

LA PAZIENZA

Estratto da: Saṃyutta Nikāya 11.4 - Vepacitti Sutta

(per una versione inglese dell'intero testo vedi trad. Bhikkhu Bodhi
<https://suttacentral.net/sn11.4/en/bodhi>)

Gli dèi e i demoni si scontrano in battaglia e i primi sono vincitori. Il capo dei demoni, Vepacitti, viene catturato, legato e portato al palazzo del re degli dèi, Sakka. Vepacitti è furioso e insulta pesantemente Sakka con parole aggressive.

(Matali l'auriga):

“O Maghavā, o Sakka,
è per paura o debolezza
che sopporti con pazienza parole così offensive
da parte di Vepacitti?”

(Sakka re degli dèi):

“Non è per paura o debolezza
che son paziente con Vepacitti.
Come potrei, da persona assennata,
Litigare con uno stolto?”

M. “Gli stolti diventano più aggressivi
se nessuno mette loro un freno.
Perciò il saggio dovrebbe
fermare lo stolto punendolo severamente”.

S. “Io credo che l'unico modo di fermare
uno stolto sia questo:
quando comprendi che l'altro è arrabbiato,
sii consapevole e mantieni la calma”.

M. “Io vedo un difetto, Vāsava,
nell'esercitare la pazienza.
Quando lo stolto pensa:
'Mi sopporta perché ha paura',
lo sciocco ti dà ancora più addosso,
come un toro che insegue un fuggitivo”.

S. “Che pensi quel che vuole ('Mi sopporta per paura'):
Di tutti gli scopi volti al proprio bene,
Nessuno eguaglia la pazienza.
Quando il forte tollera il debole,
lo definiscono suprema pazienza;
Ché il debole non può che essere paziente.

E la forza della stoltezza, si dice,
Non è altro che debolezza.
Ma nessuno può sfidare una persona
che è forte perché protetta dal Dhamma.

Quando ti arrabbi con chi è arrabbiato
Peggiori la tua posizione.
Quando non ti arrabbi con chi è arrabbiato
Vinci una difficile battaglia.

Quando ti avvedi che l'altro è arrabbiato
Agisci per il bene di entrambi,
di te stesso e dell'altro,
se sei consapevole e conservi la calma.

Ma chi è inesperto negli insegnamenti
Considera chi cura se stesso e l'altro
uno sciocco”.

.....

L'ELEFANTE

Estratto da: *Dhammapada per la contemplazione*, una versione di Ajahn Munindo, Associazione Santacittarama, 2002

[https://santacittarama.altervista.org/insegnamenti.htm#Ven%20Ajahn%20Munindo Versi dal Dhammapada](https://santacittarama.altervista.org/insegnamenti.htm#Ven%20Ajahn%20Munindo%20Versi%20dal%20Dhammapada)

320

Come un elefante in battaglia
resiste alle frecce
io scelgo di tollerare
gli attacchi verbali degli altri.

321

Cavalli ben addestrati
sono fidati anche nella ressa
e degni di essere montati dai re.
Gli individui che hanno addestrato se stessi
a tollerare la violenza
sono ovunque preziosi.

322

Ci colpiscono i cavalli e gli elefanti
ben addestrati
ma più toccanti
sono gli esseri
che hanno domato se stessi.