

LA COMUNITÀ

CAPITOLO PRIMO

I DOVERI DELLA COMUNITÀ

I

I RELIGIOSI

1. Colui che desidera divenire un mio discepolo, deve essere disposto a recidere ogni rapporto diretto con la sua famiglia, rinunciare alla vita sociale e ai beni di ogni genere. Colui che in nome del Dharma lascia tutto ciò e non ha dimora stabile né per il corpo né per mente, diviene mio discepolo, altrimenti detto un monaco errante.

Colui che porta il mio abito e calca l'orma dei miei passi, è però lontano da me, se l'avidità turba il suo cuore. Vestito da monaco, non vede e non segue il mio insegnamento, quindi non mi vede né mi segue.

Chi invece, pur a miglia di distanza da me, ha la mente pura e serena sgombra da qualunque avidità, costui sta al mio fianco, perché è aperto all'insegnamento del Dharma. E chi accoglie e vede il Dharma, accoglie e vede me.

I doveri della comunità

2. I miei discepoli o monaci erranti sono tenuti ad osservare queste quattro norme, su cui regolare tutta la loro vita:

portare indumenti vecchi e buttati via;

procurarsi il cibo elemosinando;

trascorrere la notte dove li trova, anche sotto un albero o su una pietra;

curarsi solo con uno speciale rimedio di urina, preparato dalla comunità.

Errare da una casa all'altra con una ciotola in mano per raccogliere il cibo è vita da mendico: è però una vita di libera scelta, non obbligata da nessuno, né da circostanze né da altro. Ogni mio discepolo sceglie di propria volontà questo tipo di esistenza, conscio che una vita di fede lo terrà lontano dalle illusioni e dagli inganni del mondo, l'aiuterà ad evitare la sofferenza e lo guiderà all'Illuminazione.

La vita di un monaco errante non è certo facile; è bene non intraprenderla se non si è in grado né di mantenere il cuore libero dal desiderio e dall'ira, né di controllare la mente e i cinque sensi.

3. Ritenersi un monaco errante e risponderne, comporta poter affermare:

“Faccio il voto di ottemperare comunque e sempre a

I doveri della comunità

tutte le norme del monaco errante. Mi impegno ad essere veramente tale con tutta sincerità ed a raggiungere la meta. Sarò grato verso tutti coloro che mi aiuteranno con le loro offerte e cercherò di renderli felici con la mia onestà e la mia buona vita”.

Un monaco errante, come tale, si eserciti in vari e differenti modi: essere sensibile all’onta e al disonore nel compiere un’azione errata; mantenersi puro in parole, azioni e pensieri; vegliare sulle cinque porte dei sensi; non lasciar vagare la mente dietro a piaceri effimeri; non lodare se stesso e disprezzare gli altri; non essere pigro né indulgere al senno.

La sera, si sieda e si raccolga in silenziosa meditazione, poi faccia una breve passeggiata prima di ritirarsi. Per un sonno tranquillo, è opportuno addormentarsi sul fianco destro a piedi giunti, con l’ultimo pensiero rivolto all’ora in cui risvegliarsi presto la mattina successiva. Il mattino di buon’ora, torni a sedersi e a raccogliersi in tranquilla meditazione, seguita poi da una passeggiata.

Durante il giorno, resti vigile e disciplini il corpo e la mente, resistendo alla tendenza a indulgere all’avidità, alla collera, all’ignoranza, alla pigrizia, alla disattenzione, al rammarico, al sospetto e ai desideri mondani.

I doveri della comunità

Così la sua mente concentrata risplenderà di saggezza e mirerà soltanto alla perfetta Illuminazione.

4. Se un monaco errante oblia se stesso e indulge alla cupidigia, dà libero corso all'ira e cova risentimento, gelosia, vanità, orgoglio e ipocrisia, è come se andasse in giro con una spada a doppio taglio, coperta solo da una stoffa sottile.

Non è un religioso solo perché porta l'abito cencioso del monaco e la ciotola per l'elemosina; non è un religioso solo perché sa recitare le scritture; in tal caso, sarebbe soltanto un uomo di paglia e null'altro.

L'abito non fa il monaco: colui che non riesce ad allontanare da sé i desideri mondani, non è un monaco errante ma un neonato, in abito monacale.

Meritano l'appellativo di monaci erranti, di religiosi, soltanto coloro che sono capaci di concentrazione e autocontrollo, coloro che si sono spogliati di tutti i desideri mondani per rivestirsi di vera saggezza onde conseguire l'Illuminazione, loro unica meta.

Un religioso autentico è fermamente deciso a toccare la meta, a costo di perdere anche l'ultima goccia di sangue

I doveri della comunità

o di ridurre in polvere le sue ossa. Colui che si impegna a fondo, verrà illuminato e ne darà prova compiendo gli atti meritori dei monaci erranti.

5. Ogni religioso ha la missione di diffondere la luce dell'insegnamento del Buddha rendendolo noto a tutti, svegliando gli addormentati, raddrizzando le idee errate e contorte, aiutando gli altri ad acquisire un corretto modo di vedere e di pensare. Egli deve propagare ovunque l'insegnamento, anche a rischio della propria vita.

La missione del religioso non è facile: chi vi aspira, indossi l'abito del Buddha, si segga dove siede il Buddha, ed entri nella dimora del Buddha.

Indossare l'abito del Buddha significa essere umile e perseverante; sedersi dove siede il Buddha, significa vedere ogni fenomeno come privo di una sostanza duratura e quindi non attaccarsi a nulla; entrare nella dimora del Buddha, significa condividere la sua grande compassione che tutto abbraccia ed essere comprensivo verso chiunque.

I doveri della comunità

6. Chi desideri diffondere in modo efficace l'insegnamento del Buddha, stia ben attento a: sorvegliare il proprio comportamento; scegliere con cura le parole nel rivolgersi agli altri per insegnare; riflettere sul perché insegna e sul risultato che si attende; essere aperto al sentimento della grande compassione.

Il religioso che spiega il Dharma deve dunque, in primo luogo: tenere bene i piedi sulla terra della pazienza e della perseveranza; essere modesto; evitare ogni eccentricità e forma di pubblicità; ricordarsi sempre della vacuità di ogni cosa e quindi non legarsi o attaccarsi a nulla. Agendo così, avrà un comportamento corretto.

In secondo luogo, sia prudente nell'avvicinare gli altri e nel trovarsi a contatto con determinate situazioni. Si tenga lontano da gente di malaffare o da persone autorevoli; eviti le donne. Si avvicini agli altri con spirito amichevole e sia sempre memore del fatto che nulla può sfuggire alla combinazione e al rapporto di causa-effetto. Ecco perché non deve incolpare gli altri, né insultarli, né criticarli, né diffamarli.

In terzo luogo, mantenga una mente serena, guardi al Buddha, come a un padre spirituale, consideri suoi maestri

I doveri della comunità

gli altri monaci erranti che progrediscono lungo la via dell'Illuminazione, e provi per chiunque comprensione e benevolenza. Il suo insegnamento sia uguale per tutti, imparziale.

Come il Buddha, infine, sviluppi al massimo grado la compassione, indirizzandola soprattutto verso chi, ignaro, non aspira all'Illuminazione. Deve poi auspicare che si ridesti in essi è interesse per l'Illuminazione e perseguire questo desiderio con generoso impegno.

II I LAICI

1. Si è già detto che per divenire un discepolo del Buddha occorre credere nei tre tesori del Buddha, del Dharma e del Saṅgha.

Per diventare un seguace laico, è necessario avere una fede incrollabile nel Buddha, credere nel suo insegnamento facendone oggetto di studio e regola di vita, far parte, per convinzione, della comunità.

I discepoli laici si attengano ai cinque precetti di non uccidere, non rubare, non commettere adulterio, non mentire né ingannare, non assumere sostanze inebrianti.

I doveri della comunità

I laici non si limitino solo a credere nei tre tesori e ad ottemperare ai cinque precetti ma anche, secondo le loro possibilità, aiutino e sostengano la fede e l'osservanza altrui. E' bene che si impegnino, in particolare, a risvegliare in familiari e amici una fede sentita e incrollabile nel Buddha, nel Dharma e nel Saṅgha, perché anche costoro possano essere partecipi della grande compassione del Buddha.

I laici devono tenere sempre presente che la ragione ultima della loro fede nei tre tesori e nel valore dei cinque precetti sta nel fatto di poter così raggiungere, alla fine, l'Illuminazione. Pur vivendo dunque in un mondo di desideri, se ne guardino ed evitino ogni forma di asservimento ad essi.

