

ASPETTI DELLA PAURA E DEL CORAGGIO IN ALCUNI TESTI DEL CANONE BUDDHISTA IN PĀLI

Antonella Serena Comba

Università degli Studi di Torino, Dipartimento di Studi Umanistici,
antonellaserena.comba@unito.it

Abstract: *Aspects of Fear and Courage in Some Texts of the Buddhist Canon in Pāli*

In the Pāli Canon fear is a twofold mental factor: it can be an obstacle to the liberation's path or a spur for awareness. This paper collects some examples – the story of Anāthapiṇḍaka, the encounters between Māra and the Buddha or his disciples – of the way in which fear can be turned into courage.

Keywords: Abhaya, Anāthapiṇḍaka, Bhaya, Māra

1. *Bhaya e abhaya*

Nel *Tipiṭaka* o Canone buddhista in pāli la paura è di solito chiamata *bhaya*, *bhīru* o *bherava*, mentre il coraggio sembra essere designato soprattutto con termini negativi, come *abhaya* e *abhīrutā*; per quest'ultimo esistono anche termini positivi, come *padhāna*, *parakkama*, *vāyāma* e *virīya*, che paiono diversi da *abhaya* e *abhīrutā* perché indicano l'energia o il retto sforzo nella pratica del percorso spirituale delineato dal Buddha e da lui

chiamato Nobile Ottuplice Sentiero¹. Ma *abhaya* e *abhirutā* sono soltanto l'assenza di paura o sono l'opposto della paura, cioè il coraggio?

Nel suo commento *Aṭṭhasālinī*, Buddhaghosa osserva, con riferimento alla parola *akusala* («non salutare»):

Akusala significa «non salutare/nocivo» (*na kusala*). Come i nemici (*amitta*) sono l'opposto degli amici (*mitta*), come la generosità (*alobha*) ecc. è l'opposto della cupidigia (*lobha*) ecc., così il non salutare/nocivo (*akusala*) è l'opposto del salutare (*kusala*)².

Ovviamente questa osservazione di Buddhaghosa riguarda la parola *akusala* in un particolare contesto canonico e non può essere riferita in modo indifferenziato a ogni altro termine negativo in qualsiasi contesto. Tuttavia essa può far riflettere sul fatto che una parola negativa, creata premettendo il suffisso *a-* oppure *nir-* a un'altra parola che designa un certo oggetto, può indicare, a seconda del contesto, la mancanza o l'assenza di quella cosa, oppure il suo opposto o entrambi. Di conseguenza la parola *abhaya* può indicare la mancanza di paura, il coraggio o entrambi.

Poiché le parole negative sono molto frequenti nel Canone in pāli, l'osservazione di Buddhaghosa può essere considerata un'importante

¹ Si vedano per esempio le osservazioni di Joseph Goldstein su *virīya* in *Un solo Dharma. Il crogiolo del nuovo buddhismo*, trad. dall'inglese di Elisabetta Valdré, Roma, Ubaldini, 2003, pp. 102-103; quelle di Bhikkhu Bodhi su *vīrya* in *Il Nobile Ottuplice Sentiero*, trad. dall'inglese di Giampaolo Fiorentini, Torino, Promolibri, 1991, pp. 63 sgg.

² Buddhaghosa, *Aṭṭhasālinī*, 39 in *Chaṭṭha Saṅgāyana*, Cd-Rom, 3.0, Igatpuri, 1999 (a meno di altre indicazioni, tutte le fonti in pāli sono citate da questa edizione digitale, con la numerazione Roman che corrisponde a quella in caratteri latini della Pali Text Society). Su Buddhaghosa, che commentò il Canone in pāli all'inizio del V sec. d.C., si veda la mia *Introduzione a Buddhaghosa*, in *Visuddhimagga. Il sentiero della purificazione. Vol. I. La moralità*, a cura di A. S. Comba, Raleigh, Lulu, 2010, seconda ed. (ed. orig. Morrisville, Lulu.com, 2009).

chiave interpretativa (*tantrayukti*³) di questi testi, anche se non è mai stata definita come tale. Di conseguenza un traduttore dovrebbe chiedersi se, nel testo che traduce, la parola negativa indica l'assenza di qualcosa o la presenza del suo opposto. Talvolta il confine fra questi due concetti è molto sottile.

Di solito si traduce dalla lingua pāli in modo letterale, senza però essere coscienti delle implicazioni che ciò comporta. Per esempio, un conto è tradurre *alobha* con «non cupidigia» e un conto è tradurre con «generosità»; altro è dire che bisogna coltivare l'assenza di odio (*avera*) e altro è sottolineare l'importanza dell'amore.

L'equivoco generato dalla lettura e dalla traduzione letterale dei testi del *Tipiṭaka* ha condotto molti (*in primis* i seguaci del Mahāyāna) a vedere il Theravāda come una scuola di pensiero arida e severa, se non addirittura nichilista, mentre la realtà è profondamente diversa. I testi in pāli testimoniano l'approccio apofatico che il Buddha stesso adoperò frequentemente nella sua predicazione per evitare di generare fra il suo uditorio aspettative che potevano divenire un ostacolo. È evidente che un termine negativo come *abhaya*, lett. «non-paura», genera meno attaccamento, perché è meno reificabile. Si evita così che, una volta eliminato un difetto, la mente si attacchi al suo opposto 'positivo', generando nuovi difetti come l'attaccamento stesso e l'orgoglio identitario del «coraggioso», del «generoso», dell'«amorevole», ecc.

2. La paura come ostacolo alla via ascetica

La paura nel *Tipiṭaka* presenta due aspetti, uno negativo e uno positivo. L'aspetto negativo è, ovviamente, costituito da tutto ciò che

³ Sulle *tantrayukti* o «regole di composizione dei trattati tecnici», cfr. Antonella Comba, *L'enseignement médical en Inde. Une méthode d'exposition (tantra-yukti): l'adhikaraṇa ou spécification du sujet*, in *Genres littéraires en Inde*, sous la responsabilité de Nalini Balbir, Paris, Presses de la Sorbonne Nouvelle, 1994, pp. 151-164.

preclude il percorso spirituale insegnato dal Buddha e da lui chiamato Nobile Ottuplice Sentiero: in generale, il timore degli inconvenienti che derivano dall'attenersi all'etica in un mondo non etico (per esempio quando si sceglie di dire la verità in un contesto aduso alla menzogna), e poi l'ansia per la disapprovazione della famiglia e della società per chi si converte o intraprende il percorso monastico, la preoccupazione per il distacco dai propri cari e dai propri beni, la paura della precarietà per chi si accinge a vivere di elemosine senza una casa oppure il timore di andare in ritiro in un luogo isolato come la foresta o il deserto. Questo è soltanto un tipo di paura grossolana legata al corpo e al mondo esterno, ma c'è anche quella dei propri stati mentali o la sfiducia in se stessi. Indubbiamente la vita ascetica richiede coraggio, perché va contro corrente: essa chiede di recidere attaccamenti molto potenti che non si possono vedere con chiarezza finché non si decide di affrontare questo cammino.

In parte, la paura nel suo aspetto negativo è condizionata dal luogo e dal tempo: in India, all'epoca del Buddha, ma anche in tempi recenti in alcuni altri paesi asiatici come la Thailandia – lo si capisce per esempio dai discorsi e dalla biografia di Ajhan Chah⁴ – ci si spaventava per i serpenti e le belve della giungla e si temeva un incontro con esseri non umani nei cimiteri o nelle selve. Oggi si ha forse più paura della malattia, della solitudine, della disoccupazione o della povertà che non degli animali o dei fantasmi. Come ha mostrato Marc Augé, ogni epoca porta con sé nuove paure, diverse da quelle diffuse nei periodi precedenti⁵. La paura della morte invece è comune a tutti nei più diversi contesti. In generale rimane il fatto che la paura può avere un effetto paralizzante e

⁴ Ajahn Amaro, *Piccola barca, grande montagna*, trad. dall'inglese di Samira Coccon, Frasso Sabino, Santacittarama, 2011, pp. 109-112.

