

Discorso sulle Sei Concordie

Traduzione e adattamento del Maestro Thich Nhat Hanh.

Dopo avere visto come i monaci Anuruddha, Kimbila e Nandiya convivevano in armonia, il Buddha pronunciò le Sei Concordie, i principi per essere felici insieme agli altri:

"Bhikkhu (Monaci), la natura di una comunità è l'armonia, che si ottiene seguendo questi principi: condividere uno spazio comune, sia una casa o una foresta; condividere i doveri essenziali della giornata; osservare i precetti insieme; pronunciare parole che creino armonia, astenendosi da quelle che portano divisioni nella comunità; comunicarsi esperienze e comprensioni; rispettare l'opinione altrui e non costringere l'altro ad aderire alla nostra. Seguendo questi principi un sangha vivrà in felicità ed armonia. Bhikkhu, osserviamoli sempre".

"La prima è la Concordia dell'azione che coinvolge tutto il corpo. Un sangha vive insieme come una famiglia. Le nostre azioni coinvolgono tutte le persone con cui viviamo. Bisogna perciò che favoriscano la concordia.

"La seconda è la Concordia della condivisione dei benefici. Condividiamo il cibo, gli alloggi e l'opportunità di praticare la meditazione seduta e camminata. Insieme ascoltiamo il Dharma. Condividiamo ogni tipo di beneficio con tutti. Se una persona può andare a un ritiro di tre giorni, gli altri nel sangha dovrebbero avere la stessa opportunità in un'altra occasione. Ci sosteniamo l'uno con l'altro in ogni attività.

"La terza è la Concordia dell'osservare gli stessi Impegni di consapevolezza. Le nostre aspirazioni sono uguali e conveniamo che la pratica degli stessi Impegni di consapevolezza è il miglior modo per realizzarle.

"La quarta è la Concordia della parola. Occorre che anche le nostre parole ispirino concordia.

Abbiamo bisogno di fondare il nostro modo di parlare su alcuni principi: sapere come reagire quando udiamo qualcosa che non ci piace; sapere come prestare attenzione a quello che l'altra persona sta dicendo, in modo da essere capaci di meditare sulle sue parole prima di rispondere; sapere come incoraggiare e nutrire la fiducia nelle persone con le quali parliamo.

"La quinta è la Concordia delle opinioni. Proveniamo da ambiti diversi. Forse non condividiamo la stessa maniera di vedere degli altri componenti della comunità. ma non diamo per scontato che la nostra sia giusta e l'altrui sia sbagliata.

Non discutiamo sulle opinioni divergenti. Quando abbiamo un'idea la condividiamo con il sangha e la modifichiamo dopo avere ascoltato gli altri.

La condivisione di Dharma è un'opportunità per ascoltare con attenzione i diversi punti di vista, così da avere una comprensione sempre più profonda. Le nostre idee sono soltanto una piccola parte del quadro. Quando gli altri parlano ascoltiamo con attenzione per trovare la saggezza nelle loro parole. Se non sappiamo ascoltare non possiamo imparare. Abbiamo bisogno di aiutare gli altri a sapere che sono accettati e apprezzati.

"La sesta è la Concordia delle attività della mente. Abbiamo modi di pensare e sensibilità diversi. Non dovremmo isolarci nei nostri pensieri. Dobbiamo comunicare. Quando vediamo qualcuno chiuso nei suoi pensieri, nella tristezza e nella sofferenza, possiamo dirgli: un soldino per i tuoi pensieri, un soldino per le tue sensazioni.

Quando l'altra persona è in grado di condividere la sua sensazione, non è più isolata. Quando confidiamo quello che sta accadendo nella nostra mente, diamo sollievo al nostro isolamento. Se chiedete a qualcuno cosa prova e lei o lui risponde "sono infelice", potete praticare insieme la meditazione camminata e questo, da solo, basterà a portare un po' di gioia".