I laici tengano sempre ben presente il fatto che presto o tardi dovranno separarsi dalla famiglia o dai familiari! Non c'è ragione di tenersi stretti alle cose di questa vita, ma è bene rivolgere il cuore al mondo dell'Illuminazione, ove nulla dispare.

2. Più la fede nell'insegnamento del Buddha si rafforza e si approfondisce, più i laici godranno di una gioiosa serenità che si irraderà su chi li circonda e verrà rispecchiata dall'ambiente.

I doveri della comunità

Un cuore che ha fede è puro e dolce, sempre paziente e perseverante; nemico delle dispute, non suscita sofferenze agli altri, ma piuttosto tiene sempre vivo il pensiero e il ricordo del Buddha, del Dharma e del Saṅgha. In tal modo, la felicità nasce spontanea e la luce dell'Illuminazione si irradia ovunque.

Grazie alla fede, il laico riposa nel Buddha, e libero da egoismo e attaccamento ai propri beni vive senza paura e non teme le critiche.

Sicuro di rinascere nella terra del Buddha, il laico non paventa la morte. Fiducioso nella verità e nella santità dell'insegnamento, senza timori dà libertà di espressione al suo pensiero.

Comprensivo verso tutti senza discriminazioni, tratta i singoli con spirito di uguaglianza. Avendo il cuore libero da sentimenti opposti di amore e di odio, di simpatia e di antipatia, ogni sua buona azione è improntata di gioia, di purezza e di equità.

Che la vita riservi avversità oppure prosperità, non sarà questo a incidere sull'accrescimento della fede. Se il laico si mantiene umile, se rispetta l'insegnamento del

I doveri della comunità

Buddha, se parla ed agisce in conseguenza, se si lascia guidare dalla saggezza, se il suo cuore rimane fermo come una roccia, avanzerà con sicurezza sulla via dell'Illuminazione.

Anche se costretto a vivere in mezzo alle difficoltà e fra persone dallo spirito corrotto, chi ha cara la fede nel Buddha, potrà guidare costoro verso una condotta migliore.

3. La prima cosa da desiderare, è di ascoltare l'insegnamento del Buddha.

Se per raggiungere l'Illuminazione ci venisse detto di attraversare il fuoco, non dovremmo esitare a farlo.

Per la salvezza che offre il solo udire il nome del Buddha, vale la pena di attraversare un mondo in fiamme.

Colui dunque che accetta il Dharma, non deve essere né egoista né pieno di sé, ma piuttosto nutrire sentimenti di benevolenza verso chiunque, senza distinzioni di sorta. Deve rispettare chi ne è degno, servire chi lo merita, e trattare tutti con ugual gentilezza.

I doveri della comunità

E' così che i fedeli devono ascoltare il Dharma e credervi, senza lasciarsi turbare dalle parole o dalle azioni altrui. In tal modo accoglieranno l'insegnamento del Buddha e lo metteranno in pratica senza invidiare gli altri, senza farsi influenzare e senza volgersi verso altre vie: nulla è più importante del guidare la propria mente verso l'Illuminazione.

Chi non crede nel Buddha, ha una visione angusta delle cose, che lo turbano o angustiano; non pensa che a sé. I credenti nel Buddha, invece, confidano nella sua grande saggezza, nella sua immensa compassione; e in tal fede, non si lasciano turbare da inezie.

4. Chi inoltre presta ascolto all'insegnamento del Buddha, sa che la propria vita è transitoria e che il corpo è solo un aggregato di sofferenze e la causa di ogni male; ecco perché non vi si affeziona.

Nondimeno, non trascura di curarsi in modo appropriato, non per i piaceri materiali, ma perché il corpo è un mezzo necessario alla realizzazione della saggezza ed alla missione di immettere altri sulla via dell'Illuminazione.

Chi non si cura della propria efficienza fisica, non avrà lunga vita. E se non è longevo, non potrà mettere in

I doveri della comunità

pratica di persona il Dharma, né trasmetterlo agli altri.

Come chi desidera attraversare un fiume tiene la zattera in buone condizioni, e come il viaggiatore avrà gran cura del suo cavallo, così anche colui che aspira a conseguire l'Illuminazione dovrà vigilare sulla sua salute fisica.

I seguaci del Buddha si vestono per proteggersi dalle brusche variazioni di temperatura, dal caldo e dal freddo, e per ragioni di pudore, ma non per adornarsi.

Si nutrono per sostentarsi e per essere in grado di ascoltare, accogliere e spiegare il Dharma, ma non per mero piacere.

Abitano in edifici per fini pratici e non per orgoglio o per egoismo; così, devono vivere nella dimora dell'Illuminazione per proteggersi dagli attacchi delle passioni mondane e dall'imperversare dei cattivi insegnamenti.

E' bene valutare ogni singola cosa e non nutrire attaccamento per egoismo, ma utilizzarla soltanto in rapporto all'Illuminazione e al Dharma, e soprattutto per trasmettere il Dharma agli altri.

I doveri della comunità

Pur vivendo in famiglia, il loro cuore deve sempre conformarsi al Dharma. Abbiamo cura dei familiari con saggezza e con affetto, cercando di destare la fede nei loro cuori in diversi modi.

5. I discepoli laici della comunità del Buddha devono pensare, ogni giorno, a come trattare i propri genitori, a come comportarsi con moglie e figli, a come disciplinare se stessi e servire il Buddha.

Per trattare i genitori nel migliore dei modi occorre imparare a rispettare ogni forma di vita. Vivere in armonia con moglie e figli richiede la rinuncia alla brama sensuale e ai pensieri egocentrici.

Nell'ascoltare la musica della vita familiare, è bene rammentarsi della musica ancora più dolce del Dharma; vivendo nella calma accogliente del proprio focolare, si pensi con frequenza al rifugio offerto dalla pratica religiosa, dove il saggio trova riparo da ogni impurità e inquietudine.

I laici, nel fare le loro offerte, rinuncino ad ogni desiderio di acquisizione; anche in mezzo alla folla, il loro cuore deve rimanere in compagnia dei saggi; di fronte alla sfortuna si manterranno sereni e distaccati dagli ostacoli.

I doveri della comunità

Rifugiandosi nel Buddha, aspirino alla sua saggezza.

Nel cercar rifugio nel Dharma, aspirino a cercare la verità, simile a un oceano di saggezza.

Nel trovar rifugio nel Saṅgha, aspirino ad essere compartecipi della pace della comunità, senza la remora degli interessi personali.

Nel vestirsi, non dimentichino di rivestirsi anche di umiltà e di bene.

Quando desiderano rilassarsi, aspirino a liberare il cuore da ogni cupidigia, rabbia o illusione.

Trovandosi a percorrere una strada impervia, devono vederla come la via dell'Illuminazione che li conduce al di là del mondo delle illusioni. Se invece seguono una via piana e facile, ne approfittino per compiere ulteriori e grandi progressi verso lo stato di Buddha.

Alla vista di un ponte, aspirino a costruire, con l'insegnamento, un ponte per farvi passare gli altri.

Nell'imbattersi in un infelice, deplorino il dolore di un mondo in perenne mutamento.

I doveri della comunità

Nel vedere un uomo avido e pieno di desideri, è saggio aspirare di cuore a liberarsi dalle illusioni di questa vita e a cercare la vera ricchezza dell'Illuminazione.

Dinanzi a un cibo appetitoso, è bene controllarsi; davanti a un cibo insipido, è da augurarsi di non ricadere più nell'avida golosità.

Durante la grande calura estiva, è bene aspirare a lasciare la fornace dei desideri mondani per raggiungere la frescura offerta dall'Illuminazione. Durante il rigore invernale, è bene pensare alla calorosa accoglienza della grande compassione del Buddha.

Nel recitare le scritture, è bene avere la ferma determinazione di tenerle sempre presenti e di metterne in pratica i precetti.

Nel pensare al Buddha, è bene augurarsi con tutto il cuore di poter avere, un giorno, uno sguardo profondo, simile al suo.

Nell'addormentarsi la sera, è bene desiderare di purificarsi e rinnovarsi in azioni, parole e pensieri. Il mattino, al risveglio, il primo desiderio sia di avere per tutta la giornata una mente atta a comprendere con lucidità ogni evento.

