



DHAMMAPADA

I DETTI DEL BUDDHA

DALLA TRADUZIONE INGLESE DI F. MAX MÜLLER,
IN *LA SAGGEZZA DELL'INDIA. IL FIORE DELLA LETTERATURA
INDIANA DAGLI INNI VEDICI AL SURANGAMA SUTRA*
(A CURA DI LIN YUTANG), BOMPIANI, MILANO 1953

CAPITOLO I - I distici accoppiati

Tutto quello che siamo è il risultato di ciò che abbiamo pensato: è fondato sui nostri pensieri, è formato dai nostri pensieri. Se un uomo parla o agisce con un cattivo pensiero, gliene segue dolore, come la ruota segue il piede del bue che tira il carro.

Tutto quello che siamo è il risultato di ciò che abbiamo pensato: è fondato sui nostri pensieri, è formato dai nostri pensieri. Se un uomo parla e agisce con un pensiero puro, ne seguirà felicità per lui, come un'ombra che non lo lasci mai.

“Egli mi ha bistrattato, mi ha percosso, mi ha sconfitto, mi ha derubato” - in coloro che albergano tali pensieri l'odio non cesserà mai.

“Egli mi ha bistrattato, mi ha percosso, mi ha sconfitto, mi ha derubato” - in coloro che non albergano tali pensieri, l'odio cesserà.

Poiché l'odio non cessa con l'odio in nessun tempo: l'odio cessa con l'amore - questa è una regola vecchia.

Il mondo non sa che noi tutti dobbiamo giungere qui a una fine; ma per coloro che lo sanno, i loro litigi cessano immediatamente.

Colui che vive cercando solo piaceri, senza controllare i sensi, senza moderazione nel cibo che prende, ozioso, fiacco, Māra (il tentatore) certamente lo abatterà, come il vento abbatte un albero debole.

Colui che vive senza cercare piaceri, ben controllando i suoi sensi, moderato nei suoi cibi, fedele e forte, lui Māra certamente non sconfiggerà, non più di come il vento può abbattere una montagna di pietra.

Colui che desidera indossare il manto giallo senza essersi purificato dal peccato, che non osserva la temperanza e il vero, egli è indegno del manto giallo.

Ma colui che si è purificato dal peccato, che è ben saldo in tutte le virtù, e che è anche dotato di temperanza e di veridicità, colui è veramente degno del manto giallo.

Coloro che immaginano il vero nel falso, e vedono il falso nel vero, non arrivano mai alla verità, ma seguono desideri vani.

Coloro che riconoscono il vero nel vero, e il falso nel falso, arrivano alla verità e seguono desideri reali.

Come l'acqua penetra in una casa attraverso un tetto mal costruito, la passione penetrerà in una mente irriflessiva.

Come la pioggia non penetra in una casa che abbia una buona copertura, la passione non penetrerà in una mente che ponderi.

Colui che fa male, piange in questo mondo e piangerà nel mondo futuro; egli piange in entrambi i mondi. Egli piange e soffre quando vede il cattivo risultato della sua stessa opera.

L'uomo virtuoso gode in questo mondo e godrà nel mondo futuro; egli gode in entrambi i mondi. Egli gode e gioisce, quando vede la purezza della sua propria opera.

Colui che fa male, soffre in questo mondo, e soffrirà in quello futuro; egli soffre nell'un mondo e nell'altro. Egli soffre quando pensa al male che ha fatto; egli soffre ancor più quando cammina sulla cattiva strada.

L'uomo virtuoso è felice in questo mondo, e sarà felice in quello futuro: egli è felice nell'un mondo e nell'altro. Egli è felice quando pensa al bene che ha fatto; egli è ancor più felice quando cammina sulla buona via.

L'uomo irriflessivo, anche se sa recitare una gran parte della legge, ma non agisce in conformità di essa, non ha la sua parte nel sacerdozio; ma è come un pastore che conti le vacche degli altri.

Il seguace della legge, anche se sa recitare solo una piccola parte della legge, avendo abbandonato passione, e odio, e stoltezza, possiede vero sapere e serenità di mente; egli, non avendo alcuna inquietudine né per le pecore di questo mondo, né per quelle del mondo futuro, ha in verità la sua parte nel sacerdozio.

CAPITOLO II - Della serietà

La serietà è il sentiero dell'immortalità (Nirvana); l'irriflessione è il sentiero della morte. Coloro che sono seri non muoiono, coloro che sono irriflessivi sono come se fossero già morti.

Avendo chiaramente capito questo, coloro che sono inoltrati nella serietà in essa si dilettono, e gioiscono nella conoscenza degli eletti.

Quella gente saggia, meditativa, salda, in possesso sempre di grandi forze, raggiunge il Nirvana, la felicità più alta.

Se una persona seria ha elevato se stessa, se non dimentica, se le sue azioni sono pure, se agisce con ponderazione, se domina se stessa e vive secondo la legge - allora la sua gloria si accrescerà.

Innalzando se stesso con la serietà, col dominio e col controllo, l'uomo saggio può far per se stesso un'isola tale da non essere sopraffatta da nessuna inondazione.

Gli sciocchi rincorrono la vanità. L'uomo saggio ritiene la serietà come il suo gioiello migliore.

Non correte dietro alla vanità, né dietro ai piaceri dell'amore e della lussuria! Colui che è serio e riflessivo ottiene gioia abbondante.

Quando l'uomo colto scaccia la vanità con la riflessione, egli, il saggio, arrampicandosi sulle altezze della saggezza, guarda gli stolti giù in basso: libero dal dolore, egli guarda la folla dolorante come chi, stando su una montagna, guarda in giù coloro che stanno sul piano.

Riflessivo tra gli irriflessivi, sveglio tra gli addormentati, l'uomo saggio avanza come un cavallo da corsa, che si lasci dietro cavalli da nolo.

Con la serietà Maghavan [Indra, dio del firmamento] si elevò fino a divenire signore degli dei. La gente loda la serietà; l'irriflessione è sempre biasimata.

Un Bhikshu [mendicante] che gioisce nella serietà, che guarda con paura l'irriflessione, che si muove intorno come il fuoco, e che brucia tutti i suoi vincoli, piccoli o grandi;

un Bhikshu che si diletta della riflessione, che guarda con paura l'irriflessione, non può cadere dal suo stato perfetto - egli è molto prossimo al Nirvana.

CAPITOLO III - Il pensiero

Come l'armaiolo fa la sua freccia diritta, così l'uomo saggio rende diritto il suo pensiero vacillante e incerto, che è difficile controllare, difficile dominare.

Come un pesce tolto dalla sua dimora di acqua e gettato sulla terra asciutta, il nostro pensiero trema tutto per sfuggire al dominio di Mára, il tentatore.

È bene domare la mente, che è difficile contenere ed è frivola, poiché corre dovunque le aggrada; una mente domata apporta felicità.

Che l'uomo saggio sorvegli i suoi pensieri, perché essi difficilmente si avvertono, sono molto artificiosi, e corrono dovunque loro piaccia; i pensieri ben sorvegliati apportano felicità.

Coloro che controllano la loro mente che va lontano, che si aggira da sola, che è incorporea, e che si nasconde nel fondo del cuore, saranno liberi dai ceppi di Mára, il tentatore.

Se la fede di un uomo è vacillante, se egli non conosce la vera legge, se la pace della sua mente è turbata, la sua conoscenza non sarà mai perfetta.

Se i pensieri di un uomo non sono dissoluti, se la sua mente non è vacillante, se egli ha cessato di pensare al bene e al male, allora egli non ha nulla da temere, mentre rimane vigile.

Sapendo che il suo corpo è fragile come un vaso di terracotta, e rendendo il suo pensiero saldo come una fortezza, egli dovrebbe attaccare Mára, il tentatore, con l'arma del sapere, dovrebbe sorvegliarlo dopo averlo conquistato, e non dovrebbe mai darsi riposo.

Fra non molto, ahimè, questo corpo giacerà in terra, disprezzato, senza conoscenza, come un inutile ciocco!

Qualunque cosa un uomo pieno di odio possa fare a uno che lo odi, o un nemico al proprio nemico, la sua mente male indirizzata gli farà il danno maggiore.

Non una madre, non un padre faranno tanto, né alcun altro parente; una mente indirizzata al bene ci renderà servizio migliore.

CAPITOLO IV - I fiori

Chi soggiogherà questa terra, e il mondo di Yama, signore dei trapassati, e il mondo degli dei? Chi scoprirà il sentiero della virtù, fatto vedere chiaramente, così come un uomo abile trova il fiore giusto?

Il discepolo soggiogherà la terra, e il mondo di Yama, e il mondo degli dei. Il discepolo scoprirà il luminoso sentiero della virtù, come l'uomo abile trova il fiore giusto.

Colui che sa che questo corpo è simile a schiuma, e che ha imparato che esso è vano come un miraggio, spezzerà la freccia appuntita di Mára, simile a un fiore, e non vedrà mai il re della morte.

La morte porta via un uomo che raccoglie fiori, e la cui mente è assorta in altro, prima che egli si sia saziato dei suoi piaceri.

Come l'ape raccoglie il nettare e va via senza aver danneggiato né il fiore, né il suo colore, né il

suo profumo, allo stesso modo un saggio viva nel suo villaggio.

