

# Accompagnarsi con il saggio

Bhikkhu Bodhi

[versione originale](#)

© 1998 [www.accesstoinight.org](http://www.accesstoinight.org)

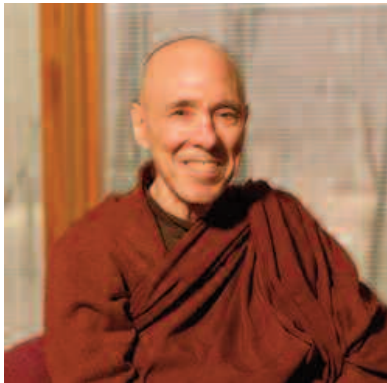
---

Il *Maha-maṅgala Sutta*, il Grande Discorso sulle Benedizioni, è uno dei *sutta* buddhisti più famosi, presente com'è in tutte le più comuni raccolte di canti devozionali in lingua Pāli. Il *sutta* inizia riferendo che una divinità di meravigliosa bellezza, dopo essere discesa sulla Terra durante la quiete della notte, si avvicina al Buddha nel Boschetto di Jeta e gli chiede quali siano le più grandi benedizioni. Proprio nei primi versi della sua risposta, il Buddha afferma che la più grande benedizione consiste nell'evitare gli stolti e nell'accompagnarsi con una persona saggia (*asevanā ca bālānaṃ, paṇḍitānaṃ sevanā*). Poiché il resto del *sutta* prosegue nel tratteggiare tutti i vari aspetti della felicità degli esseri umani, sia quella mondana sia quella spirituale, il fatto che l'accompagnarsi con una persona saggia si trovi nei versi iniziali serve a enfatizzare un elemento chiave: che il progresso nel Sentiero dipende dalle giuste scelte delle nostre amicizie.

Contrariamente a quanto affermano alcune teorie psicologiche, la mente umana non è un contenitore ermeticamente sigillato che racchiude una personalità inalterabilmente modellata dalla biologia e dalle esperienze dell'infanzia. Durante tutta la vita, invece, la mente umana resta un'entità molto malleabile che rimodella in continuazione se stessa in risposta alle interazioni sociali. Ben lungi dall'affrontare le nostre relazioni personali con un carattere fisso e immutabile, i nostri normali e ripetuti contatti sociali ci coinvolgono in un costante processo di osmosi psicologica, che offre preziose opportunità di crescita e trasformazione. Come cellule viventi impegnate a dialogare chimicamente con altre cellule viventi, la nostra mente trasmette e riceve un costante bombar-

damento di messaggi e informazioni che possono produrre cambiamenti profondi perfino al livello sottostante la nostra consapevolezza.

Particolarmente importanti per il nostro livello spirituale sono le scelte che operiamo riguardo alle



nostre amicizie e alle persone con le quali ci accompagniamo, scelte che possono avere il più decisivo degli influssi sul nostro destino personale. Il Buddha rimarcò ripetutamente il valore della buona amicizia (*kalyāṇamittatā*) nella vita spirituale, perché egli comprese quanto sensibile sia la nostra mente all'influsso delle persone che frequentiamo. Il

Buddha afferma che in una persona il sorgere di qualità non salutari è soprattutto dovuto a una cattiva amicizia e che, per il sorgere di qualità salutari, nulla di più utile d'una buona amicizia (AN 1.viii; I.viii,1). Ancora, Egli dice che non c'è fattore esterno più dannoso d'una cattiva amicizia e nessun fattore esterno più benefico d'una buona amicizia (AN 1.x,13,14). È mediante l'influsso di un buon amico che un discepolo viene condotto sul Nobile Ottuplice Sentiero per la Liberazione da ogni sofferenza (SN 45:2).

Nel Buddhismo "buona amicizia" significa ben di più che accompagnarsi a persone che possano essere ritenute disponibili e con le quali si possano condividere degli interessi. In realtà significa cercare amici saggi, ai quali ci si possa rivolgere per ottenere una guida e ricevere degli insegnamenti. Il compito di un nobile amico non è solo quello di farci compagnia mentre siamo in cammino. L'amico veramente saggio e compassionevole è chi, con cuore comprensivo simpatico, è pronto a criticarci e ammonirci, a indicare i nostri errori, a esortarci e incoraggiarci, a comprendere che il fine ultimo di quest'amicizia è la crescita

nel Dhamma. Il Buddha espresse la giusta risposta di un discepolo a proposito di tale buona amicizia in un verso del *Dhammapada*:

*Spuntano doni dal cielo stando in compagnia  
di chi è saggio e perspicace,  
di chi con accortezza offre dissuasione e consiglio,  
come se ci stesse guidando verso un tesoro nascosto*

(Dhp. 76).

