



Récitations du Dhamma pour la motivation et l'inspiration

“pañcime, bhikkhave, ānisaṃsā
dhammassavane. katame pañca? assutaṃ
suṇāti, suttaṃ pariyodāpeti, kaṅkhaṃ vitarati,
diṭṭhiṃ ujum karoti, cittaṃ massa pasīdati. ime
kho, bhikkhave, pañca ānisaṃsā
dhammassavane”ti.

Il y a, bhikkhous, ces cinq bienfaits à l'écoute du Dhamma. Quels sont ces cinq? On entend ce qu'on n'a pas entendu, on clarifie ce qu'on a entendu, on supprime les doutes, on rectifie ses vues et l'esprit devient serein. Voici, bhikkhous, quels sont ces cinq bienfaits de l'écoute du Dhamma.

AN 5.202

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-202.html>

Publié comme un don du Dhamma, pour être distribué librement, à des fins non lucratives.



Ce travail est sous une [License Internationale Creative Commons 4.0 avec Attribution, Usage non-commercial et Partage sous mêmes conditions](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Sommaire

(hyperliens)

[Développer l'esprit \(AN 1.21 etc.\)](#)
[Protéger l'esprit \(AN 1.31 etc.\)](#)
[Malheur ou bonheur \(AN 1.82 etc.\)](#)
[Confusion \(AN 1.114 etc.\)](#)
[Existence \(AN 1.328 etc.\)](#)
[Il y en a peu \(AN 1.334 etc.\)](#)
[Une acquisition \(AN 1.378 etc.\)](#)
[Kayagatasati \[1\] \(AN 1.575 etc.\)](#)
[Kayagatasati \[2\] \(AN 1.616 etc.\)](#)
[Qu'il ne reste que la peau \(AN 2.5\)](#)
[Bien-être \(AN 2.65 etc.\)](#)
[Pas de satiété \(AN 3.109\)](#)
[Sujets de réflexion \(AN 5.57\)](#)
[Pour les néophytes \(AN 5.114\)](#)
[L'exaltation de la solitude \(AN 5.176\)](#)
[Connaissances personnelles \(AN 5.27\)](#)
[Bien-être \(AN 6.78\)](#)
[Écouter le Dhamma \(AN 5.202\)](#)

[Restreinte \(AN 6.50\)](#)
[Bienfaits de sotapatti \(AN 6.97\)](#)
[Aucun assureur \(AN 4.182\)](#)
[Nobles quêtes \(AN 4.255\)](#)
[Perception de l'inconstance \(AN 6.102\)](#)
[Perception du mal-être \(AN 6.103\)](#)
[Perception du non-soi \(AN 6.104\)](#)
[Pensées d'Anourouddha \(AN 8.30\)](#)
[Enracinées dans l'appétence \(AN 9.23\)](#)
[Bienfaits de Metta \(AN 11.15\)](#)
[Sereins \(SN 1.10\)](#)
[Activation de l'énergie \(SN 12.22\)](#)
[Qui voit le Dhamma \(SN 22.87\)](#)
[L'île \(SN 47.13\)](#)
[Bien-être et plaisance \(AN 6.78\)](#)
[Aspects \(SN 56.19\)](#)
[Quitter le foyer \(AN 4.198\)](#)
[L'éléphant \(AN 9.40\)](#)

Glossaire

Développer l'esprit (AN 1)

21. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ abhāviṭaṃ akammaniyaṃ hoti yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, abhāviṭaṃ akammaniyaṃ hotī”ti.

22. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ bhāviṭaṃ kammaniyaṃ hoti yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, bhāviṭaṃ kammaniyaṃ hotī”ti.

23. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ abhāviṭaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, abhāviṭaṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

24. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ bhāviṭaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, bhāviṭaṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

25. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ abhāviṭaṃ apātubhūtaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, abhāviṭaṃ apātubhūtaṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

26. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ bhāviṭaṃ pātubhūtaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, bhāviṭaṃ pātubhūtaṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

27. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ abhāviṭaṃ abahulīkataṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, abhāviṭaṃ abahulīkataṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

28. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ bhāviṭaṃ bahulīkataṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, bhāviṭaṃ bahulīkataṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

29. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi

21. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas développée, est aussi immaniabable que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas développé, est immaniabable.”

22. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est développée, est aussi maniable que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est développé, est maniable.”

23. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas développée, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas développé, mène à un grand malheur.”

24. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est développée, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est développé, mène à un grand bonheur.”

25. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas développée, lorsque [ses potentiels] ne sont pas rendus manifestes, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas développé, lorsque [ses potentiels] ne sont pas rendus manifestes, mène à un grand malheur.”

26 “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est développée, lorsque [ses potentiels] sont rendus manifestes, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est développé, lorsque [ses potentiels] sont rendus manifestes, mène à un grand bonheur.”

27 “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas développée, lorsqu'elle n'est pas agrandie, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas développé, lorsqu'il n'est pas agrandi, mène à un grand malheur.”

28. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est développée, lorsque est agrandie, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est développé, lorsqu'il est agrandi, mène à un grand bonheur.”

29. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui,

samanupassāmi yaṃ evaṃ abhāvitāṃ abahulīkatāṃ dukkhādhivahaṃ hoti yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, abhāvitāṃ abahulīkatāṃ dukkhādhivahaṃ hoti”ti.

30. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ bhāvitāṃ bahulīkatāṃ sukhādhivahaṃ hoti yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, bhāvitāṃ bahulīkatāṃ sukhādhivahaṃ hoti”ti.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-021-030.html>

Protéger l'esprit (AN 1)

31. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ adantaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, adantaṃ mahato anattāya saṃvattati”ti.

32. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ dantaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, dantaṃ mahato atthāya saṃvattati”ti.

33. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ aguttaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, aguttaṃ mahato anattāya saṃvattati”ti.

34. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ guttaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, guttaṃ mahato atthāya saṃvattati”ti.

35. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ arakkhitaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, arakkhitaṃ mahato anattāya saṃvattati”ti.

36. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ rakkhitaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, rakkhitaṃ mahato atthāya saṃvattati”ti.

37. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi

lorsqu'elle n'est pas développée, lorsqu'elle n'est pas agrandie, apporte autant de mal-être que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas développé, lorsqu'il n'est pas agrandi, apporte le mal-être.”

30. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est développée, lorsque est agrandie, apporte autant de bien-être que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est développé, lorsqu'il est agrandi, apporte le bien-être.”

31. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas apprivoisée, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas apprivoisé, mène à un grand malheur.”

32. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est apprivoisée, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est apprivoisé, mène à un grand bonheur.”

33. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas surveillée, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas surveillé, mène à un grand malheur.”

34. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est surveillée, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est surveillé, mène à un grand bonheur.”

35. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas protégée, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas protégé, mène à un grand malheur.”

36. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est protégée, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est protégé, mène à un grand bonheur.”

37. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui,

samanupassāmi yaṃ evaṃ asaṃvutaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, asaṃvutaṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

38. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ saṃvutaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, saṃvutaṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

39. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ adantaṃ aguttaṃ arakkhitaṃ asaṃvutaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, adantaṃ aguttaṃ arakkhitaṃ asaṃvutaṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

40. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yaṃ evaṃ dantaṃ guttaṃ rakkhitaṃ saṃvutaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, cittaṃ. cittaṃ, bhikkhave, dantaṃ guttaṃ rakkhitaṃ saṃvutaṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

lorsqu'elle n'est pas restreinte, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas restreint, mène à un grand malheur.”

38. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est restreinte, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est restreint, mène à un grand bonheur.”

39. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle n'est pas apprivoisée, pas surveillée, pas protégée, pas restreinte, mène à un aussi grand malheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il n'est pas apprivoisé, pas surveillé, pas protégé, pas restreint, mène à un grand malheur.”

40. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui, lorsqu'elle est apprivoisée, surveillée, protégée, restreinte, mène à un aussi grand bonheur que l'esprit. L'esprit, bhikkhous, lorsqu'il est apprivoisé, surveillé, protégé, restreint, mène à un grand bonheur.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-031-040.html>

Malheur ou bonheur (AN 1)

82. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, pamādo. pamādo, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

82. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que la négligence. La négligence, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

83. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, appamādo. appamādo, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

83. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que la diligence. La diligence, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

84. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, kosajjaṃ. kosajjaṃ, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

84. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que la paresse. La paresse, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

85. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, vīriyārambho. vīriyārambho, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

85. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que l'activation de l'énergie. L'activation de l'énergie, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

86. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi

86. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui

samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, mahicchatā. mahicchatā, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

87. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, appicchatā. appicchatā, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

88. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, asantuṭṭhitā. asantuṭṭhitā, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

89. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, santuṭṭhitā. santuṭṭhitā, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

90. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, ayoniso manasikāro. ayonisomanasikāro, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

91. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, yoniso manasikāro. yonisomanasikāro, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

92. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, asampajaññaṃ. asampajaññaṃ, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

93. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, sampajaññaṃ. sampajaññaṃ, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

94. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, pāpamittatā. pāpamittatā, bhikkhave, mahato anattāya saṃvattatī”ti.

95. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, kalyāṇamittatā. kalyāṇamittatā, bhikkhave, mahato atthāya saṃvattatī”ti.

96. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi

mène à un aussi grand malheur que d'avoir d'intenses désirs. Avoir d'intenses désirs, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

87. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que d'avoir peu de désirs. Avoir peu de désirs, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

88. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que le mécontentement. Le mécontentement, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

89. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que le contentement. Le contentement, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

90. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que les considérations à mauvais escient. Les considérations à mauvais escient, bhikkhous, mènent à un grand malheur.”

91. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que les considérations à bon escient. Les considérations à bon escient, bhikkhous, mènent à un grand bonheur.”

92. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que le manque de compréhension attentive. Le manque de compréhension attentive, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

93. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que la compréhension attentive. La compréhension attentive, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

94. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand malheur que la mauvaise amitié. La mauvaise amitié, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

95. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que l'amitié bienfaisante. L'amitié bienfaisante, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

96. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui

samanupassāmi yo evaṃ mahato anattāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, anuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ. anuyogo, bhikkhave, akusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ mahato anattāya saṃvattatī”ti.

97. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ mahato atthāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, anuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ. anuyogo, bhikkhave, kusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ mahato atthāya saṃvattatī”ti.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-082-097.html>

Confusion et disparition du Dhamma authentique (AN 1)

114. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, pamādo, pamādo, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

115. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, appamādo, appamādo, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

116. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, kosajjaṃ, kosajjaṃ, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

117. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, vīriyārambho, vīriyārambho, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

118. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, mahicchatā, mahicchatā, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

mène à un aussi grand malheur que s'engager dans les états mentaux désavantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux avantageux. S'engager dans les états mentaux désavantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux avantageux, bhikkhous, mène à un grand malheur.”

97. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à un aussi grand bonheur que s'engager dans les états mentaux avantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux désavantageux. S'engager dans les états mentaux avantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux désavantageux, bhikkhous, mène à un grand bonheur.”

114. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que la négligence. La négligence, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

115. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintien, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que la diligence. La diligence, bhikkhous, mène au maintien, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

116. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que la paresse. La paresse, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

117. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintien, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que l'activation de l'énergie. L'activation de l'énergie, bhikkhous, mène au maintien, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

118. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que d'avoir d'intenses désirs. Avoir d'intenses désirs, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma

119. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, appicchatā. appicchatā, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

120. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, asantuṭṭhitā. asantuṭṭhitā, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

121. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, santuṭṭhitā. santuṭṭhitā, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

122. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, ayoniso manasikāro. ayonisomanasikāro, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

123. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, yoniso manasikāro. yonisomanasikāro, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

124. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, asampajaññaṃ. asampajaññaṃ, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

125. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, sampajaññaṃ. sampajaññaṃ, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

126. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave,

authentique.”

119. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que d'avoir peu de désirs. Avoir peu de désirs, bhikkhous, mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

120. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que le mécontentement. Le mécontentement, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

121. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que le contentement. Le contentement, bhikkhous, mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

122. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que les considérations à mauvais escient. Les considérations à mauvais escient, bhikkhous, mènent à un grand malheur.”

123. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que les considérations à bon escient. Les considérations à bon escient, bhikkhous, mènent à un grand bonheur.”

124. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que le manque de compréhension attentive. Le manque de compréhension attentive, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

125. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que la compréhension attentive. La compréhension attentive, bhikkhous, mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

126. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que la mauvaise amitié. La

pāpamittatā. pāpamittatā, bhikkhave, saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

127. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, kalyāṇamittatā. kalyāṇamittatā, bhikkhave, saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

128. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, anuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ. anuyogo, bhikkhave, akusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ saddhammassa sammosāya antaradhānāya saṃvattatī”ti.

129. “nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekadhammampi samanupassāmi yo evaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattati yathayidaṃ, bhikkhave, anuyogo kusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ. anuyogo, bhikkhave, kusalānaṃ dhammānaṃ, ananuyogo akusalānaṃ dhammānaṃ saddhammassa ṭhitiyā asammosāya anantaradhānāya saṃvattatī”ti.

mauvaise amitié, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

127. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que l'amitié bienfaisante. L'amitié bienfaisante, bhikkhous, mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

128. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique, autant que s'engager dans les états mentaux désavantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux avantageux. S'engager dans les états mentaux désavantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux avantageux, bhikkhous, mène à la confusion et la disparition du Dhamma authentique.”

129. “Bhikkhous, je ne vois aucune autre chose qui mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique, autant que s'engager dans les états mentaux avantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux désavantageux. S'engager dans les états mentaux avantageux et ne pas s'engager dans les états mentaux désavantageux, bhikkhous, mène au maintient, à la non-confusion et la non-disparition du Dhamma authentique.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-114-129.html>

Existence (AN 1)

328. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakopi gūtho duggandho hoti; evamevaṃ kho ahaṃ, bhikkhave, appamattakampi bhavaṃ na vaṇṇemi, antamaso accharāsaṅghātamattampi”.

329. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakampi muttaṃ duggandhaṃ hoti; evamevaṃ kho ahaṃ, bhikkhave, appamattakampi bhavaṃ na vaṇṇemi, antamaso accharāsaṅghātamattampi”.

330. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakopi kheḷo

328. “Tout comme, bhikkhous, même une toute petite quantité d'excréments est malodorante, je ne recommande pas même une toute petite quantité d'existence, ne serait-ce que pour le temps d'un claquement de doigts.”

329. “Tout comme, bhikkhous, même une toute petite quantité d'urine est malodorante, je ne recommande pas même une toute petite quantité d'existence, ne serait-ce que pour le temps d'un claquement de doigts.”

330. “Tout comme, bhikkhous, même une toute petite

duggandho hoti; evamevaṃ kho ahaṃ, bhikkhave, appamattakampi bhavaṃ na vaṇṇemi, antamaso accharāsaṅghātamattampi”.

331. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakopi pubbo duggandho hoti; evamevaṃ kho ahaṃ, bhikkhave, appamattakampi bhavaṃ na vaṇṇemi, antamaso accharāsaṅghātamattampi”.

332. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakampi lohitaṃ duggandhaṃ hoti; evamevaṃ kho ahaṃ, bhikkhave, appamattakampi bhavaṃ na vaṇṇemi, antamaso accharāsaṅghātamattampi”.

quantité de salive est malodorante, je ne recommande pas même une toute petite quantité d'existence, ne serait-ce que pour le temps d'un claquement de doigts.”

331. “ Tout comme, bhikkhous, même une toute petite quantité de pus est malodorante, je ne recommande pas même une toute petite quantité d'existence, ne serait-ce que pour le temps d'un claquement de doigts.”

332. “Tout comme, bhikkhous, même une toute petite quantité de sang est malodorante, je ne recommande pas même une toute petite quantité d'existence, ne serait-ce que pour le temps d'un claquement de doigts.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-328-332.html>

Il y en a peu (AN 1)

334. “seyyathāpi, bhikkhave, appamattakaṃ imasmiṃ jambudīpe ārāmarāmaṇeyyakaṃ vanarāmaṇeyyakaṃ bhūmirāmaṇeyyakaṃ pokkharāṇirāmaṇeyyakaṃ; atha kho etadeva bahutaraṃ yadidaṃ ukkūlavikūlaṃ nadīviduggaṃ khāṇukaṇṭakatthānaṃ pabbatavisamaṃ; evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye manussesu paccājāyanti; atha kho eteva sattā bahutarā ye aññatra manussehi paccājāyanti.

336... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye paññavanto ajaḷā aneḷamūgā paṭibalā subhāsītadubbhāsītassa atthamaññātum; atha kho eteva sattā bahutarā ye duppaññā jaḷā eḷamūgā na paṭibalā subhāsītadubbhāsītassa atthamaññātum.

337... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye ariyena paññācakkhunā samannāgatā; atha kho eteva sattā bahutarā ye avijjāgatā sammūḷhā.

339... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye labhanti tathāgatappaveditaṃ dhammavinayaṃ savanāya; atha kho eteva sattā bahutarā ye na labhanti tathāgatappaveditaṃ

334. “Tout comme, bhikkhous, dans ce Jambudīpa, il y a peu de parcs agréables, de forêts agréables, de paysages agréables ou de lacs agréables, mais il y a beaucoup plus de pentes et de collines, de gués difficilement franchissables, d'endroits remplis de souches et d'épines et de montagnes escarpées; de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui naissent parmi les humains, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui naissent autre part que parmi les humains.”

336... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui sont doués de discernement, intelligents, perspicaces, capables d'analyser le sens de ce qui a été bien dit ou mal dit, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui ont peu de discernement, sont peu intelligents, peu perspicaces, qui ne sont pas capables d'analyser le sens de ce qui a été bien dit ou mal dit.”

337... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui obtiennent le noble œil du discernement, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui sont dans l'ignorance, baignés dans l'illusionnement.”

339... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui ont l'opportunité d'entendre l'Enseignement-et-Discipline professés par le Tathāgata, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui n'ont pas l'opportunité

dhammavinayaṃ savanāya.

340... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye sutvā dhammaṃ dhārenti; atha kho eteva sattā bahutarā ye sutvā dhammaṃ na dhārenti.

341... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye dhātānaṃ dhammānaṃ atthaṃ upaparikkhanti; atha kho eteva sattā bahutarā ye dhātānaṃ dhammānaṃ atthaṃ na upaparikkhanti.

342... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye atthamaññāya dhammamaññāya dhammānudhammaṃ paṭipajjanti; atha kho eteva sattā bahutarā ye atthamaññāya dhammamaññāya dhammānudhammaṃ na paṭipajjanti.

343... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye saṃvejaniyesu ṭhānesu saṃvijjanti; atha kho eteva sattā bahutarā ye saṃvejaniyesu ṭhānesu na saṃvijjanti.

344... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye saṃviggā yoniso padahanti; atha kho eteva sattā bahutarā ye saṃviggā yoniso na padahanti.

345... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye vavassaggārammaṇaṃ karitvā labhanti samādhiṃ labhanti cittassekaggataṃ; atha kho eteva sattā bahutarā ye vavassaggārammaṇaṃ karitvā na labhanti samādhiṃ na labhanti cittassekaggataṃ.

347... evamevaṃ kho, bhikkhave, appakā te sattā ye attharasassa dhammarasassa vimuttirasassa lābhino; atha kho eteva sattā bahutarā ye attharasassa dhammarasassa vimuttirasassa na lābhino. tasmātiha, bhikkhave, evaṃ sikkhitabbaṃ: attharasassa dhammarasassa vimuttirasassa lābhino bhavissāmāti. evaṃhi vo, bhikkhave, sikkhitabbanti.

d'entendre l'Enseignement-et-Discipline professés par le Tathāgata.”

340... sde la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui, ayant entendu le Dhamma, le gardent à l'esprit, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui, ayant entendu le Dhamma, ne le gardent pas à l'esprit.”

341... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui, ayant gardé le Dhamma à l'esprit, examinent son sens, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui, ayant gardé le Dhamma à l'esprit, n'examinent pas son sens.”

342... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui, ayant compris le sens, ayant compris le Dhamma, le pratiquent en accord avec l'ordre des choses, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui, ayant compris le sens, ayant compris le Dhamma, ne le pratiquent pas en accord avec l'ordre des choses.”

343... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui sont motivés par ce qui est motivant, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui ne sont pas motivés par ce qui est motivant.”

344... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui, ayant été touchés, s'exercent à bon escient, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui, ayant été touchés, ne s'exercent pas à bon escient.”

345... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui, ayant fait de la libération leur objet, obtiennent la concentration, obtiennent l'unité de l'esprit, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui, ayant fait de la libération leur objet, n'obtiennent pas la concentration, n'obtiennent pas l'unité de l'esprit.”

347... de la même manière, bhikkhous, il y a peu d'êtres vivants qui obtiennent le goût du bienfait, le goût du Dhamma, le goût de la délivrance, mais il y a beaucoup plus d'êtres vivants qui n'obtiennent pas le goût du bienfait, le goût du Dhamma, le goût de la délivrance. C'est pourquoi, bhikkhous, vous devriez vous entraîner ainsi: 'Nous obtiendrons le goût du bienfait, le goût du Dhamma, le goût de la délivrance. Voici comment vous devriez vous entraîner.”

Véritablement une acquisition (AN 1)

378. “addhamidaṃ, bhikkhave, lābhānaṃ yadidaṃ āraññikattaṃ”ti.

379. “addhamidaṃ, bhikkhave, lābhānaṃ yadidaṃ piṇḍapātikattaṃ”ti.

384. “addhamidaṃ, bhikkhave, lābhānaṃ yadidaṃ bāhusaccaṃ”ti.

392. “addhamidaṃ, bhikkhave, lābhānaṃ yadidaṃ appicchatā”ti.

393. “addhamidaṃ, bhikkhave, lābhānaṃ yadidaṃ appābādhatā”ti.

378. “Véritablement, bhikkhous, cela est une acquisition: être quelqu'un qui séjourne en forêt.

379. “Véritablement, bhikkhous, cela est une acquisition: être quelqu'un qui se nourrit d'aumônes.

384. “Véritablement, bhikkhous, cela est une acquisition: être quelqu'un qui connaît beaucoup de vérités.

392. “Véritablement, bhikkhous, cela est une acquisition: avoir peu de désirs.

393. “Véritablement, bhikkhous, cela est une acquisition: être en bonne santé.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-378-393.html>

Kayagatasati [1] (AN 1)

575. “yassa kassaci, bhikkhave, mahāsamuddo cetasā phuṭo antogadhā tassa kunnadiyo yā kāci samuddaṅgamā; evamevaṃ, bhikkhave, yassa kassaci kāyagatā sati bhāvitā bahulikatā antogadhā tassa kusalā dhammā ye keci vijjābhāgiyā”ti.

576. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato mahato saṃvegāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato mahato saṃvegāya saṃvattati”ti.

577. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato mahato atthāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato mahato atthāya saṃvattati”ti.

578. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato mahato yogakkhemāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato mahato yogakkhemāya saṃvattati”ti.

575. “Tout comme, bhikkhous, celui qui englobe le grand corps d'océans inclut également tous les cours d'eau qui s'y jettent, de la même manière, celui qui développe et pratique assidûment la présence d'esprit tournée vers le corps inclut également tous les états mentaux avantageux qui mènent à la connaissance correcte.”

576. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à une grande motivation. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à une grande motivation.”

577. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à un grand bonheur. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à un grand bonheur.”

578. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène au soulagement du joug. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène au

soulagement du joug.”

579. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato sati-sampajaññāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato sati-sampajaññāya saṃvattati”ti.

579. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à la présence d'esprit et à la compréhension attentive. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à la présence d'esprit et à la compréhension attentive.”

580. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato ñāṇa-dassana-ppaṭilābhāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato ñāṇa-dassana-ppaṭilābhāya saṃvattati”ti.

580. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à l'obtention de la connaissance et de la vision. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à l'obtention de la connaissance-et-vision.”

581. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato diṭṭha-dhamma-sukha-vihārāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato diṭṭha-dhamma-sukha-vihārāya saṃvattati”ti.

581. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à un séjour agréable dans le monde visible. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à un séjour agréable dans le monde visible.”

582. “ekadhammo, bhikkhave, bhāvito bahulīkato vijjā-vimutti-phala-sacchikiriyāya saṃvattati. katamo ekadhammo? kāyagatā sati. ayaṃ kho, bhikkhave, ekadhammo bhāvito bahulīkato vijjā-vimutti-phala-sacchikiriyāya saṃvattati”ti.

582. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à l'obtention du fruit de la connaissance correcte et de la délivrance. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, mène à l'obtention du fruit de la connaissance correcte et de la délivrance.”

583. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate kāyopi passambhati, cittampi passambhati, vitakkavicārāpi vūpasammanti, kevalāpi vijjābhāgiyā dhammā bhāvanāpāripūriṃ gacchanti. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate kāyopi passambhati, cittampi passambhati, vitakkavicārāpi vūpasammanti, kevalāpi vijjābhāgiyā dhammā bhāvanāpāripūriṃ gacchanti”ti.

583. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, le corps se calme, l'esprit se calme, les pensées et associations d'idées s'apaisent, et tous les états mentaux qui mènent à la connaissance correcte vont à la plénitude de leur développement. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, le corps se calme, l'esprit se calme, les pensées et associations d'idées s'apaisent, et tous les états mentaux qui mènent à la connaissance correcte vont à la plénitude de leur développement.”

584. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate anuppannā ceva akusalā dhammā nuppajjanti, uppannā ca akusalā dhammā pahiyanti. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate anuppannā ceva akusalā dhammā nuppajjanti, uppannā ca akusalā dhammā pahiyanti”ti.

584. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les états mentaux désavantageux qui n'étaient pas apparus ne viennent pas à apparaître, et les états mentaux désavantageux qui étaient apparus sont abandonnés. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les états mentaux désavantageux qui

n'étaient pas apparus ne viennent pas à apparaître, et les états mentaux désavantageux qui étaient apparus sont abandonnés.”

585. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate anuppannā ceva kusalā dhammā uppajjanti, uppannā ca kusalā dhammā bhīyyobhāvāya vepullāya saṃvattanti. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate anuppannā ceva kusalā dhammā uppajjanti, uppannā ca kusalā dhammā bhīyyobhāvāya vepullāya saṃvattanti”ti.

585. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les états mentaux avantageux qui n'étaient pas apparus viennent à apparaître, et les états mentaux avantageux qui étaient apparus augmentent et vont à leur plénitude. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les états mentaux avantageux qui n'étaient pas apparus viennent à apparaître, et les états mentaux avantageux qui étaient apparus augmentent et vont à leur plénitude.”

586. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate avijjā pahīyati. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate avijjā pahīyati”ti.

586. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, l'ignorance est abandonnée. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, l'ignorance est abandonnée.”

587. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate vijjā uppajjati. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate vijjā uppajjati”ti.

587. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, la connaissance correcte apparaît. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, la connaissance correcte apparaît.”

588. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate asmimāno pahīyati. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate asmimāno pahīyati”ti.

588. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, l'identification 'Je suis' est abandonnée. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, l'orgueil 'Je suis' est abandonné.”

589. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate anusayā samugghātaṃ gacchanti. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate anusayā samugghātaṃ gacchanti”ti.

589. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les inclinations latentes sont déracinées. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les inclinations latentes sont déracinées.”

590. “ekadhamme, bhikkhave, bhāvite bahulīkate saṃyojanā pahīyanti. katamasmiṃ ekadhamme? kāyagatāya satiyā. imasmiṃ kho, bhikkhave, ekadhamme bhāvite bahulīkate saṃyojanā pahīyanti”ti.

590. “Il y a une chose, bhikkhous, qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les entraves sont abandonnées. Quelle est cette chose? La présence d'esprit tournée vers le corps. Voici, bhikkhous, quelle est la chose qui lorsqu'elle est développée et pratiquée assidûment, les entraves sont abandonnées.”

Kayagatasati [2] (AN 1)

616. “amataṃ te, bhikkhave, na paribhuñjanti ye kāyagatāsatiṃ na paribhuñjanti. amataṃ te, bhikkhave, paribhuñjanti ye kāyagatāsatiṃ paribhuñjanti”ti.

617. “amataṃ tesam, bhikkhave, aparibhuttaṃ yesam kāyagatāsati aparibhuttā. amataṃ tesam, bhikkhave, paribhuttaṃ yesam kāyagatāsati paribhuttā”ti.

618. “amataṃ tesam, bhikkhave, pariḥiṇaṃ yesam kāyagatāsati pariḥiṇā. amataṃ tesam, bhikkhave, aparīḥiṇaṃ yesam kāyagatāsati aparīḥiṇā”ti.

619. “amataṃ tesam, bhikkhave, viraddhaṃ yesam kāyagatāsati viraddhā. amataṃ tesam, bhikkhave, āraddhaṃ yesam kāyagatāsati āraddhā”ti.

620. “amataṃ te, bhikkhave, pamādiṃsu ye kāyagatāsatiṃ pamādiṃsu. amataṃ te, bhikkhave, na pamādiṃsu ye kāyagatāsatiṃ na pamādiṃsu”.

621. “amataṃ tesam, bhikkhave, pamuṭṭhaṃ yesam kāyagatāsati pamuṭṭhā. amataṃ tesam, bhikkhave, appamuṭṭhaṃ yesam kāyagatāsati appamuṭṭhā”ti.

622. “amataṃ tesam, bhikkhave, anāseviṃ yesam kāyagatāsati anāsevitā. amataṃ tesam, bhikkhave, āseviṃ yesam kāyagatāsati āsevitā”ti.

