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Questi benamati piaceri sensuali mi

sono stati tolti! Si lamenta ed è tormentato, piange, si dispera e si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, ha paura ed è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che non ha abbandonato la concupiscenza, il desiderio, la sete, la febbre e la brama per il corpo. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Il mio corpo benamato mi è stato tolto!' Si lamenta ed è tormentato, piange, si dispera e si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, ha paura ed è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che non ha fatto ciò che è salutare, non ha fatto ciò che è vantaggioso, e ha fatto il contrario, ciò che è cattivo, brutale e crudele. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Non ho fatto ciò che è salutare, non ho fatto ciò che è vantaggioso, anzi ho fatto ciò che è cattivo, brutale e crudele. Siccome una destinazione per coloro che non hanno fatto ciò che è salutare, né fanno ciò che è vantaggioso e che hanno fatto al contrario ciò che è cattivo, brutale e crudele, è là che andrò dopo la mia morte.' Si lamenta ed è tormentato, piange, si dispera e si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, ha paura ed è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che è nel dubbio e nella perplessità, senza alcuna certezza rispetto al Vero Dhamma. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Dubito e sono perplesso dunque! Non sono arrivato a nessuna certezza rispetto al Vero Dhamma!' Si lamenta ed è tormentato, piange, si dispera e si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, ha paura ed è terrorizzato dalla morte.

Ecco, bramano, le quattro persone che, soggette alla morte, hanno paura e sono terrorizzate dalla morte.

E chi, soggetto alla morte, non ha paura e non è terrorizzato dalla morte? Colui che ha abbandonato la concupiscenza, il desiderio, la sete, la febbre e la brama dei sensi. Allora si ammala. Siccome

si ammala, pensa: 'Questi benamati piaceri sensuali mi sono stati tolti!' Non si lamenta, non è tormentato, non piange, non si dispera e non si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, non ha paura e non è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che ha abbandonato la concupiscenza, il desiderio, la sete, la febbre e la brama per il corpo. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Il mio corpo benamato mi è stato tolto!' Non si lamenta, non è tormentato, non piange, non si dispera e non si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, non ha paura e non è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che ha fatto ciò che è salutare, ha fatto ciò che è vantaggioso, e non ha fatto ciò che è cattivo, brutale o crudele. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Ho fatto ciò che è salutare, ho fatto ciò che è vantaggioso e non ho fatto ciò che è cattivo, brutale o crudele. Siccome c'è una destinazione per coloro che hanno fatto ciò che è salutare, ciò che è vantaggioso e che non hanno fatto ciò che è cattivo, brutale o crudele, è là che andrò dopo la mia morte.' Non si lamenta, non è tormentato; non piange, non si dispera e non si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, non ha paura e non è terrorizzato dalla morte.

Ed ancora, colui che non ha nessun dubbio o perplessità, possiede ogni certezza rispetto al Vero Dhamma. Allora si ammala. Siccome si ammala, pensa: 'Non ho nessun dubbio o perplessità. Sono arrivato alla certezza rispetto al Vero Dhamma' Non si lamenta, non è tormentato; non piange, non si dispera, né si mette a delirare. Ecco chi, soggetto alla morte, non ha paura e non è terrorizzato dalla morte. "Ecco, oh bramano, le quattro persone che, soggette alla morte, non hanno paura, né sono terrorizzate dalla morte."

*AN 4.199: Tanha Sutta*  
*Brama*

"Monaci, vi insegnerò la brama. Ascoltate bene, vado a parlare."

"Sì, signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse: "Vi sono 18 tipi di brama interne e 18 esterne.

E quali sono i 18 tipi di brama interne? Eccole: 'io sono', là viene ad essere 'io sono qui', là viene ad essere 'io sono come questo'... 'io sono così'... 'io sono cattivo'... 'io sono buono'... 'è probabile che io sia'... 'è probabile che io sia così'... 'posso essere'... 'posso essere qui'... 'posso essere come questo'... 'posso essere così'... 'io sarò'... 'io sarò qui'... 'io sarò come questo'... 'io sarò così.' Questi sono le 18 verbalizzazioni di brama interne.

E quali sono i 18 tipi di brama esterne? Eccole: 'io sono a causa di questo, ' là viene ad essere 'io sono qui a causa di questo', là viene ad essere 'io sono come questo a causa di questo'... 'io sono così a causa di questo'... 'io sono cattivo a causa di questo'... 'io sono buono a causa di questo'... 'è probabile che io sia a causa di questo'... 'è probabile che io sia qui a causa di questo'... 'è probabile che io sia come questo a causa di questo'... 'è probabile che io sia così a causa di questo'... 'posso essere a causa di questo'... 'posso essere qui a causa di questo'... 'posso essere come questo a causa di questo'... 'posso essere così a causa di questo'... 'io sarò a causa di questo'... 'io sarò qui a causa di questo'... 'io sarò come questo a causa di questo'... 'io sarò così a causa di questo.' Questi sono i 18 tipi di brama esterne. .... Questi sono chiamati i 36 tipi di brama, 18 interne e 18 esterne. Così, con 36 di questo tipo nel passato, 36 nel futuro e 36 nel presente, ci sono 108 tipi di brama."

*AN 4.235: Ariyamagga Sutta*  
*Il nobile sentiero*

"Monaci, ci sono quattro tipi di kamma che ho realizzato direttamente, verificato e fatto conoscere. Quali sono questi quattro? C'è il kamma che è scuro con un risultato scuro. C'è il kamma che è chiaro con un risultato chiaro. C'è il kamma che è scuro e chiaro con un risultato scuro e chiaro. C'è il kamma che non è né scuro né chiaro con un risultato né scuro né chiaro, ciò trascina la fine del kamma.

E cos'è un kamma che è scuro con un risultato scuro? Quando una certa persona crea una negativa produzione karmica fisica, crea una negativa produzione karmica verbale, crea una negativa produzione karmica mentale. Avendo creato una negativa produzione karmica fisica, avendo creato una negativa produzione karmica verbale, avendo creato una negativa produzione karmica mentale, rinasce in un mondo infernale. Rinascendo in un mondo infernale, è toccata allora dai contatti infernali. Toccata da questi contatti infernali, fa esperienza di sensazioni che sono esclusivamente dolorose, come quelle degli esseri infernali. Ciò si chiama un kamma che è scuro con un risultato scuro.

E cos'è un kamma che è chiaro con un risultato chiaro? Quando una certa persona crea una positiva produzione karmica fisica... una positiva produzione karmica verbale ... una positiva produzione karmica mentale .... rinasce in un mondo paradisiaco.... è toccata allora dai contatti paradisiaci.... fa esperienza di sensazioni che sono esclusivamente piacevoli, come quelle dei Deva radiosi. Ciò si chiama un kamma che è chiaro con un risultato chiaro.

E cos'è un kamma che è scuro e chiaro con un risultato chiaro e scuro? Quando una certa persona crea una produzione karmica fisica che è negativa e positiva... una produzione karmica verbale che è negativa e positiva... una produzione karmica mentale che è negativa e positiva.... rinasce in un mondo sia infernale sia pa-

radisiaco... è toccata allora dai contatti infernali e paradisiaci... fa esperienza di sensazioni infernali e paradisiaci, piacere mescolato al dolore, come quelle degli esseri umani, di certi deva, e di certi esseri nei reami inferiori. Ciò si chiama un kamma che è scuro e chiaro con un risultato chiaro e scuro.

E cos'è un kamma che è né scuro né chiaro con un risultato né scuro né chiaro, trascinando la fine del kamma? La retta visione, la retta risoluzione, la retta parola, la retta azione, i retti mezzi di sostentamento, il retto sforzo, la retta attenzione, la retta concentrazione. Ciò si chiama un kamma che non è né scuro né chiaro con un risultato né scuro né chiaro, trascinando la fine del kamma. Questi sono, monaci, i quattro tipi di kamma che ho realizzato direttamente, verificati e fatto conoscere."

*AN 4.252: Pariyesana Sutta*  
*Ricerche*

"Monaci, queste quattro sono delle ricerche ignobili. Quali sono queste quattro? Quando una persona, essendo lei stessa soggetta all'invecchiamento, ricerca [la felicità in] ciò che è soggetto all'invecchiamento. Essendo lei stessa soggetta alla malattia, ricerca [la felicità in] ciò che è soggetto alla malattia. Essendo lei stessa soggetta alla morte, ricerca [la felicità in] ciò che è soggetto alla morte. Essendo lei stessa soggetta agli influssi impuri, ricerca [la felicità in] ciò che è soggetto agli influssi impuri. Queste sono le quattro ignobili ricerche.

Ora, queste quattro sono delle ricerche nobili. Quali sono queste quattro? Quando una persona, essendo lei stessa soggetta all'invecchiamento, rendendosi conto dei pericoli di ciò che è soggetto all'invecchiamento, ricerca il sollievo senza l'invecchiamento, superando [il peso] della schiavitù: la Liberazione. Essendo lei stessa soggetta alla malattia, rendendosi conto degli incon-



venienti di ciò che è soggetto alla malattia, ricerca il sollievo senza la malattia, superando [il peso] della schiavitù: la Liberazione. Essendo lei stessa soggetta alla morte, rendendosi conto dei pericoli di ciò che è soggetto alla morte, ricerca il sollievo immortale, superando [il peso] della schiavitù: la Liberazione. Essendo lei stessa soggetta influssi impuri, rendendosi conto dei pericoli di ciò che è soggetto agli influssi impuri, ricerca il sollievo puro, superando [il peso] della schiavitù: la Liberazione. Queste sono le quattro nobili ricerche."

*AN 4.259: Araññika Sutta*

*Un asceta dimorante nella foresta*

“Dotato anche di una sola di queste quattro qualità, un monaco non è idoneo a dimorare solitario in una foresta. Quali quattro? (*E' legato*) a pensieri sensuali, a pensieri nocivi, a pensieri impuri, inoltre è poco saggio, stupido, un emerito idiota. Dotato anche di una sola di queste quattro qualità, un monaco non è idoneo a dimorare solitario in una foresta. Dotato di queste quattro qualità, un monaco è idoneo a dimorare solitario in una foresta. Quali quattro? (*Possiede*) pensieri di distacco, pensieri salutari, pensieri puri, inoltre è saggio, non è né stupido né idiota. Dotato di queste quattro qualità, un monaco è idoneo a dimorare solitario in una foresta.”

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

## LIBRO DEI CINQUE

*AN 5.2: Vitthara Sutta*  
*Le forze*

"Monaci, ci sono queste cinque forze per la pratica. Quali cinque? La forza della fede, la forza della coscienza, la forza della preoccupazione, la forza della persistenza e la forza della conoscenza.

E qual è la forza della fede? Quando un monaco, un discepolo dei nobili, ha fede, è convinto del Risveglio del Tathagata: 'Realmente, il Beato è degno e risvegliato, completo nella conoscenza e nella condotta, un esperto del mondo, insuperato come maestro per quelle persone che vogliono essere istruite, maestro di esseri divini ed umani, risvegliato, sublime.' Questa, monaci, è chiamata la forza della fede.

E qual è la forza della coscienza? Quando un discepolo dei nobili prova vergogna per la cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Questa è chiamata la forza della coscienza.

E qual è la forza della preoccupazione? Quando un discepolo dei nobili si preoccupa per i frutti della cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Questa è chiamata la forza della preoccupazione.

E qual è la forza della persistenza? Quando un monaco, un discepolo dei nobili, tiene la sua persistenza risvegliata per abbandonare le qualità mentali nocive ed assumere le qualità mentali salutari. Egli è costante, saldo nel suo sforzo, non evita i suoi doveri riguardo alle qualità mentali salutari. Questa è chiamata la forza della persistenza.

E qual è la forza della conoscenza? Quando un monaco, un discepolo dei nobili, conosce i fenomeni del sorgere e del cessare – con presenza mentale conduce alla fine il dolore. Questa è chiamata la forza della conoscenza.

Queste, monaci sono le cinque forze della pratica. Così dovete esercitarvi: 'Noi saremo dotati della forza della fede durante la pratica; della forza della coscienza... della forza della preoccupazione... della forza della persistenza... della forza della conoscenza.' Così dovete esercitarvi."

*AN 5.20: Hita Sutta*  
*Beneficio*

"Un monaco dotato di cinque qualità, pratica sia per il proprio beneficio sia per quello degli altri. Quali cinque?"

Quando un monaco è completo in virtù ed incoraggia gli altri ad essere completi in virtù. E' completo nella concentrazione ed incoraggia gli altri ad essere completi nella concentrazione. E' completo nella conoscenza ed incoraggia gli altri ad essere completi nella conoscenza. E' completo nella liberazione ed incoraggia gli altri ad essere completi nella liberazione. E' completo nella chiara conoscenza e nella visione profonda della liberazione ed incoraggia gli altri ad essere completi nella chiara conoscenza e nella visione profonda della liberazione. Dotato di queste cin-

que qualità, un monaco pratica sia per il proprio beneficio sia per quello degli altri."

*AN 5.25: Anugghita Sutta*  
*Sostenuta*

"Monaci, quando la retta visione è sostenuta da cinque fattori, si ha la consapevolezza della liberazione come suoi frutti, come sua ricompensa; si ha la conoscenza della liberazione come suoi frutti, come sua ricompensa. Quali cinque? Quando la retta visione è sostenuta dalla virtù, sostenuta dallo studio, sostenuta dalla discussione, sostenuta dalla calma, sostenuta dall'acume. Quando è sostenuta da questi cinque fattori, la retta visione ha la consapevolezza della liberazione come suoi frutti, come sua ricompensa; ha la conoscenza della liberazione come suoi frutti, come sua ricompensa."

*AN 5.27: Samadhi Sutta*  
*(Incommensurabile) Concentrazione*

"Saggi e presenti mentalmente, dovete sviluppare la concentrazione incommensurabile [la concentrazione basata sulla buona volontà incommensurabile, compassione, apprezzamento o equanimità]. Quando, saggio e attento, uno ha sviluppato la concentrazione incommensurabile, cinque realizzazioni nascono all'interno di voi stessi. Quali cinque?

La realizzazione che: 'Questa concentrazione è beata nel presente e darà luogo alla beatitudine nel futuro.'

'Questa concentrazione è nobile e non collegata con le esche della brama.'

'Questa concentrazione non è ottenuta da persone vili.'

'Questa concentrazione è calma, piacevole, ottenuta dalla serenità, dal conseguimento dell'unità, non mantenuta da forze limitate.'

'Io entro attentamente in questa concentrazione, ed attentamente ne emergo.'

Saggi e attenti, dovete sviluppare la concentrazione incommensurabile. Quando, saggio e attento, uno ha sviluppato la concentrazione incommensurabile, queste cinque realizzazioni nascono all'interno di voi stessi."

*AN 5.28: Samadhanga Sutta*  
*I fattori della concentrazione*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Savatthi, nel boschetto di Jeta, nel monastero di Anathapindika. Là, si rivolse ai monaci:

"Monaci, vi insegnerò la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori. Ascoltate e siate molto attenti. Parlerò."

"Ascoltiamo, signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse: "Dunque che cos'è, monaci, la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori?"

*1° Jhana*

Vi è il caso in cui un monaco – tranquillo, ritiratosi dalle passioni sensuali e dagli elementi mentali nocivi – entra e rimane nel primo jhana: costituito da estasi e piacere, sorti dalla solitudine, accompagnati dal pensiero sostenuto e dalla valutazione. Egli permea e pervade, soffonde e riempie questo corpo di estasi e di pia-

cere sorti dalla solitudine. Non vi è nulla in tutto il corpo che non sia pervaso da estasi e piacere sorti dalla solitudine. Come se un abile lavandaio o il suo apprendista versasse della polvere da bagno in una vasca di ottone e l'impastasse, annaffiandola ancora e ancora con l'acqua, così che la palla di polvere da bagno - satura, carica di umidità, impregnata dentro e fuori - non coli, ma allo stesso modo, il monaco permea, soffonde e riempie questo corpo di estasi e di piacere sorti dalla solitudine. Non c'è niente in tutto il corpo che non sia impregnato dalla beatitudine e dal piacere sorti dalla solitudine. Questo è il primo stadio della nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori.

### *2° Jhana*

Poi, fermando il pensiero sostenuto e la valutazione, entra e rimane nel secondo jhana, costituito da estasi e piacere, sorti dalla calma e dall'unificazione della consapevolezza, libero dal pensiero sostenuto e dalla valutazione – fondato in se stesso. Egli permea e pervade, soffonde e riempie questo corpo di estasi e di piacere sorti dalla calma. Non c'è niente in tutto il suo corpo che non sia pervaso dall'estasi e dal piacere sorti dalla calma. Proprio come un lago che si riempie d'acqua sorgiva dall'interno, che non ha affluenti da est, ovest, nord o sud, su cui il cielo versa abbondanti piogge, così che la fresca acqua di sorgente che sgorga dall'interno del lago, lo permei e pervada, lo soffondo e lo riempio di acque fresche, non lasciando alcuna parte del lago che non sia pervasa dalle acque fresche. Così il monaco pervade, soffonde e riempie il corpo con l'estasi e il piacere sorti dalla calma. Non c'è niente in tutto il suo corpo che non sia pervaso dall'estasi e dal piacere sorti dalla calma. Questo è il secondo stadio della nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori.

### *3° Jhana*

E continuando, con il cessare dell'estasi egli rimane equanime, consapevole e attento, e sperimenta il piacere con il corpo. Egli entra e rimane nel terzo jhana, del quale i Nobili dicono: "Equanime e consapevole egli ha una piacevole dimora". Permea e per-

vade, soffonde e riempie questo corpo di piacere, libero dall'estasi, così che non ci sia niente in tutto il corpo che non sia pervaso di piacere, libero dall'estasi. Proprio come in un stagno di loti blu, bianchi o rossi, i loti, sorti e sviluppatisi nell'acqua, rimangono immersi nell'acqua e fioriscono senza uscire dall'acqua, così che sono permeati e pervasi, soffici e riempiti dall'acqua fresca, dalle radici alle estremità, e non vi è niente, di questi loti blu, bianchi o rossi, che non sia pervaso di acqua fresca, allo stesso modo, il monaco permea e pervade, soffonde e riempie questo corpo con il piacere, libero dall'estasi. Non c'è niente, in tutto il suo corpo, che non sia pervaso dal piacere, libero dall'estasi. Questo è il terzo stadio della nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori.

#### *4° Jhana*

E continuando, abbandona il piacere e la sofferenza – con il primo dissolversi di gioia e ansia – egli entra e rimane nel quarto jhana, costituito da pura equanimità e consapevolezza, priva di piacere e sofferenza. Siede, permeando il corpo di pura e chiara consapevolezza, e non c'è niente in tutto il suo corpo che non sia permeato di pura e chiara consapevolezza. Proprio come se un uomo si fosse seduto avvolto dalla testa ai piedi in una veste bianca, e non vi fosse alcuna parte del suo corpo su cui non fosse stesa la veste, allo stesso modo, il monaco resta seduto, permeando il proprio corpo di una pura e chiara consapevolezza. Non c'è niente in tutto il suo corpo che non sia permeato di pura e chiara consapevolezza. Questo è il quarto stadio della nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori.

E ancora, il monaco tiene ben saldo in mano il tema della riflessione, ben seguito, ben considerato, ben penetrato attraverso il discernimento. "Come se una persona dovesse riflettere su un'altra, o una persona in piedi dovesse riflettere su una persona seduta, o una persona seduta dovesse riflettere su una persona distesa, allo stesso modo, monaci, il monaco tiene ben saldo in mano il tema della riflessione, ben seguito, ben considerato, ben penetra-



to attraverso il discernimento. Questo è il quinto stadio della nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori. Quando un monaco ha sviluppato e ottenuto la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori in questo modo, allora qualsiasi delle sei conoscenze superiori [I sei tipi di conoscenze superiori (chalabhiñña) sono: 1) "Poteri superiori" (iddhi-vidha), Camminare sulle acque o attraverso le pareti; 2) "Orecchio Divino" (dibba-sota) Chiaroveggenza; 3) "Mente penetrante" (cetopariya-ñāna) Telepatia; 4) "Ricordo delle precedenti vite" (pubbe-nivasanussati) Ricordo delle vite passate; 5) "Occhio Divino" (dibba-cakkhu) Conoscenza dei destini karmici degli altri; 6) "Estinzione delle intossicazioni mentali" (asavakkhaya) Cui segue la condizione di Arahant.] gli venga in mente di conoscere e realizzare, può osservarla da sé, appena ve ne sia un'opportunità. Supponiamo che ci sia una giara, posata su un supporto, colma d'acqua tanto che un corvo vi possa bere. Se un uomo forte la rovesciasse in un modo qualsiasi, l'acqua si spargerebbe?"

"Sì, signore."

"Allo stesso modo, quando un monaco ha sviluppato e ottenuto la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori in questo modo, allora qualsiasi delle sei conoscenze superiori gli venga in mente di conoscere e realizzare, può osservarla da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Supponiamo che ci sia un serbatoio rettangolare per l'acqua - in un terreno piano, cinto da argini - pieno fino all'orlo d'acqua in modo che un corvo vi possa bere. Se un uomo forte aprisse ovunque gli argini, l'acqua si spargerebbe?"

"Sì, signore."

"Allo stesso modo, quando un monaco ha sviluppato e ottenuto la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori in questo modo, allora qualsiasi delle sei conoscenze superiori gli venga in

mente di conoscere e realizzare, può osservarla da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Supponete che vi sia un carro in un terreno piano, all'incrocio di quattro vie, attaccato a purosangue, che aspettano con le fruste pronte, così che un abile cavaliere, un domatore di cavalli, possa montare e – prese le redini con la mano sinistra e la frusta con la destra – si sposti avanti e indietro, verso qualsiasi direzione, per qualsiasi strada desideri.

"Allo stesso modo, quando un monaco ha sviluppato e ottenuto la nobile retta concentrazione attraverso i cinque fattori in questo modo, allora qualsiasi delle sei conoscenze superiori gli venga in mente di conoscere e realizzare, può osservarla da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, può usare molteplici poteri sovrumani. Essendo uno, diventa molti. Essendo molti, diventa uno. Appare. Sparisce. Passa senza difficoltà attraverso i muri, i bastioni e le montagne come una corrente d'aria. Si immerge e fuoriesce dalla terra come se fosse acqua.

Cammina sull'acqua senza affondare come se fosse terraferma. A gambe incrociate vola nell'aria come un uccello. Con la mano tocca e stringe anche il sole e la luna, così forti e potenti. Esercita l'influenza del proprio corpo fino ai mondi di Brahma. Può osservarli da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, sente - per mezzo dell'orecchio divino, purificato e sovrumano - i due tipi di suoni: divino e umano sia da vicino sia da lontano. Può osservarlo da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, conosce il livello di consapevolezza degli altri esseri, degli altri individui, avendolo misurato con la sua propria consapevolezza. Discerne una mente in cui vi è attaccamento come una mente in cui vi è attaccamento e una mente distaccata come una mente distaccata. Discerne una mente in cui vi è avversione come una mente in cui vi è avversione, e una mente senza avver-

sione come una mente senza avversione. Discerne una mente in cui vi è illusione come una mente in cui vi è illusione, e una mente senza illusione come una mente senza illusione. Discerne una mente disciplinata come una mente disciplinata, e una mente dispersiva come una mente dispersiva. Discerne una mente estesa come una mente estesa, e una mente non estesa come una mente non estesa. Discerne una mente superabile come una mente superabile e una mente insuperabile come una mente insuperabile. Discerne una mente concentrata come una mente concentrata, e una mente non concentrata come una mente non concentrata. Discerne una mente liberata come una mente liberata, e una mente non liberata come una mente non liberata. Può osservarla da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, ricorda le sue molteplici esistenze passate, una nascita, due nascite, tre nascite, quattro, cinque, dieci, venti, trenta, quaranta, cinquanta, cento, mille, centomila. Ricorda molti eoni di contrazione cosmica e molti eoni di espansione cosmica, e molti eoni di contrazione e espansione cosmica: "Là avevo tale nome, appartenevo a quella famiglia, avevo tale sembianza. Tale era il mio cibo, i miei piaceri e le mie sofferenze, così fu la fine della mia vita. Trapassando da quello stato, rinacqui in un'altra esistenza. In quell'altra esistenza avevo tale nome, appartenevo a quella famiglia, avevo tale sembianza. Tale era il mio cibo, i miei piaceri e le mie sofferenze, così fu la fine della mia vita. Trapassando da quell'esistenza, rinacqui in questo mondo, e così via." Così ricorda le sue molteplici esistenze passate, ognuna in ogni particolare e dettaglio. Può osservarle da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, vede – con occhio divino, purificato e sovrumano - gli esseri sparire e riapparire, discerne se sono volgari e nobili, belli e brutti, fortunati e sfortunati in base al loro kamma: 'Questi esseri – non retti in condotta fisica, verbale e mentale, che ingiuriavano i Nobili, avevano false opinioni e agivano sotto la loro influenza – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, sono riap-

parsi, in un piano di privazioni, nei mondi inferiori, nei reami infernali. Ma questi esseri - retti in condotta fisica, verbale e mentale, che non ingiuriavano i Nobili e avevano rette opinioni e agivano sotto la loro influenza – alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, sono riapparsi in buone destinazioni, nei reami celesti.' Così – con occhio divino, purificato e sovrumano - vede gli esseri sparire e riapparire e discerne se sono inferiori o superiori, belli o brutti, fortunati o sfortunati in base al loro kamma. Può osservarli da sé, appena ve ne sia un'opportunità.

Se vuole, grazie alla cessazione delle impurità mentali, rimane nella consapevolezza libera dalle impurità mentali-liberazione e discernimento-liberazione, avendole conosciute e rese manifeste in sé, qui e ora. Può osservarle da sé, appena ve ne sia un'opportunità."

Così disse il Beato. Gratificati, i monaci si rallegrarono delle parole del Beato.

*AN 5.34: Siha Sutta*  
*Al Generale Siha (Sulla generosità)*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Vesali, nella Grande Foresta, al Padiglione degli Abbaini. Quindi il generale Siha andò a trovare il Beato e, arrivando, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Una volta seduto, disse al Beato: "È possibile, signore, di designare un frutto della generosità visibile in questa vita?"

"È possibile, Siha. Colui che dona, è spesso caro ed apprezzato dalle persone. Siccome si è generosi o cari ed apprezzati dalle persone: questo è un frutto della generosità visibile in questa vita.

Ed ancora, le buone persone, le persone intemerate, ammirano colui che dona. Siccome le buone persone, le persone intemerate, ammirano colui che dona: questo perciò è un frutto della generosità visibile in questa vita.

Ed ancora, la buona reputazione di colui che dona, si diffonde dappertutto. Siccome la buona reputazione di colui che dona si diffonde dappertutto: questo è un frutto della generosità visibile in questa vita.

Ed ancora, quando colui che dona si avvicina ad un'assemblea di persone - nobili guerrieri, bramani, capifamiglia o asceti - lo fa con fiducia e senza disagio. Siccome quando colui che dona si avvicina ad un'assemblea di persone - nobile guerrieri, bramani, capifamiglia o asceti - lo fa con fiducia e senza disagio: questo è un frutto della generosità visibile nel qui ed ora.

Ed ancora, alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, colui che dona rinasce in una buona destinazione, nel mondo celeste. Siccome alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, colui che dona rinasce in una buona destinazione, nel mondo celeste: questo è un frutto della generosità nella vita futura."

Detto questo, il generale Siha disse al Beato: "Questi quattro frutti della generosità visibile in questa vita che il Beato mi mostra, non è vero che li seguo solamente per fede nel Beato, ma perchè li conosco. Sono uno che dona, caro ed apprezzato spesso dalle persone. Sono uno che dona e le buone persone, le persone intemerate mi ammirano. Sono uno che dona e la mia buona reputazione si diffonde dappertutto: 'Siha è generoso, fa molte offerte, un donatore del Sangha'. Sono uno che dona e quando mi avvicino ad un'assemblea di persone - nobile guerrieri, bramani, capifamiglia o asceti - lo faccio con fiducia e senza disagio.

"Ma quando il Beato mi ha detto: 'Alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, ui che dona rinasce in una buona destinazione, nel

mondo celeste', questo non lo so. È là che pongo la mia fede nel Beato."

"Sì, Siha, è così. Alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, colui che dona rinasce in una buona destinazione, nel mondo celeste."

Colui che dona è caro.  
le persone l'ammirano.  
Guadagna in onore. La sua reputazione aumenta.  
Entra senza disagio in un'assemblea.  
È fiducioso e senza avarizia.  
Perciò i saggi fanno dei doni.  
Cercando la felicità,  
schiacciano la macchia  
dell'avarizia.  
Si stabiliscono nel triplice mondo celeste,  
godono parecchio tempo  
in compagnia dei deva.  
Avendo offerto,  
avendo fatto ciò che è giusto,  
quando lasciano questo mondo  
continuano, radiosi nel Nandana [il giardino dei deva].  
Là hanno le loro delizie, godono, sono gioiosi,  
pieni dei cinque fili della sensualità.  
Avendo seguito le parole del saggio,  
approfittano del cielo--  
discepoli di un Sugata.

*AN 5.36: Kaladana Sutta*  
*I doni opportuni*

"Ci sono questi cinque doni opportuni. Quali cinque? Si dona ad un nuovo venuto. Si dona a qualcuno che parte. Si dona a qual-

cuno che è malato. Si dona in tempo di carestia. Si piantano i primi frutti del campo e del frutteto di fronte a coloro che sono virtuosi. Questi sono i cinque doni opportuni."

Alla giusta stagione donano--  
coloro che hanno la conoscenza,  
ricettivi, esenti da avarizia.  
Avendo donato nella buona stagione,  
ispirati dalle Nobili Persone  
--saggi, Equanimi--  
la loro offerta riporta l'abbondanza.  
Quelli che si rallegrano di questo dono  
o portano assistenza,  
hanno anche una parte di merito  
e l'offerta non è diminuita.  
Così, di una mente senza esitazione,  
si dovrebbe dare dove il dono porta grande frutto.  
Il merito è ciò che stabilisce  
gli esseri viventi nella prossima vita.

*AN 5.37: Bhojana Sutta*  
*Un pasto*

"Nel dare un pasto, il donatore dà cinque cose al destinatario. Quali cinque? Egli dona la vita, la bellezza, la felicità e la forza. Avendo dato la vita, ottiene una vita lunga, umana o divina. Avendo dato la bellezza, ottiene la bellezza, umana o divina. Avendo dato la felicità, ottiene la felicità, umana o divina. Avendo dato la forza, ottiene la forza, umana o divina. Nel dare un pasto, il donatore dà queste cinque cose al destinatario."

La persona prudente che dà la vita, la forza  
e la bellezza -  
la persona saggia, un datore di felicità -

raggiunge la felicità.  
Avendo dato la vita, la forza, la bellezza  
e la felicità  
ottiene una vita lunga e una buona reputazione  
dovunque rinasca.

*AN 5.38: Saddha Sutta*  
*Fede*

"Per una persona laica, ci sono queste cinque ricompense della fede. Quali cinque?"

Quando le persone veramente buone mostrano compassione nel mondo, prima mostreranno compassione a persone con fede, e non a persone senza fede. Quando visitano, prima visiteranno persone con fede, e non persone senza fede. Quando accettano regali, prima li accetteranno da persone con fede, e non da persone senza fede. Quando insegnano il Dhamma, prima lo insegneranno a coloro con fede, e non a coloro senza fede. Una persona con fede, alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinascerà in una buona destinazione, nel mondo paradisiaco. Per una persona laica, queste sono le cinque ricompense della fede.

Come un grande albero di banyan è un rifugio per molti uccelli, così una persona laica con fede è un rifugio per molte persone: monaci, monache, laici e laiche."

Un albero massiccio  
i cui rami portano frutti e foglie,  
con tronchi e radici  
e un'abbondanza di frutti:  
Là gli uccelli trovano ristoro.  
In quella deliziosa sfera  
fanno la loro casa.



Quelli che cercano l'ombra  
vanno all'ombra,  
quelli che cercano i frutti  
trovano frutta per mangiare.  
Quindi ad una persona completa  
in virtù e fede,  
umile, sensibile, gentile,  
delizioso e mite:  
vengono senza impurità -  
liberi da avidità,  
liberi da avversione,  
liberi da illusione -  
campo di merito per il mondo.  
Insegnano il Dhamma  
che disperde ogni sofferenza.  
E quando capisce,  
è libero da influssi impuri,  
totalmente liberato.

*AN 5.41: Adiya Sutta*  
*Benefici da ottenere (dalla ricchezza)*

Una volta Anathapindika il capofamiglia si recò dal Benedetto e, ivi giunto, dopo averlo salutato con riverenza, si sedette ad un lato. Appena seduto disse al Benedetto: “Ci sono questi cinque benefici che possono essere ottenuti dalla ricchezza. Quali cinque?”

Quando il discepolo dei nobili — usando la ricchezza guadagnata attraverso i suoi sforzi e alla sua iniziativa, ottenuta attraverso la forza delle braccia ed accumulata attraverso il sudore della fronte, giustamente guadagnata — si procura agiatezze ed appagamento, e mantiene esattamente quelle agiatezze. Sostenta sua madre e suo padre offrendogli agiatezze ed appagamento, e man-

tiene esattamente quelle agiatezze. Sostenta i suoi bambini, sua moglie, i suoi servi, servitori ed aiutanti offrendogli agiatezze ed appagamento, e mantiene esattamente quelle agiatezze. Questo è il primo beneficio che può essere ottenuto dalla ricchezza.

Inoltre, il discepolo dei nobili — usando la ricchezza guadagnata attraverso i suoi sforzi e alla sua iniziativa, ottenuta attraverso la forza delle braccia ed accumulata attraverso il sudore della fronte, giustamente guadagnata — procura ai suoi amici ed ai suoi soci le stesse agiatezze ed appagamento, e mantiene esattamente quelle agiatezze. Questo è il secondo beneficio che può essere ottenuto dalla ricchezza.

Inoltre, il discepolo dei nobili — usando la ricchezza guadagnata attraverso i suoi sforzi e alla sua iniziativa, ottenuta attraverso la forza delle braccia ed accumulata attraverso il sudore della fronte, giustamente guadagnata — si protegge da calamità derivanti da incendi, inondazioni, re, ladri, o perfidi eredi, e si mantiene al sicuro. Questo è il terzo beneficio che può essere ottenuto dalla ricchezza.

Inoltre, il discepolo dei nobili — usando la ricchezza guadagnata attraverso i suoi sforzi e alla sua iniziativa, ottenuta attraverso la forza delle braccia ed accumulata attraverso il sudore della fronte, giustamente guadagnata — adempie alle cinque offerte: ai parenti, agli ospiti, ai defunti, ai re e alle divinità. Questo è il quarto beneficio che può essere ottenuto dalla ricchezza.

Inoltre, il discepolo dei nobili — usando la ricchezza guadagnata attraverso i suoi sforzi e alla sua iniziativa, ottenuta attraverso la forza delle braccia ed accumulata attraverso il sudore della fronte, giustamente guadagnata — dispone delle offerte per scopi supremi, paradisiaci, per ottenere felicità e regni celesti, donando ad asceti e bramani virtuosi, praticando, esercitandosi per raggiungere il Nibbana. Questo è il quinto beneficio che può essere ottenuto dalla ricchezza.

Comportandosi in questo modo, un discepolo dei nobili otterrà questi cinque benefici dalla ricchezza, e se perderà la sua ricchezza, così penserà; 'Anche se la mia ricchezza è andata persa, ho ottenuto i cinque benefici che possono essere ottenuti dalla ricchezza', e non prova rimorso. Comportandosi in questo modo, un discepolo dei nobili otterrà questi cinque benefici dalla ricchezza, e se, invece, la sua ricchezza aumenta, così penserà: 'Ho ottenuto i cinque benefici che possono essere ottenuti dalla ricchezza, anche se la mia ricchezza è aumentata', e non prova rimorso. Quindi non proverà rimorso in entrambi i casi."

La mia ricchezza è stata goduta,  
i miei lavoranti sostenuti,  
protetti da ogni calamità.  
Ho donato supreme offerte  
ed adempiuto alle cinque offerte.  
Ho sostenuto il virtuoso,  
il saggio,  
i seguaci della vita santa.  
Qualsiasi ricchezza desiderata  
da un saggio capofamiglia,  
ciò ho raggiunto.  
Ho fatto tutto ciò che serve per non avere futuri disagi.  
Quando tutto questo sarà ricordato da un mortale,  
una persona salda nel Dhamma dei Nobili,  
sarà lodata in questa vita  
e, dopo la morte, beata nei regni celesti.

*AN 5.43: Ittha Sutta*  
*Ciò che è il benvenuto*

Una volta Anathapindika il capofamiglia andò a trovare il Beato e, arrivando, lo salutò e si sedette ad un lato. Una volta seduto il Beato gli disse: "Queste cinque cose, capofamiglia, sono benvenute, gradevoli, piacevoli e difficili ad ottenere nel mondo.

Quali cinque?

Una lunga vita è benvenuta, piacevole, gioiosa e difficile da ottenere nel mondo.

La bellezza è benvenuta, piacevole, gioiosa e difficile da ottenere nel mondo.

La felicità è benvenuta, piacevole, gioiosa e difficile da ottenere nel mondo.

Un buona posizione sociale è benvenuta, piacevole, gioiosa e difficile da ottenere nel mondo.

Rinascere nel mondo celeste è benvenuto, piacevole, gioioso e difficile da ottenere nel mondo.

Adesso, vi dico, queste cinque cose non si possono ottenere per mezzo di preghiere o di buoni auspici. Se si dovessero ottenere per mezzo di preghiere o di buoni auspici, chi ne mancherebbe? Non conviene che il discepolo delle nobili persone che desidera una lunga vita pregasse per ottenerla né che fosse un buon auspicio a farlo. Al contrario, il discepolo delle nobili persone che desidera una lunga vita dovrebbe seguire il sentiero della pratica che conduce ad una lunga vita. Solo così, raggiungerà una lunga vita, o umana o divina.

Non conviene che il discepolo delle nobili persone che desidera la bellezza pregasse per ottenerla né che fosse un buon auspicio a farla. Al contrario, il discepolo delle nobili persone che desidera la bellezza dovrebbe seguire il sentiero della pratica che conduce alla bellezza. Solo così, raggiungerà la bellezza, o umana o divina.

Non conviene che il discepolo delle nobili persone che desidera la felicità pregasse per ottenerla né che fosse un buon auspicio a farla. Al contrario, il discepolo delle nobili persone che desidera la felicità dovrebbe seguire il sentiero della pratica che conduce alla felicità. Solo così, raggiungerà la felicità, o umana o divina.

Non conviene che il discepolo delle nobili persone che desidera un buona posizione sociale pregasse per ottenerla né che fosse un buon auspicio a farla. Al contrario, il discepolo delle nobili persone che desidera un buono statuto sociale dovrebbe seguire il sentiero della pratica che conduce ad una buona posizione

sociale. Solo così, raggiungerà una buona posizione sociale, o umana o divina.

Non conviene che il discepolo delle nobili persone che desidera rinascere nel mondo celeste pregasse per ottenerlo né che fosse un buon auspicio a farlo. Al contrario, il discepolo delle nobili persone che desidera rinascere nel mondo celeste dovrebbe seguire il sentiero della pratica che conduce a rinascere in cielo. Solo così, otterrà di rinascere in cielo."

Una lunga vita, la bellezza, un buona posizione sociale, l'onore, il mondo celeste, un'alta nascita,:

Per coloro che fanno un buon auspicio di aspirare a queste cose in grande quantità, in modo continuo, i saggi si affidano alla pratica.

Il saggio, vigile, ottiene un doppio beneficio: benessere in questa vita e benessere nella prossima.

Quando arriva a questo benessere è chiamato prudente, saggio.

*AN 5.51: Avarana Sutta*  
*Ostacoli*

Una volta il Beato soggiornava a Savatthi, nel Boschetto di Jeta, nel Convento di Anathapindika. Là si rivolse ai monaci, "Monaci!"

"Sì, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "Questi sono cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza.

Quali cinque?

Il desiderio sensuale è un ostacolo, un ostacolo che sommerge la consapevolezza ed indebolisce la conoscenza. La cattiva volontà... il torpore e la sonnolenza... l'inquietudine e l'ansia... il dubbio è un ostacolo, un ostacolo che sommerge la consapevolezza ed indebolisce la conoscenza. Questi sono i cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza. Quando un monaco non ha abbandonato questi cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza, quando è senza energia e debole nella conoscenza: per lui capire ciò che è utile per il proprio beneficio, capire ciò che è utile per il beneficio degli altri, capire ciò che è utile per il beneficio di entrambi, rendersi conto di un stato umano e superiore, ottenere la chiara conoscenza e visione: ciò è impossibile.

Supponete che ci sia un fiume, che scorre giù dalle montagne ed un uomo aprisse dei canali che lo conducono via su entrambi i lati, così che la corrente del fiume sia dispersa, diffusa e dissipata; non andrebbe lontano, la sua corrente non sarebbe rapida, e non porterebbe tutto con sé. Allo stesso modo, quando un monaco non ha abbandonato questi cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza, quando è senza energia e debole nella conoscenza: per lui capire ciò che è utile per il proprio beneficio, capire ciò che è utile per il beneficio degli altri, capire ciò che è utile per il beneficio di entrambi, rendersi conto di un stato umano e superiore, ottenere la chiara conoscenza e visione: ciò è impossibile.

Ora, quando un monaco ha abbandonato questi cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza, quando lui è forte nella conoscenza: per lui capire ciò che è utile per il proprio beneficio, capire ciò che è utile per il beneficio di altri, capire ciò che è utile per il beneficio di entram-

bi, rendersi conto di un stato umano e superiore, ottenere la chiara conoscenza e visione: ciò è possibile.

Supponete che ci sia un fiume, che scende dalle montagne ed un uomo chiudesse i canali che lo conducono via da entrambi i lati, così che la corrente del fiume non sia dispersa, diffusa e dissipata; andrebbe lontano, portando tutto con sé. Allo stesso modo, .quando un monaco ha abbandonato questi cinque ostacoli, ostacoli che sommergono la consapevolezza ed indeboliscono la conoscenza, quando lui è forte nella conoscenza: per lui capire ciò che è utile per il proprio beneficio, capire ciò che è utile per il beneficio di altri, capire ciò che è utile per il beneficio di entrambi, rendersi conto di un stato umano e superiore, ottenere la chiara conoscenza e visione: ciò è possibile."

*AN 5.53: Anga Sutta*  
*Fattori (per la pratica)*

"Questi sono i cinque fattori per la pratica. Quali cinque?"

Quando un monaco ha fede, è convinto del Risveglio del Tathagata: 'Quindi, il Beato è puro e perfettamente risvegliato, completo nella conoscenza e nella condotta, Sugata, un esperto del mondo, insuperato come maestro per quelle persone che vogliono essere istruite, Maestro di dèi ed uomini, illuminato, benedetto.'

Egli è libero da malattia e disagio, dotato di buona digestione - non troppo freddo, non troppo caldo, di forza moderata - adatto per la pratica.

Egli non è né fraudolento né ingannevole. Si dichiara al maestro o ai suoi amici saggi nella vita santa in linea con ciò che realmente è.

Egli tiene la sua energia risvegliata per abbandonare le qualità mentali impure ed assumere le qualità mentali salutari. E' costante, saldo nel suo sforzo, non evita i suoi doveri riguardo alle qualità mentali salutari.

Egli conosce, dotato della conoscenza che conduce al sorgere della meta - nobile, penetrante, che conduce alla fine della sofferenza. Questi sono i cinque fattori per la pratica."

*AN 5.57: Upajjhatthana Sutta*  
*Argomenti di contemplazione*

"Ci sono questi cinque kasina (oggetti di meditazione) sui quali si dovrebbe meditare, che sia una donna o un uomo, laico od ordinato. Quali cinque?

'Sono soggetto all'invecchiamento, non sono al di là dell'invecchiamento.' Questo è il primo kasina sul quale si dovrebbe meditare, che si sia una donna o un uomo, laico od ordinato.

'Sono soggetto alla malattia, non sono al di là della malattia.'...

'Sono soggetto alla morte, non sono al di là della morte.'...

'Vado a diventare distaccato, separato da tutto ciò che mi è caro ed attraente.'...

'Sono il proprietario delle mie azioni (kamma), l'erede delle mie azioni, sono nato dalle mie azioni, vincolato alle mie azioni, e ho le mie azioni per giudice. Qualunque cosa faccia, in bene o in male, è ciò che erediterà. '...

Questi sono i cinque kasina sui quali si dovrebbe meditare, che si sia una donna o un uomo, laico od ordinato.



Ora, a partire da quale linea di ragionamento si dovrebbe spesso meditare... che 'sono soggetto all'invecchiamento, non sono al di là dell'invecchiamento?'. Ci sono degli esseri che sono intossicati da un'infatuazione per la gioventù [tipico] della gioventù. A causa di questa infatuazione per la gioventù, hanno una cattiva condotta fisica ... verbale... e mentale. Ma quando meditano su questo argomento, questa infatuazione per la gioventù della gioventù è abbandonata interamente o si indebolisce...

Ora, a partire da quale linea di ragionamento si dovrebbe spesso riflettere... che 'sono soggetto alla malattia, non sono stato al di là della malattia?'. Ci sono degli esseri che sono intossicati da un'infatuazione per la salute [tipico] della persona in salute. A causa di questa infatuazione per la salute, hanno una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Ma quando meditano su questo argomento, questa infatuazione per la salute della persona in salute è abbandonata interamente o si indebolisce...

Ora, a partire da quale linea di ragionamento si dovrebbe spesso riflettere... che 'sono soggetto alla morte, non sono stato al di là della morte?'. Ci sono degli esseri che sono intossicati da un'infatuazione per la vita [tipico] di una persona vivente. A causa di questa infatuazione per la vita, hanno una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Ma quando meditano su questo argomento, questa infatuazione per la vita di una persona vivente è abbandonata interamente o si indebolisce...

Ora, a partire da quale linea di ragionamento si dovrebbe spesso riflettere... che 'vado a diventare distaccato, separato da tutto ciò che mi è caro ed attraente?'. Ci sono degli esseri che provano avidità per le cose che sono loro care ed attraenti. A causa di questa passione, hanno una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Ma quando meditano su questo argomento, questo desiderio e questa passione per le cose che sono a loro care ed attraenti è abbandonata interamente o si indebolisce...