I doveri della comunità

6. Coloro che ottemperano all'insegnamento del Buddha, poiché comprendono l'insostanzialità di ogni cosa, non guardano più con leggerezza agli eventi della vita umana, ma li accettano nella loro realtà e si impegnano a servirsene sulla via dell'Illuminazione.

Non è corretto credere che il mondo sia privo di senso e tutto confusione, e che invece l'Illuminazione sia piena di senso e di pace. E' bene piuttosto intravedere la via dell'Illuminazione in tutti gli avvenimenti e le circostanze di questo mondo.

Colui che guarda il mondo con occhi turbati ed offuscati dall'ignoranza, lo vedrà come un mare di errori; chi invece lo osserva attraverso la limpida lente della saggezza lo vedrà come è, come il mondo dell'Illuminazione.

In realtà, di mondo ce n'è solo uno e non due contrapposti, di cui l'uno assurdo e cattivo e l'altro valido e giusto. E' il carattere discriminante dei giudizi umani a far credere erroneamente nell'esistenza di due mondi.

Se si riesce a sbarazzarsi delle idee discriminanti, a mantenere puro il cuore alla luce della saggezza, allora si vedrà un unico mondo in cui tutto ha un suo senso.

I doveri della comunità

7. I seguaci del Buddha colgono in ogni avvenimento quest'unità universale e pura; in cuor loro, provano comprensione per tutti ed hanno un atteggiamento di umiltà verso chiunque.

I buddhisti devono far tacere l'orgoglio, aver cari il senso dell'umiltà, della cortesia e della disponibilità verso gli altri. Il loro cuore deve essere come un terreno fertile imparziale nel dare vita e nutrimento, deve servire senza lamentarsi, sopportare con pazienza, essere sempre assiduo e trovare la sua gioia suprema nel servire i sofferenti, seminando nel loro cuore i germi del Dharma.

La mente che ha compassione dei sofferenti è come una madre per tutti, rispetta chiunque considerandolo un amico, un familiare.

Anche se i seguaci del Buddha venissero odiati e attaccati da migliaia di persone, non ne riceverebbero alcun male, poiché sarebbe come una goccia di veleno sciolta nell'acqua di un vasto oceano.

8. Il laico troverà la felicità nell'abitudine al ricordo dei tre tesori, alla riflessione e alla gratitudine. Capirà che la sua fede è opera e manifestazione della compassione del Buddha.

I doveri della comunità

Tra il fango delle passioni mondane non ci sono semi della fede; è però possibile piantarli, grazie alla compassione del Buddha, ed essi purificheranno la mente fino a farvi germogliare la fede nel Buddha.

Come un albero candana dal legno profumato non può crescere, lo si è già detto, in una foresta di alberi eranda, così i semi della fede nel Buddha non possono trovarsi in seno alle illusioni ed agli inganni.

Tuttavia, lì si schiude il fiore della gioia; dobbiamo allora concludere che se questo fiore si trova in grembo alle illusioni e agli inganni, le sue radici, in realtà, sono altrove, ovvero nel cuore del Buddha.

Un laico in balia del proprio “io”, diverrà geloso, invidioso, cattivo e pieno di rancore, perché il suo cuore sarà colmo di invidia, di collera e di sciocco orgoglio. Se invece fa ritorno al Buddha, lo servirà ancor meglio di quanto si è già detto sopra. In verità, questo supera qualunque espressione umana.

III

**GUIDA PRATICA A UN CORRETTO
MODO DI VIVERE**

1. E' errato credere che le sventure provengano dall'est o dall'ovest; in realtà nascono in noi, nella nostra mente. Ecco perché è stolto volersi proteggere dalle disgrazie del mondo esterno, trascurando di disciplinare la mente.

C'è un'usanza tramandata dai tempi antichi, e ancora osservata dalla gente comune: alzarsi presto al mattino, sciacquarsi la bocca e lavarsi il viso, poi inchinarsi nelle sei direzioni – verso l'est, l'ovest, il sud, il nord, l'alto e il basso – augurandosi che nessuna direzione apporti disgrazie, onde trascorrere così una giornata serena.

Nel Dharma, invece, il Buddha insegna a rispettare le sei direzioni della verità e poi a comportarsi virtuosamente e con saggezza, in modo da evitare le sventure.

Per sorvegliare l'ingresso delle sei direzioni, gli uomini devono evitare di contaminarsi con i "quattro atti", controllare i "quattro cattivi stati mentali" ed ostruire le "sei aperture" che provocano la perdita dei beni.

I "quattro atti" sono l'omicidio, il furto, l'adulterio e la menzogna.

I doveri della comunità

I “quattro cattivi stati mentali” sono: la cupidigia, l’ira, la stupidità e la paura.

Le “sei aperture”, cause della perdita dei beni, sono: il desiderio delle bevande alcoliche e una condotta insensata; far le ore piccole e perdersi in frivolezze; indulgere troppo a passatempi quali la musica e il teatro; giocare d’azzardo; unirsi a cattive compagnie; infine, trascurare i propri doveri.

Una volta evitati le quattro gravi contaminazioni, i quattro cattivi stati mentali ed ostruite le sei aperture della dispersione, i seguaci del Buddha si inchinano verso le sei direzioni della verità.

Quali, dunque, queste sei direzioni? L’est, indica il cammino dei genitori e dei figli; il sud, il cammino dell’insegnante e dell’allievo; l’ovest, il cammino del marito e della moglie; il nord il cammino di due amici; il nadir, il cammino del padrone e del dipendente; lo zenit, è la via dei seguaci del Buddha.

Un figlio, per rimanere sulla via dell’est, deve compiere cinque cose: onorare i genitori e non deluderne le aspettative; essere servizievole ed aiutarli nel loro lavoro; rispettare i legami familiari; proteggere i beni di famiglia e, dopo la loro scomparsa, far celebrare cerimonie religiose alla loro memoria.

I doveri della comunità

I genitori devono compiere cinque cose per i figli: tenerli lontani dal male; dare loro il buon esempio; educarli; combinarne il matrimonio e dar loro l'eredità di famiglia al momento opportuno. Se i genitori e i figli osservano queste regole, la famiglia vivrà sempre in pace.

Un allievo bene incamminato sulla via del sud, si alzi sempre quando entra il suo insegnante; sia rispettoso; segua in modo corretto i consigli; non trascuri di fargli dei doni; ne ascolti con rispetto l'insegnamento.

Nel contempo, da parte del maestro è doveroso: comportarsi in modo irreprensibile; insegnargli in modo corretto la materia di studio; far uso di buoni metodi e cercare di preparare l'allievo in modo che ottenga risultati eccellenti e sia rispettato in società. Se entrambi ottemperano a queste regole, il loro rapporto non avrà rotture.

Un marito che rispetti la via dell'ovest deve: trattare la moglie con rispetto, cortesia e fedeltà; affidarle il governo della casa e provvedere alle sue necessità. Nel contempo, è dovere della moglie occuparsi dell'andamento della casa e dei bisogni della famiglia; in modo accorto essere fedele al marito; dare ordini ai domestici con spirito saggio; non avere le mani bucate. Nella misura in cui queste regole vengono rispettate, il focolare sarà felice e sereno, senza dispute.

I doveri della comunità

La via del nord ovvero dell'amicizia si fonda sulla simpatia e sull'affetto reciproci; ognuno deve dare all'altro quello che all'altro manca e cercare di essere utile, rivolgendosi sempre con parole gentili.

E' doveroso impedire all'amico di prendere una cattiva strada, proteggere i suoi beni e aiutarlo nelle difficoltà. Se un amico ha qualche sventura, è bene tendergli la mano e, se necessario, sostentarne la famiglia. In tal modo si manterrà l'amicizia reciproca.

Un padrone che si trova sulla via del nadir, nei rapporti con un dipendente, osserva cinque atti opportuni: affidargli un lavoro corrispondente alle sue reali capacità; dargli una buona paga; curarlo con premura quando è malato; provvedergli un buon vitto; accordargli il meritato riposo.

Un domestico o un dipendente, invece, dovrà ottemperare a cinque regole: la mattina, alzarsi prima del padrone e la sera, coricarsi dopo di lui; essere sempre onesto; sforzarsi di espletare il proprio incarico e non screditare il nome del padrone. L'osservanza di queste regole porterà la pace tra padrone e dipendente.

Quanto ai doveri del laico verso chi insegna il Dharma: nutra rispetto e considerazione per il suo maestro;

I doveri della comunità

lo tratti con cortesia; ne ascolti e ne metta in pratica i consigli e gli offra doni.

