

Contenimento o custodia dei sensi - INDRIYA SAMVARA

SN 35.247 I SEI ANIMALI <https://suttacentral.net/sn35.247/en/bodhi>

“E che cos’è la mancanza di contenimento? Ecco: vedendo una forma con gli occhi, si fissa sulle forme favorite e resiste alle forme sgradite; non radica la consapevolezza nel corpo, resta con una mente limitata (*paritta*, lett. circoscritta, misurabile), non riconosce per quella che è la liberazione del cuore e la liberazione data dal discernimento dove cessano senza lasciare traccia le qualità nocive e non costruttive”.

[Il contenimento/custodia è l’opposto: NON SI FISSA, NON RESISTE, eccetera. Ha la consapevolezza stabilita nel corpo e un cuore illimitato (*appamāṇacetaso*)]

“Come se uno acchiappasse sei animali che vivono in ambienti diversi e li legasse con una corda robusta ... Serpente coccodrillo uccello cane iena scimmia ... e dopo aver legato ciascuno annodasse fra loro le sei corde. Allora quei sei animali che appartengono ad ambienti diversi comincerebbero a tirare la corda, ciascuno in direzione del proprio habitat. Il serpente vorrebbe andare al formicaio, il coccodrillo vorrebbe andare verso l’acqua, l’uccello cercherebbe di volare in aria, il cane tenderebbe verso il villaggio, la iena verso il cimitero, la scimmia verso la foresta. E una volta stanchi ed esausti, gli animali si arrenderebbero a quello fra loro che tira più forte.

Allo stesso modo, quando la consapevolezza del corpo non viene perseguita e coltivata, l’occhio tira verso le forme gradite e quelle sgradite suscitano repulsione. L’orecchio ... [lo stesso per gli altri sensi] la mente tira verso i pensieri graditi, mentre quelli sgraditi suscitano avversione ... Questo si definisce MANCANZA DI CONTENIMENTO.

Ma se qualcuno acchiappa i sei animali ... li lega con una corda robusta e poi assicura la corda a un palo piantato nel terreno ... i sei animali tirerebbero di qua e di là ma presto si stancherebbero, si accuccerebbero e si fermerebbero accanto al palo. Allo stesso modo per chi RADICA LA CONSAPEVOLEZZA NEL CORPO ... l’occhio non tira verso le forme gradite e quelle sgradite non suscitano repulsione ... [lo stesso per gli altri sensi]. Questo si chiama CONTENIMENTO DEI SENSI.

Custodia dei sensi Digha Nikaya 2

<https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/dn/dn.02.0.than.html>

"E in che modo un monaco custodisce le porte dei sensi? Vedendo una forma con gli occhi, non afferra dettagli [NIMITTA] o particolari per i quali, se dimorasse senza custodire la facoltà della vista, potrebbero assalirlo qualità non salutari o nocive come eccitazione o angoscia. Udendo un suono con l'orecchio ... annusando un odore con il naso ... gustando un sapore con la lingua ... toccando un oggetto tattile con il corpo ... conoscendo un'idea con l'intelletto ... non afferra dettagli o particolari per i quali, se dimorasse senza custodire le facoltà, potrebbero assalirlo qualità nocive e non salutari come eccitazione e angoscia. Dotato della capacità di contenimento/custodia che è tipica dei nobili, questo monaco sperimenta interiormente la gioia dell'irreprensibilità. Ecco in che modo un monaco custodisce le porte dei sensi.