Ora, a partire da quale linea di ragionamento si dovrebbe spesso riflettere... che 'sono il proprietario delle mie azioni (kamma), l'erede delle mie azioni, nato dalle mie azioni, vincolato alle mie azioni, ed ho le mie azioni per giudice. Qualunque cosa faccia, in bene o in male, è ciò che ereditero?'. Ci sono degli esseri che hanno una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Ma quando meditano su questo argomento, questa cattiva condotta fisica, verbale e mentale è abbandonata interamente o si indebolisce...

Ora, un discepolo delle nobili persone considera ciò che segue: 'Non sono il solo ad essere soggetto all'invecchiamento, a non superare l'invecchiamento. Come ci sono degli esseri - passati e futuri, deceduti e ritornati – così tutti gli esseri sono soggetti all'invecchiamento.' Quando medita su argomento, [i fattori mentali positivi] nascono. Egli li mantiene, li sviluppa, li coltiva. In questo modo, le sue catene cadono, le sue ossessioni sono distrutte.

Ed ancora, un discepolo delle nobili persone considera ciò che segue: 'Non sono il solo ad essere soggetto alla malattia, a non essere andato al di là della malattia.'... 'non sono il solo ad essere soggetto alla morte, a non essere andato al di là della morte.'... 'non sono il solo destinato a diventare distaccato, separato da tutto ciò che mi sia caro ed attraente.'...

Un discepolo delle nobili persone considera ciò che segue: 'Non sono il solo ad essere proprietario delle mie azioni, erede delle mie azioni, nato dalle mie azioni, vincolato alle mie azioni, ed ad avere le mie azioni per giudice; qualunque cosa faccia, in bene o in male, è ciò che ereditero. Come ci sono degli esseri - passati e futuri, deceduti e ritornati – così tutti gli esseri sono i proprietari delle loro azioni, eredi delle loro azioni, nati dalle loro azioni, vincolati alle loro azioni, e hanno le loro azioni per giudice. Qualunque cosa facciano, in bene o in male, ne erediteranno.' Quando medita spesso su ciò, i [fattori mentali positivi] nascono. Li

mantiene, li sviluppa, li coltiva. In questo modo, le sue catene cadono, le sue ossessioni sono distrutte."

Soggetti alla nascita, all'invecchiamento,  
alla morte,  
le persone ordinarie  
trovano repellenti coloro che soffrono  
di questo a cui sono soggetti.  
E se dovessi trovare repellente  
degli esseri soggetti a queste cose,  
non sarebbe adatto da parte mia,  
vivendo come fanno.  
Mantenendo questo atteggiamento--  
conoscendo il Dhamma  
ho sormontato ogni infatuazione  
per la salute, la gioventù e la vita  
come colui che vede  
la rinuncia come un riposo.  
Per me, l'energia è sorta,  
ho visto chiaramente la liberazione.  
Non potrei più  
dividere dei piaceri sensuali.  
Avendo seguito la vita santa,  
Non ritornerò.

*AN 5.73: Dhamma-viharin Sutta  
Colui che dimora nel Dhamma*

Una volta un monaco si recò dal Beato e, ivi giunto, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato, "Colui che dimora nel Dhamma, colui che dimora nel Dhamma': così è detto, signore. Come un monaco dimora nel Dhamma?"

"Monaco, quando un monaco studia il Dhamma: dialoghi, racconti in versi ed in prosa, spiegazioni, versetti, esclamazioni spontanee, citazioni, storie di nascita, avvenimenti notevoli, sessioni di domande e risposte [le più vecchie classificazioni degli insegnamenti del Buddha], trascorre le sue giornate studiando il Dhamma. Trascura la meditazione e la pratica. Costui si chiama un monaco che è assiduo allo studio, non colui che dimora nel Dhamma.

Poi, quando un monaco prende il Dhamma come l'ha sentito e studiato e l'insegna agli altri nei dettagli. Trascorre la giornata a descrivere il Dhamma. Trascura la meditazione e la pratica. Costui si chiama un monaco che è assiduo nella descrizione, non colui che dimora nel Dhamma.

Poi, quando un monaco prende il Dhamma come l'ha sentito e studiato e lo recita nei dettagli. Trascorre la giornata in recitazione del Dhamma. Trascura la meditazione e la pratica. Costui si chiama un monaco che è assiduo alla recitazione, non colui che dimora nel Dhamma.

Poi, quando un monaco prende il Dhamma come l'ha sentito e studiato e riflette, lo valuta, e l'esamina con la sua mente. Trascura la meditazione e la pratica. Costui si chiama un monaco che è assiduo nel pensiero, non colui che dimora nel Dhamma.

Poi, quando un monaco studia il Dhamma: dialoghi, racconti in versi ed in prosa, spiegazioni, versetti, esclamazioni spontanee, citazioni, storie di nascita, avvenimenti notevoli, sessioni di domande e risposte [le più vecchie classificazioni degli insegnamenti del Buddha]. Non trascorre le sue giornate studiando il Dhamma. Non trascura la meditazione e la pratica. Costui si chiama un monaco che dimora nel Dhamma.

Adesso, monaco, vi ho insegnato la persona che è assidua a studiare, quella che è assidua alla descrizione, quella che è assidua

alla recitazione, quella che è assidua al pensiero, e quella che rimane nel Dhamma. Tutto ciò che un maestro deve fare - ricercare il benessere dei suoi discepoli - l'ho fatto per voi. Praticate i jhâna, monaci. Non siate disattenti. Non abbiate a rimpiangerlo più tardi. È questo il messaggio che ho per voi."

*AN 5.77: Anagata-bhayani Sutta*

*Il sermone sui possibili pericoli*

“Monaci, ci sono questi cinque possibili pericoli che se considerati da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbero ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato. Quali cinque?

Quando un monaco che vive nella foresta rammenta a se stesso: ‘Vivendo solitario nella foresta un serpente potrebbe mordermi, uno scorpione potrebbe pungermi, o un qualsiasi altro animale potrebbe colpirmi. Potrei anche morire. Ciò è per me un ostacolo. Perciò devo aumentare lo sforzo per ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, per raggiungere ciò che non è stato ancora raggiunto, per realizzare ciò che non è stato ancora realizzato.’ Questo rappresenta il primo possibile pericolo che se considerato da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbe ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato.

Inoltre, un monaco che vive nella foresta rammenta a se stesso: ‘Vivendo solitario nella foresta potrei inciampare e cadere; il cibo potrebbe recarmi danno; la bile si potrebbe irritare, e potrei stare male a causa di malattie intestinali. Potrei anche morire. Ciò è per me un ostacolo. Perciò devo aumentare lo sforzo per ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, per raggiungere ciò

che non è stato ancora raggiunto, per realizzare ciò non è stato ancora realizzato.’

Questo rappresenta il secondo possibile pericolo che se considerato da un monaco ....

Inoltre, un monaco che vive nella foresta rammenta a se stesso: ‘Vivendo solitario nella foresta potrei incontrare un animale feroce: un leone, una tigre, un leopardo, un orso o una iena ed essere attaccato. Potrei anche morire. Ciò è per me un ostacolo. Perciò devo aumentare lo sforzo per ottenere .....’ Questo rappresenta il terzo possibile pericolo che se considerato da un monaco ....

Inoltre, un monaco che vive nella foresta rammenta a se stesso: ‘Vivendo solitario nella foresta potrei incontrare dei banditi o dei criminali ed essere ucciso. Ciò è per me un ostacolo. Perciò devo aumentare lo sforzo per ottenere .....’ Questo rappresenta il quarto possibile pericolo che se considerato da un monaco ....

Inoltre, un monaco che vive nella foresta rammenta a se stesso: ‘Vivendo solitario nella foresta potrei incontrare qualche spirito malefico o una creatura sovrumana ed essere ucciso. Ciò è per me un ostacolo. Perciò devo aumentare lo sforzo per ottenere.....’

Questo rappresenta il quinto possibile pericolo che se considerato da un monaco ....

Questi sono, monaci, i cinque possibili pericoli che se considerati da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbero ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato.”

*AN 5.78: Anagata-bhayani Sutta*

*Il sermone sui possibili pericoli [2]*

“Monaci, questi cinque possibili pericoli che se considerati da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbero ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato. Quali cinque?

Quando un monaco rammenta a se stesso: ‘Adesso sono giovane, i miei capelli sono neri, sono nel pieno della gioventù e delle forze. Ma il tempo trascorre, inesorabile, e questo corpo invecchierà. Una volta vecchio e decrepito sarà difficile prestare attenzione agli insegnamenti del Buddha. Sarà difficile vivere da eremita in una foresta. Prima che questa non voluta, spiacevole ed indesiderata evenienza accada, devo assolutamente aumentare lo sforzo per ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, per raggiungere ciò che non è stato ancora raggiunto, per realizzare ciò che non è stato ancora realizzato, cosicché – istruito nel Dhamma – sarò in pace una volta vecchio.’

Questo rappresenta il primo possibile pericolo che se considerato da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbe ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato.

Inoltre, il monaco rammenta a se stesso: “Adesso sono sano e senza malattie, con una buona digestione: né troppo freddo né troppo caldo, in perfetta salute e costituzione. Ma il tempo trascorre, inesorabile, e questo corpo si ammalerà. Malato e senza forze sarà difficile prestare attenzione agli insegnamenti del Buddha. Sarà difficile vivere da eremita in una foresta. Prima che questa non voluta, spiacevole ed indesiderata evenienza accada, devo assolutamente aumentare lo sforzo per ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, per raggiungere ciò che non è stato ancora raggiunto, per realizzare ciò che non è stato ancora realizzato,

cosicché – istruito nel Dhamma – sarò in pace anche malato.” Questo rappresenta il secondo possibile pericolo che se considerato da un monaco .....

Inoltre, il monaco rammenta a se stesso:”Adesso il cibo elemosinato è buono ed abbondante. E’ facile mantenersi così protetti e con molte offerte. In futuro tutto ciò potrebbe cambiare. Il cibo potrebbe essere scarso e difficile da ottenere. Non sarà facile mantenersi senza riparo e con poche offerte. Siccome quando c’è carestia le persone sia ammassano dove c’è cibo, sarà difficile vivere in solitudine e prestare attenzione agli insegnamenti del Buddha. Prima che questa non voluta, ..... sarò in pace anche in tempi di carestia.

Questo rappresenta il terzo possibile pericolo che se considerato da un monaco .....

Inoltre, il monaco rammenta a se stesso:’Adesso le persone vivono in pace ed in armonia, senza guerre né dispute, come il latte mescolato all’acqua, colmi di affetto l’un l’altro. In futuro tutto ciò potrebbe cambiare. Ci potrebbero essere invasioni e pericoli da parte di tribù selvagge. Preso il potere, potrebbero circondare tutta la regione. Quando vi è pericolo, le persone si ammassano tutte assieme. Così sarà difficile vivere in solitudine in qualche foresta o prestare attenzione agli insegnamenti del Buddha. Prima che questa non voluta, ..... sarò in pace anche in tempi pericolosi.

Questo rappresenta il quarto possibile pericolo che se considerato da un monaco .....

Inoltre, il monaco rammenta a se stesso:’Adesso il Sangha – in armonia e senza dispute – vive in pace ed unito. In futuro il Sangha potrebbe dividerci. Quando il Sangha sarà diviso, sarà prestare attenzione agli insegnamenti del Buddha. Sarà difficile vivere in solitudine in qualche foresta. Prima che questa non voluta, ..... sarò in pace anche quando il Sangha sarà diviso. Questo rappresenta il quinto possibile pericolo che se considera-



to da un monaco ...

Questi sono, monaci, i cinque possibili pericoli che se considerati da un monaco che vive nella foresta – attento, ardente e risoluto – potrebbero ostacolare la possibilità di ottenere ciò che non è stato ancora ottenuto, il raggiungimento di ciò che non è stato ancora raggiunto, la realizzazione di ciò che non è stato ancora realizzato."

*AN 5.79: Anagata-bhayani Sutta  
Il sermone sui possibili pericoli [3]*

“Monaci, questi cinque possibili pericoli, al momento non presenti, potrebbero presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene. Quali cinque?

In futuro, ci saranno monaci non sviluppati a livello fisico (*cioè con una mente attratta dal desiderio*), non sviluppati in virtù, non sviluppati a livello mentale, non sviluppati in conoscenza. Costoro – essendo non sviluppati a livello fisico, non sviluppati in virtù, non sviluppati a livello mentale, non sviluppati in conoscenza – saranno in grado di ordinare novizi gli altri, ma non in grado di renderli virtuosi e di migliorarli a livello mentale e della conoscenza. Tutto ciò potrebbe avverarsi. E da un corrotto Dhamma deriva una corrotta Disciplina. E da una corrotta Disciplina deriva un corrotto Dhamma.

Questo, monaci, è il primo possibile pericolo, al momento non presente, che potrebbe presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene.

Ed ancora, in futuro ci saranno monaci non sviluppati a livello fisico, non sviluppati in virtù, non sviluppati a livello mentale, non sviluppati in conoscenza. Costoro – essendo non sviluppati a livello fisico, non sviluppati in virtù, non sviluppati a livello mentale, non sviluppati in conoscenza – avranno dei discepoli e non saranno in grado di renderli virtuosi e di migliorarli a livello

mentale e della conoscenza. Tutto ciò potrebbe avverarsi. E da un corrotto Dhamma deriva una corrotta Disciplina. E da una corrotta Disciplina deriva un corrotto Dhamma.

Questo, monaci, è il secondo possibile pericolo, al momento.....

Ed ancora, in futuro ci saranno monaci non sviluppati a livello fisico, .... in virtù, ...a livello mentale, in conoscenza. Costoro – essendo non sviluppati a livello fisico, ... in virtù, ...a livello mentale, .... in conoscenza – terranno discorsi sul Dhamma o risponderanno a domande sul Dhamma, rendendo la mente di chi ascolta impura. Tutto ciò potrebbe avverarsi. E da un corrotto Dhamma deriva una corrotta Disciplina. E da una corrotta Disciplina deriva un corrotto Dhamma.

Questo, monaci, è il terzo possibile pericolo, al momento.....

Ed ancora, in futuro ci saranno monaci non sviluppati a livello fisico, .... in virtù, ...a livello mentale, in conoscenza. Costoro – essendo non sviluppati a livello fisico, ... in virtù, ...a livello mentale, .... in conoscenza – non ascolteranno gli insegnamenti del Tathagata – profondi, trascendenti, sublimi, connessi alla Vacuità – quando verranno recitati. Costoro ascolteranno le parole recitate di opere letterarie – opere di poeti, dal suono elegante, dalla retorica elegante, parole di profani, parole di novizi. Così da un corrotto Dhamma deriva una corrotta Disciplina. E da una corrotta Disciplina deriva un corrotto Dhamma. Questo, monaci, è il quarto possibile pericolo, al momento.....

Ed ancora, in futuro ci saranno monaci non sviluppati a livello fisico, .... in virtù, ...a livello mentale, in conoscenza. Costoro – essendo non sviluppati a livello fisico, ... in virtù, ...a livello mentale, .... in conoscenza – diventeranno monaci anziani vivendo nel lusso, nel vizio, non illuminati, evitando la vita ascetica. Non faranno nessuno sforzo per ottenere ciò che non hanno ancora ottenuto, per raggiungere ciò che non hanno ancora raggiunto, per realizzare ciò che non hanno ancora realizzato. Saranno un esempio per le nuove generazioni, le quali vivranno nel lusso, nel vi-

zio, senza raggiungere il risveglio, evitando i doveri della vita santa, e non si sforzeranno per ottenere ciò che non hanno ancora ottenuto, per raggiungere ciò che non hanno ancora raggiunto, per realizzare ciò che non hanno ancora realizzato. Così da un corrotto Dhamma deriva una corrotta Disciplina. E da una corrotta Disciplina deriva un corrotto Dhamma. Questo, monaci, è il quinto possibile pericolo, al momento..... Questi, monaci, sono i cinque possibili pericoli, al momento non presenti, che potrebbero presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene."

*AN 5.80: Anagata-bhayani Sutta  
Il sermone sui possibili pericoli [4]*

“Monaci, questi cinque possibili pericoli, al momento non presenti, potrebbero presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene. Quali cinque?

In futuro, ci saranno monaci avidi di vesti pregiate. Costoro saranno tanto avidi da trascurare il vestire povero; tanto da trascurare la vita solitaria nella foresta; tanto da vivere in città e nelle capitali del regno. Per ottenere delle vesti pregiate faranno azioni non rette ed inopportune.

Questo, monaci, è il primo possibile pericolo, al momento non presente, che potrebbe presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene.

Inoltre, in futuro ci saranno monaci avidi di cibo prelibato. Costoro saranno tanto avidi da trascurare la questua; tanto da trascurare la vita solitaria nella foresta; tanto da vivere in città e nelle capitali del regno. Per ottenere del cibo prelibato faranno azioni non rette ed inopportune.

Questo, monaci, è il secondo possibile pericolo, al momento non presente,.....

Inoltre, in futuro ci saranno monaci avidi di agiate dimore. Costoro saranno tanto avidi di agiate dimore tanto da trascurare la vita ascetica; tanto da trascurare la vita solitaria nella foresta; tanto da vivere in città e nelle capitali del regno. Per ottenere delle agiate dimore faranno azioni non rette ed inopportune. Questo, monaci, è il terzo possibile pericolo, al momento non presente,.....

Inoltre, in futuro ci saranno monaci che accetteranno nel Sangha monache novizie e praticanti donne. Così facendo e interagendo con loro cadranno vittime delle passioni allontanandosi dalla vita santa o commettendo gravi colpe, abbandonando la pratica, ritornando alla loro ordinaria vita precedente. Questo, monaci, è il quarto possibile pericolo, al momento non presente,.....

Inoltre, in futuro ci saranno monaci che accetteranno nel Sangha inservienti e servitori del monastero. Così facendo ed interagendo con loro cadranno vittime del possesso e dell'accumulo. Questo, monaci, è il quinto possibile pericolo, al momento non presente,.....

Questi, monaci, sono i cinque possibili pericoli, al momento non presenti, che potrebbero presentarsi in futuro. Siate sempre vigili, in modo da liberarvene."

*AN 5.98: Arañña Sutta*  
*Foresta*

“Dotato di queste cinque qualità, un monaco praticando la consapevolezza del respiro in poco tempo può raggiungere il Nibbana. Quali cinque?

E' una persona priva di prepotenza e di arroganza, rispetta i doveri, gentile con tutti, appagato e privo di desideri.

E' una persona che mangia poco, e non affatica lo stomaco.

E' una persona con poca pigrizia, sempre vigile.

Dimora nella foresta o in luoghi solitari.  
Medita per liberare la sua mente.  
Dotato di queste cinque qualità, un monaco praticando la consapevolezza del respiro in poco tempo può raggiungere il Nibbana.”

*AN 5.114: Andhakavinda Sutta*  
*Ad Andhakavinda*

Una volta il Beato soggiornava fra i Magadha ad Andhakavinda. Allora il Ven. Ananda andò da lui e, dopo averlo salutato, si sedette ad un lato. Appena seduto, il Beato gli disse: "Ananda i nuovi monaci dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti in queste cinque cose. Quali cinque?"

Siate virtuosi. Vivete in concordanza col Patimokkha, completi nel vostro comportamento e nella sfera delle attività. Esercitatevi, avendo intrapreso la pratica. Così dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti in concordanza col Patimokkha.

Siate indulgenti con le facoltà dei sensi, con la presenza mentale come vostro protettore, come vostra guida, con la vostra mente protetta e dotata di presenza mentale. Così dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti nel controllare i loro sensi.

Limitatevi nelle vostre conversazioni. Così dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti nel controllare le parole.

Vivete nella foresta. Così dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti nell'isolamento e nella rinuncia.

Sviluppate la retta visione. Così dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti nella retta visione.

I nuovi monaci dovrebbero essere incoraggiati, esortati e stabiliti in queste cinque cose."

*AN 5.121: Gilana Sutta  
Ad un uomo malato*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Vesali, nella Grande Foresta. Verso sera lasciò la sua meditazione e vide un monaco che era debole e malato. Vedendolo, si sedette su un posto preparato. Appena seduto, si rivolse ai monaci: "Quando queste cinque cose non lasciano un monaco, debole e malato, ci si può aspettare da lui che, fra non molto - con la fine delle impurità mentali - lui entrerà e rimarrà nella libera consapevolezza e nella libera conoscenza, avendole comprese e conosciute direttamente in questa vita. Quali cinque?"

Quando un monaco [1] resta concentrato sulla ripugnanza verso il corpo, [2] percepisce impurità verso il cibo, [3] percepisce disgusto verso ogni mondo, [4] percepisce nessun desiderio verso tutte le formazioni karmiche, e [5] ha bene la percezione della morte stabilita dentro di sé.

Quando queste cinque cose non lasciano un monaco, debole e malato, ci si può aspettare da lui che, fra non molto - con la fine delle impurità - lui entrerà e rimarrà nella libera consapevolezza e nella libera conoscenza, avendole comprese e conosciute direttamente in questa vita."

*AN 5.129: Parikuppa Sutta  
In agonia*

*Questo discorso elenca i cinque atti gravi che non fanno raggiungere qualsiasi conseguimento nobile in questa vita. Persone*

*che li commettono - immediatamente al momento di morte - vanno all'inferno. Nessun aiuto da fuori è capace di mitigare le loro sofferenze all'inferno, e così si dice che siano incurabili. Anche se ritornano all'aereo umano, continueranno a soffrire delle conseguenze dei loro atti.*

-----

"Ci sono questi cinque abitanti dei piani della privazione, abitanti dell'inferno che sono in agonia e incurabili. Quali cinque? Uno che ha ucciso sua madre, uno che ha ucciso suo padre, uno che ha ucciso un arahant, uno che - con una mente corrotta - ha causato il fluire del sangue di un Tathagata, ed uno che ha provocato una divisione nel Sangha. Questi sono i cinque abitanti dei piani della privazione, abitanti dell'inferno che sono in agonia ed incurabile."

*AN 5.139: Sotar Sutta  
Saper ascoltare*

“Dotato di queste cinque qualità, un elefante del re è degno di un re, è adatto ad un re, è per lui prezioso. Quali cinque? Quando un elefante del re sa ascoltare, sa distruggere, sa proteggere, sa sopportare, sa avanzare.

E come un elefante del re sa ascoltare? Quando il domatore gli affida un compito, allora – incurante di ciò che ha fatto o non ha fatto prima – presta attenzione, mentalmente si applica, e presta ascolto. In questo modo un elefante del re sa ascoltare.

E come un elefante del re sa distruggere? Quando, in battaglia, sa distruggere un elefante assieme a chi lo cavalca, sa distruggere un cavallo con il suo cavaliere, sa distruggere un carro con il suo cocchiere, distrugge una fanteria. In questo modo un elefante del re sa distruggere.

E come un elefante del re sa proteggere? Quando, in battaglia, sa

proteggere il suo lato anteriore, il suo lato posteriore, le sue zampe anteriori, le sue zampe posteriori, la sua testa, le sue orecchie, le sue zanne, la sua proboscide, la sua coda, sa proteggere chi lo cavalca. In questo modo un elefante del re sa proteggere. E come un elefante del re sa sopportare? Quando, in battaglia, sopporta i colpi d'alabarda, di spada, frecce e lance; sa sopportare il frastuono dei tamburi, dei piatti, delle trombe. In questo modo un elefante del re sa sopportare.

E come un elefante del re sa avanzare? Quando – in qualsiasi direzione il domatore gli dica di andare, incurante di dove sia andato o non andato prima – un elefante del re va ed avanza nella giusta direzione.

In questo modo un elefante del re sa avanzare.

Dotato di queste cinque qualità, un elefante del re è degno di un re, è adatto ad un re, è per lui prezioso. Allo stesso modo, un monaco dotato di queste cinque qualità merita le offerte, merita ospitalità, merita doni, merita rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo. Quali cinque? Quando un monaco sa ascoltare, sa distruggere, sa proteggere, sa sopportare, sa avanzare.

E come un monaco sa ascoltare? Quando, riguardo al Dhamma e alla Disciplina ben insegnati dal Tathagata, un monaco presta attenzione, mentalmente si applica, e porge il suo ascolto al Dhamma. In questo modo un monaco sa ascoltare.

E come un monaco sa distruggere? Quando non tollera ogni pensiero nascente colmo di desiderio sensuale. Egli lo abbandona, lo distrugge, lo disperde, e cancella la sua esistenza. Egli non tollera pensieri nascenti colmi di cattiveria....pensieri nascenti colmi di crudeltà....Egli non tollera pensieri negativi nascenti, qualità mentali non salutari. Li abbandona, li distrugge, li disperde, e cancella la loro esistenza. In questo modo un monaco sa distruggere.

E come un monaco sa proteggere? Quando, nel vedere un forma con l'occhio, non si aggrappa né alla sua interezza né ai suoi particolari perché – se non dovesse controllare la facoltà visiva – il male, le qualità non salutari come l'avidità o l'angoscia lo assali-



rebbero. Egli rettamente pratica. Egli controlla la facoltà visiva. Egli raggiunge il distacco della facoltà visiva.

Nel sentire un suono con l'orecchio....

Nel sentire un odore con il naso....

Nel gustare un sapore con la lingua....

Nel sentire una sensazione tattile con il corpo....

Nel conoscere un'idea con la mente, non si aggrappa né alla sua interezza né ai suoi particolari perché – se non dovesse controllare la facoltà mentale – il male, le qualità non salutari come l'avidità o l'angoscia lo assalirebbero. Egli rettamente pratica. Egli controlla la facoltà mentale. Egli raggiunge il distacco della facoltà mentale.

In questo modo un monaco sa proteggere.

E come un monaco sa sopportare? Quando sopporta il freddo, il caldo, la fame e la sete; essere a contatto con mosche, tafani, vento, sole e rettili; ingiurie, aspre parole e sensazioni fisiche che, quando sorgono, sono dolorose, lancinanti, atroci, dispiacevoli, dolenti e a volte mortali.

In questo modo un monaco sa sopportare.

E come un monaco sa avanzare? Quando un monaco avanza rettamente nella giusta direzione – cioè all'abbandono di ogni predisposizione karmica, di ogni aggregato, a porre fine alla brama, a raggiungere il distacco, la cessazione, l'Illuminazione. In questo modo un monaco sa avanzare.

Un monaco dotato di queste cinque qualità merita le offerte, merita ospitalità, merita doni, merita rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo.”

*AN 5.159: Udayi Sutta*  
*Udayin*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Kosambi, nel parco di Ghosita. Ora, il Ven. Udayin si era seduto, cincondato da una grande assemblea di capifamiglia, in procinto di insegna-

re il Dhamma. Il Ven. Ananda vide il Ven. Udayin seduto, circondato da una grande assemblea di capifamiglia, in procinto di insegnare il Dhamma, quindi si recò dal Beato. Ivi giunto, lo salutò con rispetto e si sedette ad un lato. Una volta seduto, disse al Beato: "Il Ven. Udayin, signore, si è seduto, circondato da una grande assemblea di capifamiglia, in procinto di insegnare il Dhamma".

"Non è facile insegnare il Dhamma agli altri, Ananda. Si dovrebbe insegnare il Dhamma solo quando cinque qualità sono stabilite in colui che insegna. Quali cinque?"

[1] Il Dhamma dovrebbe essere insegnato col proposito: 'parlerò tappa per tappa.'

[2] Il Dhamma dovrebbe essere insegnato col proposito: 'parlerò spiegando la sequenza [della causa e dell'effetto].'

[3] Il Dhamma dovrebbe essere insegnato col proposito: 'parlerò con una mente compassionevole.'

[4] Il Dhamma dovrebbe essere insegnato col proposito: 'non parlerò con lo scopo di averne un beneficio materiale.'

[5] Il Dhamma dovrebbe essere insegnato col proposito: 'parlerò senza esaltare me stesso o mettere in cattiva luce gli altri'

Non è facile insegnare il Dhamma agli altri, Ananda. Si dovrebbe insegnare il Dhamma solo quando queste cinque qualità sono stabilite in colui che insegna."

*AN 5.161: Aghatapativinaya Sutta*  
*Sormontare il fastidio*

"Monaci, esistono cinque modi di sbarazzarsi dell'irritazione, cinque modi che possono essere sormontati interamente da un monaco, quando ne è invaso. Quali sono questi cinque metodi?

L'amore universale può essere sviluppato verso una persona che vi irrita: è così che il fastidio può essere sormontato.

La compassione può essere sviluppata verso una persona che vi irrita: è così che il fastidio può essere sormontato.

L'equanimità può essere sviluppata verso una persona che vi irrita: è così che il fastidio può essere sormontato.

La pratica di dimenticare e di ignorare una persona che vi irrita può essere intrapresa: è così che il fastidio può essere sormontato.

La riflessione sul fatto che gli atti appartengono alla persona che vi irrita può essere trattenuta come segue: "Questa persona è il proprietario delle sue azioni, l'erede di ciò che fa, i suoi atti saranno la sua matrice, le sue azioni sono sue vicine, sono il suo rifugio ed eredita le loro conseguenze, che siano buone o cattive." Con una tale riflessione il fastidio può essere sormontato. Questo sono i cinque modi di sbarazzarsi dell'irritazione, cinque modi che possono essere sormontati interamente da un monaco, quando ne è invaso."

*AN 5.162: Aghatavinaya Sutta*  
*Odio soggiogato*

Una volta il Ven. Sariputta si rivolse ai monaci: "Amici monaci."

"Sì, amico." - i monaci risposero.

Il Ven. Sariputta disse: “Ci sono questi cinque modi di soggiogare l'odio, quando l'odio sorge in un monaco, egli dovrebbe completamente estinguerlo. Quali cinque?”

Quando alcune persone sono impure nel loro comportamento fisico, ma sono pure nel loro comportamento verbale. L'odio per una persona di questo tipo dovrebbe essere soggiogato.

Quando alcune persone sono impure nel loro comportamento verbale, ma sono pure nel loro comportamento fisico. L'odio per una persona di questo tipo dovrebbe essere soggiogato anche.

Quando alcune persone sono impure nel loro comportamento fisico e verbale, ma periodicamente sperimentano la chiarezza mentale e la calma. L'odio per una persona di questo tipo dovrebbe essere soggiogato.

Quando alcune persone sono impure nel loro comportamento fisico e verbale, e non sperimentano la chiarezza mentale periodicamente e la calma. L'odio per una persona di questo tipo dovrebbe essere soggiogato.

Quando alcune persone sono pure nel loro comportamento fisico e verbale, e periodicamente sperimentano la chiarezza mentale e la calma. L'odio per una persona di questo tipo dovrebbe essere soggiogato.

Ora, per una persona che è impura nel suo comportamento fisico, ma pura nel suo comportamento verbale, come dovrebbe essere soggiogato l'odio? Quando l'individuo è impuro nel suo comportamento fisico, ma puro nel suo comportamento verbale, si deve abbandonare l'impurità del suo comportamento fisico, ed dar retta alla purezza del suo comportamento verbale. Così l'odio per lui dovrebbe essere soggiogato.

Per una persona che è impura nel suo comportamento verbale, ma pura nel suo comportamento fisico, come dovrebbe essere soggiogato l'odio? Quando l'individuo è impuro nel suo comportamento verbale, ma puro nel suo comportamento fisico, si deve abbandonare l'impurità del suo comportamento verbale, ed invece dar retta alla purezza del suo comportamento fisico. Così l'odio per lui dovrebbe essere soggiogato.

Per una persona che è impura nel suo comportamento fisico e verbale, ma che periodicamente sperimenta la chiarezza mentale e la calma, come dovrebbe essere soggiogato l'odio ? ..... Quando un individuo è impuro nel suo comportamento fisico e verbale, ma periodicamente sperimenta la chiarezza mentale e la calma, si deve abbandonare l'impurità del suo comportamento fisico... l'impurità del suo comportamento verbale, ed invece dar retta al fatto che lui sperimenta la chiarezza mentale periodicamente e la calma. Così l'odio per lui dovrebbe essere soggiogato.

Per una persona che è impura nel suo comportamento fisico e verbale, e non sperimenta la chiarezza mentale periodicamente e la calma, come dovrebbe essere soggiogato odio? ..... Quando una persona è impura nel suo comportamento fisico e verbale, e non sperimenta la chiarezza mentale periodicamente e la calma, si dovrebbe avere compassione e comprensione per lui, pensando: 'Questi uomini dovrebbero abbandonare una condotta fisica sbagliata e dovrebbero sviluppare la buona condotta fisica, abbandonare una condotta verbale sbagliata e sviluppare la buona condotta verbale, abbandonare una condotta mentale sbagliata e sviluppare la buona condotta mentale. Perché? Perché, alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, egli non precipiterà nel piano della privazione, nella cattiva destinazione, nei reami più bassi, in purgatorio.' Così l'odio per lui dovrebbe essere soggiogato.

Per una persona che è pura nel suo comportamento fisico e verbale, e periodicamente sperimenta la chiarezza mentale e la calma, come dovrebbe soggiogare odio?..... Quando un indivi-

duo è puro nel suo comportamento fisico e verbale, e periodicamente sperimenta la chiarezza mentale e la calma, si deve dar retta alla purezza del suo comportamento fisico... alla purezza del suo comportamento verbale, ed al fatto che lui sperimenta la chiarezza mentale periodicamente e la calma. Così l'odio per lui dovrebbe essere soggiogato. Questi sono i cinque modi di soggiogare l'odio, quando l'odio sorge in un monaco, egli così dovrebbe completamente estinguerlo."

*AN 5.175: Candala Sutta*  
*Reietto*

"Dotato di queste cinque qualità, un seguace laico è un reietto di seguace laico, pessimo seguace laico, una feccia di seguace laico. Quali cinque? Egli non ha fede [nel Buddha Risvegliato]; non è un virtuoso; è attratto da feste e cerimonie; non crede nel kamma; non dona nulla per il Sangha. Dotato di queste cinque qualità, un seguace laico è un reietto di seguace laico, pessimo seguace laico, una feccia di seguace laico.

Dotato di queste cinque qualità, un seguace laico è un gioiello di seguace laico, un loto di seguace laico, un fiore eccellente di seguace laico. Quali cinque? Egli possiede la fede; è virtuoso; non è attratto da feste e cerimonie; crede nel kamma; non cerca offerte per sé [ma per il Sangha], e dà offerte lui per primo. Dotato di queste cinque qualità, un seguace laico è un gioiello di seguace laico, un loto di seguace laico, un fiore eccellente di seguace laico."

*AN 5.177: Vanijja Sutta*  
*Cattivi mezzi di sostentamento*

"Monaci, un seguace laico non dovrebbe prendere parte in

cinque tipi di affari. Quali cinque? Commerciare in armi, in esseri umani, nella carne, in alimenti e bevande intossicanti ed in veleni. Questi sono i cinque tipi di affari in cui un seguace laico non dovrebbe prendere parte.

*AN 5.180: Gavesin Sutta*  
*Gavesin*

Una volta il Beato si recò dai Kosala con una grande comunità di monaci. Siccome seguiva una strada, vide una grande foresta di salasti in un certo luogo. Abbandonando la strada, andò in questa foresta di salasti. Quando arrivò, si immerse in meditazione e si mise a sorridere. Allora il Ven. Ananda pensò: "Qual è la causa, qual è la ragione del sorridere del Beato? Non è senza ragione che il Tathâgata si è messo a sorridere." Chiese allora al Beato: "Qual è la causa, qual è la ragione del sorridere del Beato? Non è senza ragione che il Tathâgata si è messo a sorridere."

"In questo luogo, Ananda, c'era un tempo una grande città: potente, prospera, popolata, piena di risorse. E in questa città, Kassapa il Beato, degno e pienamente risvegliato, viveva. Or dunque, Kassapa il Beato, degno e pienamente risvegliato, aveva un discepolo laico di nome Gavesin che non praticava a pieno i termini della sua virtù. Ma a causa di Gavesin, c'erano 500 persone che si erano ispirate a dichiararsi discepoli laici, e che non praticavano tuttavia a pieno i termini della loro virtù.

Allora venne alla mente di Gavesin il discepolo laico: 'Sono il benefattore di questi 500 discepoli laici, la loro guida, colui che li ha ispirati. Ma non pratico a pieno i termini della mia virtù, come non praticano a pieno i termini della loro virtù. In ciò siamo esattamente uguali; non c'è niente di più [per me]. E se facessi un poco più!' Andò a vedere i 500 discepoli laici dunque ed ar-

rivando disse loro: 'D'ora in poi voglio che mi conosciate come qualcuno che pratica a pieno i termini della mia virtù.'

Allora i 500 discepoli laici pensarono: " Il maestro Gavesin è il nostro benefattore, la nostra guida, colui che ci ha ispirati. Va a praticare a pieno i termini della sua virtù adesso. Dunque, perché non noi'? Andarono a vedere Gavesin il discepolo laico ed arrivando gli dissero: 'D'ora in poi vogliamo che il maestro Gavesin conosca i 500 discepoli laici come le persone che praticano a pieno i termini della loro virtù.'

Allora Gavesin il discepolo laico pensò: 'Sono il benefattore di questi 500 discepoli laici, la loro guida, colui che li ha ispirati. Pratico a pieno i termini della mia virtù, come praticano a pieno i termini della loro virtù. In ciò siamo esattamente uguali; non c'è niente di più [per me]. E se facessi un poco più! Andò a vedere i 500 discepoli laici, dunque, ed arrivando disse loro, 'D'ora in poi voglio che mi conosciate come qualcuno che pratica la vita casta, la vita di rinuncia, astenendomi da rapporti sessuali, atti di villano.'

Allora i 500 discepoli laici pensarono: "Il maestro Gavesin è il nostro benefattore, la nostra guida, colui che ci ha ispirati. Va a praticare la vita casta adesso, la vita di rinuncia, astenendosi da rapporti sessuali, atti di villano. Dunque, perché non noi'? Andarono a vedere Gavesin il discepolo laico dunque, ed arrivando gli dissero: 'D'ora in poi vogliamo che il maestro Gavesin conosca i 500 discepoli laici come le persone che praticano la vita casta, la vita di rinuncia, astenendosi rapporti sessuali, atti di villano.'

"Allora Gavesin il discepolo laico pensò: 'Sono il benefattore di questi 500 discepoli laici, la loro guida, colui che li ha ispirati. Pratico a pieno i termini della mia virtù, come praticano a pieno i termini della loro virtù. Pratico la vita casta, la vita di rinuncia, astenendomi da rapporti sessuali, atti di villano, come praticano la vita casta, la vita di rinuncia, astenendosi da rapporti sessuali,



atti di villano. In ciò siamo esattamente uguali; non c'è niente di più [per me]. E se facessi un poco più! Andò a vedere i 500 discepoli laici, dunque, ed arrivando disse loro: 'D'ora in poi voglio che mi conosciate come qualcuno che mangia solamente un solo pasto al giorno, trattenendomi la notte, astenendomi.'

Allora i 500 discepoli laici pensarono: "Il maestro Gavesin è il nostro benefattore, la nostra guida, colui che ci ha ispirati. Mangierà un solo pasto al giorno, trattenendosi la notte, astenendosi. Dunque, perché non noi"? Andarono a vedere Gavesin il discepolo laico dunque ed arrivando gli dissero: 'D'ora in poi vogliamo che il maestro Gavesin conosca i 500 discepoli laici come le persone che mangiano solamente un solo pasto al giorno, trattenendosi la notte, astenendosi.'

Allora Gavesin il discepolo laico pensò: 'Sono il benefattore di questi 500 discepoli laici, la loro guida, colui che li ha ispirati. Pratico a pieno i termini della mia virtù, come praticano a pieno i termini della loro virtù. Pratico la vita casta, la vita di rinuncia, astenendomi da rapporti sessuali, atti di villano, come praticano la vita casta, la vita di rinuncia, astenendosi da rapporti sessuali, atti di villano. Mangio solamente un solo pasto al giorno, trattenendomi la notte, astenendomi, come mangiano solamente un solo pasto al giorno, trattenendosi la notte, astenendosi. In ciò siamo esattamente uguali; non c'è niente di più [per me]. E se facessi ancora di più!'

Quindi si recò da Kassapa il Beato, degno e pienamente risvegliato, ed arrivando gli disse: 'Signore, che possa ricevere l'Ordinazione in presenza del Beato. Che possa ricevere la piena Accettazione.' Ricevette l'Ordinazione in presenza di Kassapa il Beato, degno e pienamente risvegliato, dunque; ricevette l'Ordinazione. E poco dopo la sua ammissione - solo, ritirato, vigile, ardente e risoluto - in poco tempo raggiunse e rimase nello scopo supremo della vita casta, conoscendola e realizzandola in questa stessa vita. Seppe che: 'La nascita è finita, la vita santa com-

piuta, il compito adempiuto. Non resta più niente di affascinante in questo mondo.' E fu così che Gavesin il monaco diventò un altro degli Arahant.

Allora i 500 discepoli laici pensarono: 'Il maestro Gavesin è il nostro benefattore, la nostra guida, colui che ci ha ispirati. Avendo raso i capelli e la barba, avendo indossato l'abito ocra, ha lasciato la vita familiare per l'ascetismo. Dunque, perché non noi?'

Si recarono da Kassapa il Beato, degno e pienamente risvegliato, ed arrivando gli dissero: 'Signore, vogliamo ricevere l'Ordinazione in presenza del Beato. E riceveremo l'Ordinazione.

Allora Gavesin il monaco pensò: 'Ottengo a volontà - senza difficoltà, senza tribolazioni - questa felicità senza pari della liberazione. Possano questi 500 monaci ottenere a volontà - senza difficoltà, senza tribolazioni - questa felicità senza pari della liberazione!' Allora questi 500 monaci - soli, ritirati, vigili, ardenti e risoluti - in poco tempo raggiunsero e rimasero nello scopo supremo della vita casta, conoscendola e realizzandola in questa stessa vita. Seppero che: 'La nascita è finita, la vita santa compiuta, il compito adempiuto. Non resta più niente di affascinante in questo mondo.' E fu così che questi 500 monaci - guidati da Gavesin, - realizzarono la liberazione finale.

Dunque, Ananda, dovete esercitarvi: Sforzandovi 'a ciò che è sempre più eccellente, sempre più raffinato, per realizzare la liberazione finale.' Così dovete esercitarvi."

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

LIBRO DEI SEI

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 6.12: Saraniya Sutta  
Tendente alla gradevolezza*

"Monaci, queste sono le sei condizioni che tendono alla gradevolezza, che generano sentimenti di affetto, sentimenti di rispetto, conducono al senso di amicizia, alla mancanza di dispute, all'armonia e ad un stato di unità. Quali sei?

Quando un monaco ha una buona condotta fisica verso i suoi seguaci nella vita santa, sia in loro presenza che in loro assenza. Questa è una condizione che contribuisce alla gradevolezza, che

genera sentimenti di affetto, di rispetto e conduce all'amicizia, alla mancanza di dispute, all'armonia e ad un stato di unità.

Inoltre, il monaco ha una buona condotta verbale verso i suoi seguaci nella vita santa. Questa è una condizione che contribuisce alla gradevolezza, .....

Inoltre, il monaco ha una buona condotta mentale verso i suoi seguaci nella vita santa. Questa è una condizione che contribuisce alla gradevolezza, .....

Inoltre, il monaco deve ottenere ogni beneficio in un modo retto - anche se sono soltanto elemosine - e non li deve consumare da solo. Egli li consuma dopo averli divisi in comune con i suoi seguaci virtuosi nella vita santa. Questa è una condizione .....

Inoltre - con riferimento alle virtù che sono sane, pure, liberatorie, lodate dal saggio, che conducono alla concentrazione - il monaco vive in modo virtuoso, in accordo con i seguaci nella vita santa. Questa è una condizione.....

Inoltre - con riferimento alle teorie nobili, che agiscono in concordanza con la fine della sofferenza e del dolore - il monaco crede nelle giuste visioni o teorie, in accordo con i suoi seguaci. Questa è una condizione ..... Queste sono le sei condizioni che tendono alla gradevolezza, che generano sentimenti di affetto, sentimenti di rispetto, conducono al senso di amicizia, alla mancanza di dispute, all'armonia e ad un stato di unità."

*AN 6.13: Nissaraniya Sutta*  
*Vie d'uscita*

"Monaci, queste sei proprietà sono vie d'uscita. Quali sei?

Se un monaco dicesse: 'Anche se la buona volontà è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa da me come la mia consapevolezza della liberazione, però la cattiva volontà continua a sopraffare la mia mente.' Gli si potrebbe rispondere: 'Non dire così. Non dovresti parlare così. Non travisare il Beato, non è giusto travisare il Beato, egli non direbbe così. È impossibile, che - quando la buona volontà è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa come la consapevolezza della liberazione - la cattiva volontà continui ancora a sopraffare la mente. Quella possibilità non esiste, questa è la via d'uscita dalla cattiva volontà: la buona volontà come consapevolezza della liberazione. '

Inoltre, se un monaco dicesse: 'Anche se la compassione è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa da me come la mia consapevolezza della liberazione, però la cattiveria continua ancora a sopraffare la mia mente.' Gli si potrebbe rispondere: 'Non dire così. Non dovresti parlare così. Non travisare il Beato, non è giusto travisare il Beato, egli non direbbe così. È impossibile, che - quando la compassione è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa come la consapevolezza della liberazione - la cattiveria continui ancora a sopraffare la mente. Questa possibilità non esiste, questa è la via d'uscita dalla cattiveria : la compassione come consapevolezza della liberazione. '

Inoltre, se un monaco dicesse: 'Anche se la stima è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa da me come la mia consapevolezza della liberazione, ancora il risentimento continua a sopraffare la mia mente.' Gli si potrebbe rispondere: 'Non dire così. Non dovresti parlare così. Non travisare il Beato, non è giusto travisare il Beato, egli non direbbe così. È impossibile, che - quando la stima è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa come la consapevolezza della liberazione - il risentimento continui ancora a sopraffare la mente. Questa possibilità

non esiste, questa è la via d'uscita dal risentimento : la stima come consapevolezza della liberazione.

Inoltre, se un monaco dicesse: 'Anche se l'equanimità è stata sviluppata, .....ancora la brama continua a sopraffare la mia mente.' Gli si potrebbe rispondere: 'Non dire così. Non dovresti parlare così. Non travisare il Beato, non è giusto travisare il Beato, egli non direbbe così. È impossibile, che - quando l'equanimità è stata sviluppata, perseguita, mantenuta e presa come base, consolidata e ben intrapresa come la consapevolezza della liberazione - la brama continui ancora a sopraffare la mente. Questa possibilità non esiste, questa è la via d'uscita dalla brama: l'equanimità come consapevolezza della liberazione. '

.....