Non alle cattiverie degli altri, non ai loro peccati positivi o negativi, dovrebbe pensare un saggio, ma alle mancanze e alle sue proprie negligenze. Come un fiore bellissimo, ricco di colore, ma senza profumo, sono le parole belle ma sterili di colui che non agisce in conformità di quanto dice.

Ma come un fiore bellissimo, ricco di colore e ricco di profumo, sono le parole belle e feconde di colui che agisce in conformità di quanto dice.

Come da un mucchio di fiori si posson fare molte specie di ghirlande, così un mortale, una volta nato, può raggiungere molte buone cose.

Il profumo dei fiori non si diffonde in direzione opposta al vento, né quello del legno di sandalo, né quello dei fiori Tagara e Malliká; ma il profumo della buona gente si diffonde anche in direzione contraria al vento; un uomo buono pervade ogni luogo.

Il legno di sandalo o quello di Tagara, un fiore di loto, o un Vassikí: tra questi tipi di profumi, il profumo della virtù è insuperato.

Povero è il profumo che emana dal Tagara e dal legno di sandalo; il profumo di coloro che possiedono le virtù si innalza fino agli dei, come quello più acuto.

Màra, il tentatore, non troverà mai la via della gente che possiede queste virtù, che vive senza sconsideratezza, e che si è emancipata con la vera conoscenza.

Come su un mucchio di rifiuti gettato sulla strada il giglio crescerà pieno di dolce profumo e di diletto, così fra coloro che sono semplice rifiuto il discepolo del Buddha realmente illuminato brillerà con il suo sapere al di sopra dei ciechi di questo mondo.

CAPITOLO V - Lo stolto

Lunga è la notte per colui che è desto; lungo è un miglio per colui che è stanco; lunga è la vita per lo sciocco che non conosce la vera legge.

Se il viaggiatore non s'incontra con uno che sia migliore di lui, o suo uguale, che continui decisamente solo il suo viaggio; quella di uno sciocco non è compagnia.

“Questi figli appartengono a me, e a me appartiene questa ricchezza”, uno stolto si tormenta con tali pensieri. Egli stesso non appartiene a se medesimo; quanto meno gli appartengono i figli e la ricchezza.

Lo stolto che riconosce la sua stoltezza, è saggio almeno fino a tal punto. Ma uno sciocco che crede di esser saggio, egli invero è detto stolto.

Se uno sciocco stesse insieme a un uomo saggio anche tutta la vita, egli si accorgerebbe così poco del vero come un cucchiaino avverte il sapore della minestra.

Se un uomo intelligente vivesse per un minuto solo con un uomo saggio, egli avvertirebbe subito il vero, come la lingua sente il sapore della minestra.

Gli stolti, di intelligenza meschina, sono i più grandi nemici di se stessi, perché essi commettono cattive azioni che generano amari frutti.

Non è ben fatta l'azione di cui un uomo debba pentirsi, ed egli riceve la ricompensa di essa piangendo, e col viso cosparso di lacrime.

E' ben fatta l'azione di cui un uomo non si pente, e la cui ricompensa egli riceve lieto e con allegria.

Finché l'azione cattiva non dà il suo frutto, lo sciocco pensa che essa sia come il miele; ma quando è matura, allora lo sciocco soffre la sua pena.

Che uno sciocco mangi del suo cibo un mese dopo l'altro (come un asceta) con la punta di un filo di erba Kusa, pure egli non è degno nemmeno della sedicesima particella di coloro che hanno ben soppesato la legge.

Una cattiva azione, come latte appena munto, non si trasforma immediatamente; covando come il fuoco coperto dalla cenere, essa segue lo stolto.

E quando la cattiva azione, dopo essere stata conosciuta, si cambia in dolore per lo stolto, allora essa distrugge la sua brillante fortuna, anzi essa gli spacca la testa.

Desideri pure lo stolto una falsa reputazione, in quanto a precedenza tra i Bhikshu, in quanto a supremazia nei conventi, in quanto a venerazione tra l'altra gente!

“Possano il laico e colui che si è ritirato dal mondo credere che io abbia fatto questo, siano essi a me soggetti in tutto ciò che deve esser fatto o che non deve essere fatto”, così è la mente dello stolto, e il suo desiderio e il suo orgoglio si accrescono.

“Una è la strada che porta alla ricchezza, un'altra la strada che porta al Nirvana” - se il Bhikshu, discepolo del Buddha, ha imparato questo, egli non desidererà gli onori, ma lotterà per separarsi dal mondo.

CAPITOLO VI - Il saggio

Se vedete un uomo che vi mostra ciò che si deve evitare, che distribuisce rimproveri, ed è intelligente, seguite quell'uomo saggio come seguireste uno che vi parlasse di tesori nascosti; sarà meglio, non peggio, per colui che lo segue.

Che vi ammonisca, che v'insegni, che v'impedisca ciò che è sconveniente! Egli sarà amato dai buoni, ma sarà odiato dai cattivi.

Non abbiate per amici coloro che fanno il male, non abbiate per amici gente vile: abbiate per amici uomini virtuosi, abbiate per amici i migliori degli uomini.

Colui che si abbevera alla legge, vive felice con mente serena; il saggio gioisce sempre della legge, come predicata dagli eletti.

Coloro che scavano i pozzi, portano l'acqua dove a loro piace; gli armaioli curvano le frecce; i falegnami incurvano un tronco d'albero; la gente saggia modella se stessa.

Come una solida roccia non viene scossa dal vento, così la gente saggia non vacilla né al biasimo, né alle lodi.

La gente saggia, dopo avere ascoltato le leggi, diventa serena, come un lago profondo, uguale, immobile.

Gli uomini buoni, in verità, camminano attenti in ogni situazione; gli uomini buoni non esprimono un desiderio di soddisfacimento sensuale; toccati dalla felicità o dal dolore, la gente saggia non si mostra mai né esultante né depressa.

Se, per il proprio bene o per il bene degli altri, un uomo non desidera né un figlio, né ricchezze, né dominio, e se non desidera neanche il suo stesso successo con mezzi disonesti, allora egli è buono, saggio e virtuoso.

Ci sono pochi tra gli uomini che arrivano all'altra sponda, che diventano Arhat [santi buddhisti]; l'altra gente corre qui in su e in giù per la riva.

Ma coloro che, quando la legge è stata loro ben predicata, seguono la legge, passeranno sul dominio della morte, per quanto difficile sia attraversarlo.

Un uomo saggio dovrebbe abbandonare lo stato tenebroso della vita comune, e seguire la condizione luminosa del Bhikshu. Dopo essere passato dalla sua casa a non aver casa, nel suo ritiro egli dovrebbe cercare la gioia, dove la gioia sembrava difficile.

Lasciandosi indietro tutti i piaceri, e non sentendosi padrone di niente, l'uomo saggio dovrebbe liberarsi da tutte le molestie della mente.

Coloro le cui menti hanno salde basi nei sette elementi della sapienza, che, senza aderire a niente, gioiscono nella libertà dall'attaccamento, coloro i cui desideri sono stati dominati, e che sono pieni di luce, costoro sono liberi anche in questo mondo.

CAPITOLO VII - Il venerabile

Non c'è sofferenza per colui che ha finito il suo viaggio e ha abbandonato il dolore, che si è liberato da ogni lato e che ha gettato via tutti i ceppi.

Essi si adoperano con tutti i loro ben raccolti pensieri, non si indulgono nella loro dimora; come cigni che hanno lasciato il loro lago, essi lasciano la loro casa e il loro focolare.

Di uomini che non hanno ricchezze, che vivono di cibo frugale, che hanno avvertito il vuoto e la libertà incondizionati (Nirvana), è difficile capire il sentiero, come è difficile capire la via degli uccelli nell'aria.

Di colui i cui desideri sono messi a tacere, che non è assorbito dalla gioia, che ha avvertito il vuoto e la libertà incondizionati (Nirvana), difficilmente si capisce il sentiero, come difficilmente si capisce la via degli uccelli nell'aria.

Persino gli dei invidiano colui i cui sensi, come cavalli tenuti bene a freno dal conducente, siano stati domati; che è libero da orgoglio, e libero da desideri; un tale individuo, che faccia il suo dovere, è tollerante come la terra, o come una soglia; egli è come un lago senza melma; non vi sono in serbo per lui nuove nascite.

Il suo pensiero è tranquillo, tranquille sono le sue parole e la sua azione, quando egli ha ottenuto la libertà per mezzo della vera conoscenza, quando è divenuto così un uomo pacato.

L'uomo che è libero dalla credulità, ma che conosce ciò che non è stato creato, che ha tagliato tutti i legami, allontanato tutte le tentazioni, rinunciato a tutti i desideri, egli è il più grande degli uomini.

In un casolare o in una foresta, sul mare o sulla terra asciutta, dovunque vivano persone venerabili (Arahanta), quello è un luogo delizioso.

Le foreste sono deliziose; dove il mondo non trova diletto, lì troveranno diletto coloro che non hanno passioni, perché essi non ricercano i piaceri.

CAPITOLO VIII - Le migliaia

Di un discorso, fosse pur composto di mille parole, ma di parole senza senso, sarebbe migliore una sola parola di buon senso, tale che, se udita da un uomo, questi diventerebbe tranquillo.

Di un Gàthà (una poesia), anche se fosse composto di mille parole, se esse fossero parole senza senso, sarebbe migliore un Gàthá di una sola parola, tale che, se udita da un uomo, questi diventerebbe tranquillo.