623. “amataṃ tesam, bhikkhave, abhāviṃ yesam kāyagatāsati abhāvitā. amataṃ tesam, bhikkhave, bhāviṃ yesam kāyagatāsati bhāvitā”ti.

624. “amataṃ tesam, bhikkhave, abahulīkataṃ yesam kāyagatāsati abahulīkatā. amataṃ tesam, bhikkhave, bahulīkataṃ yesam kāyagatāsati bahulīkatā”ti.

625. “amataṃ tesam, bhikkhave, anabhiññātaṃ yesam kāyagatāsati anabhiññātā. amataṃ tesam, bhikkhave, abhiññātaṃ yesam kāyagatāsati abhiññātā”ti.

616. “Ils ne profitent pas du Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ne profitent pas de la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils profitent du Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui profitent de la présence d'esprit tournée vers le corps.”

617. “Ils n'ont pas bénéficié du Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas bénéficié de la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont bénéficié du Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont bénéficié de la présence d'esprit tournée vers le corps.”

618. “Ils ont manqué le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont manqué la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils n'ont pas manqué le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas manqué la présence d'esprit tournée vers le corps.”

619. “Ils ont perdu le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont perdu la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils n'ont pas perdu le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas perdu la présence d'esprit tournée vers le corps.”

620. “Ils ont négligé le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont négligé la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils n'ont pas négligé le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas négligé la présence d'esprit tournée vers le corps.”

621. “Ils ont oublié le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont oublié la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils n'ont pas oublié le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas oublié la présence d'esprit tournée vers le corps.”

622. “Ils n'ont pas poursuivi le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas poursuivi la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont poursuivi le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont poursuivi la présence d'esprit tournée vers le corps.”

623. “Ils n'ont pas développé le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas développé la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont développé le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont développé la présence d'esprit tournée vers le corps.”

624. “Ils n'ont pas pratiqué assidûment le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas pratiqué assidûment la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont pratiqué assidûment le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont pratiqué assidûment la présence d'esprit tournée vers le corps.”

625. “Ils n'ont pas connu le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas connu la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont connu le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont connu la présence d'esprit tournée vers le corps.”

626. “amataṃ tesam, bhikkhave, apariññātaṃ yesaṃ kāyagatāsati apariññātā. amataṃ tesam, bhikkhave, pariññātaṃ yesaṃ kāyagatāsati pariññātā”ti.

626. “Ils n'ont pas compris complètement le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui n'ont pas compris complètement la présence d'esprit tournée vers le corps. Ils ont compris complètement le Sans-Mort, bhikkhous, ceux qui ont compris complètement la présence d'esprit tournée vers le corps.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/01/an01-616-627.html>

Qu'il ne me reste que la peau (AN 2.5)

“dvinnāhaṃ, bhikkhave, dhammānaṃ upaññāsim: yā ca asantuṭṭhitā kusalesu dhammesu, yā ca appaṭivānitā padhānasmim. appaṭivānī sudāhaṃ, bhikkhave, padahāmi: ‘kāmaṃ taco ca nhāru ca aṭṭhi ca avasissatu, sarīre upasussatu maṃsalohitaṃ, yaṃ taṃ purisathāmena purisavīriyena purisaparakkamena pattabbaṃ na taṃ apāpuṇitvā vīriyassa saṅghānaṃ bhavissati’ti. tassa mayhaṃ, bhikkhave, appamādādhigatā sambodhi, appamādādhigato anuttaro yogakkhemo.

tumhe cepi, bhikkhave, appaṭivānaṃ padaheyyātha: ‘kāmaṃ taco ca nhāru ca aṭṭhi ca avasissatu, sarīre upasussatu maṃsalohitaṃ, yaṃ taṃ purisathāmena purisavīriyena purisaparakkamena pattabbaṃ na taṃ apāpuṇitvā vīriyassa saṅghānaṃ bhavissati’ti, tumhepi, bhikkhave, nacirasseva: yassatthāya kulaputtā sammadeva agārasmā anagāriyaṃ pabbajanti tadanuttaraṃ: brahmacariyapariyosānaṃ diṭṭheva dhamme sayāṃ abhiññā sacchikatvā upasampajja viharissatha.

tasmātiha, bhikkhave, evaṃ sikkhitabbaṃ: ‘appaṭivānaṃ padahissāma. kāmaṃ taco ca nhāru ca aṭṭhi ca avasissatu, sarīre upasussatu maṃsalohitaṃ, yaṃ taṃ purisathāmena purisavīriyena purisaparakkamena pattabbaṃ na taṃ apāpuṇitvā vīriyassa saṅghānaṃ bhavissati’ti. evañhi vo, bhikkhave, sikkhitabban”ti.

“Bhikkhous, il y a deux choses que j'ai bien apprises: l'insatisfaction avec les états mentaux avantageux [déjà acquis] et la persévérance dans l'effort. Je me suis efforcé avec persévérance: 'S'il le faut, qu'il ne me reste que la peau, les tendons et les os, que les chairs et le sang de mon corps s'assèchent, mais je ne relâcherai pas mon énergie sans avoir atteint ce qui est à atteindre par persévérance virile, par énergie virile, par ténacité virile.' C'est grâce à cette assiduité, bhikkhous, que j'ai atteint l'éveil, c'est grâce à l'assiduité que j'ai atteint le suprême soulagement du joug.

“Si vous aussi, bhikkhous, vous vous efforcez avec persévérance [en pensant:] 'S'il le faut, qu'il ne me reste que la peau, les tendons et les os, que les chairs et le sang de mon corps s'assèchent, mais je ne relâcherai pas mon énergie sans avoir atteint ce qui est à atteindre par persévérance virile, par énergie virile, par ténacité virile', alors vous aussi, bhikkhous, en peu de temps, vous entrerez et demeurerez dans ce monde visible, en l'ayant réalisée vous-même par connaissance directe, dans la suprême conclusion de la vie brahmique pour laquelle les fils de [bonne] famille quittent à juste titre la vie de foyer pour la vie sans foyer.

C'est pourquoi, bhikkhous, vous devriez vous entraîner ainsi: 'Nous nous efforcerons avec persévérance: “s'il le faut, qu'il ne me reste que la peau, les tendons et les os, que les chairs et le sang de mon corps s'assèchent, mais je ne relâcherai pas mon énergie sans avoir atteint ce qui est à atteindre par persévérance virile, par énergie virile, par ténacité virile”. Voici, bhikkhous, comment vous devriez vous entraîner.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/02/an02-005.html>

Bien-être (AN 2)

65. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Gihisukhañca pabbajitasukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ pabbajitasukha.

66. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Kāmasukhañca nekkhammasukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ nekkhammasukha.

67. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Upadhisukhañca nirupadhisukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ nirupadhisukha.

68. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Sāsavasukhañca anāsavasukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ anāsavasukha.

69. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Sāmisañca sukhaṃ nirāmisañca sukhaṃ. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ nirāmisaṃ sukha.

70. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Ariyasukhañca anariyasukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ ariyasukha.

71. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Kāyikañca sukhaṃ cetasikañca sukhaṃ. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ cetasikaṃ sukha.

72. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Sappītikañca sukhaṃ nippītikañca sukhaṃ. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ nippītikaṃ sukha.

73. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Sātasukhañca upekkhāsukhañca. Imāni

65. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être de l'homme de foyer et le bien-être du sans-foyer. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être du sans-foyer.”

66. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être de la sensualité et le bien-être du renoncement. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être du renoncement.”

67. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être du aux acquisitions et le bien-être sans acquisitions. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être sans acquisitions.”

68. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être accompagné d'impuretés mentales et le bien-être sans impuretés mentales. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être sans impuretés mentales.”

69. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être participant à la sensualité et le bien-être délivré de la sensualité. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être délivré de la sensualité.”

70. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être noble et le bien-être ignoble. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être noble.”

71. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être corporel et le bien-être mental. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être mental.”

72. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être accompagné d'exaltation et le bien-être sans exaltation. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être sans exaltation.”

73. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être agréable et le bien-être

kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ upekkhāsukha.

74. Dvemāni, bhikkhave, sukhāni. Katamāni dve? Samādhisukhañca asamādhisukhañca. Imāni kho, bhikkhave, dve sukhāni. Etadaggaṃ, bhikkhave, imesaṃ dvinnaṃ sukhānaṃ yadidaṃ samādhisukha.

d'équanimité. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être d'équanimité.”

74. “Il y a, bhikkhous, ces deux [types de] bien-être. Quels sont ces deux? Le bien-être de la concentration et le bien-être sans concentration. Voici quels sont ces deux [types de] bien-être. De ces deux [types de] bien-être, le plus élevé est le bien-être de la concentration.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/02/an02-065.html>

Pas de satiété (AN 3.109)

“tiṇṇaṃ, bhikkhave, paṭisevanāya natthi titti. katamesaṃ tiṇṇaṃ? soppassa, bhikkhave, paṭisevanāya natthi titti. surāmerayaṇānassa, bhikkhave, paṭisevanāya natthi titti. methunadhammasamāpattiyā, bhikkhave, paṭisevanāya natthi titti. imesaṃ, bhikkhave, tiṇṇaṃ paṭisevanāya natthi titti”ti.

“Bhikkhous, il y a trois laisser-aller dans lesquels on ne trouve pas de satiété. Quels sont ces trois? On ne trouve pas de satiété dans le laisser-aller au sommeil. On ne trouve pas de satiété dans le laisser-aller aux liqueurs et boissons fermentées. On ne trouve pas de satiété dans le laisser-aller au rapport sexuel. Voici, bhikkhous, quels sont les trois laisser-aller dans lesquels on ne trouve pas de satiété.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/03/an03-109.html>

Sujets de réflexion (AN 5.57)

“pañcimāni, bhikkhave, tñānāni abhiñhaṃ paccavekkhitabbāni itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā. katamāni pañca?

“Ces cinq sujets de réflexion, bhikkhous, devraient être médités souvent par les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison que les sans-foyer. Quels sont ces cinq?

‘jarādhammomhi, jaraṃ anatīto’ti abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā.

Les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison que les sans-foyer, devraient méditer souvent: 'Je suis par nature voué au vieillissement, je ne suis pas exempt du vieillissement'.

‘byādhidhammomhi, byādhiṃ anatīto’ti abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā.

Les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison que les sans-foyer, devraient méditer souvent: 'Je suis par nature voué à la maladie, je ne suis pas exempt de la maladie'.

‘maraṇadhammomhi, maraṇaṃ anatīto’ti abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā.

Les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison que les sans-foyer, devraient méditer souvent: 'Je suis par nature voué à la mort, je ne suis pas exempt de la mort'.

‘sabbehi me piyehi manāpehi nānābhāvo
vinābhāvo’ti abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ itthiyā
vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā.

‘kammassakomhi, kammadāyādo kammayoni
kammabandhu kammaṭṭisaraṇo. yaṃ kammaṃ
karissāmi: kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā: tassa dāyādo
bhavissāmi’ti abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ
itthiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena
vā.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-057.html>

Pour les néophytes (AN 5.114)

“ye te, ānanda, bhikkhū navā acirapabbajitā
adhunāgatā imaṃ dhammavinayaṃ, te vo, ānanda,
bhikkhū pañcasu dhammesu samādapetabbā
nivesetabbā patiṭṭhāpetabbā. katamesu pañcasu?”

‘etha tumhe, āvuso, sīlavā hotha,
pātimokkhasaṃvarasaṃvutā viharatha
ācāragocarasampannā aṇumattesu vajjesu
bhayadassāvino, samādāya sikkhatha sikkhāpadesū’ti:
iti pātimokkhasaṃvare samādapetabbā nivesetabbā
patiṭṭhāpetabbā.

“‘etha tumhe, āvuso, indriyesu guttadvārā viharatha
ārakkhasatino nipakkasatino, sārakkhitamānasā
satārakkhena cetasā samannāgatā’ti: iti
indriyasaṃvare samādapetabbā nivesetabbā
patiṭṭhāpetabbā.

“‘etha tumhe, āvuso, appabhassā hotha, bhasse
pariyantakārino’ti: iti bhassapariyante
samādapetabbā nivesetabbā patiṭṭhāpetabbā.

“‘etha tumhe, āvuso, āraññikā hotha,
araññavanapatthāni pantāni senāsanāni
paṭisevathā’ti: iti kāyavūpakāse samādapetabbā
nivesetabbā patiṭṭhāpetabbā.

“‘etha tumhe, āvuso, sammādiṭṭhikā hotha
sammādassanena samannāgatā’ti: iti sammādassane
samādapetabbā nivesetabbā patiṭṭhāpetabbā.

ye te bhikkhū navā acirapabbajitā adhunāgatā imaṃ

Les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison
que les sans-foyer, devraient méditer souvent: 'Je serai
séparé et dissocié de tout ce qui m'est cher et agréable'.

Les femmes et les hommes, aussi bien les gens de maison
que les sans-foyer, devraient méditer souvent: 'Je suis le
détenteur de mes actions, l'héritier de mes actions, né
de mes actions, lié à mes actions, protégé par mes
actions; quelque action que je réalise, bénéfique ou
mauvaise, j'en deviendrai l'héritier'.

“Les bhikkhous, Ānanda, qui sont néophytes, ayant
quitté le foyer depuis peu, qui sont récemment venus
à cet Enseignement-et-Discipline, tu devrais les
inciter, les fixer, les installer dans cinq choses. Quelles
sont ces cinq?”

*'Allez, mes amis, soyez vertueux, restez restreints par la
restreinte du Pātimokkha, accomplis en [bonne] conduite et
dans votre domaine [d'activité], voyant le danger dans la
moindre des fautes, et les ayant entreprises, entraînez-vous
avec les règles de l'entraînement.'* Ainsi devraient-ils être
incités, fixés, installés dans la restreinte du
Pātimokkha.

*'Allez, mes amis, restez vigilants à l'entrée de vos facultés
sensorielles, soyez protégés par la présence d'esprit,
fervents dans la présence d'esprit, protégés en esprit, avec
un esprit doué de la protection [fournie] par la présence
d'esprit.'* Ainsi devraient-ils être incités, fixés, installés
dans la restreinte des facultés sensorielles.

*'Allez, mes amis, soyez peu bavards, fixez une limite à vos
conversations.'* Ainsi devraient-ils être incités, fixés,
installés dans la limitation des conversations.

*'Allez, mes amis, séjournez en forêt, fréquentez des abris
éloignés en pleine forêt.'* Ainsi devraient-ils être incités,
fixés, installés dans l'isolement physique.

*'Allez, mes amis, ayez la vue correcte, soyez doués d'une
vision correcte.'* Ainsi devraient-ils être incités, fixés,
installés dans la vision correcte.

