



RIGPA

## Codice di condotta di Rigpa

### Introduzione

Il Rigpa Sangha è una comunità internazionale di individui che seguono la tradizione buddhista tibetana. Insieme, ci sforziamo di studiare, praticare e incarnare i principi di pace, compassione e saggezza come insegnati dal Buddha e che ci sono stati trasmessi da molti grandi maestri, sia del passato che del presente.

Estesi e numerosi consigli sulla condotta etica esistono già nell'insegnamento del Buddha. Qui, riassumiamo alcune caratteristiche chiave fornendo al contempo linee guida pratiche per chiarire cosa ci si aspetta da tutti coloro che partecipano agli eventi e alle attività di Rigpa. Infatti, tutti coloro che partecipano a Rigpa hanno la responsabilità di comportarsi in conformità con le leggi dei loro paesi e i valori delineati in questo *Codice di condotta di Rigpa*.

Nel definire determinati valori e standard di comportamento, speriamo che il Codice di condotta non serva solo come base per l'educazione e la formazione, ma ispiri le persone a riflettere sul proprio comportamento alla luce degli standard etici contemporanei laici e buddhisti. Con parole semplici, il Codice cerca di individuare dei tipi inaccettabili di comportamento e stabilisce ugualmente un percorso diretto per segnalare violazioni di condotta e risolvere eventuali reclami.

Per diversi mesi, la comunità internazionale di Rigpa ha partecipato a una serie di seminari e discussioni con tutte le opportunità di condividere le varie controproposte e riflessioni, e questa combinazione di contributi è stata distillata in un ampio complesso di *Valori e Linee guida condivisi*, che sono radicati nella saggezza e nella compassione del sentiero buddhista e che completano il Codice di condotta.

I detentori di ruoli in Rigpa e i suoi rappresentanti sono tenuti a firmare il Codice di condotta e partecipare alla regolare formazione sul comportamento etico, comprendente argomenti quali il riconoscimento della cattiva condotta, la ricezione di reclami e la gestione delle lagnanze.

In aggiunta al Codice di condotta, è stato sviluppato un procedimento di reclamo, che è facile da usare, con opzioni per risolvere i conflitti, ricevere reclami formali e fare raccomandazioni circa i comportamenti scorretti ai Consigli e ai Comitati nazionali. Rigpa istituirà Consulte nazionali per offrire consigli su come risolvere i reclami e indagare sulle violazioni del Codice. L'arbitro finale sarà un consiglio internazionale con membri esterni nominati da eminenti insegnanti buddhisti.

Rigpa è impegnata a creare una cultura in cui ogni persona si senta fiduciosa e autorizzata a comunicare senza timore le proprie riflessioni, esprimere le proprie preoccupazioni e segnalare comportamenti non etici.

Il Codice e i Valori e Linee guida condivisi sono stati adottati da tutti i Consigli a capo delle varie organizzazioni di Rigpa e saranno rivisti periodicamente.

## Il Codice di condotta

Rigpa è una comunità internazionale di individui che seguono la tradizione buddhista tibetana. È nostro desiderio comune creare un ambiente protetto per lo studio e la pratica degli insegnamenti buddhisti, in cui tutti sentano gli uni per gli altri un senso reciproco di responsabilità per il benessere e il sentiero spirituale comune.

Chiunque abbia un ruolo o partecipi ad ogni livello in qualsiasi attività associata a Rigpa ha la responsabilità di comportarsi in conformità con le leggi del proprio paese e con i comportamenti etici delineati in questo documento.

**Per prenderci cura degli altri, di noi stessi e della nostra comunità, ci impegniamo a:**

- Agire in modi che siano buoni, amorevoli e senza pregiudizi.
- Essere consapevoli delle nostre azioni e del modo in cui possiamo incidere sugli altri.
- Agire in modi che non siano aggressivi o intimidatori. Qualsiasi genere di molestia e di bullismo non è consentito in alcuna circostanza.
- Non trattare mai nessuna persona in un modo che possa causare danni fisici o traumi psicologici.