Se un uomo recita cento Gàthá composti di parole senza senso, è migliore una sola parola della legge che, se udita da un uomo, egli diviene tranquillo.

Se un solo uomo conquista in battaglia mille volte mille uomini, e se un altro non conquista che se stesso, quest'ultimo è il più grande dei conquistatori.

Il proprio essere conquistato è migliore di tutti gli altri esseri; nemmeno un dio, un Gandharva [musicista celeste] nemmeno Mára (con Bráhma), potrebbero mutare in una sconfitta la vittoria dell'uomo che è vittorioso su se stesso, e che vive sempre sotto controllo.

Se un uomo per cento anni, mese per mese, fa sacrificio con un migliaio, e se per un momento solo fa omaggio a un uomo, la cui anima abbia fondamento nella vera conoscenza, quell'omaggio è migliore di un sacrificio fatto per cento anni.

Se per cento anni un uomo venera Agni [dio del fuoco] nella foresta, e se per un solo momento fa omaggio a un uomo la cui anima ha le sue basi nella vera conoscenza, quell'omaggio è migliore del sacrificio fatto per cento anni.

Qualunque sacrificio faccia un uomo in questo mondo, sia sotto forma di offerta, sia sotto forma di oblazione, per un intero anno, allo scopo di guadagnarsi meriti, tutto ciò che egli fa non vale un quarto di centesimo; è migliore il rispetto mostrato agli onesti.

Per colui che sempre saluta e sempre riverisce i vecchi, quattro cose aumenteranno: vita, bellezza, felicità, potere.

Ma in quanto a colui che vive cento anni vizioso e dissoluto, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo è virtuoso e riflessivo.

E della vita di colui che vive cento anni ignorante e dissoluto, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo è saggio e riflessivo.

E della vita di colui che vive cento anni ozioso e fiacco, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo ha raggiunto salda forza.

E della vita di colui che vive cento anni senza vedere né il principio né la fine, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo vede il principio e la fine.

E della vita di colui che vive cento anni senza vedere il luogo immortale, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo vede il luogo immortale.

E della vita di colui che vive cento anni senza vedere l'altissima legge, è migliore una vita di un giorno solo se un uomo vede l'altissima legge.

CAPITOLO IX - Il male

Un uomo dovrebbe affrettarsi sempre più verso il bene, e dovrebbe mantenere il proprio pensiero lontano dal male; se un uomo fa con infingardaggine ciò che è bene, la sua mente gioisce nel male.

Se un uomo commette un peccato, che non lo ripeta ancora; non goda egli nel peccato; l'accumularsi del male è doloroso.

Se un uomo fa ciò che è bene, che lo faccia di nuovo; che goda di esso: l'accumularsi del bene è delizioso.

Anche uno che fa il male vede la felicità, finché la sua cattiva azione non giunge a maturità; ma quando la sua cattiva azione matura, allora colui che fa il male vede il male.

Anche un uomo buono vede brutti giorni, finché la sua buona azione non giunge a maturità; ma quando la sua buona azione sia matura, allora l'uomo buono vede le cose buone.

Nessun uomo pensi con leggerezza al male, dicendo in cuor suo: "Non mi verrà vicino". Anche col cader delle gocce si riempie di acqua una brocca; lo stolto si riempie di male, anche se lo raccoglie a poco a poco.

Che nessun uomo pensi con leggerezza al bene, dicendo in cuor suo: "Non mi verrà vicino". Anche col cader delle gocce si riempie di acqua una brocca; l'uomo saggio si riempie di bene, anche se lo raccoglie a poco a poco.

Che un uomo eviti le cattive azioni, così come un mercante che non abbia che pochi compagni e che porti molte ricchezze, evita una strada malsicura; come un uomo che ami la vita evita il veleno.

Colui che non ha ferite sulla sua mano, con quella mano può toccare il veleno; il veleno non ha efficacia su colui che non ha ferite; né esiste alcun male per chi non fa il male.

Se un uomo offende una persona innocua, pura e innocente, il male ricade su quello stolto, come polvere leggera lanciata contro il vento.

Alcuni sono nati una seconda volta; coloro che fanno il male vanno all'inferno; la gente giusta, va in paradiso; coloro che sono liberi da tutti gli appetiti di questo mondo raggiungono il Nirvana.

Non nel cielo, non nel mezzo del mare, nemmeno se si entra nei crepacci delle montagne, non si conosce in tutto il mondo un posto dove un uomo possa essere liberato da una cattiva azione.

Non nel cielo, non nel mezzo del mare, nemmeno se si entra nei crepacci delle montagne, non si conosce in tutto il mondo un posto dove la morte non possa sopraffare i mortali.

CAPITOLO X - La punizione

Tutti gli uomini tremano davanti alla punizione, tutti gli uomini temono la morte; ricordati di essere simile a loro, e non uccidere, né fare uccidere.

Tutti gli uomini tremano davanti alla punizione, tutti gli uomini amano la vita; ricordati di essere simile a loro, e non uccidere, né fare uccidere.

Colui che, cercando la propria felicità, punisce o uccide esseri che desiderano pure essi la propria felicità, non troverà felicità dopo la morte.

Colui che, cercando la propria felicità, non punisce né uccide esseri che desiderano anch'essi la propria felicità, troverà felicità dopo la morte.

Non parlare rudemente a nessuno; coloro ai quali parli ti risponderanno allo stesso modo. Un discorso adirato è doloroso: colpo a colpo, esso ricadrà contro di te.

Se, come un piatto di metallo (gong) che venga squassato, tu non dici niente, allora tu hai raggiunto il Nirvana; l'ira non ti è conosciuta.

Come un pastore col suo bastone guida le sue vacche alla stalla, così l'Età e la Morte guidano la vita degli uomini.

Uno stolto non sa quando egli commette cattive azioni; ma l'uomo malvagio viene arso dalle sue stesse azioni, come se fosse arso dal fuoco.

Colui che infligge dolore alle persone innocenti e innocue, giungerà presto a uno di questi dieci stati:

Egli avrà sofferenza crudele, perdita, offesa del corpo, grave afflizione, o perdita della mente.

Una sfortuna che parte dal re, o una paurosa accusa, o perdita di parenti, o distruzione di tesori.

Un incendio di fulmini brucerà le sue case; e quando il suo corpo sarà distrutto, lo stolto andrà all'inferno.

Non la nudità, non i capelli intrecciati, non il sudiciume, non il digiuno o il giacere sulla nuda terra, non il sedere immoto, possono purificare un mortale, che non abbia soggiogato i suoi desideri.

Colui che, sebbene vestito in abiti belli, esercita tranquillità, è tranquillo e ha dominio e controllo di sé, che è casto, e che ha smesso di trovar da ridire sugli altri esseri, egli invero è un Bráhmaṇo, un asceta (Samana), un frate (Rihikshu).

C'è in questo mondo alcun uomo tenuto così a freno dalla vergogna da non provocare biasimo, così come un nobile cavallo non provoca la frusta?

Come un nobile cavallo toccato dalla frusta, sii valoroso e ardente, e con la fede, con la virtù, con l'energia, con la meditazione, col discernimento della legge, tu vincerai questo grande dolore, perfetto nella sapienza e nella condotta, e senza mai dimenticare.

Coloro che scavano i pozzi, portano l'acqua dove a loro piace; gli armaioli curvano le frecce; i falegnami incurvano un tronco d'albero; la gente buona modella se stessa.

CAPITOLO XI - La vecchiaia

Come mai c'è riso, come mai c'è gioia, mentre questo mondo è sempre in fiamme? Non cercate una luce, voi che siete circondati dalle tenebre?

Guardate questa informe massa rivestita, coperta di ferite, unita insieme, malaticcia, piena di molti progetti, ma che non ha forza, che non ha sostegno?

Questo corpo è guasto, pieno di malanni, e fragile; questo mucchio di materia corrotta si rompe in pezzi, realmente la vita finisce in morte.

Dopo aver guardato quelle ossa grigie, gettate via come zucche in autunno, quale piacere mai rimane nella vita?

Dopo aver fatto con le ossa una fortezza, questa vien coperta di carne e di sangue, e ivi dimora la vecchiaia e la morte, l'orgoglio e l'inganno.

I fulgidi carri dei re vengono distrutti, anche il corpo si avvicina alla distruzione, ma la virtù della buona gente non si approssima mai alla distruzione - così dicono i buoni ai buoni.

Un uomo che abbia imparato poco invecchia come un bue; la sua carne invecchia, ma il suo sapere non aumenta.

Cercando l'artefice di questo tabernacolo, son passato per una successione di molte nascite, senza trovarlo; ed è doloroso nascere e nascere ancora. Ma ora, o artefice del tabernacolo, tu sei stato visto; non rifarei più questo tabernacolo. Tutte le tue travi sono spezzate, è rotta la tua trave di colmo; la mente, avvicinandosi all'Eterno (Nirvana), ha raggiunto l'estinzione di tutti i desideri.

Gli uomini che non hanno osservato la giusta disciplina, e che non hanno guadagnato ricchezze nella loro gioventù, periscono come vecchi aironi in un lago senza pesci.

Gli uomini che non hanno osservato la giusta disciplina, e che non hanno guadagnato ricchezze nella loro gioventù, giacciono come archi spezzati, sospirando sul loro passato.