⁵ Marc Augé, *Les Nouvelles Peurs*, Paris, Payot, 2013, *passim*.

può così ostacolare i cambiamenti positivi che si possono apportare alla propria vita.

Nel Canone sono presenti molti aneddoti che raccontano la fenomenologia della paura e del coraggio. In questo contesto ne esamineremo alcuni fra i più significativi.

3. *La paura di Anāthapiṇḍaka*

Il *Vinayapiṭaka* (o semplicemente *Vinaya*) è la sezione del Canone in pāli che contiene la regola monastica; esso è considerato nell'insieme la parte più antica e meglio conservata del Canone, proprio perché contiene una regola che è stata praticata quotidianamente per millenni dalla comunità monastica. Oggi si trova all'inizio del Canone, ma all'epoca di Buddhaghosa doveva seguire la sezione dei *Sutta* o "discorsi" del Buddha, perché le parole già commentate nei *Sutta* non ricevono più alcuna spiegazione nel *Vinaya*.

Nel *Vinaya*, e in particolare nel *Cullavagga*, c'è un episodio esemplare che mostra la paura e il suo superamento: la storia di Anāthapiṇḍika. Egli era un laico molto generoso che viveva nella città di Rājagaha. Il suo vero nome era Sudatta, ma era stato soprannominato Anāthapiṇḍika perché faceva sempre l'elemosina (*piṇḍa*) ai bisognosi (*anātha*). Un giorno Anāthapiṇḍika apprese dal tesoriere di Rājagaha che il Buddha con i suoi discepoli era giunto in città e si era stabilito nel parco di Sītavana. In quel parco c'era un cimitero infestato da spiriti e fantasmi, di cui la gente aveva un sacro terrore. Impaziente di conoscere il Buddha, Anāthapiṇḍika si recò al parco la mattina presto, poco prima del sorgere del sole. Quando gli esseri non umani (*amanussa*) aprirono il cancello del parco per farlo entrare, Anāthapiṇḍika si prese un tale spavento che la sua vista si oscurò, non vide più nulla e fu tentato di tornare indietro.

Allora uno *yakkha*⁶ lo esortò a entrare per tre volte, finché Anāthapiṇḍika vinse ogni esitazione e si inoltrò nel parco. Il Buddha, che stava passeggiando fra gli alberi, lo chiamò con il suo vero nome di Sudatta e gli disse:

Il brahmano⁷ liberato
dimora sempre nella felicità:
chi non si macchia con gli oggetti del desiderio
rimane calmo, libero dalle passioni.

Avendo reciso ogni attaccamento,
distrutta l'ansietà (*daru*) nel cuore,
egli dimora tranquillo nella felicità,
avendo raggiunto la pace con la mente⁸.

Poi gli fece un discorso graduale sulla generosità e sulla moralità, illustrando l'aspetto negativo del piacere dei sensi e l'aspetto positivo dell'ascesi. Quando la mente di Anāthapiṇḍika fu pronta, il Buddha gli espose le quattro Nobili Verità. Allora in Anāthapiṇḍika sorse il puro occhio del Dhamma, ed egli realizzò l'impermanenza di tutte le cose, esclamando: «Ogni cosa (*dhamma*) che ha un'origine (*samudaya*) ha una cessazione (*nirodha*)!». Raggiunse quindi uno stato che è così descritto:

[...] vide il Dhamma, attinse il Dhamma, conobbe il Dhamma, penetrò il Dhamma, superò il dubbio (*vicikicchā*), fu privo di incertezza

⁶ Spiritello sia benigno sia maligno, a seconda dei casi. Di solito abita negli alberi o nei luoghi isolati.

⁷ Per «brahmano» il Buddha non intende un appartenente alla casta brahmanica, ma una persona nobile di spirito, dal cuore puro.

⁸ *Vinayaṭṭakā*, II, 156. Tutti i passi canonici qui citati sono stati tradotti direttamente dalla lingua pāli dall'autrice.

Antonella Serena Comba

(*kathamkato*); raggiunse l'intrepidezza (*vesāraja*⁹) che non dipende da altri nella tradizione religiosa del maestro e disse al Beato: «È meraviglioso, Venerabile! È meraviglioso, Venerabile! È come se si capovolgesse ciò che è rovesciato, come se si svelasse ciò che è celato, come se si indicasse la via a chi si è perso, come se si portasse una lampada nel buio, in modo che coloro che hanno occhi vedano gli oggetti – così il Beato ha chiarito il Dhamma in vari modi. Io, Venerabile, prendo rifugio nel Beato, nel Dhamma e nel Saṅgha dei monaci. Da oggi, per tutta la vita, il Beato mi accetti come fedele laico che ha preso rifugio [...]»¹⁰.

In questo aneddoto la paura acceca simbolicamente Anāthapiṇḍika, impedendogli di accedere all'insegnamento. Ma egli la supera con la comprensione profonda dell'impermanenza di tutte le cose che hanno una causa (*samudaya* ha principalmente questo significato). Sorge allora in lui un nuovo modo di vedere, un occhio nuovo che elimina qualsiasi paura ordinaria e mondana. Paradossalmente, l'occhio del Dhamma sorge perché egli ha saputo vedere in profondità ciò di cui di solito si ha paura: il continuo cambiamento e quindi la decadenza e la distruzione di ogni aspetto transeunte della vita. La vicenda di Anāthapiṇḍika è quindi emblematica dell'ambivalenza della paura: il timore degli esseri non umani quasi lo fa desistere dall'incontrare il Buddha, ma è uno *yakkha* a incoraggiarlo; il timore dell'impermanenza potrebbe bloccarlo nello scoraggiamento, ma è fonte di una presa di coscienza che invece lo sprona a percorrere il Sentiero. Ecco quindi come una stessa paura può essere un ostacolo o uno sprone.

4. *Māra e il Buddha nel Padhānasutta del Suttanipāta*

⁹ Su *vesāraja*, cfr. *Majjhimanikāya*, I, 72 sgg.; *Aṅguttaranikāya*, II, 9.

¹⁰ *Vinayapīṭaka*, II, 157.

Dopo aver esaminato l'emblematico caso di Anāthapiṇḍika, prendiamo ora in considerazione una serie di aneddoti che vedono il Buddha, i suoi discepoli e le sue discepole alle prese con la figura di Māra («Colui che provoca la morte»)¹¹. Māra è descritto come un essere appartenente alla categoria degli *yakkha*. Anch'egli è quindi inserito nel ciclo del *saṃsāra*: tutti possono potenzialmente rinascere come Māra, ed è forse per questo che in taluni testi si parla di Māra al plurale¹².

A differenza di altri *yakkha*, Māra ha sempre cattive intenzioni: il suo fine maligno è principalmente quello di distrarre i meditanti e farli ritornare alle occupazioni mondane. La paura o la temerarietà nociva sono entrambe tipiche armi di Māra; pertanto è interessante analizzare alcuni passi del Canone in pāli in cui questa figura cerca di dispiegare il suo potere di intimidazione.