Les bhikkhous, Ānanda, qui sont nouveaux, ayant

dhammavinayaṃ, te vo bhikkhū imesu pañcasu
dhammesu samādapetabbā nivesetabbā
patiṭṭhāpetabbā”ti.

quitté le foyer depuis peu, qui sont récemment venus
à cet Enseignement-et-Discipline, tu devrais les
inciter, les fixer, les installer dans ces cinq choses.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-114.html>

L'exaltation de la solitude (AN 5.176)

“tumhe kho, gahapati, bhikkhusaṅghaṃ
paccupaṭṭhitā cīvara-piṇḍapāta-senāsana-gilāna-
paccaya-bhesajja-parikkhārena. na kho, gahapati,
tāvatakeneva tuṭṭhi karaṇīyā: ‘mayaṃ
bhikkhusaṅghaṃ paccupaṭṭhitā cīvara-piṇḍapāta-
senāsana-gilāna-paccaya-bhesajja-
parikkhārenā’ti. tasmātiha, gahapati, evaṃ
sikkhitabbaṃ: ‘kinti mayaṃ kālena kālaṃ
pavivekaṃ pītiṃ upasampajja vihareyyāma’ti!
evañhi vo, gahapati, sikkhitabban”ti.

Gens de maison, vous avez offert à la Communauté des
bhikkhous des robes, de la nourriture, des abris, des
remèdes et des provisions pour les malades. Ne vous
satisfaisez pas seulement de cela, en pensant: 'J'ai offert à
la Communauté des bhikkhous des robes, de la
nourriture, des abris, des remèdes et des provisions pour
les malades.' C'est pourquoi vous devriez vous entraîner
ainsi: 'Comment puis-je de temps en temps entrer et
demeurer dans l'exaltation de l'isolement?' Voici, gens de
maison, comment vous devriez vous entraîner.

...

...

“yasmim samaye ariyasāvako pavivekaṃ pītiṃ
upasampajja viharati, pañcassa ṭhānāni tasmim
samaye na honti.

Lorsqu'un noble disciple entre et demeure dans
l'exaltation de l'isolement, il y a cinq choses qui ne sont
pas présentes à ce moment-là.

yampissa kāmūpasamhitam dukkham
domanassaṃ, tampissa tasmim samaye na hoti.

Le mal-être et l'affliction mentale liés à la sensualité ne
sont pas présents à ce moment-là.

yampissa kāmūpasamhitam sukham somanassaṃ,
tampissa tasmim samaye na hoti.

Le bien-être et la plaisance mentale liés à la sensualité ne
sont pas présents à ce moment-là.

yampissa akusalūpasamhitam dukkham
domanassaṃ, tampissa tasmim samaye na hoti.

Le mal-être et l'affliction mentale liés à ce qui est
désavantageux ne sont pas présents à ce moment-là.

yampissa akusalūpasamhitam sukham
somanassaṃ, tampissa tasmim samaye na hoti.

Le bien-être et la plaisance mentale liés à ce qui est
désavantageux ne sont pas présents à ce moment-là.

yampissa kusalūpasamhitam dukkham
domanassaṃ, tampissa tasmim samaye na hoti.

Le mal-être et l'affliction mentale liés à ce qui est
avantageux ne sont pas présents à ce moment-là.

yasmim samaye ariyasāvako pavivekaṃ pītiṃ
upasampajja viharati, imānissa pañca ṭhānāni
tasmim samaye na honti”ti.

Lorsqu'un noble disciple entre et demeure dans
l'exaltation de l'isolement, ces cinq choses ne sont pas
présentes à ce moment-là.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-176.html>

Connaissances personnelles (AN 5.27)

“samādhiṃ, bhikkhave, bhāvētha appamāṇaṃ nipakā patissatā. samādhiṃ, bhikkhave, bhāvayataṃ appamāṇaṃ nipakānaṃ patissatānaṃ pañca ñāṇāni paccattaññeva uppajjanti. katamāni pañca?”

“Bhikkhous, développez la concentration illimitée en étant alertes et constamment présents d'esprit. Lorsque vous développez la concentration illimitée en étant alertes et constamment présents d'esprit, cinq connaissances personnelles vous apparaissent. Quelles sont ces cinq?”

‘ayaṃ samādhi paccuppannasukho ceva āyatiñca sukhavipāko’ti paccattaññeva ñāṇaṃ uppajjati,

La connaissance personnelle vous apparaît: *'Cette concentration est agréable dans le présent et a des résultats agréables dans le futur';*

‘ayaṃ samādhi ariyo nirāmisoti paccattaññeva ñāṇaṃ uppajjati,

La connaissance personnelle vous apparaît: *'Cette concentration est noble et sans attachement';*

‘ayaṃ samādhi akāpurisasevito’ti paccattaññeva ñāṇaṃ uppajjati,

La connaissance personnelle vous apparaît: *'Cette concentration n'est pas pratiquée par les hommes vils';*

‘ayaṃ samādhi santo paṇīto paṭippassaddhaladdho ekodi-bhāv-ādhigato, na saṅkhāra-niggayha-vāritagato’ti paccattaññeva ñāṇaṃ uppajjati,

La connaissance personnelle vous apparaît: *'Cette concentration est paisible, sublime, elle est obtenue par celui qui est complètement calme, par celui qui a atteint l'unification interne, elle n'est pas encombrée d'un effort volontaire de restreinte';*

‘sato kho panāhaṃ imaṃ samāpajjāmi sato vuṭṭhahāmi’ti paccattaññeva ñāṇaṃ uppajjati.

La connaissance personnelle vous apparaît: *'J'atteins cela en étant présent d'esprit et j'en émerge en étant présent d'esprit'.*

“samādhiṃ, bhikkhave, bhāvētha appamāṇaṃ nipakā patissatā. samādhiṃ, bhikkhave, bhāvayataṃ appamāṇaṃ nipakānaṃ patissatānaṃ imāni pañca ñāṇāni paccattaññeva uppajjanti”ti.

Bhikkhous, développez la concentration illimitée en étant alertes et constamment présents d'esprit. Lorsque vous développez la concentration illimitée en étant alertes et constamment présents d'esprit, ces cinq connaissances personnelles vous apparaissent.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-027.html>

Bien-être (AN 6.78)

“chahi, bhikkhave, dhammehi samannāgato bhikkhu diṭṭheva dhamme sukhassomanassabahulo viharati, yoni cassa āradhā hoti āsavānaṃ khayāya. katamehi chahi?”

Doué de six qualités, bhikkhous, un bhikkhou séjourne dans le monde visible avec une abondance de bien-être et de félicité, et les conditions pour l'élimination complète des impuretés mentales sont en place. Quelles sont ces six?”

idha, bhikkhave, bhikkhu dhammārāmo hoti, bhāvanārāmo hoti, pahānārāmo hoti, pavivekārāmo hoti, abyāpajjhārāmo

En cela, bhikkhous, un bhikkhou se plaît au Dhamma, il se plaît au développement, il se plaît à l'abandon, il se plaît à l'isolement, il se plaît à la bienveillance, il se

hoti, nippapañcārāmo hoti.

plaît à la non-prolifération mentale.

imehi kho, bhikkhave, chahi dhammehi samannāgato
bhikkhu diṭṭheva dhamme sukhasomanassabahulo
viharati,
yoni cassa āradhā hoti āsavānaṃ khayāyā”ti.

Doué de ces six qualités, bhikkhous, un bhikkhou
séjourne dans le monde visible avec une abondance
de bien-être et de félicité, et les conditions pour
l'élimination complète des impuretés mentales sont
en place.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-078.html>

Écouter le Dhamma (AN 5.202)

“pañcime, bhikkhave, ānisaṃsā
dhammassavane. katame pañca? assutaṃ
suṇāti, suttaṃ pariyodāpeti, kaṅkhaṃ vitarati,
diṭṭhiṃ ujum karoti, cittaṃ pasādati. ime
kho, bhikkhave, pañca ānisaṃsā
dhammassavane”ti.

Il y a, bhikkhous, ces cinq bienfaits à l'écoute du Dhamma.
Quels sont ces cinq? On entend ce qu'on n'a pas entendu, on
clarifie ce qu'on a entendu, on supprime les doutes, on
rectifie ses vues et l'esprit devient serein. Voici, bhikkhous,
quels sont ces cinq bienfaits de l'écoute du Dhamma.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/05/an05-202.html>

Restreinte (AN 6.50)

“indriyaṃvare, bhikkhave, asati
indriyaṃvaravipannassa hatūpanisaṃ
hoti sīlaṃ;

Bhikkhous, s'il n'y a pas de restriction des facultés sensorielles,
chez celui qui est dénué de restriction des facultés sensorielles, le
fondement de la vertu est manquant.

sīle asati sīlavipannassa hatūpaniso hoti
sammāsamādhī;

S'il n'y a pas de vertu, chez celui qui est dénué de vertu, le
fondement de la concentration correcte est manquant.

sammāsamādhimhi asati
sammāsamādhivipannassa hatūpanisaṃ
hoti yathābhūtañāṇadassanaṃ;

S'il n'y a pas de concentration correcte, chez celui qui est dénué
de concentration correcte, le fondement de la connaissance-et-
vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits est
manquant.

yathābhūtañāṇadassane asati
yathābhūtañāṇadassanavipannassa
hatūpaniso hoti nibbidāvirāgo;

S'il n'y a pas de connaissance-et-vision [des phénomènes] tels
qu'ils sont dans les faits, chez celui qui est dénué de
connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les
faits, le fondement du désenchantement et de la dépassion est
manquant.

nibbidāvirāge asati
nibbidāvirāgavipannassa hatūpanisaṃ
hoti vimuttiñāṇadassanaṃ.

seyyathāpi, bhikkhave, rukkho
sākhāpalāsavipanno. tassa papaṭikāpi na
pāripūriṃ gacchati, tacopi na pāripūriṃ
gacchati, pheggupi na pāripūriṃ
gacchati, sāropi na pāripūriṃ gacchati.

evamevaṃ kho, bhikkhave,
indriyaṣaṃvare asati
indriyaṣaṃvaravipannassa hatūpanisaṃ
hoti sīlaṃ;

sīle asati sīlavipannassa hatūpaniso hoti
sammāsamādhi;

sammāsamādhimhi asati
sammāsamādhivipannassa hatūpanisaṃ
hoti yathābhūtañāṇadassanaṃ;

yathābhūta-ñāṇadassane asati
yathābhūta-ñāṇadassana-vipannassa
hatūpaniso hoti nibbidāvirāgo;

nibbidāvirāge asati nibbidāvirāga-
vipannassa hatūpanisaṃ hoti
vimuttiñāṇadassanaṃ.

“indriya-ṣaṃvare, bhikkhave, sati
indriya-ṣaṃvara-sampannassa upanisa-
sammaṇaṃ hoti sīlaṃ;

sīle sati sīlasampannassa
upanisammaṇaṃ hoti sammāsamādhi;

sammāsamādhimhi sati sammāsamādhi-
sammaṇaṃ upanisa-sammaṇaṃ hoti
yathābhūta-ñāṇadassanaṃ;

yathā-bhūta-ñāṇadassane sati
yathābhūta-ñāṇadassana-sammaṇaṃ
upanisa-sammaṇaṃ hoti nibbidāvirāgo;

nibbidāvirāge sati nibbidā-virāga-
sammaṇaṃ upanisammaṇaṃ hoti
vimuttiñāṇadassanaṃ.

seyyathāpi, bhikkhave, rukkho

S'il n'y a pas de désenchantement et de dépassion, chez celui qui est dénué de désenchantement et de dépassion, le fondement de la connaissance-et-vision de la délivrance est manquant.

Imaginez, bhikkhous, un arbre dénué de branches et de feuilles: son écorce externe n'atteint pas sa plénitude, son écorce interne n'atteint pas sa plénitude, son bois n'atteint pas sa plénitude et sa moelle n'atteint pas sa plénitude.

De la même manière, bhikkhous, s'il n'y a pas de restreinte des facultés sensorielles, chez celui qui est dénué de restreinte des facultés sensorielles, le fondement de la vertu est manquant.

S'il n'y a pas de vertu, chez celui qui est dénué de vertu, le fondement de la concentration correcte est manquant.

S'il n'y a pas de concentration correcte, chez celui qui est dénué de concentration correcte, le fondement de la connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits est manquant.

S'il n'y a pas de connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, chez celui qui est dénué de connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, le fondement du désenchantement et de la dépassion est manquant.

S'il n'y a pas de désenchantement et de dépassion, chez celui qui est dénué de désenchantement et de dépassion, le fondement de la connaissance-et-vision de la délivrance est manquant.

Bhikkhous, s'il y a restreinte des facultés sensorielles, chez celui qui est doué de restreinte des facultés sensorielles, le fondement de la vertu est présent.

S'il y a vertu, chez celui qui est doué de vertu, le fondement de la concentration correcte est présent.

S'il y a concentration correcte, chez celui qui est doué de concentration correcte, le fondement de la connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits est présent.

S'il y a connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, chez celui qui est doué de connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, le fondement du désenchantement et de la dépassion est présent.

S'il y a désenchantement et dépassion, chez celui qui est doué de désenchantement et de dépassion, le fondement de la connaissance-et-vision de la délivrance est présent.

Imaginez, bhikkhous, un arbre doué de branches et de feuilles:

sākhāpalāsampanno. tassa papaṭikāpi
pāripūriṃ gacchati, tacopi pāripūriṃ
gacchati, pheggupi pāripūriṃ gacchati,
sāropi pāripūriṃ gacchati.

evamevaṃ kho, bhikkhave,
indriyaṣaṃvare sati
indriyaṣaṃvarasampannassa
upanisasampannaṃ hoti sīlaṃ;

sīle sati sīlasampannassa
upanisasampanno hoti sammāsamādhī;

sammāsamādhimhi sati sammāsamādhī-
sampannassa upanisasampannaṃ hoti
yathābhūtañāṇadassanaṃ;

yathābhūtañāṇadassane sati
yathābhūtañāṇadassanasampannassa
upanisasampanno hoti nibbidāvirāgo;

nibbidāvirāge sati
nibbidāvirāgasampannassa
upanisasampannaṃ hoti
vimuttiñāṇadassanaṃ.”

son écorce externe atteint sa plénitude, son écorce interne atteint sa plénitude, son bois atteint sa plénitude et sa moelle atteint sa plénitude.

De la même manière, bhikkhous, s'il y a restreinte des facultés sensorielles, chez celui qui est doué de restreinte des facultés sensorielles, le fondement de la vertu est présent.

S'il y a vertu, chez celui qui est doué de vertu, le fondement de la concentration correcte est présent.

S'il y a concentration correcte, chez celui qui est doué de concentration correcte, le fondement de la connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits est présent.

S'il y a connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, chez celui qui est doué de connaissance-et-vision [des phénomènes] tels qu'ils sont dans les faits, le fondement du désenchantement et de la dépassion est présent.