CAPITOLO XII - L'essere

Se un uomo ama se stesso, che si sorvegli con cura; almeno durante una sola delle tre veglie un uomo saggio dovrebbe essere vigile.

Che un uomo si diriga prima di tutto verso ciò che è giusto, che insegni poi agli altri; così un uomo saggio non soffrirà.

Se un uomo fa di se stesso ciò che egli insegna ad essere agli altri, allora, essendo egli stesso ben dominato, egli può dominare gli altri; poiché è difficile dominare il proprio essere.

L'essere è il signore dell'essere; chi altro potrebbe essere il signore? Con l'essere ben soggiogato, un uomo trova un tale signore come pochi possono trovarlo.

Il male fatto dal proprio essere, dimentico di sé, fattosi da sé, schiaccia lo sciocco, come il diamante spezza persino una pietra preziosa.

Colui la cui cattiveria è molto grande, porta se stesso in giù, in quello stato in cui un nemico desidera che sia, come fa una pianta rampicante con l'albero che essa circonda.

È facile commettere cattive azioni e azioni dannose a noi stessi; quello che è vantaggioso e buono, quello è difficile fare.

L'uomo sciocco, che disprezza la regola dei venerabili (Arhat), degli eletti (Ariya), dei virtuosi, e che segue una falsa dottrina, produce il frutto della distruzione di se stesso, come i frutti della canna Katthaka.

Il male vien fatto dal proprio essere, il proprio essere fa soffrire; dal proprio essere il male è lasciato incompiuto, dal proprio essere uno viene purificato. Il puro e l'impuro si sorreggono e cadono da se stessi, nessuno può purificare l'altro.

Che nessuno dimentichi il proprio dovere per quello di un altro, per quanto grande questi sia; che un uomo, dopo avere scorto il proprio dovere, sia sempre attento a compierlo.

CAPITOLO XIII - Il mondo

Non seguire la legge del male! Non vivere sconsideratamente! Non seguire la falsa dottrina! Non essere un amico del mondo.

Alzati! Non essere pigro! Segui la legge della virtù! I virtuosi godono riposo benedetto in questo mondo e in quello futuro.

Guarda il mondo come guarderesti una bolla, guardalo come guarderesti un miraggio: il re della morte non vede colui che guarda così il mondo sotto di sé.

Vieni, guarda questo mondo, scintillante come una carrozza regale; gli sciocchi si sprofondano in esso, ma i saggi non lo toccano nemmeno.

Colui che fu prima inconsulto e divenne poi ben equilibrato, brilla su questo mondo, come la luna quando non è offuscata dalle nuvole.

Colui le cui azioni cattive sono soverchiate dalle buone azioni, brilla su questo mondo come la luna, quando non è offuscata dalle nuvole.

Questo mondo è buio, solo pochi possono vedere qui; alcuni soltanto vanno in cielo, come uccelli sfuggiti dalla rete.

I cigni camminano sul sentiero del sole, essi vanno miracolosamente attraverso l'etere; i saggi sono condotti fuori da questo mondo, quando hanno conquistato Mára e il suo seguito.

Se un uomo ha trasgredito l'unica legge, e mente, e ride di un altro mondo, non v'è male che egli non faccia.

Coloro che non sono caritatevoli non vanno nel mondo degli dei; solo gli sciocchi non esaltano la generosità; un uomo saggio gioisce della liberalità, e con essa acquista la felicità nell'altro mondo. Migliore della sovranità sulla terra, meglio che andare in cielo, migliore della signoria su tutti i mondi, è la ricompensa di Sotapatti, il primo passo verso la santità.

CAPITOLO XIV - Il Buddha (Il Risvegliato)

Colui le cui conquiste non si possono riconquistare, nelle cui conquiste a nessuno di questo mondo è dato di entrare, per quale sentiero lo si può condurre, il Risvegliato, l'Onnisciente, colui che non ha tracce?

Colui che nessun desiderio, con tutte le sue trappole e i suoi veleni, riesce a far deviare dalla retta via, per quale sentiero lo si può guidare, il Risvegliato, l'onnisciente, colui che non ha tracce?

Persino gli dei invidiano coloro che sono risvegliati e memori, che sono dediti alla meditazione, che sono saggi, e che godono nel riposo del ritiro da questo mondo.

E' difficile ottenere la concezione degli uomini, è difficile la vita dei mortali, difficile la percezione della Vera Legge, difficile la nascita del Risvegliato (il raggiungimento dello stato di Buddha).

Non commettere alcun peccato, far bene e purificare la propria mente, questo è l'insegnamento di tutti i Risvegliati.

I Risvegliati chiamano pazienza la penitenza più alta, lungo soffrire il più alto Nirvana; perché non è un anacoreta (Pravragita) colui che colpisce gli altri, non è un asceta (Samana) colui che insulta gli altri.

Non biasimare, non colpire, vivere frenati sotto il dominio della legge, essere moderati nel mangiare, dormire e sedere soli, e fermarsi sui più elevati pensieri - questo è l'insegnamento dei Risvegliati. Non si soddisfano le bramosie nemmeno con una pioggia di monete di oro; colui che sa che le bramosie hanno breve sapore e causano dolore, egli è saggio; egli non trova soddisfazione neanche nei piaceri celesti; il discepolo perfettamente risvegliato gode soltanto nell'annientamento di tutti i desideri.

Gli uomini guidati dalla paura si rifugiano in vari luoghi, sulle montagne e nelle foreste, nei boschi e sugli alberi sacri.

Ma quello non è un rifugio sicuro, quello non è il migliore rifugio; un uomo non viene liberato da tutti i dolori dopo di essere andato in quel rifugio.

Colui che si rifugia nel Buddha, nella Legge e nella Chiesa; colui che, con intelletto chiaro, vede le quattro verità sante: il dolore, l'origine del dolore, l'annientamento del dolore e la ottupla strada santa che porta al placarsi del dolore - quello è il rifugio sicuro, quello è il miglior rifugio; andando a quel rifugio, un uomo è liberato da ogni dolore.

Una persona soprannaturale (un Buddha) non si trova facilmente: essa non nasce ovunque. Dovunque nasce un tal saggio, quella razza prospera.

Felice è il sorgere del Risvegliato, felice è l'insegnamento della Vera Legge, felice è la pace nella Chiesa, felice è la devozione di coloro che sono in pace.

I meriti di colui che tributa omaggio a coloro che meritano omaggio, siano essi i Risvegliati (Buddha) o i loro discepoli; a coloro che hanno sconfitto la schiera dei mali e attraversato la fiumana del dolore; i meriti di colui che tributa omaggio a coloro che hanno trovato la liberazione e che non conoscono paura, quei meriti non possono essere mai misurati da alcuno.

XV CAPITOLO - Felicità

In verità noi viviamo felici, senza odiare coloro che ci odiano! Fra uomini che ci odiano, noi viviamo liberi dall'odio!

In verità noi viviamo felici, liberi da afflizione, tra coloro che si affliggono! Tra uomini che si affliggono, viviamo liberi da afflizioni!

In verità, noi viviamo felici, liberi da ingordigia tra gli ingordi! Tra uomini che sono ingordi, noi viviamo liberi da ingordigia!

In verità noi viviamo felici, sebbene non ci attribuiamo la proprietà di alcuna cosa! Saremo come i fulgidi dei, nutrendoci di felicità!

La vittoria genera odio, poiché i vinti sono infelici. Colui che ha rinunciato sia alla vittoria sia alla sconfitta, egli, soddisfatto, è felice.

Non vi è fuoco simile alla passione; non vi è colpo sbagliato quanto quello dell'odio; non vi è dolore simile a questo corpo; non vi è felicità maggiore del riposo.

La fame è la peggiore malattia, gli elementi del corpo sono il male più grande; se uno realmente sa questo, quello è il Nirvana, la felicità più grande.

La salute è il dono più grande, l'esser soddisfatti è la migliore ricchezza; la fiducia è la parentela migliore, il Nirvana è la più alta felicità.

Colui che ha gustato la dolcezza della solitudine e della tranquillità, è libero dalla paura e libero dal peccato, mentre gusta la dolcezza del dissetarsi alla fonte della legge.

La vista degli eletti è buona, vivere con loro è sempre felicità; se un uomo non vede gli stolti, egli sarà realmente felice.

Colui che cammina in compagnia di stolti soffre per un lungo tratto; la compagnia degli stolti, come quella di un nemico, è sempre dolorosa; la compagnia dei saggi è piacere, come incontrarsi con parenti.

Perciò si dovrebbero seguire i saggi, gli intelligenti, i dotti, coloro che hanno grande sopportazione, coloro che fanno il proprio dovere, gli eletti; si dovrebbero seguire tali uomini buoni e saggi, come la luna segue il sentiero delle stelle.

CAPITOLO XVI - Il piacere

Colui che si dedica alla vanità, e che non si dedica alla meditazione, dimenticando lo scopo effettivo della vita e aggrappandosi al piacere, invidierà, quando sarà giunto il momento, colui che si è dedicato alla meditazione.

Che nessun uomo si attacchi a ciò che è piacevole, oppure a ciò che è spiacevole. È dolore non vedere quello che è piacevole, ed è dolore vedere quello che è spiacevole.

Che nessun uomo, quindi, ami alcuna cosa; la perdita di ciò che si ama è male. Coloro che non amano niente, e che non odiano niente, non hanno ceppi.