Inoltre, se un monaco dicesse: 'Anche se "io sono" è stato abbandonato e non presumo che "io sono questo", ancora la freccia del dubbio e della perplessità continua a sopraffare la mia mente.' Gli si potrebbe rispondere: 'Non dire così. Non dovresti parlare così. Non travisare il Beato, non è giusto travisare il Beato, egli non direbbe così. È impossibile, che - quando “io sono” è stato abbandonato e “io sono questo” non è presunto -

la freccia del dubbio e della perplessità continui a sopraffare la mente. Questa possibilità non esiste, questa è la via d'uscita dalla freccia del dubbio e della perplessità: lo sradicamento della presunzione, "io sono". '

Queste, monaci sono le sei proprietà che sono vie d'uscita."

*AN 6.16: Nakula Sutta*  
*I genitori di Nakula*

Una volta il Beato soggiornava fra i Bhagga nel Parco del Cervo, al Boschetto di Bhesakala, vicino alla tana del Coccodrillo. In quel tempo, il padre di Nakula, il capofamiglia era molto malato. Quindi la madre di Nakula gli disse: "Non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.

Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula non sarà capace di mantenere i bambini o mantenere la famiglia dopo che sarò morto', ma non dovresti vedere le cose così. Io sono brava a lavorare il cotone e la lana. Io posso sostenere i bambini e mantenere la famiglia dopo che sarai morto. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.

Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula prenderà un altro marito dopo che sarò morto', ma non dovresti vedere le cose così. Sai bene che sono fedele. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.

"Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula non avrà desiderio di far visita al Beato e alla comunità dei monaci, dopo che sarò morto', ma non dovresti vedere le cose così. Io avrò sempre desiderio di recarmi dal Beato e dalla comunità dei monaci, dopo che sarai morto. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.

Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula non agirà pienamente in concordanza coi precetti dopo che sarò morto', ma non dovresti vedere le cose così. Sarò pienamente in concordanza coi precetti, io sono una di loro. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.



Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula non raggiungerà la tranquillità interna di consapevolezza dopo che sarò morto', ma non dovresti vedere le cose così. Mi sforzerò per raggiungere la tranquillità interna di consapevolezza, io sono una di loro. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.

Ora, puoi pensare: 'La madre di Nakula non giungerà alla fermezza nella Dottrina e nella Disciplina, non raggiungerà una ferma risoluzione, a superare i suoi dubbi, a disperdere le sue perplessità, a raggiungere il distacco o a guadagnare l'indipendenza dagli altri riguardo agli insegnamenti del Maestro, ma non dovresti vedere le cose così. Io avrò fermezza in questa Dottrina e Disciplina, raggiungerò una ferma risoluzione, supererò i dubbi, disperderò le perplessità, raggiungerò il distacco e l'indipendenza dagli altri riguardo agli insegnamenti del Maestro, io sono una di loro. Quindi non preoccuparti della morte, capofamiglia. La morte è dolorosa per uno che è preoccupato. Il Beato ha criticato chi si preoccupa della morte.'

Mentre il padre di Nakula, il capofamiglia era esortato dalla madre di Nakula con queste parole, la sua malattia diminuì all'improvviso e scomparve.

Appena guarito il padre di Nakula, il capofamiglia si recò dal Beato. E dopo averlo salutato con riverenza, si sedette ad un lato. Appena seduto il Beato gli disse: "E' una cosa buona, un onore ed un pregio avere la madre di Nakula - comprensiva e desiderosa del suo benessere - come tuo consigliere e maestro, che agisce pienamente in concordanza coi precetti, che raggiunge la tranquillità interna di consapevolezza, una ferma risoluzione, supera i dubbi, disperde le perplessità, lei è una di loro."

*La consapevolezza della Morte*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Nadika, nella Sala del Mattone. Là si rivolse i monaci, "Monaci!"

"Sì, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "La consapevolezza della morte, quando sviluppata e perseguita, è di grande frutto e beneficio. Guadagna un appiglio nell'Immortale, ha l'Immortale come sua meta finale. Perciò dovrete sviluppare la consapevolezza della morte."

Quando questo fu detto, un monaco disse al Beato: "Io ho già sviluppato la consapevolezza della morte."

"E come si sviluppa la consapevolezza della morte?"

"Io penso: ' Se vivessi per un solo giorno ed una sola notte, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Poi un altro monaco disse al Beato: "Anche io ho già sviluppato la consapevolezza della morte."

"E come si sviluppa la consapevolezza della morte?"

"Io penso: ' Se vivessi per un solo giorno, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Poi un altro monaco disse al Beato: "Anche io ho sviluppato la consapevolezza della morte." ... "Io penso: ' Se vivessi per il tempo di un pasto, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei

già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Poi un altro monaco disse al Beato: "Anche io ho sviluppato la consapevolezza della morte." ... "Io penso: ' Anche se vivessi per il tempo di ingoiare bocconi di cibo, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Poi un altro monaco disse al Beato: "Anche io ho sviluppato la consapevolezza della morte." ... "Io penso: 'Se vivessi per il tempo di ingoiare un solo boccone di cibo, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Poi un altro monaco disse al Beato: "Anche io ho sviluppato la consapevolezza della morte." ... "Io penso: ' Se vivessi la durata di un respiro, attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' Così ho sviluppato la consapevolezza della morte."

Detto questo, il Beato si rivolse i monaci. "Chiunque sviluppi la consapevolezza della morte, pensando: ' Potrei vivere per un giorno ed una notte... per un giorno... per l'intervallo di un pasto... , attenendomi agli insegnamenti del Beato, avrei già raggiunto un grande obiettivo.' - praticano in modo disattento. Essi sviluppano lentamente la consapevolezza della morte per porre fine agli influssi mentali impuri.

Ma chiunque sviluppi la consapevolezza della morte, pensando: 'Potrei vivere per la durata di un respiro, come l'inspirazione e l'espirazione .....- si dice che sono intensamente attenti. Essi sviluppano acutamente la consapevolezza della morte per porre fine agli influssi mentali impuri. Così dovete esercitarvi: 'Saremo intensamente attenti. Noi svilupperemo acutamente la consapevo-

lezza della morte per porre fine agli influssi mentali impuri.' Così dovete esercitarvi."

Così disse il Beato. Gratificati, i monaci, si allietarono con le parole del Beato.

*AN 6.38: Attakari Sutta*  
*Il fautore del Sé*

Un certo bramano si recò dal Beato ed, ivi giunto, dopo aver scambiato con lui amichevoli saluti, si sedette a lato. Appena seduto il bramano così parlò al Beato:

“Venerabile Gotama, io seguo questa dottrina, seguo questa teoria: “Non esiste il fautore del Sé, non esiste altro fautore.” (Ci si sarebbe aspettata un'approvazione del Buddha su tale teoria, invece viene confutata. Questo rifiuto è altamente istruttivo e di grande importanza al fine di ottenere una migliore comprensione del profondo, sottile ed olistico insegnamento del Buddha. Il Buddha ha insegnato che non esiste un Sé (atta) permanente, eterno, immutabile ed indipendente, ed ha anche insegnato che non vi è “azione” o un “fare”, e quindi è impensabile parlare di un'entità che intende, agisce, sostiene e completa le azioni.)

“Non ho mai visto o sentito una tale dottrina ed una tale teoria, bramano. Come si potrebbe - avanzare da soli, indietreggiare da soli – col dire: “Non esiste il fautore del Sé, non esiste altro fautore? Credete che vi sia un elemento o un'entità che inizia o avvia un'azione?”

“Proprio così, Venerabile.”

“Quando vi è un elemento iniziale, le entità originarie sono chiaramente distinte?”

“Proprio così, Venerabile.”

“Quindi, bramano, quando vi è un elemento iniziale, le entità originarie sono chiaramente distinte, di tali entità, questa è il fautore del Sé e questa è l'altra. (*Il senso dovrebbe essere questo: noi distinguiamo chiaramente le azioni iniziate in noi stessi e negli altri; quindi comprendiamo chiaramente che vi sono delle entità originarie che iniziano quelle azioni; e il “fautore del Sé” e “altro fautore” sono solo delle entità particolari fra queste serie di entità.*)

Cosa pensate, bramano, vi è un elemento di azione ... vi è un elemento di sforzo ... vi è un elemento di tenacia ... vi è un elemento di perseveranza ... vi è un elemento di costanza?”

“Proprio così, Venerabile.”

“Quando vi è un elemento di sforzo, le entità originarie sono chiaramente distinte?”

“Proprio così, Venerabile.”

“Quindi, bramano, quando vi è un elemento di sforzo, le entità che agiscono sono chiaramente distinte; di tali entità, questa è il fautore del sé e questa è l'altra. Non ho mai visto né sentito una tale dottrina, una tale teoria come la vostra. Come si potrebbe – avanzare da soli, indietreggiare da soli – col dire: “Non esiste il fautore del Sé, non esiste altro fautore?”

“Meraviglioso, Venerabile Gotama! Straordinario, Venerabile Gotama! Il Venerabile Gotama ha reso chiaro il Dhamma in vari modi, proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, si rivelasse ciò che era nascosto, si mostrasse la via a chi si era smarrito, o si recasse una luce nell'oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, così il Venerabile Gotama — con vari metodi — ha rivelato il Dhamma. Io prendo rifugio nel Venerabile Gotama, nel Dhamma, e nella comunità dei monaci. Possa il

Venerabile Gotama accettarmi come seguace laico che ha preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita."

*AN 6.41: Daruka-khandha Sutta*  
*Il palo di legno*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Rajagaha sul Picco dell'Avvoltoio. Quindi, di mattina presto il Ven. Sariputta, dopo aver preso mantello e scodella, stava scendendo dal Picco dell'Avvoltoio con un grande gruppo di monaci, quando vide un grande palo di legno su di un lato. Vedendolo, disse ai monaci: "Amici vedete quel grande palo di legno? "

"Sì, amico." - i monaci risposero.

"Amici, se volesse, un monaco con un potere psichico, avendo raggiunto il controllo della sua mente, potrebbe trasformare quel palo di legno in terra. Perché? Perché c'è la proprietà della terra in quel palo di legno. Se volesse, un monaco con un potere psichico, avendo raggiunto il controllo della sua mente, potrebbe trasformare quel palo di legno in acqua... fuoco... vento... bello... poco attraente. Perché? Perché ci sono tutte queste proprietà in quel palo di legno."

*AN 6.45: Ina Sutta*  
*Debito*

"Monaci, la povertà è sofferenza nel mondo se si è schiavi dei sensi."

"Sì, signore."

"Ed una persona povera, bisognosa, senza un soldo si indebita. Se si è schiavi dei sensi, l'indebitarsi è sofferenza nel mondo."

"Sì, signore."

"Una persona povera, bisognosa, senza un soldo, essendosi indebitato, deve pagare gli eventuali interessi. Se si è schiavi dei sensi, il pagare gli interessi è sofferenza nel mondo."

"Sì, signore."

"Quando una persona povera, bisognosa, senza un soldo, pagando gli interessi dovuti in tempo, viene avvisato. Se si è schiavi dei sensi, il venir avvisato è sofferenza nel mondo."

"Sì, signore."

"Quando una persona povera, bisognosa, senza un soldo, essendo avvisato, non paga, lo inseguono. Se si è schiavi dei sensi, l'essere inseguito è sofferenza nel mondo."

"Sì, signore."

"Quando una persona povera, bisognosa, senza un soldo, essendo inseguito, non paga, diviene schiavo. Se si è schiavi dei sensi, la schiavitù è sofferenza nel mondo."

"Sì, signore."

"Così, monaci, la povertà è sofferenza nel mondo se si è schiavi dei sensi. Così l'indebitamento, il pagamento degli interessi, l'essere avvisato, l'essere inseguito, la schiavitù."

"Allo stesso modo, monaci, chiunque non ha fede nelle qualità mentali positive, nessun senso di coscienza, nessun senso di preoccupazione, nessuna persistenza, nessuna conoscenza verso

queste qualità mentali è, nella disciplina di un nobile, chiamato povero, bisognoso e senza un soldo.

"Costui - povero, bisognoso e senza un soldo, senza fede nelle qualità mentali positive, nessun senso di coscienza... nessun senso di preoccupazione... nessuna persistenza... nessuna conoscenza verso le qualità mentali positive - avendo una cattiva condotta fisica, verbale e mentale. Per lui, vi dico, vi è indebitamento.

"Allo scopo di celare la sua cattiva condotta fisica, formula cattivi desideri, come: 'Possano non conoscermi.' oppure 'Non mi conoscono.' o ancora 'Non mi conoscono.' Spera: 'Possano loro non conoscermi.' Così per la sua cattiva condotta verbale e per la sua cattiva condotta mentale, vi dico, questo è il pagamento degli interessi.

"Poi i suoi compagni retti nella vita santa dicono di lui: 'Costui agisce in questo modo, si comporta così.' Per lui, vi dico, questo è l'essere avvisato.

"Poi, quando si reca nella foresta, ai piedi di un albero, è assalito dal male, da pensieri negativi accompagnati dal rimorso. Per lui, vi dico, questo è l'essere inseguito.

"Costui - povero, bisognoso e senza un soldo, avendo cattiva condotta fisica, verbale e mentale - alla dissoluzione del corpo, dopo la morte rinascerà o all'inferno o in un utero animale. Posso immaginare il dolore di queste destinazioni, l' inferno o l'utero animale."

La povertà è chiamata  
sofferenza nel mondo;  
così, quindi, ci si indebita.  
Una persona povera, indebitata  
schiava dei sensi,  
soffre .



Poi l'inseguono  
e lo rendono schiavo:  
frutto doloroso  
di colui che brama ottenere  
i piaceri sensuali.  
Ora, chiunque senza fede  
nella disciplina di un nobile  
- nessun senso di coscienza,  
nessun senso di preoccupazione -  
cattive azioni che  
offendono il corpo,  
la parola,  
e la mente,  
desidera: 'Possano loro non  
conoscermi.'  
Agisce male nel corpo,  
nelle parole e nella mente,  
accumulando cattive azioni,  
in questa vita e in quella futura,  
per sempre.  
Costui, con le cattive azioni  
la sua saggezza debole,  
conoscendo i suoi errori, è  
una persona povera, indebitata.  
Schiava dei sensi,  
soffre .  
Poi l'inseguono -  
le risoluzioni mentali e dolorose  
nate dal rimorso -  
a casa o nella foresta.  
Costui, con le cattive azioni  
la sua saggezza debole,  
conoscendo i suoi errori,  
rinascerà in un utero animale  
o all'inferno:  
frutto doloroso

da cui l'illuminato  
è liberato.  
Ma colui che ha fede,  
vivendo a casa,  
atto a donare ciò  
rettamente guadagnato,  
vince entrambe le mete:  
benefici in questa vita,  
e felicità negli altri mondi.  
La liberazione di questo capofamiglia  
rende merito.  
Ora, chiunque con fede  
saldo  
nella disciplina di un nobile -  
con un senso di coscienza,  
un senso di preoccupazione  
e di conoscenza  
pieno di virtù -  
è, nella disciplina di un nobile,  
detto essere negli agi.  
Non ottenendo un piacere della carne,  
determina l'equanimità:  
abbandonando i cinque ostacoli  
- la persistenza continuamente risvegliata -  
entrando nei jhana:  
unificato,  
attento e  
saggio.  
Sapendo questo  
come realmente è,  
nella fine totale di tutte le catene,  
attraverso  
il distacco,  
la sua mente è totalmente liberata.  
In costui, così, liberato,  
c'è la conoscenza,

nella fine totale  
delle catene delle rinascite:  
'La mia liberazione  
è incrollabile.'  
Quella è la conoscenza più alta,  
la felicità insuperata.  
senza dolore,  
senza oscuramento,  
quella  
è liberazione dai debiti.

*AN 6.46: Cunda Sutta*  
*Cunda*

Una volta il Ven. Maha Cunda soggiornava fra i Ceti in Sanja-tiya. Là si rivolse ai monaci: "Amici monaci!"

"Sì, amico." - i monaci risposero.

Il Ven. Maha Cunda disse: "Amici, quando i monaci devoti del Dhamma [coloro che si dedicano a memorizzare ed analizzare il Dhamma] sviliscono i monaci dei jhana, dicendo: 'Queste persone sono assorbite e riassorbite nei jhana, ed affermano: "Noi siamo assorbiti, noi siamo assorbiti." Ma perché sono assorbiti? Per quale scopo sono assorbiti? Come sono assorbiti?' In quello, i monaci devoti del Dhamma non brillano, ed i monaci del jhana non brillano. Non stanno praticando per il benessere delle masse, per la felicità delle masse, per il bene delle masse né per il benessere e la felicità delle creatura umane e degli esseri divini.

Inoltre, quando i monaci dei jhana sviliscono i monaci devoti del Dhamma, dicendo: 'Queste persone affermano: "Noi siamo i devoti del Dhamma, noi siamo i devoti del Dhamma", ma sono presuntuosi, instabili, allentati nei loro discorsi, confusi nella loro

consapevolezza, non attentamente concentrati, le loro menti vagano, i loro sensi sono incontrollati. Sono davvero devoti del Dhamma? Per quale scopo sono devoti del Dhamma? Come sono devoti del Dhamma? ' In quello, i monaci dei jhana non brillano, lo stesso per i monaci devoti del Dhamma. Non stanno praticando per il benessere delle masse, per la felicità delle masse, per il bene delle masse né per il benessere e la felicità delle creature umane e degli esseri divini.

Inoltre quando i monaci devoti del Dhamma lodano solamente i monaci devoti del Dhamma, e non i monaci dei jhana. Così, i monaci devoti del Dhamma non brillano, lo stesso per i monaci dei jhana. Non stanno praticando per il benessere delle masse, per la felicità delle masse, per il bene delle masse né per il benessere e la felicità delle creature umane e degli esseri divini.

Inoltre quando i monaci dei jhana lodano solamente i monaci dei jhana, e non i monaci devoti del Dhamma. Così, i monaci dei jhana non brillano, lo stesso per i monaci devoti del Dhamma . Non stanno praticando per il benessere delle masse, .....

"Così, amici, dovete esercitarvi: 'Essendo monaci devoti del Dhamma, noi parleremo in encomio dei monaci dei jhana.' Così dovete esercitarvi. Perché? Perché costoro sono persone stupende, difficile da trovare nel mondo, perchè toccano l'elemento immortale col corpo. [*Dissertazioni numeriche del Buddha traducono questa frase come "[quelli] chi hanno esperienza personale dell'elemento immortale."* Comunque, AN 9.43 e 44 fanno una distinzione tra toccare una dimensione meditativa col corpo e conoscendolo con discernimento. In entrambi i casi, l'esperienza è diretta e personale, e in entrambi i casi conduce alla fine degli emissari mentali. Così, "toccando col corpo" sembra avere un significato più preciso che la semplice esperienza personale. Potrebbe voler dire che c'è un aspetto somatico all'esperienza o che la consapevolezza dell'immortale occupa la stessa pienezza di consapevolezza che era stata occupata dal corpo.]

Così, amici, dovete esercitarvi: 'Essendo monaci dei jhana, noi parleremo in encomio dei monaci devoti del Dhamma.' Così dovete esercitarvi. Perché ? Perché costoro sono persone stupende, difficile da trovare nel mondo, perchè penetrano con asserzioni di discernimento il significato profondo."

*AN 6.47: Sanditthika Sutta*  
*Visibile nel Qui ed Ora*

Moliyasivaka il vagabondo andò dal Beato e scambiò saluti cortesi con lui. Dopo uno scambio di saluti amichevoli e cortesi, si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Beato: "'Il Dhamma è visibile nel Qui ed Ora, il Dhamma è visibile nel Qui ed Ora', così è detto. In che modo il Dhamma è visibile nel Qui ed Ora, senza tempo, che invita alla conoscenza, pertinente, per essere compreso dal saggio personalmente?"

"Molto bene, Sivaka, ti farò una controdomanda. Rispondi come credi. Cosa pensi: 'Quando l'avidità è presente dentro di te, discerni che 'l'avidità è presente dentro di me'? E quando l'avidità non è presente dentro di te, discerni che 'l'avidità non è presente dentro di me'? "

"Sì, signore."

"Il fatto che quando l'avidità è presente dentro di te, e discerni che quell'avidità è presente dentro di te; e quando l'avidità non è presente dentro di te, e discerni che quell'avidità non è presente dentro di te: quello è un modo dove il Dhamma è visibile nel Qui ed Ora, senza tempo, che invita alla conoscenza, pertinente, per essere compreso dal saggio personalmente.

Cosa pensi: Quando l'avversione è presente dentro di te... Quando l'illusione è presente dentro di te... Quando una qualità riferita

al desiderio [il Dhamma] è presente dentro di te... Quando una qualità nociva è presente dentro di te..

Cosa pensi: Quando una qualità ingannevole è presente dentro di te, discerni che 'Una qualità ingannevole è presente dentro di me'? E quando una qualità ingannevole non è presente dentro di te, discerni che 'Una qualità ingannevole non è presente dentro di me?'"

"Sì, signore."

"Il fatto che quando una qualità ingannevole è presente dentro di te, e discerni che una qualità ingannevole è presente dentro di te; e quando una qualità ingannevole non è presente dentro di te, e discerni che una qualità ingannevole non è presente dentro di te: quello è un modo dove il Dhamma è visibile nel Qui ed Ora, senza tempo, che invita alla conoscenza, pertinente, per essere compreso dal saggio personalmente."

"Magnifico, signore! Magnifico! Il Beato - attraverso il ragionamento - ha reso chiaro il Dhamma. Prendo rifugio nel Beato, nel Dhamma ed nella Comunità dei monaci. Possa ricordarmi, il Beato, come un seguace laico che ha preso rifugio in lui, da oggi e per tutta la vita."

*AN 6.49: Khema Sutta*  
*Khema*

Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi nel Boschetto di Jeta, al convento di Anathapindika. In quel tempo il Ven. Khema e il Ven. Sumana soggiornavano presso Savatthi nel Boschetto dell'Uomo Cieco. Quindi il Ven. Khema e il Ven. Sumana andarono dal Beato e appena giunti, lo salutarono con rispetto e si sedettero ad un lato. Appena seduto, il Ven. Khema disse al Beato:

"Quando un monaco è un arahant, con i suoi influssi impuri distrutti - uno che è giunto all'adempimento, fatto il compito, raggiunto la vera meta, distrutto la catena del divenire ed è liberato attraverso la giusta conoscenza - non pensa: 'C'è qualcuno migliore di me', o 'C'è qualcuno uguale a me', o 'C'è qualcuno peggio di me.' " Così disse il Ven. Khema ed il Maestro approvò . Avuta l'approvazione del Maestro il Ven. Khema si alzò dal suo posto, si inchinò al Beato e mantenendo la destra - andò via.

Poi il Ven. Sumana, poco dopo che il Ven. Khema era andato via, disse al Beato: "Quando un monaco è un arahant, con i suoi influssi impuri distrutti - uno che è giunto all'adempimento, fatto il compito, raggiunto la vera meta, distrutto la catena del divenire ed è liberato attraverso la giusta conoscenza - non pensa: 'C'è qualcuno migliore di me', o 'C'è qualcuno uguale a me', o 'C'è qualcuno peggio di me.' " Così disse il Ven. Sumana ed il Maestro approvò. Avuta l'approvazione del Maestro il Ven. Sumana si alzò dal suo posto, si inchinò al Beato e mantenendo la destra - andò via.

Poi il Beato, poco dopo che il Ven. Khema e il Ven. Sumana erano andati via, disse ai monaci: "Monaci, così un membro di una comunità dichiara la conoscenza. Il significato [della conoscenza] è affermato, ma senza menzione di un Sé. Ci sono ancora delle persone indegne che dichiarano la conoscenza come inutile. Avranno, in seguito, dei guai."

Non come il più alto, il più basso, né uguale  
si riferiscono a loro.  
Con la nascita finita,  
la vita santa adempiuta  
vanno avanti  
totalmente liberi da catene.

*Sona*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Rajagaha, sul Picco dell'Avvoltoio. In quel tempo il Ven. Sona soggiornava presso Rajagaha nel Bosco Fresco. Mentre il Ven. Sona meditava [dopo avere praticato la meditazione camminata finché la pelle della pianta dei suoi piedi fu spaccata ed in procinto di sanguinare], questi pensieri nacquero nella sua coscienza: "Dei discepoli del Beato che ha suscitato la loro persistenza, ne faccio parte, ma la mia mente non è liberata dalle impurità dell'attaccamento. Ora, la mia famiglia possiede sufficienti ricchezze e ne posso approfittare per ottenere dei meriti. E se rinnegassi la pratica, se tornassi alla vita ordinaria, approfittassi delle ricchezze ed ottenessi dei meriti"?

Il Beato, appena percepì con la sua coscienza questi pensieri nella mente del Ven. Sona - come un uomo forte potrebbe stendere il suo braccio piegato o piegare il suo braccio disteso - sparì dal Picco dell'Avvoltoio, ed apparve nel Bosco Fresco di fronte al Ven. Sona e si sedette su un posto preparato. Il Ven. Sona, dopo aver salutato il Beato, si sedette ad un lato. Una volta seduto, il Beato gli disse: "Proprio adesso, mentre eri in meditazione, questi pensieri sono apparsi alla tua coscienza: ' Dei discepoli del Beato che ha suscitato la loro persistenza, ne faccio parte, ma la mia mente non è liberata dalle impurità.... E se rinnegassi la pratica, se tornassi alla vita ordinaria, approfittassi delle ricchezze ed ottenessi dei meriti? ' "

"Sì, signore."

"Ora cosa pensi, Sona. Prima, quando vivevi la vita familiare, eri abile a suonare il 'vina'"?

"Sì, signore."



"E che pensi: quando erano troppo tese le corde del tuo vina , il tuo vina era accordato e suonava"?

"No, signore."

"E che pensi: quando erano troppo allentate le corde del tuo vina, il tuo vina era accordato e suonava"?

"No, signore."

"E che pensi: quando le corde del tuo vina erano né troppo tese né troppo allentate, ma accordate, il tuo vina era accordato e suonava"?

"Sì, signore."

"Allo stesso modo, Sona, la persistenza troppo forte conduce all'agitazione, la persistenza troppo rilassata conduce alla pigrizia. Così dovresti determinare il giusto diapason per la tua persistenza, accordare ('penetrare', 'scovare') [sopra] il diapason delle [cinque] facoltà, e là cogliere il tuo tema."

"Sì, signore" - rispose il Ven. Sona al Beato. Quindi, avendo dato questa esortazione al Ven. Sona, il Beato - come un uomo forte potrebbe stendere il suo braccio piegato o piegare il suo braccio disteso - sparì dal Bosco fresco ed apparve sul Picco dell'Avvoltoio.

In seguito, il Ven. Sona determinato il giusto diapason per la sua persistenza, accordate su questo diapason le sue [cinque] facoltà, colse il suo tema. Rimanendo solo, isolato, attento, ardente e risoluto, in poco tempo raggiunse e rimase nel supremo scopo della vita santa per cui gli uomini dei clan a buon diritto lasciano la vita ordinaria per l'ascetismo, conoscendolo e realizzandolo personalmente in questa vita. Seppe che: "La nascita è finita, la vita

santa realizzata, il compito finito. Non c'è niente di più in questo mondo." Così il Ven. Sona diventò un altro degli Arahant.

Allora, avendo raggiunto lo stato di arahant, questo pensiero venne al Ven. Sona: "E se andassi dal Beato e, arrivando, dichiarassi la conoscenza in sua presenza?" Andò, dunque, dal Beato ed arrivando, dopo essersi inchinato, si sedette ad un lato. Una volta seduto disse al Beato: "Un monaco è un arahant, avendo messo fine ai suoi influssi impuri, avendo raggiunto la meta, finito il compito, depositato il fardello, totalmente distrutto le catene del divenire, ed è liberato attraverso la retta conoscenza, si dedica a sei cose: alla rinuncia, all'isolamento, al distacco, alla fine della sete insaziabile, alla fine degli attaccamenti, e alla chiara conoscenza.

Ora un venerabile potrebbe pensare: 'E' forse interamente per fede che questo venerabile si dedica alla rinuncia', ma non è così. Il monaco i cui influssi impuri sono distrutti, avendo realizzato [la vita santa], non vede in sé niente di più da fare, o niente di più da aggiungere a ciò che ha fatto. È a causa della fine dell'avidità, perché è libero dall'avidità, che si dedica alla rinuncia. È a causa della fine dell'avversione, perché è libero dall'avversione, che si dedica alla rinuncia. È a causa della fine dell'illusione, perché è libero dall'illusione, che si dedica alla rinuncia.

Ora un venerabile potrebbe pensare: 'Forse perché desidera guadagni, onori e gloria che questo venerabile si dedica all'isolamento'... 'Questo è forse perché ricade nell'attaccamento ai precetti ed alle pratiche come fondamentali che si dedica al distacco', ma non è così. Il monaco i cui influssi impuri sono distrutti, avendo realizzato [la vita santa], non vede in sé niente di più da fare, o niente di più da aggiungere a ciò che ha fatto. È a causa della fine dell'avidità, perché è libero dall'avidità, che si dedica al distacco. E' a causa della fine dell'avversione, perché è libero dall'avversione, che si dedica al distacco. E' a causa della fine dell'illusione, perché è libero dall'illusione, che si dedica al distacco.

È a causa della fine dell'avidità, perché è libero dall'avidità... a causa della fine dell'avversione, perché è libero dall'avversione... a causa della fine dell'illusione, perché è libero dall'illusione, che si dedica alla fine della sete insaziabile... la fine degli attaccamenti... la chiara conoscenza.

Anche se delle potenti forme conoscibili dall'occhio entrassero nel campo visivo di un monaco la cui mente è liberata, la sua mente non sarebbe né coinvolta né impegnata. Saldo nel suo controllo, avendo raggiunto l'imperturbabilità, si concentrerebbe sulla loro cessazione. Ed anche se dei potenti suoni... aromi... sapori... sensazioni tattili... anche se dei potenti oggetti mentali conoscibili dalla mente entrassero nel campo mentale di un monaco la cui mente è liberata, la sua mente non sarebbe né coinvolta né impegnata. Saldo nel suo controllo, avendo raggiunto l'imperturbabilità, si concentrerebbe sulla loro cessazione.

Proprio come se ci fosse una montagna rocciosa - senza crepe, una sola massa solida - e arrivasse dall'est una potente tempesta di vento e di pioggia: la montagna non rabbrivirebbe e non tremerebbe. E dall'ovest... dal nord... dal sud arrivasse una potente tempesta di vento e di pioggia: la montagna non rabbrivirebbe e non tremerebbe. Allo stesso modo, anche se delle potenti forme conoscibili dall'occhio entrassero nel campo visivo di un monaco la cui mente è liberata, la sua mente non sarebbe né coinvolta né impegnata. Saldo nel suo controllo, avendo raggiunto l'imperturbabilità, si concentrerebbe sulla loro cessazione. Ed anche se dei potenti suoni... aromi... sapori... sensazioni tattili... anche se dei potenti oggetti mentali conoscibili dalla mente entrassero nel campo mentale di un monaco la cui mente è liberata, la sua mente non sarebbe né coinvolta né impegnata. Saldo nel suo controllo, avendo raggiunto l'imperturbabilità, si concentrerebbe sulla loro cessazione."

Quando la coscienza si dedica alla rinuncia, all'isolamento,

all'impassibilità, alla fine degli attaccamenti,  
la fine della sete insaziabile, ed alla chiara conoscenza,  
vedendo spuntare i mezzi dei sensi,  
la mente è liberata.  
Per questo un monaco, liberato,  
il suo cuore in pace,  
non ha più niente da fare,  
niente da aggiungere  
a ciò che ha fatto.  
Come una roccia non è spostata dal vento,  
parimenti tutte le forme, i sapori, i suoni,  
gli aromi, i contatti,  
le idee desiderabili,  
nessuno effetto avranno su colui che è Equanime.  
La mente - immobile, totalmente liberata--  
concentrata sulla loro scomparsa.

*AN 6.63: Nibbedhika Sutta*  
*Profonda*

"Vado ad insegnarvi la spiegazione profonda del Dhamma.  
Ascoltate attentamente. Vado a parlare."

"Come volete, signore."- risposero i monaci.

Il Beato disse: "E qual è la spiegazione profonda del Dhamma?  
Bisogna conoscere la sensualità. Bisogna conoscere l'origine della  
sensualità. Bisogna conoscere la diversità nella sensualità. Bisogna  
conoscere il risultato della sensualità. Bisogna conoscere  
la cessazione della sensualità. Bisogna conoscere la via di pratica  
che conduce alla cessazione della sensualità.

Bisogna conoscere la sensazione. Bisogna conoscere l'origine  
della sensazione. Bisogna conoscere la diversità nella sensazio-

ne, bisogna conoscere il risultato della sensazione. Bisogna conoscere la cessazione della sensazione. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione della sensazione.

Bisogna conoscere la percezione. Bisogna conoscere l'origine della percezione. Bisogna conoscere la diversità nella percezione. Bisogna conoscere il risultato della percezione. Bisogna conoscere la cessazione della percezione. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione della percezione.

Bisogna conoscere gli influssi impuri (asava). Bisogna conoscere l'origine degli influssi impuri. Bisogna conoscere la diversità negli influssi impuri. Bisogna conoscere il risultato degli influssi impuri. Bisogna conoscere la cessazione degli influssi impuri. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione degli influssi impuri.

Bisogna conoscere il Kamma. Bisogna conoscere l'origine del Kamma. Bisogna conoscere la diversità nel Kamma. Bisogna conoscere il risultato del Kamma. Bisogna conoscere la cessazione del Kamma. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione del Kamma

Bisogna conoscere la sofferenza. Bisogna conoscere l'origine della sofferenza. Bisogna conoscere la diversità nella sofferenza. Bisogna conoscere il risultato della sofferenza. Bisogna conoscere la cessazione della sofferenza. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione della sofferenza

[1] 'Bisogna conoscere la sensualità. Bisogna conoscere l'origine della sensualità ... la diversità nella sensualità... il risultato della sensualità... la cessazione della sensualità.. la via di pratica che conduce alla cessazione della sensualità.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

Ci sono queste cinque corde della sensualità. Quali cinque? Le forme conoscibili attraverso l'occhio - piacevoli, affascinanti, avvincenti, desiderose, allettanti; i suoni conoscibili attraverso l'orecchio... gli aromi conoscibili attraverso il naso... i sapori conoscibili attraverso la lingua... le sensazioni tattili conoscibili attraverso il corpo - piacevoli, affascinanti, avvincenti, desiderose, allettanti. Ma non è là la sensualità. Nella disciplina delle nobili persone, si chiamano le corde della sensualità."

La concupiscenza è la sensualità di un uomo,  
non i sublimi piaceri sensuali  
che si trovano nel mondo.  
La concupiscenza è la sensualità di un uomo.  
Le bellezze restano come sono nel mondo,  
mentre i saggi, a questo riguardo,  
sottomettono il loro desiderio.

E qual è l'origine della sensualità? Il contatto è l'origine della sensualità.

E quale è la diversità nella sensualità? La sensualità rispetto alle forme è una cosa, la sensualità rispetto ai suoni ne è un'altra, la sensualità rispetto agli aromi ancora un'altra, la sensualità rispetto ai sapori ancora un'altra, la sensualità rispetto alle sensazioni tattili ancora un'altra. È ciò che si chiama la diversità nella sensualità.

E qual è il risultato della sensualità? La sensualità produce uno stato di esistenza condizionata, di merito o di demerito. È ciò che si chiama il risultato della sensualità.

E qual è la cessazione della sensualità? Dalla cessazione del contatto, deriva la cessazione della sensualità; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, retta risoluzione, retta parola, retta azione, retti mezzi di sostentamento, retto sforzo, retta attenzione,

retta concentrazione - che è la via che conduce alla cessazione della sensualità.

Quando un discepolo delle nobili persone discerne la sensualità in questo modo, la sua origine, la sua diversità, il suo risultato, la sua cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione della sensualità, discerne allora la vita santa come la cessazione della sensualità.

'Bisogna conoscere la sensualità. Bisogna conoscere l'origine della sensualità ... la diversità nella sensualità... il risultato della sensualità... la cessazione della sensualità.. la via di pratica che conduce alla cessazione della sensualità' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto.

[2] 'Bisogna conoscere la sensazione. Bisogna conoscere l'origine della sensazione ... la diversità nella sensazione... il risultato della sensazione... la cessazione della sensazione... la via di pratica che conduce alla cessazione della sensazione.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

Ci sono questi tre tipi di sensazione: una sensazione di piacere, una sensazione di dolore ed una sensazione neutra.

E qual è l'origine della sensazione ? Il contatto è l'origine della sensazione.

E qual è la diversità nella sensazione? C'è la sensazione di piacere attaccata alle esche del mondo. C'è la sensazione di piacere distaccata dalle esche del mondo. C'è la sensazione di dolore attaccata alle esche del mondo. C'è la sensazione di dolore distaccata dalle esche del mondo. C'è la sensazione neutra attaccata alle esche del mondo. C'è la sensazione neutra distaccata dalle esche del mondo. È ciò che si chiama la diversità nella sensazione.

E qual è il risultato della sensazione? Chi prova una sensazione produce uno stato di esistenza condizionato, di merito o di demerito. È ciò che si chiama il risultato della sensazione.

E qual è la cessazione della sensazione? Dalla cessazione del contatto deriva la cessazione della sensazione; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, ..... - che è la via che conduce alla cessazione della sensazione.

Quando un discepolo delle nobili persone discerne la sensazione in questo modo, la sua origine, la sua diversità, il suo risultato, la sua cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione della sensazione, discerne allora la vita santa come la cessazione della sensazione.

'Bisogna conoscere la sensazione. Bisogna conoscere l'origine della sensazione ... la diversità nella sensazione... il risultato della sensazione... la cessazione della sensazione.. la via di pratica che conduce alla cessazione della sensazione.' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto.

[3] Bisogna conoscere la percezione. Bisogna conoscere l'origine della percezione ... la diversità nella percezione... il risultato della percezione... la cessazione della percezione... la via di pratica che conduce alla cessazione della percezione.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

Ci sono questi sei tipi di percezione (fattori mentali): la percezione della forma, la percezione dei suoni, la percezione degli aromi, la percezione dei sapori, la percezione delle sensazioni tattili, la percezione degli oggetti mentali.

E qual è l'origine della percezione? Il contatto è l'origine della percezione.



E qual è la diversità nella percezione? La percezione rispetto alle forme è una cosa, la percezione rispetto ai suoni ne è un'altra, la percezione rispetto agli aromi ancora un'altra, la percezione rispetto ai sapori ancora un'altra, la percezione rispetto alle sensazioni tattili ancora un'altra, la percezione rispetto agli oggetti mentali ancora un'altra. È ciò che si chiama la diversità nella percezione.

E qual è il risultato della percezione? La percezione ha la valutazione per risultato, vi dico. Qualunque sia il modo con cui una persona percepisce qualche cosa, è così che la valuta: 'Ho questo tipo di percezione' Questo è ciò che si chiama il risultato della percezione.

E qual è la cessazione della percezione? Dalla cessazione del contatto deriva la cessazione della percezione; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, ..... - che è la via che conduce alla cessazione della percezione.

Quando un discepolo delle nobili persone discerne la percezione in questo modo, la sua origine, la sua diversità, il suo risultato, la sua cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione della percezione, discerne allora la vita santa come la cessazione della percezione.

Bisogna conoscere la percezione. Bisogna conoscere l'origine della percezione ... la diversità nella percezione... il risultato della percezione... la cessazione della percezione.. la via di pratica che conduce alla cessazione della percezione.' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto.

[4] Bisogna conoscere gli influssi impuri. Bisogna conoscere l'origine degli influssi impuri ... la diversità negli influssi impuri... il risultato degli influssi impuri... la cessazione degli influssi impuri... la via di pratica che conduce alla cessazione degli in-

flussi impuri.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

Ci sono questi tre tipi di influssi impuri: gli influssi impuri della sensualità, i influssi impuri del divenire, gli influssi impuri dell'ignoranza.

E qual è l'origine degli influssi impuri? L'ignoranza è l'origine degli influssi impuri.

E qual è la diversità negli influssi impuri? Ci sono gli influssi impuri che conducono all'inferno, altri che conducono all'utero animale, altri al piano degli spiriti famelici, altri al mondo degli uomini, altri al mondo dei deva. È ciò che si chiama la diversità negli influssi impuri.

E qual è il risultato degli influssi impuri? Chi è immerso nell'ignoranza produce uno stato di esistenza condizionato, di merito o di demerito. È ciò che si chiama il risultato degli influssi impuri.

E qual è la cessazione degli influssi impuri? Dalla cessazione dell'ignoranza deriva la cessazione degli influssi impuri; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, ..... - che è la via che conduce alla cessazione degli influssi impuri.

"Quando un discepolo delle nobili persone discerne gli influssi impuri in questo modo, la loro origine, la loro diversità, il loro risultato, la loro cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione degli influssi impuri, discerne allora la vita santa come la cessazione degli influssi impuri.

Bisogna conoscere gli influssi impuri. Bisogna conoscere l'origine degli influssi impuri ... la diversità negli influssi impuri... il risultato degli influssi impuri... la cessazione degli influssi impuri..

la via di pratica che conduce alla cessazione degli influssi impuri.' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto.

[5] "'Bisogna conoscere il Kamma. Bisogna conoscere l'origine del Kamma. Bisogna conoscere la diversità nel Kamma. Bisogna conoscere il risultato del Kamma. Bisogna conoscere la cessazione del Kamma. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione del Kamma' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

L'intenzione, vi dico, è il Kamma. Con l'intenzione, si crea del Kamma attraverso il corpo, la parola e la mente.

E qual è l'origine del Kamma ? Il contatto è l'origine del Kamma.

E qual è la diversità nel Kamma? C'è il Kamma che sarà vissuto nei reami infernali, il Kamma che sarà vissuto nel mondo degli animali, il Kamma che sarà vissuto nel piano degli spiriti famelici, il Kamma che sarà vissuto nel mondo degli uomini, il Kamma che sarà vissuto nel mondo dei deva. È ciò che si chiama la diversità nel Kamma.

E qual è il risultato del Kamma? Il risultato del Kamma è di tre tipi, vi dico: quello che nasce nel Qui ed Ora, quello che nasce durante questa vita e quello che nasce nelle vite future. È ciò che si chiama il risultato del Kamma.

E qual è la cessazione del Kamma? Dalla cessazione del contatto deriva la cessazione del Kamma; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, ..... - che è la via di pratica che conduce alla cessazione del Kamma.

Quando un discepolo delle nobili persone discerne il Kamma in questo modo, la sua origine, la sua diversità, il suo risultato, la sua cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione del

Kamma, discerne allora la vita santa come la cessazione del Kamma.

Bisogna conoscere il Kamma. Bisogna conoscere l'origine del Kamma ... la diversità nel Kamma... il risultato del Kamma... la cessazione del Kamma.. la via di pratica che conduce alla cessazione del Kamma.' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto.

[6] Bisogna conoscere la sofferenza. Bisogna conoscere l'origine della sofferenza. Bisogna conoscere la diversità nella sofferenza. Bisogna conoscere il risultato della sofferenza. Bisogna conoscere la cessazione della sofferenza. Bisogna conoscere la via di pratica che conduce alla cessazione della sofferenza.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto?

La nascita è dolore, la vecchiaia è dolore, la morte è dolore; la tristezza, i lamenti, le pene, l'angoscia e la disperazione sono dolore; legarsi a ciò che non si ama è dolore, la separazione da ciò che si ama è dolore, non ottenere ciò che si desidera è dolore. In breve, i cinque aggregati dell'attaccamento sono dolore.

E qual è l'origine della sofferenza? La brama è l'origine della la sofferenza.

E qual è la diversità nella sofferenza? Vi è la sofferenza maggiore e quella minore, quella che si dissipa lentamente e quella che si dissipa velocemente. È ciò che si chiama la diversità nella sofferenza.

E qual è il risultato della sofferenza? Quando una persona prostrata dal dolore, la mente esausta, si lamenta, piange, si dispera e diventa confusa. O una persona prostrata dal dolore, la mente esausta, viene a cercare aiuto: 'Chi conosce un modo per fermare questo dolore'? Vi dico, monaci, la sofferenza risulta sia nella

confusione sia nella ricerca. È ciò che si chiama il risultato della sofferenza.

E qual è la cessazione della sofferenza? Dalla cessazione della brama deriva la cessazione della sofferenza; ed è il nobile ottuplice sentiero - retta visione, ..... - che è la via di pratica che conduce alla cessazione della sofferenza.

Quando un discepolo delle nobili persone discerne la sofferenza in questo modo, la sua origine, la sua diversità, il suo risultato, la sua cessazione e la via di pratica che conduce alla cessazione della sofferenza, discerne allora la vita santa come la cessazione della sofferenza.

Bisogna conoscere la sofferenza. Bisogna conoscere l'origine della sofferenza ... la diversità nella sofferenza... il risultato della sofferenza... la cessazione della sofferenza... la via di pratica che conduce alla cessazione della sofferenza.' Così è stato detto, e in riferimento a ciò che questo fu detto. E questa è la spiegazione profonda del Dhamma."

*AN 6.85: Siti Sutta*  
*Stato di calma*

"Un monaco dotato di sei qualità è incapace di rendersi conto dell'insuperato stato di calma. Quali sei? Quando un monaco non controlla la sua mente quando dovrebbe essere controllata. Non addestra la sua mente quando dovrebbe essere addestrata. Non allietta la sua mente quando dovrebbe essere allietata. Non osserva la sua mente quando dovrebbe essere osservata. E' intenso su ciò che è modesto. E si diletta nell'identità del sé. Un monaco dotato di queste sei qualità è incapace di rendersi conto dell'insuperato stato di calma.

Un monaco dotato di sei qualità è capace di rendersi conto dell'insuperato stato di calma. Quali sei? Quando un monaco controlla la sua mente quando dovrebbe essere controllata. Addestra la sua mente quando dovrebbe essere addestrata. Allieta la sua mente quando dovrebbe essere allietata. Osserva la sua mente quando dovrebbe essere osservata. E' intenso su ciò che è sublime. E si diletta nell'illuminazione. Un monaco dotato di queste sei qualità è capace di rendersi conto dell'insuperato stato di calma."

*AN 6.86: Avaranata Sutta*  
*Ostacoli*

"Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma. Quali sei?

Possiede un [presente] ostacolo del kamma, un ostacolo degli influssi impuri, un risultato dovuto a ostacoli di passati kamma; gli manca la fede, non ha desiderio [di ascoltare], e poca conoscenza.

Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma. Quali sei?