**Istruttori, insegnanti e chiunque sia in una posizione tale da rappresentare Rigpa a qualsiasi livello si impegnano inoltre a:**

- Essere motivati dal beneficio del singolo studente, della comunità di Rigpa e del Buddhадharma nel suo insieme, come massima priorità.
- Non iniziare una relazione intima con un/a partecipante durante un evento, un ritiro, un corso o in qualsivoglia situazione durante la quale si trovino in una posizione di autorità. In altre circostanze, ci si aspetta che ogni relazione intima sia basata sul rispetto reciproco, e apertamente ammessa, ossia non tenuta in segretezza.
- Partecipare a una formazione regolare sul comportamento etico comprendente il riconoscimento della cattiva condotta, e la ricezione e il trattamento di lagnanze e reclami.

**I membri dei vari Consigli e i membri dei Comitati di gestione si impegnano inoltre a** osservare i più elevati standard di conduzione del loro tipo di organizzazione per aderire ai requisiti normativi e legislativi e di osservare i più elevati standard di trasparenza finanziaria.

Il chiarimento o la segnalazione di qualsiasi condotta scorretta viene effettuata attraverso il Procedimento di reclamo. Il primo passo è contattare un membro dell'organismo responsabile locale o un istruttore o il consiglio nazionale. C'è anche una procedura di ricorso a un consiglio internazionale. Ulteriori dettagli sono forniti nel Procedimento di reclamo.

Questo documento sarà firmato da chiunque abbia un ruolo nelle attività associate a Rigpa. Il Sangha di Rigpa ha anche sviluppato un complesso più esteso di Valori e Linee guida condivisi. Entrambi sono documenti in fieri e collaborativi che verranno modificati e aggiornati di tanto in tanto.



RIGPA

## Valori e Linee guida condivisi della Comunità di Rigpa

La comunità di Rigpa è impegnata ai più alti standard di diligenza e condotta etica, ed esige che i propri membri si attengano alle leggi dei loro rispettivi paesi e al Codice di condotta.

Nel 2017-18 la comunità internazionale di Rigpa ha partecipato a una serie di seminari e discussioni ed è stata in grado di riportare risponderne e reazioni in varie aree. Questi contributi combinati sono stati distillati nel seguente complesso di *Valori e Linee guida condivisi*, che sono tutti ancorati nella saggezza e nella compassione del sentiero buddista.

Questi Valori e le Linee guida condivisi si applicano alla comunità di Rigpa in senso lato, e includono i suoi membri e chiunque abbia un ruolo nelle attività associate a Rigpa - come i dipendenti, i collaboratori a contratto, i volontari, gli istruttori, gli insegnanti, compresi quelli in visita da altre organizzazioni.

I Valori e le Linee guida condivisi danno forma ma non sopravanzano il Codice di condotta.

Questo documento include: 1) linee guida generali per l'intera comunità di Rigpa, 2) linee guida specifiche per coloro che rappresentano Rigpa, e 3) linee guida per gli istruttori, gli insegnanti e i membri dei consigli nazionali e dei comitati di gestione.

Oltre a queste linee guida, i praticanti sono naturalmente incoraggiati ad onorare i voti buddisti che possano aver preso, siano essi voti di liberazione individuale, i precetti dei bodhisattva o gli impegni del vajrayana.