Nel *Padhānasutta* del *Suttanipāta* Māra si avvicina al Bodhisatta (o futuro Buddha) e cerca di suscitare in lui la paura della malattia e della morte, facendogli notare che la vita ascetica gli nuoce: Gotama è pallido e magro e, se continuerà a macerarsi nelle penitenze, morirà in breve tempo. Gli conviene tornare alla vita mondana e accumulare meriti con i sacrifici. Ma il Bodhisatta riconosce Māra e rivendica l'utilità dello sforzo ascetico:

*Tassa mevam̐ viharato,
pattassuttamavedanam̐;
kāmesu nāpekkhate cittam̐...*

Così vivendo, posso raggiungere

¹¹ Per un'analisi della figura di Māra, si veda James W. Boyd, *Satan and Mara: Christian and Buddhist Symbols of Evil*, Leiden, Brill, 1975; A. S. Comba, *Peccato o ignoranza? Le azioni negative nel Buddhismo del Theravāda*, in *Il peccato (l'assoluto, la storia, il quotidiano)*, a cura di Maurizio Barracano, Torino, Roberto Chiaramonte, 2013, pp. 11-47.

¹² Nei commenti al Canone sono menzionati tre, quattro o cinque Māra (si veda G. P. Malalasekera, *Dictionary of Pāli Proper Names*, London, Pali Text Society, 1960, vol. II, pp. 612-613).

Antonella Serena Comba

il limite della sensazione,
dove la mente non desidera i piaceri dei sensi [...]¹³

Il Bodhisatta nota come Māra terrorizzi le sue vittime con un esercito costituito da dieci armate: il desiderio (*kāma*), l'insoddisfazione (*arati*), la fame-sete (*khuppiṭṭā*), la brama (*taṇhā*), la pigrizia-torpore (*thinamiddha*), la paura (*bhīrū*), il dubbio (*vicikicchā*), il disprezzo (*maḅḅha*) insieme alla caparbia (*thambha*), il guadagno (*lābha*) insieme alla fama (*siloka*), agli onori (*sakkāra*) e alla celebrità acquisita scorrettamente (*micchāladḅha yasa*), l'autoincensamento (*attānaṃ samukkaṃse*) insieme alla denigrazione altrui (*pare avajānati*). Ma il Bodhisatta non si lascia intimidire, perché sa che

*Na naṃ asūro jināti,
jetvā ca labhate sukhaṃ.*

Il non coraggioso non le sconfigge;
ma chi le vince, ottiene la felicità¹⁴.

È evidente che in questo *Sutta* il tema della paura è strettamente intrecciato a quello del coraggio richiesto dallo sforzo ascetico. La penitenza non va ricercata di per sé, indulgendo al dolore fisico: il Buddha non trova alcuna forza purificatrice nel dolore in sé, anzi, sconsiglia l'automortificazione fine a se stessa. Tuttavia, se la paura fa desistere da un percorso difficile e induce a ritornare a una vita ricca di agi, è necessario rendersi conto che questo è un benessere temporaneo, che non risolve definitivamente il problema della sofferenza. Dunque in questo passo è evidente come la paura non sia soltanto un ostacolo

¹³ *Suttanipāta*, 75. Si veda la traduzione di tutto il *sutta* in A. S. Comba, *La vita del Buddha dal concepimento al Risveglio*, Morrisville, Lulu, 2010, pp. 68-70.

¹⁴ *Suttanipāta*, 76.

iniziale, ma sia anche un'armata con cui Māra può assalire il meditante in ogni fase del suo percorso.

5. *Māra e il Buddha nel Mārasaṃyutta del Saṃyuttanikāya*

Un altro aspetto che, a mio parere, merita di essere menzionato, è che la paura può essere, oltre che un ostacolo o uno sprone nei confronti del cammino ascetico, anche un potente fattore di distrazione per chi quel cammino l'ha già percorso.

Nel *Saṃyuttanikāya* Māra è protagonista di due raccolte: nel *Mārasaṃyutta* egli si accosta al Buddha e ad alcuni monaci per distrarli, mentre nel *Bhikkhuniṣaṃyutta* prende di mira le monache che meditano da sole nella foresta. Māra ha il potere della chiaroveggenza e può manifestarsi in molti modi: talvolta compare semplicemente come un pensiero nella mente del meditante, talaltra sotto forma di mostro, animale, uomo, di una nuvola, di un rumore o di una voce.

Se il meditante crede al suo inganno e si impaurisce, Māra acquista forza e ripete le sue apparizioni, finché quello non desiste dalla via ascetica. Se invece Māra è smascherato e riconosciuto, si rammarica di essere stato scoperto e poi scompare senza lasciare traccia. Māra potrebbe essere quindi la personificazione di dubbi, paure e ostacoli che si affacciano alla mente di chi pratica il Dhamma. È stato detto tuttavia che Māra non è un'entità puramente psicologica, ma una divinità indipendente, perché appare al Buddha anche dopo il Risveglio, quando la sua mente è priva di inquinanti¹⁵.

In alcuni episodi si dice esplicitamente che Māra si manifesta per spaventare il Buddha o i suoi discepoli. Nello *Hatthirājavaṇṇa-sutta*, per esempio, si narra che il Buddha, subito dopo il Risveglio, se ne stava

¹⁵ Cfr. Bhikkhu Bodhi, *Introduction*, in *The Connected Discourses of the Buddha. A Translation of Saṃyuttanikāya*, transl. from the Pāli by Bhikkhu Bodhi, Boston, Wisdom, 2000, p. 79.

seduto a Uruvelā sulla riva del fiume Nerañjarā, ai piedi di un baniano. Era notte fonda e il Buddha meditava da solo al buio, sotto una debole pioggia. Māra, desiderando far sorgere nel Buddha la paura (*bhaya*), la paralisi delle membra dovuta al terrore (*chambhitatta*) e l'orripilazione (*lomahaṃsa*), assunse allora l'aspetto di un gigantesco re degli elefanti. La sua testa aveva l'aspetto di un'enorme gemma nera, le zanne erano lucenti come argento puro e la proboscide sembrava un gigantesco manico di aratro. Il Buddha lo riconobbe ed esclamò:

*Sam̐saram̐ dighamaddhānam̐,
vaṇṇam̐ katvā subhāsubham̐;
alam̐ te tena pāpima,
nibato tvamasi antakā ti.*

Vagando per molti anni,
hai assunto aspetti belli e non belli.
Ora basta, Malvagio:
sei sconfitto, Terminatore¹⁶!

Allora Māra capì che il Buddha lo aveva riconosciuto e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto.

Nel *Subhasutta* e nel *Sappasutta* altri due episodi molto simili hanno luogo a Uruvelā e a Rājagaha. La situazione è descritta con le stesse parole dello *Hatthirājavāṇṇasutta*: piove, è buio, il Buddha è seduto da solo all'aperto e Māra prova a spaventarlo. Nel primo *sutta* egli assume vari aspetti belli e brutti; nel secondo, si riveste del corpo di un gigantesco serpente. Il Buddha lo riconosce immediatamente in entrambi gli episodi (secondo il commento, riesce a vederlo alla luce di un fulmine). Nel *Subhasutta* ripete la stessa strofe che aveva pronunciato nello *Hatthirājavāṇṇasutta*, e poi dice:

¹⁶ *Sam̐yuttanikāya*, I, 104.

*Ye ca kāyena vācāya,
manasā ca susaṃvutā;
na te māraśānugā,
na te māraśā baddhagū ti*

Coloro che si controllano bene
con il corpo, con la parola e con la mente,
non cadono sotto il giogo di Māra,
non sono accolti di Māra¹⁷.