Possiede un [presente] ostacolo del kamma, un ostacolo degli influssi impuri, un risultato dovuto a ostacoli di passati kamma; ha fede, ha il desiderio [di ascoltare], ed è sul sentiero della chiara conoscenza.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma."

*AN 6.87: Kammavaranata Sutta  
Ostacoli del Kamma*

"Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma. Quali sei?

Ha ucciso sua madre; ha ucciso suo padre; ha ucciso un arahant; ha, con intenzione corrotta, causato il fluire del sangue di un Tathagata; ha provocato una divisione nel Sangha; o è una persona di poca conoscenza, lento e ostinato.

Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma. Quali sei?

Non ha ucciso sua madre; non ha ucciso suo padre; non ha ucciso un arahant; non ha, con intenzione corrotta, causato il fluire del sangue di un Tathagata; non ha provocato una divisione nel Sangha; ed è una persona perspicace, non lento od ottusa.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma."

*AN 6.88: Sussusa Sutta*  
*Ascoltare bene*

"Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma. Quali sei?

Quando la Dottrina e la Disciplina dichiarate dal Tathagata vengono insegnate, non ascolta bene, non presta orecchio, non applica la sua mente alla conoscenza, apprende solo ciò che è indegno, rifiuta quello che vale la pena, e non è dotato della pazienza per adattarsi all'insegnamento.

Dotato di queste sei qualità, una persona è incapace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive quando ascolta il vero Dhamma.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza delle qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma. Quali sei?



Quando la Dottrina e la Disciplina dichiarate dal Tathagata vengono insegnate, ascolta bene, presta orecchio, applica la sua mente alla conoscenza, rifiuta quello che è indegno, apprende quello che vale la pena, ed è dotato della pazienza per adattarsi all'insegnamento.

Dotato di queste sei qualità, una persona è capace di sviluppare la correttezza di qualità mentali positive mentre ascolta il vero Dhamma."

*AN 6.97: Anisansa Sutta  
Ricompense*

"Monaci, ci sono queste sei ricompense nel rendersi conto dei frutti di 'entrare nella corrente'. Quali sei? Si è sicuri del vero Dhamma. Non si è soggetti a nuove nascite. Non c'è sofferenza su ciò che ha avuto un limite su di lui. [*Pariyanta-katassa na dukkham hoti: In altre parole, uno non ha rammarico nel fatto che sperimenterà delle rinascite solamente in un numero limitato, e un limite è stato messo sull'ammontare della sofferenza di uno che ancora è soggetto a qualche nascita (vedi SN 13.1-2, 8). Questa asserzione contrattacca la nozione, qualche volta espressa dai concili buddhisti, che una persona può "essere conficcata" nella sua liberazione o nella sua volontà, o che è probabile che una persona risvegliata si penta, ponendo fine al samsara.] E' dotato di conoscenza non comune. [secondo il Commentario, conoscenza non comune è conoscenza nella quale persone non risvegliate non hanno azione.]*

Vede esattamente una causa, insieme ai fenomeni casualmente originati. Queste sono le sei ricompense nel rendersi conto dei frutti di 'entrare nella corrente'."

*AN 6.102: Anodhi Sutta*  
*Senza residuo*

"Nel vedere sei ricompense, c'è abbastanza motivazione per un monaco per stabilire la percezione dell'impermanenza riguardo a tutte le produzioni karmiche senza residuo. Quali sei? 'Tutte le produzioni karmiche saranno impermanenti. La mia mente non si diletterà in nessun mondo. La mia mente nascerà in un mondo oltre. Il mio cuore sarà propenso all'Illuminazione. I miei vincoli saranno abbandonati. Sarò dotato delle qualità della vita ascetica.' Nel vedere queste sei ricompense, c'è abbastanza per un monaco per stabilire la percezione l'impermanenza riguardo a tutte le produzioni karmiche senza residuo."

*AN 6.103: Anodhi Sutta*  
*Senza residuo (2)*

"Nel vedere sei ricompense, c'è abbastanza motivazione per un monaco per stabilire la percezione di dolore riguardo a tutte le produzioni karmiche senza residuo. Quali sei? 'La percezione del disincanto sarà stabilita all'interno di me riguardo a tutte le produzioni karmiche, come un assassino armato di spada. La mia mente sorgerà sopra ogni mondo. Io diverrò colui che vede la pace nell'Illuminazione. Le mie inclinazioni verso il mondo saranno distrutte. Sarò colui che ha completato il suo compito. Il Maestro sarà stato servito con buona volontà.'

Nel vedere queste sei ricompense, c'è abbastanza motivazione per un monaco per stabilire la percezione di dolore riguardo a tutte le produzioni karmiche senza residuo."

*AN 6.104: Anodhi Sutta*  
*Senza residuo (3)*

"Nel vedere sei ricompense, c'è abbastanza motivazione per un monaco per stabilire la percezione del non-sé riguardo ad ogni fenomeno. Quali sei? 'Io non sarò legato a qualche mondo. La mia Io-creazione si sarà fermata. La mia Mio-creazione si sarà fermata. Io sarò dotato di conoscenza non comune [*secondo il Commentario, conoscenza non comune è conoscenza nella quale persone non risvegliate non hanno azione.*] Diverrò colui che vede l'origine, di ogni fenomeno.

Nel vedere queste sei ricompense, c'è abbastanza motivazione per un monaco per stabilire la percezione del non-sé riguardo ad ogni fenomeno."

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

## LIBRO DEI SETTE

*AN 7.6: Dhana Sutta*  
*Un tesoro*

"Monaci, si hanno questi sette tesori. Quali sette? Il tesoro della fede, il tesoro della virtù, il tesoro della coscienza, il tesoro della colpa, il tesoro dell'ascolto, il tesoro della generosità, il tesoro della conoscenza.

E qual è il tesoro della fede? Quando un discepolo delle nobili persone possiede la fede, è convinto del risveglio del Tathâgata: 'Il Beato è degno e perfettamente risvegliato, compiuto in conoscenza e comportamento, Sugata, esperto del mondo, senza pari, Maestro di esseri divini ed umani, Sublime, Benedetto.' È ciò che si chiama il tesoro della convinzione.

E qual è il tesoro della virtù? Quando un discepolo delle nobili persone si astiene dall'uccidere, si astiene dal rubare, si astiene dal comportamento sessuale illecito, si astiene dal mentire, si astiene dal prendere sostanze o bevande intossicanti che causano ebbrezza. Questo, monaci, è ciò che si chiama il tesoro della virtù.

E qual è il tesoro della coscienza? Quando un discepolo delle nobili persone prova vergogna [all'idea di dedicarsi a] cattiva condotta fisica, cattiva condotta verbale, cattiva condotta mentale. È ciò che si chiama il tesoro della coscienza.

E qual è il tesoro della colpa? Quando un discepolo delle nobili persone prova della colpa per [la sofferenza causata da] cattiva condotta fisica, da cattiva condotta verbale, da cattiva condotta mentale. È ciò che si chiama il tesoro della colpa.

E qual è il tesoro dell'ascolto? Quando un discepolo delle nobili persone ha ascoltato molto, ha memorizzato ciò che ha sentito, ha memorizzato ciò che ha sentito. Qualunque siano gli insegnamenti che sono ammirevoli dall'inizio, ammirevoli nel mezzo, ammirevoli alla fine, e proclamano la vita santa, totalmente completa e pura: egli li possiede per averli ascoltati spesso, trattenuti, discussi, accumulati, esaminati con la sua mente, e profondamente esaminati. È ciò che si chiama il tesoro dell'ascolto.

E qual è il tesoro della generosità? Quando un discepolo delle nobili persone, un seguace laico, con la sua coscienza purificata dalla macchia dell'avarizia, è generoso, magnanimo, pronto ad offrire ed a distribuire elemosine. È ciò che si chiama il tesoro della generosità.

"E qual è il tesoro della conoscenza? Quando un discepolo delle nobili persone è dotato di conoscenza, è dotato della conoscenza del nascere e del morire dei fenomeni - nobile, penetrante, che conduce alla fine del dolore. È ciò che si chiama il tesoro della conoscenza. Questi, monaci, sono i sette tesori.

Il tesoro della fede,  
il tesoro della virtù,  
il tesoro della coscienza, quello della colpa,  
il tesoro dell'ascolto, quello della generosità,  
e quello della conoscenza che è il settimo.  
Chiunque, uomo o donna, possiede questi tesori  
si dice non essere povero, e non è vissuto invano.  
Dunque la fede e la virtù, la fiducia e la visione del Dhamma  
dovrebbero essere coltivate dai saggi,  
ricordandosi degli insegnamenti del Buddha.

*AN 7.7: Ugga Sutta*  
*Ad Ugga*

Ugga, il capo dei ministri del re si recò dal Beato e, appena giunto, lo salutò con rispetto e si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato: "Signore, come è prospero Migara Rohaneyya, come sono grandi i suoi tesori, come sono grandi le sue risorse! "

[Il Buddha:] "Ma qual è la sua proprietà, Ugga? Quali sono i suoi grandi tesori e le sue grandi risorse?"

"Centomila pezzi d'oro, signore, per non dire del suo argento."

"Quello è un tesoro, Ugga. Non dico che non lo sia. Ma quel tesoro è soggetto al fuoco, ad inondazioni, a re, a ladri ed ad eredi odiosi. Ma questi sette tesori non sono soggetti al fuoco, ad inondazioni, a re, a ladri o ad eredi odiosi. Quali sette? Il tesoro della fede, il tesoro della virtù, il tesoro della coscienza, il tesoro della colpa, il tesoro dell'ascolto, il tesoro della generosità, il tesoro della conoscenza. Questi, Ugga sono i sette tesori che non sono soggetti al fuoco, ad inondazioni, a re, a ladri o ad eredi odiosi."

Il tesoro della fede,  
il tesoro della virtù,  
il tesoro della coscienza e della colpa.  
Il tesoro dell'ascolto, della generosità  
e della conoscenza come settimo tesoro.  
Chiunque, uomo o donna , possiede questi tesori,  
ha il grande tesoro nel mondo  
che nessuno essere, umani o divini, può eccellere.  
Quindi la fede e la virtù, la fiducia e il Dhamma  
dovrebbero essere coltivati dal saggio,  
ricordando l'insegnamento del Buddha.

AN 7.11: Anusaya Sutta  
Ossessioni

*[Questo termine - anusaya - è tradotto come "tendenza fondamentale" o "tendenza latente" di solito. Queste traduzioni sono basate sull'etimologia del termine che letteralmente vuol dire "giacere con." Comunque, in uso attuale, il verbo relativo (anuseti) vuol dire essere ossessionato con qualche cosa o aver un inclinazione per.]*

"Monaci, ci sono queste sette ossessioni. Quali sette?"

- (1) l'ossessione dell'esistenza.
- (2) l'ossessione degli oggetti del desiderio.
- (3) l'ossessione all'ostilità.
- (4) l'ossessione dell'orgoglio.
- (5) l'ossessione dell'ignoranza.
- (6) l'ossessione delle false teorie.
- (7) l'ossessione del dubbio.

Queste sono le sette ossessioni."



*AN 7.12: Anusaya Sutta*  
*Ossessioni (2)*

"Monaci, con l'abbandono e la distruzione delle sette ossessioni, la vita santa è adempiuta. Quali sette? L'ossessione degli oggetti del desiderio, l'ossessione dell'ostilità, l'ossessione delle falsi teorie, l'ossessione del dubbio, l'ossessione dell'orgoglio, l'ossessione dell'esistenza, l'ossessione dell'ignoranza. Con l'abbandono e la distruzione di queste sette ossessioni, la vita santa è adempiuta.

Quando, per un monaco, l'ossessione degli oggetti del desiderio è stata abbandonata, la sua radice distrutta, come un albero di palme sradicato, privata delle condizioni di esistenza, non destinata per future nascite; quando, per lui, l'ossessione dell'ostilità... l'ossessione delle false teorie... l'ossessione del dubbio... l'ossessione dell'orgoglio... l'ossessione dell'esistenza... l'ossessione dell'ignoranza sono stata abbandonate, la loro radice distrutta, come un albero di palme sradicato, private delle condizioni di esistenza, non destinate per future nascite: costui è chiamato un monaco che ha reciso la brama, ha rotto la catena ed ha posto fine alla sofferenza ed al dolore."

*AN 7.21: Bhikkhu-aparihanīya Sutta*  
*Le condizioni per non avere declino fra i monaci*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Rajagaha, sul Picco dell'Avvoltoio. Là si rivolse i monaci: "Monaci, vi inse-

gnerò le sette condizioni che conducono a nessun declino. Ascoltate e prestate attenzione. Vado a parlare."

"Sì, signore.", i monaci risposero.

Il Beato disse: "E quali sono le sette condizioni che non conducono al declino?"

[1] Finché i monaci spesso si incontrano, con buoni rapporti, ci si può aspettare una loro crescita, non il loro declino.

[2] Finché i monaci si incontrano in armonia, durante le loro riunioni, e conducono gli affari del Sangha in armonia, ci si può aspettare una loro crescita, non il loro declino.

[3] Finché i monaci non decretano ciò che non è stato decretato né abrogano ciò che è stato decretato, ma sviluppano la pratica come gli è stata insegnata, ci si può aspettare una loro crescita, non il loro declino.

[4] Finché i monaci onorano, rispettano, venerano e fanno omaggio ai monaci più anziani - i padri del Sangha - ascoltandoli, ci si può aspettare una loro crescita, non il loro declino.

[5] Finché i monaci non si sottomettono al potere della brama che conduce ad un continuo divenire, ci si può .....

[6] Finché i monaci vedono il loro beneficio nella rinuncia, ci si può.....

[7] Finché i monaci ricordano fermamente: 'Se ci sono seguaci della vita casta che devono ancora venire, che vengano; e posso-no questi seguaci vivere in conforto', ci si può .....

Finché i monaci rimangono costanti in queste sette condizioni, e finché queste sette condizioni esistono fra i monaci, ci sarà una

loro crescita, non un loro declino."

*AN 7.35: Mitta Sutta*  
*Un amico*

"Monaci, un amico deve essere dotato di sette qualità. Quali sette? Dà quando è difficile dare. Agisce quando è difficile agire. Sopporta quando è difficile sopportare. Vi rivela i suoi segreti. Custodisce i vostri segreti. Quando la sfortuna vi colpisce, non vi abbandona. Quando siete depressi e tristi, non vi guarda con disprezzo. Un amico dotato di queste sette qualità vale."

Dà ciò che è bello,  
difficile a dare,  
fa quello che è difficile fare,  
sopporta parole dolorose ed offensive.  
Vi dice i suoi segreti,  
custodisce i vostri segreti.  
Quando le sfortune vi colpiscono,  
non vi abbandona;  
quando siete depressi e tristi,  
non vi disprezza.  
Una persona che possiede queste qualità,  
è un amico da coltivare  
da chiunque vuole un amico.

*AN 7.46: Sañña Sutta*  
*Percezioni*

"Monaci, queste sette percezioni quando sviluppate e perseguite, sono di grande frutto, di grande beneficio. Esse guadagnano un appiglio nell'Immortale, hanno l'Immortale come loro meta finale. Quali sette? La percezione di ripugnanza, la percezione della

morte, la percezione della ripugnanza al cibo, la percezione del disgusto per ogni mondo, la percezione dell'impermanenza, la percezione del dolore in ciò che è impermanente, la percezione del non-sé in ciò che è doloroso.

[1] 'La percezione di ripugnanza, quando sviluppata e perseguita, è di grande frutto, di grande beneficio. Guadagna un appiglio nell'Immortale, ha l'Immortale come sua meta finale': Così è stato detto. In riferimento a cosa?

Quando la consapevolezza di un monaco dimora spesso nella percezione di ripugnanza, la sua mente si allontana dal pensiero dell'atto sessuale e non è attratta, e sia l'equanimità sia la ripugnanza diventano dominanti. .... Se la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione di ripugnanza, ma la sua mente non si allontana dal pensiero dell'atto sessuale, o se l'attrazione diviene dominante, dovrebbe comprendere: 'Io non ho sviluppato la percezione di ripugnanza; non c'è avanzamento; Io non sono arrivato al frutto [mentale] dello sviluppo.' In questo modo egli è presente mentalmente. Se la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione di ripugnanza, la sua mente si allontana dal pensiero dell'atto sessuale e non è attratta, e sia l'equanimità sia la ripugnanza diventano dominanti, dovrebbe comprendere: 'Io ho sviluppato la percezione di ripugnanza; c'è avanzamento; Io sono arrivato al frutto [mentale] dello sviluppo.' In questo modo egli è presente mentalmente.

'La percezione di ripugnanza, quando sviluppata e perseguita, è di grande frutto, di grande beneficio. ....Così è stato detto.

[2] 'La percezione della morte, quando .....

Quando la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione della morte, la sua mente si allontana dal fervore per la vita, .....

[3] "La percezione della ripugnanza al cibo, .....

"Quando la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione della ripugnanza al cibo, la sua mente si allontana dal bramare.....

[4] 'La percezione di disgusto per ogni mondo, quando .....

Quando la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione del disgusto per ogni mondo, la sua mente si allontana dai desideri mondani, .....

[5] 'La percezione dell'impermanenza, quando .....

Quando la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione dell'impermanenza, la sua mente si allontana da guadagni, offerte e fama, .....

[6] 'La percezione del dolore in ciò che è impermanente, quando ... .

Quando la consapevolezza di un monaco dimora nella percezione del dolore in ciò che è impermanente, una percezione di pericolo e paura è stabilita in lui attraverso l'ozio, l'indolenza, la pigrizia, il torpore e la mancanza di riflessione, come se ci fosse un assassino con una spada sguainata. Se la consapevolezza di un monaco dimora spesso nella percezione del dolore in ciò che è impermanente.....

.....

[7] 'La percezione del non-sé in ciò che è doloroso, quando .....

Quando la consapevolezza di un monaco resta nella percezione del non-sé in ciò che è doloroso, la sua mente è priva dell'Io-creazione e del Mio-sé riguardo ad ogni fenomeno sia fisico che

mentale, egli ha trasceso l'orgoglio, è in uno stato di pace ed è libero.

'La percezione del non-sé in ciò che è doloroso, quando sviluppata e perseguita, è di grande frutto, di grande beneficio. Guadagna un appiglio nell'Immortale, ha l'Immortale come sua meta finale': Così è stato detto.

Monaci, queste sette percezioni quando sviluppate e perseguite, sono di grande frutto, di grande beneficio. Esse guadagnano un appiglio nell'Immortale, hanno l'Immortale come loro meta finale."

*AN 7.49: Dana Sutta*  
*Donare*

*[Questo discorso discute delle motivazioni che si potrebbero avere per essere generosi ed elenca per ordine ascendente i risultati che possono condurre differenti motivazioni. Il Commento nota che la motivazione più alta, pura per le bassi motivazioni e conduce al non ritorno, richiede un certo livello di padronanza della concentrazione e della visione profonda per essere l'autentica motivazione a donare.]*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Campa, sulle rive del lago di Gaggara. Allora un gran numero di discepoli laici di Campa vennero a trovare il Ven. Sariputta e, al loro arrivo, essendosi inchinati davanti a lui, si sedettero da un lato. Una volta seduti là, dissero al Ven. Sariputta: "Molto tempo fa, venerabile signore, abbiamo avuto l'opportunità di sentire un discorso del Dhamma in presenza del Beato. Sarebbe bene sentire un discorso del Dhamma in presenza del Beato."

"Allora in questo caso, miei amici, ritornate il prossimo giorno dell'Uposatha, così potrete sentire un discorso del Dhamma in presenza del Beato."

"Come volete, venerabile signore.", dissero i discepoli laici di Campa al Ven. Sariputta. Si alzarono dalle loro sedi, e dopo averlo salutato con rispetto - custodendolo alla loro destra - partirono.

Allora, il giorno seguente dell'Uposatha, i discepoli laici di Campa andarono a trovare il Ven. Sariputta e, al loro arrivo, dopo averlo salutato con rispetto, si tennero in piedi da un lato. Quindi il Ven. Sariputta e i discepoli laici di Campa, si recarono dal Beato e dopo averlo salutato con riverenza, si sedettero ad un lato. Una volta seduti, il Ven. Sariputta disse al Beato: "Come mai una persona fa un dono di un certo tipo e questo dono non porta grande frutto né grande beneficio, mentre un'altra persona fa un dono dello stesso tipo e porta grande frutto e grande beneficio"?

"Sì, Sariputta, una persona fa un dono di un certo tipo e questo dono non porta grande frutto né grande beneficio, mentre un'altra persona fa un dono dello stesso tipo e porta grande frutto e grande beneficio."

"Signore, qual è la causa, qual è la ragione per cui una persona fa un dono di un certo tipo e questo dono non porta grande frutto né grande beneficio, mentre un'altra persona fa un dono dello stesso tipo e porta grande frutto e grande beneficio?"

"Sariputta, quando una persona fa un dono ricercando il proprio profitto, con una mente attaccata [alla ricompensa], pensando: 'Approfitterò di questo dopo la morte.' Quindi fa il suo dono - cibo, bevande, vestiti, un veicolo; una ghirlanda, un profumo e dell'unguento; un riparo ed una lampada - ad un bramano o ad un

asceta. Che cosa pensi, Sariputta? Una persona potrebbe fare un dono come questo?"

"Sì, signore."

Avendo fatto questo dono ricercando il proprio profitto - con una mente attaccata [alla ricompensa], pensando: 'Approfitterò di questo dopo la morte'-- alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia dei Quattro Grandi Re. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.

"Quando una persona fa un dono senza ricercare il proprio profitto, con una mente attaccata [alla ricompensa], senza pensare: 'Approfitterò di questo dopo la morte.' Ma fa un dono pensando: 'Donare è bene.' Quindi fa il suo dono - cibo, bevande, vestiti, un veicolo; una ghirlanda, un profumo e dell'unguento; un riparo ed una lampada - ad un bramano o ad un asceta. Che cosa pensi, Sariputta? Una persona potrebbe fare un dono come questo?"

"Sì, signore."

"Avendo fatto questo dono pensando: 'Donare è bene', alla dissoluzione, dopo la morte, rinasce in compagnia dei Trentatré Deva. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.

O, al posto di pensare, 'Donare è bene', fa un dono pensando: 'Questo fu dato in passato, fatto in passato da mio padre e da mio nonno. Non sarebbe corretto da parte mia lasciare questa antica tradizione familiare'... alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia dei Deva delle Ore. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.



Oppure... fa un dono pensando: 'Sono ricco. Quelli non lo sono. Non sarebbe corretto da parte mia, essendo ricco, di non fare un dono a quelli che non lo sono... alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia dei Deva sazi. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.

Oppure... fa un dono pensando: 'Come ci furono i grandi sacrifici dei saggi del passato - Attaqua, Vamaka, Vamadeva, Vessamitta, Yamataggi, Angirasa, Bharadvaja, Vasettha, Kassapa, e Bhagu - allo stesso modo questa sarà la mia distribuzione dei doni'... alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia dei deva che partecipano alla creazione. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.

Oppure... fa un dono pensando: 'Questo mio dono rende la mente serena. Soddifazione e gioia sorgono'... alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia dei deva che hanno potere sulle creazioni degli altri. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità, rinasce spirito per ritornare in questo mondo.

Oppure senza pensare: 'Questo mio dono rende la mente serena. Soddifazione e gioia sorgono', fa un dono pensando: 'Questo è un ornamento per la mente, un sostegno per la mente'. Quindi fa il suo dono - cibo, bevande, vestiti, un veicolo; una ghirlanda, un profumo e dell'unguento; un riparo ed una lampada - ad un brahmano o ad un asceta. Che cosa pensi, Sariputta? Una persona potrebbe fare un dono come questo?"

"Sì, signore."

"Avendo donato, senza ricercare il proprio profitto, senza avere la mente attaccata [alla ricompensa], senza pensare: 'Approfitterò di questo dopo la morte' -

--né pensando : 'Dare è bene',

--né pensando: 'Questo fu dato in passato, fatto in passato da mio padre e da mio nonno. Non sarebbe corretto da parte mia lasciare questa antica tradizione familiare'

--né pensando: 'Sono ricco. Quelli non lo sono. Non sarebbe corretto da parte mia, essendo ricco, di non fare un dono a quelli che non lo sono.'

- né pensando: 'Come ci furono i grandi sacrifici dei saggi del passato - Attaqua, Vamaka, Vamadeva, Vessamitta, Yamataggi, Angirasa, Bharadvaja, Vasettha, Kassapa, e Bhagu - allo stesso modo questa sarà la mia distribuzione dei doni'

--né pensando: 'Questo mio dono rende la mente serena. Soddisfazione e gioia sorgono'

--ma pensando: 'Questo è un ornamento per la mente, un sostegno per la mente'-- alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinasce in compagnia del seguito di Brahma. Allora, dopo aver esaurito quest'azione, questo potere, questo stato, questa sovranità non ritorna in questo mondo.

Questa, Sariputta, è la causa, questa è la ragione per la cui una persona fa un dono di un certo tipo e questo dono non porta grande frutto né grande beneficio, mentre un'altra persona fa un dono dello stesso tipo e porta grande frutto e grande beneficio."

*AN 7.51: Avyakata Sutta*  
*Ciò che non è stato rivelato*

Un monaco andò dal Beato ed ivi giunto, lo salutò con riverenza e si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato: "Signore, qual è la

causa, qual è la ragione per cui il dubbio non sorge in un discepolo istruito dai nobili sulle questioni di ciò che non è stato rivelato?"

"Attraverso la cessazione delle false teorie, monaco, il dubbio non sorge in un discepolo istruito dai nobili sulle questioni del non dichiarato. La teoria: 'Il Tathagata esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata esiste e non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata né esiste né non esiste dopo la morte': La persona ordinaria non istruita non discerne la teoria, l'origine della teoria, la cessazione della teoria, il percorso di pratica che conduce alla cessazione della teoria, e così per lui la teoria cresce. Egli non è liberato da nascita, vecchiaia e morte; da dolori, lamentazioni, pene, angosce e disperazioni. Egli non è liberato, ti dico, dal dolore e dalla sofferenza. Ma il discepolo istruito dai nobili discerne la teoria, l'origine della teoria, la cessazione della teoria, il percorso di pratica che conduce alla cessazione della teoria, e così per lui la teoria cessa. Egli è liberato da nascita, vecchiaia e morte; da dolori, lamentazioni, pene, angosce, e disperazioni. Egli è liberato, ti dico, dal dolore e dalla sofferenza.

Sapendo così, vedendo così, il discepolo istruito dai nobili non dichiara che 'Il Tathagata esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata esiste e non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata né esiste né non esiste dopo la morte.' Sapendo così, vedendo così, per natura non dichiara le questioni di ciò che non è stato rivelato. Sapendo così, vedendo così, non è preoccupato, non trema, non rabbrivisce sulle questioni di ciò che non è stato rivelato..

'Il Tathagata esiste dopo la morte' - questa ardente teoria, questa percettiva teoria, questo prodotto del concepire, questo prodotto dell'elaborazione, questa teoria insaziabile: E' angoscia. ["angoscia" qui si traduce vippatisara - "rimorso" o "rammarico". Il sentimento di vippatisara si riferisce qui a preoccupazioni sul futuro

e non rammarico del passato.] 'Il Tathagata non esiste dopo la morte': E' angoscia. 'Il Tathagata esiste e non esiste dopo la morte': E' angoscia. 'Il Tathagata né esiste né non esiste dopo la morte': è angoscia.[ L'angoscia allude in questo passaggio alla paura che il Risveglio comporterebbe una fine all'esistenza.]

La persona ordinaria non istruita non discerne l'angoscia, l'origine dell'angoscia, la cessazione dell'angoscia, il percorso di pratica che conduce alla cessazione dell'angoscia, e così per lui l'angoscia cresce. Egli non è liberato da nascita, vecchiaia e morte; da dolori, lamentazioni, pene, angosce e disperazioni. Egli non è liberato, ti dico, dal dolore e dalla sofferenza. Ma il discepolo istruito dai nobili discerne l'angoscia, l'origine dell'angoscia, la cessazione dell'angoscia, il percorso di pratica che conduce alla cessazione dell'angoscia, e così per lui l'angoscia cessa. Egli è liberato da nascita, vecchiaia e morte; da dolori, lamentazioni, pene, angosce e disperazioni. Egli è liberato, ti dico, dal dolore e dalla sofferenza.

Sapendo così, vedendo così, il discepolo istruito dai nobili non dichiara che 'Il Tathagata esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata esiste e non esiste dopo la morte', o 'Il Tathagata né esiste né non esiste dopo la morte.' Sapendo così, vedendo così, per natura non dichiara le questioni su ciò che non è stato rivelato. Sapendo così, vedendo così, non è preoccupato, non trema, non rabbrivisce sulle questioni di ciò che non è stato rivelato."

*AN 7.56: Kimila Sutta*  
*A Kimila*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Kimila, nel Boschetto di Bambù. Quindi il Ven. Kimila si recò dal Beato e, appena giunto, lo salutò con reverenza e si sedette ad un lato. Poi

disse al Beato: "Qual è la causa, signore, qual è la ragione per cui, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero (*è entrato nel Nibbana totale*), il vero Dhamma non dura molto tempo?"

"Kimila, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero, i monaci, le monache, i laici e le laiche vivono senza rispetto, senza deferenza per il Maestro; vivono senza rispetto, senza deferenza per il Dhamma...per il Sangha... per la Pratica... per la concentrazione...per l'attenzione; vivono senza rispetto, senza deferenza per l'ospitalità. Questa è la causa, questa è la ragione per cui, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero, il vero Dhamma non dura molto tempo."

"E qual è la causa, qual è la ragione per cui, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero, il vero Dhamma dura per molto tempo?"

"Kimila, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero, i monaci, le monache, i laici e le laiche vivono con rispetto, con deferenza per il Maestro; vivono con rispetto, con deferenza per il Dhamma... per il Sangha...per la Pratica... per la concentrazione... per l'attenzione; vivono con rispetto, con deferenza per l'ospitalità. Questa è la causa, questa è la ragione per cui, quando un Tathagata è divenuto totalmente libero, il vero Dhamma dura per molto tempo."

*AN 7.58: Capala Sutta*  
*Sonnolenza*

Una volta il Beato soggiornava presso i Bhagga nel Parco del Cervo al boschetto di Bhesakala, nei pressi della Tana del Coccodrillo. In quel tempo il Ven. Maha Moggallana [prima del suo risveglio] sedeva sonnecchiando nei pressi del villaggio di Kallavalaputta, nel Magadha. Il Beato, attraverso il sovrumano puro



potrai liberarti della sonnolenza.

Ma anche facendo in questo modo non riesci ad allontanare la sonnolenza, allora – reclinato sul lato destro – assumi la posizione del leone, un piede sull'altro, mentalmente presente, vigile ed attento. Appena sveglio, alzati con questo pensiero: “Non dimorerò nel piacere del riposo, nel piacere di stare coricato, nel piacere della sonnolenza.” Così devi esercitarti. Inoltre, Moggallana, così dovresti esercitarti: “Non renderò visita a famiglie pieno d'orgoglio.” Così dovresti esercitarti. Non renderò visita a famiglie oberate di lavoro, perché non hanno tempo di occuparsi di un monaco. Se un monaco li rende visita pieno d'orgoglio, penserà: “Chi mi ha allontanato da questa famiglia? Costoro non provano simpatia nei mie confronti.” Non ottenendo niente, egli rimane perplesso. Perplesso, si agita. Agitato, allontana la sua mente dalla concentrazione. Inoltre, Moggallana, così dovresti esercitarti: “Non inizierò nessuna discussione.” Così dovresti esercitarti. Quando vi è discussione, vi è agitazione. Se si è agitati, si allontana la mente dalla concentrazione.

Non è il caso, Moggallana, di elogiare ogni tipo di compagnia. Ma non è neanche il caso di disprezzare ogni tipo di compagnia. Io non elogio la compagnia di capifamiglia e di seguaci laici. Io elogio la compagnia di luoghi silenziosi, solitari, isolati, senza la presenza di altri esseri umani.”

Dopo queste parole, il Ven. Moggallana chiese al Beato: “Brevemente, signore, come un monaco è totalmente liberato dalla brama, totalmente libero da legami, un seguace della vita santa, totalmente perfetto: primo tra esseri umani e divini?” “Moggallana, quando un monaco ha sentito: “Ogni fenomeno non è degno di attaccamento.” Avendo sentito che tutti i fenomeni non sono degni di attaccamento, è consapevole del tutto. Essendo consapevole del tutto, egli comprende il tutto. Comprendendo il tutto, allora sperimenta ogni di tipo di sensazione – piacevole, spiacevole e neutra – e dimora concentrato sull'impermanenza, sul distacco, sulla cessazione, sull'abbandono di quella sensazione. Così concentrato sull'impermanenza, sul distacco,

sulla cessazione, sull'abbandono di quella sensazione, egli non si aggrappa a nulla nel mondo. Non agitato, è totalmente liberato. Egli sa: "La nascita è distrutta, la vita santa vissuta, lo scopo raggiunto. Non rimane altro da compiere in questo mondo. In questo modo, Moggallana, che un monaco, brevemente, è totalmente liberato dalla brama, totalmente libero da legami, un seguace della vita santa, totalmente perfetto: primo tra esseri umani e divini."

*AN 7.60: Kodhana Sutta*  
*Una persona in collera*

"Queste sette cose - piacevoli per un nemico - arrivano all'uomo o alla donna che sono in collera. Quali sette?"

Quando un nemico augura ad un nemico: 'Possa questa persona essere brutta!' Perché? Perché non piace ad un nemico che il suo nemico sia bello. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppresa per la collera - importa se è ben lavata, ben unta, vestita di bianco, i suoi capelli e la sua barba curati, tuttavia è brutta, perché è guidata dalla collera. Questa è la prima cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.

Inoltre, un nemico augura ad un nemico: 'Possa questa persona dormire male!' Perché ciò? Perché ad un nemico non piace che il suo nemico abbia un sonno riposante. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppresa per la collera - importa poco se dorme su un letto coperto di una coperta bianca, di lana, di una coperta ricamata di fiori, di un tappeto di pelli di daino, o su un divano con cuscini rossi, tuttavia dorme male, perché è guidata dalla collera. Questa è la seconda cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.



"Inoltre, un nemico augura ad un nemico: 'Che questa persona non prosperi!' Perché ciò? Perché ad un nemico non piace che il suo nemico prosperi. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppressa per la collera - quando soffre una perdita, pensa: 'Ho fatto un profitto; e quando fa un profitto, pensa: 'Ho sofferto una perdita.' Quando si è impadronita di queste idee che lavorano in opposizione reciproca [alla verità], queste conducono alla sua sofferenza ed alla sua perdita per molto tempo, perché è guidata dalla collera. Questa è la terza cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.

Inoltre, un nemico augura ad un nemico: ' Non possa questa persona avere ricchezza!' Perché ciò? Non piace ad un nemico che il suo nemico sia ricco. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppressa per la collera - la ricchezza che ha, ottenuta dai suoi sforzi e dalle sue imprese, ammassate con la forza delle sue braccia, raggiunta col sudore della sua fronte - onesta ricchezza, onestamente ottenuta - il re dà l'ordine di pagare delle tasse imposte per il suo comportamento, perché è portata dalla collera. Questa è la quarta cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.

Inoltre, un nemico augura ad un nemico: 'Possa questa persona non avere nessuna reputazione!' Perché ciò? Non piace ad un nemico che il suo nemico abbia buona reputazione. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppressa per la collera - qualunque sia la reputazione che si è guadagnata, la perde, giusto perché è guidata dalla collera. Questa è la quinta cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.

Inoltre, un nemico augura ad un nemico: 'Non possa questa persona avere degli amici!' Perché ciò? Non piace ad un nemico che il suo nemico abbia degli amici. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppressa per la collera - i suoi

amici, compagni e vicini l'eviteranno e resteranno lontano, giusto perché è guidata dalla collera. Questa è la sesta cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera.

Inoltre, un nemico augura ad un nemico: 'Possa questa persona, alla dissoluzione del corpo, dopo la morte, rinascere nel piano delle privazioni, in una cattiva nascita, nei reami inferiori, all'inferno!' Perché ciò? Non piace ad un nemico che il suo nemico vada mondo celeste. Ora, quando una persona è in collera - irascibile per la collera, oppressa per la collera - si imbatte nella cattiva condotta fisica, nella cattiva condotta verbale, nella cattiva condotta mentale. Avendo una cattiva condotta fisica, verbale e mentale, allora - alla dissoluzione del corpo, dopo la morte - rinasce nel piano delle privazioni, in una cattiva nascita, nei reami inferiori, all'inferno, giusto perché era guidata dalla collera. Questa è la settima cosa piacevole per un nemico che arriva all'uomo o alla donna che sono in collera. Ecco le sette cose che arrivano all'uomo o alla donna che sono in collera."

Una persona in collera è brutta e dorme male.  
Facendo un profitto, lo trasforma in una perdita,  
avendo causato dei danni in parole ed in atti.  
Una persona portata dalla collera  
distrugge la sua ricchezza.  
Resa pazza per la collera,  
distrugge il suo stato sociale.  
Vicini, amici e colleghi l'evitano.  
La collera trascina l'antipatia.  
La collera infiamma la mente.  
Non si rende conto  
che il suo pericolo è nato in lui.  
Una persona in collera ignora il proprio beneficio.  
Una persona in collera non vede il Dhamma.  
Un uomo guidato dalla collera è in una massa di oscurità.  
Prova piacere dai cattivi atti come se fossero buoni,

ma più tardi, quando la sua collera è cessata,  
soffre come se fosse stata bruciata dal fuoco.  
È rovinata, mascherata,  
come un fuoco avvolto dal fumo.  
Quando si distende la collera,  
quando un uomo si arrabbia,  
non ha nessuna vergogna, nessuna paura del male,  
non rispetta più la sua parola.  
Per una persona portata dalla collera,  
niente porta la luce.  
Farò un elenco delle cose che trascinano il rimorso,  
chi è lontano dagli insegnamenti.  
Ascoltate!  
Una persona in collera uccide suo padre,  
uccide sua madre,  
uccide dei Bramani  
e delle persone ordinarie.  
È a causa della devozione di una madre  
che si vede il mondo,  
e tuttavia, una persona ordinaria in collera  
può uccidere chi gli dà la vita.  
Come ciascuno, tutti gli esseri sono cari a loro stessi,  
e tuttavia una persona in collera, spostata,  
può uccidersi lei stessa in parecchi modi:  
con una spada, prendendo del veleno,  
con una corda in un burrone di montagna.  
Compiere questi atti  
chi uccide degli esseri e porta violenza a se stesso,  
la persona in collera non si rende conto che è rovinata.  
Questa trappola di Mâra, sotto forma della collera,  
si rannicchia nella caverna del cuore:  
troncatela per il controllo di sè,  
la conoscenza, la persistenza, le rette visioni .  
Esenti da collera ed imperturbabile,  
esenti da avidità, senza languore,  
istruiti, la vostra collera abbandonata,

esenti da fermentazioni,  
sarete liberati.

*AN 7.64: Dhammaññu Sutta*  
*Colui che ha il senso del Dhamma*

"Un monaco dotato di queste sette qualità è degno di doni, degno di ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo. Quali sette? Quando un monaco ha il senso del Dhamma, del suo significato, un senso del sé, un senso della moderazione, un senso del tempo, un senso delle riunioni sociali ed il senso delle distinzioni tra gli individui.

E come un monaco ha il senso del Dhamma? Quando un monaco conosce il Dhamma: dialoghi, racconti in prosa e in versi, spiegazioni, versetti, esclamazioni spontanee, citazioni, storie di nascite, avvenimenti straordinari, sessioni di domande e risposte [le classificazioni più vecchie degli insegnamenti del Buddha]. Se non conoscesse il Dhamma - dialoghi, racconti in prosa e in versi, spiegazioni, versetti, esclamazioni spontanee, citazioni, storie di nascite, avvenimenti straordinari, sessioni di domande e risposte - non si direbbe che abbia il senso del Dhamma. Così è colui che conosce il Dhamma - dialoghi... sessioni di domande e risposte - e si dice di lui che ha il senso del Dhamma. Ecco colui che ha il senso del Dhamma.

E come un monaco ha il senso del significato? Quando un monaco conosce il significato di quest'enunciato e di quest'altro enunciato-- ha il significato di questo enunciato; ecco il significato di questo'. Se non conoscesse il significato di questo enunciato e di quest'altro enunciato--ha il significato di questo enunciato; ecco il significato di questo'--non si direbbe di lui che ha il senso del significato. Questo è perché conosce il significato di questo enunciato e di quest'altro enunciato--ha il significato di questo

enunciato; ecco il significato di questo'-- e si dice di lui che ha il senso del significato. Ecco colui che ha il senso del Dhamma ed il senso del significato.

"E come un monaco ha il senso del sé? Quando un monaco si conosce: sa sin dove è arrivato in fede, virtù, erudizione, conoscenza, vivacità di mente'. Se non si conoscesse -- fin dove è arrivato in fede, virtù, erudizione, conoscenza, vivacità di mente'--non si direbbe di lui che ha il senso del sé. Questo è perché si conosce -- fin dove è arrivato in fede, virtù, erudizione, conoscenza, vivacità di mente'-- e si dice di lui che ha il senso del sé. Ecco colui che ha il senso del Dhamma, un senso del significato ed il senso del sé.

E come un monaco ha il senso della moderazione? Quando un monaco conosce la moderazione nell'accettare gli abiti, il cibo, gli alloggi e le medicine per curare i malati. Se non conoscesse la moderazione nell'accettare gli abiti, il cibo, gli alloggi e le medicine per curare i malati, non si direbbe di lui che ha il senso della moderazione. Questo è perché conosce la moderazione nell'accettare gli abiti, il cibo, gli alloggi e le medicine per curare i malati, e si dice di lui che ha il senso della moderazione. Ecco colui che ha il senso del Dhamma, un senso del significato, un senso del sé ed il senso della moderazione.

E come un monaco ha il senso del tempo? Quando un monaco conosce il tempo: ha il tempo per la recitazione; qui, il tempo per porre delle domande; là, il tempo per fare uno sforzo [in meditazione]; là ancora, il tempo per l'isolamento'. Se non conoscesse il tempo--ha il tempo per la recitazione; qui, il tempo per porre delle domande; là, il tempo per fare uno sforzo [in meditazione]; là ancora, il tempo per l'isolamento '--non si direbbe di lui che ha il senso del tempo. Questo è perché conosce il tempo--ha il tempo per la recitazione; qui, il tempo per porre delle domande; là, il tempo per fare uno sforzo [in meditazione]; là ancora, il tempo per l'isolamento '-- e si dice di lui che ha il senso del tempo. Ecco

colui che ha il senso del Dhamma, un senso del significato, un senso del sé, un senso della moderazione ed il senso del tempo.

E come un monaco ha il senso delle riunioni sociali? Quando un monaco conosce la sua riunione: ha una riunione sociale con dei nobili guerrieri; qui, una riunione sociale con dei bramani; là, una riunione sociale con i capifamiglia; là ancora, una riunione sociale con asceti; dovrebbe avvicinarsi ad essi in tale modo, tenersi in tale modo, agire in tale modo, sedersi in tale modo, parlare in tale modo, custodire il silenzio in tale modo.' Se non conoscesse la sua riunione -- ha una riunione sociale con dei nobili guerrieri; qui, una riunione sociale con dei bramani; là, una riunione sociale con i capifamiglia; là ancora, una riunione sociale con asceti; dovrebbe avvicinarsi ad essi in tale modo, tenersi in tale modo, agire in tale modo, sedersi in tale modo, parlare in tale modo, custodire il silenzio in tale modo'--non si direbbe di lui che ha il senso delle riunioni sociali. Questo è perché conosce la sua riunione sociale--..... Ecco colui che ha il senso del Dhamma, un senso del significato, un senso del sé, un senso della moderazione, un senso del tempo ed il senso delle riunioni sociali.

E come un monaco ha il senso delle distinzioni tra gli individui? Quando un monaco conosce le persone in funzione di due categorie.

Di due persone - una che vuole essere istruita dalle nobili persone e l'altro che non vuole - quella che non vuole essere istruita dalle nobili persone deve essere criticata per questa ragione, quella che vuole essere istruita effettivamente dalle nobili persone deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che vogliono essere istruite dalle nobili persone - una che vuole sentire il vero Dhamma e l'altra che non vuole - quella che non vuole sentire il vero Dhamma deve essere critica-

ta per questa ragione, quella che vuole sentire effettivamente il vero Dhamma deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che vogliono sentire il vero Dhamma - una che ascolta con attenzione e l'altra che ascolta senza attenzione - quella che ascolta senza attenzione deve essere criticata per questa ragione, quella che ascolta con attenzione deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che ascoltano con attenzione - una che, avendo ascoltato il Dhamma, se ne ricorda, e l'altra che non si ricorda - quella che, avendo ascoltato il Dhamma, non si ricorda deve essere criticata per questa ragione, quella che, avendo ascoltato il Dhamma, se ne ricorda deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che, avendo ascoltato il Dhamma, se ne ricordano - una che esplora il significato del Dhamma di cui si ricorda e l'altra che non lo fa - quella che non esplora il significato del Dhamma di cui si ricorda deve essere criticata per questa ragione, quella che esplora il significato del Dhamma di cui si ricorda deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che esplorano il significato del Dhamma di cui si ricordano - una che pratica il Dhamma in linea col Dhamma, avendo il senso del Dhamma, avendo il senso del significato, e l'altra che non lo fa - quella che non pratica il Dhamma in linea col Dhamma, avendo il senso del Dhamma, avendo il senso del significato, deve essere criticata per questa ragione, quella che pratica il Dhamma in linea col Dhamma, avendo il senso del Dhamma, che ha il senso del significato deve essere, per questa ragione, esortata.

Di due persone che praticano il Dhamma in linea col Dhamma, avendo il senso del Dhamma, avendo il senso del significato - una che pratica tanto per il suo beneficio quanto per quello degli altri, e l'altra che pratica per il suo beneficio ma non per quello

degli altri - quella che pratica per il suo beneficio ma per quello degli altri non devono essere criticata per questa ragione, quella che pratica tanto per il suo beneficio quanto per quello degli altri deve essere, per questa ragione, esortata.

Ecco come un monaco conosce le persone in funzione di due categorie. Ed ecco come un monaco ha il senso delle distinzioni tra gli individui. Un monaco dotato di queste sette qualità è degno di doni, degno di ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo."