## **Per l'intera comunità Rigpa:**

*Non commettere una singola azione negativa,  
Coltivare un tesoro di virtù,  
Domare questa nostra mente,  
Questo è l'insegnamento di tutti i Buddha.  
-Il Buddha*

### **Astenersi dal fare del male**

Basandoci sulla visione dell'interdipendenza e sulla comprensione del karma - la legge di causa ed effetto - riconosciamo che tutte le nostre azioni, parole e pensieri hanno le loro conseguenze corrispondenti e ci sforziamo di evitare ogni tipo di nocività. Questo significa che:

- Miriamo a fornire un ambiente che sia protetto e di sostegno per tutti. Pertanto, evitiamo qualsiasi azione intrapresa con l'intenzione di danneggiare o che potrebbe causare danni fisici, emotivi o psicologici.
- Il nostro obiettivo è un ambiente privo di qualsiasi discriminazione, che si basi su razza, età, etnia od origine nazionale, religione, sesso o genere, identità di genere, orientamento sessuale o disabilità.
- Rispettiamo i limiti e i confini personali degli altri e siamo solleciti a comunicare i nostri.
- È necessario identificare tutti i casi di comportamenti che siano di disturbo, intimidazione, prepotenza (bullismo) o di molestia fisica o psicologica, in modo che possano essere immediatamente fermati.
- Facciamo particolare attenzione a salvaguardare coloro che sono particolarmente vulnerabili, compresi i bambini e gli adulti vulnerabili / dipendenti. Le politiche di salvaguardia sono mantenute dai consigli nazionali di Rigpa come richiesto in ogni paese membro.
- Ci asteniamo: dal prendere qualsiasi cosa che non sia data liberamente; dall'appropriare di qualcuno o dall'inganno finanziario; e dall'essere incuranti delle risorse del sangha o dall' usarle per guadagno personale. Questo comprende l'uso di materiali o dati di Rigpa senza permesso, in violazione del diritto d'autore o della riservatezza.

- Come praticanti sul sentiero, siamo molto solleciti nel condurre le nostre relazioni con consapevolezza e gentilezza. Molestie sessuali di qualsiasi tipo, approcci sessuali indesiderati o comportamenti scorretti non saranno tollerati all'interno della nostra comunità.
- Consapevoli del danno causato da menzogne, parole offensive, comunicazione che crei discordia e pettegolezzo sconsiderato, ci impegniamo a parlare secondo verità, con gentilezza, consapevolezza e attenzione all'impatto del nostro parlare.
- Riconoscendo che l'intossicazione può mettere a repentaglio la nostra capacità di agire con consapevolezza e compassione, ci asteniamo dall'intossicarci di droghe o alcool mentre siamo coinvolti in qualsiasi attività di Rigpa.
- La comunità di Rigpa si sforza di ridurre il proprio impatto negativo sull'ambiente.

### **Lavorare per il benessere di tutti**

Al centro di tutto ciò che facciamo sta la *bodhicitta*: il desiderio compassionevole e l'impegno a portare noi stessi e gli altri al completo risveglio - uno stato di pace e felicità duratura e libertà da ogni sofferenza. Questo lo facciamo formando, addestrando la mente nell'amore e compassione, comprendendo la nostra comune umanità, mettendoci al posto degli altri e riducendo al minimo l'egocentrismo.

- Tenendo sempre presente questo scopo comune, in tutte le nostre interazioni, ci rapportiamo gli uni agli altri con rispetto, amicalità, cordialità e gentilezza. Ci sforziamo di essere di beneficio al prossimo.
- Ci sforziamo di creare un'atmosfera di fiducia e cooperazione, in cui ogni individuo si senta apprezzato, abbia modo di partecipare e senta la responsabilità per il reciproco benessere.
- Qualunque cosa accada nella vita, felicità o sfortuna, cerchiamo di trasformarla nel sentiero verso il risveglio e in un'opportunità di approfondimento della compassione, per noi stessi e gli altri.
- Riconoscendo la bontà fondamentale di tutti gli esseri, trattiamo noi stessi e gli altri con dignità e rispetto. Questo significa essere pazienti, cortesi e incoraggianti con gli altri che danno suggerimenti o esprimono punti di vista diversi dal nostro.

- Ci prendiamo cura della nostra comunità e ci sosteniamo a vicenda sul sentiero, e nello studio e nella pratica degli insegnamenti buddhisti.