S'il y a désenchantement et dépassion, chez celui qui est doué de désenchantement et de dépassion, le fondement de la connaissance-et-vision de la délivrance est présent.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-050.html>

Bienfaits de l'entrée dans le courant (AN 6.97)

“chayime, bhikkhave, ānisaṃsā
sotāpattiphalaśacchikiriyāya. katame cha?
saddhammaniyato hoti, aparihānadhammo
hoti, pariyantakatassa dukkhaṃ hoti,
asādhāraṇena ñāṇena samannāgato hoti, hetu
cassa sudiṭṭho, hetusamuppannā ca dhammā.
ime kho, bhikkhave, cha ānisaṃsā
sotāpattiphalaśacchikiriyā”ti.

“Il y a, bhikkhous, ces six bienfaits de la réalisation du fruit de l'entrée dans le courant. Quels sont ces six? On est fixé dans le Dhamma authentique, on est par nature incapable de décliner, on a mis une limite au mal-être, on est doué d'une connaissance peu commune, on a bien vu les causes et les phénomènes qui apparaissent à partir de [ces] causes. Voici, bhikkhous, quels sont ces six bienfaits de la réalisation du fruit de l'entrée dans le courant.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-097.html>

Aucun assureur (AN 4.182)

“catunnaṃ, bhikkhave, dhammānaṃ natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmiṃ. katamesaṃ catunnaṃ?”

‘jarādhammaṃ mā jīrī’ti natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmiṃ;

‘byādhidhammaṃ mā byādhiyī’ti natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmiṃ;

‘maraṇadhammaṃ mā mīyī’ti natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmiṃ;

‘yāni kho pana tāni pubbe attanā katāni pāpakāni kammāni saṃkilesikāni ponobhavikāni sadarāni dukkhavipākāni āyatim jātijarāmarāṇikāni, tesam vipāko mā nibbattī’ti natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmiṃ.

“imesaṃ kho, bhikkhave, catunnaṃ dhammānaṃ natthi koci paṭibhogo: samaṇo vā brāhmaṇo vā devo vā māro vā brahmā vā koci vā lokasmin”ti.

“Il y a quatre choses, bhikkhous, contre lesquelles il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde.

Il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde [qui puisse garantir] que ce qui est par nature voué au vieillissement ne vieillira pas.

Il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde [qui puisse garantir] que ce qui est par nature voué à la maladie ne tombera pas malade.

Il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde [qui puisse garantir] que ce qui est par nature voué à la mort ne mourra pas.

Il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde [qui puisse garantir] que les actions passées faites par soi-même qui sont mauvaises, impures, qui mènent à la renaissance, qui sont dérangeantes, qui ont le mal-être pour résultat, qui produisent la naissance, le vieillissement et la mort dans le futur, n'engendreront pas leurs résultats.

Contre ces quatre choses, bhikkhous, il n'y a aucun assureur, ni renonçant, ni brahmane, ni déva, ni Māra, ni Brahmā, ni quiconque dans le monde.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/04/an04-182.html>

Nobles quêtes (AN 4.255)

“catasso imā, bhikkhave, anariyapariyesanā. katamā catasso?”

idha, bhikkhave, ekacco attanā jarādhammo samāno jarādhammaṃyeva pariyesati;

attanā byādhidhammo samāno byādhidhammaṃyeva pariyesati;

“Il y a, bhikkhous, ces quatre ignobles quêtes. Quelles sont ces quatre?”

En cela, étant soi-même par nature voué au vieillissement, on est en quête de ce qui est par nature voué au vieillissement;

étant soi-même par nature voué à la maladie, on est en quête de ce qui est par nature voué à la maladie;

attanā maraṇadhammo samāno
maraṇadhammaṃyeva pariyesati;

étant soi-même par nature voué à la mort, on est en quête
de ce qui est par nature voué à la mort;

attanā saṃkilesadhammo samāno
saṃkilesadhammaṃyeva pariyesati.

étant soi-même par nature impur, on est en quête de ce
qui est par nature impur.

imā kho, bhikkhave, catasso anariyapariyesanā.

Voici, bhikkhous, quelles sont ces quatre ignobles quêtes.

“catasso imā, bhikkhave, ariyapariyesanā.
katamā catasso?

Il y a, bhikkhous, ces quatre nobles quêtes. Quelles sont ces
quatre?

idha, bhikkhave, ekacco attanā jarādhammo
samāno jarādhamme ādīnavaṃ viditvā ajaraṃ
anuttaraṃ yogakkhemaṃ nibbānaṃ pariyesati;

En cela, étant soi-même par nature voué au vieillissement,
ayant vu les désagréments de ce qui est par nature voué au
vieillessement, on est en quête du sans-vieillessement, du
suprême soulagement du joug, de l'Extinction;

attanā byādhidhammo samāno byādhidhamme
ādīnavaṃ viditvā abyādhim anuttaraṃ
yogakkhemaṃ nibbānaṃ pariyesati;

étant soi-même par nature voué à la maladie, ayant vu les
désagréments de ce qui est par nature voué à la maladie,
on est en quête du sans-maladie, du suprême soulagement
du joug, de l'Extinction;

attanā maraṇadhammo samāno maraṇadhamme
ādīnavaṃ viditvā amataṃ anuttaraṃ
yogakkhemaṃ nibbānaṃ pariyesati;

étant soi-même par nature voué à la mort, ayant vu les
désagréments de ce qui est par nature voué à la mort, on
est en quête du sans-mort, du suprême soulagement du
joug, de l'Extinction;

attanā saṃkilesadhammo samāno
saṃkilesadhamme ādīnavaṃ viditvā
asaṃkiliṭṭhaṃ anuttaraṃ yogakkhemaṃ
nibbānaṃ pariyesati.

étant soi-même par nature impur, ayant vu les
désagréments de ce qui est par nature impur, on est en
quête du sans-impureté, du suprême soulagement du joug,
de l'Extinction.

imā kho, bhikkhave, catasso ariyapariyesanā”ti.

Voici, bhikkhous, quelles sont ces quatre nobles quêtes.”

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/04/an04-255.html>

Perception de l'inconstance (AN 6.102)

“cha, bhikkhave, ānisaṃse sampassamānena
alameva bhikkhunā sabbasaṅkhāresu anodhim
karitvā aniccasaññaṃ upaṭṭhāpetuṃ. katame
cha?

Bhikkhous, il est suffisant pour un bhikkhou de considérer
six bienfaits afin d'établir la perception de l'inconstance
dans tous les phénomènes conditionnés sans exception.
Quels sont ces six?

‘sabbasaṅkhārā ca me anavatthitā khāyissanti,
sabbaloke ca me mano nābhiramissati, sabbalokā
ca me mano vuṭṭhahissati, nibbānapoṇaṅca me
mānasaṃ bhavissati, saṃyojanā ca me pahānaṃ
gacchissanti, paramena ca sāmāñña
samannāgato bhavissāmi”ti.

'Tous les phénomènes conditionnés me paraîtront instables, mon
esprit ne se complaira dans aucun monde, mon esprit s'extirpera
du monde entier, mon esprit sera incliné vers l'Extinction, les
entraves seront abandonnées en moi, et je serai doué de
l'excellence de la vie de renoncement.'

ime kho, bhikkhave, cha ānisaṃse
sampassamānena alameva bhikkhunā
sabbasaṅkhāresu anodhiṃ karitvā aniccasaññaṃ
upaṭṭhāpetun”ti.

Il est suffisant pour un bhikkhou de considérer ces six
bienfaits afin d'établir la perception de l'inconstance dans
tous les phénomènes conditionnés sans exception.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-102.html>

Perception du mal-être (AN 6.103)

“cha, bhikkhave, ānisaṃse sampassamānena
alameva bhikkhunā sabbasaṅkhāresu anodhiṃ
karitvā dukkhasaññaṃ upaṭṭhāpetuṃ. katame
cha?

Bhikkhous, il est suffisant pour un bhikkhou de considérer
six bienfaits afin d'établir la perception du mal-être dans
tous les phénomènes conditionnés sans exception. Quels
sont ces six?

‘sabbasaṅkhāresu ca me nibbidasañña
paccupaṭṭhitā bhavissati, seyyathāpi
ukkhittāsike vadhake. sabbalokā ca me mano
vuṭṭhahissati, nibbāne ca santadassāvī
bhavissāmi, anusayā ca me samugghātaṃ
gacchissanti, kiccaṅkāri ca bhavissāmi, satthā ca
me paricijjho bhavissati mettāvātāyā’ti.

*'La perception du désenchantement envers tous les phénomènes
conditionnés sera bien établie en moi, comme envers un bourreau
brandissant son épée, mon esprit s'extirpera du monde entier, j'en
viendrai à voir la paix dans l'Extinction, les tendances latentes
seront déracinées en moi, je serai quelqu'un qui fait son devoir, et
je révérai l'Enseignant avec bonne volonté.'*

ime kho, bhikkhave, cha ānisaṃse
sampassamānena alameva bhikkhunā
sabbasaṅkhāresu anodhiṃ karitvā
dukkhasaññaṃ upaṭṭhāpetun”ti.

Il est suffisant pour un bhikkhou de considérer ces six
bienfaits afin d'établir la perception du mal-être dans tous
les phénomènes conditionnés sans exception.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-103.html>

Perception du non-soi (AN 6.104)

“cha, bhikkhave, ānisaṃse sampassamānena
alameva bhikkhunā sabbadhammesu anodhiṃ
karitvā anattasaññaṃ upaṭṭhāpetuṃ. katame
cha?

Bhikkhous, il est suffisant pour un bhikkhou de considérer
six bienfaits afin d'établir la perception du non-soi dans
tous les phénomènes sans exception. Quels sont ces six?

sabbaloke ca atammayo bhavissāmi, ahaṅkāra
ca me uparujjhissanti, mamaṅkāra ca me
uparujjhissanti, asādhāraṇena ca ñāṇena
samannāgato bhavissāmi, hetu ca me sudiṭṭho
bhavissati, hetusamuppannā ca dhammā.

*Je ne m'identifierai pas à quoi que ce soit dans le monde, la
fabrication de 'moi' sera stoppée, la fabrication de 'mien' sera
stoppée, je serai doué d'une connaissance peu commune, j'aurai
clairement vu les causes, et les phénomènes qui apparaissent de
[ces] causes.'*

ime kho, bhikkhave, cha ānisaṃse

Il est suffisant pour un bhikkhou de considérer ces six

sampassamānena alameva bhikkhunā
sabbadhammesu anodhiṃ karitvā
anattasaññaṃ upaṭṭhāpetun”ti.

bienfaits afin d'établir la perception du non-soi dans tous
les phénomènes sans exception.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-104.html>

Les pensées d'Anourouddha (AN 8.30)

katame ca, bhikkhave, aṭṭha
mahāpurisavitakkā? appicchassāyaṃ,
bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo
mahicchassa; santuṭṭhassāyaṃ, bhikkhave,
dhammo, nāyaṃ dhammo asantuṭṭhassa;
pavivittassāyaṃ, bhikkhave, dhammo, nāyaṃ
dhammo saṅgaṇikārāmassa;
āraddhavīriyassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo kusītassa;
upaṭṭhitassatissāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo muṭṭhassatissa;
samāhitassāyaṃ, bhikkhave, dhammo, nāyaṃ
dhammo asamāhitassa; paññavato ayaṃ,
bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo
duppañña; nippapañcārāmassāyaṃ,
bhikkhave, dhammo nippapañcaratino, nāyaṃ
dhammo papañcārāmassa papañcaratino”.

“appicchassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo mahicchassā’ti, iti kho
panetaṃ vuttaṃ. kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?
idha, bhikkhave, bhikkhu appiccho samāno
‘appicchoti maṃ jāneyyūn’ti na icchati,
santuṭṭho samāno ‘santuṭṭhoti maṃ
jāneyyūn’ti na icchati, pavivitto samāno
‘pavivittoti maṃ jāneyyūn’ti na icchati,
āraddhavīriyo samāno ‘āraddhavīriyoti maṃ
jāneyyūn’ti na icchati, upaṭṭhitassati samāno
‘upaṭṭhitassatīti maṃ jāneyyūn’ti na icchati,
samāhito samāno ‘samāhitoti maṃ jāneyyūn’ti
na icchati, paññavā samāno ‘paññavāti maṃ
jāneyyūn’ti na icchati, nippapañcārāmo
samāno ‘nippapañcārāmoti maṃ jāneyyūn’ti
na icchati. ‘appicchassāyaṃ, bhikkhave,
dhammo, nāyaṃ dhammo mahicchassā’ti, iti
yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttaṃ.

“santuṭṭhassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo asantuṭṭhassā’ti, iti kho
panetaṃ vuttaṃ, kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?
idha, bhikkhave, bhikkhu santuṭṭho hoti

Et quelles sont, bhikkhous, les huit pensées d'un grand
homme? 'Cet enseignement est pour celui qui a peu de
désirs, bhikkhous, pas pour celui qui a beaucoup de désirs;
cet enseignement est pour celui qui se satisfait [de peu],
bhikkhous, pas pour celui qui ne se satisfait pas [de peu]; cet
enseignement est pour un solitaire, bhikkhous, pas pour
celui qui se complaît dans la compagnie; cet enseignement
est pour celui qui a activé son énergie, bhikkhous, par pour
celui qui est paresseux; cet enseignement est pour celui qui a
mis en place sa présence d'esprit, bhikkhous, pas pour celui
qui est étourdi; cet enseignement est pour celui qui est
concentré, bhikkhous, pas pour celui qui est dispersé
d'esprit; cet enseignement est pour celui qui est doué de
discernement, bhikkhous, pas pour celui qui manque de
discernement; cet enseignement est pour celui qui se plaît à
la non-prolifération mentale, bhikkhous, pas pour celui qui
se complaît dans la prolifération mentale.'

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui a peu de désirs,
bhikkhous, pas pour celui qui a beaucoup de désirs'. Et par
rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, un
bhikkhou ayant peu de désirs ne désire pas qu'on sache qu'il
a peu de désirs; se satisfaisant [de peu], il ne désire pas qu'on
sache qu'il se satisfait [de peu]; étant solitaire, il ne désire
pas qu'on sache qu'il est solitaire; ayant activé son énergie, il
ne désire pas qu'on sache qu'il a activé son énergie; ayant
mis en place sa présence d'esprit, il ne désire pas qu'on sache
qu'il a mis en place sa présence d'esprit; étant concentré, il
ne désire pas qu'on sache qu'il est concentré; ayant du
discernement, il ne désire pas qu'on sache qu'il a du
discernement; se plaisant à la non-prolifération mentale, il
ne désire pas qu'on sache qu'il se plaît à la non-prolifération
mentale. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui a peu
de désirs, bhikkhous, pas pour celui qui a beaucoup de
désirs', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui se satisfait [de
peu], bhikkhous, pas pour celui qui ne se satisfait pas [de
peu]'. Et par rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela,
bhikkhous, un bhikkhou se satisfait de n'importe quelles

itarītaracīvarapiṇḍapātasenāsanagilānapaccay
abhesajjaparikkhārena. ‘santutṭhassāyaṃ,
bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo
asantutṭhassā’ti, iti yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ
paṭicca vuttaṃ.