*AN 7.68: Aggikkhandopama Sutta*  
*I paragoni del fuoco*

Così ho sentito. Una volta il Beato viaggiava nel Kosala con una grande comunità di monaci. Camminando lungo un'ampia strada il Beato vide da lontano un grande fuoco che bruciava ed ardeva. Dopo averlo visto si allontanò dalla strada per sedersi ai piedi di un albero. Appena seduto il Beato così disse ai monaci: "Vedete, monaci, quel grande fuoco che brucia ed arde? – "Sì, Venerabile Signore."

[1] "Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Abbracciare quel grande fuoco, ardente e rovente, sedersi o giacere con esso? O, abbracciare una giovane donna figlia di qualche nobile o di un bramano o di un capofamiglia, sedere o giacere con lei?

- Sicuramente è più piacevole abbracciare una giovane donna figlia di qualche nobile o di un bramano o di un capofamiglia, sedere o giacere con lei. Mentre è molto doloroso abbracciare quel grande fuoco, ardente e rovente, sedersi o giacere con esso. Monaci, vi dico è sicuramente più piacevole abbracciare quel grande fuoco, ardente e rovente, sedersi o riposare con esso per chi possiede una misera condotta, una mente rivolta al male, un lurido malvagio fautore che agisce solo per compiere il male, per



chi finge di essere un asceta ma non lo è, chi finge di vivere la vita santa ma non la vive, un essere putrido, d'impura natura. Perché? Perché a causa delle sue azioni, monaci, va verso la morte, verso un mortale dolore, infatti alla dissoluzione del corpo rinascerà in un mondo di sofferenza, in un mondo miserevole, in un mondo di dolore, in un purgatorio.

Allo stesso modo, monaci, chi possiede una misera condotta, una mente rivolta al male, un lurido malvagio fautore che agisce solo per compiere il male, per chi finge di essere un asceta ma non lo è, chi finge di vivere la vita santa ma non la vive, un essere putrido, d'impura natura dovesse abbracciare una giovane donna figlia di qualche nobile o di un bramano o di un capofamiglia, sedere o giacere con lei, costui, monaci, avrebbe un lungo periodo di dolore e sofferenza, e alla dissoluzione del corpo rinascerà in un mondo di sofferenza, in un mondo miserevole, in un mondo di dolore, in un purgatorio.

[2] Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Essere legati con una robusta fune da un possente uomo, il quale stringe sempre più forte questa fune intorno a voi, tanto da segare la pelle, e dopo aver segato la pelle segare ciò che sta sotto la pelle, quindi segare la carne, e dopo la carne i tendini, e dopo i tendini le ossa, tanto da lasciare solo il midollo? O, godere delle offerte di un nobile, di un ricco bramano o di un ricco capofamiglia?" - "Sicuramente godere delle offerte di un nobile, di un ricco bramano o di un ricco capofamiglia, Signore."

"Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole essere legati con una robusta fune da un possente uomo, ..... per chi possiede una misera condotta, una mente rivolta al male, un lurido malvagio fautore che agisce solo per compiere il male, per chi finge di essere un asceta ma non lo è, chi finge di vivere la vita santa ma non la vive, un essere putrido, d'impura natura. Perché? Perché a causa delle sue azioni, monaci, va verso la morte, verso un mortale dolore, infatti alla dissoluzione del corpo rinascerà in un mondo di sofferenza, in un mondo miserevole, in un mondo di

dolore, in un purgatorio.  
Allo stesso modo, monaci, .....

[3] Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Farsi lacerare le parti basse da un possente uomo con un coltello affilato, o con una tagliente spada? O, godere delle lodi di un ricco nobile, di un ricco bramano o di un ricco capofamiglia? Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole per chi possiede una misera condotta, una natura impura, farsi lacerare le parti basse da un possente uomo con un coltello affilato, o con una tagliente spada.

[4] Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Essere legati con una rovente lamella di ferro da un possente uomo? O, godere dei vestiti donati da ricchi nobili, ricchi bramani o ricchi capifamiglia?

Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole per chi possiede una misera condotta, una natura impura, farsi legare con una rovente lamella di ferro da un possente uomo.

[5] Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Farsi spalancare la bocca da un possente uomo con uno spillo rovente, ed ingoiare una palla ardente, rovente ed infuocata, tanto da bruciare le labbra, la bocca, la lingua, la gola, il petto, ed espellerla da dietro una volta giunta nell'intestino? O, godere del cibo ricevuto durante la questua da ricchi fedeli come nobili, bramani o capifamiglia?"

Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole per chi possiede una misera condotta, una natura impura, farsi spalancare la bocca da un possente uomo con uno spillo rovente, ed ingoiare una palla ardente, rovente ed infuocata, tanto da bruciare le labbra, la bocca, la lingua, la gola, il petto, ed espellerla da dietro una volta giunta nell'intestino.

[6] Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Sedere o giacere su una sedia o su un letto infuocato costretti con violenza da un possente uomo? O, godere della sedia donata da ricchi fe-

deli come nobili, bramani o capifamiglia?”

Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole per chi possiede una misera condotta, una natura impura, sedere o giacere su una sedia o su un letto infuocato costretti con violenza da un possente uomo.

[7] “Cosa ne pensate, monaci? Che cosa è più piacevole? Essere immersi forzatamente in un infuocato, rovente calderone da un possente uomo, e bollire lentamente? O, godere della dimora donata da ricchi fedeli come nobili, bramani o capifamiglia?” Monaci, vi dico, è sicuramente più piacevole per chi possiede una misera condotta, una natura impura, essere immersi forzatamente in un infuocato, rovente calderone da un possente uomo, e bollire lentamente.

Vi ho detto questo, monaci, per esortarvi ad esercitarvi, in modo che i doni ricevuti che usiamo – vestiti, ciotole per la questua, sedie, letti, e medicine per curare le malattie – diano grandi frutti, grandi meriti a coloro (che ce li hanno offerti), così la nostra pratica non sarà vana, ma sarà fruttifera e benefica. Perciò esercitatevi rettamente, per il vostro beneficio, monaci, con consapevolezza; esercitatevi rettamente, per il beneficio degli altri, con consapevolezza; esercitatevi rettamente, per il beneficio di entrambi, con consapevolezza.”

Così parlò il Beato. Durante questa dissertazione, il sangue delle passioni si destò dalla bocca di 60 monaci; altri 60 monaci abbandonarono la pratica e ritornarono alla loro vita precedente, dicendo: “E’ difficile da seguire, Beato, è troppo difficile.”, mentre le menti di altri 60 monaci furono liberate dagli influssi impuri e dall’attaccamento.

*AN 7.70: Arakenanusasa Sutta*  
*L’insegnamento di Araka*

“Una volta, monaci, c’era un maestro di nome Araka, guida di una setta, libero da ogni forma di desiderio per i piaceri sensuali. Aveva centinaia di discepoli ed insegnava loro il Dhamma in questo modo: ‘Quasi nulla, bramani, è la vita degli esseri viventi – limitata, insignificante, piena di sofferenza e tormento. Si dovrebbe possedere la verità del saggio, fare ciò che è salutare, seguire la vita santa. Chi nasce è destinato a morire. Come una goccia di rugiada su un filo d’erba svanisce al primo sole, allo stesso modo, bramani, la vita degli esseri viventi è come una goccia di rugiada – limitata, insignificante, piena di sofferenza e tormento.

Come le grandi gocce di pioggia subito si dissolvono, allo stesso modo, bramani, la vita degli esseri viventi è come una goccia di pioggia – limitata, insignificante, piena di sofferenza e tormento. Come un ruscello che scorre giù dai monti, va lontano, con le sue rapide correnti, trascina tutto ciò che incontra, tanto che non esiste un momento, un istante, un attimo dove tutto sia fermo, ma continuamente scorre, precipita a valle, incessantemente fluttua, così, bramani, è la vita degli esseri viventi. Come un possente uomo crea una goccia di saliva sulla punta della lingua, per poi sputarla senza sforzo, così, bramani, è la vita degli esseri viventi. Come un pezzo di carne messa a cuocere in un tegame a poco a poco si dissolve, così, bramani, è la vita degli esseri viventi. Come una mucca portata al macello per essere macellata è tutta tremante ad ogni passo per paura della morte, così, bramani, è la vita degli esseri viventi.’

Ora in quel tempo, monaci, la durata della vita umana era di 60.000 anni, e le donne si sposavano all’età di 500 anni. Inoltre, in quel tempo, c’erano solo sei afflizioni: freddo, caldo, fame, sete, l’atto di defecare e quello di urinare. Malgrado, in quel tempo, la vita fosse meno dura, si viveva a lungo e con solo sei afflizioni, il maestro Araka così insegnava ai suoi discepoli: ‘Quasi nulla, bramani, è la vita degli esseri viventi – limitata, insignificante, piena di sofferenza e tormento. Si dovrebbe possedere la

verità del saggio, fare ciò che è salutare, seguire la vita santa. Chi nasce è destinato a morire. Come una goccia di rugiada .....

Oggi, monaci, alla nostra epoca si può vivere fino a 100 anni o poco più. Vivendo 100 anni, si vivono 300 stagioni: 100 fredde, 100 calde, 100 di pioggia. Vivendo 300 stagioni, si vivono 1.200 mesi: 400 freddi, 400 caldi, 400 di pioggia. Vivendo 1.200 mesi, si vivono 4.800 settimane: 1.600 fredde, 1.600 calde, 1.600 di pioggia. Vivendo 4.800 settimane, si vivono 72.000 giorni: 24.000 freddi, 24.000 caldi, 24.000 di pioggia. Vivendo 72.000 giorni, si mangia 144.000 volte: 48.000 durante i giorni freddi, 48.000 durante i giorni caldi, 48.000 durante i giorni di pioggia – contando i pasti da neonato ed i pasti saltati per altre cause. E cioè: uno non mangia quando è succube dell'ira, quando è dolente e sofferente, quando è malato, durante i giorni dell'Uposatha, quando è molto povero. Quindi, monaci, ho preso in esame la vita di una persona giunta all'età di 100 anni; ho preso in esame la durata massima della vita, delle stagioni, degli anni, dei mesi, delle settimane, dei giorni, dei pasti e delle cause che impediscono di mangiare. Così farebbe un qualunque maestro per il bene dei suoi discepoli, come sto facendo io per voi. Laggiù ci sono gli alberi; laggiù vuote capanne. Praticate i jhana, monaci. Non siate inconsapevoli e disattenti. Non siate preda del rimorso. Questo è il mio consiglio per tutti voi.”

*AN 7.80: Sattusasana Sutta*  
*Ad Upali, gli insegnamenti del Maestro*

Il Ven. Upali andò dal Beato e, appena giunto, lo salutò con rispetto e si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato: "Sarebbe bene, signore, se il Beato mi insegnasse il Dhamma in breve, così è probabile che io indulga da solo, appartato, attento, ardente e risoluto."

Upali, le qualità di cui puoi sapere - 'Queste qualità non conducono ad emettere disincanto, a non avere passioni, alla cessazione, alla calma, ad indirizzare la conoscenza, al risveglio, all'Illuminazione: puoi tenerle definitivamente, 'Questo non è il Dhamma, questo non è il Vinaya, questa non è l'istruzione del Maestro.'

Come per le qualità: 'Queste qualità conducono ad emettere disincanto, a non avere passioni, alla cessazione, alla calma, alla conoscenza, al risveglio, all'Illuminazione: puoi tenerle definitivamente, 'Questo è il Dhamma, questo è il Vinaya, questa è l'istruzione del Maestro.'"

## LIBRO DEGLI OTTO

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 8.2: Pañña Sutta*  
*Saggezza*

*(estratto)*

"Monaci, queste otto cause, queste otto condizioni sono necessarie per acquisire la saggezza non ancora acquisita che è di base alla vita santa, alla pienezza, allo sviluppo ed al culmine di ciò che è già stato acquisito. Quali otto?"

Quando un monaco segue gli insegnamenti del Maestro o di un compagno rispettabile nella vita santa ed ha stabilito una forte coscienza, una paura del biasimo, l'amore e il rispetto. Questa, monaci è la prima causa, la prima condizione richiesta che conduce ad acquisire la saggezza non ancora acquisita che è di base alla vita santa, alla pienezza, allo sviluppo ed al culmine di ciò che è già stato acquisito.

Quando segue gli insegnamenti del Maestro o di un compagno rispettabile nella vita santa che ha stabilito una forte coscienza, una paura del biasimo, l'amore e il rispetto, si avvicina nel momento adatto per chiedere e interrogarlo: 'Qual è, signore venerabile, il significato di questa asserzione? Rivela ciò che è nascosto, rende chiaro ciò che è oscuro e disperde il dubbio. Questa è la seconda causa, la seconda condizione richiesta...

Avendo sentito il Dhamma, [il discepolo] realizza un duplice distacco: il distacco fisico e mentale. Questa è la terza causa, la terza condizione richiesta...

E' virtuoso. Indulge nel contenuto in concordanza col Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso le regole della pratica, vedendo il pericolo nelle colpe più sottili. Questa è la quarta causa, la quarta condizione richiesta...

Ascolta molto, ricorda ciò che ha sentito, memorizza ciò che ha sentito. Ogni insegnamento, ammirabile all'inizio, nel mezzo ed alla fine, proclama la vita santa che è totalmente completa e pura: ciò che ha ascoltato, ricordato, discusso, accumulato, esa-



minato con la sua mente, e indagato nelle sue visioni. Questa è la quinta causa, la quinta condizione richiesta...

Mantiene il suo sforzo per abbandonare le qualità mentali nocive e per ottenere le qualità mentali salutari. E' costante, fermo nel suo sforzo, senza evitare i suoi doveri riguardo alle qualità mentali salutari. Questa è la sesta causa, la sesta condizione richiesta...

Quando è nel Sangha, non parla a sproposito. O parla del Dhamma o invita un altro a fare così, e non sente disdegno per il nobile silenzio [il secondo jhana] . Questa è la settima causa, la settima condizione richiesta...

Rimane concentrato sull'origine e sulla cessazione dei cinque aggregati: 'Tale è la forma, tale la sua origine, tale la sua cessazione. Tale è la sensazione... Tale è la percezione... Tali sono gli influssi impuri... Tale è la coscienza, tale la sua origine, tale la sua cessazione.' Questa, monaci è l'ottava causa, l'ottava condizione richiesta .....

In questo modo, i suoi compagni nella vita santa lo stimano perchè, sapendo, lui sa; vedendo, lui vede.' Questo è un fattore che conduce all'affetto, al rispetto, allo sviluppo, alla consonanza, all'unità. [unificazione della mente]

[...]

Queste, monaci sono le otto cause, le otto condizioni richieste che conducono ad acquisire la saggezza non ancora acquisita che è di base alla vita santa, alla pienezza, allo sviluppo ed al culmine di ciò che è già stato acquisito."

*AN 8.6: Lokavipatti Sutta*  
*Le debolezze del Mondo*

"Monaci, queste otto condizioni terrene girano intorno al mondo ed il mondo gira intorno a queste otto condizioni terrene. Quali otto? Il guadagno, la perdita, il prestigio, il disonore, la censura, l'encomio, il piacere e il dolore. Queste sono le otto condizioni terrene che girano intorno al mondo ed il mondo gira intorno a queste otto condizioni terrene.

Per una persona ordinaria non istruita nascono il guadagno, la perdita, il prestigio, il disonore, la censura, l'encomio, il piacere e il dolore. Anche per un discepolo istruito dai nobili nascono il guadagno, la perdita, il prestigio, il disonore, la censura, l'encomio, il piacere e il dolore. Quindi qual è la differenza tra il discepolo istruito dai nobili e la persona ordinaria non istruita?"

"Per noi, signore, gli insegnamenti hanno il Beato come radice, come guida e come giudice. Sarebbe bene se il Beato spiegasse il significato di questa asserzione. Avendola sentita dal Beato, i monaci la ricorderanno."

"Allora, monaci, ascoltate e prestate attenzione. Vado a parlare."

"Come vuole, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "Il guadagno sorge per una persona ordinaria non istruita. Egli non riflette: 'Il guadagno è sorto per me. È impermannete, doloroso e destinato a cambiare.' Egli non lo discerne come realmente è.

La perdita sorge...

Il prestigio sorge...

Il disonore sorge...

La censura sorge...

L'encomio sorge...

Il piacere sorge...

Il dolore sorge .....

La sua mente rimane attaccata al guadagno, attaccata dalla perdita... dal prestigio... dal disonore... dalla censura...dall'encomio...dal piacere..... dal dolore.

Gioisce con il guadagno sorto e si ribella contro la perdita sorta. Gioisce con il prestigio sorto e si ribella contro il disonore sorto. Gioisce con l'encomio sorto e si ribella contro la censura sorta. Gioisce con il piacere sorto e si ribella contro il dolore sorto. Così egli prende parte al piacere e al dolore che ne derivano, egli non è libero da nascita, vecchiaia o morte; dai dolori, lamentazioni, pene, angosce o disperazioni. Non è libero, vi dico, dalla sofferenza e dal dolore.

Ora, il guadagno sorge per un discepolo istruito dai nobili. Egli riflette: 'Il guadagno è sorto per me. È impermanente, doloroso e destinato a cambiare.' Lui lo discerne come realmente è.

Così la perdita... il prestigio ... il disonore ... la censura ... l'encomio ... il piacere ...il dolore

Egli riflette, 'Il dolore è sorto per me. È impermanente, doloroso e destinato a cambiare.' Egli lo discerne come realmente è.

La sua mente non rimane attaccata al guadagno, alla perdita... al prestigio... al disonore... alla censura... all'encomio... al piacere e al dolore.

Non gioisce con il guadagno sorto, o si ribella contro la perdita sorta. Non gioisce con il prestigio sorto, o si ribella contro il disonore sorto. Non gioisce con l'encomio sorto, o si ribella contro

la censura sorta. Non gioisce con il piacere sorto, o si ribella contro il dolore sorto. Non gioisce e non si ribella, è libero da nascita, vecchiaia e morte; dai dolori, lamentazioni, pene, angosce e disperazioni. E' libero, vi dico, dalla sofferenza e dal dolore. Questa è la differenza tra il discepolo istruito dal nobile e la persona ordinaria non istruita."

Guadagno/perdita,  
prestigio/disonore,  
censura/encomio,  
piacere/dolore:  
queste condizioni fra esseri umani  
sono impermanenti,  
instabili,  
soggette a cambiare.

Sapendo questo, la persona saggia, attenta,  
pondera queste condizioni incostanti.

Cose desiderabili non incantano la mente,  
cose indesiderabili non portano resistenza.

Il suo accogliere  
e il ribellarsi sono dispersi,  
finiti,  
non esistono.

Egli discerne giustamente,  
è andato, oltre il divenire,  
all'Ultima Riva.

*AN 8.7: Devadatta Sutta  
Su Devadatta*

Una volta il Beato soggiornava presso Rajagaha sul Picco dell'Avvoltoio, non molto tempo dopo il trapasso di Devadatta. Lì, riferendosi a Devadatta, così si rivolse ai monaci: “Monaci, è bene per un monaco meditare periodicamente sulle proprie debolezze. E' bene per un monaco meditare periodicamente sulle debolezze degli altri. E' bene per un monaco riflettere periodicamente sui propri obiettivi raggiunti. E' bene per un monaco riflettere periodicamente sugli obiettivi raggiunti dagli altri.

Conquistato da otto falsi dhamma, la sua mente è vinta, così Devadatta è rinato in uno stato di privazione, negli inferi, dove resterà per un eone, incurabile. Quali otto?

Conquistato dal beneficio materiale, la sua mente è vinta, così Devadatta è rinato in uno stato di privazione, negli inferi, dove resterà per un eone, incurabile.

Conquistato dalla condizione sociale ...

Conquistato dalla perdita di condizione sociale ...

Conquistato dalle offerte ...

Conquistato dalla mancanza di offerte ...

Conquistato da nocive ambizioni ...

Conquistato da cattive amicizie, la sua mente è vinta, così Devadatta rinascerà in uno stato di privazione, verso gli inferi, dove resterà per un eone, incurabile.

Monaci, è bene per un monaco vincere sempre ogni beneficio materiale appena sorto. E' bene per un monaco vincere sempre ogni perdita di beneficio materiale appena sorta ... ogni condizione sociale ... ogni perdita di condizione sociale ... ogni offer-

ta ... ogni mancanza di offerte ... ogni nociva ambizione ... ogni cattiva amicizia.

E per quale valida ragione un monaco dovrebbe sempre vincere ogni beneficio materiale ... ogni cattiva amicizia? Perché quando si dimora senza aver vinto ogni beneficio materiale appena sorto, si sviluppano gli emissari, con febbri e vessazioni. Ma quando si dimora con l'aver vinto ogni beneficio materiale appena sorto, non si sviluppano quegli emissari, quelle febbri e vessazioni.

*[Lo stesso con ogni perdita di beneficio materiale, con ogni condizione sociale, con ogni perdita di condizione sociale, con ogni offerta, con ogni mancanza di offerte, con ogni nociva ambizione e con ogni cattiva amicizia.]*

E' per tale valida ragione che un monaco dovrebbe sempre vincere ogni beneficio materiale ... ogni cattiva amicizia.

Quindi, monaci, così dovete esercitarvi: “Vinceremo sempre ogni perdita di beneficio materiale, ogni condizione sociale, ogni perdita di condizione sociale, ogni offerta, ogni mancanza di offerte, ogni nociva ambizione ed ogni cattiva amicizia. Ecco come dovete esercitarvi.”

*AN 8.13: Ajañña Sutta*  
*Il Purosangue*

"Dotato di queste otto qualità, un purosangue è degno di un re, è utile ad un re, è una parte importante. Quali otto?"

[1] Quando un purosangue è di ottima nascita, sia da parte di padre sia da parte di madre; è nato in luoghi dove sono nati altri purosangue.

[2] Quando mangia, sia cibo fresco che secco, lo fa con attenzione, senza distrarsi.

- [3] Prova disgusto fermarsi o giacere fra urine o escrementi.
- [4] E' docile, e non molesta gli altri cavalli.
- [5] Non usa trucchi o inganni o espedienti, e se li usa li mostra al suo addestratore, così da essere corretti adeguatamente.
- [6] Riesce a superare qualsiasi difficoltà.
- [7] Quando cammina segue il sentiero.
- [8] E' costante e rimane costante fino alla morte. Dotato di queste otto qualità, un purosangue è degno di un re, è utile ad un re, è una parte importante.”

Allo stesso modo, un monaco dotato di queste otto qualità è degno di offerte, degno di ospitalità, degno di doni, degno di rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo. Quali otto?

- [1] Quando un monaco è virtuoso. Egli dimora solitario seguendo le regole del Patimokka, lodevole nel suo comportamento ed in ogni sua attività. Si esercita, segue le regole della pratica, vedendo il pericolo anche nelle colpe più sottili.
- [2] Quando mangia, sia cibo raffinato sia grezzo, lo fa con consapevolezza, senza lamentarsi.
- [3] Prova disgusto per la cattiva condotta fisica, verbale e mentale, nello sviluppare il male, e nelle qualità mentali nocive.
- [4] E' gentile e socievole, e non disturba gli altri monaci.
- [5] Non usa trucchi o inganni o espedienti durante la pratica, e nel momento in cui li usa li riferisce al suo Maestro o ai suoi compagni che praticano la vita santa, in modo che il Maestro o i suoi compagni di vita santa possano correggerli.
- [6] Se trova qualche difficoltà durante la pratica, così pensa: “Se ci sono riusciti gli altri monaci, posso riuscirci anch'io.”
- [7] Segue sempre il retto sentiero, e cioè: retta visione, retto proposito, retta parola, retta azione, retto modo di vivere, retto sforzo, retta presenza mentale, retta concentrazione.
- [8] Dimora con la sua perseveranza destata, (pensando): “Con piacere abbandono carne e sangue di questo corpo, pelle, tendini ed ossa, ma se non raggiungo ciò che devo raggiungere tramite l'umano proposito, l'umana perseveranza, l'umano sforzo, non devo mai abbandonare.”

Dotato di queste otto qualità un monaco è degno di offerte, degno di ospitalità, degno di doni, degno di rispetto, un incomparabile campo di meriti per il mondo."

*AN 8.26: Jivaka Sutta*  
*A Jivaka il discepolo laico*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Rajagaha, nel boschetto di mango di Jivaka. Allora Jivaka Komarabhacca andò a trovare il Beato e, arrivato, lo salutò con riverenza e si sedette da un lato. Una volta seduto, disse al Beato: "Signore, come si è un discepolo laico?"

"Jivaka, quando si prende rifugio nel Buddha, nel Dhamma e nel Sangha, in questa misura si è allora un discepolo laico."

"Ed in quale misura, signore, un discepolo laico è virtuoso?"

"Jivaka, quando si astiene dal prendere la vita, dal rubare, da cattiva condotta sessuale, dal mentire, e da bevande fermentate e distillate che trascinano l'ebbrezza, in questa misura si è allora un discepolo laico virtuoso."

"Ed in quale misura, signore, un discepolo laico pratica per il proprio beneficio ma non per quello degli altri?"

"Jivaka, quando un discepolo laico ha fede ma non incoraggia gli altri ad avere fede; quando è virtuoso ma non incoraggia gli altri ad essere virtuosi; quando è generoso ma non incoraggia gli altri ad essere generosi; quando desidera vedere i monaci ma non incoraggia gli altri a vedere i monaci; quando vuole sentire il vero Dhamma ma non incoraggia gli altri a sentire il vero Dhamma; quando si ricorda del Dhamma che ha sentito ma non incoraggia gli altri a ricordarsi del Dhamma che hanno sentito; quando



esplora il senso del Dhamma che ha sentito ma non incoraggia gli altri ad esplorare il senso del Dhamma che hanno sentito; quando, conoscendo il Dhamma ed il suo significato, pratica il Dhamma in linea col Dhamma, ma non incoraggia gli altri a praticare il Dhamma in linea col Dhamma: in questa misura allora un discepolo laico pratica per il proprio beneficio ma non per il beneficio degli altri."

"Ed in quale misura, signore, un discepolo laico pratica sia per il proprio beneficio che per il beneficio degli altri?"

"Jivaka, quando un discepolo laico ha fede ed incoraggia gli altri ad avere fede; quando è virtuoso ed incoraggia gli altri ad essere virtuosi; quando è generoso ed incoraggia gli altri ad essere generosi; quando desidera vedere i monaci ed incoraggia gli altri a vedere i monaci; quando vuole sentire il vero Dhamma ed incoraggia gli altri a sentire il vero Dhamma; quando si ricorda del Dhamma che ha sentito ed incoraggia gli altri a ricordarsi del Dhamma che hanno sentito; quando esplora il senso del Dhamma che ha sentito ed incoraggia gli altri ad esplorare il senso del Dhamma che hanno sentito; quando conoscendo il Dhamma ed il suo significato, pratica il Dhamma in linea col Dhamma ed incoraggia gli altri a praticare il Dhamma in linea col Dhamma: in questa misura allora un discepolo laico pratica sia per il proprio beneficio sia per il beneficio degli altri."

*AN 8.30: Anuruddhamahavitakka Sutta*  
*Ad Anuruddha*

Una volta il Beato soggiornava tra i Bhagga nel Parco del Cervo nel boschetto di Bhesakala, nei pressi della Tana del Coccodrillo.

In quel tempo il Venerabile Anuruddha viveva tra i Ceti nel Parco Orientale di Bambú. Quindi, mentre era in meditazione, questi pensieri nacquero nella sua mente:

“Questo Dhamma è per chi ama la modestia, non per chi è presuntuoso. Questo Dhamma è per chi ama la felicità, non per chi è infelice. Questo Dhamma è per chi ama il distacco, non per chi è legato. Questo Dhamma è per chi possiede l'energia sveglia, non per chi è pigro. Questo Dhamma è per chi ha una salda presenza mentale, non per chi ha una confusa presenza mentale. Questo Dhamma è per chi ha la mente ben concentrata, non per chi ha la mente non concentrata. Questo Dhamma è per chi possiede la retta conoscenza, non per chi possiede una debole conoscenza.”

Allora, il Beato, resosi conto con la sua consapevolezza dei pensieri di Anuruddha, - proprio come un uomo forte distende il suo braccio piegato o piega il suo braccio disteso - sparì tra i Bhagga nel parco del Cervo nel boschetto di Bhesakala, nei pressi della Tana del Coccodrillo, e riapparve tra i Ceti nel Parco Orientale di Bambú, di fronte al Ven. Anuruddha. Lì si sedette su un posto preparato. Poi il Ven. Anuruddha, dopo aver salutato con riverenza il Beato, si sedette al suo fianco. Appena seduto, il Beato gli disse:

“Bene, Anuruddha, molto bene. E' giusto avere questi saggi pensieri : “Questo Dhamma è per chi ama la modestia, non per chi è presuntuoso. Questo Dhamma è per chi ama la felicità, non per chi è infelice. Questo Dhamma è per chi ama il distacco, non per chi è legato. Questo Dhamma è per chi ha l'energia sveglia, non per chi è pigro. Questo Dhamma è per chi ha una salda presenza mentale, non per chi ha una confusa presenza mentale. Questo Dhamma è per chi ha la mente ben concentrata, non per chi ha la mente non concentrata. Questo Dhamma è per chi possiede la retta conoscenza, non per chi possiede una debole conoscenza.” Ora, Anuruddha, pensa gli otto pensieri del saggio: “Questo Dhamma è per chi gode il non attaccamento della mente all'idea

di un sè, che trova piacere nel non attaccamento della mente all'idea di un sè, non per chi gode e trova piacere nell'attaccamento della mente all'idea di un sè '.

Anuruddha, quando penserai questi otto pensieri del saggio – ogni volta che vuoi - abbandonando completamente la sensualità, abbandonando le qualità nocive - entrerai e dimorerai nel primo jhana: estasi e gioia nate dal distacco, accompagnate dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo; quando penserai questi otto pensieri del saggio - ogni volta che vuoi - dopo l'acquietarsi dell'idea razionale e del pensiero discorsivo, entrerai e dimorerai nel secondo jhana: estasi e gioia nate dalla concentrazione, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, e dopo lo svanire dell'estasi dimorerai nell'equanimità, mentalmente presente e chiaramente consapevole, fisicamente sensibile al piacere. Entrerai e dimorerai nel terzo jhana, del quale i Nobili dichiarano: 'Felice colui che dimora nell'Equanimità.' Quando penserai questi otto pensieri del saggio - ogni volta che vuoi - con l'abbandono del piacere e del dolore – con l'anteriore scomparsa di gioia ed angoscia – entrerai e dimorerai nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della presenza mentale, al di là del piacere e del dolore.

Ora, quando penserai questi otto pensieri del saggio e diventerai una persona che può raggiungere volontariamente, senza problemi né difficoltà, questi quattro jhana - stati mentali elevati che danno un piacevole rifugio nel Qui ed Ora - allora la tua veste fatta di stracci ti sembrerà migliore dei più bei vestiti posseduti da un capofamiglia o dal figlio di un capofamiglia. Vivendo soddisfatto, tutto ciò servirà per il tuo piacere, per una comoda dimora, per la non agitazione e per raggiungere l'Illuminazione.

Ora, quando penserai questi otto pensieri del saggio e diventerai una persona che può raggiungere volontariamente, senza problemi né difficoltà, questi quattro jhana - stati mentali elevati che danno un piacevole rifugio nel Qui ed Ora - allora, il tuo cibo elemosinato ti sembrerà come il miglior riso ed il miglior grano

di un capofamiglia o del figlio di un capofamiglia, raffinato e servito con una varietà di salse e condimenti.... la tua dimora ai piedi di un albero ti sembrerà come l'imponente palazzo di un capofamiglia o del un figlio di un capofamiglia, intonato dentro e fuori, senza infiltrazioni, protetto e con le finestre chiuse.... il tuo giaciglio ti sembrerà come il talamo di un capofamiglia o del un figlio di un capofamiglia, coperto con lenzuola di lana bianca, lenzuola ricamate, tappeti di pelle di antilope e pelle di cervo, con baldacchino e cuscini rossi per la testa ed per i piedi...

Ora, quando penserai questi otto pensieri del saggio e diventerai una persona che può raggiungere volontariamente, senza problemi né difficoltà, questi quattro jhana - stati mentali elevati che danno un piacevole rifugio nel Qui ed Ora - allora la tua medicina fatta con orina maleodorante ti sembrerà come i vari tonici di un capofamiglia o di un figlio di un capofamiglia, ghee, burro fresco, oli, miele, melassa di zucchero. Vivendo soddisfatto, tutto ciò servirà per il tuo piacere, per una comoda dimora, per la non agitazione e per raggiungere l'Illuminazione..

"Ora , Anuruddha, devi soggiornare qui tra i Ceti per la prossima stagione delle piogge."

"Come vuole, Signore." disse il Ven. Anuruddha.

Quindi, dopo aver esortato il Ven. Anuruddha, il Beato - come un uomo forte distende il suo braccio piegato o piega il suo braccio disteso - sparì dal Parco Orientale di Bambú dei Ceti e riapparve tra i Bhagga nel Parco del Cervo nel boschetto di Bhesakala, nei pressi della Tana del Coccodrillo. Si sedette al posto preparato e, appena seduto, si rivolse ai monaci dicendo: "Monaci, vi insegnerò gli otto pensieri del saggio. Ascoltate e prestate attenzione. Vado a parlare."

"Sì, Signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse:

“Ora, quali sono gli otto pensieri del saggio? Questo Dhamma è per chi ama la modestia, non per chi è presuntuoso. Questo Dhamma è per chi ama la felicità, non per chi è infelice. Questo Dhamma è per chi ama il distacco, non per chi è legato. Questo Dhamma è per chi ha l'energia sveglia, non per chi è pigro. Questo Dhamma è per chi ha una salda presenza mentale, non per chi ha una confusa presenza mentale. Questo Dhamma è per chi ha la mente ben concentrata, non per chi ha la mente non concentrata. Questo Dhamma è per chi possiede la retta conoscenza, non per chi possiede una debole conoscenza. Questo Dhamma è per chi gode il non attaccamento della mente all'idea di un sé, che trova piacere nel non attaccamento della mente all'idea di un sé, non per chi gode e trova piacere nell'attaccamento della mente all'idea di un sé.”

'Questo Dhamma è per chi ama la modestia, non per chi è presuntuoso.' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando un monaco, essendo modesto, non desidera essere conosciuto in questo modo: 'Costui è modesto'. Essendo soddisfatto non desidera essere conosciuto in questo modo: 'Costui è soddisfatto'. Essendo solitario non desidera essere conosciuto in questo modo: 'Costui è solitario'. Con la sua debole energia non desidera essere conosciuto in questo modo: 'La sua energia è debole'. Avendo la sua attenzione ben salda non desidera essere conosciuto in questo modo: 'La sua attenzione è ben salda.' Avendo la mente concentrata non desidera essere conosciuto in questo modo: 'La sua mente è concentrata.'. Essendo dotato di conoscenza non desidera essere conosciuto in questo modo: 'Costui è dotato di conoscenza'. Godendo il non attaccamento della mente all'idea di un sé non desidera essere conosciuto in questo modo: 'Gode il non attaccamento della mente all'idea di un sé.'

'Questo Dhamma è per chi è soddisfatto, felice, non per chi è infelice'. Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto?

Quando un monaco è felice con qualsiasi vecchia veste, con qualsiasi cibo elemosinato, con una qualsiasi vecchia dimora, con una qualsiasi medicina per curare le malattie.' 'Questo Dhamma è per chi è soddisfatto, felice, non per chi è infelice'. Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi ama il distacco, non per chi è legato'. Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando un monaco, vivendo solitario, è fatto visita da monaci, monache, laici, laiche, re, ministri, seguaci di sette e dai suoi discepoli. Con la sua mente incline all'isolamento, orientata all'isolamento, apprezzando la solitudine, egli conversa con loro solo il tempo necessario. Questo Dhamma è per chi ama il distacco, non per chi è legato'. Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi possiede l'energia sveglia, non per chi è pigro.' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando un monaco mantiene la sua energia sveglia per abbandonare le qualità mentali nocive e per ottenere le qualità mentali salutari. Egli è tenace, saldo nel suo sforzo, non evitando i suoi doveri verso le qualità mentali salutari.' 'Questo Dhamma è per chi possiede l'energia sveglia, non per chi è pigro.' Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi ha una salda presenza mentale, non per chi ha una confusa presenza mentale.' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando un monaco è mentalmente presente, meticoloso, abile a ricordare ed a riportare alla mente cose fatte e dette tempo fa.

'Questo Dhamma è per chi ha una salda presenza mentale, non per chi ha una confusa presenza mentale.' Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi ha la mente ben concentrata, non per

chi ha la mente non concentrata.' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando un monaco, abbastanza distaccato dalla sensualità, dalle qualità mentali nocive, entra e dimora nel primo jhana: estasi e gioia nate dal distacco, accompagnate dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo; dopo l'acquiescere dell'idea razionale e del pensiero discorsivo, entra e dimora nel secondo jhana: estasi e gioia nate dalla concentrazione, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, e dopo lo svanire dell'estasi dimora nell'equanimità, mentalmente presente e chiaramente consapevole, fisicamente sensibile al piacere. Entra e dimora nel terzo jhana, del quale i Nobili dichiarano: 'Felice colui che dimora nell'Equanimità.' Con l'abbandono del piacere e del dolore – con l'anteriore scomparsa di gioia ed angoscia – entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della presenza mentale, al di là del piacere e del dolore. 'Questo Dhamma è per chi ha la mente ben concentrata, non per chi ha la mente non concentrata.' Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi possiede la retta conoscenza, non per chi possiede una debole conoscenza.' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto?

Quando un monaco discerne, dotato della conoscenza del sorgere e dello svanire dei fenomeni - nobile, penetrante, che conduce alla fine della sofferenza. 'Questo Dhamma è per chi possiede la retta conoscenza, non per chi possiede una debole conoscenza.' Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

'Questo Dhamma è per chi gode il non attaccamento della mente all'idea di un sé, che trova piacere nel non attaccamento della mente all'idea di un sé, non per chi gode e trova piacere nell'attaccamento della mente all'idea di un sé. ' Così è stato detto. Con riferimento a cosa è stato detto? Quando la mente di un monaco si scuote, cresce fiduciosa, tenace e salda nella cessazione dell'attaccamento all'idea di un sé. 'Questo Dhamma è per chi gode il non attaccamento della mente all'idea di un sé, che trova

piacere nel non attaccamento della mente all'idea di un sé, non per chi gode e trova piacere nell'attaccamento della mente all'idea di un sé ' Così è stato detto. Con riferimento a ciò è stato detto.

Ora, durante la stagione delle piogge, il Ven. Anuruddha, soggiornò nel Parco Orientale di bambú tra i Ceti. Dimorando solitario, attento, ardente e risoluto, egli in poco tempo raggiunse e dimorò nella meta suprema della vita santa, per la quale si è lasciato la casa per l'ascetismo, conoscendola e realizzandola personalmente in questa stessa vita. Egli seppe: "La nascita è finita, la vita santa è compiuta, il compito realizzato. Non c'è nient'altro per il bene di questo mondo." E così il Ven. Anuruddha diventò un altro arahant. Allora, raggiungendo lo stato di arahant declamò questi versi:

Conoscendo i miei pensieri,  
il Maestro, senza eguali nei mondi,  
si avvicinò a me tramite i suoi poteri  
in un corpo fatto di mente.  
Insegnò in linea con i miei pensieri e ulteriormente proseguì.

Il Buddha, diletandosi nel non attaccamento della mente all'idea di un sé, me lo insegnò.  
Conoscendo il suo Dhamma,  
dimorai nel piacere del suo insegnamento.  
La triplice conoscenza  
è ottenuta;  
il mandato del Buddha,  
realizzato.

*AN 8.39: Abhisanda Sutta*  
*Ricompense*



"Monaci, ci sono queste otto ricompense meritevoli che conducono al mondo celeste, conducono a ciò che è desiderabile, piacevole ed attraente, al benessere ed alla felicità. Quali otto?

Quando un discepolo delle nobili persone ha preso rifugio nel Buddha. Questa è la prima ricompensa meritevole che conduce al mondo celeste, conduce a ciò che è desiderabile, piacevole, ed attraente; al benessere ed alla felicità.

Inoltre, il discepolo delle nobili persone ha preso rifugio nel Dhamma. Questa è la seconda ricompensa meritevole...

Inoltre, il discepolo delle nobili persone ha preso rifugio nel Sangha. Questa è la terza ricompensa meritevole...

Ora, ci sono questi cinque doni, cinque grandi doni – di lunga durata, antichi e puri - che non sono aperti al sospetto, non saranno mai aperti al sospetto, e sono considerati degnamente dagli asceti e dai veri bramani. Quali cinque?

Quando un discepolo delle nobili persone, non uccidendo, si astiene dal prendere la vita. Così facendo, si libera del pericolo, si libera dall'odio, si libera dall'opprimere ogni essere vivente. Liberatosi del pericolo, liberatosi dall'odio, liberatosi dall'opprimere ogni essere vivente, ottiene una parte delle illimitate liberazioni del pericolo, liberazioni dell'odio, e liberazioni dell'oppressione. Questo è il primo dono, il primo grande dono - di lunga durata, antico e puro - che non è aperto al sospetto, non sarà mai aperto al sospetto, ed è considerato degnamente dagli asceti e dai veri bramani. Questa è la quarta ricompensa meritevole...

Inoltre, smettendo di prendere ciò che non è dato (rubare), il discepolo delle nobili persone si astiene dal prendere ciò che non è dato.

Così facendo, si libera del pericolo, .....

Questo è il secondo dono, il secondo grande dono... e questa è la quinta ricompensa meritevole...

Inoltre, non avendo rapporti sessuali illeciti, il discepolo delle nobili persone si astiene da sesso illecito. Così facendo, si libera del pericolo, .....

Questo è il terzo dono, il terzo grande dono... e questa è la sesta ricompensa meritevole...

"Inoltre, smettendo di mentire, il discepolo delle nobili persone si astiene dal mentire. Così facendo, .....

Questo è il quarto dono, il quarto grande dono... e questa è la settima ricompensa meritevole....

Inoltre, cessando l'uso sostanze o bevande intossicanti, il discepolo delle nobili persone si astiene dal prendere degli intossicanti. Così facendo, ....

Questo è il quinto dono, il quinto grande dono - di lunga durata, antico e puro - che non è aperto al sospetto, non sarà mai aperto al sospetto, ed è considerato degnamente dagli asceti e dai veri bramani. Questa è l'ottava ricompensa meritevole che conduce al mondo celeste, conduce a ciò che è desiderabile, piacevole, ed attraente; al benessere ed alla felicità."

*AN 8.40: Vipaka Sutta*  
*Risultati*

"Monaci, l'uccisione - quando appagata, sviluppata e perseguita - è qualcosa che conduce all'inferno, alla rinascita come un animale comune, al reame degli spiriti famelici. Nel regno umano implica una breve vita.

Il rubare - ..... quando si rinasce come essere umano, conduce alla perdita della ricchezza.

Il comportamento sessuale illecito" - .....quando si rinasce come essere umano, conduce alla rivalità ed alla vendetta.

Il mentire" - ..... quando si rinasce come essere umano, conduce ad essere accusato falsamente.

Le parole discordanti" - .....quandosi rinasce come essere umano, conducono alla rottura delle amicizie.

I discorsi aspri - ..... quando si rinasce come essere umano, conducono a suoni non benevoli.

Le chiacchiere frivole" - ..... quando si rinasce come essere umano, conducono a parole vuote.

Il bere liquori o l'assumere sostanze intossicanti"- ..... quando si rinasce come essere umano, conduce alla pazzia."

*AN 8.53: Gotami Sutta*  
*A Gotami*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Vesali, nella Sala del Tetto Appuntito nella Grande Foresta.

Allora Mahapajapati Gotami andò a trovare il Beato e, lì giunta, lo salutò con rispetto e si tenne da un lato. Mentre si teneva là gli disse: "Sarebbe bene, signore, che il Beato mi insegnasse in breve il Dhamma in modo tale che, avendo sentito il Dhamma dal Beato, possa rimanere distaccata, attenta, ardente e risoluta".

"Gotami, devi conoscere queste qualità: 'Le qualità che conducono alla concupiscenza, non alla rinuncia; ad essere vincolata, non ad essere liberata; all'attaccamento, non al distacco; allo sviluppo del Sè, non alla modestia; al malcontento, non alla contentezza; alla pigrizia, non allo sforzo'. Conoscendo queste qualità puoi assolutamente sostenere: 'Questo non è il Dhamma, questo non è il Vinaya, non sono gli insegnamenti del maestro.

Devi conoscere queste qualità: 'Le qualità che conducono alla rinuncia, non alla concupiscenza; ad essere liberata, non ad essere vincolata; al distacco, non all'attaccamento; alla modestia, non allo sviluppo del Sé; alla contentezza, non al malcontento; allo sforzo, non alla pigrizia.' Conoscendo queste qualità puoi assolutamente sostenere: 'Questo è il Dhamma, questo è il Vinaya, questi sono gli insegnamenti del maestro. '"

Questo disse il Beato. Gratificata, Mahâpajapati Gotami si rallegrò delle sue parole.

*AN 8.54: Dighajanu (Vyagghapajja) Sutta*  
*Condizioni di benessere*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava fra i Koliya, [i Koliya erano i rivali dei Sakya. La regina Maha Maya apparteneva al clan dei Koliya e il re Siddhodana al clan dei Sakya.] nella città commerciale di nome Kakkrapatta. Quindi Dighajanu, un Koliya, si avvicinò al Beato e dopo averlo salutato con rispetto si sedette ad un alto. Appena seduto, così si rivolse al Beato: "Noi, Signore, siamo laici che amano i piaceri mondani. Conduciamo una vita gravata da moglie e figli. Usiamo legno di sandalo di Kasi. Ci adorniamo con ghirlande, profumi ed unguenti. Usiamo oro ed argento. Possa il Sublime, per quelli come noi, predicare

il Dhamma, insegnare quelle realtà che conducono al benessere e alla felicità in questa vita e in quella futura.”

### *Condizioni di progresso mondano*

“Quattro condizioni, Vyagghapajja [=Sentiero della Tigre; così chiamato perché i suoi antenati erano nati in un sentiero della foresta popolato da tigri. Vyagghapajja è il nome di famiglia di Dighajanu.], portano benessere e felicità in questa vita ad un capofamiglia. Quali quattro?

L’attuazione dello sforzo costante (*utthana-sampada*), l’attuazione della vigile attenzione (*arrakkha-sampada*), l’attuazione della retta amicizia (*kalyanamittata*) e l’attuazione del modo di vivere equilibrato (*sama-jivikata*).

Qual è l’attuazione dello sforzo costante?