### **Addestrare la mente**

Riconosciamo la nostra libertà di lavorare abilmente con pensieri, emozioni e percezioni attraverso la meditazione e la riflessione, in modo da chiarire la confusione e far sorgere la saggezza.

- Esaminiamo profondamente la nostra motivazione, osservando le conseguenze di ciò che pensiamo, diciamo e facciamo.
- Al fine di domare, addestrare e trasformare le nostre menti, ci impegniamo a mettere da parte il tempo per studiare e praticare gli insegnamenti del Buddha.
- Ogni volta che possiamo, esaminiamo le nostre menti, per scalzare le abitudini di attaccamento, ostilità e indifferenza, e accrescere le qualità di fiducia, autodisciplina, generosità, studio, decenza, autocontrollo e saggezza.

### **Entrare sul sentiero Vajrayana**

- Gli individui che scelgono di seguire il sentiero vajrayana e di essere guidati da un maestro, come stabilito negli insegnamenti vajrayana e Dzogchen, possono farlo solo facendo una richiesta formale per questo livello di guida spirituale. Riceveranno insegnamenti sull'etica e sugli impegni specifici per il vajrayana e lo Dzogchen.
- Fare una tale richiesta formale è un passo serio, che dovrebbe venire solo dopo aver discusso con istruttori esperti sulla natura degli insegnamenti e su cosa significa ricevere questa guida. Dovrebbe essere basato su un solido fondamento di studio, pratica, indagine e contemplazione da parte dello studente, sviluppato su un certo periodo di tempo. È responsabilità del maestro vajrayana preparare lo studente alla relazione maestro-discepolo.
- Tali richieste formali sono completamente facoltative e volontarie e, se fatte da uno studente, costituiscono il consenso a questo livello di guida spirituale.



## **Per coloro che rappresentano Rigpa ad ogni livello**

Inoltre, mentre rappresentiamo Rigpa, in qualsiasi ruolo o posizione, rappresentiamo il Dharma e non solo evitiamo di agire in modo non etico, ma evitiamo anche qualsiasi sospetto o apparenza di cattiva condotta.

Ciò significa che eviteremo di:

- Sollecitare sponsorizzazioni o accettare regali e ospitalità in modo inappropriato.
- Agire per ottenere benefici finanziari o altri benefici materiali.
- Nascondere eventuali conflitti di interesse, che dobbiamo dichiarare.
- Rappresentare in modo errato le nostre qualifiche o posizioni, o approfittare degli altri a seconda del nostro ruolo e di qualsiasi autorità che comporti. Ciò include, per esempio, non entrare mai in una relazione intima con un/a partecipante durante un evento, ritiro, corso o qualsiasi situazione durante la quale siamo percepiti come detentori di una posizione di autorità o potere. In altre circostanze, ci si aspetta che qualsiasi relazione intima sia basata sul rispetto reciproco e sia apertamente ammessa, ossia non mantenuta in segretezza.

Inoltre vogliamo:

- Essere responsabili delle nostre decisioni e azioni davanti al Consiglio della Visione di Rigpa, agli organi nazionali, e agli studenti di Rigpa, in conformità con le procedure stabilite.
- Portare, rapidamente e accuratamente, ogni conflitto che possiamo avere con la visione e la missione di Rigpa davanti ai nostri organi nazionali.

## Per gli istruttori

*Questa sezione è specifica per gli istruttori.*

Gli istruttori sostengono la visione e la missione di Rigpa, ed è compito degli istruttori Rigpa di assumersi la responsabilità di essere tanto competenti ed eruditi quanto richiesto, di mantenere l'autodisciplina e di essere gentili e cordiali.

Onoriamo la fiducia riposta in noi, portando avanti le nostre responsabilità al meglio delle nostre capacità e con l'obiettivo di mantenere l'autenticità del Dharma.