Un uomo che si inchina nelle sei direzioni non agisce così per sfuggire disgrazie esterne. Lo fa per essere vigile e pronto a prevenire il sorgere del male nella propria mente.

2. Un uomo deve scegliere, fra i suoi conoscenti, chi è da frequentare e chi è da tener lontano.

E' bene evitare la compagnia degli avidi, dei chiacchieroni, degli adulatori e dei dissipatori.

Sono invece da frequentare coloro che sono pronti a dare un aiuto, a condividere gioie e pene, a consigliare bene, a essere comprensivi.

Un amico vero e sicuramente meritevole, rimarrà sempre sulla retta via; si preoccuperà con discrezione della felicità dell'amico; lo consolerà nella disgrazia e gli offrirà aiuto nel momento del bisogno; terrà per sé i suoi segreti e darà buoni consigli.

E' molto difficile trovare un amico simile: perciò ci si deve impegnare a divenfarlo. Come il sole riscalda una terra fertile, così un buon amico si distingue nella società per le sue buone azioni.

I doveri della comunità

3. Sarebbe impossibile per un figlio ricompensare i genitori della loro bontà affettuosa, neanche se portasse per cento lunghi anni il padre sulla spalla destra e la madre su quella sinistra.

Anche se, per cento anni, donasse loro dei profumi; li trattasse come un figlio ideale; regalasse loro un regno o tutte le ricchezze di questo mondo, non sarebbe mai in grado di ricompensarli a sufficienza, tanto grande è il debito di gratitudine verso di loro.

Ma se guida i genitori verso il Buddha e spiega loro il Dharma, se li persuade a lasciare una via cattiva per seguirne una retta, se li induce ad abbandonare ogni cupidigia e a rallegrarsi della generosità, allora, avrà ripagato ampiamente il suo debito.

4. La famiglia è il luogo dove i cuori si incontrano. L'amore rende il focolare domestico bello come un giardino in fiore. Ma se invece la mente dei singoli si allontana dall'armonia comune, è come se una tempesta rovinasse il giardino.

Se all'interno della famiglia nasce la discordia, non bisogna incolpare gli altri, ma esaminare se stessi e comportarsi rettamente.

I doveri della comunità

5. Un tempo un figlio unico, un giovane di grande fede rimasto orfano di padre, viveva con la madre. Un giorno prese moglie, e la sposa si trovò a vivere con la suocera.

All'inizio, la famiglia visse armoniosamente ma poi, per un piccolo malinteso, la nuora e la suocera presero a detestarsi. L'avversione crebbe a tal punto che, alla fine, la suocera lasciò la giovane coppia per andare a vivere da sola.

Dopo la sua partenza, i due giovani ebbero un figlio. All'orecchio della suocera arrivò un presunto commento della nuora: "Finché la madre di mio marito è stata con noi, tediandomi sempre, non mi è mai accaduto nulla di piacevole; con la sua partenza, ecco questo lieto avvenimento".

La diceria fece infuriare l'anziana signora che gridò: "In questo mondo, la rettitudine è scomparsa. Se con lo scacciare la madre del marito accadono eventi lieti, bene, il mondo è alla rovescia"!

La suocera, poi, fuori dei gangheri, esclamò: "Celebriamo, dunque, i funerali di questa rettitudine"! E come impazzita corse al cimitero.

I doveri della comunità

Un dio, venuto a conoscenza del fatto, si manifestò subito alla donna e cercò in vari modi di farla ragionare, ma invano.

Alla fine il dio le propose: “Va bene, per placare il tuo animo, farò bruciare il bambino e la madre. Ti basta?”

A quelle parole, la suocera comprese il suo errore, si scusò della sua ira e pregò il dio di risparmiare le vite del nipotino e della nuora. Nel contempo, la giovane coppia prese coscienza dell’atto d’ingiusto egoismo verso la donna anziana e andarono a cercarla al cimitero. Il dio riconciliò le due donne e riportò la pace in famiglia.

La rettitudine non è mai perduta per sempre, a meno di non gettarla via di propria volontà. Ogni tanto sembra scomparire, ma in realtà, non scompare mai. La sua scomparsa apparente è dovuta alla perdita della rettitudine della propria mente.

Il reciproco disaccordo porta spesso dei disastri. A un banale malinteso può seguire una grande sventura. E’ bene guardarsi da ciò nella vita familiare.

I doveri della comunità

6. La questione delle spese giornaliere va considerata con la massima cura. Ogni membro della famiglia deve lavorare ed impegnarsi come le formiche industrie e le api affaccendate. Non ci si deve riposare sull'altrui laboriosità o far conto dell'altrui generosità.

D'altra parte, i proventi non vanno considerati un bene esclusivamente personale. Se ne deve dividere una parte con gli altri; risparmiare una parte, da usare in caso di bisogno, un'altra parte per le necessità della comunità e degli insegnanti religiosi.

E' bene rammentarsi sempre che nulla al mondo si può definire in senso assoluto "mio". Quel che si ha, è dovuto a una combinazione di cause e di condizioni, lo si può mantenere solo per un periodo limitato di tempo; ecco perché non se ne deve fare uso in modo egoistico o per fini indegni.

7. Quando Śyāmāvātī, la consorte del re Udayana, offrì ad Ānanda cinquecento capi di vestiario, il dono fu accolto con molta gioia.

Il re, venuto a conoscenza della cosa, sospettò Ānanda di disonestà. Allora si recò da lui e gli chiese che uso avrebbe fatto dei cinquecento abiti.

Ānanda rispose: 'Maestà, molti fratelli sono vestiti di cenci; distribuirò gli abiti fra loro'.

I doveri della comunità

“Che ne farai dei vecchi abiti?”

“Ne faremo dei copriletti”

“E dei copriletti?”

“Ne faremo dei cuscini”

“E dei vecchi cuscini?”

“Ne faremo dei tappeti”

“Che ne farai dei vecchi tappeti?”

“Ne faremo degli zerbini”

“Che ne farai dei vecchi zerbini?”

“Li useremo come scope”

“E delle vecchie scope?”

“Maestà, le ridurremo a pezzi e, mescolate al fango, serviranno per intonacare i muri delle case”

Ogni oggetto va usato con cura, per farne qualcosa di utile, perché non è “nostro” e basta, ma ci è stato affidato temporaneamente.

8. Il rapporto coniugale non è stato istituito per mera convenienza. Ha un significato ben superiore a quello di una semplice convivenza di due corpi fisici in una casa. Marito e moglie approfittino dell'intimità della loro unione per aiutarsi reciprocamente a praticare gli insegnamenti.

Una coppia anziana definita la “coppia ideale”, andò un giorno dal Buddha e chiese: “Signore! Ci conosciamo sin da bambini, poi ci siamo sposati e da allora mai una nube ha offuscato la nostra felicità. Diteci come dobbiamo fare per essere di nuovo marito e moglie nella prossima

I doveri della comunità

vita”.

Il Buddha diede loro questa saggia risposta: “Se ambedue avete un’ugual fede, se entrambi avete ricevuto in modo identico l’insegnamento e se siete di pari saggezza, allora, avrete la stessa mente nella prossima vita”.

9. Non vi è distinzione di sesso sulla via dell’Illuminazione. Se una donna desidera intraprenderla, diventerà un’eroina del sentiero spirituale.

La regina Mallikā, figlia del sovrano Prasenajit e moglie del re Ayodhya, era una donna così. Animata da una grande fede nell’insegnamento del Buddha, fece in sua presenza i dieci seguenti voti:

“Signore, fino a quando avrò ottenuto l’Illuminazione, non violerò i precetti; non sarò arrogante con persone di età maggiore alla mia; non mi adirerò con nessuno”.

“Non coverò gelosia né invidierò i beni altrui; non sarò egoista, né in spirito, né in ciò che posseggo; cercherò di rendere felici i poveri, condividendo con loro le cose che ricevo senza accumularle per me sola”.

“Li accoglierò con cortesia e darò loro quel di cui abbisognano: rivolgerò loro parole gentili. Avrò cura di

I doveri della comunità

immedesimarmi nella situazione e non di seguire la mia convenienza: cercherò di fare del bene senza parzialità”.

“Nel vedere qualcuno soffrire di solitudine o languire in prigione, o patire per malattia o per altro, cercherò di sollevarlo spiegandogli le cause e le leggi”.