Dal piacere viene il dolore, dai piaceri viene la paura; colui che è libero dal piacere, non conosce né dolore né paura.

Dall'affetto viene il dolore, dall'affetto viene la paura; colui che è libero dall'affetto, non conosce né dolore né paura.

Dalla bramosia viene il dolore, dalla bramosia viene la paura; colui che è libero da bramosia, non conosce né dolore né paura.

Dall'amore viene il dolore, dall'amore viene la paura; colui che è libero dall'amore, non conosce né dolore né paura.

Dall'ingordigia viene il dolore, dall'ingordigia viene la paura; colui che è libero da ingordigia, non conosce né dolore né paura.

Colui che possiede virtù e intelligenza, che è giusto, che dice il vero, e che fa quello che è affar suo, egli sarà caro al mondo.

Colui in cui è sorto un desiderio per l'ineffabile (Nirvana), che è soddisfatto nella sua mente, e i cui pensieri non sono sconvolti dall'amore, egli è chiamato Urdhvamsrotas (portato in alto dalla corrente).

Parenti, amici e amanti salutano un uomo che è stato a lungo lontano, e che da lontano ritorna salvo.

Allo stesso modo le sue buone opere ricevono colui che ha fatto bene, e che è andato da questo mondo nell'altro - come i parenti ricevono un amico al suo ritorno.

CAPITOLO XVII - L'ira

Che un uomo lasci l'ira, che abbandoni l'orgoglio, che vinca ogni schiavitù. Nessun dolore capita all'uomo che non è attaccato né al nome, né alla forma, e che non presume di possedere alcuna cosa.

Colui che frena l'insorgere dell'ira come un carro travolgente, colui io chiamo un vero conduttore; gli altri non fanno che tener le redini.

Che un uomo vinca l'ira con l'amore, che vinca il male col bene; che vinca gli ingordi con la generosità, i bugiardi col vero!

Di' la verità, non cedere all'ira; dona, se ti si chiede poco; con questi tre passi ti avvicinerai agli dei.

I saggi che non offendono nessuno e che controllano sempre il loro corpo, essi andranno al posto immutabile (Nirvana), dove, se vi sono andati, non soffriranno più.

Le passioni di coloro che sono sempre vigili, che studiano giorno e notte, e che lottano per raggiungere il Nirvana, alla fine si smorzeranno.

Questo è un vecchio detto, o Atula, questo non è come se fosse di oggi:

“Essi biasimano colui che siede silenzioso, essi biasimano colui che parla molto, essi biasimano anche colui che dice poco; non v'è nessuno sulla terra che non sia biasimato”.

Non vi fu mai, non vi sarà mai, non vi è neanche ora un uomo che sia sempre biasimato, o un uomo che sia sempre lodato.

Ma colui che continuamente, un giorno dopo l'altro, viene lodato da coloro che hanno discernimento, come uno senza difetti, saggio, ricco di sapere e di virtù, chi oserebbe biasimar lui, come una moneta fatta dell'oro del fiume Gambù? Persino gli dei lo lodano, egli è lodato persino da Bráhma.

Guardati dall'ira del corpo, e controlla il tuo corpo! Abbandona i peccati del corpo, e col tuo corpo pratica la virtù!

Guardati dall'ira della lingua, e controlla la tua lingua! Abbandona i peccati della lingua, e con la tua lingua pratica la virtù!

Guardati dall'ira della mente, e controlla la tua mente! Abbandona i peccati della mente, e con la tua mente pratica la virtù!

I saggi che controllano il loro corpo, che controllano la loro lingua, i saggi che controllano la loro mente, sono invero ben controllati.

CAPITOLO XVIII - L'impurità

Tu sei ora come una foglia appassita, i messaggeri della morte (Yama) ti son venuti vicini; tu sei alla soglia della tua partenza, e non hai provviste per il viaggio.

Fa' di te stesso un'isola, lavora sodo, sii saggio! Quando le tue impurità saranno portate lontano da un soffio, e tu sarai libero dalla colpa, entrerai nel mondo celeste degli eletti (Ariya).

La tua vita è giunta alla fine, tu sei venuto vicino alla morte (Yama), non vi è per te sulla strada alcun posto per riposare, e non hai provviste per il viaggio.

Fa' di te un'isola, lavora sodo, sii saggio! Quando le tue impurità saranno portate lontano da un soffio, e tu sarai libero dalla colpa, non sarai più soggetto a nascita e a corruzione.

Che un uomo si purifichi delle sue impurità, come un orafco toglie le impurità dall'argento, a una a una, a poco a poco, e di tanto in tanto.

Come l'impurità che sorge dal ferro, quando da esso sorge, lo distrugge; così le opere di un trasgressore lo conducono sul sentiero del male.

La macchia di coloro che pregano è la mancanza di ripetizione; la macchia delle case è la mancanza di riparazione; la macchia del carattere è l'infingardaggine; la macchia di un uomo di guardia è la distrazione.

La cattiva condotta è la macchia di una donna; la grettezza è la macchia di un benefattore; macchiate son tutte le vie del male, in questo mondo e in quello futuro.

Ma v'è una macchia peggiore di tutte le macchie - l'ignoranza è la macchia più grande. O mendicanti! Liberatevi dalla macchia, e divenite puri!

La vita è facile ad esser vissuta da un uomo senza vergogna: da un millantatore, da un attacca-brighe, da un individuo che insulta, che sia spavaldo e miserabile.

Ma la vita è difficile ad esser vissuta da un uomo modesto, che cerca sempre ciò che è puro, che è disinteressato, tranquillo, immacolato e intelligente.

Colui che distrugge la vita, che mente, che prende nel mondo ciò che non gli vien dato, che va dalla moglie di un altro uomo; e inoltre l'uomo che si dà a bere liquori inebrianti, colui, anche in questo mondo, scalza la propria radice.

O uomo, sappi questo, che i dissoluti sono in cattivo stato; guarda che l'ingordigia e il vizio non ti portino al dolore per lungo tempo!

Il mondo dà agli uomini secondo la loro fede e secondo il loro piacere: se un uomo si tormenta per il cibo e per le bevande date ad altri, egli non troverà riposo né di giorno né di notte.

Colui nel quale questo sentimento è distrutto, e strappato dalle sue più profonde radici, trova riposo giorno e notte.

Non vi è fuoco simile alla passione, non vi è squalo simile all'odio, non vi è trappola simile alla follia, non vi è torrente simile all'ingordigia.

L'errore degli altri si vede facilmente, ma è difficile vedere quello proprio; un uomo vaglia come il loggion i difetti del suo vicino, ma nasconde i difetti propri, come un truffatore nasconde al giocatore il dado non buono.

Se un uomo guarda i difetti degli altri, ed è sempre disposto a sentirsi offeso, le sue passioni cresceranno, ed egli è lontano dalla distruzione delle passioni.

Non vi è sentiero attraverso l'aria, un uomo non è esteriormente un Samana [asceta]. Il mondo gode nella vanità, i Tathàgata (i Buddha) sono liberi dalla vanità.

Non vi è sentiero attraverso l'aria, un uomo non è esteriormente un Samana. Nessuna creatura è eterna, ma i Risvegliati (Buddha) non sono mai scossi.

CAPITOLO XIX - I giusti

Un uomo non è giusto se tratta una questione con violenza; no, colui che distingue il giusto e l'ingiusto, che è istruito e che guida gli altri, non con la violenza, ma con la stessa legge, poiché è un fautore della legge ed è intelligente, colui vien detto giusto.

Un uomo non è istruito perché parla molto; colui che è paziente, libero da odio e da paura, costui vien detto istruito.

Un uomo non è un protettore della legge perché parla molto; anche se un uomo ha imparato poco, ma vede interamente la legge, egli è un protettore della legge, un uomo che non trascura mai la legge.

Un uomo non è più vecchio perché il suo capo è grigio; la sua età può ben maturarsi, ma si dice di lui che è "vecchio invano".

Colui nel quale è il vero, la virtù, la pietà, il controllo, la moderazione, colui che è libero da impurità e che è saggio, costui vien detto più vecchio.

Un individuo invidioso, avaro, disonesto, non diventa rispettabile soltanto col parlar molto, o con la bellezza della sua figura.

Colui nel quale tutto questo è distrutto, e strappato fin dalle radici, costui, quando si è liberato dall'odio, vien detto rispettabile.

Non con la tosatura un uomo, che non osservi la disciplina, e che dica il falso, diventa un Samana; può essere un Samana un uomo che sia tenuto tuttora prigioniero del desiderio e dell'ingordigia?

Colui che sempre mette a tacere il male, sia esso piccolo o grande, costui è detto un Samana (un uomo calmo), perché egli ha quietato ogni male.

Un uomo non è un Bhikshu semplicemente perché chiede l'elemosina agli altri; è un Bhikshu colui che adotta l'intera legge, non colui che chiede soltanto.

Colui che è al di sopra del bene e del male, che è casto, che passa con attenzione attraverso il mondo, colui invero è detto un Bhikshu.

Un uomo non è un Muni [un santo saggio] perché osserva il silenzio, se è sciocco e ignorante; ma il saggio che, come con la bilancia, sceglie il bene e evita il male, egli è un Muni, ed è un Muni proprio per questo; colui che in questo mondo soppesa tutti e due i lati vien chiamato Muni.