Nel *Sappasutta* si riferisce invece al timore che sorge nei confronti dei serpenti e di altri animali quando si fa un ritiro solitario:

*Yo suññagehāni sevati,
seyyo so muni attasaññato;
vossajja careyya tathā so,
patirūpañhi tathāvidhassa taṃ.*

Colui che, per abitazione¹⁸, usa capanne vuote,
costui è un saggio che conosce se stesso.
Lasciata la casa, egli dovrebbe stare qui.
Questo è quanto è adatto a chi è di tal fatta.

*Carakā bahū bheravā bahū
attho daṃsarīsapā bahū;
lomampi na tathā iñjaye,
suññāgaragato mahāmuni.*

¹⁷ *Samyuttanikāya*, I, 104. Leggo *paddhagū* in luogo di *baddhagū* (cfr. *The Connected Discourses of the Buddha*, cit., a cura di Bhikkhu Bodhi, p. 412, nota 268).

¹⁸ Il commento legge *seyyo* come *seyyā* e lo interpreta come *seyyāttaya* (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 173).

Antonella Serena Comba

Benché ci siano molti animali vaganti,
molte cose spaventose¹⁹, molti tafani e serpi,
non un solo pelo si rizza sul corpo
del grande saggio che si è stabilito in una capanna vuota.

*Nabham phaleyya pathavi caleyya,
sabbepi pāṇā uda santaseyyum;
sallampī ce urasi pakappayeyyum,
upadhīsu tāṇam sa karonti bhuddhā ti.*

Neppure se il cielo andasse in pezzi o se la terra tremasse,
neppure se tutti gli esseri fossero terrorizzati,
neppure se qualcuno scagliasse loro una lancia in petto,
i Buddha farebbero affidamento sulle acquisizioni del mondo²⁰.

Quando Māra capisce di essere stato scoperto, come al solito si dispiace e si dilegua improvvisamente.

Il terzo *sutta* che menziona specificamente la paura è il *Pāsāṇasutta*. Anche qui muta lo sfondo, ma non l'atmosfera. Il Buddha se ne stava seduto all'aperto a Rājagaha, sul Monte del Picco dell'Avvoltoio. Ancora una volta era notte fonda, era buio e pioveva. Come al solito, Māra si avvicinò con l'intenzione di impaurire il Buddha e spaccò alcuni grandi massi, facendoli precipitare non lontano da lui. Subito il Buddha lo riconobbe e disse:

¹⁹ «Animali vaganti» sono i leoni, le tigri ecc.; le «cose spaventose» possono essere conche o inconste: le conche sono i leoni, le tigri ecc.; le inconste sono, nottetempo, i pali, i formicai, ecc., perché sembrano *yakkha*, oppure le corde e le liane, perché sembrano serpenti (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 173-174).

²⁰ *Samyuttanikāya*, I, 106-107. Per «acquisizioni» si intendono gli «aggregati delle acquisizioni» (*kehandhūpadhī*). I Buddha non fanno affidamento su di essi perché hanno completamente eliminato ogni paura (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 174).

*Sacepi kevalam sabbam,
gijjhakūṭam calessasi
neva sammāvimuttānam,
buddhānam atthi inñitan ti.*

Neppure se tu distruggessi
tutto il Picco dell'Avvoltoio,
si muoverebbero i Buddha,
rettamente liberati²¹.

La vicenda si conclude, come per gli altri passi, con l'avvilta constatazione di Māra di essere stato riconosciuto e con il suo dissolversi repentino. Questi quattro aneddoti che hanno come protagonista il Buddha sono quindi molto simili: le formule che incorniciano le narrazioni sono identiche, mutano solo i luoghi in cui si svolge l'azione e le risposte del Buddha. In tutti e tre i casi il Buddha non si lascia impressionare da tutto ciò che succede di pauroso: semplicemente lo riconosce come opera di Māra.

6. Māra e i monaci nel Mārasaṃyutta del Saṃyuttanikāya

In altri due episodi i protagonisti cui sono rivolti gli sforzi di Māra sono i monaci discepoli del Buddha. Nel *Chaphassāyatana sutta* il Buddha, nella sala dal tetto a punta del Grande bosco di Vesālī, istruiva i monaci sulle sei basi sensoriali (i cinque sensi e la mente) e li incitava alla pratica, comunicando loro un gioioso entusiasmo. I monaci lo ascoltavano con tutto il cuore, accogliendo quello che udivano come un argomento di vitale importanza. Allora Māra si avvicinò, con l'intento di confonderli (*vicakkhukammāya*, lett. «per accecarli»), e generò un boato spaventoso e terrorizzante (*bhayabherava*), come se la terra stesse andando in pezzi. Un monaco chiamò un altro monaco e gli disse appunto che era come se la

²¹ *Saṃyuttanikāya*, I, 109.

terra si stesse disgregando. Il Buddha osservò che non era così: «È Māra, il Malvagio, che è venuto per confondervi». Poi disse ai monaci:

*Rūpā saddā rasā gandhā,
phassā dhammā ca kevalā;
etaṃ lokāmisam̐ ghoram̐,
ettha loko vimucchito.*

Forme, suoni, sapori, odori,
contatti e tutti gli stati mentali:
questa è la tremenda esca del mondo;
in essi la gente si confonde.

*Etaṃ ca samatikkamma,
sato buddhassa sāvako;
māradbeyyam̐ atikkamma,
ādiccova virocati ti.*

Ma quando ha superato tutto questo,
il discepolo consapevole del Buddha
splende come il sole,
avendo oltrepassato il regno di Māra²².

Il *sutta* si chiude quindi come gli altri, con la delusione di Māra e il suo dissolversi.

Infine, nel *Samiddhisutta* Māra se la prende con un monaco che medita in ritiro, il Venerabile Samiddhi. Mentre il Buddha risiedeva a Silāvātī, questo Venerabile si mise a meditare non lontano da lui in un luogo solitario. Pieno di fervore, rifletté sulla grande fortuna di avere per maestro un Buddha pienamente e rettamente risvegliato, di avere avuto l'ordinazione secondo una dottrina e una disciplina (Dhamma-Vinaya)

²² *Samyuttanikāya*, I, 112.

ben esposti e di avere per compagni nella vita pura monaci virtuosi, con eccellenti qualità spirituali.

Come ebbe formulato in cuor suo questi pensieri, Māra li intuì con la sua mente, gli si avvicinò e produsse un fragore spaventoso e terrorizzante, come nel *Chaphassāyatana-sutta*. Questa volta, tuttavia, Māra non formulò esplicitamente il proposito di spaventare Samiddhi né di confonderlo: semplicemente si avvicinò e produsse il rumore.

Allora il Venerabile Samiddhi andò dal Buddha e gli raccontò cos'era successo. Il Buddha osservò che quello non era il rumore della terra che andava in pezzi, ma era Māra, che era venuto per cercare di confonderlo. Gli consigliò quindi di ritornare a meditare con diligenza, fervore e risolutezza. Samiddhi tornò nel suo eremitaggio e si immerse nella meditazione. Ancora una volta si sentì fortunato per il maestro che aveva trovato, per il Dhamma-Vinaya e per i compagni di pratica. Di nuovo Māra produsse un tremendo fragore, ma questa volta Samiddhi lo riconobbe e gli rivolse questa strofe:

*Saddhāyāham pabbajito,
agārasmā anagāriyam;
sati paññā ca me buddhā,
cittañca susamāhitam;
kāmam karassu rūpāni,
neva maṃ byābhayissasi ti.*

Per fede ho rinunciato alla vita domestica
in favore di un'esistenza priva di una casa;
la mia consapevolezza e la mia saggezza sono sveglie,
la mia mente è ben concentrata.
Assumi pure qualsiasi forma ti piaccia:

Antonella Serena Comba

non riuscirai a farmi tremare²³.