“Se vedrò qualcuno catturare animali e trattarli con crudeltà o violare qualche precetto, nel limite delle mie possibilità lo punirò se merita una punizione, lo ammonirò con consigli se ne è degno e poi mi sforzerò di rimediare al danno provocato”.

“Non trascurerò di ascoltare il retto insegnamento, perché so che, altrimenti, ci si allontana rapidamente dalla verità presente dovunque e, in tal modo, non si riesce a toccare la riva dell’Illuminazione”.

“Poi, Mallikā formulò i seguenti tre voti per aiutare i sofferenti: “Innanzitutto, farò il possibile per rendere tutti sereni. Un desiderio, questo, che nella mia vita successiva, qual che essa sia, sarà la radice del bene che crescerà nella saggezza di un buon insegnamento”.

“Poi, una volta ricevuta questa saggezza, non avrò riposo nel trasmetterla agli altri”.

“Infine, proteggerò il vero insegnamento anche a costo del sacrificio di me, della mia vita o dei miei beni”.

I doveri della comunità

Il vero senso della vita familiare risiede nell'opportunità che essa offre agli incoraggiamenti e all'aiuto reciproci sulla via dell'Illuminazione. Qualunque donna può diventare una grande discepola del Buddha come Mallikā, purché abbia lo stesso desiderio di ricercare l'Illuminazione e faccia gli stessi voti.

CAPITOLO SECONDO

CONTRUIRE UNA TERRA DI BUDDHA

I

L'ARMONIA DELLA COMUNITÀ

1. Immaginiamo una landa deserta, immersa in un buio profondo, dove numerosi esseri viventi errano alla cieca.

In preda certo al terrore, si scontreranno nella notte senza riconoscersi. Ognuno è solo, ognuno vaga, senza sosta, nella solitudine: davvero uno stato miserabile.

All'improvviso, sopraggiunge un uomo superiore, con una torcia in mano. Tutto s'illumina e si rischiara.

Gli esseri viventi, fino ad allora brancolanti nelle tenebre, si guardano intorno. Si accorgono di essere circondati da creature simili a loro: con immenso sollievo e grida di gioia corrono gli uni verso gli altri per abbracciarsi e intrattenersi fra di loro in allegria.

“La terra deserta” non è altro che la vita umana. L'oscurità indica l'ignoranza. Coloro che non hanno nel cuore la luce della saggezza, vagano tra la solitudine e il

Contruire una Terra di Buddha

timore. Nati soli, muoiono soli. Non sanno riconoscersi e vivere in armonia; ecco perché, ovviamente, sono schiavi del timore e della disperazione.

L'“uomo superiore” con la torcia in mano, simboleggia il Buddha che sotto umane sembianze illumina il mondo con la sua saggezza e compassione.

Grazie a questa luce, gli uomini scoprono se stessi e gli altri. Possono così formare con gioia e in armonia una comunità umana.

Migliaia di persone che vivano insieme non costituiscono una comunità finché non sono unite da un mutuo legame di conoscenza e di comprensione.

In una vera comunità, risplendono la fiducia e la saggezza: è un luogo dove i membri si conoscono, hanno fiducia gli uni negli altri e vivono in armonia.

L'armonia è infatti l'anima e il senso ultimo di ogni vera comunità od organizzazione.

2. Esistono tre tipi di organizzazioni. Al primo, appartengono quelle che si fondano sul potere, sulla ricchezza o sull'autorità dei loro leader.

Contruire una Terra di Buddha

Al secondo, appartengono quei gruppi che si riuniscono per ragioni di convenienza, e che pertanto sussistono fino a quando i suoi membri sono d'accordo fra loro e realizzano i propri interessi.

Vi sono infine le comunità che sorgono attorno a un buon principio animatore; l'armonia è il loro perno vitale.

E' ovvio che solo il terzo tipo di organizzazione è, fra i tre, quello autentico, poiché tutti i suoi membri condividono lo stesso spirito, donde nascono l'unità di gruppo e varie qualità positive. Ne consegue il prevalere dell'armonia, della pace, della soddisfazione e della felicità.

L'Illuminazione è come la pioggia che, cadendo su una montagna, forma rivoli, ruscelli e poi veri e propri corsi d'acqua che, alla fine, sfociano nell'oceano.

L'insegnamento scende e penetra, come una pioggia, in tutti gli esseri umani in qualunque circostanza, situazione e condizioni. Coloro che l'accolgono si riuniscono in piccoli gruppi, in associazioni, in comunità, per poi ritrovarsi, alla fine, nel grande oceano della perfetta Illuminazione.

I cuori di tutti costoro si ritrovano uniti così come il latte all'acqua, per organizzarsi in una comunità fondata sull'armonia.

Contruire una Terra di Buddha

Un insegnamento autentico è dunque la base di una comunità perfetta; è la luce che permette di riconoscersi gli uni con gli altri, di venirsi incontro reciprocamente e smussare le angolosità del proprio punto di vista.

L'organizzazione fondata sui perfetti insegnamenti del Buddha si può allora definire Saṅgha.

I suoi membri devono impegnarsi a seguire gli insegnamenti e a metterli in pratica in modo conforme. In tal modo la Comunità, in teoria aperta a chiunque, si compone, in realtà, di tutti i credenti nella stessa fede religiosa.

3. Nella Comunità del Buddha, si possono distinguere due tipi di appartenenti al Saṅgha: i religiosi che diffondono la dottrina e i credenti che li sostengono. Tutti insieme si impegnano a propagare e a mantenere vitale la dottrina.

Perché la Comunità sia tale nella pienezza del termine, deve dominare il mutuo rispetto fra tutti i membri: solo così può regnare l'armonia fra loro.

Contruire una Terra di Buddha

Tutti gli appartenenti al Saṅgha devono riunirsi con spirito d'amicizia e di comprensione, provando la gioia di vivere insieme e di aspirare all'unità spirituale.

4. Sono sei i fattori che porteranno la Comunità all'armonia: il parlare sincero; l'agire in modo spontaneo e gentile; l'atteggiamento sincero e comprensivo; la divisione in parti uguali di beni comuni; l'osservare gli stessi giusti precetti; l'avere dei punti di vista corretti.

Di tutti e sei, l'ultimo, ossia l'avere dei punti di vista corretti, è il perno centrale, attorno a cui ruotano gli altri.

Per il successo della Comunità, è bene ottemperare a due gruppi di sette regole. Le norme del primo gruppo sono comuni:

(1) Riunirsi frequentemente, per ascoltare i precetti del Dharma e discuterne.

(2) Frequentarsi con piena libertà e rispettarsi a vicenda.

(3) Osservare tutti l'insegnamento, ottemperare alle regole e non alterarle.

Contruire una Terra di Buddha

(4) I più anziani e i più giovani si devono trattare con cortesia reciproca.

(5) Far sì che ogni atto sia caratterizzato dalla sincerità e dal rispetto.

(6) Purificare la mente in un luogo appartato, che andrebbe però offerto in precedenza ad altri.

(7) Amare gli altri, trattare i visitatori con cordialità e confortare gli ammalati. Una comunità che segue queste regole non avrà declino.

Le norme del secondo gruppo sono individuali: conservare un cuore puro e non desiderare troppe cose; mantenersi integro ed evitare ogni forma di invidia; essere paziente e non creare discordia; saper tacere e non parlare inutilmente; ottemperare alle regole e non essere arrogante; essere coerenti e non seguire altre dottrine; essere economo e frugale nella vita quotidiana.

Se tutte queste regole verranno osservate, la comunità non avrà declino.

5. Come si è già detto, la Comunità deve, come norma base, mantenere l'armonia. Chi dunque non vive nell'armonia, non può definirsi un Saṅgha. Ciascuno deve

Contruire una Terra di Buddha

guardarsi dal seminare discordia. Al sorgere della discordia, va stroncata al più presto perché è essa a mandare in rovina rapidamente qualunque organizzazione.

Come le macchie di sangue non scompaiono con il sangue, così l'odio non scompare con l'odio, ma solo con il perdono.

6. Un tempo, c'era un sovrano soprannominato "Calamità", il cui paese venne conquistato dal vicino re guerriero Brahmadata. Il re "Calamità" si nascose con la moglie e il figlio, ma poi venne scoperto e catturato. Suo figlio, invece, riuscì a fuggire.

Il principe tentò in vari modi di salvare il genitore, ma invano. Il giorno dell'esecuzione, il principe, travestito, poté solo assistere, impotente e disperato, alla morte dello sventurato padre.