“‘pavivittassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo saṅgaṇikārāmassā’ti, iti kho
panetaṃ vuttaṃ, kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?
idha, bhikkhave, bhikkhuno pavivittassa
vihārato bhavanti upasaṅkamtāro bhikkhū
bhikkhuniyo upāsakā upāsikāyo rājāno
rājamahāmatṭā tittihīyā tittihīyasāvākā. tatra
bhikkhu vivekaninna cittaṃ vivekapaṇṇa
vivekapabbhārena vivekaṭṭhena
nekkhammābhiraṭṭhena aññadattū
uyyojanikaṭṭhissāyaṃyeva kathaṃ kattā
hoti. ‘pavivittassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo saṅgaṇikārāmassā’ti, iti yaṃ
taṃ vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttaṃ.

“‘āraddhavīriyassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo kusītasā’ti, iti kho panetaṃ
vuttaṃ, kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ? idha,
bhikkhave, bhikkhu āraddhavīriyo viharati
akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya
kusalānaṃ dhammānaṃ upasampadāya
thāmaṃvaḍḍhaparakkamo anikkhittadhuro
kusalesu dhammesu. ‘āraddhavīriyassāyaṃ,
bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo
kusītasā’ti, iti yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ
paṭicca vuttaṃ.

“‘upaṭṭhitassatissāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo muṭṭhassatissā’ti, iti kho
panetaṃ vuttaṃ. kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?
idha, bhikkhave, bhikkhu satimā hoti
paramena satinepakkena samannāgato,
cirakatampi cirabhāsitaṃ saritā anussaritā.
‘upaṭṭhitassatissāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo, muṭṭhassatissā’ti, iti yaṃ taṃ
vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttaṃ.

“‘samāhitassāyaṃ, bhikkhave, dhammo,
nāyaṃ dhammo asamāhitassā’ti, iti kho
panetaṃ vuttaṃ. kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ?
idha, bhikkhave, bhikkhu vivicca kāmehi
vivicca akusalehi dhammehi savitakkaṃ
savicāraṃ vivekaṃ pītisukhaṃ paṭhamānaṃ
jhānaṃ upasampajja viharati.
vitakkavicārānaṃ vūpasamā ajjhataṃ
sampasādanaṃ cetaso ekodibhāvaṃ
avitakkaṃ avicāraṃ samādhijaṃ pītisukhaṃ
dutiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. pītiyā

robes, nourritures, abris, remèdes et provisions pour les
malades. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui se
satisfait [de peu], bhikkhous, pas pour celui qui ne se satisfait
pas [de peu]', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour un solitaire, bhikkhous,
pas pour celui qui se complaît dans la compagnie'. Et par
rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, un
bhikkhou demeurant solitaire est approché par des
bhikkhous, des bhikkhounis, des disciples hommes et
femmes, des rois, des ministres, des hétérodoxes, et leurs
disciples. Alors le bhikkhou leur fait un discours avec un
esprit penché vers la solitude, incliné à la solitude, tendant à
la solitude, ayant pour but la solitude, se plaisant au
renoncement, en n'ayant d'autre objectif que de se
débarrasser d'eux. On a dit: 'Cet enseignement est pour un
solitaire, bhikkhous, pas pour celui qui se complaît dans la
compagnie', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui a activé son
énergie, bhikkhous, par pour celui qui est paresseux'. Et par
rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, un
bhikkhou maintient son énergie activée pour l'abandon des
états mentaux désavantageux et l'acquisition des états
mentaux avantageux; il est solide, ferme dans son effort, il ne
manque pas à la responsabilité de cultiver les états mentaux
avantageux. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui a
activé son énergie, bhikkhous, par pour celui qui est
paresseux', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui a mis en place
sa présence d'esprit, bhikkhous, pas pour celui qui est
étourdi'. Et par rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela,
bhikkhous, un bhikkhou est présent d'esprit, doué d'une
excellente présence d'esprit-et-minutie, il se souvient et se
remémore ce qui a été fait et dit il y a longtemps. On a dit:
'Cet enseignement est pour celui qui a mis en place sa
présence d'esprit, bhikkhous, pas pour celui qui est étourdi',
et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui est concentré,
bhikkhous, pas pour celui qui est dispersé d'esprit'. Et par
rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, un
bhikkhou, détaché de la sensualité, détaché des états
mentaux désavantageux, pénètre et demeure dans le
premier jhāna, qui s'accompagne de pensées et associations
d'idées, d'exaltation et de bien-être engendrés par le
détachement. Avec l'apaisement des pensées et associations
d'idées, ayant pénétré le deuxième jhāna, il y demeure, avec
tranquillisation intérieure, unité de l'esprit, sans pensées ni
associations d'idées, avec exaltation et bien-être engendrés

ca virāgā upekkhako ca vihāsi, sato ca sampajāno sukhañca kāyena paṭisaṃvedesi, yaṃ taṃ ariyā ācikkhanti: ‘upekkhako satimā sukhavihārī’ti tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. sukhasa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva somanassadomanassānaṃ atthaṅgamā adukkhamasukhaṃ upekkhāsatipārisuddhiṃ catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. ‘samāhitassāyaṃ, bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo asamāhitassā’ti, iti yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttaṃ.

“paññavato ayaṃ, bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo duppaññassā’ti, iti kho panetaṃ vuttaṃ. kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ? idha, bhikkhave, bhikkhu paññavā hoti udayatthagāminiyā paññāya samannāgato ariyāya nibbedhikāya sammā dukkhakkhayagāminiyā. ‘paññavato ayaṃ, bhikkhave, dhammo, nāyaṃ dhammo duppaññassā’ti, iti yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttaṃ.

“nippapañcārāmassāyaṃ, bhikkhave, dhammo nippapañcaratino, nāyaṃ dhammo papañcārāmassa papañcaratino’ti, iti kho panetaṃ vuttaṃ. kiñcetaṃ paṭicca vuttaṃ? idha, bhikkhave, bhikkhuno papañcanirodhe cittaṃ pakkhandati pasīdati santiṭṭhati vimuccati. ‘nippapañcārāmassāyaṃ, bhikkhave, dhammo, nippapañcaratino, nāyaṃ dhammo papañcārāmassa papañcaratino’ti, iti yaṃ taṃ vuttaṃ idametaṃ paṭicca vuttan”ti.

par l'unification de l'esprit. Avec la disparition de l'exaltation, il demeure équanime, présent d'esprit et doué de compréhension attentive, il ressent dans le corps le bien-être que les êtres nobles décrivent: ‘équanime et présent d'esprit, quelqu'un qui demeure dans le bien-être’, et ayant pénétré le troisième jhāna, il y demeure. Abandonnant le bien-être et abandonnant le mal-être, la félicité et l'affliction ayant auparavant disparu, ayant pénétré le quatrième jhāna, qui est sans mal-être ni bien-être et est purifié par la présence d'esprit due à l'équanimité, il y demeure. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui est concentré, bhikkhous, pas pour celui qui est dispersé d'esprit', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui est doué de discernement, bhikkhous, pas pour celui qui manque de discernement'. Et par rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, un bhikkhou est doué de discernement, doué du discernement de l'apparition et de l'extinction qui est noble et pénétrant, menant à la l'élimination correcte et complète du mal-être. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui est doué de discernement, bhikkhous, pas pour celui qui manque de discernement', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui se plaît à la non-prolifération mentale, pas pour celui qui se complaît dans la prolifération mentale'. Et par rapport à quoi a-t-on dit cela? En cela, bhikkhous, l'esprit d'un bhikkhou se réjouit, devient serein, s'installe et est délivré dans la cessation de la prolifération mentale. On a dit: 'Cet enseignement est pour celui qui se plaît à la non-prolifération mentale, pas pour celui qui se complaît dans la prolifération mentale', et voici ce en rapport à quoi on a dit cela.

Enracinées dans l'appétence (AN 9.23)

“nava, bhikkhave, taṇhāmūlake dhamme desessāmi, taṃ suṇātha. katame ca, bhikkhave, nava taṇhāmūlakā dhammā?

taṇhaṃ paṭicca pariyesanā, pariyesanaṃ paṭicca lābho, lābhaṃ paṭicca vinicchayo, vinicchayaṃ paṭicca chandarāgo, chandarāgaṃ paṭicca ajjhosānaṃ, ajjhosānaṃ paṭicca pariggaho, pariggahaṃ paṭicca macchariyaṃ, macchariyaṃ paṭicca ārakkho, ārakkhādhikaraṇaṃ daṇḍādānaṃ satthādānaṃ kalahaviggahavivādatuvaṃtuvam̐pesuññaṃ usāvādā aneke pāpakā akusalā dhammā sambhavanti.

ime kho, bhikkhave, nava taṇhāmūlakā dhammā”ti.

Je vais vous exposer, bhikkhous, neuf choses qui prennent leur racine dans l'appétence. Écoutez cela. Et quelles sont, bhikkhous, les neuf choses qui prennent leur racine dans l'appétence?

À cause de l'appétence, il y a une quête; à cause de la quête, il y a une acquisition; à cause de l'acquisition, il y a une accoutumance; à cause de l'accoutumance, il y a un désir et une avidité; à cause du désir et de l'avidité, il y a un attachement; à cause de l'attachement, il y a la possessivité; à cause de la possessivité, il y a l'avarice; à cause de l'avarice, il y a la défense; à cause de la défense, apparaissent le recours aux bâtons, le recours aux armes, les querelles, les disputes, les échauffourées, les accusations, la médisance, le mensonge, ainsi que diverses choses mauvaises et désavantageuses.

Voici, bhikkhous, quelles sont ces neuf choses qui prennent leur racine dans l'appétence.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/09/an09-023.html>

Bienfaits de la bienveillance (AN 11.15)

“mettāya, bhikkhave, cetovimuttiyā āsevitāya bhāvitāya bahulikatāya yānikatāya vatthukatāya anuṭṭhitāya paricitāya susamāraddhāya ekādasānisamsā pāṭikaṅkhā. katame ekādasā?

sukhaṃ supati, sukhaṃ paṭibujjhati, na pāpakaṃ supinaṃ passati, manussānaṃ piyo hoti, amanussānaṃ piyo hoti, devatā rakkhanti, nāssa aggi vā visaṃ vā satthaṃ vā kamati, tuvaṃ cittaṃ samādhiyati, mukhavaṇṇo vipasīdati, asammūḷho kālaṃ karoti, uttari appaṭivijjhanto brahmalokūpago hoti.

mettāya, bhikkhave, cetovimuttiyā āsevitāya bhāvitāya bahulikatāya yānikatāya vatthukatāya anuṭṭhitāya paricitāya susamāraddhāya ime ekādasānisamsā

Bhikkhous, lorsque la libération de l'esprit par la bienveillance est poursuivie, développée, pratiquée assidûment, qu'on en a fait son véhicule, son territoire, lorsqu'elle est maintenue, accumulée, bien tonifiée, on peut s'attendre à onze bienfaits. Quels sont ces onze?

On dort dans le bien-être, on se réveille dans le bien-être, on ne fait pas de mauvais rêves, on est cher aux humains, on est cher aux non-humains, on est protégé par les dévas, on n'est touché ni par le feu, ni par les poisons, ni par les armes, l'esprit se concentre rapidement, l'expression du visage devient sereine, on meurt sans confusion, et si on ne parvient pas plus haut, on atteint le monde de Brahmā.

Bhikkhous, lorsque la libération de l'esprit par la bienveillance est poursuivie, développée, pratiquée assidûment, qu'on en a fait son véhicule, son territoire, lorsqu'elle est maintenue, accumulée, bien tonifiée, on peut

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/11/an11-015.html>

Sereins (SN 1.10)

[devatā:] [Le déva:]

“araññe viharantānaṃ,
santānaṃ brahmacāriṇaṃ.
ekabhattaṃ bhuñjamānānaṃ,
kena vaṇṇo pasīdati”ti.
Ceux qui séjournent dans la forêt,
Calmes, suivant la vie brahmique,
Ne mangeant qu'un seul repas par jour,
Pourquoi sont-ils d'apparence si sereine?

[Bhagavā:] [The Fortuné:]

“atītaṃ nānusocanti,
nappajappanti nāgataṃ.
paccuppanna yāpentī,
tena vaṇṇo pasīdati”.
Ils n'ont pas de regrets pour le passé,
Ils n'ont pas d'attentes pour le futur,
Ils se maintiennent dans le présent,
C'est pourquoi ils sont d'apparence sereine.

“anāgatappajappāya,
atītassānusocanā.
etena bālā sussanti,
naḷova harito luto”ti.
En ayant des attentes pour le futur,
En ayant des regrets pour le passé,
Les sots se fanent et s'assèchent,
Tels des roseaux verts sectionnés.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/samyutta/sagatha/sn01-010.html>

Activation de l'énergie (SN 12.22)

“dukkhaṃ, bhikkhave, kusīto viharati
vokiṇṇo pāpakehi akusalehi dhammehi,
mahantaṅca sadatthaṃ parihāpeti.
āradhaviṇṇo ca kho, bhikkhave, sukhaṃ
viharati pavivitto pāpakehi akusalehi
dhammehi, mahantaṅca sadatthaṃ
paripūreti. na, bhikkhave, hīnena aggassa
patti hoti. aggena ca kho, bhikkhave, aggassa
patti hoti.

maṇḍapeyyamidaṃ, bhikkhave,
brahmacariyaṃ, satthā sammukhībhūto.
tasmātiha, bhikkhave, vīriyaṃ ārabhatha
appattassa pattiyā, anadhigatassa

Un paresseux, bhikkhous, demeure dans le mal-être, rempli
d'états mentaux mauvais et désavantageux, et grands sont les
bienfaits personnels qu'il laisse passer. Mais celui qui a activé
son énergie, bhikkhous, demeure dans le bien-être, séparé des
états mentaux mauvais et désavantageux, et grands sont les
bienfaits personnels qu'il concrétise. Ce n'est pas au moyen
de ce qui est inférieur, bhikkhous, que le supérieur est atteint;
c'est au moyen de ce qui est supérieur que le supérieur est
atteint.

Cette vie brahmique, bhikkhous, est la crème des breuvages,
et l'Enseignant est face à vous. C'est pourquoi, bhikkhous,
vous devriez tonifier votre énergie pour obtenir ce que vous
n'avez pas obtenu, pour atteindre ce que vous n'avez pas

adhigamāya, asacchikatassa sacchikiriya.
'evaṃ no ayaṃ amhākaṃ pabbajjā avañjhā
bhavissati saphalā saudrayā. yesañca mayaṃ
paribhuñjāma cīvara-piṇḍapātasenāsana-
gilāna-ppaccaya-bhesajja-parikkhāraṃ
tesaṃ te kāra amhesu mahapphalā
bhavissanti mahānisaṃsā'ti. evañhi vo,
bhikkhave, sikkhitabbaṃ.

attatthaṃ vā hi, bhikkhave,
sampassamānena alameva appamādena
sampādetuṃ; paratthaṃ vā hi, bhikkhave,
sampassamānena alameva appamādena
sampādetuṃ; ubhayatthaṃ vā hi, bhikkhave,
sampassamānena alameva appamādena
sampādetuṃ”ti.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/samyutta/nidana/sn12-022.html>

atteint, pour réaliser ce que vous n'avez pas réalisé. Vous devriez vous entraîner ainsi: 'De cette manière, ce départ du foyer qui est le nôtre ne sera pas stérile, il portera ses fruits, il apportera ses résultats; et en ce qui concerne ceux grâce à qui nous faisons usage de robes, de nourriture, de logements et de remèdes pour les malades, ce qu'ils font pour nous portera beaucoup de fruits, leur apportera de grands bienfaits.