Un uomo non è un Ariya [un eletto] perché fa torto alle creature viventi; perché sente compassione per tutte le creature viventi, perciò un uomo è chiamato Ariya.

Non solo con la disciplina e coi voti, non solo imparando molto, cadendo in estasi, dormendo solo, guadagnerò io la felicità della liberazione, che nessuna persona di mondo può conoscere. O Bhikshu, colui che ha raggiunto l'estinzione dei desideri, ha ottenuto grande fiducia.

CAPITOLO XX - La via

La via migliore è quella ottupla; la migliore verità è data dalle quattro parole; la migliore delle virtù è l'assenza delle passioni; il migliore degli uomini è colui che ha occhi per vedere.

Questa è la via, non ve n'è altra che porti alla purificazione dell'intelligenza. Seguite questo sentiero! Esso è la confusione di Mára, il tentatore.

Se andrete per questa via metterete fine al dolore. La via che io predicai, dopo aver capito la rimozione delle spine dalla carne.

Voi stessi dovete fare uno sforzo. I Tathigata (Buddha) sono soltanto predicatori. Gli uomini riflessivi, che entrano nella via, si liberano dalla schiavitù di Mára.

"Tutte le cose create periscono", colui che sa e che vede questo, diventa passivo nel dolore; questa è la via che porta alla purezza.

"Tutte le cose create sono pena e dolore", colui che sa e che vede questo, diventa passivo nel dolore; questa è la via che conduce alla purezza.

"Tutte le forme sono irreali", colui che sa e che vede questo, diventa passivo nel dolore; questa è la via che conduce alla purezza.

Colui che non si innalza quando è tempo di elevarsi, che, sebbene giovane e forte, è pieno di infin-

gardaggine, la cui volontà e il cui pensiero sono deboli; quell'uomo pigro e indolente non trova mai la via del sapere.

Sorvegliando il suo discorso, ben controllato nella mente, che un uomo non commetta mai torto col suo corpo! Che un uomo non segua se non queste tre chiare vie di azione, ed egli raggiungerà la via che è indicata dai saggi.

Con lo zelo si conquista il sapere, con la mancanza di zelo il sapere si perde; che un uomo, che conosce questo duplice sentiero di conquista e di perdita, si metta in tale posizione da far aumentare il suo sapere.

Abbattete l'intera foresta dei desideri; non un albero solo! Il pericolo viene dalla foresta dei desideri. Quando avrete abbattuto sia la foresta dei desideri sia i suoi cespugli, allora, o Bhikshu, sarete liberi dalla foresta e dai desideri!

Finché il desiderio dell'uomo verso le donne, anche il più piccolo, non viene distrutto, fino ad allora perdurerà la schiavitù nella sua mente, come il vitello che succhia il latte dalla madre.

Abbatti l'amor di te stesso, come un loto d'autunno, con la tua stessa mano! Accarezza la via della pace. Il Nirvana è stato fatto vedere da Sugata (Buddha).

“Qui io resterò alla pioggia, qui d'inverno e qui d'estate”, così pensa lo sciocco, e non pensa alla morte.

Come un'inondazione che si porti via un villaggio addormentato, la morte viene e porta via quell'uomo, tenuto in onore per i suoi figli e per i suoi greggi, ma la cui mente è distratta.

Non sono di aiuto né i figli, né il padre, né i parenti; non v'è alcun aiuto che la gente di casa possa apportare a chi è stato preso dalla morte.

Un uomo saggio e di buona condotta, che conosce il significato di questo, dovrebbe pulir lesto la via che conduce al Nirvana.

CAPITOLO XXI - Miscellanea

Se abbandonando un piccolo piacere se ne vede uno grande, che un uomo saggio abbandoni il piacere piccolo e miri a quello grande.

Colui che, facendo soffrire gli altri, desidera ottenere piacere per se stesso, costui, irretito nei legami dell'odio, non sarà mai liberato dall'odio.

Quello che si dovrebbe fare viene trascurato, quello che non si dovrebbe fare vien fatto; i desideri della gente sregolata, inconsiderata, vanno sempre aumentando.

Ma i desideri di coloro la cui vigile attenzione è tutta rivolta al loro corpo, che non seguono ciò che non si dovrebbe fare, e che con fermezza fanno ciò che si dovrebbe fare, i desideri di tale gente attenta e saggia giungeranno alla fine.

Un vero Bràhmano avanza senza danno, sebbene abbia ucciso padre e madre, e due re valorosi, sebbene abbia distrutto un regno con tutti i suoi sudditi.

Un vero Bràhmano avanza senza danno, sebbene abbia ucciso padre e madre, e due santi re, e inoltre un uomo insigne.

I discepoli di Gotama (Buddha) sono sempre ben desti, e i loro pensieri, giorno e notte, sono sempre fissi sul Buddha.

I discepoli di Gotama sono sempre ben desti, e i loro pensieri, giorno e notte, sono sempre rivolti alla legge.

I discepoli di Gotama sono sempre ben desti, e i loro pensieri, giorno e notte, sono sempre fissi sulla chiesa.

I discepoli di Gotama sono sempre ben desti, e i loro pensieri, giorno e notte, sono sempre rivolti al loro corpo.

I discepoli di Gotama sono sempre ben desti, e la loro mente, giorno e notte, si compiace sempre della compassione.

I discepoli di Gotama sono sempre ben desti, e la loro mente, giorno e notte, si compiace sempre della meditazione.

È difficile abbandonare il mondo per diventar monaco, è difficile godersi il mondo, dura è la clausura, dolorose sono le case; è doloroso vivere con uguali e dividere tutto in comune, e il mendicante ramingo è circondato da dolore. Nessun uomo sia perciò mendicante ramingo, ed egli non sarà circondato da dolore.

Un uomo pieno di fede, se è dotato di virtù e di gloria, è rispettato, qualunque luogo egli scelga.

La buona gente brilla da lontano, come le montagne coperte di neve; la gente cattiva non si vede, come frecce scagliate di notte.

Sedendo solo, dormendo solo, camminando solo senza mai posa, e da solo soggiogando se stesso, che un uomo sia felice vicino al limite della foresta.

CAPITOLO XXII - Il corso verso il basso

Colui che dice quello che non è, va all'inferno; e anche colui che, avendo fatto una cosa, dice di non averla fatta. Dopo la morte tutti e due sono uguali; nel mondo futuro essi sono uomini con cattive azioni.

Molti uomini, le cui spalle sono coperte del manto giallo, sono cattivi e dissoluti; tali malfattori andranno all'inferno per le loro cattive azioni. Sarebbe meglio ingoiare una palla di ferro rovente come fuoco ardente, piuttosto di far sì che un individuo cattivo e dissoluto viva della carità della terra.

Quattro cose guadagna un uomo temerario che desideri la moglie del vicino: demerito, un letto scomodo, per terza cosa punizione, e in ultimo l'inferno.

C'è demerito e si apre la cattiva strada per l'inferno; c'è il breve piacere di colui che è spaurito tra le braccia di un'altra anch'ella spaurita, e il re impone grave punizione; perciò nessun uomo pensi alla moglie del vicino.

Come un filo d'erba, se afferrato male, taglia il braccio, l'ascetismo mal praticato porta all'inferno.

Un'azione commessa sconsideratamente, un voto non mantenuto, una obbedienza vacillante alla disciplina (Bráhma-kariyam), tutto questo non porta grande ricompensa.

Se qualche cosa si deve fare, che un uomo la faccia, che ci si metta d'impegno! Un pellegrino sconsiderato non fa altro che spandere più diffusamente la polvere delle sue passioni.

Una cattiva azione è meglio non farla, perché, dopo, un uomo si pente di essa; una buona azione è meglio farla, poiché, avendola fatta, uno non se ne pente.

Come una fortezza di frontiera ben sorvegliata, con difese dentro e fuori, così un uomo guardi se stesso. Non dovrebbe sfuggire un momento, perché coloro che si lasciano sfuggire il momento opportuno, soffrono dolore quando sono all'inferno.

Coloro che hanno vergogna di quello di cui non dovrebbero vergognarsi, e che non hanno vergogna di quello di cui dovrebbero vergognarsi, tali uomini, abbracciando false dottrine, entrano nella cattiva strada.

Coloro che temono quello che non dovrebbero temere, e che non temono quello che dovrebbero temere, tali uomini, abbracciando false dottrine, entrano nella cattiva strada.

Coloro che vedono il peccato dove non v'è peccato, e che non vedono il peccato dove esso c'è, tali uomini, abbracciando false dottrine, entrano nella cattiva strada.

Coloro che vedono il peccato dove c'è peccato, e non vedono peccato dove esso non c'è, tali uomini, abbracciando la vera dottrina, entrano nella buona strada.

CAPITOLO XXIII - L'elefante

In silenzio io soffrii il sopruso, come l'elefante in battaglia sopporta la freccia partita dall'arco: poiché il mondo è naturalmente cattivo.

Si guida alla battaglia un elefante addomesticato, il re monta un elefante addomesticato; migliore tra gli uomini è l'addomesticato, colui che silenziosamente sopporta i soprusi.

I muli sono buoni, se sono addomesticati, e così i nobili cavalli Sindhu, e gli elefanti con grandi zanne; ma colui che domina se stesso è anche migliore.

Perché con questi animali nessun uomo raggiunge il paese non calpestato (Nirvana), dove un uomo domato cavalca un animale addomesticato - il suo proprio essere ben dominato.