Questi riconobbe il figlio tra la folla e mormorò, come se parlasse fra sé: "Non cercare ulteriormente! Non agire in modo precipitoso! L'odio e il rancore si placano solo con l'oblio".

Passarono i giorni e il principe cercò a lungo il modo di vendicarsi. Alla fine, si fece assumere come servo al

Contruire una Terra di Buddha

palazzo del re Brahmadata ed entrò nelle sue grazie.

Un giorno in cui il principe accompagnava a caccia il re, gli si presentò l'opportunità di effettuare la vendetta. Attirò abilmente in un luogo solitario il re che, molto stanco, si addormentò con la testa sulle ginocchia del principe, tanta era la fiducia in lui.

Il principe tirò fuori il pugnale e lo puntò alla gola del re, ma esitò. Le ultime parole del padre morente gli tornarono in mente: e malgrado ripetuti tentativi, fu incapace di uccidere il re. Risvegliatosi all'improvviso, questi raccontò al principe di aver avuto un incubo, durante il quale il figlio del re "Calamità" aveva tentato di ucciderlo.

Brandendo il pugnale, il principe afferrò il re e rivelandogli la sua vera identità gli disse che era giunta per lui l'ora di vendicare suo padre, ma non si sentì di farlo. Lasciò cadere bruscamente il pugnale e cadde in ginocchio, ai piedi del sovrano.

Quando il re venne a conoscenza della storia del principe e delle ultime parole del padre di lui, ne rimase sconvolto e presentò le sue scuse al principe. Poi, gli rese il regno paterno e i due paesi vissero a lungo in perfetta amicizia.

Contruire una Terra di Buddha

Le ultime parole del re “Calamità”, “non cercare ulteriormente”, significano che non bisogna covare odio; “non agire in modo precipitoso”, suggeriscono di non rompere l’amicizia con un frettoloso colpo di testa.

Il rancore non si placa con il rancore; il perdono è l’unica medicina.

Tutti i membri di una comunità basata sull’armonia del Dharma apprezzeranno sempre lo spirito, la lezione di questa storia.

Ogni uomo, però, dovrebbe far tesoro di questa lezione e metterla in pratica nella vita quotidiana.

II

LA TERRA DI BUDDHA

1. Come si è già detto, se la comunità non dimentica il proprio dovere che è quello di propagare il Dharma e di vivere in armonia, essa s’ingrandirà sempre più e così pure la diffusione dell’insegnamento allargherà i suoi confini.

Questo significa che gli uomini aspireranno sempre più all’Illuminazione, che le armate malvagie della cupidigia, dell’ira e della stupidità dirette dall’ignoranza e dalla brama batteranno in ritirata, mentre invece trionferanno la luce, la fede e la gioia.

Contruire una Terra di Buddha

Il paese dei demoni è colmo di cupidigia, tenebre, lotte, spade e spargimenti di sangue. Trabocca di gelosie, di pregiudizi, di odî, di inganni, di adulazioni, di dissimulazioni e di insulti.

Se però la luce della saggezza si irraggia e brilla su questo paese, se vi cade la pioggia della compassione, se la fede vi affonda le sue radici e se vi sbocciano i fiori della gioia, allora, la terra dei demoni si trasforma in una Terra Pura di Buddha.

Proprio come una dolce brezza e qualche fiore su un ramo annunciano la primavera, così, quando qualcuno raggiunge l'Illuminazione, l'erba, gli alberi, i monti, i fiumi e tutta la natura cominciano a palpitare di vita nuova.

Se il cuore di un uomo si purifica, anche tutto l'ambiente circostante diverrà puro.

2. Laddove prevale il vero insegnamento, ciascuno ha il cuore sereno e puro. In realtà, la compassione del Buddha si prodiga instancabile verso tutti e il suo spirito risplendente mette in fuga tutte le impurità dei cuori umani.

Una mente pura, diventa ben presto profonda, commisurata al nobile sentiero, perché è una mente che

Contruire una Terra di Buddha

ama donare, seguire i precetti, una mente paziente, assidua, serena, saggia, comprensiva e pronta a guidare gli altri verso l'Illuminazione con mezzi di ogni sorta e appropriati. Così si costruisce la terra di Buddha.

Una famiglia diviene in tal modo un focolare ove è presente il Buddha; un paese afflitto dalle discriminazioni sociali, si trasforma in una comunità di affini.

Un palazzo d'oro, ma macchiato di sangue, non può ospitare il Buddha. Una casupola, invece, dal cui tetto filtra la luce lunare, è la dimora del Buddha, se il cuore di chi vi abita è puro.

Quando una Terra di Buddha è fondata sulla mente pura di un singolo individuo, la prima ne attirerà altre che si uniranno nell'armonia della comunità. La fede nel Buddha passerà da un individuo alla sua famiglia, da un nucleo familiare al villaggio, dal villaggio alle città, alle nazioni e infine al mondo intero.

In realtà, la serietà e la fede con cui si propaga l'insegnamento costituiscono la base di una Terra di Buddha.

Contruire una Terra di Buddha

3. Da un certo punto di vista, il mondo, con tutta la sua cupidigia, la sua ingiustizia e i suoi bagni di sangue, appare come un mondo di demoni. Quando però gli uomini credono nell'Illuminazione del Buddha, il sangue si trasforma in latte, la cupidigia in compassione e la terra dei demoni in una Terra Pura di Buddha.

Prosciugare l'oceano con un ramaiuolo pare un'impresa impossibile; ma se si è comunque decisi a farlo, dovesse costare molte vite, questa è la disposizione di spirito necessaria per accogliere l'Illuminazione del Buddha.

Il Buddha si trova sull'altra sponda, che è la sua Terra Pura. Là, non esistono più né avidità, né ira, né ignoranza, né dolore, né angoscia, ma regnano la luce della saggezza e la pioggia della compassione.

E' una terra di pace, rifugio al sofferente, allo sventurato e all'afflitto, una Terra di riposo per chi ha predicato con fede il Dharma.

In questa Terra Pura, brilla una luce senza limiti, e la vita è eterna. Coloro che raggiungono questo porto, non torneranno mai più nel mondo dell'illusione.

In realtà, questa Terra Pura dove i fiori profumano di

Contruire una Terra di Buddha

saggezza e gli uccelli cantano il Dharma, è la meta finale dell'umanità.

4. In questo regno di riposo, non vi è però luogo per l'indolenza. I tappeti di fiori profumati non sono destinati a favorire la pigrizia, ma il riposo e il ristoro per riprendere l'energia e lo zelo necessari a continuare la missione d'Illuminazione del Buddha.

Questa missione non ha fine. Durerà finché esisteranno gli esseri umani e gli esseri viventi e finché le menti egoiste e corrotte creeranno un proprio mondo.

I figli del Buddha ormai giunti alla Terra Pura grazie all'immenso potere di Amida, ritornano nel mondo dove sono venuti e dove hanno ancora dei legami, per dare il loro apporto all'opera del Buddha.

Come la luce di una sola candela può propagarsi via via da una candela all'altra, così la luce della compassione del Buddha passerà senza sosta né fine da una mente all'altra.

I figli del Buddha, partecipi della sua opera di Illuminazione e di purificazione, la trasmetteranno all'infinito da una generazione all'altra, per magnificare in

Contruire una Terra di Buddha

eterno la Terra di Buddha.

III

GLORIOSI DELLA TERRA DI BUDDHA

1. Śyāmāvātī, la prima moglie del re Udayana, era una fervida devota del Buddha.

Viveva ritirata nel castello, senza mai lasciarlo. La sua domestica, però, una gobba dall'eccellente memoria, usciva spesso per ascoltare i sermoni del Buddha. Al ritorno, ripeteva alla regina quel che aveva udito e così, in Śyāmāvātī, divenivano più profonde saggezza e fede.

La seconda moglie del re, gelosa della regina, tentò di farla morire, calunniandola e sobillando il marito contro di lei fino a convincerlo a uccidere Śyāmāvātī.

Costei rimase così serena davanti a Udayana che questi non ebbe cuore di ucciderla e, ripreso il controllo di sé, le presentò le sue scuse per la mancata fiducia.

La gelosia della seconda moglie crebbe a dismisura. Inviò dei sicari per metter fuoco negli angoli più interni del

Contruire una Terra di Buddha

palazzo, durante un'assenza del re. Śyāmāvātī, in tutta serenità, tranquillizzò e diede coraggio alle serve, terrorizzate. Poi, senza timore alcuno, perì nella pace della mente come le era stato insegnato dal Buddha. Anche la gobba, Uttara, lasciò la vita fra le fiamme.