Qui, Vyagghapajja, con una qualsiasi attività un capofamiglia si guadagna da vivere - agricoltura, commercio, allevamento, tiro con l’arco, servire il re, o qualsiasi altro mestiere – egli diventa esperto in quel lavoro e non si lascia condurre dalla pigrizia. Egli è dotato del potere della conoscenza in base ai propri mezzi e capacità; è capace di svolgere ed assegnare doveri. Questa è chiamata l’attuazione dello sforzo costante.

Qual è l’attuazione della vigile attenzione?

Qui, Vyagghapajja, qualsiasi ricchezza posseda un capofamiglia, ottenuta con grande lavoro, con fatica, con il sudore della fronte, acquisita giustamente con retti mezzi – egli la amministra e la custodisce bene, tanto che i re non possono sequestrarla, i ladri non possono rubarla, il fuoco e l’acqua non possono distruggerla, né gli eredi sperperarla. Questa è l’attuazione della vigile attenzione.

Qual è la retta amicizia?

Qui, Vyagghapajja, in qualsiasi paese o città commerciale dimori un capofamiglia, frequenta, dialoga, discute con i capifamiglia o

con i figli dei capifamiglia, siano essi giovani e di alta cultura o anziani e di alta cultura, colmi di fede (*saddha*) [saddha non è la fede cieca, ma la fede o fiducia basata sulla conoscenza], colmi di virtù (*sila*), colmi di generosità (*caga*), colmi di saggezza (*pañña*). Egli agisce secondo la fede dei fedeli, con la virtù dei virtuosi, con la generosità del caritatevole, con la saggezza del saggio. Questa è chiamata la retta amicizia.

Qual è il modo di vivere equilibrato?

Qui, Vyagghapajja, un capofamiglia conoscendo il suo reddito e le sue spese conduce una vita equilibrata, né sontuosa né avara, sapendo che in tal modo il suo reddito sarà maggiore delle sue spese e non viceversa.

Proprio come l'orafo o un suo apprendista, sa come tarare perfettamente il suo bilanciare, così un capofamiglia conoscendo il suo reddito e le sue spese conduce una vita equilibrata, né sontuosa né avara, sapendo che in tal modo il suo reddito sarà maggiore delle sue spese e non viceversa.

Se, Vyagghapajja, un capofamiglia con poco reddito dovesse condurre una vita sontuosa, la gente direbbe: “Questa persona consuma più del suo reddito come un albero di mele [Udumbarakhadaka. Il Commentario spiega che chi vuole mangiare una mela scuote l'albero, facendo cadere molti frutti, e solo pochi verranno mangiati, sprecando gli altri frutti che sono caduti.]. Se, Vyagghapajja, un capofamiglia con un grande reddito dovesse condurre una vita miserabile, la gente direbbe: “Questa persona morirà come un pezzente.”

La ricchezza così accumulata, Vyagghapajja, ha quattro fonti di distruzione:

(i) Dissolutezza, (ii) ubriachezza, (iii) gioco d'azzardo, (iv) amicizia con gente di malaffare.

Proprio come un grande serbatoio con quattro entrate ed uscite, se un uomo dovesse chiudere le entrate ed aprire le uscite non ci sarebbe un adeguato ricambio d'acqua, l'acqua inizierebbe a diminuire e non ad aumentare; allo stesso modo vi sono quattro

fonti di distruzione per la ricchezza accumulata - dissolutezza, ubriachezza, gioco d'azzardo, amicizia con gente di malaffare.

Vi sono quattro fonti di crescita per la ricchezza accumulata: (i) evitare la dissoluzione (ii) evitare l'ubriachezza (iii) evitare il gioco d'azzardo (iv) evitare di frequentare gente di malaffare. Proprio come un grande serbatoio con quattro entrate ed uscite, se una persona dovesse aprire le entrate e chiudere le uscite, ci sarebbe un buon ricambio d'acqua, l'acqua inizierebbe certamente ad aumentare e non a diminuire; allo stesso modo queste quattro condizioni sono le fonti di crescita per la ricchezza accumulata.

Queste quattro condizioni, Vyagghapajja, conducono un capofamiglia al benessere e alla felicità in questa vita.

### *Condizioni di progresso spirituale*

Quattro condizioni, Vyagghapajja, conducono un capofamiglia al benessere e alla felicità nella sua vita futura. Quali quattro? L'attuazione della fede (*saddha-sampada*), l'attuazione della virtù (*sila-sampada*), l'attuazione della generosità (*caga-sampada*) e l'attuazione della saggezza (*pañña-sampada*).

Qual è l'attuazione della fede?

Qui un capofamiglia è colmo di fede, egli crede nell'Illuminato, nel Perfettamente Risvegliato (Tathagata): Così è il Beato, puro, pienamente illuminato, dotato di perfetta conoscenza e condotta, il Glorioso, conoscitore del cosmo, maestro insuperabile di coloro che vogliono essere istruiti, maestro di esseri umani e divini. Questa è chiamata l'attuazione della fede.

Qual è l'attuazione della virtù?

Qui un capofamiglia si astiene dall'uccidere, dal rubare, dall'aver una condotta sessuale illecita, dal mentire e dall'uso di sostanze che alterano la lucidità mentale. Questa è chiamata l'attuazione della virtù.

Qual è l'attuazione della generosità?

Qui un capofamiglia dimora con un cuore privo dell'impurità dell'avarizia, dedito alla generosità, magnanimo, caritatevole, attento ai bisognosi e propenso a fare elemosina. Questa è chiamata l'attuazione della generosità.

Qual è l'attuazione della saggezza?

Qui un capofamiglia è saggio: è dotato della saggezza che comprende il sorgere ed il cessare (*dei cinque aggregati dell'esistenza*); è padrone di quella nobile visione profonda e penetrativa che conduce alla distruzione della sofferenza. Questa è chiamata l'attuazione della saggezza.

Queste quattro condizioni, Vyagghapajja, conducono un capofamiglia al benessere e alla felicità nella sua vita futura.”

Vigoroso ed attento nei suoi doveri, amministrando saggiamente le sue ricchezze, egli vive una vita equilibrata, proteggendo ciò che ha accumulato. Dotato di fede e di virtù, generoso e privo d'avarizia; lavora per rendere chiaro il sentiero che conduce al benessere nella vita futura. In questo modo il laico colmo di fede potrà raggiungere il Risveglio. Queste otto condizioni conducono alla beatitudine; così è stato detto.



Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

## LIBRO DEI NOVE

*AN 9.1: Sambodhi Sutta*  
*I fattori del risveglio*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi nel Boschetto di Jeta, nel monastero di Anathapindika. Là disse ai monaci: "Monaci, se degli asceti erranti, membri di altre scuole, vi chiedessero: 'Quali sono, amico, i prerequisiti per lo sviluppo dei fattori del risveglio'? Come gli rispondereste?"

"Per noi, signore, gli insegnamenti hanno il Beato come radice, come guida e come giudice. Sarebbe bene che il Beato ci spiegasse il senso di questo enunciato. Avendolo sentito dal Beato, i monaci se ne ricorderanno".

"In questo caso, monaci, ascoltate molto attentamente. Vado a parlare."

"Come dite, signore." - risposero i monaci.

Il Beato disse, "Se degli asceti erranti, membri di altre scuole, vi chiedessero: 'Quali sono, amico, i prerequisiti per lo sviluppo dei fattori del risveglio?' Dovreste rispondere: 'Quando un monaco ha degli amici e compagni ammirevoli. Questo è il primo prerequisito per lo sviluppo dei fattori del risveglio.

'Inoltre, il monaco è virtuoso. Rimane misurato in accordo col Patimokkha, compiuto in comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso le regole della pratica, vedendo del pericolo nelle colpe più sottili. Questo è il secondo prerequisito per lo sviluppo dei fattori del risveglio.

'Inoltre, ascolta e comprende senza difficoltà un discorso sull'elevazione della coscienza, cioè, un discorso sulla modestia, sulla contentezza, sulla rinuncia, sull'illusione, sul retto sforzo, sulla virtù, sulla concentrazione, sulla saggezza, sulla liberazione e sulla conoscenza e la visione della liberazione. Questo è il terzo prerequisito per lo sviluppo dei fattori del risveglio.

'Inoltre, custodisce il suo sforzo per abbandonare le qualità mentali nocive e per acquistare le qualità mentali salutari. È fermo, saldo nel suo sforzo, non spaventandosi davanti ai suoi doveri verso le qualità mentali salutari. Questo è il quarto prerequisito per lo sviluppo dei fattori del risveglio.

'Inoltre, discerne l'origine e la cessazione di ogni fenomeno - nobile, penetrante, che conduce alla fine del dolore. Questo è il quinto prerequisito per lo sviluppo dei fattori del risveglio.'

Monaci, quando un monaco ha degli amici e compagni ammirevoli può ritenersi virtuoso, misurato in accordo col Patimokkha, compiuto nel comportamento e nella sfera delle attività, e si eserciterà da solo, avendo intrapreso le regole della pratica, vedendo del pericolo nelle colpe più sottili.

Quando un monaco ha degli amici ammirevoli, può ascoltare e comprendere, senza difficoltà, un discorso sull'elevazione della coscienza, cioè, un discorso sulla modestia, sulla contentezza, sulla rinuncia, sull'illusione, sul retto sforzo, sulla virtù, sulla concentrazione, sulla saggezza, sulla liberazione e sulla conoscenza e la visione della liberazione.

"Quando un monaco ha degli amici ammirevoli, può custodire il suo sforzo per abbandonare le qualità mentali nocive e per acquistare le qualità mentali salutari. È fermo, saldo nel suo sforzo, non spaventandosi davanti ai suoi doveri verso le qualità mentali salutari.

Quando un monaco ha degli amici e compagni ammirevoli può discernere l'origine e la cessazione di ogni fenomeno - nobile, penetrante, che conduce alla fine del dolore.

"Inoltre, monaci, quando il monaco è stabilito in queste cinque qualità, ci sono quattro qualità aggiuntive che dovrebbe sviluppare: Dovrebbe sviluppare [la contemplazione per] abbandonare il desiderio. Dovrebbe sviluppare la buona volontà in modo da abbandonare la cattiva volontà. Dovrebbe sviluppare la presenza mentale sul respiro in modo da recidere i pensieri distraenti. Dovrebbe sviluppare la percezione dell'impermanenza in modo da sradicare il concetto mentale dell'io sono.' Il monaco che percepisce l'impermanenza, che sviluppa la percezione del non-sè raggiunge lo sradicamento del concetto mentale dell'io sono"-- la Liberazione nel Qui ed Ora."

*AN 9.7: Sutavan Sutta*  
*A Sutavan*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Rajagaha, sul Picco dell'Avvoltoio. Allora Sutavan l'asceta errante si recò dal

Beato e, appena giunto, scambiò dei saluti cortesi con lui. Dopo uno scambio di saluti amichevoli e cortesi, si sedette ad un lato, disse al Beato: "Un giorno quando soggiornavo qui a Rajagaha, a Giribbaja, ho sentito della presenza del Beato: 'Sutavan, un monaco arahant i cui influssi impuri mentali sono finiti, che è giunto all'adempimento, fatto il compito, abbandonato il fardello, raggiunto la vera meta, totalmente distrutto la catena delle rinascite e si è liberato attraverso la retta conoscenza, non può trasgredire questi cinque principi. È impossibile per un monaco, i cui influssi impuri mentali sono finiti: uccidere, rubare, avere rapporti sessuali, mentire, abbandonarsi ai piaceri dei sensi come faceva prima, quando era un capofamiglia.' Ha parlato così il Beato? Ho capito esattamente? "

"Sì, Sutavan, così ho parlato ed hai perfettamente capito. Perciò ti ripeto che un monaco arahant i cui influssi impuri mentali sono finiti, .....

[1] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti uccidere intenzionalmente un essere vivente.

[2] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti prendere ciò che non è dato. [3] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti avere rapporti sessuali.

[4] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti dire una bugia consapevole.

[5] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti godere dei piaceri sensuali come faceva prima, quando era un capofamiglia.

[6] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti seguire una deviazione basata sul desiderio.

[7] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti seguire una deviazione basata sull'avversione.

[8] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti seguire una deviazione basata sulla paura.

[9] E' impossibile per un monaco i cui influssi impuri mentali sono finiti seguire una deviazione basata sull'illusione.

Perciò un monaco arahant i cui influssi impuri mentali sono finiti ..... non può trasgredire questi nove principi."

*AN 9.34: Nibbana Sutta*  
*Illuminazione*

Così ho sentito. Una volta il Ven. Sariputta soggiornava presso Rajagaha nel Boschetto di Bambù, nel Santuario degli Scoiattoli. Là disse ai monaci: "Questa Illuminazione è piacevole, amici. Questa Illuminazione è piacevole."

Detto questo, il Ven. Udayin disse al Ven. Sariputta: "Qual è il piacere, mio amico, dove vi è il nulla?"

Solo quello è il piacere, mio amico: dove vi è il nulla. Ci sono queste cinque caratteristiche della sensualità. Quali cinque? Le forme conoscibili dall'occhio - piacevoli ed affascinanti; i suoni conoscibili dall'orecchio... gli odori conoscibili dal naso... i sapori conoscibili dalla lingua... le sensazioni tattili conoscibili dal corpo - piacevoli ed affascinanti. Qualsiasi piacere o gioia sorgo-

no in dipendenza di queste cinque caratteristiche della sensualità, il piacere dei sensi.

Quando un monaco - estraneo alla sensualità, privo delle qualità nocive - entra e dimora nel primo jhana: nato dal distacco, accompagnato dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, e pieno di estasi e di gioia. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano della sensualità, che è un'afflizione per lui. Proprio come il dolore sorge come un'afflizione in una persona sana, così l'attenzione alle percezioni dei sensi, che assalgono il monaco, è un'afflizione per lui. Ora, il Beato ha detto che qualunque afflizione è dolore. Quindi su questa linea di ragionamento si può dire che l'Illuminazione è piacevole.

Inoltre, quando un monaco, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, entra e dimora nel secondo jhana: nato dalla concentrazione e pieno di estasi e di gioia. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano del pensiero diretto, che è un'afflizione per lui...

Inoltre, quando un monaco, con lo svanire dell'estasi dimora nell'equanimità, attento e mentalmente presente, sperimentando il piacere fisico, entra e dimora nel terzo jhana di cui i Nobili dichiarano: 'Equanime e mentalmente presente.' Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano dell'estasi, che è un'afflizione per lui...

Inoltre, quando un monaco, con l'abbandono del piacere e del dolore - con la scomparsa della gioia e dell'angoscia - entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevolezza, nè-piacere-né-dolore. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano dell'equanimità, che è un'afflizione per lui...

"Inoltre, quando un monaco, trascendendo le percezioni [fisiche] della forma, con la scomparsa delle percezioni di resistenza e non tenendo conto delle percezioni del cambiamento, pensando

'spazio Infinito', entra e dimora nella dimensione dell'infinità dello spazio. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano della forma, che è un'afflizione per lui...

Inoltre, quando un monaco, trascendendo la dimensione dell'infinità dello spazio, pensando 'coscienza Infinita', entra e dimora nella dimensione dell'infinità della coscienza. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano della dimensione dell'infinità dello spazio, che è un'afflizione per lui...

Inoltre, quando è un monaco, trascendendo la dimensione dell'infinità della coscienza, pensando 'non c'è niente', entra e dimora nella dimensione della vacuità. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano della dimensione dell'infinità della coscienza, che è un'afflizione per lui...

Inoltre, quando un monaco, trascendendo la dimensione della vacuità, entra e dimora nella dimensione della 'né percezione né non-percezione'. Se, rimane là, è assalito da percezioni che trattano della dimensione della vacuità, che è un'afflizione per lui. Ora, il Beato ha detto che qualsiasi afflizione è dolore. Quindi su questa linea di ragionamento si può dire che l'Illuminazione è piacevole.

"Inoltre, quando un monaco, trascendendo la dimensione della 'né percezione né non-percezione', entra e dimora nella cessazione della percezione e della sensazione, dopo aver ottenuto la perfetta conoscenza, i suoi influssi impuri mentali sono completamente finiti. Quindi su questa linea di ragionamento si può dire che l'Illuminazione è piacevole."

*AN 9.36: Jhana Sutta*  
*Assorbimento mentale*

*(estratto)*



"Io vi dico, la fine degli influssi impuri mentali dipende dal primo jhana... dal secondo jhana... dal terzo... dal quarto... dalla dimensione dell'infinità dello spazio... dalla dimensione dell'infinità della coscienza... dalla dimensione della vacuità. Io vi dico, la fine degli influssi impuri mentali dipende dalla dimensione della ' né percezione né non-percezione '.

'Io vi dico, la fine degli influssi impuri mentali dipende dal primo jhana.' Così è stato detto. In riferimento a cosa questo fu detto? Quando un monaco, estraneo alla sensualità, estraneo alle qualità nocive, entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo. Percepisce qualsiasi fenomeno, connesso con la forma, con la sensazione, con la percezione, con le produzioni karmiche e con la coscienza, come impermanenti, dolorosi, una malattia, un cancro, una freccia, un'afflizione, un vuoto, non-sè. Allontana la sua mente da quei fenomeni, ed avendo fatto così, dirige la sua mente verso l'immortalità: 'Questa è la pace, questo è il bene – l'abbandono di tutte le produzioni karmiche; l'abbandono di tutti gli aggregati; la fine della brama; la fine del desiderio; la cessazione: l'Illuminazione.'"

*AN 9.37: Ananda Sutta*  
*Con Ananda*

Una volta il Ven. Ananda soggiornava presso Kosambi al monastero di Ghosita. Lì si rivolse ai monaci: "Amici monaci." "Sì, amico." - risposero i monaci.

Il Ven. Ananda disse: "E' straordinario, amici, è meraviglioso, come l'onniveggenza Beato, il degno, perfettamente svegliato, abbia ottenuto e raggiunto la conoscenza per purificare gli esseri, per superare la pena ed il lamento, per eliminare la sofferenza e

l'angoscia, per conseguire la retta pratica, per realizzare l'Illuminazione, dove vi saranno l'occhio e le forme e non si sarà sensibili a quella dimensione; dove vi saranno l'orecchio ed i suoni....dove vi saranno il naso e gli odori... dove vi saranno la lingua ed i sapori....dove vi saranno il corpo e le sensazioni tattili, e non si sarà sensibili a quella dimensione.” Dopo queste parole, il Ven. Udayn chiese al Ven. Ananda: “Quando non si è sensibili a quella dimensione, si è perceptenti o non perceptenti, amico Ananda?”

[Ananda:] “Quando non si è sensibili a quella dimensione, si è perceptenti, amico mio.”

[Udayn:] “E di che cosa si è perceptenti, amico mio?”

[Ananda:] “Quando, con la completa trascendenza delle percezioni delle forme (fisiche), con lo svanire delle percezioni delle reazioni sensoriali, e non prestando attenzione alle percezioni della diversità, si è consapevoli dello “Spazio infinito”, si entra e si dimora nella dimensione dell'infinità dello spazio. Così si è perceptenti ma non sensibili a quella dimensione. Poi, con la completa trascendenza dello spazio infinito, si è consapevoli della “Coscienza infinita”, si entra e si dimora nella dimensione dell'infinità della coscienza. Questo è un altro modo di essere perceptenti ma non sensibili a quella dimensione.

Poi, con la completa trascendenza della coscienza infinita, si è consapevoli del “Non vi è nulla.”, si entra e si dimora nella dimensione della vacuità. Questo è un altro modo di essere perceptenti ma non sensibili a quella dimensione.

Una volta, amico, quando soggiornavo presso Saketa nella Nera Foresta, la monaca Jatila si avvicinò a me e, dopo avermi salutato con rispetto, stette da parte. Poi mi chiese: “La concentrazione per cui – né fa avanzare né fa indietreggiare, né blocca o distrugge le formazioni mentali – si ottiene il risultato della liberazione, il risultato della stabilità, e il risultato di appagamento per chi è agitato: questa concentrazione è detta dal Beato essere il frutto, il frutto di che cosa?”

Le risposi: “La concentrazione per cui – né fa avanzare né fa indietreggiare, né blocca o distrugge le formazioni mentali – si ot-

tiene il risultato della liberazione, il risultato della stabilità, e il risultato di appagamento per chi è agitato: questa concentrazione è detta dal Beato essere il frutto della gnosi (lo stato di Arahant). Questo è un altro modo di essere percepenti ma non sensibili a quella dimensione.”

*AN 9.41: Tapussa Sutta*  
*A Tapussa*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso i Malla vicino ad una città dei Malla chiamata Uruvelakappa. Quindi di mattina presto il Beato, avendo preso mantello e scodella, andò a Uruvelakappa per la questua. Dopo il suo pasto, al ritorno dalla questua, disse al Ven. Ananda: "Stia qui, Ananda, mentre io vado nella Grande Foresta per trascorrere la giornata."

"Come vuole, signore." - rispose il Ven. Ananda.

Quindi il Beato andò nella Grande Foresta e si sedette ai piedi di un albero.

Allora Tapussa, il capofamiglia andò dal Ven. Ananda e, lì giunto, lo salutò con rispetto e si sedette ad un lato. Poi disse al Ven. Ananda: "Venerabile Ananda, siamo capifamiglia che appagano la sensualità, si dilettono con la sensualità, godono della sensualità, si allietano nella sensualità. Per noi la rinuncia è difficile. Perciò questa dottrina e disciplina è difficile per molte persone: come [questo problema di] la rinuncia."

"Andiamo dal Beato. Avviciniamoci e gli poniamo la questione. Egli ce lo spiegherà, e noi lo terremo presente."

"Come vuole, signore." - rispose Tapussa al Ven. Ananda.

Quindi il Ven. Ananda, insieme con Tapussa, andò dal Beato e, dopo averlo salutato con riverenza si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato: "Tapussa il capofamiglia, mi ha detto: 'Signore, siamo capifamiglia che appagano la sensualità, si dilettono con la sensualità, godono della sensualità, si allietano nella sensualità. Per noi la rinuncia è difficile. Perciò questa dottrina e disciplina è difficile per persone: come [questo problema di] la rinuncia."

"Così è, Ananda. Così è. Anche io, di fronte al mio Risveglio quando ero ancora un Bodhisatta non-risvegliato, pensavo: 'La rinuncia è giusta. L'isolamento è giusto.' Ma il mio cuore non rinuncia, non cresce fiducioso, costante o fermo, considerando la pace. Ed un pensiero mi venne: 'Qual è la causa, qual è la ragione per cui il mio cuore non rinuncia, non cresce fiducioso, costante o fermo, considerando la pace?' Poi un altro pensiero mi apparve: 'Io non ho visto l'inconveniente dei piaceri sensuali, non ho perseguito [quel tema], non ho capito la ricompensa della rinuncia. Ecco perché il mio cuore non rinuncia, non cresce fiducioso, costante o fermo, considerando la pace..'

[1] 'Se, vedessi l'inconveniente dei piaceri sensuali, avrei intrapreso quel tema; e se, avessi capito la ricompensa della rinuncia, il mio cuore potrebbe fare la rinuncia, crescere fiducioso, costante e fermo, considerando la pace..'

Quindi più avanti nel tempo, avendo visto l'inconveniente dei piaceri sensuali, intrapresi quel tema, avendo capito la ricompensa della rinuncia. Così il mio cuore iniziò a credere alla rinuncia, crebbe fiducioso, costante e fermo, considerando la pace. Poi, estraneo alla sensualità e alle qualità nocive, entrai e rimasi nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo.

Come rimasi là, venni assalito da percezioni che trattano della sensualità. Quell'era un'afflizione per me. Come il dolore sorge come un'afflizione per una persona sana, così l'attenzione alle

percezioni che trattano della sensualità che mi assale era un'afflizione per me."

*(continua come i sutta precedenti)*

*AN 9.43: Kayasakkhi Sutta*  
*Testimone fisico*

[Udayin:] "'Testimone fisico, testimone fisico', è detto. Come è descritto dal Beato un testimone fisico?"

[Ananda:] Quando un monaco, estraneo alla sensualità, estraneo alle qualità nocive, entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo. Egli rimane a toccare con il suo corpo ogni fenomeno finchè c'è un'entrata. Così è descritto dal Beato un testimone fisico.

Inoltre, quando un monaco, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, entra e dimora nel secondo jhana: nato dalla concentrazione e pieno di estasi e di gioia. Così è descritto dal Beato un testimone fisico.

Inoltre, quando un monaco, con lo svanire dell'estasi dimora nell'equanimità, attento e mentalmente presente, sperimentando il piacere fisico, entra e dimora nel terzo jhana di cui i Nobili dichiarano: 'Equanime e mentalmente presente.' Così è descritto dal Beato un testimone fisico.

Inoltre, quando un monaco, con l'abbandono del piacere e del dolore - con la scomparsa della gioia e dell'angoscia - entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevo-

lezza, nè-piacere-né-dolore. Così è descritto dal Beato un testimone fisico."

*AN 9.44: Paññavimutti Sutta*  
*Liberato attraverso la conoscenza*

[Udayin:] "Liberato attraverso la conoscenza, liberato attraverso la conoscenza', è detto. Come è descritto dal Beato liberato attraverso la conoscenza?"

[Ananda:] "Quando un monaco, estraneo alla sensualità, estraneo alle qualità nocive, entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo. E lui sa attraverso la conoscenza. Così è descritto dal Beato liberato attraverso la conoscenza.

Inoltre, quando un monaco, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, entra e dimora nel secondo jhana: nato dalla concentrazione e pieno di estasi e di gioia. E lui sa attraverso la conoscenza. In questo modo è descritto dal Beato liberato attraverso la conoscenza

Inoltre, quando un monaco, con lo svanire dell'estasi dimora nell'equanimità, attento e mentalmente presente, sperimentando il piacere fisico, entra e dimora nel terzo jhana di cui i Nobili dichiarano: 'Equanime e mentalmente presente.' E lui sa attraverso la conoscenza. In questo modo è descritto dal Beato liberato attraverso la conoscenza

Inoltre, quando un monaco, con l'abbandono del piacere e del dolore - con la scomparsa della gioia e dell'angoscia - entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della consapevolezza, nè-piacere-né-dolore. E lui sa attraverso la conoscenza. In

questo modo è descritto dal Beato liberato attraverso la conoscenza."

*AN 9.45: Ubhatobhaga Sutta  
(liberato) In entrambi i Modi*

[Udayin:] "'Liberato in entrambi i modi, liberato in entrambi i modi', è detto. Come è descritto dal Beato liberato in entrambi i modi?"

[Ananda:] "Quando un monaco, estraneo alla sensualità e alle qualità nocive, entra e dimora nel primo jhana: estasi e piacere nati dal distacco, accompagnati dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo. Lui rimane toccando col suo corpo dove c'è un'entrata, e lui lo sa attraverso la conoscenza.

Inoltre, libero dall'idea razionale e dal pensiero discorsivo, lui entra e dimora nel secondo jhana... nel terzo jhana... nel quarto jhana... nella dimensione dell'infinità dello spazio... nella dimensione dell'infinità della coscienza... nella dimensione della vacuità... nella dimensione della 'né percezione né non-percezione'. Lui rimane toccando col suo corpo dove c'è un'entrata, e lui lo sa attraverso la conoscenza.

Inoltre, trascendendo la dimensione della 'né percezione né non-percezione', lui entra e dimora nella cessazione della percezione e della sensazione. E attraverso la perfetta conoscenza, gli influssi impuri mentali finiscono. Lui rimane toccando col suo corpo dove c'è un'entrata, e lui lo sa attraverso la conoscenza. In questo modo è descritto dal Beato liberato in entrambi i modi."

*AN 9.62: Bhabba Sutta  
Capace*

"Monaci, colui che non ha abbandonato nove cose è incapace di diventare un arahant. Quali nove? Il desiderio sensuale, l'avversione, l'illusione, la rabbia, il risentimento, l'arroganza, l'insolenza, l'invidia e la avarizia. Colui che non ha abbandonato queste nove cose è incapace di diventare un arahant.

Colui che ha abbandonato nove cose è capace di diventare un arahant. Quali nove? Il desiderio sensuale, l'avversione, l'illusione, la rabbia, il risentimento, l'arroganza, l'insolenza, l'invidia e la avarizia. Colui che ha abbandonato queste nove cose è capace di diventare un arahant."

*AN 9.63: Sikkha-dubbalya Sutta*  
*Cose che indeboliscono la pratica*

"Monaci, queste cinque cose indeboliscono la pratica. Quali cinque? Uccidere, rubare, una condotta sessuale illecita, mentire e bevande distillate e fermentate che causano disattenzione. Queste cinque cose indeboliscono la pratica.

Abbandonando queste cinque cose si dovrebbero sviluppare i quattro fondamenti della presenza mentale. Quali quattro? Quando un monaco sviluppa la contemplazione del corpo sul corpo - ardente, vigile e mentalmente presente - mettendo da parte l'avidità e l'angoscia verso il mondo. Egli sviluppa la contemplazione della sensazione sulla sensazione... della mente sulla mente... degli oggetti mentali sugli oggetti mentali - ardente, vigile e mentalmente presente - mettendo da parte l'avidità e l'angoscia verso il mondo. Abbandonando queste cinque cose che indeboliscono la pratica, si dovrebbero sviluppare i quattro fondamenti della presenza mentale."



*AN 9.64: Nivarana Sutta*  
*Ostacoli*

"Monaci, ci sono questi cinque ostacoli. Quali cinque? Il desiderio sensuale, la cattiva volontà, la pigrizia e il torpore, l'inquietudine e l'ansia, il dubbio. Questi sono i cinque ostacoli.

Abbandonando questi cinque ostacoli, si dovrebbero sviluppare i quattro fondamenti della presenza mentale. Quali quattro? Quando un monaco sviluppa la contemplazione del corpo sul corpo - ardente, vigile e mentalmente presente - mettendo da parte l'avidità e l'angoscia verso il mondo. Egli sviluppa la contemplazione della sensazione sulla sensazione... della mente sulla mente... degli oggetti mentali sugli oggetti mentali - ardente, vigile e mentalmente presente - mettendo da parte l'avidità e l'angoscia verso il mondo. Abbandonando queste cinque cose che indeboliscono la pratica, si dovrebbero sviluppare i quattro fondamenti della presenza mentale."

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

LIBRO DEI DIECI

*AN 10.13: Sanyojana Sutta*  
*Catene*

"Ci sono queste dieci catene. Quali dieci? Cinque catene inferiori e cinque catene superiori. E quali sono le cinque catene inferiori? La teoria dell'esistenza di un Sé, il dubbio, l'attaccamento a precetti e pratiche, il desiderio sensuale e la cattiva volontà. Queste sono le cinque catene inferiori. E quali sono le cinque catene superiori? Il desiderio per la forma, il desiderio per ciò che è amorfo, la presunzione, l'inquietudine e l'ignoranza. Queste sono le cinque catene superiori. E queste sono le dieci catene."

*AN 10.15: Appamada Sutta*  
*La presenza mentale*

"Fra tutti gli animali - striscianti, bipedi, quadrupedi, con molti piedi; con forma o amorfi; percepenti, non-percepenti, o né percepenti né non-percepenti - il Tathagata, degno e risvegliato, è considerato il primo fra loro. Allo stesso modo, tutte le qualità salutari radicate nella presenza mentale, convergenti nella pre-

senza mentale, la presenza mentale è considerata la prima fra loro.

Come le impronte di tutti gli animali sono incluse nell'impronta dell'elefante, l'impronta dell'elefante è considerata la primo fra loro in termini di taglia; allo stesso modo, tutte le qualità salutari radicate nella presenza mentale, .....

Come i grandi fiumi - come il Gange, lo Yamuna, l'Aciravati, il Sarabhu ed il Mahi - vanno all'oceano, arrivano all'oceano, attirati dall'oceano, così l'oceano è considerato il primo fra loro; allo stesso modo, tutte le qualità salutari radicate nella presenza mentale, convergono nella presenza mentale, la presenza mentale è considerata la prima fra loro."

*AN 10.17: Natha Sutta*  
*Tutori*

"Vivete con un tutore, monaci e non senza un tutore. Soffre, colui che vive senza un tutore. Queste sono le dieci qualità che creano un tutore. Quali dieci?

Quando un monaco è virtuoso. Egli indulge in concordanza col Patimokkha, completo nel suo comportamento e nella sfera delle attività. Si esercita, avendo intrapreso le regole della pratica, vedendo il pericolo nelle colpe più futili. Ciò è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco ha sentito molto, ha memorizzato ciò che ha sentito, ha compreso ciò che ha sentito. Gli insegnamenti sono ammirabili all'inizio, ammirabili nel mezzo, ammirabili alla fine e proclamano la vita santa che è totalmente completa e pura: ciò che spesso ha ascoltato, trattenuto, discusso, accumulato, esaminato con la sua mente, e indagato personalmente. Ed il fatto che lui abbia sentito molto... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco ha amici ammirabili, compagni ammirabili. Ed il fatto che lui abbia amici ammirabili, compagni ammirabili è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco parla in modo semplice, dotato di qualità che lo fanno parlare in questo modo, paziente, rispettoso degli insegnamenti. Ed il fatto che lui parli in modo semplice... , è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco è esperto e conosce bene la vita santa; è vigoroso, perspicace nelle tecniche della pratica. Ed il fatto che lui sia esperto ... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco ammira il Dhamma, nella sua conversazione, allietandosi grandemente nel Dhamma più alto e nella Disciplina più alta. Ed il fatto che lui ammiri il Dhamma, ..... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco tiene la sua persistenza svegliata per abbandonare le qualità nocive e per assumere le qualità salutari. E' costante, fermo nel suo sforzo, non evitando i suoi doveri riguardo alle qualità salutari. Ed il fatto che lui tenga la sua persistenza svegliata... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco è contento dei suoi vestiti, delle elemosine, della sua dimora, delle medicine avute. Ed il fatto che lui sia contento ..... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco è attento, estremamente meticoloso, ricordando le cose fatte e dette tempo fa. Ed il fatto che lui sia attento, ..... è una qualità che crea un tutore.

Inoltre, il monaco sa discernere, dotato della conoscenza del sorgere e dello scomparire - nobile, penetrante, che conduce alla fine della sofferenza. Ed il fatto che il monaco sappia discernere, ..... è una qualità che crea un tutore.

Vivete con un tutore, monaci, e non senza un tutore. Soffre, colui che vive senza un tutore. Queste sono le dieci qualità che creano un tutore."

*AN 10.20: Ariyavasa Sutta*  
*Le dimore dei Nobili*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava nella regione dei Kuru. Ora vi era una città dei Kuru chiamata Kammasadhamma. Lì il Beato si rivolse ai monaci: "Monaci." "Sì, signore." – risposero i monaci.

Il Beato disse: "Monaci, ci sono queste dieci dimore dove i Nobili hanno dimorato (in passato), dimorano (nel presente), e dimoreranno (in futuro). Quali dieci? Quando un monaco ha abbandonato cinque fattori, è dotato di sei, ne controlla uno, è saldo in quattro, si è liberato dalle verità faziose, ha pienamente abbandonato la ricerca, è risoluto, ha calmato le sue formazioni karmiche del corpo, possiede una mente liberata, è liberato nella conoscenza. Questi sono le dieci dimore dove i Nobili hanno dimorato, dimorano e dimoreranno.

E come un monaco ha abbandonato cinque fattori? Quando un monaco ha abbandonato il desiderio sensuale. L'avversione....pigrizia e torpore...ansia ed agitazione...ha abbandonato il dubbio.

In questo modo un monaco ha abbandonato cinque fattori. E come un monaco è dotato di sei (fattori)? Quando un monaco vedendo una forma tramite l'occhio non è né attratto né disgustato, ma rimane equanime, mentalmente presente e vigile. Ascoltando un suono tramite l'orecchio.....percependo un odore tramite il naso...percependo un sapore tramite la lingua... percepando una sensazione tattile tramite il corpo....conoscendo un pensiero tramite la mente non è né attratto né disgustato, ma rimane equanime, mentalmente presente e vigile.

In questo modo un monaco è dotato di sei fattori.

E ne controlla uno (fattore)? Quando un monaco è dotato della consapevolezza vigilata dalla presenza mentale. In questo modo un monaco ne controlla uno.

E come un monaco è saldo in quattro (modi)? Quando un monaco, contemplando con attenzione, segue una cosa, ne tollera un'altra, ne evita un'altra e ne distrugge un'altra. In questo modo un monaco è saldo in quattro (modi).

E come si è liberato dalle verità faziose? Quando un monaco si è liberato dalle verità faziose di asceti e bramani – in altre parole, 'Il cosmo è eterno.', 'Il cosmo non è eterno.', 'Il cosmo è finito.', 'Il cosmo è infinito.', 'L'anima ed il corpo sono la stessa cosa.', 'L'anima è una cosa, il corpo un'altra.', 'Dopo la morte il Tathagata esiste.', 'Dopo la morte il Tathagata non esiste.', 'Dopo la morte il Tathagata esiste e non esiste.', 'Dopo la morte il Tathagata né esiste né non esiste.'. Tutto ciò egli ha abbandonato, rifiutato, da tutto ciò egli si è liberato. In questo modo un monaco si è liberato dalle verità faziose.

E come un monaco ha pienamente abbandonato la ricerca? Quando un monaco ha abbandonato la sua ricerca della sensualità....la sua ricerca del divenire....la sua ricerca della vita santa (*vedi Itivuttaka 54-55*). In questo modo un monaco ha pienamente abbandonato la ricerca.

E come un monaco è risoluto? Quando un monaco è risoluto nell'abbandonare il piacere dei sensi....la cattiva volontà....le qualità nocive. In questo modo un monaco è risoluto.

E come un monaco ha calmato le sue formazioni karmiche del corpo? Quando un monaco, con l'abbandono del piacere e del dolore – con l'anteriore scomparsa di gioia ed angoscia – entra e dimora nel quarto jhana: purezza dell'equanimità e della presenza mentale, al di là del piacere e del dolore. In questo modo un monaco ha calmato le sue formazioni karmiche del corpo.

E come un monaco possiede una mente liberata? Quando la mente di un monaco è liberata dalla concupiscenza, dall'avversione, dall'ignoranza. In questo modo un monaco possiede una mente liberata.

E come un monaco è liberato nella conoscenza? Quando un mo-

naco discerne: 'La concupiscenza in me è abbandonata, le sue radici distrutte, come un albero di palma sradicato, senza le condizioni per far nascere una nuova esistenza.' Egli discerne: 'L'avversione in me è abbandonata, le sue radici distrutte, come un albero di palma sradicato, senza le condizioni per far nascere una nuova esistenza.' Egli discerne: 'L'ignoranza in me è abbandonata, le sue radici distrutte, come un albero di palma sradicato, senza le condizioni per far nascere una nuova esistenza.' In questo modo un monaco è liberato nella conoscenza. Monaci, tutti coloro che hanno dimorato, in passato, nelle nobili dimore hanno dimorato in queste dieci nobili dimore. Tutti coloro che dimoreranno, in futuro, nelle nobili dimore dimoreranno in queste dieci nobili dimore. Tutti coloro che dimorano, nel presente, nelle nobili dimore dimorano in queste dieci nobili dimore.

Queste sono le dieci nobili dimore in cui i Nobili hanno dimorato (in passato), dimorano (nel presente), e dimoreranno (in futuro)."

*AN 10.24: Cunda Sutta*  
*Cunda*

Una volta il Ven. MahaCunda soggiornava presso i Ceti a Sahajati. Lì si rivolse ai monaci: "Amici monaci." "Sì, amico." – risposero i monaci.

Il Ven. MahaCunda così disse: "Quando un monaco pronuncia parole sulla conoscenza, dicendo: 'Io conosco il Dhamma; Io penetro il Dhamma,' ma dimora con una mente contaminata da avidità, avversione, illusione, rabbia, odio, ipocrisia, malevolenza, egoismo, invidia e bramosia malevoli, dovrebbe sapere che, 'Quando si è consapevoli l'avidità non sorge, ecco perché la sua mente dimora contaminata da avidità. Costui dovrebbe sapere che, 'Quando si è consapevoli l'avversione ... l'illusione ... la rabbia ... l'odio ... l'ipocrisia ... la malevolenza ... l'egoismo ... l'invidia e la bramosia malevoli non sorgono, ecco perché la



mente dimora contaminata da invidia e bramosia malevoli.’ Quando un monaco pronuncia parole sull’avanzamento nella pratica, dicendo: ‘Sono migliorato nella pratica dell’azione corporea, nella pratica della virtù, nella pratica mentale, nella pratica della conoscenza.’, ma dimora con una mente contaminata da avidità, avversione, illusione, ecc. (*come prima*) .... ecco perché la mente dimora contaminata da invidia e bramosia malevoli.’

Quando un monaco pronuncia parole sulla conoscenza e sulla pratica, dicendo: ‘Io conosco questo Dhamma; io penetro questo Dhamma; sono migliorato nella pratica dell’azione corporea, nella pratica della virtù, nella pratica mentale, nella pratica della conoscenza.’, ma dimora con una mente contaminata da avidità, avversione, illusione, ecc. (*come prima*) .... ecco perché la mente dimora contaminata da invidia e bramosia malevoli.’ E’ come se una persona, molto povera, parlasse di ricchi, o una persona senza alcuna ricchezza parlasse di ricchezza, o una persona senza possessori parlasse di possessori, e quindi in un contesto in cui vi fosse bisogno di ricchezza, costui non potrebbe portare alcuna ricchezza, né in oro né in argento; allora gli altri direbbero di lui: ‘Costui, molto povero, parla di ricchi; senza ricchezza parla di ricchezza; senza possessori parla di possessori. Come si è saputo? Perché in un contesto in cui vi era bisogno di ricchezza, costui non ha portato alcuna ricchezza, né in oro né in argento.’ Allo stesso modo, quando un monaco pronuncia parole sulla conoscenza ... sull’avanzamento nella pratica ... sulla conoscenza e sulla pratica, dicendo: ‘Io conosco questo Dhamma; io penetro questo Dhamma; sono migliorato nella pratica dell’azione corporea, nella pratica della virtù, nella pratica mentale, nella pratica della conoscenza.’, ma dimora con una mente contaminata da avidità, avversione, illusione, ecc. (*come prima*) .... ecco perché la mente dimora contaminata da invidia e bramosia malevoli.’

Invece quando un monaco pronuncia parole sulla conoscenza ... sull’avanzamento nella pratica ... sulla conoscenza e sulla pratica, dicendo: ‘Io conosco questo Dhamma; io penetro questo

Dhamma; sono migliorato nella pratica dell'azione corporea, nella pratica della virtù, nella pratica mentale, nella pratica della conoscenza.', e dimora con una mente non contaminata da avidità, avversione, illusione, rabbia, odio, ipocrisia, malevolenza, egoismo, invidia e bramosia malevoli, sa che, 'Quando si è consapevoli l'avidità non sorge, ecco perché la sua mente dimora non contaminata da avidità. Costui sa che, 'Quando si è consapevoli l'avversione ... l'illusione ... la rabbia ... l'odio ... l'ipocrisia ... la malevolenza ... l'egoismo ... l'invidia e la bramosia malevoli non sorgono, ecco perché la mente dimora non contaminata da invidia e bramosia malevoli.' E' come se una persona, molto ricca, parlasse di ricchi, o una persona con molte ricchezze parlasse di ricchezza, o una persona con molti possessi parlasse di possessi, e quindi in un contesto in cui vi fosse bisogno di ricchezza, costui potrebbe portare della ricchezza, in oro e in argento; allora gli altri direbbero di lui: 'Costui, molto ricco, parla di ricchi; con molte ricchezze parla di ricchezza; con molti possessi parla di possessi. Come si è saputo? Perché in un contesto in cui vi era bisogno di ricchezza, costui ha portato della ricchezza, in oro e in argento.' Allo stesso modo, quando un monaco pronuncia parole sulla conoscenza ... sull'avanzamento nella pratica ... sulla conoscenza e sulla pratica, ... (*come prima*)."

*AN 10.48: Dasadhamma Sutta*  
*Dieci cose*

Ci sono queste dieci cose sulle quali una persona che ha intrapreso la vita santa dovrebbe riflettere spesso. Quali dieci?

"Io sono divenuta senza casta': una persona che ha intrapreso la vita santa dovrebbe riflettere su questo spesso.

'La mia vita dipende dagli altri'...

'Il mio comportamento dovrebbe essere diverso [da quello dei capifamiglia] '...

'Posso biasimarmi riguardo alla mia virtù? '...

'I miei seguaci possono seguirmi nella vita santa, esaminarmi, biasimarmi riguardo alla mia virtù? '...

'Io crescerò diverso, distaccato da tutti coloro che mi sono cari '...

'Io sono il proprietario delle mie azioni (kamma), erede delle mie azioni, nato con le mie azioni, giudicato attraverso le mie azioni, e ho le mie azioni come mio giudice. Ogni mia azione, buona o cattiva, la avrò in eredità'...

'Diventerò come i giorni e le notti passate? '...

'Mi diletterò in una vuota dimora? '...

'Ho raggiunto una meta superiore, una saggezza veramente nobile di conoscenza e di visione, tale che - quando i miei seguaci nella vita santa mi interrogano negli ultimi giorni di vita - io non mi sentirò confuso? ': una persona che ha intrapreso la vita santa dovrebbe riflettere su questo spesso.

Queste sono le dieci cose sulle quali una persona che ha intrapreso la vita santa dovrebbe riflettere spesso."

*AN 10.51: Sacitta Sutta*  
*La propria mente*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi, nel Boschetto di Jeta, nel convento di Anathapindika. Là si rivolse i monaci: "Monaci! "

"Sì, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "Anche se un monaco non è capace di leggere le menti degli altri, così dovrebbe esercitarsi: 'Io sarò capace di leggere la mia mente.'

E come un monaco è capace di leggere la sua mente? Immaginate un giovane - o un uomo - di bell'aspetto, che esamina la sua faccia in uno specchio brillante e pulito o in una ciotola di acqua chiara - se vedesse qualche macchia, cercherebbe di rimuoverla. Se non vedesse nessuna macchia, ne sarebbe lieto: 'Come sono fortunato! Come sono pulito!' Allo stesso modo, un monaco compie la stessa cosa riguardo alle qualità salutari: 'Di solito sono bramoso? Ho pensieri di cattiva volontà? Ho superato l'accidia e la sonnolenza? Sono andato oltre l'incertezza? Sono adirato? Ho pensieri impuri o puri? Il mio corpo è svegliato? Sono pigro? Concentrato?'

Se, esaminandosi, un monaco rileva: 'Di solito sono bramoso, ho pensieri di cattiva volontà, con accidia e sonnolenza, incerto, adirato con pensieri impuri, col mio corpo svegliato, pigro o non concentrato' - egli dovrebbe sviluppare un desiderio salutare, lo sforzo, la diligenza, la retta presenza mentale per abbandonare queste qualità nocive.