L'elefante detto Dhanapálaka, a cui scorre per le tempie ardente linfa, e che è difficile trattenerne, non mangia un solo boccone quando è legato; l'elefante sospira il bosco degli elefanti.

Se un uomo diventa grasso e grande mangione, se è sonnolento e se si rivoltola intorno, quello sciocco, a somiglianza di un maiale ingrassato con cereali, nasce più e più volte ancora.

Questa mia mente andò prima vagando intorno a suo piacimento, come volle, come fu di suo grado; ma ora la terrò interamente frenata, come il conducente con l'uncino in mano trattiene l'elefante infuriato.

Non essere sconsiderato, sorveglia i tuoi pensieri! Togliti fuori dalla strada cattiva, come un elefante affondato nel fango.

Se un uomo trova un compagno prudente che cammina con lui, che è saggio, e che vive con sobrietà, egli può andare con lui, sormontando tutti i pericoli, felice, ma attento.

Se un uomo non trova un compagno prudente che cammini con lui, che sia saggio e che viva con sobrietà, che cammini solo, come un re che si sia lasciato dietro il paese conquistato - come un elefante nella foresta.

È meglio vivere soli: non è compagnia quella di uno stolto; che un uomo cammini solo, che non

commetta peccato, e abbia pochi desideri - come un elefante nella foresta.

Se si dà l'occasione, gli amici fanno piacere; è piacevole la gioia, qualunque ne sia la causa; un buon lavoro è piacevole nell'ora della morte; è piacevole rinunciare a ogni dolore.

Piacevole nel mondo è la condizione di una madre, piacevole la condizione di un padre, piacevole la condizione di un Samana, piacevole la condizione di un Brahmano.

Piacevole è la virtù che dura fino alla vecchiaia, piacevole è la fede saldamente radicata; piacevole è la conquista dell'intelletto, è piacevole evitare i peccati.

CAPITOLO XXIV - La sete

La sete di un uomo sconsiderato cresce come un rampicante; egli corre da una vita all'altra, come una scimmia che, nella foresta, sia alla ricerca di frutti.

Le sofferenze di chiunque sia preso da questa ardente sete velenosa, aumentano in questo mondo come l'abbondante erba Birana.

Ma da colui che vince questa sete ardente, il che è una conquista difficile in questo mondo, le sofferenze cadono via, come gocce d'acqua da una foglia di loto.

Vi dico questa parola salutare: "Voi tutti quanti siete qui riuniti, estirpare la radice stessa della sete, come colui che vuole la radice Usira dal dolce profumo deve estirpare l'erba Birana, così che Māra, il tentatore, non possa schiacciarvi ancora e sempre, come la corrente stritola le canne".

Come un albero, anche se sia stato tagliato, è saldo finché la sua radice non è toccata, e cresce di nuovo, così, a meno che non siano distrutti gli alimentatori della sete, questo dolore della vita tornerà ancora sempre.

Le onde - i suoi desideri che sono fondati sulla passione - porteranno via quell'uomo fuorviato, le cui trentasei correnti scorrono con forza nei canali del piacere.

I canali scorrono dovunque, la pianta rampicante della passione dà i suoi germogli; se vedete il rampicante balzare in su, tagliatene le radici per mezzo del sapere.

I piaceri di una creatura sono smodati e lussuosi; dediti al piacere e ricavandone felicità, gli uomini sottostanno ripetutamente a nascita e a corruzione.

Presi da bramosia, gli uomini corrono intorno come farebbe una lepre in trappola; trattenuti in ceppi e in vincoli, essi sottostanno al dolore per lungo tempo, ripetutamente.

Presi da bramosia, gli uomini corrono intorno come farebbe una lepre presa in trappola; perciò il mendicante estingua la sete, lottando per raggiungere la liberazione dalle passioni.

Guarda quell'uomo che, essendosi liberato dalla foresta delle bramosie (dopo aver raggiunto il Nirvana), si abbandona alla vita della foresta (alle bramosie), e che quando, è libero, dalla foresta (dalle bramosie), corre alla foresta (alle bramosie)! Benché libero, egli corre verso la schiavitù.

La gente saggia non chiama forte quel vincolo che sia fatto di ferro, di legno o di canapa; appassionatamente forte è l'amore per le pietre e per gli anelli preziosi, per i figli e per una moglie.

La gente saggia chiama forte quel vincolo che si tende, cede, ma difficilmente si disfa; dopo averlo infine tagliato, la gente abbandona il mondo, libera da preoccupazioni, e si lascia indietro i piaceri dell'amore.

Coloro che sono schiavi delle passioni scivolano lungo la corrente dei desideri, come un ragno scivola lungo la ragnatela che egli stesso ha fatto; quando infine hanno troncato la corrente, essi avanzano, saggi, liberi da preoccupazioni, lasciandosi dietro ogni dolore.

Rinuncia a quello che ti sta davanti, rinuncia a quello che ti sta dietro, rinuncia a quello che è nel mezzo, quando vai all'altra sponda dell'esistenza; se la tua mente è perfettamente libera, non entrerai di nuovo nella nascita e nella corruzione.

Se un uomo è sbattuto dai dubbi, pieno di forti passioni, e ansioso solo di quello che è piacevole, la sua sete diventerà sempre più grande, ed egli renderà i suoi ceppi forti davvero.

Se un uomo si compiace di calmare i dubbi e, sempre riflettendo, si ferma su ciò che non è piacevole, egli certamente rimuoverà, anzi taglierà il vincolo di Māra.

Colui che ha raggiunto la perfezione, che non trema, che è senza sete e senza peccato, egli ha rotto tutte le spine della vita, questo sarà il suo ultimo corpo.

Colui che è senza sete e senza affetto, che capisce le parole e la loro interpretazione, che conosce l'ordine delle lettere (quelle che sono prima e quelle che vengono dopo); egli ha ricevuto il suo ultimo corpo, egli vien detto il grande saggio, il grande uomo.

"Io ho conquistato tutto, io so tutto, in tutte le condizioni di vita io sono libero da macchia; ho abbandonato tutto e, con la distruzione della sete, io sono libero; avendo imparato me stesso, chi dovrei indicare come mio maestro?"

Il dono della legge è superiore a tutti i doni; la dolcezza della legge supera ogni dolcezza; il piacere della legge supera tutti i piaceri; l'estinzione della sete vince ogni dolore.

Le ricchezze sono la rovina degli stolti, se essi non mirano all'altra sponda; lo sciocco, con la sua sete per le ricchezze, distrugge se stesso, come se distruggesse altri.

I campi sono danneggiati dalle erbacce, il genere umano è danneggiato dalle passioni: perciò un dono fatto a chi non ha passioni porta grande ricompensa.

I campi sono danneggiati dalle erbacce, il genere umano è danneggiato dall'odio: perciò un dono fatto a coloro che non odiano porta grande ricompensa.

I campi sono danneggiati dalle erbacce, il genere umano è danneggiato dalla vanità: perciò un dono fatto a coloro che sono liberi da vanità porta grande ricompensa.

I campi sono danneggiati dalle erbacce, il genere umano è danneggiato dalla lussuria: perciò un dono fatto a coloro che sono liberi da lussuria porta grande ricompensa.

CAPITOLO XXV - Bhikshu

Il freno all'occhio è buono, buono è il freno all'orecchio, al naso è buono il freno, buono è il freno alla lingua.

Nel corpo il freno è buono, buono è il freno al discorso, al pensiero il freno è buono, buono è il freno in tutte le cose. Un Bhikshu, frenato in tutte le cose, è liberato da ogni dolore.

Colui che controlla la sua mano, colui che controlla i suoi piedi, colui che controlla il suo discorso, colui che è ben controllato, colui che si compiace nel suo intimo, colui che è raccolto, colui che è solitario e soddisfatto, costui è chiamato Bhikshu.

È dolce la parola del Bhikshu che controlla la sua bocca, che parla con saggezza e con calma, che insegna il significato e la legge.

Colui che dimora nella legge, che si compiace nella legge, che medita sulla legge, che ricorda la legge: quel Bhikshu non cadrà mai lontano dalla vera legge.

Che non disprezzi ciò che ha ricevuto; né invidi mai gli altri; un mendicante che invidia gli altri non ottiene la pace della mente.

Un Bhikshu che per quanto poco riceva, non dispregia quello che ha ricevuto, sarà esaltato anche dagli dei, se la sua vita è pura, e se non è infingardo.

Colui che non si identifica mai con il nome e con la forma, e che non si rammarica per quello che non è più, egli invero è chiamato Bhikshu.

Il Bhikshu che si comporta con gentilezza, che è felice nella dottrina del Buddha, raggiungerà il luogo tranquillo (Nirvana), poiché la felicità nasce dalla cessazione delle inclinazioni naturali.

O Bhikshu, vuota questo battello! Se è vuoto, esso andrà veloce; avendo tagliato fuori la passione e l'odio, andrai al Nirvana.

Taglia i cinque vincoli, abbandona i cinque, sollevati al di sopra dei cinque. Un Bhikshu che sia sfuggito ai cinque vincoli vien chiamato Oghatinna: "salvato dall'inondazione".

Medita, o Bhikshu, e non essere sconsiderato! Non rivolgere il tuo pensiero a ciò che dà piacere, così da non dovere, per la tua sconsideratezza, ingoiare la palla di ferro nell'inferno, e da non dover gridare, mentre bruci: "Questo è dolore!".