Come al solito, Māra scomparve dopo essere stato riconosciuto.

7. Ancora Māra e il Buddha nel *Mārasaṃyutta* del *Samyuttanikāya*

I discorsi sopra citati sono i *sutta* del *Mārasaṃyutta* in cui ci si riferisce esplicitamente alla paura; ma anche altri *sutta* potrebbero essere in qualche modo riferiti a una forma di timore o, al contrario, a una pericolosa assenza di paura. Per esempio, nel *Tapokammasutta*, subito dopo il Risveglio, il Buddha si sentiva sollevato al pensiero di essersi finalmente liberato dalla faticosa automortificazione che aveva praticato inutilmente per sei anni. Māra allora gli disse:

*Tapokammā apakkamma,
yena na sujjhanti māṇava;
asuddho maññasi suddho,
suddhimaggā aparaddho.*

Se si allontanano dal lavoro ascetico,
gli esseri umani non si purificano.
Tu, impuro, ti credi puro
avendo smarrito il sentiero della purezza.

Il Buddha lo riconobbe e gli rispose:

*Anatthasaṃhitam ñatvā,
yam kiñci amaram tapam;
sabbam natthāvaham hoti,
phiyārittamva dhammani.*

²³ *Samyuttanikāya*, I, 120.

*Silaṃ samādhi paññāṅga,
maggam bodhāya bhāvayaṃ;
pattosmi paramam siddhim,
nibato tvamasi antakā ti.*

Poiché ho capito l'inutilità
di qualsiasi penitenza che miri al «senza morte»
– non ce n'è alcuna che conduca al bene,
come un remo o un timone nel deserto –

coltivando il sentiero del Risveglio
– moralità, concentrazione e saggezza –
ho raggiunto la purezza suprema.
Tu sei sconfitto, o Terminatore²⁴!

In questo *sutta* Māra cerca quindi di insinuare in lui un pensiero di insicurezza e di sfiducia in se stesso, la paura di aver sbagliato strada allontanandosi dal sentiero tradizionale delle pratiche penitenziali brahmaniche. Ha ragione Bhikkhu Bodhi nell'osservare che c'è una delicata ironia in questa insistenza di Māra nel raccomandare un rigido ascetismo, quando di solito egli invita soavemente a indulgere ai piaceri dei sensi²⁵. Dal confronto con il *Padhānasutta* del *Suttanipāta*, risulta evidente che il Buddha non considera inutile ogni forma di asceti: se la mortificazione fisica è in sé incapace di condurre al *nibbāna* – il «senza morte» – ed è quindi inutile come un remo nel deserto, l'asceti costituita da uno sforzo equilibrato nel solco della moralità, della concentrazione e

²⁴ *Samyuttanikāya*, I, 103.

²⁵ Cfr. *The Connected Discourses of the Buddha, cit.*, a cura di Bhikkhu Bodhi, p. 411, nota 262.

della saggezza (le tre sezioni del Nobile Ottuplice Sentiero) è invece efficace a tal fine ed elimina la paura di fallire.

In altri *sutta* (*Paṭhamamāraṇāsutta*, *Dutiyamāraṇāsutta*, *Mānasutta*) Māra dice al Buddha che lo ha già preso al laccio e lo ha in suo potere. Qui il Buddha risponde riaffermando la bontà delle sue realizzazioni e la libertà dal laccio di Māra.

Altrove, nel *Supāṭisutta*, Māra cerca di suscitare nel Buddha la paura di non essere abbastanza diligente nell'ascesi e rimproverandolo perché dorme troppo. In realtà il Buddha ha trascorso tutta la notte a praticare la meditazione camminata all'aperto e si è appena sdraiato; ma non lo dice a Māra, non si giustifica, piuttosto rivendica il suo diritto a dormire quando vuole in quanto ormai non c'è più alcun desiderio che possa attirarlo in qualche luogo: la cosa non deve assolutamente interessare Māra. Il Buddha così non cede neppure alla paura – comune nel monaco scrupoloso – di non essere coscienzioso nel suo compito.

Ci sono inoltre due *sutta* (il *Paṭhama-āyusutta* e il *Dutiyā-āyusutta*) in cui Māra invita il Buddha a non avere paura della morte e a vederla come molto lontana: qui il Buddha ribatte che bisogna vedere se stessi come qualcuno che ha il turbante in fiamme e darsi da fare subito, senza aspettare. In questo caso i ruoli sono rovesciati, perché il timore della morte è visto come positivo dal Buddha, mentre il falso coraggio preconizzato da Māra è la deleteria incoscienza di chi non pensa di poter morire in qualsiasi momento.

8. *Māra e Ālavikā*

Nel *Samyuttanikāya* il *Mārasamyutta* è seguito dal *Bhikkunīsamyutta*, una raccolta di *sutta* in cui si racconta come Māra cerchi di distrarre le monache. In sei dei dieci *sutta* che compongono questa raccolta, Māra si

sforza di suscitare timore nelle monache, approfittando del fatto che meditano sole nella foresta.

Nel primo di questi dieci *sutta*, l'*Āḷavikāsutta*, si legge:

Così ho udito. Una volta il Beato soggiornava a Sāvathī, nel boschetto di Jeta, nel parco di Anāthapiṇḍika. Una mattina la monaca Āḷavikā²⁶, dopo essersi vestita, prese la ciotola e la veste esterna ed entrò a Sāvathī per la questua. Dopo aver girato per la questua a Sāvathī, consumò il pasto, tornò dalla questua e andò nel boschetto dei Ciechi²⁷ per starsene in ritiro. Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Āḷavikā la paura, la paralisi delle membra dovuta al terrore e l'orripilazione, e aspirando a farla uscire dal ritiro, le si avvicinò e le disse questa strofe:

*Natthi nissaraṇaṃ loke,
keṃ vivekena kābasi;
bhūñjassu kāmaratiyo,
māhu pacchānutāpini ti.*

Nel mondo non c'è via d'uscita.
Che farai con un ritiro?
Soddisfa i tuoi desideri,
non provare rammarico in seguito!

²⁶ Questa monaca era così chiamata perché era nata nella città di Āḷavī, che aveva poi abbandonata per abbracciare la vita monastica (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 189). Due versi da lei pronunciati coincidono con quelli della monaca Selā nelle *Therīgathā* (519=*Therīgathā*, 57; 521=*Therīgathā*, 58); secondo il commento alle *Therīgathā* (60), le due monache sarebbero la stessa persona.

²⁷ Il boschetto dei Ciechi era così chiamato perché Yasodhara, una Nobile Persona (*ariyapuggala*) che recitava a memoria il Canone (*dharmabhāṇaka*), mentre portava il denaro per costruire un santuario in onore del Buddha Kassapa, vi era stato accecato da cinquecento ladri, che poi avevano perso a loro volta la vista (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 189).

Antonella Serena Comba

Allora la monaca Āḷavikā pensò: «Chi è che pronuncia questa strofe? È un essere umano o non umano?». E poi pensò: «È Māra il Malvagio che, desiderando far sorgere in me la paura, la paralisi delle membra dovuta al terrore e l'orripilazione, e aspirando a farmi uscire dal ritiro, pronuncia questa strofe».

Così la monaca Āḷavikā capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Atthi nissaraṇaṃ loke,
paññāya me suphussitaṃ;
pamattabandhu pāpima,
na tvaṃ jānāsi taṃ padaṃ.*

Nel mondo c'è una via d'uscita²⁸
che, grazie alla saggezza, io ho toccato con mano.
O Malvagio, parente dei distratti,
tu non conosci quello stato.

