

XVII. Kodhavagga - Rabbia (vv. 221-234)

221. Lascia andare la rabbia, rinuncia all'orgoglio, liberati da tutte le catene. Chi non è vincolato da mente e corpo, e non ha nulla, non è inseguito dalla sofferenza.

*Kodham jahe vippajaheyya manam  
samyojanam<sup>1</sup> sabbamatikkameyya  
tam namarupasmimasajjanamam  
akincanam<sup>2</sup> nanupatanti dukkha.*

222. Chi riesce a trattenere la rabbia quando sorge, come un carro che sbanda: quello io lo chiamo un auriga. Gli altri a malapena sanno tenere le redini.

*Yo ve uppatitam kodham  
ratham bhantamva varaye  
tamaham sarathim brumi  
rasmiggaho itaro jano.*

223. Vincere la rabbia senza arrabbiarsi, sconfiggere il male con la bontà, superare l'avarizia con la generosità, sconfiggere la falsità con la verità.

*Akkodhena jine kodham  
asadhum sadhuna jine  
jine kadariyam danena  
saccena' likavidinam.*

224. Di' la verità, non arrabbiarti, quando te lo chiedono, dai qualcosa, anche poco. Con questi tre mezzi giungerai alla presenza degli dei.

*Saccam bhane na kujjheyya  
dajja appampi yacito  
etehi tihhi thanehi  
gacche devana santike.*

225. I saggi, che sono inoffensivi e controllano il loro comportamento, giungeranno al Nibbana, dove non si soffre più.

*Ahimsaka ye munayo  
niccam kayena sarmvuta  
te yanti accutam<sup>1</sup> thanam  
yattha gantva na socare.*

226. Quelli che sono sempre attenti e studiano giorno e notte, concentrati nel raggiungere il Nibbana, le loro impurità scompaiono.

*Sada jagaramananam  
ahorattanusi kkhinam  
nibbanam adhimuttanam  
attham gacchanti asava.*

227. O Atula, questa è una pratica antica, non è solo di oggi. Biasimano chi siede in silenzio, biasimano chi parla tanto, e anche chi parla con moderazione. Nessuno è esente dal biasimo in questo mondo.

*Poranametam Atula  
netam ajjatanamiva  
nindanti tunhimasinam  
nindanti bahubhaninam  
mitabhanimpi nindanti  
natthi loke anindito.*

228. Non c'è mai stato, non ci sarà mai, né vi è ora, una persona che sia solo biasimata o solo lodata.

*Na cahu na ca bhavissati  
na cetarahi vijjati  
ekantam nindito poso  
ekantam va pasamsito.*

229. Ma chi è lodato dal saggio, che l'ha osservato a lungo, giorno e notte, chi è di condotta immacolata, intelligente, pieno di saggezza e di virtù,

*Yam ce vinnu pasamsanti  
anuvicca suve suve  
acchiddavuttim medhavim  
pannasilasamahitam.*

230. ...chi avrà il coraggio di biasimare uno così, che è come un anello d'oro? Anche gli dei lo lodano, è lodato anche da Brahma.

*Nikkham jambonadasseva  
ko tam ninditumarahati  
devapi nam pasamsanti  
brahmunapi pasamsito.*

231. Proteggiti dai comportamenti riprovevoli, controlla il tuo corpo. Avendo rinunciato alle azioni malvagie, esercitati in quelle virtuose.

*Kayappakopam rakkheyya  
kayena sambyuto siya  
kayaduccaritam hitva  
kayena sucaritam care.*

232. Proteggiti dalle parole riprovevoli, controlla le tue parole. Avendo rinunciato ai discorsi malvagi, esercitati in quelli virtuosi.

*Vacipakopam rakkheyya  
vacaya samvuto siya  
vaciduccaritam hitva  
vacaya sucaritam care.*

233. Proteggiti dai pensieri riprovevoli, controlla bene i tuoi pensieri. Avendo rinunciato ai pensieri malvagi, esercitati in quelli virtuosi.

*Manopakopam rakkheyya  
manasa samvuto siya  
manoduccaritam hitva  
manasa sucaritam care.*

234. I saggi, che sono controllati nell'azione, controllati nella parola e controllati nel pensiero, sono veramente controllati, completamente e bene.

*Kayena samvuta dhira  
atho vacaya sambuta  
manasa samvuta dhira  
te ye suparisamvuta.*