In tal modo, ci sforziamo di praticare le trascendenti generosità, disciplina, pazienza, entusiasmo, meditazione e saggezza, mentre allo stesso tempo perseguiamo qualità di altruismo, integrità, affidabilità, apertura, onestà, attendibilità e capacità di leadership.

Vogliamo:

- Riflettere profondamente e coltivare la nostra intenzione di *bodhicitta*.
- Mantenere studio e pratica, istruire solo su ciò che abbiamo studiato e praticato personalmente, e partecipare alla formazione continua degli istruttori, ove possibile.
- Rispettare i confini appropriati tra il nostro ruolo di istruttore di Dharma e altri ruoli professionali concorrenti che siamo qualificati a svolgere (come quello di consulente, professionista della salute, terapeuta, psicologo o psichiatra).
- Accettare le decisioni prese dai gruppi di istruttori competenti nel nostro paese, comprese le decisioni relative all'opportunità di ogni aspetto del nostro ruolo di istruttore.
- Informare il nostro gruppo di istruttori di qualsiasi elemento della nostra storia personale o situazione di vita attuale che possa avere un impatto negativo sul nostro ruolo di istruttore.
- Gestire le nostre interazioni personali con gli studenti con riservatezza e, ove opportuno e concordato con lo studente, comunicare le decisioni prese.
- Garantire che il materiale riservato, ad esempio il materiale riguardante le singole persone, sia trattato con attenzione e sensibilità.

## **Per gli insegnanti**

*Questa sezione è specifica per i maestri Vajrayana e Dzogchen qualificati.*

Nel caso dei maestri qualificati di vajrayana e Dzogchen, ci sono requisiti e impegni specifici per i tantra, e basati interamente sulla bodhicitta, con la quale dovranno avere assoluta dimestichezza. Ogni rapporto tra uno studente e un insegnante è unico e basato sul reciproco consenso. Evidenziamo quanto segue:

- È responsabilità dell'insegnante preparare lo studente alla relazione maestro-discepolo. Questa relazione deve essere avviata consapevolmente e tramite la richiesta formale dello studente. Ma lo studente deve prima creare una solida base di studio, pratica, indagine e contemplazione e anche discutere con istruttori esperti sulla natura degli insegnamenti e su cosa significa ricevere questo livello di guida spirituale.
- È perfettamente accettabile, nel contesto del rapporto tra maestro e discepolo, sia per il maestro che per lo studente rendere note le proprie delimitazioni, e per lo studente cercare dei chiarimenti da parte dell'insegnante, col sostegno di studenti anziani, o istruttori o insegnanti.

## **Per i Consigli e i comitati di gestione**

*Questa sezione è specifica per Consigli e i comitati di gestione.*

Ci impegniamo a rispettare i più elevati standard dirigenziali delle nostre organizzazioni, a rispettare i requisiti normativi e legislativi e a mantenere i più elevati standard di trasparenza finanziaria.

Il chiarimento o la segnalazione di qualsiasi condotta scorretta viene effettuata attraverso il Procedimento di reclamo. Il primo passo è contattare un membro dell'organismo responsabile locale o un istruttore o il consiglio nazionale. C'è anche una procedura di ricorso a un consiglio internazionale. Ulteriori dettagli sono forniti nel Procedimento di reclamo.

Questo è un documento in fieri che sarà revisionato periodicamente.

## Fonti

Le fonti includono:

- *Le parole del mio perfetto maestro* di Patrul Rinpoche, Ubaldini editore
- *Nine Ways to Benefit Beings* (Nove modi per beneficiare gli esseri) di Patrul Rinpoche
- *Perfect Conduct* di Dudjom Rinpoche
- *The Teacher-Student Relationship* (La relazione insegnante-studente) di Jamgön Kongtrul Lodrö Tayé
- *Light of Wisdom* (Luce di saggezza) (Vol. 1, Vol. 2, Vol. 3, Vol. 4) di Padmasambhava, con commentario di Jamgon Kongtrul
- *The Treasury of Precious Qualities* (Il tesoro delle qualità preziose) (Vol. 1, Vol. 2) di Jigme Lingpa

## **Glossario**

Per ogni termine buddhista specifico usato in questo documento, si prega di riferirsi a : <http://www.rigpawiki.org>.