*Sattisulūpamā kāmā,
kbandhāsaṃ adbikuttānā;
yaṃ tvaṃ kāmaratiṃ brūsi,
arati mayha sā ahū ti.*

I desideri sono come spade e lance,
gli aggregati²⁹ come il loro tagliere.
Ciò che tu chiami soddisfazione del desiderio
per me è il contrario della gioia.

²⁸ La via d'uscita è il *nibbāna* (*ibidem*).

²⁹ Gli aggregati o *kbandha* sono la forma, la sensazione, la percezione, le formazioni mentali e la coscienza (si veda Nina van Gorkom, *L'Abhidhamma nella vita quotidiana*, a cura di A. S. Comba, Raleigh, Lulu 2012, pp. 29 sgg.).

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Āḷavikā mi riconosce!» e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto³⁰.

Questo *sutta* usa alcune formule molto simili a quelle dei *sutta* precedenti: descrive con le stesse parole l'intenzione di Māra di spaventare la sua vittima, il riconoscimento di Māra da parte della monaca e infine la sconfitta di Māra. Tuttavia sono presenti alcune differenze importanti che caratterizzeranno anche i *sutta* seguenti relativi alle monache: la monaca è sola nel boschetto dei Ciechi e da sola riconosce Māra, senza chiedere consiglio al Buddha. In teoria le monache non dovrebbero andare in giro da sole, ma questo boschetto è un luogo sicuro, protetto da guardie reali. Si trova tre chilometri a sud di Sāvathī, e monaci e monache vi si recano abitualmente per isolarsi e meditare³¹. Āḷavikā, allorché ode la voce di Māra, non cerca aiuto dagli altri monaci, ma si chiede soltanto che tipo di essere è quello che le parla; poi riconosce coraggiosamente il Malvagio e, anzi, gli fa notare la sua inferiorità: egli non conosce la via d'uscita dal *samsāra*, che genera un profondo disincanto per i piaceri mondani. Āḷavikā ha avuto invece un contatto diretto con quello stato, l'ha «toccato bene» (*supbusita*).

Si può dire che Māra eserciti la sua azione di disturbo in due modi: facendo udire all'improvviso la sua voce, intende spaventare la monaca; dicendole che i suoi sforzi non servono a niente, cerca di farla desistere dal meditare.

9. *Māra e Somā*

³⁰ *Samyuttanikāya*, I, 127-129.

³¹ Cfr. *Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 189; *The Connected Discourses of the Buddha, cit.*, a cura di Bhikkhu Bodhi, p. 425, nota 332.

Nel secondo *sutta* dedicato alle monache, Māra, in circostanze del tutto simili a quelle descritte nell'*Alavikāsutta*, si propone di impaurire Somā e di farle perdere la concentrazione:

A Sāvattihī [...] Māra il Malvagio [...] desiderando far sorgere nella monaca Somā la paura [...] le si avvicinò e le disse questa strofe:

*Yaṃ taṃ isīhi pattabaṃ,
ṭhānaṃ durabbhisambhavaṃ;
na taṃ dvaṅgulapaññāya,
sakkā pappotumitthiyā ti.*

Quello stato così difficile da ottenere
che può essere raggiunto [solo] dai veggenti,
non può essere attinto da una donna,
con la sua saggezza da due dita³²!

Allora la monaca Somā pensò: «Chi è che pronuncia questa strofe? È un essere umano o non umano?». E poi pensò: «È Māra il Malvagio...». Così la monaca Somā capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Ittibhāvo kiṃ kayirā,
cittāmbi susamābite;
ñāṇāmbi vattamānāmbi,
sammā dhammaṃ vipassato.*

Che può contare la natura femminile
quando la mente è ben concentrata,

³² «'Stato' è la condizione di *arabat*. 'Da due dita' vuol dire limitata (*paritta*). La donna è detta '[co]lei che ha] una saggezza da due dita' perché con due dita si prende un batuffolo di cotone e lo si fila» (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 189-190).

quando una conoscenza sempre fluida
contempla rettamente la realtà³³?

*Yassa nāna siyā evaṃ,
itthāhaṃ purisoti vā;
kiñci vā pana aññāsmi,
taṃ māro vattumarabati ti.*

Colui cui può capitare di pensare
«Sono una donna» o «Sono un uomo»
o «Sono qualsiasi altra cosa»,
a costui Māra è degno di rivolgersi!

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Somā mi riconosce!» e,
afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto³⁴.

Qui Māra, oltre a spaventare la monaca con la sua voce, cerca di distrarla con un commento sprezzantemente maschilista: come può una donna, la cui scarsa saggezza la rende buona solo a filare il cotone, raggiungere uno stato che persino gli uomini più saggi stentano ad ottenere? Ma la monaca Somā gli risponde con due frasi molto puntuali: in chi ha una visione profonda della realtà la «natura femminile» non ha alcun influsso; la sua visione non è distorta dall'identificazione con un genere o con qualsiasi altra cosa. Pertanto il discorso di Māra può avere presa solo in chi si identifica con una certa identità, come una donna che si offende. Se si evita l'identificazione, la provocazione di Māra non trova alcun appiglio.

³³ «Contempla la realtà»: contempla la realtà delle quattro Nobili Verità, oppure, in una prima fase, il complesso dei cinque aggregati è costituito a oggetto della visione profonda» (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 190).

³⁴ *Samyuttanikāya*, I, 129.

10. *Māra e Kisāgotamī*

Nel terzo *sutta* del *Bhikkhunīsamyutta*, Māra prende di mira Kisāgotamī, la cui vicenda è narrata nelle *Therīgathā* e nel loro commento. Kisāgotamī aveva perduto il suo unico figlio ed era uscita di senno per il dolore. Vagava per la città portando sull'anca il cadaverino del bimbo e chiedendo a tutti una medicina per salvarlo. Qualcuno le consigliò di andare dal Buddha. Questi le chiese di portargli un seme di senape da ogni casa in cui non fosse morto alcun figlio, ma Kisāgotamī non riuscì a trovare alcuna famiglia che non avesse patito lutti. Improvvisamente capì che l'impermanenza era una condizione comune a tutto il mondo con i suoi dèi e decise di sconfiggere definitivamente la morte praticando il Dharma.

Il contesto narrativo del *Kisāgotamīsutta* è uguale a quello del *Somāsutta*, mutano solo le strofe:

A Sāvattihī [...] Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Kisāgotamī la paura [...] si avvicinò e le disse questa strofe:

*Kiṃ nu tvaṃ mataputtāva,
ekamāsi rudammukhī;
vanamajjagatā ekā,
purisaṃ nu gavesasī ti.*

Perché tu, morto tuo figlio,
ti siedi qui da sola, con un volto lacrimoso?
Venuta in mezzo al bosco sola soletta,
forse stai cercando un uomo!

Allora la monaca Kisāgotamī [...] capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Accantaṃ mataputtāmbi,
purisā etadantikā;
na socāmi na rodāmi,
na taṃ bbāyāmi āvuso.*

Ho superato la morte del figlio,
l'ho fatta finita con gli uomini.
non mi affliggo, non piango,
né ho paura di te, amico.

*Sabbatha vibatā nandī,
tamokkhandho padālito;
jetvāna maccuno senaṃ,
viharāmi anāsavā ti.*

Il diletto è finito per sempre,
la gran massa di tenebra è stata squarciata.
Avendo vinto l'esercito della Morte,
dimoro priva di influssi impuri.

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Kisāgotamī mi riconosce!» e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto³⁵.

