

## DUKKHA

**Dukkha** si riferisce alla implicita incapacità di soddisfare, alla incompletezza, l'imperfezione, l'insicurezza di tutti i fenomeni condizionati che, poichè cambiano sempre, sono sempre soggetti a causare sofferenza.

**Dukkha**, letteralmente, significa intollerabile, insostenibile, difficilmente durevole, imperfetto, insoddisfacente o incapace di procurare felicità perfetta.

**Dukkha** si riferisce a tutte le forme di spiacevolezza: dai grossolani dolori corporei e dalla sofferenza implicita nella vecchiaia, malattia e morte, a sentimenti sottili, come quello causato dall'essere separati da ciò che piace o dall'essere uniti a ciò che non piace, e a raffinati stati mentali come la monotonia, la noia, l'inquietudine, l'agitazione, etc.

Questo è uno dei concetti più fraintesi e uno dei più importanti per lo sviluppo spirituale.

J.Coleman



International Meditation Center Italia

e-mail: [info@imcitalia.it](mailto:info@imcitalia.it)

web: [www.imcitalia.it](http://www.imcitalia.it)