Associarsi con una persona saggia è così fondamentale per il progresso spirituale perché l'esempio e i suggerimenti di un consigliere dotato di una mente nobile è spesso il fattore decisivo a risvegliare e nutrire il dispiegarsi del nostro inutilizzato potenziale spirituale. Nella mente non addestrata albergano una gran varietà di possibilità non ancora realizzate, che vanno dagli abissi dell'egoismo, dell'egotismo e dell'aggressività fino alle altezze della saggezza, dell'abnegazione e della compassione. Il compito con il quale dobbiamo confrontarci, come seguaci del Dhamma, è di tenere sotto controllo le tendenze non salutari e di favorire la crescita delle tendenze salutari, di quelle qualità che conducono al Risveglio, alla Libertà e alla Purificazione. Le nostre tendenze interiori, ovviamente, non maturano né declinano in un ambiente vuoto. Sono soggette all'impatto costante d'un ambiente più vasto, e tra i più potenti di questi influssi vi sono le compagnie che frequentiamo, le persone che cerchiamo come insegnanti, consiglieri e amici. Queste persone parlano silenziosamente ai potenziali nascosti del nostro essere, potenziali che possono dispiegarsi o inaridire sotto il loro influsso.

Nella nostra ricerca del Dhamma, quindi, è per noi essenziale scegliere come nostre guide e compagni coloro che almeno in parte rappresentano quelle nobili qualità che cerchiamo di interiorizzare mediante la pratica del Dhamma. Ciò diviene particolarmente necessario negli stadi iniziali del nostro sviluppo spirituale, quando le nostre aspirazioni virtuose sono ancora recenti e tenere, vulnerabili alla mancanza di risolutezza interiore o allo scoraggiamento indotto da conoscenti che non condividono i nostri ideali. In questa fase iniziale la nostra mente somiglia a un camaleonte che altera il proprio colore secondo lo sfondo. Proprio come questo singolare rettile, che diventa verde quando è sull'erba e marrone quando è sul suolo, così noi diventiamo stolti quando ci accompagniamo agli stolti e saggi quando ci associamo ai saggi.

I cambiamenti interiori non avvengono all'improvviso. Lentamente, mediante modifiche così sottili delle quali noi stessi possiamo non essere consapevoli, avviene nel nostro carattere una metamorfosi che infine può rivelarsi enormemente significativa.

Se ci accompagniamo e siamo in stretto contatto con chi è dipendente dalla ricerca dei piaceri sensoriali, del potere, della ricchezza e della fama, non possiamo pensare di restare immuni da tali dipendenze: col passare del tempo la nostra mente inclinerà verso quegli stessi scopi. Se ci accompagniamo e siamo in stretto contatto con chi, seppur non dedito a sconsideratezza morale, vive la propria vita in sintonia con le abitudini mondane, pure noi resteremo bloccati nelle rotaie dei luoghi comuni. Se aspiriamo a quanto vi è di più alto – ai picchi della Saggezza trascendente e alla Liberazione – allora dobbiamo accompagnarci con chi rappresenta quanto vi è di più alto. Anche se non siamo così fortunati da trovare amici che già hanno scalato tali altezze, possiamo già ritenerci benedetti se la nostra strada s'incrocia con quella di chi si sforza quanto più onestamente può per nutrire le nobili qualità del Dhamma nel proprio cuore.

Se ci poniamo la domanda di come sia possibile riconoscere un buon amico, come si possa distinguere i buoni consiglieri dai cattivi, il Buddha ci offre un suggerimento cristallino. Nel *Piccolo Discorso del Plenilunio* (MN 110) Egli spiega la differenza tra la compagnia di una cattiva persona e la compagnia di una buona persona. La cattiva persona sceglie come amici e compagni chi è privo di fede, chi ha un comportamento caratterizzato da assenza di vergogna e ritegno morale, chi non ha conoscenza degli insegnamenti spirituali, chi è pigro, inconsapevole e privo di saggezza. La conseguenza di scegliere cattivi amici come questi quali consiglieri risiede, per la cattiva persona, nel pianificare e nell'agire a danno proprio, a danno degli altri e a danno proprio e a quello degli altri, così che egli incontra dolore e infelicità.

Al contrario, continua il Buddha, la buona persona sceglie come amici e compagni chi ha fede, chi ha un comportamento caratterizzato da senso di vergogna e ritegno morale, chi ha conoscenza del Dhamma, chi è energico nel coltivare la mente, consapevole e dotato di saggezza. Trascorrendo il proprio tempo con amici come questi, cercandoli come consiglieri e guide, la brava persona ha queste stesse qualità come ideali e le assorbe nel suo carattere.

Così, mentre si avvicina sempre più alla Liberazione, egli diviene a sua volta un faro per gli altri. Una persona così è in grado di offrire a chi vaga ancora nelle tenebre un'ispirazione, un modello da emulare e un saggio amico al quale rivolgersi per una guida e per un consiglio.

***Ringraziamenti a Dhammarato  
(Roberto Paciocco) per la traduzione  
dall'inglese***

L'originale è all'indirizzo

[http://www.accesstoinight.org/lib/authors/bodhi/bps-essay\\_26.html](http://www.accesstoinight.org/lib/authors/bodhi/bps-essay_26.html)

**Disclaimer**

Saddha autorizza a ripubblicare il proprio materiale e a distribuirlo attraverso qualunque mezzo, purché:

- 1) questo venga offerto gratuitamente;
- 2) sia indicata chiaramente la fonte (sia della traduzione che dell'originale);
- 3) sia incluso per intero questo testo di autorizzazione.

Altrimenti tutti i diritti sono riservati.