In questo *sutta* Māra cerca di distruggere la concentrazione della monaca colpendola in ciò che ha di più caro: il lutto del suo unico figlio. Nello stesso tempo, insinua in modo offensivo che la monaca desideri dimenticare la morte del figlio cercando una nuova avventura nel bosco.

³⁵ *Samyuttanikāya*, I, 129-130.

Ma Kisāgotamī non abbocca all'amo: ormai la vicenda del figlio è stata superata. È diventata così imperturbabile che chiama Māra «amico» e gli dice chiaramente che non ha alcuna paura di lui.

11. *Māra e Vijayā*

Nel quarto *sutta* del *Bhikkhunīsamyutta* oggetto degli sforzi di Māra è la monaca Vijayā. Anch'essa pronunciò alcuni versi delle *Therīgathā*. Nel commento si narra la sua storia: nella vita laica era stata amica di Khemā, prima regina del re Bimbisāra; ma Khemā lasciò la reggia per la vita monastica. L'amica andò a trovarla e seguì il suo esempio³⁶. Anche il *Vijayāsutta* è quasi uguale ai precedenti, fatta eccezione per le strofe in esso contenute:

A Sāvattihī [...] Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Vijayā la paura [...] le si avvicinò e le disse questa strofe:

*Daharā tvam rūpavatī,
ahañca dāharo susu;
pañcaṅgikena turiyena,
ebhyyebhiramāse ti.*

Sei giovane e bella,
e anch'io sono un ragazzo giovane.
Vieni, venerabile signora, divertiamoci
al suono dei cinque strumenti³⁷!

³⁶ Cfr. *Therīgathā*, 169-174; *Therīgathā-Atthakathā*, 156; *The Connected Discourses of the Buddha*, cit., a cura di Bhikkhu Bodhi, p. 427, nota 342.

³⁷ Secondo il commento e il subcommento i cinque strumenti sono l'*ātata*, una specie di timpano con una superficie in pelle, il *vitata*, strumento con due parti coperte da una pelle, l'*ātatavitata*, sorta di liuto a corde, il *ghana*, strumento a percussione diverso dai

Allora la monaca Vijayā [...] capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Rūpā saddā rasā gandhā,
phoṭṭhabbā ca manoramā;
niyyātayāmi tuyheva,
māra nāhaṃ tenatthikā.*

Forme, suoni, sapori, odori
e deliziosi oggetti del tatto:
io te li restituisco,
o Māra, perché non ne ho bisogno.

*Iminā pūṭikāyena,
bhindanena pabbaṅṅunā;
atṭiyāmi harāyāmi,
kāmatanṇhā samūhatā.*

Provo schifo e vergogna
per questo corpo marcio,
pronto a disfarsi, fragile.
La sete di piacere è sradicata.

*Ye ca rupūpagā sattā,
ye ca arūpatṭhayino;
yā ca santā samāpatti,
sabbatha vibato tamo ti.*

tamburi, e il *susira*, strumento a fiato (*Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 191; *Samyuttanikāya-Atthakathā-ṭīkā*, I, 197, in *Chaṭṭha Saṅgāyana, cit.*, nella numerazione VRI; *The Connected Discourses of the Buddha, cit.*, a cura di Bhikkhu Bodhi, p. 427, nota 343); ma potrebbe anche trattarsi di una metafora dei cinque sensi, come si desume dalla risposta di Vijayā.

Quanto agli esseri che hanno raggiunto la forma,
quelli che dimorano nella non forma
e gli ottenimenti pieni di pace,
dovunque la tenebra è dissolta.

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Vijayā mi riconosce!» e,
afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto³⁸.

In questo *sutta* Māra alza i toni e cerca addirittura di sedurre la bella monaca Vijayā. Stavolta la risposta che riceve comporta tre strofe: la prima riguarda gli oggetti dei sensi, che sono restituiti a Māra, come dire che non si deve soltanto dare a Cesare quel che è di Cesare, ma anche dare a Māra quel che è di Māra, cioè il mondo del *kāma*, del desiderio e degli oggetti del desiderio. La seconda è un lapidario resoconto di una meditazione sull'*asubha* (il «non bello» o ripugnante), che vede il corpo come se fosse già in putrefazione – il commento dice che il corpo, anche se ha un bell'aspetto, sempre trasuda e spurga, come fosse già putrefatto³⁹. La terza strofe prende in esame gli altri mondi: quello della forma (*rūpa*), cui si accede entrando negli assorbimenti della forma (*rūpajjhāna*), e quello della non forma, raggiunto con gli assorbimenti dell'assenza di forma (*arūpajjhāna* o *aruppa*). Tutti gli otto «ottenimenti» (*samāpatti*) mondani (cioè i quattro *rūpajjhāna* e i quattro *aruppa*) sono pervasi dalla pace della saggezza che tutto illumina. In tale condizione, i piaceri offerti da Māra non presentano più alcuna attrattiva.

12. Māra e Uppalavaṇṇā

³⁸ *Samyuttanikāya*, I, 130-131.

³⁹ *Samyuttanikāya-Atthakathā*, I, 191.

Per l'*Uppalavaṇṇāsutta* vale lo stesso discorso che per il *Vijayāsutta*. Anche qui cambia solo la parte in versi:

A Sāvattḥī [...] Allora una mattina la monaca Uppalavaṇṇā, dopo essersi vestita [... ecc.] si sedette ai piedi di un albero di *sāla*⁴⁰ in piena fioritura. Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Uppalavaṇṇā la paura [...] le si avvicinò e le disse questa strofe:

*Supupphitaggaṃ upagamma bhikkhuni,
ekā tuvaṃ tittḥasi sālāmule;
na catthi te dutiyā vaṇṇadbātu,
bāle na tvaṃ bhāyasi dbuttakānan ti.*

Venuta sotto la chioma di un *sāla* fiorito,
te ne stai sola, o monaca.
Non esiste un'altra bella come te.
O sciocca, non temi i malintenzionati?

Allora la monaca Uppalavaṇṇā [...] capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Sataṃ sabassānīpi dbuttakānaṃ,
idhāgatā tādisakā bhaveyyuṃ;
lomaṃ na iñjāmi na santasāmi,
na māra bhāyāmi tamekikāpi.*

Neppure se centomila malintenzionati
simili a te venissero qui,
un mio pelo si rizzerebbe o avrei timore:
anche se sola, o Māra, io non ho paura.

⁴⁰ *Sborea robusta* Gaertn.

Antonella Serena Comba

*Esā antarabhāyāmi,
kucchiṃ vā pavisāmi te;
pakhumantarikāyampi,
tiṭṭhantiṃ maṃ na dakekhasi.*

Io posso scomparire alla tua vista
o entrare nel tuo ventre;
posso stare in piedi fra le tue sopracciglia
senza che tu mi veda.

*Cittasmiṃ vasibbūtāmbi,
iddhipadā subhāvita;
sabbabandhanamuttāmbi,
na taṃ bhāyāmi āvuso ti.*

Sono padrona della mente,
ho coltivato bene i poteri psichici;
sono libera da ogni legame:
io non ti temo, amico.

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Uppalavaṇṇā mi riconosce!» e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto⁴¹.

Qui Māra tenta di impaurire la monaca Uppalavaṇṇā facendole notare come la sua bellezza, messa in risalto dalla cornice del grazioso albero fiorito, possa attirare manigoldi pronti ad approfittare di lei. Tuttavia ha sbagliato i suoi calcoli: Uppalavaṇṇā è stata definita dal Buddha stesso come «la migliore fra le monache che hanno poteri psichici (*iddhi*,

⁴¹ *Samyuttanikāya*, I, 130-131.

sanscrito *rddhi*)»⁴². Questi poteri, acquisiti con la concentrazione, permettono per esempio di rendersi invisibili, di entrare nel corpo altrui, di rimpicciolire o ingrandire a dismisura il proprio corpo. La monaca non ha quindi alcun motivo di temere Māra o possibili violentatori: le facoltà della sua stessa mente la proteggono da qualsiasi pericolo.