### **Bodhicitta**

È il desiderio compassionevole e l'impegno di condurre noi stessi e gli altri alla completa illuminazione.

### **Dharma**

Si riferisce agli insegnamenti del Buddha (Skt. Buddhadharma). Ha molte sfumature di significato, compreso 'il sentiero spirituale', o 'spiritualità' in generale. Si riferisce ugualmente ai fenomeni, cioè a cose ed eventi.

### **Dzogchen**

O Dzogpachenpo significa la 'Grande Perfezione' o la 'Grande Completezza'. Si riferisce agli insegnamenti più elevati delle prime scuole di traduzione del buddhismo tibetano.

### **I cinque voti o precetti laici**

Sono delle linee guida per una condotta etica, che possono essere presi come voti formali, tutti insieme o individualmente: non uccidere, non rubare, non mentire, non avere una condotta sessuale scorretta e non assumere intossicanti.

### **I quattro incommensurabili**

Amorevolezza, compassione, gioia ed equanimità; sviluppare al massimo questi incommensurabili fornisce la motivazione e la pratica per addestrare la mente alla bodhicitta.

### **Le otto preoccupazioni mondane o gli otto dharma samsarici**

Cioè quando le azioni sono dominate da aspettative e paure o timore (aspettativa della felicità/ paura della sofferenza; aspettativa della fama/ paura dell'insignificanza; aspettativa della lode/ paura del biasimo; aspettativa del guadagno/ paura della perdita).

### **Maestro radice**

Significa 'maestro principale' e descrive specialmente colui/colei che presenta la natura della mente allo studente.

### **Mahayana**

Significa il grande veicolo, o veicolo universale. L'essenza del Mahayana è l'aspirazione a conseguire la buddhità come unico mezzo per aiutare tutti gli esseri a trovare la liberazione dalla sofferenza. Questa aspirazione viene chiamata bodhicitta, il 'cuore della mente illuminata', ed è realizzata sia a livello assoluto (saggezza) che a livello relativo (compassione).

### **Nangpa**

È la parola usata in tibetano per 'buddhista' e significa 'colui che guarda all'interno' (inside-er): chi cerca la verità non all'esterno ma nella vera natura della mente.

### **Natura della mente**

Viene definita come l'unità inseparabile di consapevolezza e vacuità, che è la base per l'apparenza dei pensieri e delle emozioni, che consideriamo abitualmente come la nostra 'mente'.

### **Natura di Buddha**

si riferisce al fatto che tutti gli esseri hanno la stessa natura e potenziale per l'illuminazione.

### **Samaya**

Significa una affermazione, o dichiarazione che è vera, autentica, pura, reale; e si riferisce agli impegni del Vajrayana assunti quando si riceve un'abilitazione (abhisheka). 'Mantenere il samaya' può essere spiegato semplicemente come impegnarsi in un modo che sia in armonia con la verità.

### **Sangha**

È il termine per la comunità di praticanti che seguono gli insegnamenti del Buddha.

### **Sei paramita**

Sono la 'bodhicitta in azione' e costituiscono l'addestramento di un bodhisattva.

### **Tantra**

Sono i testi chiave del Vajrayana.

### **Vajrayana**

O 'Veicolo di Vajra' si riferisce agli insegnamenti e alle pratiche che risiedono al cuore della tradizione buddhista Mahayana del Tibet. Basato sulla motivazione della bodhicitta - il desiderio di conseguire, per il bene altrui, lo stato della completa illuminazione – Attraverso potenti metodi per accumulare merito e saggezza, come le pratiche di visualizzazione, recitazione di mantra e meditazione, il praticante giunge rapidamente a una diretta realizzazione della natura di Buddha e della natura stessa della realtà.