

RETTA CONCENTRAZIONE E RETTA INTENZIONE

"E che cos'è la facoltà della concentrazione (*samadhi*)? C'è il caso in cui un monaco, un discepolo dei nobili, intento al lasciar andare, ottiene la concentrazione, ottiene l'unificazione del cuore.

Distaccato dalla sensualità, distaccato da qualità mentali non salutari, entra e rimane nel primo *jhāna*: gioia e piacere nati dal distacco, associati a un'applicazione iniziale e sostenuta. Venendo meno l'applicazione iniziale e sostenuta, entra e rimane nel secondo *jhāna*: gioia e piacere nati dal raccoglimento (*samādhija*), un cuore unito senza applicazione iniziale e sostenuta, fiducia interiore. Venendo meno la gioia resta equanime, consapevole e chiaramente cosciente (*sato sampajāno*) fisicamente sensibile al piacere; entra e rimane nel terzo *jhāna* di cui i nobili dicono: "Ha una piacevole dimora chi è equanime e consapevole".

Abbandonati piacere e dolore, ed essendo già venuti meno soddisfazione e scontento, entra e rimane nel quarto *jhāna*: pura consapevolezza ed equanimità, né piacevole, né spiacevole. Questa è chiamata 'facoltà della concentrazione'.

(Samuytta Nikaya 48.10)

"E che cos'è la retta concentrazione dei nobili (*ariya samma samadhi*) con i suoi fondamenti e necessari requisiti? Uno stato di unificazione mentale associato a questi sette fattori: retta comprensione, retta intenzione, retta parola, retta azione, retti mezzi di sussistenza, retto sforzo e retta presenza mentale: questa è la retta concentrazione dei nobili con i suoi fondamenti e necessari requisiti.

Fra questi, la retta comprensione [retta prospettiva, *samma ditthi*] è l'apripista (il precursore). E in che cosa consiste? Uno riconosce un'intenzione non retta come come intenzione non retta, e un'intenzione retta come intenzione retta.

E che cos'è l'intenzione non retta? Qualunque intento sensuale, ostile o aggressivo

E che cos'è la retta intenzione? La retta intenzione è di due tipi: c'è la retta intenzione associata agli effluenti (*asava*, condizionamenti della percezione), che è dalla parte del merito, che ha come effetto l'acquisizione; e c'è la retta intenzione dei nobili, senza effluenti, trascendente, un fattore del sentiero.

E che cos'è la retta intenzione associata agli effluenti ... ? Inclinare alla rinuncia (lasciar andare), alla non avversione, alla non violenza. E che cos'è la retta intenzione dei nobili ... ? Il pensiero, il pensiero applicato, la risoluzione, il fissare la mente, la consapevolezza mirata, le costruzioni verbali di qualcuno che coltiva il nobile sentiero e la cui mente è nobile, la cui mente è senza effluenti, che si è appropriato pienamente del nobile sentiero.

Uno si sforza di abbandonare un'intenzione non retta e concepisce una retta intenzione: questo è il retto sforzo. Il praticante è consapevole di abbandonare l'intenzione non retta e concepire e sostenere una retta intenzione: Questa è la retta presenza mentale.

Quindi queste tre qualità - retta comprensione, retto sforzo e retta presenza mentale - fanno perno sulla retta intenzione.

(Majjhima Nikaya 117)

VEDI ANCHE IL SUTTA: DUE TIPI DI PENSIERO

<https://letiziabaglioni.com/2015/05/29/due-tipi-di-pensiero/>