Delle varie donne discepoli del Buddha, queste due furono le più glorificate: la regina Śyāmāvātī per il suo atteggiamento comprensivo e pieno di compassione, ed Uttara, la gobba, per la sua saggezza.

2. Il principe Mahānāma, del clan degli Śākya e cugino del Buddha, aveva una gran fede nell'insegnamento del Buddha e fu uno dei suoi più fedeli discepoli.

Un giorno, Virudhaka, il violento re di Kosala, conquistò il territorio degli Śākya. Mahānāma si presentò a quel monarca per salvare la vita dei sudditi. Davanti al rifiuto di Virudhaka, Mahānāma gli propose allora di liberare tutti i prigionieri che fossero stati in grado di lasciare il castello per la durata della sua immersione in uno stagno lì vicino.

Il re accettò, persuaso che il principe avrebbe resistito soltanto pochissimo tempo sott'acqua.

Contruire una Terra di Buddha

Quando Mahānāma si immerse nello stagno, le porte del castello vennero aperte e i prigionieri si riversarono fuori, verso la libertà. Mahānāma, però, non riapparve alla superficie: aveva sacrificato la propria vita per i suoi sudditi, annodandosi i capelli alle radici di un salice.

3. Utpalavarnā era una monaca famosa per la sua saggezza al punto da essere paragonata a Maudgalyāyana, uno dei più grandi discepoli del Buddha. Costei, modello ideale di religiosa, era a capo della comunità delle monache e propagava instancabile l'insegnamento.

Devadatta, uomo davvero malvagio e crudele, istillò nella mente del re Ajātaśatru odio e sospetto per la dottrina buddhista, e lo convinse ad attaccarla. Ma poi il sovrano si pentì, si ravvide e ruppe l'amicizia con Devadatta, per diventare un discepolo del Buddha.

Un giorno, mentre Devadatta che voleva riaccostarsi al re si vedeva respinto alle porte del castello, vide uscirne la monaca Utpalavarnā. Il suo rancore scoppiò e colpì la monaca a morte.

A gran fatica, ella raggiunse il convento. Alle consorelle intente a confortarla, così si rivolse: “Sorelle, la vita umana è imprevedibile. Tutto muta ed è senza sostanza.

Contruire una Terra di Buddha

Solo il mondo dell'Illuminazione ha la serenità e la pace. Perseverate nella vostra vita religiosa". E con queste parole, spirò.

4. Angulimālīya, un tempo terribile bandito che si era macchiato di vari omicidi, venne "liberato" dal Buddha ed entrò a far parte della comunità.

Un giorno, se ne andò a mendicare in una città, ma fu assai male accolto per le sue passate crudeltà.

Gli abitanti, pieni di rancore, lo accerchiarono e lo colpirono con violenza. Ferito tornò dal Buddha e cadde ai suoi piedi, esprimendogli la propria gioia e riconoscenza:

"Signore! Il mio nome era, all'inizio, 'Pacifico' ma poi, spinto dall'ignoranza, soppressi molte vite preziose. Per l'abitudine di conservare ogni volta un dito delle mie vittime, venivo chiamato 'Angulimālīya', ovvero 'Il collezionista di diti'".

"Tuttavia, grazie a Voi, ho scoperto la saggezza e mi sono votato ai Tre Tesori – il Buddha, il Dharma e il Saṅgha. Un cavallo o una mucca non si lasciano guidare dalla mano di un uomo privo di una frusta o di una corda. Voi, invece, mi avete purificato la mente senza né frusta né corda.

Contruire una Terra di Buddha

“Oggi, ho ricevuto quel che meritavo. Non desidero vivere, ma neanche anelo a morire. Attendo solo la mia ora”.

5. Maudgalyāyana e il venerando Śāriputra furono i due più grandi discepoli del Buddha. Quando i religiosi appartenenti ad altre fedi videro come si propagava, fra il popolo, la dottrina buddhista e quali consensi suscitava, gelosi, cercarono di porre vari ostacoli.

Nulla valse ad arrestare il propagarsi del Dharma o ad impedirne il prorompente diffondersi. Allora i seguaci di altre religioni tramaronò l'assassinio di Maudgalyāyana.

Per due volte egli riuscì a sfuggire agli attentati ma, la terza, si trovò accerchiato da numerosi sicari e cadde sotto i loro colpi.

Confortato dall'Illuminazione, Maudgalyāyana rimase sereno malgrado la ferocia dei colpi e le atroci sofferenze, e morì in pace.

ĀṄGUTTARA NIKĀYA

Discepoli! C'è una persona che nasce in questo mondo per il bene e la felicità di molti: nasce per pietà verso il mondo e per beneficiarlo, per il bene e la felicità degli esseri celesti e dell'umanità. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona che è difficile che si mostri in questo mondo. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! In questo mondo, c'è una persona straordinaria, difficile a trovare. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona la cui morte va rimpianta da parte di tutti. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona nata in questo mondo, ma che è senza pari, sopra ogni paragone. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione.

Discepoli! C'è una persona il cui apparire è come un occhio dallo sguardo penetrante, come una luce folgorante e una radiosità immensa. Chi è costui? E' un Tathāgata, o discepoli, ossia un Arahat, che ha raggiunto la perfetta Illuminazione. (Āṅguttara Nikāya I-13).

**FONTI DELLE CITAZIONI NE
“L’INSEGNAMENTO DEL BUDDHA”**

Abbreviazioni:	DN	Dīgha Nikāya
	MN	Majjhima Nikāya
	SN	Saṃyutta Nikāya
	AN	Āṅguttara Nikāya

IL BUDDHA

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
Capitolo 1			
1	2	1	Diversi Sutta
	5	1	AN 3-38, Sukhumālā-sutta
	5	3	MN 3-26, Ariyapariyesana-sutta
	5	5	Sutta diversi
	7	1	MN 9-85, Bodhirājakumāra-sutta
	7	2	Sutta diversi
	7	4	Sutta-nipāta 3-2, Padhāna-sutta
	7	5	Sutta diversi
	8	3	Vinaya, Mahāvagga 1
	9	3	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
2	10	3	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
	11	2	Parinibbāna-sutta
	13	3	Parinibbāna-sutta
	13	5	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
Capitolo 2			
1	15	1	Amitāyur-dhyāna-sūtra e Vimalakīrtinirdeśa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	15	2	Śūraṃgama-sūtra
	15	3	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra e Mahāparinirvāṇa-sūtra
	16	2	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 16
	17	1	Mahāyāna-jātaka-cittabhūmi- parīkṣa-sūtra
	17	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
2	19	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 3
	20	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 4
	21	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 5
3	22	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 16
Capitolo 3			
1	25	1	Avataṃsaka-sūtra 5
	26	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	26	3	Avataṃsaka-sūtra
	26	5	Suvarṇaprabhāsottamarāja- sūtra 3
2	29	2	Avataṃsaka-sūtra
	29	3	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍavyūha
	29	4	Piccolo Sukhāvatīvyūha-sūtra
	29	5	Avataṃsaka-sūtra
	30	2	SN 35-5
	30	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
3	32	3	MN 8-77, Mahāsakulūdayi-sutta
	33	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	33	5	Laṅkāvatāra-sūtra
	34	2	Avataṃsaka-sūtra 32
	34	5	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 25
	35	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	35	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 2
	35	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 3
IL DHARMA			
Capitolo 1			
1	38	1	Vinaya, Mahāvagga 1-6 & SN 56-11-12, Dhammacakka-pavattana-sutta
	39	3	Itivuttaka 103
	40	2	MN 2, Sabbāsava-sutta
	40	3	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 18
	41	1	Śrīmālādevīsiṃhanāda-sūtra
3	42	5	Avataṃsaka-sūtra 22, Daśabhūmika
Capitolo 2			
1	46	1	MN 4-35, Cūḷasaccaka-sutta
	48	4	AN 5-49, Muṇḍarāja-vagga
	48	6	AN 4-185, Samṇa-sutta
	49	2	AN 3-134, Uppāda-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>	
2	49	3	Laṅkāvatāra-sūtra	
	49	4	Avataṃsaka-sūtra 2	
	50	1	Avataṃsaka-sūtra 16	
	50	4	Avataṃsaka-sūtra 22, Daśabhūmika	
	51	1	Laṅkāvatāra-sūtra	
	51	2	AN 4-186, Ummagga-sutta	
	51	3	Dhammapada 1, 2, 17, 18	
	52	1	SN 2-1-6, Kāmada-sutta	
	3	52	3	Avataṃsaka-sūtra 16
		52	5	Laṅkāvatāra-sūtra
53		3	MN 3-22, Alagaddūpama-sutta	
54		2	Laṅkāvatāra-sūtra	
54		3	Laṅkāvatāra-sūtra	
4	57	3	Vinaya, Mahāvagga 1-6	
	58	1	Laṅkāvatāra-sūtra	
	58	2	SN 35-200, Dārukkhandha-sutta	
	58	3	Laṅkāvatāra-sūtra e altri	
	59	3	MN 2-18, Madhupiṇḍika-sutta	
	59	6	Laṅkāvatāra-sūtra	
	60	4	Laṅkāvatāra-sūtra	
	61	4	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra	
	63	3	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍavyūha	
	63	4	Laṅkāvatāra-sūtra e altri	