Ma se, esaminandosi, un monaco rileva: 'Sono privo di desideri, privo di pensieri di cattiva volontà, libero dall'accidia e dalla sonnolenza, oltre il dubbio, non adirato, con pensieri puri, col mio corpo svegliato, con la persistenza svegliata e concentrata' - allora il suo dovere è fare uno sforzo per stabilire quelle qualità salutari ad un grado superiore per la fine degli influssi impuri."

*AN 10.60: Girimananda Sutta*  
*A Girimananda*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi, nel Boschetto di Jeta, nel monastero di Anathapindika. In questa occasione il Ven. Girimananda era molto malato e sofferente. Allora il Ven. Ananda si recò dal Beato e, arrivando, dopo averlo salutato, si sedette ad un lato. Una volta seduto là, disse al Beato: "Signore, il Ven. Girimananda è molto malato e sofferente. Sarebbe bene se il Beato rendesse visita al Ven. Girimananda, per compassione verso di lui."

"Ananda, se ti rechi dal monaco Girimananda digli delle dieci percezioni, è possibile che quando sentirà le dieci percezioni la sua malattia sarà più sopportabile. Quali dieci? La percezione dell'impermanenza, la percezione del non-sè, la percezione della ripugnanza, la percezione degli ostacoli, la percezione dell'abbandono, la percezione del distacco, la percezione della cessazione, la percezione del disgusto per tutti i mondi, la percezione dell'indesiderabilità di ogni formazione mentale, la consapevolezza del respiro.

[1] Cos'è la percezione dell'impermanenza? Quando un monaco – in solitudine - così riflette: 'La forma è impermanente, la sensazione è impermanente, la percezione è impermanente, le formazioni mentali sono impermanenti, la coscienza è impermanente.' Resta così concentrato sull'impermanenza riguardo ai cinque aggregati. Questa è, Ananda, la percezione dell'impermanenza.

[2] E cos'è la percezione del non-sè? Quando un monaco - in solitudine - così riflette: 'L'occhio è non-sè, le forme sono non-sè; l'orecchio è non-sè, i suoni sono non-sè; il naso è non-sè, gli aromi sono non-sè; la lingua è non-sè, i sapori sono non-sè; il corpo è non-sè, le sensazioni tattili sono non-sè; l'intelletto è non-sè, le idee sono non-sè '. Resta così concentrato sul non-sè riguardo ai sei organi sensoriali interni ed esterni. Questa si chiama la percezione del non-sè.

[3] E cos'è la percezione della ripugnanza? Quando un monaco pondera questo corpo - dalla pianta dei piedi fino alla cima della testa, coperto di pelle, pieno di impurità: ' In questo corpo vi sono: capelli, peli, unghie, denti, pelle, muscoli, tendini, ossa, una milza, un cuore, un fegato, membrane, reni, polmoni, un intestino grasso, un intestino tenue, una gola, materie fecali, bile, linfa, sangue, sudore, grasso, lacrime, saliva, muco, urina'. Resta così concentrato sulla mancanza di attrattive verso questo corpo. Questa si chiama la percezione della ripugnanza.

[4] E cos'è la percezione degli ostacoli? Quando un monaco - in solitudine - così riflette: 'Questo corpo ha molti dolori, numerosi colli. In questo corpo numerosi tipi di malattie sopraggiungono, come: malattie della vista, malattie dell'udito, malattie del naso, malattie della lingua, malattie del corpo, malattie della testa, malattie dell'orecchio, malattie della bocca, malattie dei denti, tosse, asma, catarri, febbri, invecchiamento, dolori di stomaco, perdite di coscienza, dissenteria, influenza, colera, lebbra, foruncoli, tenia, tubercolosi, epilessia, malattie della pelle, pruriti, scabbia, psoriasi, itterizia, diabete, emorroidi, fistole, ulcere; malattie biliari, malattie dovute alle proprietà dell'aria, a combinazioni di umori corporali, ai cambiamenti del tempo, a cure errate, al risultato del kamma; al freddo, al caldo, alla fame, alla sete, alla defecazione, all'orinare'. Resta così concentrato sugli ostacoli presenti in questo corpo. Questa si chiama la percezione degli ostacoli.

[5] E cos'è la percezione dell'abbandono? Quando un monaco non tollera la nascita di un pensiero legato ai sensi. L'abbandona, lo distrugge, lo dissipa e lo cancella dalla sua esistenza. Non tollera la nascita di un pensiero nocivo. Non tollera la nascita di un pensiero maligno. Non tollera la nascita delle qualità nocive, impure. Le abbandona, le distrugge, le dissipa e le cancella dalla sua esistenza. Questa si chiama la percezione dell'abbandono.

[6] E cos'è la percezione del distacco? Quando un monaco - in solitudine - così riflette: 'Questa è la pace, ciò è piacevole - la di-

struzione di ogni formazione mentale, di ogni aggregato, del desiderio bramoso - il distacco, la Liberazione.' Questa si chiama la percezione del distacco.

[7] E cos'è la percezione della cessazione? Quando un monaco così riflette: 'Questa è la pace, ciò è piacevole - a distruzione di ogni formazione mentale, di ogni aggregato, del desiderio bramoso - il distacco, la Liberazione.' Questa si chiama la percezione della cessazione.

[8] E cos'è la percezione del disgusto per tutti i mondi? Quando un monaco abbandonando ogni attaccamento, ogni possesso, ogni pensiero fisso della coscienza, ogni predisposizione od ogni ossessione verso tutti i mondi, non ne viene coinvolto. Questa si chiama la percezione del disgusto per tutti i mondi.

[9] E cos'è la percezione dell'indesiderabilità di ogni formazione mentale? Quando un monaco si sente inorridito, umiliato e disgustato da ogni formazione mentale. Questa si chiama la percezione dell'indesiderabilità di ogni formazione mentale.

[10] "E cos'è la consapevolezza del respiro? Quando un monaco – in solitudine - si siede a gambe incrociate, tenendo il suo corpo diritto e ponendo l'attenzione davanti a lui. Sempre attento, inspira; attento espira.

[i] Inspirando un lungo respiro, egli sa che inspira un lungo respiro; o espirando un lungo respiro, egli sa che espira un lungo respiro. [ii] O inspirando un breve respiro, egli sa che inspira un breve respiro; o espirando un breve respiro, egli sa che espira un breve respiro. [iii] si esercita ad inspirare restando sensibile al corpo tutto intero, ed ad espirare restando sensibile al corpo tutto intero. [iv] si esercita ad inspirare calmando i processi corporali, ed ad espirare calmando i processi corporali.

[v] si esercita ad inspirare restando sensibile all'estasi, ed ad espirare restando sensibile all'estasi. [vi] si esercita ad inspirare restando sensibile al piacere, ed ad espirare restando sensibile al piacere. [vii] si esercita ad inspirare restando sensibile ai processi mentali ed ad espirare restando sensibile ai processi mentali. [viii] si esercita ad inspirare calmando i processi mentali ed ad espirare calmando i processi mentali.

[ix] si esercita ad inspirare restando sensibile alla mente ed ad espirare restando sensibile alla mente. [x] si esercita ad inspirare soddisfacendo la mente, ed ad espirare soddisfacendo la mente. [xi] si esercita ad inspirare calmando la mente, ed ad espirare calmando la mente. [xii] si esercita ad inspirare liberando la mente, ed ad espirare liberando la mente.

[xiii] si esercita ad inspirare concentrandosi sull'impermanenza, ed ad espirare concentrandosi sull'impermanenza. [xiv] si esercita ad inspirare concentrandosi sul distacco, ed ad espirare concentrandosi sul distacco. [xv] si esercita ad inspirare concentrandosi sulla cessazione, ed ad espirare concentrandosi sulla cessazione. [xvi] si esercita ad inspirare concentrandosi sull'abbandono, ed ad espirare concentrandosi sull'abbandono. Questa, Ananda, si chiama la consapevolezza del respiro.

Or dunque, Ananda, se vai a vedere il monaco Girimananda e gli dici queste dieci percezioni, è possibile che quando sentirà queste dieci percezioni la sua malattia sarà più sopportabile."

Allora il Ven. Ananda, avendo appreso queste dieci percezioni in presenza del Beato, si recò dal Ven. Girimananda e glielne riferisce. Sentendo queste dieci percezioni, la malattia del Ven. Girimananda fu più sopportabile. Così il Ven. Girimananda si riprese dalla sua malattia. In questo modo terminò la malattia del Ven. Girimananda.



*AN 10.69: Kathavatthu Sutta*  
*Argomenti di conversazione*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi, nel Boschetto di Jeta, nel monastero di Anathapindika. In quel tempo un gran numero di monaci, dopo il pasto, ritornando dal loro giro di elemosine, si erano radunati nella sala delle riunioni e si erano impegnati in numerosi argomenti di conversazione: conversazioni a proposito di re, ladri e ministri di stato; di eserciti e battaglie; di cibo e di bevande; di vestiti, arredamento, ghirlande e profumi; di genitori; di veicoli; di villaggi, di borghi, di città, di campagna; di donne e di eroi; di pettegolezzi; racconti sulle morti; racconti sulla diversità, sulla creazione del mondo e del mare; discussioni per conoscere se le cose esistono o no.

Il Beato, dopo la meditazione pomeridiana, si recò alla sala delle riunioni e, arrivando, si sedette su una sede preparata. Una volta seduto, si rivolse ai monaci: "Per quale argomento di conversazione vi siete qui radunati? Quale discussione ho interrotto?"

"Signore, dopo il pasto, ritornando dal nostro giro di elemosine, ci siamo qui radunati e abbiamo intrapreso numerosi argomenti di conversazione: conversazioni a proposito di re, ladri, e ministri di stato; .....

"Ciò non è corretto, monaci, che i figli di buona famiglia, avendo lasciato la vita domestica per seguire la loro fede, per intraprendere la vita santa, si impegnino in tali soggetti di conversazione.

Questi sono dieci argomenti di conversazione [appropriati]. Quali dieci? Discussioni sulla modestia, sulla contentezza, sull'isolamento, sull'illusione, su come suscitare lo sforzo, sulla virtù, sulla concentrazione, sul discernimento, sulla liberazione e sulla conoscenza e sulla visione della liberazione. Ecco i dieci argomenti di conversazione. Se coltivate questi dieci argomenti di conversazione, supererete la luminosità del sole e della luna, così potente, così forte - per non dire niente della conoscenza di altri ascetti."

*AN 10.71: Akankha Sutta*  
*Desideri*

Una volta il Beato soggiornava presso Savatthi nel boschetto di Jeta, al monastero di Anathapindika. Qui rivolse ai monaci: "Monaci."

"Sì, Signore." – risposero i monaci.

Il Beato disse: "Monaci, dimorate saldamente nella virtù e nel Patimokka. Dimorate seguendo le regole del Patimokka, lodevoli nei vostri comportamenti ed in ogni vostra attività. Esercitatevi, seguendo le regole di pratica, vedendo il pericolo anche nelle colpe più sottili.

[1] Se un monaco avesse questo desiderio: ' Possa io essere caro e lodato dai miei seguaci nella vita santa, rispettato e riverito.', allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[2] Se un monaco avesse questo desiderio: ' Possa io ricevere vestiti, cibo elemosinato, dimore e medicine per curare eventuali malattie.', allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[3] Se un monaco avesse questo desiderio: ' Qualsiasi abito, cibo, alloggio e medicine da me ricevute, possano essere di bene-

fficio e di grande frutto a coloro che me li hanno donati., allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[4] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa essere di grande frutto e beneficio per coloro (i donatori) che hanno fatto offerte con consapevolezza ai loro defunti.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[5] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io godere di qualsiasi abito, cibo, alloggio e medicine ricevute.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[6] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io sopportare freddo, caldo, fame e sete; morsi di insetti e zanzare, vento, sole ed animali feroci; parole aspre ed offensive; sensazioni fisiche dolorose, acute, lancinanti, laceranti, terribili, atroci.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[7] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io vincere il dispiacere e non essere vinto dal dispiacere. Possa io dimorare avendo distrutto ogni dispiacere al suo nascere.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[8] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io vincere la paura ed il timore, e non essere vinto dalla paura e dal timore. Possa io dimorare avendo distrutto ogni paura ed ogni timore al loro nascere.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[9] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io ottenere – ciò che desidero, senza sforzo, senza difficoltà – i quattro jhana

che sono gli stati mentali più elevati, sublime piacere nel Qui ed Ora.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

[10] Se un monaco avesse questo desiderio: ‘ Possa io – avendo distrutto gli impuri influssi mentali – rimanere nella conoscenza e consapevolezza liberate da ogni influsso impuro, avendole personalmente conosciute e realizzate nel Qui ed Ora.’, allora dovrebbe essere il primo a seguire perfettamente i precetti, a raggiungere la pace mentale, a non trascurare i jhana, a praticare la vipassana, ed a vivere in solitudine.

Monaci, dimorate saldamente nella virtù e nel Patimokka. Dimorate seguendo le regole del Patimokka, lodevoli nei vostri comportamenti ed in ogni vostra attività. Esercitatevi, seguendo le regole di pratica, vedendo il pericolo anche nelle colpe più sottili.”

*AN 10.80: Aghata Sutta*  
*Odio*

Ci sono questi dieci modi di soggiogare l'odio. Quali dieci?

[1] Pensando: 'Mi recato danno. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[2] Pensando: ' Mi sta recando danno. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[3] Pensando: ' Mi recherà danno. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[4] Pensando: 'Ha danneggiato persone a me care. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[5] Pensando: 'Sta danneggiando persone a me care. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[6] Pensando: 'Danneggerà persone a me care. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[7] Pensando: 'Ha aiutato persone che non sono a me care o gradite. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[8] Pensando: 'Sta aiutando persone che non sono a me care o gradite. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[9] Pensando: 'Aiuterà persone che non sono a me care o gradite. Ma cosa dovrei aspettarmi?' - si soggioga l'odio.

[10] Non si fomenta l'odio.

Questi sono i dieci modi di soggiogare l'odio."

*AN 10.81: Bahuna Sutta*  
*A Bahuna*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava a Campa, sulla spiaggia del Lago di Gaggara. Quindi il Ven. Bahuna andò dal Beato e, dopo averlo salutato si sedette ad un lato. Quindi gli disse: "Signore, liberato e distaccato da quanti cose il Tathagata dimora con completa consapevolezza ? "

"Liberato e distaccato da dieci cose, Bahuna, il Tathagata dimora con completa consapevolezza. Quali dieci? Liberato e distaccato dalla forma, dalle sensazioni... dalla percezione... dalle formazioni mentali... dalla coscienza... dalla nascita... dalla vecchiaia... dalla morte... dal dolore... dagli influssi impuri, il Tathagata dimora con completa consapevolezza .

Proprio come un loto rosso, blu, o bianco nato nell'acqua e cresciuto nell'acqua, sorge dall'acqua e vive senz'acqua, allo stesso modo il Tathagata – liberato e distaccato da queste dieci cose - dimora con completa consapevolezza."

*AN 10.95: Uttiya Sutta*  
*Ad Uttiya*

Uttiya il pellegrino si recò dal Beato ed ivi giunto, lo salutò con riverenza. Dopo uno scambio di amichevoli e cortesi saluti , si sedette ad un lato. Quindi disse al Beato:

"Maestro Gotama: 'Il cosmo è eterno: solo questo è vero; qualsiasi altra cosa è indegna?'"

"Uttiya, io non ho dichiarato: 'Il cosmo è eterno: solo questo è vero; qualsiasi altra cosa è indegna.'"

"Molto bene, Maestro Gotama, allora: 'Il cosmo non è eterno: solo questo è vero; qualsiasi altra cosa è indegna?'"

"Uttiya, io non ho dichiarato: 'Il cosmo non è eterno: solo questo è vero; qualsiasi altra cosa è indegna.'"

"Molto bene, Maestro Gotama, allora: 'Il cosmo è limitato... Il cosmo è infinito... L'anima ed il corpo sono lo stesso... L'anima è una cosa ed il corpo un'altra... dopo la morte un Tathagata esiste... dopo la morte un Tathagata non esiste... dopo la morte un Tathagata esiste e non esiste... un Tathagata dopo la morte nè esiste nè non esiste. Solo questo è vero, qualsiasi altra cosa è indegna?'"

"Uttiya, io non ho dichiarato tutto questo.'"

.....

"Uttiya, io insegno il Dhamma ai miei discepoli per la purificazione degli esseri, per la sopraffazione del dolore e della sofferenza, per la scomparsa del dolore e dell'angoscia, per il conseguimento della retta via e per la realizzazione dell'Illuminazione."

"Maestro Gotama, Lei insegna il Dhamma ai suoi discepoli per la purificazione degli esseri, per la sopraffazione del dolore e della sofferenza, per la scomparsa del dolore e dell'angoscia, per il conseguimento della retta via e per la realizzazione dell'Illuminazione, tutto il cosmo sarà liberato, o la sua metà, o un suo terzo?"

Quando questo fu detto, il Beato restò in silenzio.

*AN 10.104: Bija Sutta*  
*Il seme*

“Quando una persona possiede una errata visione, un errato proposito, una errata parola, una errata azione, un errato modo di vita, un errato sforzo, una errata presenza mentale, una errata concentrazione, una errata conoscenza e una errata liberazione, ogni azione fisica condotta in linea con quella visione, ogni azione verbale ... ogni azione mentale condotta in linea con quella visione, ogni intenzione, ogni decisione, ogni promessa, ogni pensiero, tutto conduce a ciò che è spiacevole, sgradevole, inaccettabile, non benefico e doloroso. Perché? Perché è la visione è maligna.

Proprio come quando un seme d'albero di Nimbo, un seme amaro di pianta rampicante, o un seme acre di melone viene piantato in un fertile terreno, ogni nutrimento preso dal suolo e dall'acqua, tutto ciò che crescerà sarà amaro, acre e disgustoso.

Perché? Perché il seme è cattivo. Allo stesso modo, quando una persona possiede una errata visione ... una errata liberazione, ogni azione fisica condotta in linea con quella visione, ogni azione verbale ... ogni azione mentale condotta in linea di quella visione, ogni intenzione, ogni decisione, ogni promessa, ogni pensiero, tutto conduce a ciò che è spiacevole, sgradevole, inaccettabile, non benefico e doloroso. Perché? Perché la visione è maligna.

Quando una persona possiede una retta visione, un retto proposito, una retta parola, una retta azione, un retto modo di vita, un retto sforzo, una retta presenza mentale, una retta concentrazione, una retta conoscenza e una retta liberazione, ogni azione fisica condotta in linea con quella visione, ogni azione verbale ... ogni azione mentale condotta in linea con quella visione, ogni intenzione, ogni decisione, ogni promessa, ogni pensiero, tutto conduce a ciò che è piacevole, gradevole, affascinante, benefico e rasserenante. Perché? Perché la visione è benevole. Proprio come quando un seme di canna di zucchero, o di riso o d'uva viene piantato in un fertile terreno, ogni nutrimento preso dal suolo e dall'acqua, tutto ciò che crescerà sarà dolce, gustoso e squisito. Perché? Perché il seme è buono. Allo stesso modo quando una persona possiede una retta visione ... una retta liberazione, ogni azione fisica condotta in linea con quella visione, ogni azione verbale ... ogni azione mentale condotta in linea con quella visione, ogni intenzione, ogni decisione, ogni promessa, ogni pensiero, tutto conduce a ciò che è piacevole, gradevole, affascinante, benefico e rasserenante. Perché? Perché la visione è benevole."

*AN 10.108: Virecana (Tikicchaka) Sutta*  
*Un purgante*

"Monaci, i dottori danno un purgante per curare malattie causate dalla bile, dalla flemma, dalla proprietà dell'aria interna. Quindi



vi insegnerò il nobile purgante che sempre riesce e mai fallisce, un purgante per cui esseri soggetti alla nascita sono liberati dalla nascita; per cui esseri soggetti alla vecchiaia sono liberati dalla vecchiaia; esseri soggetti alla morte sono liberati dalla morte; esseri soggetti al dolore, lamentazione, pena, angoscia e disperazione sono liberati da dolore, lamentazione, pena, angoscia e disperazione. Ascoltate e prestate attenzione. Io parlerò."

"Come vuole, signore." - i monaci risposero.

Il Beato disse: "Ora, qual è il nobile purgante che sempre riesce e mai fallisce, un purgante per cui esseri soggetti .....

Se si ha retta visione, la falsa visione è eliminata, ed ogni male, le qualità mentali nocive che derivano dalle false visioni sono eliminate, mentre le qualità mentali salutari che derivano dalla retta visione raggiungono il culmine del loro sviluppo.

Se si ha retta risoluzione, la falsa risoluzione è eliminata,...

Se si ha retta parola, .....

Se si ha retta azione, .....

Se si ha retto sostentamento .....

Se si ha retto sforzo.....

Se si ha retta consapevolezza, .....

Se si ha retta concentrazione .....

Se si ha retta conoscenza .....

Se si ha retta liberazione .....

Questo, monaci, è il nobile purgante che sempre riesce e mai fallisce, un purgante da cui esseri soggetti a nascita....."

*AN 10.176: Cunda Kammaraputta Sutta*  
*A Cunda il gioielliere*

*[Secondo il Mahâ-parinibbana Sutta (DN 16), Cunda il gioielliere è colui che presentò l'ultimo pasto al Buddha, prima della totale liberazione di quest'ultimo.]*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso Pava nel boschetto dei manghi di Cunda il gioielliere. Allora Cunda il gioielliere si recò dal Beato e, arrivando, dopo averlo salutato, si sedette ad un lato. Appena seduto, il Beato gli disse: "Cunda, quali sono i riti di purificazione che approvi"?

"I bramani delle terre occidentali, signore - quelli che trasportano dei vasi d'acqua, portano delle ghirlande di fiori, venerano il fuoco e purificano con l'acqua - sono riti di purificazione che approvo."

"E quali riti di purificazione hanno dichiarato, questi bramani delle terre occidentali che trasportano dei vasi d'acqua, portano delle ghirlande di fiori, venerano il fuoco e purificano con l'acqua?"

"I bramani delle terre occidentali con i loro discepoli eseguono la seguente pratica: 'Andiamo adesso, mio buon signore, alzatevi al momento giusto dal vostro letto e toccate la terra. Se non toccate la terra, toccate dello sterco di mucca umida. Se non toccate dello sterco di mucca umida, toccate dell'erba verde. Se non toccate dell'erba verde, venerate il fuoco. Se non venerate il fuoco, rendete omaggio al sole a mani giunte. Se non rendete omaggio al sole a mani giunte, scendete nell'acqua tre volte sul far della not-

te.' Ecco quali sono i riti di purificazione dichiarata dai bramani delle terre occidentali che approvo."

"Cunda, i riti di purificazione dichiarati dai bramani delle terre occidentali sono una cosa; la purificazione nella disciplina delle nobili persone è completamente un'altra."

"Ma come avviene la purificazione nella disciplina delle nobili persone, signore? Sarebbe bene che il Beato me la insegnasse."

"Allora in questo caso, Cunda, ascolta e sii molto attento. Vado a parlare."

"Come dite, signore." - rispose il gioielliere Cunda.

Il Beato disse: "Ci sono tre modi in cui ci si rende impuri attraverso l'azione corporale, quattro modi in cui ci si rende impuri attraverso l'azione verbale, e tre modi in cui ci si rende impuri attraverso l'azione mentale.

#### *Azioni corporali nocive*

E come ci si rende impuri in tre modi attraverso l'azione corporale? Quando una persona uccide, è cacciatore, le mani coperte di sangue, dedito alla carneficina, non mostrando nessuna pietà verso gli esseri viventi. Prende ciò che non è dato. Prende, come un ladro, in un villaggio o in un deserto delle cose che appartengono agli altri e non gli sono state date. Assume una cattiva condotta sessuale. Si implica sessualmente con coloro che sono protette dalle loro madri, dai loro padri, dai loro fratelli, dalle loro sorelle, dai loro genitori o dal loro Dhamma; coloro che hanno un marito, coloro che incorrono in una punizione, o coloro che sono promesse ad un altro uomo. Così ci si rende impuri di tre modi attraverso l'azione corporale.

*Azioni verbali nocive*

E come ci si rende impuri in quattro modi attraverso l'azione verbale? Quando una persona usa la parola menzognera. Quando, chiamata ad un'assemblea pubblica, ad un'assemblea di gruppo, ad una riunione familiare, [ come i dibattimenti della corte reale], se gli si chiede di manifestare: 'Venite ed esponete, mio buon signore, ciò che sapete': Se non sa, dice: 'So.' Se sa, dice: 'Non so.' Se non ha visto, dice: 'Ho visto.' Se ha visto, dice: 'Non ho visto.' Dice così consapevole delle menzogne per il proprio profitto, per il profitto di qualcun altro, o in vista di una ricompensa. Usa parole che seminano la discordia. Ciò che ha sentito qui lo ripete là per separare quelle persone da queste persone. Ciò che ha sentito là lo ripete qui per separare queste persone da queste persone. Così dividendo ciò che è unito e suscitando dei conflitti tra ciò che è diviso, ama le fazioni, si rallegra delle fazioni, apprezza le fazioni, parla delle cose che creano delle fazioni. Usa la parola ingiuriosa. Dice delle parole che sono dure, taglienti, amare per gli altri, ingiuriose per gli altri, provocando la collera e distruggendo la concentrazione. Usa la chiacchiera oziosa. Parla fuori proposito, dice ciò che non è utile, ciò che non è in accordo con lo scopo, il Dhamma ed il Vinaya, dice parole inutili e vuote. Così ci si rende impuri di quattro modi attraverso l'azione verbale.

*Azioni mentali nocive*

E come ci si rende impuri in tre modi attraverso l'azione mentale? Quando una persona è invidiosa. Invidia i possessi degli altri, pensando: 'Se ciò che appartiene agli altri potesse appartenere a me!' Dà prova di cattiva volontà, corrotta nel profondo del suo cuore: 'Possano questi esseri farsi uccidere o farsi tagliare in pezzi o farsi schiacciare o distruggere, o possano essi non esistere del tutto!' Ha delle false teorie: 'Niente è dato, niente è offerto, niente è sacrificato. Non c'è frutto né risultato dalle buone o dalle cattive azioni. Non c'è questo mondo, né un altro mondo, né ma-

dre, né padre, né esseri che rinascono; né bramani né asceti che, comportandosi rettamente e praticando rettamente, proclamano questo mondo ed il successivo dopo averlo conosciuto direttamente e realizzato personalmente'. Così ci si è rende impuri in tre modi attraverso l'azione mentale.

Ecco, Cunda, i dieci casi di azione nociva. Quando una persona è dotata di questi dieci casi di azione nociva, allora anche se si alza al momento giusto dal suo letto e tocca la terra, è sempre impura. Se non tocca la terra, è sempre impura. Se tocca dello sterco di mucca umida, è sempre impura. Se non tocca dello sterco di mucca umida, è sempre impura. Se tocca dell'erba verde.... Se non tocca dell'erba verde.... Se venera il fuoco.... Se non venera il fuoco.... Se rende omaggio al sole a mani giunte.... Se non rende omaggio al sole a mani giunte.... Se scende nell'acqua tre volte sul far della notte.... Se non scende nell'acqua tre volte sul far della notte, è sempre impura. Perché? Perché questi dieci casi di azione nociva sono impuri e causano l'impurità. Inoltre, come risultato di essere dotato di questi dieci casi di azione nociva, [la rinascita nell'] inferno è dichiarata, [la rinascita in] in utero animale è dichiarata, [la rinascita nel] reame degli spiriti famelici è dichiarata - una cattiva destinazione.

Ora, Cunda, ci sono tre modi in cui ci si rende puri attraverso l'azione corporale, quattro modi attraverso l'azione verbale, e tre modi attraverso l'azione mentale.

### *Azioni corporali salutari*

E come si è purificati in tre modi attraverso l'azione corporale? Quando una persona, smettendo di uccidere, si astiene dal prendere la vita. Rimane senz'armi, scrupoloso, misericordioso, compassionevole al benessere di tutti gli esseri viventi. Smettendo di prendere ciò che non è dato, si astiene dal prendere ciò che non è dato. Non prende, come un ladro, delle cose in un villaggio o in un deserto che appartengono agli altri e non gli sono state date.

Abbandonando la cattiva condotta sessuale, si astiene dalla cattiva condotta sessuale. Non si implica sessualmente con coloro che sono protette dalle loro madri, dai loro padri, dai loro fratelli, dalle loro sorelle, dai loro genitori o dal loro Dhamma; coloro che hanno un marito, coloro che incorrono in una punizione, o coloro che sono state promesse ad un altro uomo. Così ci si rende puri in tre modi attraverso l'azione corporale.

### *Azioni verbali salutari*

E come si è purificati in quattro modi attraverso l'azione verbale? Quando una persona, cessando [di fare uso] della parola menzognera, si astiene [di fare uso] dalla parola menzognera. Quando, chiamata ad un'assemblea pubblica, ad un'assemblea di gruppo, ad una riunione familiare, se gli si chiede di manifestare: 'Venite ed esponete, mio buon signore, ciò che sapete' - se non sa, dice: 'Non so.' Se sa, dice: 'So.' Se non ha visto, dice: 'Non ho visto.' Se ha visto, dice: 'Ho visto.' Così non dice consapevolmente una menzogna per il proprio profitto, per il profitto di qualcun altro, o in vista di una ricompensa. Abbandonando [di fare uso] della parola menzognera, si astiene [di fare uso] dalla parola menzognera. Dice la verità, si attiene alla verità, è fermo, affidabile, non è un ingannatore del mondo. Abbandonando la parola che semina la discordia si astiene della parola che semina la discordia. Ciò che ha sentito qui non lo ripete là per separare quelle persone da queste persone. Ciò che ha sentito là non lo ripete qui per separare queste persone da queste persone. Così riconciliando coloro che si sono divisi o cementando coloro che sono uniti, ama la concordia, si rallegra della concordia, apprezza la concordia, parla delle cose che creano la concordia. Abbandonando la parola ingiuriosa, si astiene dalla parola ingiuriosa. Dice delle parole che sono piacevoli all'orecchio, è affettuoso, va diritto al cuore, è sempre educato, attraente e piacevole per le persone. Abbandonando la chiacchiera oziosa, si astiene dalla chiacchiera oziosa. Parla a proposito, dice ciò che è utile, ciò che è in accordo con lo scopo, il Dhamma ed il Vinaya. Dice delle parole de-

gne, appropriate, ragionevoli, circoscritte, connesse con lo scopo. Così ci si rende puri in quattro modi attraverso l'azione verbale.

### *Azioni mentali salutari*

E come si è purificati in tre modi attraverso l'azione mentale? Quando una persona non è invidiosa. Non invidia i possessi degli altri, pensando: 'Se ciò che appartiene agli altri potesse appartenere a me!' Non dà prova di cattiva volontà e non è corrotta nel profondo del suo cuore. [Si dice:] 'Possano queste creature essere libere da animosità, libere dall'oppressione, libere dall'angoscia, e possano occuparsi di loro stessi con giudizio!' Ha delle rette visioni: "C'è ciò che è dato, ciò che è offerto, ciò che è sacrificato. Ci sono dei frutti e dei risultati dalle buoni e dalle cattive azioni. Si ha questo mondo ed il mondo che segue. Si ha madre e padre. Ci sono degli esseri che rinascono; ci sono dei bramanti e degli asceti che, comportandosi rettamente e praticando rettamente, proclamano questo mondo ed il successivo dopo averlo conosciuto direttamente e realizzato personalmente'. Così ci si rende puri in tre modi attraverso l'azione mentale.

Ecco, Cunda, i dieci casi di azione salutare. Quando una persona è dotata di questi dieci casi di azione salutare, allora anche se si alza al momento giusto dal suo letto e tocca la terra, è sempre pura. Se non tocca la terra, è sempre pura. Se tocca dello sterco di mucca umida, è sempre pura. Se non tocca dello sterco di mucca umida, è sempre pura. Se tocca dell'erba verde.... Se non tocca dell'erba verde.... Se venera il fuoco.... Se non venera il fuoco.... Se rende omaggio al sole a mani giunte.... Se non rende omaggio al sole a mani giunte.... Se scende nell'acqua tre volte sul far della notte.... Se non scende nell'acqua tre volte sul far della notte, è sempre pura. Perché? Perché questi dieci casi di azione salutare sono puri e causano purezza. Inoltre, come risultato di essere dotato di questi dieci casi di azione salutare, [la rinascita tra] i deva è dichiarata, [la rinascita tra] gli esseri umani è dichiarata - una buona destinazione."

Detto questo, Cunda il gioielliere disse al Beato: "Magnifico, Maestro Gotama! Straordinario! Proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, rivelare ciò che era nascosto, mostrare la via a chi si era smarrito, o recare una luce nell'oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, allo stesso modo il Maestro Gotama — con vari metodi — ha reso chiaro il Dhamma. Io prendo rifugio nel Maestro Gotama, nel Dhamma, e nella comunità dei monaci. Possa il maestro Gotama accettarmi come seguace laico che ha preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita."

*AN 10.208: Brahmavihara Sutta*  
*Atteggiamenti sublimi*

"Monaci, io non parlo di cancellare gli atti intenzionali che sono stati fatti e accumulati, senza [i loro risultati] sono stati sperimentati, o nel Qui ed Ora o in un'ulteriore rinascita. Né io parlo dell'atto di porre fine alla sofferenza ed al dolore senza aver sperimentato [i risultati di] atti intenzionali che sono stati fatti e accumulati.

Quel discepolo dei nobili - privo di bramosia, privo di cattiva volontà, presente mentalmente - continua a pervadere la prima direzione [ad est] con una consapevolezza imbevuta di buona volontà, similmente la seconda, similmente la terza, similmente la quarta. Così sopra, sotto, e tutto intorno, ovunque, pervadendo il cosmo che tutto include con una consapevolezza imbevuta di buona volontà - abbondante, espansiva, incommensurabile, senza ostilità, senza cattiva volontà. Lui discerne, 'Prima, questa mente era limitata e non sviluppata. Ma ora questa mente è incommensurabile e ben sviluppata. Ed ogni azione che fu fatta in un modo misurabile non rimane là.'



Cosa ne pensate, monaci, se da giovani, dall'infanzia, si sviluppasse la consapevolezza attraverso la buona volontà, si farebbe alcuna cattiva azione? "

"No, signore."

"Non facendo cattiva azione, avrebbe origine la sofferenza?"

"No, signore. "

"Questa consapevolezza attraverso la buona volontà sarebbe sviluppata da una donna o da un uomo. Né una donna né un uomo, possono andare portandosi indietro questo corpo. Uno [che pratica questa consapevolezza] discerne: 'Ogni cattiva azione è stata fatta da questo corpo, nato dall'azione sperimentata in questa vita. Non verrà ad essere in futuro.' Così sviluppata, la consapevolezza attraverso la buona volontà al non-ritorno per il monaco che ha guadagnato la conoscenza in questa vita e ha penetrato la liberazione più alta.

Quel discepolo dei nobili continua a pervadere la prima direzione con una consapevolezza imbevuta di compassione...

Quel discepolo dei nobili continua a pervadere la prima direzione con una consapevolezza imbevuta di apprezzamento...

Quel discepolo dei nobili continua a pervadere la prima direzione con una consapevolezza imbevuta di equanimità, similmente la seconda, similmente la terza, similmente la quarta. Così sopra, sotto, ....."

## LIBRO DEGLI UNDICI

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*AN 11.1: Kimattha Sutta*  
*Qual è lo scopo?*

Così ho sentito. Una volta, il tathâgata viaggiava nelle province del Kosala, con un gruppo di discepoli, arrivò a Veludvâra, un villaggio di bramani. Gli abitanti di Veludvâra, bramani capifamiglia appresero che il sadhu Gotama, figlio dei maya che aveva abbandonato la sua famiglia per intraprendere l'ascetismo, viaggiando nelle province del Kosala, era giunto a Veludvâra. Difatti, una buona reputazione si era diffusa nei riguardi del tathâgata Gotama: "E' il tathâgata, l'arahant perfettamente e pienamente risvegliato, perfetto in saggezza ed condotta, raggiunto il suo scopo, conoscitore dei mondi, incomparabile guida degli esseri che devono essere guidati, maestro di dei ed uomini, il Buddha, il tathâgata. Avendo conosciuto personalmente questo mondo, coi suoi dei, i suoi Mâra, i suoi Brahmà, le sue comunità di asceti e bramani, i suoi esseri celesti ed uomini, lo fa conoscere. Insegna la dottrina, buona all'inizio, buona nel mezzo, buona alla fine, buona nella lettera e nello spirito, ed esalta la pura condotta perfettamente piena e perfettamente pura. Incontrare un tale arahant è veramente una fortuna."

I bramani capifamiglia, abitanti di Veludvâra, resero visita al tathâgata. Arrivando, alcuni resero omaggio al tathâgata, per poi sedersi in disparte ad un lato. Altri scambiarono con lui parole cortesi, per poi sedersi in disparte ad un lato. Alcuni, a mani giunte, si prostrarono verso il tathâgata, per poi sedersi in disparte ad un lato. Altri ancora, dopo aver dichiarato i loro nomi ed i loro cognomi, si sedettero in disparte ad un lato. Altri ancora, si sedettero in disparte ad un lato rimanendo in silenzio. Appena seduti in disparte ad un lato, i bramani capifamiglia, abitanti di Veludvâra, si rivolsero al tathâgata e dissero: " Venerabile Gotama, siamo delle persone che hanno tali desideri, tali speranze, tali intenzioni come: "vivere con molti bambini", "utilizzare il sandalo di Bénarès ", " indossare ghirlande, profumi e unguenti", "accettare oro e denaro", " rinascere nelle destinazioni felici, negli stati celesti, dopo la dissoluzione del corpo, dopo la morte", vi chiediamo, Venerabile Gotama di insegnarci una dottrina secondo la quale potremmo vivere con tali desideri, tali speranze, tali inten-

zioni come: "vivere con molti bambini", "utilizzare il sandalo di Bénarès", "indossare ghirlande, profumi e unguenti", "accettare oro e denaro", "rinascere nelle destinazioni felici, negli stati celesti, dopo la dissoluzione del corpo, dopo la morte".

Il Tathâgata disse: "Capifamiglia, vi insegnerò uno stile di vita che procura a tutti un profitto. Ascoltate e state attenti."

"Va bene, Venerabile Gotama." - risposero i bramani capifamiglia, abitanti di Veludvâra. Il tathâgata disse: "Qual è, capifamiglia, lo stile di vita che procura a tutti un profitto? Immaginiamo, capifamiglia, che il discepolo del nobile così riflettesse: "Amo la vita e non voglio morire. Amo la gioia ed inorridisco ai dolori. Se sono privato della vita da qualcuno, non è piacevole per me. Così, se privo qualcun altro della sua vita, non sarà piacevole per lui, perché non vuole morire, egli ama la gioia e ripugna i dolori. Così, se non è piacevole per me, non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" "Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo del nobile si astiene dall'uccidere gli esseri viventi. Incoraggia gli altri ad astenersi dall'uccidere gli esseri viventi. Parla e elogia una tale rinuncia. Così, per quanto riguarda la condotta del suo corpo, è completamente puro.

Ed ancora, capifamiglia, immaginiamo che il discepolo del nobile così riflettesse: "Se qualcuno prendesse, con l'intenzione di rubarla, una cosa che mi appartiene e che non gli ho dato, non sarebbe piacevole per me. Se prendessi, con l'intenzione di rubarla, una cosa che appartiene a qualcun altro che non mi ha dato, non sarebbe piacevole per lui. Così, se non è piacevole per me, non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" "Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo del nobile si astiene dal prendere ciò che non gli è dato. Incoraggia gli altri ad astenersi dal prendere ciò che non gli è dato. Parla e elogia una tale rinuncia. Così,

per quanto riguarda la condotta del suo corpo, è completamente puro."

Ed ancora, capifamiglia, immaginiamo che il discepolo del nobile così riflettesse: "Se qualcuno avesse delle relazioni sessuali con le mie donne, non sarebbe piacevole per me. Se avessi delle relazioni sessuali con le donne di qualcun altro, non sarebbe piacevole per lui. Così, se non è piacevole per me, non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" "Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo del nobile si astiene da relazioni sessuali illecite. Incoraggia gli altri ad astenersi da relazioni sessuali illecite. Parla e elogia una tale rinuncia. Così, per quanto riguarda la condotta del suo corpo, è completamente puro.

Ed ancora, capifamiglia, immaginiamo che il discepolo del nobile così riflettesse: "Se qualcuno iniziasse a mentire, non sarebbe piacevole per me. Se iniziassi a mentire a qualcun altro, non sarebbe piacevole per lui. Così, se non è piacevole per me non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" "Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo del nobile si astiene dal dire menzogne. Incoraggia gli altri ad astenersi dal dire menzogne. Parla e elogia una tale rinuncia. Così, per quanto riguarda la sua condotta verbale, è completamente puro."

Ed ancora, capifamiglia, immaginiamo che il discepolo del nobile così riflettesse: "Se qualcuno mi separasse dai miei amici per calunnia, non sarebbe piacevole per me. Se separassi un altro dai suoi amici per calunnia, non sarebbe piacevole per lui. Così, se non è piacevole per me, non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" "Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo del nobile si astiene dal dire parole calunniose. Incoraggia gli altri ad astenersi dal dire parole calunniose. Parla e elogia una tale rinun-

cia. Così, per quanto riguarda la sua condotta verbale, è completamente puro."

Ed ancora, capifamiglia, immaginiamo che il discepolo del nobile così riflettesse: Se qualcuno non smettesse di parlarmi di cose inutili, di dire parole futili, non sarebbe piacevole per me. Se non smettessi di parlare di cose inutili, di dire parole futili, non sarebbe piacevole per loro. Così, se non è piacevole per me, non è piacevole per qualcun altro. Dunque, se non è piacevole per me, come posso infliggerlo a qualcun altro?" Il risultato di una tale riflessione è che il discepolo nobile si astiene dal dire parole insensate e futili. Incoraggia gli altri ad astenersi dal dire parole insensate e futili. Parla e elogia una tale rinuncia. Così, per quanto riguarda la sua condotta verbale, è completamente puro."

Inoltre, il discepolo del nobile possiede una serena fede per il Buddha, riflettendo: "Il Tathâgata, l'arahant, e perfettamente risvegliato, perfetto in saggezza e condotta, Sublime, Conoscitore dei mondi, l'incomparabile Guida degli esseri che devono essere guidati, maestro di dei e di uomini, il Buddha, il Sugata".

Inoltre, il discepolo del nobile possiede una serena fede per l'insegnamento, riflettendo: " Ben esposto dal tathâgata è l'insegnamento, dà dei risultati in questa vita, è immediato, invita alla conoscenza, conduce alla perfezione, è comprensibile per i saggi personalmente.

Inoltre il discepolo del nobile possiede una serena fede per la comunità, riflettendo:

La comunità dei discepoli del tathâgata è di perfetta condotta, la comunità dei discepoli del tathâgata è di retta condotta, la comunità dei discepoli del tathâgata è di condotta conforme alla buona creanza; sono in effetti i quattro paia di esseri: gli otto esseri. Tale è la comunità dei discepoli del tathâgata, degna di offerte,

degnata di ospitalità, degna di doni, degna di rispetto; il più grande campo di merito per il mondo."

Oramai, capifamiglia, poiché il discepolo del nobile ha colmato queste sette condizioni e questi quattro punti favorevoli, se lo vuole, può dichiarare con certezza: "La via verso l'inferno è stata recisa, la via verso le nascite animali è stata recisa, la via verso il mondo degli spiriti famelici è stata recisa, la via verso i mondi infelici, verso la sofferenza, verso le cattive destinazioni è stata recisa: sono entrato nella corrente. Non sono più destinato a rinascere. Sono destinato a raggiungere lo stato del risveglio."

Quindi, i bramani capifamiglia, abitanti di Veludvara, dissero al tathâgata: "Magnifico, Maestro Gotama! Straordinario! Proprio come se si rivoltasse ciò che era capovolto, rivelare ciò che era nascosto, mostrare la via a chi si era smarrito, o recare una luce nell'oscurità in modo che chi ha occhi possa vedere le forme, allo stesso modo il Maestro Gotama — con vari metodi — ha reso chiaro il Dhamma. Noi prendiamo rifugio nel Maestro Gotama, nel Dhamma e nella comunità dei monaci. Possa il maestro Gotama accettarci come seguaci laici che hanno preso in lui rifugio, da questo giorno e per tutta la vita."

*AN 11.2: Cetana Sutta*  
*Volizione*

"Per una persona virtuosa, colma di virtù, non vi è volizione: 'Possa io essere libero da rimorso.' E' nella natura delle cose che una persona virtuosa, colma di virtù, sia libera da rimorso. Per una persona libera da rimorso, non vi è volizione: 'Possa la gioia sorgere in me.' E' nella natura delle cose che la gioia sorga in una persona libera da rimorso.

Per una persona felice, non vi è volizione: 'Possa l'estasi sorgere in me.' E' nella natura delle cose che l'estasi sorga in una perso-

na felice.

Per una persona rapita dall'estasi, non vi è volizione: 'Possa il mio corpo essere sereno.' E' nella natura delle cose che una persona rapita dall'estasi abbia il corpo sereno.

Per una persona con un corpo sereno, non vi è volizione: 'Che io possa sperimentare il piacer.' E' nella natura delle cose che una persona serena sperimenti il piacere fisico.

Per una persona che sperimenta il piacere, non vi è volizione: 'Possa la mia mente essere concentrata.' E' nella natura delle cose che la mente di una persona che sperimenta il piacere sia concentrata.

Per un persona con mente concentrata, non vi è volizione: 'Possa io conoscere e vedere le cose come realmente sono.' E' nella natura delle cose che una persona con mente concentrata conosca e veda le cose come realmente sono.

Per una persona che conosce e vede le cose come realmente sono, non vi è volizione: 'Possa io provare il disincanto.' E' nella natura delle cose che una persona che conosce e vede le cose come realmente sono possa provare il disincanto.

Per una persona con disincanto, non vi è volizione: 'Possa sviluppare il distacco.' E' nella natura delle cose che una persona con disincanto sviluppi il distacco.

Per una persona distaccata, non vi è volizione: 'Possa io realizzare la conoscenza e la visione della liberazione.' E' nella natura delle cose che una persona distaccata realizzi la conoscenza e la visione della liberazione.