Senza sapere non c'è meditazione, senza meditazione non c'è sapere: colui che ha sapere e meditazione è vicino al Nirvana.

Un Bhikshu che sia entrato nella casa vuota, e la cui mente sia tranquilla, sente un piacere più che umano quando vede chiaramente la legge.

Appena egli ha considerato l'origine e la distruzione degli elementi del corpo, trova la felicità e la gioia che appartengono a coloro che conoscono l'immortale (Nirvana).

E questo qui è il principio per un saggio Bhikshu: sorveglianza sui sensi, sentirsi soddisfatto, controllo sotto la legge; abbia amici nobili, la cui vita sia pura, e che non siano infingardi.

Viva in carità, sia perfetto nei suoi doveri; allora, nella pienezza del piacere, avrà fine per lui il suo soffrire.

Come la pianta Vassikà lascia cadere i suoi fiori appassiti, gli uomini dovrebbero lasciar cadere passione e odio, o voi Bhikshu!

Il Bhikshu il cui corpo, la cui lingua e la cui mente siano quietati, che sia raccolto, che abbia rigettato i richiami del mondo, egli è detto pacato.

Sorgi da solo, esaminati da te solo, così, da te stesso protetto, e accorto, tu vivrai felice, o Bhikshu!

Poiché l'essere è il signore dell'essere, l'essere è il rifugio dell'essere; perciò frena te stesso, come il mercante frena un nobile cavallo.

Il Bhikshu, pieno di piacere, che è felice nella dottrina del Buddha, raggiungerà il luogo tranquillo (Nirvana), poiché la felicità consiste nella cessazione delle inclinazioni naturali.

Colui che, persino da giovane Bhikshu, si dedica alla dottrina del Buddha, illumina questo mondo, come la luna quando è libera dalle nuvole.

CAPITOLO XXVI - Il Brahmano

Ferma coraggiosamente la corrente, scaccia i desideri, o Brahmano! Quando avrai capito la distruzione di tutto quanto fu fatto, capirai anche quello che non fu fatto.

Se il Brahmano ha raggiunto la sponda opposta in tutte e due le leggi, quella del controllo e quella della contemplazione, tutti i legami svaniscono da colui che ha ottenuto la conoscenza.

Colui per il quale non c'è né la sponda di qui, né quella dall'altra parte, né entrambe, colui che è senza paura e senza ceppi io chiamo realmente un Brahmano.

Colui che è accorto, senza biasimo, deciso, che fa il proprio dovere, che non ha passioni e che ha raggiunto il più alto fine, costui io chiamo realmente un Brahmano.

Il sole è fulgido di giorno, la luna brilla di notte, il guerriero è splendente nella sua armatura, il Brahmano è splendente nella sua meditazione; ma il Buddha, il Risvegliato, è fulgido di splendore giorno e notte.

Perché un uomo è libero dal male, perciò egli vien detto Brahmano, perché egli cammina tranquillo, perciò vien chiamato Samana; perché ha scacciato via tutte le impurità, perciò vien chiamato Pravragita [pellegrino].

Nessuno dovrebbe attaccare un Brahmano, ma nessun Brahmano, se attaccato, dovrebbe fuggire davanti all'aggressore! Guai a colui che colpisce un Brahmano, ma peggio a colui che fugge davanti al suo aggressore!

È di non poco vantaggio a un Brahmano che egli tenga la mente lontana dai piaceri della vita; più è svanito ogni desiderio di nuocere, più cessa ogni dolore.

Invero io chiamo Brahmano colui che non offende col corpo, né con la parola, né col pensiero, e che si controlla su questi tre punti.

Colui dal quale egli può imparare la legge, come insegnata dal Ben Risvegliato (Buddha), adori questo assiduamente, come il Brahmano venera il fuoco del sacrificio.

Un uomo non diventa Brahmano per i suoi capelli intrecciati, per la sua famiglia, o per la sua nascita; colui nel quale c'è verità e giustizia, colui è benedetto, colui è un Brahmano.

A che cosa servono i capelli intrecciati, o sciocchi! A che cosa servono i vestiti di pelli di capra! In te c'è voracità, ma tu rendi pulita l'esteriorità.

L'uomo che indossa una veste sudicia, che è emaciato e tutt'ossa, che medita solo nella foresta, costui io chiamo invero un Brahmano.

Io non chiamo Brahmano un uomo a cagione della sua origine o di sua madre. Egli, invero, è arrogante ed è ricco: ma il povero, che è libero da ogni attaccamento, costui io dico invece un Brahmano.

Invero io chiamo Brahmano colui che, dopo aver tagliato tutti i vincoli, non trema mai, è libero dai legami ed è senza ceppi.

Invero io chiamo Brahmano colui che, dopo aver tagliato la cinghia e il cuoio, e la fune con tutto ciò che ad essa è connesso, ha distrutto tutti gli ostacoli, ed è desto.

Invero io chiamo Brahmano colui che, per quanto non abbia arrecato offese, tollera rimproveri, frustrate, vincoli; colui che ha sopportazione per la sua forza, e forza per il suo esercizio.

Invero io chiamo Brahmano colui che è libero dall'ira, che compie il suo dovere, che è virtuoso, che non ha desideri, che è sottomesso, e che ha ricevuto il suo ultimo corpo.

Invero io chiamo Brahmano colui che non si attacca a piaceri sensuali, come l'acqua su una foglia di loto, come il seme di senape sulla punta di un ago.

Invero io chiamo Brahmano colui che, anche qui, conosce la fine del suo proprio soffrire, ha deposto il suo fardello, ed è senza ceppi.

Invero io chiamo Brahmano colui la cui conoscenza è profonda, che possiede saggezza, che conosce la via giusta e quella errata, e che ha raggiunto il fine più alto.

Invero io chiamo Brahmano colui che si tiene lontano sia dai laici sia dai mendicanti, che non frequenta case e che non ha se non pochi desideri.

Invero io chiamo Brahmano colui che senza far male ad alcuna creatura, sia debole o sia forte, non uccide e non fa uccidere.

Invero io chiamo Brahmano colui che è tollerante con gli intolleranti, mite con i violenti, e libero da ingordigia tra gli ingordi.

Invero io chiamo Brahmano colui da cui ira e odio, orgoglio e ipocrisia sono caduti, come un seme di senape cade dalla punta di un ago.

Invero io chiamo Brahmano colui che pronunzia un discorso vero, istruttivo e libero da rudezza, così da non offendere nessuno.

Invero io chiamo Brahmano colui che nel mondo non prende niente che non gli venga dato, sia esso lungo o corto, piccolo o grande, buono o cattivo.

Invero io chiamo Brahmano colui che non vagheggia desideri né per questo mondo né per quello futuro, che non ha preferenze, e che è senza ceppi.

Invero io chiamo Brahmano colui che non ha interessi e che, quando ha capito la verità, non dice: "Come? Come?" e che ha raggiunto la profondità dell'Immortale.

Invero io chiamo Brahmano colui che si è elevato al di sopra di tutti e due i legami, sia di quello del bene sia di quello del male, che è libero dal dolore, dal peccato e dalla impurità.

Invero io chiamo Brahmano colui che è splendente come la luna, puro, sereno, tranquillo, e in cui si è estinta ogni gaiezza.

Invero io chiamo Brahmano colui che ha attraversato questa strada fangosa, il mondo inguadabile, difficile a traversare, e la vanità di esso; colui che lo ha attraversato tutto e che ha raggiunto l'altra sponda, che è accorto, deciso, libero dai dubbi, libero da attaccamento, e soddisfatto.

Invero io chiamo Brahmano colui che in questo mondo, avendo abbandonato tutti i desideri, viaggia intorno senza una casa, colui in cui tutta la concupiscenza è estinta.

Invero io chiamo Brahmano colui che, avendo abbandonato tutti i desideri, viaggia intorno senza una casa, colui in cui ogni avidità è estinta.

Invero io chiamo Brahmano colui che, dopo aver lasciato tutte le schiavitù agli uomini, si è elevato al di sopra della schiavitù fino agli dei, ed è assolutamente libero da qualsivoglia forma di schiavitù.

Invero io chiamo Brahmano colui che ha abbandonato ciò che dà piacere e ciò che dà dolore, che è freddo, e libero da tutti i germi della vita rinnovata: l'eroe che ha conquistato tutti i mondi.

Invero io chiamo Brahmano colui che conosce la distruzione e il ritorno degli esseri in ogni luogo, che è libero da schiavitù, che apporta bene (Sugata) e che è risvegliato (Buddha).

Invero io chiamo Brahmano colui il cui sentiero non conoscono gli dei, né gli spiriti (Gandharva), né gli uomini; colui le cui passioni sono estinte, e che è un Arhat.

Invero io chiamo Brahmano colui che non si attribuisce la proprietà di alcuna cosa, sia davanti sia dietro sia nel mezzo; colui che è povero e che è libero dall'amore del mondo.

Invero io chiamo Brahmano il virile, il nobile, l'eroe, il grande saggio, il conquistatore, l'indifferente, il perfetto, il risvegliato.

Invero io chiamo Brahmano colui che conosce le sue precedenti dimore, che vede il paradiso e l'inferno, che è pervenuto alla fine delle nascite, che è perfetto nel sapere, un saggio, e le cui perfezioni sono tutte perfette.