13. *Māra e Selā*

La vicenda di Uppalavaṇṇā è seguita da tre *sutta* dedicati a monache quasi omonime – Cālā, Upacālā e Sīsupacālā – alle quali Māra si rivolge non tanto per suscitare la paura, quanto per trascinarle in discussioni sulla nascita, sulla rinascita o sull’abbracciare in genere una dottrina. Le ultime due monache che Māra tenta di spaventare e distrarre secondo il *Bhikkhunīsamyutta* sono Selā e Vajirā. A loro riserva domande complesse che usano la terminologia filosofica del tempo:

A Sāvattī [...] Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Selā la paura [...] le disse questa strofe:

*Kenidaṃ pakataṃ bimbaṃ,
kvanu bimbassa kāraṅko;
kvanu bimbaṃ samuṃpannaṃ,
kvanu bimbaṃ nirujjhatī ti.*

Chi ha creato questo burattino?
Dov’è il creatore di questo burattino?

⁴² *Aṅguttaranikāya*, I, 25.

Antonella Serena Comba

Dove ha origine questo burattino?

Dove cessa questo burattino?

Allora la monaca Selā pensò: «Chi è che pronuncia questa strofe? È un essere umano o non umano?». E poi pensò: «È Māra il Malvagio che, desiderando far sorgere in me la paura, la paralisi delle membra dovuta al terrore e l'orripilazione, volendo farmi uscire dalla concentrazione, pronuncia questa strofe».

Così la monaca Selā capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Nayidaṃ attakataṃ bimbaṃ,
nayidaṃ parakataṃ aghaṃ;
hetuṃ paṭicca sambhūtaṃ,
hetubbaṅgā nirujjhati.*

Questo burattino non si è creato da sé,
né questo pasticcio è stato fatto da altri.
È stato generato da una causa;
se la causa è distrutta, esso cessa.

*Yathā aññātaraṃ bijaṃ,
khette vuttaṃ virūhati;
pathavīrasañcāgama,
sinehañca tadubbayaṃ.*

Come un seme seminato in un campo
cresce grazie a due fattori,
l'essenza della terra
e l'umidità,

*Evaṃ khandhā ca dhātuyo,
cha ca āyatanā ime;*

*betuṃ paṭicca sambhūtā,
hetubbaṅgā nirujjare ti.*

così gli aggregati e gli elementi
e queste sei basi sensoriali
sono stati generati da una causa;
se la causa è distrutta, essi cessano.

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Uppalavaṇṇā mi riconosce!»
e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto⁴³.

Il dialogo fra Māra e Selā verte sulla parola *bimba*, che in sanscrito indica l'immagine riflessa o dipinta o l'ombra (oltre al rosso frutto di *Momordica monadelphā*). Il commento glossa *bimba* con «persona» (*attabhāva*). Māra interroga Selā sull'origine di questo *bimba*, sul suo creatore e sul luogo della creazione. Ma Selā nega che ci sia un creatore o una creazione: c'è soltanto una causa (*betu*), distrutta la quale viene meno anche il burattino della persona.

14. *Māra e Vajirā*

Infine Māra tenta di spaventare la monaca Vajirā:

A Sāvathī [...] Māra il Malvagio, desiderando far sorgere nella monaca Vajirā la paura [...] le si avvicinò e le disse questa strofe:

*Kenāyaṃ pakato satto,
kuvaṃ sattassa kāraṅko;
kuvaṃ satto samuppanno,*

⁴³ *Samyuttanikāya*, I, 134.

Antonella Serena Comba

kuvaṃ satto nirujjhatī ti.

Chi ha creato questo essere?
Dov'è il creatore di questo essere?
Dove ha origine questo essere?
Dove cessa questo essere?

Allora la monaca Vajirā [...] capì che quello era Māra il Malvagio e gli rispose con queste strofe:

*Kim nu sattoti pacesi,
māra ditthigataṃ nu te;
suddhasaṅkharapūñjyaṃ,
nayaḍḍha sattuṃ palabbhati.*

Perché ora ricorri a un «essere»?
O Māra, è questa la tua visione?
Questa è solo una massa di cose condizionate;
qui non si trova alcun essere.

*Yathā hi aṅgasambhārā,
boti saddo rattho itī;
evaṃ khandhesu santesu,
boti sattoti sammutī.*

Come per un insieme di pezzi
si usa la parola «carro»,
così, essendoci gli aggregati,
si usa l'espressione comune «essere».

*Dukkhamēva hi sambhoti,
dukkhaṃ tittḥati veti ca;
nāññātra dukkhā sambhoti,*

nāṇāṃ dukkhā nirujjhatī ti.

Solo la sofferenza viene in essere,
sofferenza che sussiste e svanisce;
null'altro che la sofferenza viene in essere,
null'altro che la sofferenza si distrugge.

Allora Māra il Malvagio pensò: «La monaca Vajirā mi riconosce!» e, afflitto e deluso, scomparve tutt'a un tratto⁴⁴.

Il dialogo fra Māra e Vajirā segue lo schema di quello con Selā, ma sostituisce la parola *satta* a *bimba*. Vajirā risponde con la similitudine del carro, molto nota perché successivamente elaborata in *Milindapañha*, 27-28 e citata in *Visuddhimagga*, 593. Ma in generale la sua risposta è improntata alla contemplazione del non sé (*anatta*), che dissolve l'apparente unità degli esseri nei loro fattori condizionati (*saṅkhāra*) o negli aggregati, e al riconoscimento della prima Nobile Verità, cioè la natura e la fenomenologia della sofferenza, che impregna tutto ciò che nasce e muore. Queste due contemplazioni possiedono, secondo Vajirā, un valore sotterologico tale che le fa preferire ad altre. Māra sbaglia a far ricorso a un «essere»: questo è un concetto non solo superfluo, ma persino fuorviante. La radice della liberazione dalla paura è guardare coraggiosamente la natura delle cose condizionate, prendere atto della loro natura dolorosa e accettarla come una sacrosanta Verità. Nel suo slancio apofatico, Vajirā non menziona neppure il superamento delle cose condizionate: è un dato di fatto che, per esempio, l'accettazione della morte è il segreto del superamento del lutto, e così è la piena coscienza della sofferenza del mondo che fa superare la sofferenza stessa.

⁴⁴ *Ibidem*.

15. *Conclusioni*

Nei passi che si sono esaminati, si è dapprima visto il caso di Anāthapiṇḍika, che, impedito dalle sue paure, è sul punto di desistere dall'intraprendere un percorso spirituale con l'aiuto del Buddha. Poi si sono presi in considerazione alcuni episodi in cui Māra tenta di impaurire e distrarre il Buddha, i suoi discepoli e le sue discepole. Da tutti questi episodi risulta chiaro che, se la mente è stata ben coltivata con il metodo descritto nel *Tipiṭaka*, non può cedere alla paura. L'essenza del Nobile Ottuplice Sentiero è il coraggio di guardare in faccia la realtà. È un coraggio che ogni essere umano può trovare in se stesso, si può dare da sé. Come dice Joseph Goldstein riferendosi alla pratica del buddhismo nella vita quotidiana, «Avere coraggio non significa cambiare qualcosa o procurarsi una situazione migliore. È l'audacia di essere davvero presenti»⁴⁵.

⁴⁵ Joseph Goldstein, *Un solo Dharma, cit.*, p. 103.