In questo modo, il distacco ha la conoscenza e la visione della liberazione come suo scopo, come suo frutto. Il disincanto ha il distacco come suo scopo, suo frutto. La conoscenza e la visione delle cose come realmente sono hanno il disincanto come scopo, come frutto. La concentrazione ha la conoscenza e la visione delle cose come realmente sono come suo scopo, suo frutto. Il piacere ha la concentrazione come suo scopo, suo frutto. La serenità ha il piacere come suo scopo, suo frutto. L'estasi ha la serenità come suo scopo, suo frutto. La gioia ha l'estasi come suo scopo, suo frutto. La liberazione da rimorso ha la gioia come suo scopo,



suo frutto. Le virtù benefiche hanno la liberazione da rimorso come scopo, come frutto.

In questo modo, le qualità mentali conducono alle qualità mentali, le qualità mentali portano le qualità mentali al loro compimento, in modo da raggiungere l'Opposta Riva."

*AN 11.12: Mahanama Sutta*  
*A Mahanama*

Così ho sentito. Una volta il Beato soggiornava presso i Sakya a Kapilavatthu nel Parco dei Banyan. In quel tempo numerosi monaci erano al lavoro per fare degli abiti per il Beato, [dicendosi]: "Quando gli abiti saranno finiti, alla fine dei tre mesi, nella stagione delle piogge, il Beato partirà in viaggio." Mahanama il Sakya apprese che numerosi monaci erano al lavoro per fare degli abiti per il Beato, [dicendosi]: "Quando gli abiti saranno finiti, alla fine dei tre mesi, il Beato partirà in viaggio." Si avvicinò dunque al Beato e, arrivando, dopo averlo salutato, si sedette ad un lato. Appena seduto, disse al Beato: "Ho appreso che numerosi monaci sono al lavoro per fare degli abiti per il Beato, [dicendosi]: 'Quando gli abiti saranno finiti, alla fine dei tre mesi, il Beato partirà in viaggio.' Per quelli come noi che vivono in diverse dimore, in quale dimora (della mente) dovremmo vivere?"

"Eccellente, Mahanama, eccellente! Se alcuni uomini del clan come te si avvicinano al Tathagata e chiedano: 'Per quelli come noi che vivono in diverse dimore [per la mente], in quale dimora (della mente) dovremmo vivere?'

Colui che pratica è un uomo di fede, non qualcuno senza fede. Colui che pratica è uno la cui tenacia è forte, non un pigro. Colui che pratica è un uomo dalla ferma presenza mentale, non qualcuno la cui presenza mentale è melmosa. Colui che pratica è

saldo nella concentrazione, non qualcuno che non è saldo. Colui che pratica è un uomo saggio, non qualcuno senza saggezza.

Stabilito in queste cinque qualità, dovresti sviluppare ancora sei qualità:

[1] Quando ricordi il Tathagata: 'Certo, il Beato è degno e perfettamente risvegliato, compiuto in conoscenza e comportamento, Sugata, conoscitore del mondo, ineguagliato come maestro per coloro che vogliono essere istruiti, maestro di esseri divini ed uomini, Sublime, Glorioso.' Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda il Tathagata, la sua mente non è posseduta dalla concupiscenza, non è posseduta dall'avversione, non è posseduta dall'illusione. La sua mente è retta, si basa sul Tathagata. E quando la mente è retta, il discepolo delle nobili persone ne trae un senso dallo scopo, ne trae un senso dal Dhamma, ottiene gioia dal Dhamma. Da ciò, spunta l'estasi. Da ciò, il corpo si calma. Un uomo il cui corpo è calmato prova calma e serenità. Da ciò il piacere, la mente diventa concentrata.

Di costui, Mahanama, si dice: 'Tra quelli che sono in disarmonia, il discepolo delle nobili persone dimora in armonia; tra quelli che sono cattivi, rimane senza malizia; avendo raggiunto la corrente del Dhamma, sviluppa il ricordo del Buddha.'

[2] Ed ancora, quando ricordi il Dhamma: 'Il Dhamma è esposto molto bene dal Beato, affinché sia conosciuto in questa vita, senza tempo, invita alla verifica, pertinente, affinché sia realizzato dai saggi personalmente'. Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda il Dhamma, la sua mente non è posseduta dalla concupiscenza, non è posseduta dall'avversione, non è posseduta dall'illusione. La sua mente è retta, si basa sul Dhamma. E quando la mente è retta, il discepolo delle nobili persone ne trae un senso dallo scopo, ne trae un senso dal Dhamma, ottiene gioia dal Dhamma. Da ciò, spunta l'estasi. Da ciò, il cor-

po si calma. Un uomo il cui corpo è calmato prova calma e serenità. Da ciò il piacere, la mente diventa concentrata.

Di costui, Mahanama, si dice: 'Tra quelli che sono in disarmonia, il discepolo delle nobili persone dimora in armonia; tra quelli che sono cattivi, rimane senza malizia; avendo raggiunto la corrente del Dhamma, sviluppa il ricordo del Dhamma'

[3] Ed ancora, quando ricordi il Sangha: 'Il Sangha dei discepoli del Beato che hanno praticato bene... che hanno praticato semplicemente e direttamente... che hanno praticato metodicamente... che hanno praticato con saggezza sono il Sangha dei discepoli del Beato: degno di doni, degno di ospitalità, degno di offerte, degno di rispetto, incomparabile campo di meriti per il mondo.' Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda il Sangha, la sua mente non è posseduta dalla concupiscenza, non è posseduta dall'avversione, non è posseduta dall'illusione. La sua mente è retta, si basa sul Sangha. E quando la mente è retta, il discepolo delle nobili persone ne trae un senso dallo scopo, ne trae un senso dal Dhamma, ottiene gioia dal Dhamma. Da ciò, spunta l'estasi. Da ciò, il corpo si calma. Un uomo il cui corpo è calmato prova calma e serenità. Da ciò il piacere, la mente diventa concentrata.

"Ed ancora, Mahanama, si dice: 'Tra quelli che sono in disarmonia, il discepolo delle nobili persone dimora in armonia; tra quelli che sono cattivi, rimane senza malizia; avendo raggiunto la corrente del Dhamma, sviluppa il ricordo del Sangha.'

[4] Ed ancora, quando ricordi le tue proprie virtù: '[Sono] salde, senza crepe, pure, liberatorie, lodate dai saggi, chiare, inducono alla concentrazione.' Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda la virtù, .....

Di costui, Mahanama, si dice: 'Tra quelli che sono in disarmonia, .... sviluppa il ricordo della virtù.'

[5] Ed ancora, quando ricordi la tua generosità: 'È benefica, è di un grande beneficio per me che - tra le persone guidate dall'egoismo - la mia coscienza purificata dalla macchia dell'egoismo, liberamente generosa, magnanima, sensibile alle richieste e alle elemosine'. Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda la generosità, ....

Di costui, Mahanama, si dice: 'Tra quelli che sono in disarmonia, ... sviluppa il ricordo della generosità.'

[6] Ed ancora, dovresti ricordarti dei deva: "Ci sono i deva dei Quattro Grandi Re, i deva dei Trentatré, i deva delle Ore, i Deva contenti, i deva che amano la creazione, i deva che hanno potere sulle creazioni degli altri, i deva del seguito di Brahma. Qualunque fosse la fede di cui erano dotati - quando hanno lasciato questa vita - sono in quel mondo rinati, lo stesso tipo di fede è presente in me. Qualunque fosse la virtù di cui erano dotati - quando hanno lasciato questa vita - sono rinati in quel mondo, lo stesso tipo di virtù è presente in me. Qualunque fosse la conoscenza di cui erano dotati - quando hanno lasciato questa vita - sono rinati in quel mondo, lo stesso tipo di conoscenza è presente in me. Qualunque fosse la generosità di cui erano dotati - quando hanno lasciato questa vita - sono rinati in quel mondo, lo stesso tipo di generosità è presente in me. Qualunque fosse la saggezza di cui erano dotati - quando hanno lasciato questa vita - sono rinati in quel mondo, lo stesso tipo di saggezza è presente in me.' Ogni momento quando un discepolo delle nobili persone si ricorda la fede, la virtù, la conoscenza, la generosità, e la saggezza, che si trova tanto in sé che nei deva, la sua mente non è posseduta dalla concupiscenza, dall'avversione e dall'illusione. La sua mente è retta, si basa sui deva e sulle loro qualità. E quando la mente è retta, il discepolo delle nobili persone ne trae un senso dallo scopo, ne trae un senso dal Dhamma, ottiene gioia dal Dhamma. Da ciò, spunta l'estasi. Da ciò, il corpo si calma. Un uomo il cui corpo è calmato prova calma e serenità. Da ciò il piacere, la mente diventa concentrata.

Di costui, Mahanama, si dice: "Tra quelli che sono in disarmonia, il discepolo delle nobili persone dimora in armonia; tra quelli che sono cattivi, rimane senza malizia; avendo raggiunto la corrente del Dhamma, sviluppa il ricordo dei deva."

*AN 11.16: Metta Sutta*  
*L'amore universale*

"Monaci, per colui che coltiva, sviluppa, insegue, prende per base, stabilizza, consolida ed intraprende bene la liberazione della coscienza attraverso l'amore universale, può aspettarsi undici benefici. Quali undici?"

Dorme placidamente si sveglia placidamente, non vi sono incubi nel suo sonno. È caro agli esseri umani, caro agli esseri sovrumani. I deva lo proteggono. Né fuoco né veleno né armi possono toccarlo. La sua mente si concentra velocemente. Il suo colorito è chiaro. Muore senza paura o confusione e – non raggiunge il Nibbana - rinasce sempre nei mondi di Brahma.

Ecco gli undici benefici per colui che coltiva, sviluppa, insegue, prende per base, stabilizza, consolida ed intraprende bene la liberazione della coscienza attraverso l'amore universale, può aspettarsi undici benefici."

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Indice*

LIBRO DEGLI UNO

Anguttara Nikaya 1.11-20 - Nivaranappahanavagga - Capitolo sull'abbandono dell'ostacolo

*Il Buddha enumera i fattori che producono la lussuria, la malevolenza, la ripugnanza, la pigrizia ed il torpore, il rimorso e la preoccupazione, ed il dubbio. Di seguito, enumera i fattori che prevengono la nascita di questi stati mentali insani.*

Anguttara Nikaya 1.21-30 - Akammaniyavagga - Capitolo su una cosa

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

intrattabile

Anguttara Nikaya 1.21-40 – Ekadhamma Sutta – Una sola cosa

*Il Buddha enumera alcune cose di importanza fondamentale per la pratica.*

Anguttara Nikaya 1.31/40 - Adanta Sutta - Indomita (estratto)

*Solo una mente controllata e domata porta felicità.*

Anguttara Nikaya 1.45-46 – Udakarahaka Sutta – Uno specchio d'acqua

*La differenza tra una mente pura ed una mente impura.*

Anguttara Nikaya 1.47 – Mudu Sutta – Duttile

*Un paragone per descrivere una mente duttile.*

Anguttara Nikaya 1.48 – Lahu-parivatta Sutta – Rapida a mutare

*Nessuna altra cosa si modifica così rapidamente come la mente.*

Anguttara Nikaya 1.49/52 -Pabhassara Sutta - Luminosa

*La mente è pura in origine e per sua natura. Sono gli influssi impuri che la rendono oscura.*

### LIBRO DEI DUE

Anguttara Nikaya 2.5 – Appativana Sutta – Ostinatamente

*Non bisogna accontentarsi delle singole qualità tecniche raggiunte.*

Anguttara Nikaya 2.9 - Lokapala Sutta - Custodi del mondo

*Coscienza e sforzo sono due qualità che ci proteggono dal male.*

Anguttara Nikaya 2.18 – Ekamsena Sutta – Categoricamente

*Gli svantaggi di una cattiva condotta e le ricompense di una buona condotta.*

Anguttara Nikaya 2.19 - Kusala Sutta - Salutare

*E' possibile abbandonare le abitudini negative e sviluppare quelle positive.*

Anguttara Nikaya 2.21 - Bala-pandita Sutta - Gli stolti e i saggi

*Qual è la differenza tra uno stolto ed un saggio?*

Anguttara Nikaya 2.23 -Abhasita Sutta - Ciò che non è stato detto

Anguttara Nikaya 2.25 -Neyyatha Sutta - Un significato da dedurre

*Due brevi richiami a non interpretare o citare gli insegnamenti del Buddha in modo errato.*

Anguttara Nikaya 2.30 -Vijja-bhagiya Sutta - La chiara conoscenza

*Come la pratica di meditazione samatha e vipassana sono utili per sradicare la concupiscenza e l'ignoranza.*

Anguttara Nikaya 2.31/32 -Kataññu Sutta - Gratitudine

*Abbiamo un grosso debito verso i nostri genitori. La gratitudine che gli mostriamo è la misura della nostra integrità morale.*

Anguttara Nikaya 2.33 – Aññataro Brahmano Sutta – Un certo Bramano

*Il Buddha risponde alla domanda: "Cosa insegnate?"*

Anguttara Nikaya 2.38 - Kandarayana Sutta - A Kandarayana

*Cosa rende una persona degna di rispetto?*

Anguttara Nikaya 2.46 – Ukkacita Sutta – Retorica

*Due tipi di persone: quelli che ascoltano attentamente e criticamente il*

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Dhamma, e coloro che ascoltano acriticamente altri insegnamenti.*

Anguttara Nikaya 2.98 -Bala Sutta - Gli stolti

*Due tipi di stolti.*

Anguttara Nikaya 2.119 -Dullabha Sutta - Difficile a trovare

*E' difficile trovare una persona riconoscente!*

Anguttara Nikaya 2.125-126: Ghosa Sutta - Voce

*La retta attenzione è una condizione della Retta Visione.*

## LIBRO DEI TRE

Anguttara Nikaya 3.2 - Lakkhana Sutta - Caratterizzato (dall'azione)

*Come differenziare un saggio da uno stolto.*

Anguttara Nikaya 3.15 - Rathakara (Pacetana) Sutta - Il carradore

*Il Buddha ricorda una vita anteriore dove era un carradore "abile nel trattamento dei picchi storti." Adesso, in quanto Buddha, è abile nell'arte di trattare i pensieri, le parole e gli atti nocivi.*

Anguttara Nikaya 3.22 -Gilana Sutta -I malati

*Il Buddha paragona il Dhamma alla buona medicina.*

Anguttara Nikaya 3.33 -Nidana Sutta - Cause

*Un'azione (kamma) compiuta per un arahant non porta nessun frutto karmico. Questo sutta spiega perché.*

Anguttara Nikaya 3.34 -Hatthaka Sutta - Per Hatthaka (sull'arte di dormire bene nella fredda foresta)

*Un focolare comodo è la migliore garanzia di una buona notte di sonno?*

Anguttara Nikaya 3.38 -Sukhamala Sutta - Raffinatezza

*Il Buddha descrive le intuizioni che l'hanno condotto, giovane, a lasciare la casa, e come queste stesse intuizioni si applicano alla condotta delle nostre vite.*

Anguttara Nikaya 3.40 -Adhipateyya Sutta - Principi

*Il Buddha descrive tre principi che mantengono la nostra pratica del Dhamma. Attenzione: non esiste nessun luogo dove nascondersi dai nostri atti scorretti!*

Anguttara Nikaya 3.47 -Sankhata Sutta - Fabbricato

*Le caratteristiche per cui si possono riconoscere le esperienze autentiche.*

Anguttara Nikaya 3.48 -Pabbata Sutta - Una montagna

*Responsabilità di un genitore verso la sua famiglia. Se vuol vedere prosperare la sua famiglia, allora bisogna essere una montagna di virtù, convinzione e conoscenza.*

Anguttara Nikaya 3.51-52 -Dvejana Sutta - Due persone

*Il Buddha offre i suoi consigli a due vecchi bramani che affrontano la fine della loro vita.*

Anguttara Nikaya 3.57 -Vaccha Sutta - A Vaccha, sulla generosità

*Ogni atto di generosità è meritorio, ma certi lo sono più di altri.*

Anguttara Nikaya 3.60 -Sangarava Sutta - Per Sangarava



## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Il Buddha risponde all'accusa che la via spirituale che insegna è egoista.*

Anguttara Nikaya 3.61 -Tittha Sutta - Settari

*Il Buddha spiega come tre concezioni sul piacere e sul dolore possono condurre ad una vita inoperosa. Poi, mostra come il piacere ed il dolore sopraggiungono realmente, e come si può trascenderli.*

Anguttara Nikaya 3.62 – Bhaya Sutta – Pericoli

*Anche se incendi, alluvioni e guerre possono minacciare le famiglie, il mondo è pieno di altri pericoli più grandi.*

Anguttara Nikaya 3.65 - Kalama Sutta - Ai Kalama/La carta del libero arbitro del Buddha

*Il Buddha espone ad un gruppo di scettici i suoi criteri per accettare un insegnamento spirituale.*

Anguttara Nikaya 3.66 -Salha Sutta - Per Salha

*Il Ven. arahant Nandaka s'imbarca col laico Salha in un dialogo che va dai principi elementari fino alla natura dello stato d'arahant.*

Anguttara Nikaya 3.67: Kathavatthu Sutta — Modi di discutere

*Questo breve discorso contiene dettagliate istruzioni su come rispondere abilmente alle domande. Un insegnamento prezioso per tutti.*

Anguttara Nikaya 3.68 – Titthiya Sutta – Sette

*Come l'adeguata attenzione (yoniso manasikara) riesce ad eliminare le radici dell'avidità, dell'avversione e dell'illusione.*

Anguttara Nikaya 3.70 -Muluposatha Sutta - Le radici dell'Uposatha

*Il Buddha descrive a Visakha, il fedele laico, i buoni ed i cattivi modi di osservare i giorni di Uposatha. Quelli che li osservano sono destinati correttamente a raccogliere delle ricompense celesti.*

Anguttara Nikaya 3.71 -Channa Sutta - Per Channa, l'asceta errante

*Il Ven. Ananda informa Channa sull'abbandono delle impurità mentali della concupiscenza, dell'avversione, e dell'illusione.*

Anguttara Nikaya 3.72 -Ajivaka Sutta - Per il discepolo del fatalista

*Il Ven. Ananda dà una risposta efficace alle domande, come "Quale insegnamento è corretto? Quale pratica è corretta?"*

Anguttara Nikaya 3.73 -Sakka Sutta - Ai Sakya

*Mahanama chiede al Buddha: "Che cosa viene prima, la concentrazione o la saggezza?" Il Ven. Ananda risponde a nome del Buddha.*

Anguttara Nikaya 3.76 – Bhava Sutta – Il divenire

*I tre livelli del divenire in relazione alla coscienza.*

Anguttara Nikaya 3.78 -Silabbata Sutta - Precetti e pratica

*Tutte le vie religiose portano ad un frutto? La risposta del Ven. Ananda.*

Anguttara Nikaya 3.81 -Gadhabha Sutta - L'asino

*Non è che portando degli abiti si ha l'aria di un monaco, e si è necessariamente seri nella pratica del Dhamma.*

Anguttara Nikaya 3.88 - Sikkha Sutta - Pratiche (1)

Anguttara Nikaya 3.89 -Sikkha Sutta - Pratiche (2)

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Il Buddha riassume i tre aspetti della pratica del Dhamma che bisogna sviluppare.*

Anguttara Nikaya 3.93 –Accayika Sutta - Necessari

*Come un contadino non può predire quando il frutto sarà maturo, così non si può predire quando accadrà il risveglio. Allora custodite forte la vostra pratica, il resto verrà da solo.*

Anguttara Nikaya 3.94 -Ajaniya Sutta - Il purosangue

*Quali sono le qualità che fanno un monaco degno di rispetto?*

Anguttara Nikaya 3.99 -Lonaphala Sutta - Il cristallo di sale

*La risposta di un buddhista alla domanda: "Perché arrivano delle disgrazie alle persone?"*

Anguttara Nikaya 3.100 (i-x) -Pansadhovaka Sutta - Il pulitore di polvere

Anguttara Nikaya 3.100 (xi-xv) - Nimitta Sutta -Temi

*Il Buddha paragona la pratica efficace della mente al modo con cui un orafo purifica l'oro.*

Anguttara Nikaya 3.105 -Kuta Sutta - La sommità del tetto

*Protegete la vostra mente, e vi guarderete dal male.*

Anguttara Nikaya 3.120 -Moneyya -Sagacia

*Il Buddha descrive tre tipi di saggezza: fisica, verbale e mentale. Questo è uno dei sutta scelti dal re Asoka, affinché tutti i buddisti praticanti li studino e riflettano spesso.*

Anguttara Nikaya 3.123 -Gotamaka-cetiya Sutta - Al santuario Gotamaka

*Cosa desiderate di più dagli insegnamenti del Buddha?*

Anguttara Nikaya 3.126 –Katuvīya Sutta - Putridio

*Non bisogna lasciar andare la vostra concentrazione e la vostra attenzione.*

Anguttara Nikaya 3.130 -Lekha Sutta - Iscrizioni

*Perché aggrapparsi alla collera?*

Anguttara Nikaya 3.134 -Dhamma-niyama Sutta - L'ordinanza del Dhamma

*Che ci sia o no un Buddha al mondo, le tre caratteristiche dell'esistenza rimangono sempre: impermanenza, sofferenza, e non-sè.*

## LIBRO DEI QUATTRO

Anguttara Nikaya 4.1 - Anubuddha Sutta - Comprensione

*Perché continuiamo ad errare senza scopo nel samsara? Questo è perché non abbiamo realizzato ancora quattro nobili qualità.*

Anguttara Nikaya 4.5 - Anusota Sutta - Con la corrente

*Seguire "semplicemente la corrente" non trova nessun supporto negli insegnamenti del Buddha.*

Anguttara Nikaya 4.10 - Yoga Sutta - Gioghi

*In numerosi discorsi, il Buddha parla dello "ineguagliato riposo del giogo." In questo discorso, spiega a quali gioghi si riferiva.*

Anguttara Nikaya 4.19 - Agati Sutta - Fuorviare

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Il Buddha spiega la differenza tra "custodire il suo maestro" e "deviare dal suo maestro" nella pratica del Dhamma.*

Anguttara Nikaya 4.24 - Kalaka Sutta - Al parco di Kalaka

*Anche se il Buddha possiede una profonda conoscenza, non la mostra.*

Anguttara Nikaya 4.28 - Ariya-vamsa Sutta - Il discorso sulle tradizioni degli Esseri Nobili

*Il Buddha descrive quattro buone qualità di un monaco: contentezza per gli abiti, per il cibo offerto, per l'alloggio, e provare piacere a coltivare i suoi stati mentali salutari. Questo è uno dei sutta scelti dal re Asoka per tutti i buddhisti praticanti.*

Anguttara Nikaya 4.31 – Cakka Sutta – Ruote

*Le quattro ruote che conducono alla piena prosperità.*

Anguttara Nikaya 4.37 - Aparihani Sutta - Non disertare

*Se si è sinceri nelle ispirazioni a realizzare il risveglio, questi quattro aspetti della pratica del Dhamma dovrebbero essere sviluppati costantemente.*

Anguttara Nikaya 4.41 - Samadhi Sutta - Concentrazione

*Il Buddha spiega come la concentrazione, quando è sviluppata pienamente, può portare a quattro risultati desiderabili differenti.*

Anguttara Nikaya 4.42 - Pañha Sutta - Domande

*Gli insegnamenti del Buddha sull'arte di rispondere alle domande.*

Anguttara Nikaya 4.49 - Vipallasa Sutta - Perversioni

*Quattro tipi di false percezioni che ci mantengono legati al ciclo delle nascite.*

Anguttara Nikaya 4.62 – Anana Sutta – Senza debiti

*Quattro tipi di felicità derivanti dalla ricchezza.*

Anguttara Nikaya 4.67 – Ahina Sutta – Morso da un serpente

*Come si pratica metta (gentilezza amorevole o amore universale) per proteggersi dal male?*

Anguttara Nikaya 4.73 - Sappurisa Sutta - Una persona intemerata

*Siete integri? Il modo come parlate di voi stessi e degli altri rivela molte cose sulla vostra integrità personale.*

Anguttara Nikaya 4.77 Acinteyya Sutta – Idee impensabili

*Alcune idee possono portare alla pazzia.*

Anguttara Nikaya 4.79 - Vanijja Sutta - Commercio

*Una delle ragioni per cui certi riescono ed altri falliscono nelle loro imprese.*

Anguttara Nikaya 4.85 - Tamonata Sutta - Oscurità

*La bontà di una persona non si misura con la sua ricchezza, bellezza o stato sociale, ma per la bontà delle sue azioni.*

Anguttara Nikaya 4.94 - Samadhi Sutta - Concentrazione (samatha e vipassana)

*Il Buddha spiega come la pratica corretta della meditazione consiste sia in quella di pace (samatha) sia in quella di visione profonda (vipassana).*

Anguttara Nikaya 4.95 - Chavalata Sutta - La torcia

*Cosa vale: praticare il Dhamma a proprio beneficio o per il beneficio altrui?*

## Anguttara Nikaya

### *Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*La risposta potrebbe sorprendere.*

Anguttara Nikaya 4.96 - Raga-vinaya Sutta - L'asservimento dei desideri  
*Che significa esattamente praticare il Dharma a proprio beneficio - o per quello altrui?*

Anguttara Nikaya 4.111 - Kesi Sutta - Per Kesi l'addestratore di cavalli  
*Il Buddha spiega a Kesi, un addestratore di cavalli, come insegna il Dhamma. Questa brillante esposizione merita uno studio attento per tutti i maestri, perché rivela i molteplici livelli ai quali un insegnamento efficace opera: il Buddha utilizza dei paragoni di grande effetto, e risponde abilmente alla vera domanda che si trova dietro la richiesta dello studente ("per favore, potete trascinarvi"?)*

Anguttara Nikaya 4.159 - Bhikkhuni Sutta - La monaca

*Il Ven. Ananda insegna ad una monaca come superare la brama, la vanità e il rapporto sessuale.*

Anguttara Nikaya 4.183 - Suta Sutta - Su ciò che si sente

*Perché il principio di non mentire non implica una franchezza o un'apertura totale.*

Anguttara Nikaya 4.184 - Abhaya Sutta - Senza paura

*Il Buddha spiega quattro modi a Janussoni di sormontare la paura della morte.*

Anguttara Nikaya 4.199 - Tanha Sutta - Appetito insaziabile

*Il Buddha enumera i differenti tipi di pensieri occulti che conosce la mente, la quale non è ancora libera dal desiderio insaziabile. Ciò vi sembra familiare?*

Anguttara Nikaya 4.235 - Ariyamagga Sutta - Il nobile Sentiero

*Le azioni (kamma) appropriate danno eventualmente dei buoni risultati, mentre le cattive ne portano di cattivi. Ma meglio, sono le azioni che conducono alla fine totale del kamma.*

Anguttara Nikaya 4.252 - Pariyesana Sutta - Ricerche

*Cosa cercate? Siete alla ricerca della felicità in cattivi luoghi? Ricercate una felicità duratura e nobile?*

Anguttara Nikaya 4.259 – Araññika Sutta – Un asceta dimorante nella foresta  
*Quattro qualità per poter dimorare nella foresta.*

## LIBRO DEI CINQUE

Anguttara Nikaya 5.2 - Vitthara Sutta - (Forze) in dettaglio

*Un riassunto delle cinque "forze" (bala) da sviluppare nel corso della pratica del Dhamma.*

Anguttara Nikaya 5.20 - Hita Sutta - Beneficio

*Come praticare il Dhamma per il proprio beneficio e per quello degli altri.*

Anguttara Nikaya 5.25 - Anugghita Sutta - Sostenuto

*Cinque fattori che conducono al compimento delle rette visioni.*

Anguttara Nikaya 5.27 - Samadhi Sutta - (Incommensurabile) Concentrazione

*Il Buddha incoraggia la pratica del brahmavihara, stati sublimi di metta,*

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*karuna, mudita, ed upekkha, come base della pratica della concentrazione, visto che conduce a cinque realizzazioni importanti.*

Anguttara Nikaya 5.28 - Samadhanga Sutta - I fattori della concentrazione

*Il Buddha spiega come lo sviluppo progressivo dei jhana conduce allo sviluppo dei poteri sovrumani ed al risveglio.*

Anguttara Nikaya 5.34 - Siha Sutta - Per il generale Siha (Sulla generosità)

*Il generale Siha, conosciuto per la sua generosità, domanda al Buddha quali sono i frutti della generosità che si possono cogliere in questa esistenza. Il Buddha descrive quattro di questi frutti; il quinto, una rinascita felice, Siha può averla solamente avendo fede.*

Anguttara Nikaya 5.36 - Kaladana Sutta - I doni opportuni

*I doni fatti nel momento giusto portano i frutti più grandi. Qui, il Buddha descrive cinque di queste opportunità.*

Anguttara Nikaya 5.37 - Bhojana Sutta - Un pasto

*Ogni volta che si fa un dono di cibo, si danno anche cinque cose meravigliose, in modo automatico, tanto al donatore che al ricevente.*

Anguttara Nikaya 5.38 - Saddha Sutta - Fede

*Le cinque ricompense che un laico può aspettarsi dalla sua sua fede, nei Tre Tesori.*

Anguttara Nikaya 5.41 - Adiya Sutta – Benefici da ottenere (dalla ricchezza)

*Il Buddha elenca i benefici che si possono ottenere dalla ricchezza accumulata.*

Anguttara Nikaya 5.43 - Ittha Sutta - Ciò che è il benvenuto

*Il Buddha spiega ad Anathapindika com'è la vera felicità.*

Anguttara Nikaya 5.51 - Avarana Sutta - Ostacoli

*Il Buddha invoca un paragone molto utile per illustrare le trappole poste dagli ostacoli.*

Anguttara Nikaya 5.53 - Anga Sutta - Fattori (dello sforzo)

*I cinque fattori che sostengono il livello adeguato di sforzo verso lo scopo.*

Anguttara Nikaya 5.57 - Upajjhatthana Sutta - Argomenti di contemplazione

*Il Buddha descrive le "cinque azioni su cui ognuno dovrebbe riflettere spesso, sia uomo o donna, laico od ordinato."*

Anguttara Nikaya 5.73 - Dhamma-viharin Sutta - Colui che dimora nel Dhamma

*Il Buddha descrive i diversi tipi di monaco, e quale tra essi dimora nel Dhamma.*

Anguttara Nikaya 5.77 – Anagata-bhayani Sutta – Il sermone sui possibili pericoli

Anguttara Nikaya 5.78 – Anagata-bhayani Sutta – Il sermone sui possibili pericoli (2)

Anguttara Nikaya 5.79 – Anagata-bhayani Sutta – Il sermone sui possibili pericoli (3)

Anguttara Nikaya 5.80 – Anagata-bhayani Sutta – Il sermone sui possibili

Anguttara Nikaya  
*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

pericoli (4)

*Non bisogna mai rimandare la pratica.*

Anguttara Nikaya 5.98 – Arañña Sutta – Foresta

*Cinque qualità per raggiungere il Nibbana.*

Anguttara Nikaya 5.114 - Andhakavinda Sutta - A Andhakavinda

*Cinque cose su cui il Buddha esorta i suoi monaci di recente ordinati. Utile anche per i laici.*

Anguttara Nikaya 5.121 - Gilana Sutta - Per un malato

*Il Buddha ricorda ad un monaco malato che se contempla cinque temi specifici della meditazione, anche un malato può realizzare il risveglio.*

Anguttara Nikaya 5.129 - Parikuppa Sutta - All'agonia

*Cinque atti gravi che impediscono di realizzare le nobili realizzazioni in questa vita.*

Anguttara Nikaya 5.139 – Sotar Sutta – Saper ascoltare

*Il Buddha ci illustra l'importanza di alcune qualità che bisogna possedere.*

Anguttara Nikaya 5.159 - Udayi Sutta - Udayin

*Il Buddha spiega al Ven. Ananda i cinque prerequisiti per insegnare il Dhamma agli altri.*

Anguttara Nikaya 5.161 - Aghatapativinaya Sutta - Sormontare il fastidio.

*Cinque metodi abili per trattare con quelli che vi infastidiscono.*

Anguttara Nikaya 5.162 - Aghatavinaya Sutta - Odio soggiogato

Anguttara Nikaya 5.175 - Candala Sutta - La fuori-casta

*Cinque qualità che determinano il grado dell'impegno di un buddista laico. Qual è il vostro punteggio?*

Anguttara Nikaya 5.177 - Vanijja Sutta - Cattivi mezzi di sostentamento

*Cinque tipi di cattivi mezzi di vita per i fedeli laici.*

Anguttara Nikaya 5.180 - Gavesin Sutta - Gavesin

*Come la ricerca dell'eccellenza - ed una mente in competizione - hanno condotto un laico ed i suoi amici a raggiungere lo stato di arahant. Questa storia ha fatto sorridere anche il Buddha.*

## LIBRO DEI SEI

Anguttara Nikaya 6.12 - Saraniya Sutta - Ciò che contribuisce all'amabilità

*Il Buddha descrive come comportarsi coi suoi pari in modo da generare dei sentimenti reciproci di cameratismo, amicizia, e rispetto.*

Anguttara Nikaya 6.13 - Nissaraniya Sutta - Mezzi di fuga

*Sei qualità che, quando le si sviluppa a fondo, conducono alla liberazione.*

Anguttara Nikaya 6.16 - Nakula Sutta - I genitori di Nakula

*Una saggia casalinga consola suo marito preoccupato nel momento in cui affronta la morte a causa di una grave malattia.*

Anguttara Nikaya 6.19/20 - Maranassati Sutta - Coscienza della morte

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*La morte può arrivare non importa quando. Siete pronti?*

Anguttara Nikaya 6.38 – Attakari Sutta – Il fautore del Sé

*Esiste un elemento o un'entità che inizia o avvia un'azione?*

Anguttara Nikaya 6.41 - Daruka-khandha Sutta – Il legno accumulato

Anguttara Nikaya 6.45 - Ina Sutta -Debito

*Come cadere sotto l'ascendente della sensualità e come come indebitarsi pesantemente.*

Anguttara Nikaya 6.46 - Cunda Sutta – Cunda

Anguttara Nikaya 6.47 - Sanditthika Sutta – Visibile qui ed ora

Anguttara Nikaya 6.49 - Khema Sutta – Con Khema

Anguttara Nikaya 6.55 - Sona Sutta -A proposito di Sona

*In questo famoso sutta il Buddha spiega al Ven. Sona che equilibrare il suo sforzo nella pratica della meditazione, è come accordare un strumento di musica.*

Anguttara Nikaya 6.63 - Nibbedhika Sutta - Profonda

*Il Buddha spiega che la padronanza del Dhamma deriva nel meditare su sei fattori della mente, ciascuno di essi deve essere compreso profondamente in sei modi differenti. Questo sutta contiene una deliziosa piccola strofa che indica la vera causa dell'attaccamento sulla sensualità.*

Anguttara Nikaya 6.85 - Siti Sutta - Stato di calma

Anguttara Nikaya 6.86 - Avaranata Sutta - Ostacoli

*Sei qualità che impediscono, e sei che sostengono, lo sviluppo degli stati d'animo avveduti.*

Anguttara Nikaya 6.87 - Kammavaranata Sutta - Ostruzioni del kamma

*Sei cose che possono rendere incapace di sviluppare delle domestiche qualità mentali.*

Anguttara Nikaya 6.88 - Sussusa Sutta - Ascoltare bene

*Le istruzioni del Buddha su come ascoltare il Dhamma in modo da prenderlo veramente a cuore.*

Anguttara Nikaya 6.97 - Anisansa Sutta -Ricompenso

Anguttara Nikaya 6.102 - Anodhi Sutta – Senza residuo (1)

Anguttara Nikaya 6.103 - Anodhi Sutta – Senza residuo (2)

Anguttara Nikaya 6.104 - Anodhi Sutta – Senza residuo (3)

## LIBRO DEI SETTE

Anguttara Nikaya 7.6 - Dhana Sutta -Tesoro

*Se si posseggono questi sette tesori nel cuore, non si sarà vissuto invano.*

Anguttara Nikaya 7.7 - Ugga Sutta - Per Ugga

*Il Buddha spiega ad Ugga che ci sono sette tesori del cuore che, contrariamente ai tesori mondani, sono sempre al riparo da "fuoco, inondazioni, re, ladri, o eredi astiosi."*

Anguttara Nikaya 7.11 - Anusaya Sutta - Ossessioni (1)

*Un'enumerazione dei sette anusaya, ossessioni o tendenze latenti.*

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

Anguttara Nikaya 7.12 - Anusaya Sutta - Ossessioni (2)

*Sull'abbandono dei sette anusaya, ossessioni o tendenze latenti.*

Anguttara Nikaya 7.21 - Bhikkhu-aparihaniya Sutta - Condizioni per non avere declino tra i monaci

*Le sette condizioni che conducono al benessere a lungo termine del Sangha.*

Anguttara Nikaya 7.35 - Mitta Sutta – Un amico

Anguttara Nikaya 7.46 - Sanna Sutta - Percezioni

Anguttara Nikaya 7.49 - Dana Sutta - Donare

*Il Buddha descrive delle motivazioni per essere generosi. I frutti karmici del dono dipendono pesantemente dalle nostre motivazioni.*

Anguttara Nikaya 7.51 - Avyakata Sutta – Ciò che non è stato rivelato

Anguttara Nikaya 7.56 - Kimila (Kimbila) Sutta - A Kimila

*Vorreste che il Buddismo prosperi in Occidente? In questo sutta il Buddha spiega al Ven. Kimila ciò che è richiesto per vedere il Dharma durare molto tempo.*

Anguttara Nikaya 7.58 – Capala Sutta – Sonnolenza

*Come non farsi sorprendere dalla sonnolenza.*

Anguttara Nikaya 7.60 - Kodhana Sutta - Una persona in collera

*Il Buddha descrive sette pericoli della collera.*

Anguttara Nikaya 7.64 - Dhammaññu Sutta - Colui che ha il senso del Dhamma

*Volete essere degni del rispetto degli altri? Qui il Buddha descrive sette qualità che fanno di voi un individuo rispettabile ed onorabile.*

Anguttara Nikaya 7.68 – Aggikkhandopama Sutta – I paragoni del fuoco

*Non bisogna abusare della generosità e della buon fede dei sostenitori laici.*

Anguttara Nikaya 7.70 – Arakenanusasa Sutta – L'insegnamento di Araka

*Come è breve la vita umana.*

Anguttara Nikaya 7.80 - Satthusasana Sutta - Per Upali (Gli insegnamenti del maestro)

*Il Buddha spiega al Ven. Upali come riconoscere gli insegnamenti autentici del Dhamma.*

## LIBRO DEGLI OTTO

Anguttara Nikaya 8.2 - Pañña Sutta - Discernimento

*Il Buddha sottolinea le qualità che bisogna sviluppare per permettere alla saggezza di manifestarsi.*

Anguttara Nikaya 8.6 - Lokavipatti Sutta - I difetti del mondo

*Le otto condizioni mondane. La differenza tra una persona ordinaria ed uno svegliato nel loro modo di reagire agli inevitabili alti e bassi della vita.*

Anguttara Nikaya 8.7 – Devadatta Sutta - Su Devadatta

*Quando la mente è preda degli otto falsi dhamma.*

Anguttara Nikaya 8.13 – Ajañña Sutta – Il Purosangue



## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Otto qualità che un monaco o un praticante dovrebbe possedere.*

Anguttara Nikaya 8.26 - Jivaka Sutta - Per Jivaka (Sulla condizione del fedele laico)

*Il Buddha spiega come un fedele laico può lavorare al benessere altrui.*

Anguttara Nikaya 8.30 - Anuruddhamahavitakka Sutta - Ad Anuruddha

*Il Buddha descrive le otto salutari qualità della mente, che se attivate conducono al Nibbana.*

Anguttara Nikaya 8.39 - Abhisanda Sutta - Ricompense

*Il Buddha parla d'otto ricompense che si possono avere con un comportamento avveduto.*

Anguttara Nikaya 8.40 - Vipaka Sutta - Risultati

*Il Buddha descrive le conseguenze sgradevoli di non tenere ai precetti.*

Anguttara Nikaya 8.53 - Gotami Sutta - Per Gotami

*Il Buddha spiega a Mahapajapati Gotami, sua zia, come riconoscere gli insegnamenti autentici del Dhamma.*

Anguttara Nikaya 8.54 - Dighajanu (Vyagghapajja) Sutta - Condizioni di benessere

*Gli insegnamenti del Buddha ai capi famiglia su come preservare ed accrescere felicità e benessere a livello mondano e spirituale.*

### LIBRO DEI NOVE

Anguttara Nikaya 9.1 - Sambodhi Sutta - I fattori del risveglio

*Avere degli amici ammirevoli è una parte essenziale della via verso il risveglio.*

Anguttara Nikaya 9.7 - Sutava Sutta - Per Sutavan

*Nove atti nocivi che un essere pienamente sveglio è incapace di commettere.*

Anguttara Nikaya 9.34 - Nibbana Sutta - Illuminazione

*Il Ven. Sariputta spiega al Ven. Udayin come anche gli stati mentali più belli, squisiti e raffinati sono toccati dalla sofferenza (dukkha), solo il Nibbana può essere chiamato veramente "piacevole".*

Anguttara Nikaya 9.36 - Jhana Sutta - Assorbimento mentale (estratto)

*La meditazione, come il tiro con l'arco, è una qualità che si sviluppa col tempo, con la pratica, con la pratica, con la pratica.*

Anguttara Nikaya 9.37 - Ananda Sutta - Con Ananda

*Vi è percezione in alcuni stati sottili della concentrazione?*

Anguttara Nikaya 9.41 - Tapussa Sutta - A Tapussa (Sulla rinuncia)

*Il Buddha dice come la lunga strada della pratica della meditazione che culmina col risveglio comincia con la rinuncia.*

Anguttara Nikaya 9.43 - Kayasakhi Sutta - Testimone fisico

Anguttara Nikaya 9.44 - Paññavimutti Sutta - Liberato attraverso la conoscenza

Anguttara Nikaya 9.45 - Ubhatobhaga Sutta - (liberato) In entrambi i modi

*In questo gruppo di sutta, il Ven. Ananda risponde alle domande del Ven.*

## Anguttara Nikaya

### *Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Udayin sul senso di parecchi termini chiave che utilizza il Buddha in altri sutta: che cosa è un "testimone fisico"?. Cosa è la "liberazione attraverso la conoscenza?" Che cosa è "liberato in entrambi i modi"?. Il Ven. Ananda mostra qui che lo sviluppo dei jhana fa parte integrante dello sviluppo della saggezza.*

Anguttara Nikaya 9.62 - Bhabba Sutta - Capace

*Nove barriere allo stato di arahant.*

Anguttara Nikaya 9.63 - Sikkha-dubbalya Sutta - Cose che indeboliscono la pratica

*Come sormontare le ostruzioni ai nostri progressi in meditazione.*

Anguttara Nikaya 9.64 - Nivarana Sutta - Ostacoli

*Come sormontare i cinque ostacoli.*

## LIBRO DEI DIECI

Anguttara Nikaya 10.13 - Sanyojana Sutta - Catene

*Le dieci catene che ci legano al ciclo della nascita e della morte.*

Anguttara Nikaya 10.15 - Appamada Sutta - La presenza mentale

*Dieci paragoni che illustrano l'attenzione come la prima di tutte le qualità avvedute.*

Anguttara Nikaya 10.17 - Natha Sutta - Protettivi

*Dieci qualità che offrono una protezione alla mente.*

Anguttara Nikaya 10.20 – Ariyavasa Sutta – Le dimore dei Nobili

*Le qualità della mente in possesso dei Saggi.*

Anguttara Nikaya 10.24 – Cunda Sutta – Cunda

*Chi si vanta di conoscere il Dhamma, ma dimora con una mente non pura è come una persona povera che si vanta di essere ricca.*

Anguttara Nikaya 10.48 - Dasadhamma Sutta - Discorso sui dieci Dhamma

*Le dieci cose che un monaco ordinato deve custodire costantemente alla mente.*

Anguttara Nikaya 10.51 - Sacitta Sutta - La propria mente

*Come leggere nella propria mente.*

Anguttara Nikaya 10.60 - Girimananda Sutta - Per Girimananda

*Il Buddha istruisce il Ven. Girimananda, malato, dei dieci temi di meditazione che possono curare sia la mente sia il corpo.*

Anguttara Nikaya 10.69 - Kathavatthu Sutta - Argomenti di conversazione

*Dieci buoni argomenti di conversazione come alternativa al pettegolezzo.*

Anguttara Nikaya 10.71 – Akankha Sutta – Desideri

*Per essere lodati e rispettati bisogna seguire rettamente le regole di pratica e dare l'esempio.*

Anguttara Nikaya 10.80 - Aghata Sutta - Odio

*Quando spunta l'odio nella mente, che cosa fate? Dieci antidoti.*

Anguttara Nikaya 10.81 - Bahuna Sutta - Per Bahuna

## Anguttara Nikaya

*Raccolta dei discorsi [il cui numero è] in progressione*

*Da che cosa uno Svegliato è liberato?*

Anguttara Nikaya 10.95 - Uttiya Sutta - Per Uttiya

*Lo scopo degli insegnamenti del Buddha è di liberare tutti gli esseri?*

Anguttara Nikaya 10.104 - Bija Sutta - Il seme

*Il successo e il fallimento del sentiero di pratica.*

Anguttara Nikaya 10.108 - Virecana Sutta - Un purgante

*Le migliori medicine per il corpo non funzionano talvolta. Qui, il Buddha offre un "nobile purgativo" per la mente che funziona ad ogni colpo.*

Anguttara Nikaya 10.176 - Cunda Kammaraputta Sutta - Per Cunda il gioielliere

*Il Buddha spiega a Cunda che l'autentica autopurificazione non viene dal compimento di riti sacri, ma nel controllo della nostra mente, delle nostre parole e dei nostri atti.*

AN 10.208 - Brahnavihara Sutta - Atteggiamenti sublimi

### LIBRO DEGLI UNDICI

Anguttara Nikaya 11.1 - Kimattha Sutta - Qual è lo scopo?

*Perché il Buddha ci implora regolarmente di coltivare sila, la virtù?*

Anguttara Nikaya 11.2 - Cetana Sutta - Volizione

*Tutto nasce da sila, la virtù.*

Anguttara Nikaya 11.12 - Mahanama Sutta - Per Mahanama

*Il Buddha informa il maestro del capofamiglia Mahanama dell'importanza di sviluppare i sei ricordi, ricordarsi del Buddha, del Dhamma e del Sangha, le nostre virtù, la nostra generosità, e gli dei.*

Anguttara Nikaya 11.16 - Metta (Mettanisamsa) Sutta - L'amore universale

*Undici benefici che provengono dalla pratica della meditazione di metta, bontà o amorevolezza.*