Considérer votre bénéfice personnel, bhikkhous, est suffisant pour que vous vous efforciez avec diligence; considérer le bénéfice des autres, bhikkhous, est suffisant pour que vous vous efforciez avec diligence; considérer le bénéfice des deux, bhikkhous, est suffisant pour que vous vous efforciez avec diligence.

Qui voit le Dhamma (SN 22.87)

Yo kho dhammaṃ passati, so maṃ
passati. Yo maṃ passati, so dhammaṃ
passati.

Celui qui voit le Dhamma, me voit; et celui qui me voit, voit le Dhamma. Car en voyant le Dhamma, on me voit; et en me voyant, on voit le Dhamma.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/samyutta/khandha/sn22-087.html>

L'île (SN 47.13)

tasmātihānanda, attadīpā viharatha
attasaraṇā anaññasaraṇā,
dhammadīpā dhammasaraṇā
anaññasaraṇā. kathañcānanda,
bhikkhu attadīpo viharati attasaraṇo
anaññasaraṇo, dhammadīpo
dhammasaraṇo anaññasaraṇo?

C'est pourquoi, Ānanda, vous devriez vivre en faisant une île de vous-même, en ayant vous-même pour refuge, sans avoir d'autre refuge, en faisant une île du Dhamma, en ayant le Dhamma pour refuge, sans avoir d'autre refuge. Et comment, Ānanda, un bhikkhou vit-il en faisant une île de lui-même, en ayant lui-même pour refuge, sans avoir d'autre refuge, en faisant une île du Dhamma, en ayant le Dhamma pour refuge, sans avoir d'autre refuge?

idhānanda, bhikkhu kāye kāyānupassī
viharati ātāpī sampajāno satimā,
vineyya loke abhijjhādomanassaṃ;
vedanāsu vedanānupassī viharati
ātāpī sampajāno satimā, vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ; citte
cittānupassī viharati ātāpī sampajāno
satimā, vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ; dhammesu

En cela, un bhikkhou reste à observer le corps dans le corps, ardent, doué d'une compréhension attentive, présent d'esprit, ayant abandonné convoitise et affliction mentale vis-à-vis du monde; il reste à observer les ressentis dans les ressentis, ardent, doué d'une compréhension attentive, présent d'esprit, ayant abandonné convoitise et affliction mentale vis-à-vis du monde; il reste à observer l'esprit dans l'esprit, ardent, doué d'une compréhension attentive, présent d'esprit, ayant abandonné convoitise et affliction mentale vis-à-vis du monde; il reste à observer le Dhamma dans les phénomènes,

dhammānupassī viharati ātāpī
sampajāno satimā, vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ. evaṃ kho,
ānanda, bhikkhu attadīpo viharati
attasaraṇo anaññasaraṇo,
dhammadīpo dhammasaraṇo
anaññasaraṇo.

ye hi keci, ānanda, etarahi vā
mamaccaye vā attadīpā viharissanti
attasaraṇā anaññasaraṇā,
dhammadīpā dhammasaraṇā
anaññasaraṇā; tamatagge mete,
ānanda, bhikkhū bhavissanti ye keci
sikkhākāmā”ti.

ardent, doué d'une compréhension attentive, présent d'esprit, ayant abandonné convoitise et affliction mentale vis-à-vis du monde. Voici, Ānanda, comment un bhikkhou vit en faisant une île de lui-même, en ayant lui-même pour refuge, sans avoir d'autre refuge, en faisant une île du Dhamma, en ayant le Dhamma pour refuge, sans avoir d'autre refuge.

Que ce soit maintenant, Ānanda, ou après ma disparition, ceux qui vivront en faisant une île d'eux-même, en ayant eux-même pour refuge, sans avoir d'autre refuge, en faisant une île du Dhamma, en ayant le Dhamma pour refuge, sans avoir d'autre refuge, seront pour moi les plus éminents des bhikkhous qui désirent l'entraînement.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/samyutta/maha/sn47-013.html>

Bien-être et plaisance (AN 6.78)

“chahi, bhikkhave, dhammehi samannāgato
bhikkhu diṭṭheva dhamme sukha-somanassa-
bahulo viharati, yoni cassa āraddhā hoti
āsavānaṃ khayāya. katamehi chahi?

idha, bhikkhave, bhikkhu dhammārāmo hoti,
bhāvanārāmo hoti, pahānārāmo hoti,
pavivekārāmo hoti, abyāpajjhārāmo hoti,
nippapañcārāmo hoti.

imehi kho, bhikkhave, chahi dhammehi
samannāgato bhikkhu diṭṭheva dhamme
sukhasomanassabahulo viharati, yoni cassa
āraddhā hoti āsavānaṃ khayāyā”ti.

Doué de six qualités, bhikkhous, un bhikkhou séjourne dans le monde visible dans une abondance de bien-être et de plaisance mentale, et les conditions pour l'élimination complète des impuretés mentales sont en place. Quelles sont ces six?

En cela, bhikkhous, un bhikkhou se plaît au Dhamma, il se plaît au développement, il se plaît à l'abandon, il se plaît à l'isolement, il se plaît à la bienveillance, il se plaît à la non-prolifération mentale.

Doué de ces six qualités, bhikkhous, un bhikkhou séjourne dans le monde visible dans une abondance de bien-être et de plaisance mentale, et les conditions pour l'élimination complète des impuretés mentales sont en place.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/06/an06-078.html>

Aspects (SN 56.19)

“idaṃ dukkhaṃ ariyasaccan’ti bhikkhave, mayā paññattaṃ. tattha aparimāṇā vaṇṇā aparimāṇā byañjanā aparimāṇā saṅkāsanā: ‘itipidaṃ dukkhaṃ ariyasaccan’ti;

‘idaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccan’ti bhikkhave, mayā paññattaṃ. tattha aparimāṇā vaṇṇā aparimāṇā byañjanā aparimāṇā saṅkāsanā: ‘itipidaṃ dukkhasamudayaṃ ariyasaccan’ti;

‘idaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccan’ti bhikkhave, mayā paññattaṃ. tattha aparimāṇā vaṇṇā aparimāṇā byañjanā aparimāṇā saṅkāsanā: ‘itipidaṃ dukkhanirodhaṃ ariyasaccan’ti;

‘idaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccan’ti, bhikkhave, mayā paññattaṃ. tattha aparimāṇā vaṇṇā aparimāṇā byañjanā aparimāṇā saṅkāsanā: ‘itipidaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccan’ti.

“tasmātiha, bhikkhave, ‘idaṃ dukkhan’ti yogo karaṇīyo, ‘ayaṃ dukkhasamudayo’ti yogo karaṇīyo, ‘ayaṃ dukkhanirodho’ti yogo karaṇīyo, ‘ayaṃ dukkhanirodhagāminī paṭipadā’ti yogo karaṇīyo”ti.

Bhikkhous, j'ai enseigné: 'Voici la noble vérité du mal-être'; il y a en cela d'innombrables aspects, d'innombrables particularités, d'innombrables significations: 'Voici la noble vérité du mal-être'.

J'ai enseigné: 'Voici la noble vérité de l'apparition du mal-être'; il y a en cela d'innombrables aspects, d'innombrables particularités, d'innombrables significations: 'Voici la noble vérité de l'apparition du mal-être'.

J'ai enseigné: 'Voici la noble vérité de la cessation du mal-être'; il y a en cela d'innombrables aspects, d'innombrables particularités, d'innombrables significations: 'Voici la noble vérité de la cessation du mal-être'.

J'ai enseigné: 'Voici la noble vérité du sentier menant à la cessation du mal-être'; il y a en cela d'innombrables aspects, d'innombrables particularités, d'innombrables significations: 'Voici la noble vérité de la voie menant à la cessation du mal-être'.

C'est pourquoi, bhikkhous, le travail [de contemplation] est à faire: 'Voici le mal-être', le travail [de contemplation] est à faire: 'Voici l'origine du mal-être', le travail [de contemplation] est à faire: 'Voici la cessation du mal-être', le travail [de contemplation] est à faire: 'Voici la voie menant à la cessation du mal-être'.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/samyutta/maha/sn56-019.html>

Quitter le foyer (AN 4.198)

tathāgato loke uppajjati araham
sammāsambuddho vijjācaraṇasampanno sugato
lokavidū anuttaro purisadammasārathi satthā
devamanussānaṃ buddho bhagavā. so imaṃ
lokaṃ sadevakaṃ samārakaṃ sabrahmakaṃ
sassamaṇabrāhmaṇiṃ paṇḍitaṃ sadevamanussaṃ
sayam abhiññā sacchikatvā pavedeti. so
dhammaṃ deseti ādikalyāṇaṃ majjhakalyāṇaṃ
pariyosānakalyāṇaṃ sātthaṃ sabyañjanaṃ,
kevalaparipuṇṇaṃ parisuddhaṃ brahmacariyaṃ

Un Tathāgata apparaît dans le monde, un arahant, un Bouddha pleinement réalisé, accompli en connaissance et en [bonne] conduite, se portant bien, connaissant le monde, suprême meneur des personnes à être dressées, enseignant des dévas et des humains, un Bouddha, un Fortuné. Il fait connaître ce monde avec ses dévas, ses Māras, ses Brahmās, ses renonçants et brahmanes, à cette génération de dévas et d'êtres humains, en en ayant fait lui-même l'expérience par connaissance directe. Il enseigne un Dhamma qui est bénéfique au début,

pakāseti.

taṃ dhammaṃ suṇāti gahapati vā gahapatiputto
vā aññatarasmiṃ vā kule paccājāto. so taṃ
dhammaṃ sutvā tathāgate saddhaṃ paṭilabhati.
so tena saddhāpaṭilābhena samannāgato iti
paṭisañcikkhati: ‘sambādho gharāvāso rajāpatho;
abbhokāso pabbajjā. nayidaṃ sukaraṃ agāraṃ
ajjhāvasatā ekantaparipuṇṇaṃ
ekantaparisuddhaṃ saṅkhalikhitam
brahmacariyaṃ caritaṃ. yaṃnūnāhaṃ
kesamassuṃ ohāretvā kāsāyāni vatthāni
acchādetvā agāraṃ anagāriyaṃ pabbajeyyaṃ’ti.

so aparena samayena appaṃ vā bhogakkhandhaṃ
pahāya, mahantaṃ vā bhogakkhandhaṃ pahāya,
appaṃ vā nātīparivaṭṭaṃ pahāya, mahantaṃ vā
nātīparivaṭṭaṃ pahāya, kesamassuṃ ohāretvā
kāsāyāni vatthāni acchādetvā agāraṃ
anagāriyaṃ pabbajati.

bénéfique au milieu, bénéfique à la fin, avec la
signification et le phrasé corrects, il présente la vie
brahmique qui est entièrement complète et pure.

Un gentilhomme ou le fils d'un gentilhomme, ou bien
quelqu'un né dans une quelconque famille, entend cet
enseignement. Ayant entendu cet enseignement, il
acquiert de la conviction envers le Tathāgata. Doué de
cette conviction qu'il a acquise, il considère: 'La vie de
foyer est encombrante, c'est un chemin boueux; le départ
du foyer, c'est le grand air. Il n'est pas facile, en habitant
au foyer, de vivre la vie brahmique qui est absolument
complète et pure, polie comme une conque. Et si je me
rasais les cheveux et la barbe, que je revêtais les robes
jaunes et que je quittais le foyer pour la vie sans foyer?'

Alors un peu plus tard, ayant abandonné un petit
patrimoine ou un grand patrimoine, ayant abandonné un
petit cercle de relations ou un grand cercle de relations,
s'étant rasé les cheveux et la barbe, ayant revêtu les
robes jaunes, il quitte la vie de foyer pour la vie sans
foyer.

source: <http://www.buddha-vacana.org/fr/sutta/anguttara/04/an04-198.html>

L'éléphant (AN 9.40)

“yasmim, bhikkhave, samaye āraññikassa nāgassa
gocarapasutassa hatthīpi hatthinīyopi
hatthikalabhāpi hatthicchāpāpi purato purato
gantvā tiṇaggāni chindanti, tena, bhikkhave,
āraññiko nāgo aṭṭiyati harāyati jigucchati. yasmim,
bhikkhave, samaye āraññikassa nāgassa
gocarapasutassa hatthīpi hatthinīyopi
hatthikalabhāpi hatthicchāpāpi obhaggobhaggam
sākhābhaṅgaṃ khādanti, tena, bhikkhave, āraññiko
nāgo aṭṭiyati harāyati jigucchati. yasmim,
bhikkhave, samaye āraññikassa nāgassa ogāhaṃ
otiṇṇassa hatthīpi hatthinīyopi hatthikalabhāpi
hatthicchāpāpi purato purato gantvā soṇḍāya
udakaṃ āloḍenti, tena, bhikkhave, āraññiko nāgo
aṭṭiyati harāyati jigucchati. yasmim, bhikkhave,
samaye āraññikassa nāgassa ogāhā uttiṇṇassa
hatthinīyo kāyaṃ upaṇiḥsaṃsantiyo gacchanti,
tena, bhikkhave, āraññiko nāgo aṭṭiyati harāyati
jigucchati.

“tasmim, bhikkhave, samaye āraññikassa nāgassa
evaṃ hoti: ‘ahaṃ kho etarahi ākiṇṇo viharāmi
hatthīhi hatthinīhi hatthikalabhehi hatthicchāpehi.
chinnaggāni ceva tiṇāni khādāmi,

Bhikkhous, lorsqu'un éléphant solitaire de forêt est à la
recherche de fourrage, les éléphants plus jeunes, les
éléphantes, les éléphanteaux et les bébés éléphants lui
passent devant et coupent l'extrémité supérieure des
herbes, et cela le contrarie, l'humilie et le dégoûte.
Lorsqu'un éléphant solitaire de forêt est à la recherche
de fourrage, les éléphants plus jeunes, les éléphantes,
les éléphanteaux et les bébés éléphants mangent les
fagots de branches noueuses, et cela le contrarie,
l'humilie et le dégoûte. Lorsqu'un éléphant solitaire de
forêt descend dans la rivière, les éléphants plus jeunes,
les éléphantes, les éléphanteaux et les bébés éléphants
lui passent devant et remuent l'eau avec leur trompe, et
cela le contrarie, l'humilie et le dégoûte. Lorsqu'un
éléphant solitaire de forêt sort de la rivière, les
éléphantes viennent froter leur corps au sien, et cela le
contrarie, l'humilie et le dégoûte.

