

## KAMMA (snscr.: KARMA)

Il termine sanscrito *karma* (*kamma* in pali; *las* in tib.; *ye*, in cin., *go*, in giapp.) deriva dalla radice *kr* che indica ‘agire’, ‘fare’: esso indica dunque l’azione efficace. In particolare si intende:

- 1: azione mentale o fisica
- 2: conseguenza di un’azione mentale o fisica
- 3: la somma di tutte le conseguenze dell’agire in questa vita, in una precedente o futura
- 4: la catena causa-effetto nelle relazioni etiche

K. può essere definito come azione dotata di intenzione (*cetanā*, tib.: *sems pa*): l’intenzione è sempre presente in ogni atto fisico o mentale, e consente al soggetto di dirigersi verso l’oggetto. L’intenzione è *momentanea*, ma lascia una traccia o un residuo (*vāsanā*, tib.: *bag chags*) che, assieme a tutte le altre ‘impronte’, costituiscono delle ‘tendenze’ (*samkhāra*; sanscr.: *samskāra*).

Le diverse **modalità** del *karma* sono:

- 1, essere determinato nel risultato dalla qualità dell’intenzione che lo produce;
- 2., crescere fino alla produzione del suo risultato
- 3., essere incompiuto quando non dà origine all’esperienza del suo risultato
- 4., essere compiuto quando dà origine ad un’azione esperibile

Le **radici positive** di un *kamma* sono:

<b>Astensioni del corpo</b> ( <i>kāya</i> )	<b>azioni virtuose del corpo</b>
dal togliere la vita	salvare delle vite
dal rubare	donare
da scorretta condotta sessuale	condotta sessuale corretta
<b>Astensioni della parola</b>	<b>azioni virtuose della parola</b>
dal mentire	dire la verità
dal denigrare	pacificare le discordie
dall’ingiuriare	parlare con gentilezza
dalle chiacchiere	recitare <i>sūtra</i> o <i>mantra</i>
<b>Astensioni della mente</b>	<b>azioni virtuose della mente</b>
dall’invidia	rallegrarsi del bene altrui ( <i>muditā</i> )
dall’essere malevolo	essere benevolo
dall’accettare concezioni errate	seguire concezioni giuste

Le **‘tinte’** di un *kamma* dipendono dalle qualità delle azioni prodotte:

- 1., azioni ‘bianche’, virtuose, dai risultati piacevoli;
- 2., azioni ‘nere’, negative, dai risultati spiacevoli;
- 3., azioni ‘grige’, dai risultati neutri.

Per poter determinare le modalità e le ‘tinte’ di un *kamma* è necessario distinguere **intenzione** (*āśaya*, tib.: *bsam pa*) e **azione** (*payoga*, tib.: *sbyor ba*)

- 1., intenzione bianca/azione bianca (es.: azione compassionevole)
- 2., intenzione bianca/azione nera: intenzione buona, strumento cattivo (es: terapia)
- 3., intenzione nera/azione bianca (es.: mostrarsi gentili per ottenere uno scopo egoistico)
- 4., intenzione nera/ azione nera (es.: offendere o colpire qualcuno con premeditazione)

La **struttura** di un *kamma* o *kammamagga* (sentiero del *kamma*) è costituita da:

1. Base (*vatthu*) oggetto dei sensi
2. Pensiero (*āśaya*):
  - 2.1.: percezione (*sannā*) della base
  - 2.2.: motivazione (*samutthana*)
  - 2.3.: condizione mentale dominata o meno da *moha* (illusione), *rāga* (attaccamento), *dosa* (odio)
3. Azione vera e propria, (*payoga*)
4. Risultato (*nisthāgamana*):
  - 4.1.: immediato e circoscritto;
  - 4.2.: differito (prossima vita) ed allargato;
  - 4.3.: assai differito (vite future) e molto allargato

La **forza** di un *kamma* dipende:

- 1., dal tempo intercorso tra l'imprimersi nella coscienza dell'intenzione e il risultato
- 2., dalla presenza o meno delle quattro fasi del *kammamagga*
- 3., dalla qualità del destinatario dell'azione
- 4., dall'intensità della motivazione
- 5., frequenza dell'azione
- 6., assenza o presenza di *kamma* contrario

La **purificazione** di un *kamma* si ottiene mediante:

- 1., forza del rimorso sincero
- 2., forza della determinazione a non ripetere l'azione negativa
- 3., forza di attivare pratiche salutari
- 4., forza di dedicare ogni azione positiva al benessere di tutti gli esseri

### Bibliografia

#### Testi antichi:

*Samyutta Nikaya*, The Pali Text Society, Oxford, 1992-1994, II, 28; III, 171; IV, 155-6

*Anguttara Nikaya*, The Pali Text Society 1989- 1994, III, 33 e 186; IV, 122; V, 75

\*\*\**Domande di Milinda*, tr., Milano, Mondadori 2001, p. 125-6; p. 158 e sgg.

#### Testi mahayanici:

Pundarīka, *Paramāksarajñāna siddhi* (La realizzazione della conoscenza del Supremo immoto) tr. in *La rivelazione del Buddha. Il grande veicolo*, Milano, Mondadori 2004, pp. 1489-94

Kamaśīla, *Bhāvanākrama* (Progressione della meditazione), ivi, pp. 987-94

#### Saggi:

A. Costa, *Filosofia e Buddismo*, Torino, Bocca 1913, cap. III

Nyanaponika Thera, *La visione del dhamma*, tr. Roma, Ubaldini 1988, p. 247 e sgg.

P. Williams, *Il Buddismo in India*, tr., Roma, Ubaldini 2002, pp. 72-73

Id. *Il Buddismo Mahayana*, tr. Roma, Ubaldini, 1999, pp. 240-1

E.A. Johansson, *La psicologia dinamica del Buddismo antico*, tr., Roma, Ubaldini 1980, p. 44 e sgg.

Th. Stcherbatsky, *La concezione centrale del Buddismo*, tr. Roma, Ubaldini 1977, 27 e sgg

Buddhadasa P. Kirthisinghe, *Buddhism and Science*, Delhi, Motilal Banarsidass 1984, pp. 80-84

A. David Néel, *Il Buddismo di Buddha*, tr., Roma, Basaia 1986, Cap. IV

J. Goldstein, *La pratica della libertà*, tr. , Roma, Ubaldini 1995, p. 166