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
Capitolo 3			
1	65	1	Vinaya, Mahāvagga 1-5
	65	2	Vinaya, Cūḷavagga 5-21
	66	2	Śūraṃgama-sūtra
2	71	2	Śūraṃgama-sūtra
	73	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	73	4	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 7 & Śūraṃgama-sūtra
	74	2	Avataṃsaka-sūtra 32
	74	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	74	4	Brahmajāla-sūtra
	75	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
3	75	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
Capitolo 4			
1	81	1	Śrīmālādevīsīṃhanāda-sūtra
	82	3	AN 2-11
	82	4	Itivuttaka 93
	82	5	Vinaya, Mahāvagga
	83	2	AN 3-68, Aññātiṭṭhika-sutta
	83	4	AN 3-34, Āḷavaka-sutta
	84	4	Vaipulya-sūtra
	84	6	Vinaya, Mahāvagga 1-6, Dhammacakkapravattana-sutta
	85	1	MN 2-14, Cūḷadukkhakkhan- dha-sutta
	85	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	86	4	Itivuttaka 24
	88	3	MN 6-51, Kandaraka-suttanta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
2	89	2	AN 3-130
	89	3	AN 3-113
3	90	2	Itivuttaka 100
	90	4	Samyuktaratnapīṭaka-sūtra
	91	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	93	1	AN 3-62
	93	4	AN 3-35, Devadūta-sutta
	94	4	Therīgāthā Aṭṭhakathā
4	95	4	Sukhāvatiṅgyūha-sūtra vol. 2
Capitolo 5			
1	102	1	Sukhāvatiṅgyūha-sūtra vol. 1
	105	4	Sukhāvatiṅgyūha-sūtra vol. 2
	107	2	Amitāyur-dhyāna-sūtra
2	110	5	Piccolo Sukhāvatiṅgyūha-sūtra

COME PRATICARE IL BUDDHISMO

Capitolo 1

1	116	1	MN 2, Sabbāsava-sutta
	117	4	MN 3-26, Ariyapariyesana-sutta
	118	3	SN 35-206, Chapāna-sutta
	119	4	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 41-2
	121	5	MN 2-19, Dvedhāvitakka-sutta
	122	3	Dhammapada Aṭṭhakathā
2	123	3	AN 3-117
	124	1	MN 3-21, Kakacūpama-sutta
	127	1	MN 3-23, Vammīka-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	128	3	Jātaka IV-497, Mātaṅga-Jātaka
	132	2	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 9
	132	3	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 11
	133	2	Sūtra dei quarantadue articoli, paragrafo 13
	134	2	AN 2-4, Samacittra-sutta
3	134	4	Samyuktaratnapīṭaka-sūtra
	144	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	145	3	Samyuktaratnapīṭaka-sūtra
Capitolo 2			
1	150	1	MN 7-63, Cūḷamālunkya-sut- tanta
	152	3	MN 3-29, Mahāsāropama- sutta
	154	1	Mahāmāyā-sūtra
	154	2	Theragāthā Aṭṭhakathā
	156	2	MN 3-28, Mahāhatthipadopama-sutta
	156	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	157	3	Avadānaśataka-sūtra
	158	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	160	4	Pañcaviṃśatisāhasrikā-prajñā āpāramitā-sūtra
	161	4	Avataṃsaka-sūtra 34, Gaṇḍa- vyūha

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>fonti</i>
2	163	3	AN 3-88
	164	3	AN 3-81
	164	4	AN 3-82
	165	3	Parinibbāna-sutta, vol. 2
	166	3	MN 14-141, Saccavibhanga-sutta
	167	9	Parinibbāna-sutta, vol. 2
	168	6	AN 5-16, Bala-sutta
	168	7	Avataṃsaka-sūtra 6
	169	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	170	3	Samyuktaratnapīṭaka-sūtra
	171	1	Suvarṇaprabhāsa-sūtra 26
	171	2	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	172	3	Theragāthā Aṭṭhakathā
	173	3	Jātaka 55, Pañcāvudha-Jātaka
	174	3	Itivuttaka 39 & 40
	174	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	175	1	AN 5-12
	175	2	Parinibbāna-sutta
	175	4	Śūraṃgama-sūtra
3	176	4	SN 55-21 & 22, Mahānāma-sutta
	177	5	AN 5-32, Cundī-sutta
	178	1	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra
	178	2	Śūraṃgama-sūtra
	178	4	Sukhāvatīvyūha-sūtra vol. 2
	179	3	SN 1-4-6

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	179	4	Avataṃsaka-sūtra 33
	180	3	Avataṃsaka-sūtra 24
	180	5	Suvarṇaprabhāsa-sūtra 4
	181	2	Amitāyur-dhyāna-sūtra
	181	3	Sukhāvatīvyūha-sūtra
	181	4	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	182	4	MN 2-16, Cetokhila-sutta
	183	2	Sukhāvatīvyūha-sūtra, vol. 2
4	184	1	Dhammapada
	192	1	SN 1-4-6
	192	4	AN
	192	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	LA COMUNITÀ		
Capitolo 1			
1	194	1	Itivuttaka 100 & MN 1-3, Dhammadāyāda-sutta
	194	2	Itivuttaka 92
	195	1	Vinaya, Mahāvagga 1-30
	195	5	MN 4-39, Mahā-assapura-sutta
	197	2	MN 4-40, Cūḷa-assapura-sutta
	198	2	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 10
	198	3	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 10
	199	1	Saddharmapuṇḍarīka-sūtra 14
2	200	3	SN 55-37, Mahānāma-sutta
	201	1	AN 3-75
	201	2	SN 55-37, Mahānāma-sutta
	201	3	SN 55-54, Gilāyanam-sutta

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	201	4	Avataṃsaka-sūtra 22
	203	3	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	206	2	Avataṃsaka-sūtra 7
	209	1	Mahāmāyā-sūtra
	210	1	Avataṃsaka-sūtra 21
	210	5	Mahāparinirvāṇa-sūtra
3	212	1	DN 31, Siṅgālovāda-sutta
	217	1	AN 2-4, Samacitta-sutta
	217	4	AN 3-31
	218	1	Jātaka 417, Kaccāni-Jātaka
	220	1	DN 31, Siṅgālovāda-sutta
	220	2	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
	221	3	(Commentari Birmani)
	222	3	Śrīmālādevāsīmhanāda-sūtra
Capitolo 2			
1	225	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	226	7	AN 3-118, Soceyyan-sutta
	228	4	SN
	229	2	Vinaya, Mahāvagga 10-1 & 2
	229	4	DN 16, Mahāparinibbāna-sutta
	230	7	Vinaya, Mahāvagga 10-1 & 2
2	233	5	SN
	234	3	Antarābhava-sūtra
	234	5	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra
	236	1	Mahāparinirvāṇa-sūtra
	236	5	Piccolo Sukhāvāṭīvyūha-sūtra
	237	2	Sukhāvāṭīvyūha-sūtra
	237	5	Vimalakīrtinirdeśa-sūtra

	<i>Pagina</i>	<i>Paragrafo</i>	<i>Fonti</i>
	238	2	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
3	238	4	AN 34-2
	239	3	Dhammapada Aṭṭhakathā 1
	240	2	AN 5-1
	240	3	Mūla-sarvāstivāda-vinaya Saṅghabheda-vastu 10
	241	2	MN 9-86, Aṅgulimāla-sutta
	242	2	AN 26