Alors, bhikkhous, l'éléphant solitaire de forêt se dit: 'À
présent, je vis irrité par les éléphants plus jeunes, les
éléphantes, les éléphanteaux et les bébés éléphants. Je mange
des herbes dont l'extrémité supérieure a été coupée, on

obhaggobhaggañca me sākḥābhaṅgaṃ khādanti,
āvilāni ca pānīyāni pivāmi, ogāhā ca me uttiṅṅassa
hatthiniyo kāyaṃ upanighaṃsantiyo gacchanti.
yaṃnūnāhaṃ eko gaṇasmā vūpakatṭho
vihareyyan'ti.

so aparena samayena eko gaṇasmā vūpakatṭho
viharatī, acchinnaggāni ceva tiṇāni khādanti,
obhaggobhaggañcassa sākḥābhaṅgaṃ na khādanti,
anāvilāni ca pānīyāni pivati, ogāhā cassa uttiṅṅassa
na hatthiniyo kāyaṃ upanighaṃsantiyo gacchanti.

“tasmim, bhikkhave, samaye ārañṅikassa nāgassa
evaṃ hoti: ‘ahaṃ kho pubbe ākiṅṅo vihāsim
hatthihi hatthinihi hatthikalabhehi hatthicchāpehi,
chinnaggāni ceva tiṇāni khādim,
obhaggobhaggañca me sākḥābhaṅgaṃ khādimsu,
āvilāni ca pānīyāni apāyim, ogāhā ca me uttiṅṅassa
hatthiniyo kāyaṃ upanighaṃsantiyo agamaṃsu.
sohaṃ etarahi eko gaṇasmā vūpakatṭho viharāmi,
acchinnaggāni ceva tiṇāni khādāmi,
obhaggobhaggañca me sākḥābhaṅgaṃ na khādanti,
anāvilāni ca pānīyāni pivāmi, ogāhā ca me
uttiṅṅassa na hatthiniyo kāyaṃ upanighaṃsantiyo
gacchanti’ti. so soṇḍāya sākḥābhaṅgaṃ bhañjitvā
sākḥābhaṅgena kāyaṃ parimajjitvā attamano
soṇḍaṃ saṃharati

“evamevaṃ kho, bhikkhave, yasmim samaye
bhikkhu ākiṅṅo viharati bhikkhūhi bhikkhunīhi
upāsakehi upāsikāhi rañṅā rājamahāmattehi
titthiyehi titthiyasāvakehi, tasmim, bhikkhave,
samaye bhikkhussa evaṃ hoti: ‘ahaṃ kho etarahi
ākiṅṅo viharāmi bhikkhūhi bhikkhunīhi upāsakehi
upāsikāhi rañṅā rājamahāmattehi titthiyehi
titthiyasāvakehi. yaṃnūnāhaṃ eko gaṇasmā
vūpakatṭho vihareyyan'ti.

so vivittaṃ senāsaṃ bhajati arañṅaṃ
rukkhamūlaṃ pabbataṃ kandaraṃ giriguhaṃ
susānaṃ vanapatthaṃ abbhokāsaṃ palālapuñjaṃ.
so arañṅagato vā rukkhamūlagato vā suñṅāgaragato
vā nisīdati pallaṅkaṃ ābhujitvā ujuṃ kāyaṃ
pañidhāya parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā.

“so abhijjhaṃ loke pahāya vigatābhijjhena cetasā
viharatī, abhijjhāya cittaṃ parisodheti;
byāpādapadosaṃ pahāya abyāpannacitto viharati
sabbapāṇabhūtahitānukampī, byāpādapadosā
cittaṃ parisodheti; thinamiddhaṃ pahāya
vigatathinamiddho viharati ālokasaññī sato
sampajāno, thinamiddhā cittaṃ parisodheti;
uddhaccakukkucāṃ pahāya anuddhato viharati

*mange mes fagots de branches noueuses, je bois de l'eau
boueuse, et lorsque je sors de la rivière, les éléphants
viennent froter leur corps au mien. Et si je vivais seul,
éloigné du troupeau?’*

Alors plus tard, il vit seul, éloigné du troupeau, il mange
des herbes dont l'extrémité supérieure n'a pas été
coupée, on ne mange pas ses fagots de branches
noueuses, il ne boit pas de l'eau boueuse, et lorsqu'il
sort de la rivière, les éléphants ne viennent pas froter
leur corps au sien.

Alors, bhikkhous, l'éléphant solitaire de forêt se dit:
'Auparavant, je vivais irrité par les éléphants plus jeunes, les
éléphants, les éléphanteaux et les bébés éléphants. Je
mangeais des herbes dont l'extrémité supérieure avait été
coupée, on mangeait mes fagots de branches noueuses, je
buvais de l'eau boueuse, et lorsque je sortais de la rivière, les
éléphants venaient froter leur corps au mien. Maintenant
que je vis seul, éloigné du troupeau, je mange des herbes dont
l'extrémité supérieure n'a pas été coupée, on ne mange pas
mes fagots de branches noueuses, je ne bois pas de l'eau
boueuse, et lorsque je sors de la rivière, les éléphants ne
viennent pas froter leur corps au mien.' Ayant cassé un
bout de branche avec sa trompe, il se gratte le corps
avec. Ravi, il soulage sa démangeaison.

De la même manière, bhikkhous, lorsqu'un bhikkhou
vit irrité par les bhikkhous, les bhikkhounis, les
disciples laïcs hommes et femmes, les rois, les
ministres, les hétérodoxes et leurs disciples, alors à ce
moment-là, il se dit: 'À présent, je vis irrité par les
bhikkhous, les bhikkhounis, les disciples laïcs hommes et
femmes, les rois, les ministres, les hétérodoxes et leurs
disciples. Et si je vivais seul, éloigné du troupeau?'

Alors il fréquente un abri isolé ou une forêt, le pied
d'un arbre, une grotte, une caverne, un cimetière, un
maquis forestier, un endroit à ciel ouvert, un tas de
paille. S'étant rendu dans la forêt ou au pied d'un arbre
ou dans une pièce vide, il s'assoit jambes croisées,
maintenant son corps droit, mettant en place sa
présence d'esprit en tant que priorité.

Ayant abandonné la convoitise envers le monde, il reste
avec un esprit dénué de convoitise, il purifie son esprit
de la convoitise; ayant abandonné la malveillance et la
haine, il reste avec un esprit dénué de malveillance,
rempli de sollicitude pour le bien-être de tous les êtres
vivants, il purifie son esprit de la malveillance; ayant
abandonné la léthargie et torpeur, il reste dénué de
léthargie et torpeur, percevant la lumière, présent

ajjhataṃ vūpasantacitto, uddhaccakukkuccā cittaṃ
parisodheti; vicikicchaṃ pahāya tiṇṇavicikiccho
vihārati akathaṃkathī kusalesu dhammesu,
vicikicchāya cittaṃ parisodheti.

so ime pañca nīvaraṇe pahāya cetaso upakkilese
paññāya dubbalīkaraṇe vivicceva kāmehi vivicca
akusalehi dhammehi savitakkaṃ savicāraṃ
vivekajaṃ pītisukhaṃ paṭhamaṃ jhānaṃ
upasampajja viharati. so attamano kaṇḍuṃ
saṃhanati.

vitakkavicārānaṃ vūpasamā ajjhataṃ
sampasādanaṃ cetaso ekodibhāvaṃ avitakkaṃ
avicāraṃ samādhijaṃ pītisukhaṃ dutiyaṃ jhānaṃ
upasampajja viharati. so attamano kaṇḍuṃ
saṃhanati.

pītiyā ca virāgā upekkhako ca vihāsi, sato ca
sampajāno sukhañca kāyena paṭisaṃvedesi, yaṃ
taṃ ariyā ācikkhanti: ‘upekkhako satimā
sukhavihārī’ti tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati.
so attamano kaṇḍuṃ saṃhanati.

sukhassa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva
somanassadomanassānaṃ atthaṅgamā
adukkhamasukhaṃ upekkhāsati pārisuddhiṃ
catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. so
attamano kaṇḍuṃ saṃhanati.

d'esprit, doué de compréhension attentive, il purifie
son esprit de la léthargie et torpeur; ayant abandonné
agitation et remord, il reste calme, avec un esprit
intérieurement apaisé, il purifie son esprit de
l'agitation et remord; ayant abandonné le doute, il
demeure au-delà du doute, sans confusion par rapport
aux états mentaux avantageux, il purifie son esprit du
doute.

Ayant abandonné ces cinq obstructions, souillures de
l'esprit qui affaiblissent le discernement, détaché de la
sensualité, détaché des états mentaux désavantageux, il
entre et demeure dans le premier jhāna, qui
s'accompagne de pensées et associations d'idées,
d'exaltation et de bien-être engendrés par le
détachement. Ravi, il soulage sa démangeaison.

Avec l'apaisement des pensées et associations d'idées, il
entre et demeure dans le deuxième jhāna, qui
s'accompagne de tranquillisation intérieure,
d'unification de l'esprit, sans pensées ni associations
d'idées, avec exaltation et bien-être engendrés par la
concentration. Ravi, il soulage sa démangeaison.

Avec la disparition de l'exaltation, il demeure
équanime, présent d'esprit et doué de compréhension
attentive, il ressent dans le corps le bien-être que les
êtres nobles décrivent: ‘équanime et présent d'esprit,
quelqu'un qui demeure dans le bien-être’, il entre et
demeure dans le troisième jhāna. Ravi, il soulage sa
démangeaison.

Abandonnant le bien-être et abandonnant le mal-être,
la félicité et l'affliction mentales ayant auparavant
disparu, il pénètre et demeure dans le quatrième jhāna,
qui est sans mal-être ni bien-être, purifié par la
présence d'esprit due à l'équanimité. Ravi, il soulage sa
démangeaison.

Glossaire de termes Pali

abhijjhā	convoitise, envie (cupidité)
abhiññā	connaissance/compréhension directe
abhisamayā	compréhension complète
abyāpāda	non-malveillance, absence de malveillance
acinteyya	qu'il est inapproprié d'examiner, impropre à l'examen
addhāna	longue période
adhicitta	esprit supérieur
adhipaññā	discernement supérieur
adhisīla	vertu supérieure
adhivacana	expression (désignation)
ādīnava	désavantage, inconvenient, danger,
adinnādāna	appropriation de ce qui n'a pas été donné
adosa	non-aversion, absence d'aversion
adukkhamasukha	neutre, ni-plaisant-ni-déplaisant, ni-agréable-ni-désagréable
ahaṅkāra	fabrication du moi, fabrication de 'moi'
āhāra	nourriture, nutriment, approvisionnement
āhāre paṭikūlasaññā	perception du dégoûtant dans la nourriture
ājīva	mode/moyens de subsistance
ākāsa	espace
ākāsānañcāyatana	sphère de l'infinité de l'espace
ākiñcaññāyatana	sphère du rien
akiriyavāda	doctrine de la non-action
akuppa	inébranlable
akusala	désavantageux
akusalakammaṭṭha	voies d'actions désavantageuses
alobha	non-avidité, absence d'avidité
āloka	lumière
amanussa	non-humain
amata	sans-Mort
āmisa	choses matérielles
amoha	non-illusionnement, absence d'illusionnement
anāgāmī	non-retournant
anagāriya	vie sans foyer
ānāpānasati	présence de l'esprit sur la respiration
anāsava	sans impureté (mentale)
anattā	1. (nc:) non-soi 2. (adj:) sans-identité, sans-proprétaire
anatta	non-bénéfice / non-bénéfique
anavajja	irréprochable, (sans faute)
aṅga	1. facteur 2. composante 3. caractéristique
anicca	inconstant / inconstance
anicce dukkhasaññaṃ	perception de l'insatisfaction dans ce qui est inconstant
ānisaṃsa	bienfait, rétribution, (bénéfice)
aññatitthiya	hétérodoxe
aññā	connaissance finale/ultime
antaradhāna	déclin, disparition, (détérioration)
anukampā	compassion (exprimée activement)
anupassī	observant, contemplant
anupubba-	graduel, (progressif)
anusāsani	instruction
anusaya	inclination latente
anussati	remémoration, (rappel)
anussava	ouï-dire, rumeur, ce qui a été entendu/appris
anuttara	suprême, incomparable, (suprêmement accompli)
āpatti	transgression

apāya	existence infortunée
appamāda	diligence
appamāṇa	sans limite
appicchatā	peu de désirs
arahant	arahant
āraddhavīriya	énergique, d'énergie activée, celui qui a activé son énergie
ārambha	tonification
arañña	forêt
ariya	noble
ariya aṭṭhaṅgika magga	noble voie à huit composantes
ariyasāvaka	noble disciple
arūpa	sans forme
arūpabhava	existence [dans la sphère] immatérielle
asamāhita	dispersé d'esprit
asaṅkhata	inconditionné, non-fabriqu
asantuṭṭha	insatisfait
asappurisa	mauvaise personne
āsava	contamination mentale
asekha	celui qui est au-delà de l'entraînement
asmimāna	orgueil 'Je suis'
asubha	répugnant
assāda	attrait, jouissance
assutavā	non-instruit
ātāpī	ardent
atimāna	arrogance
attā	soi
attavāda	théorie du soi
attha	1. signification 2. bénéfice, bienfait (bon résultat) 3. but, objectif
atthaṅgama	extinction
atthasaṃhita	profitable
aveccappasāda	confiance confirmée (par l'expérience)
avihiṃsā	volonté de non-nuisance (même involontairement)
avijjā	ignorance
āvuso	ami
āyasmā	vénérable
āyatana	sphère
ayoniso manasikāra	considérations à mauvais escient
bahulīkatā	pratiqué assidûment
bahussuta	très instruit
bala	puissance, force
bāla	un sot
bhagavā	le Fortuné
bhante	Bhanté
bhava	existence
bhāvanā	développement, culture, pratique
bhavarāga	avidité d'existence
bhavataṅhā	appétence pour l'existence
bhaya	1. peur 2. danger
bhesajja	remède
bhikkhu	bhikkhou
bhikkhunī	bhikkhouni
bhojane mattaññutā	connaissance de la bonne mesure avec la nourriture
bodhi	éveil
bodhisatta	bodhisatta
bojjhaṅga	facteur d'éveil
brahmā	Brahmā
brahmacariya	vie brahmique
brahmakāyika	entourage de Brahmā

brāhmaṇa	brahmane
brahmavihāra	séjour brahmique
buddha	éveillé
Buddhānussati	remémoration du Bouddha
Buddhe aveccappasāda	confiance dans le Bouddha confirmée [par l'expérience]
byañjana	phrasé
byāpāda	malveillance
cāga	1. générosité 2. abandon
cakkhu	œil
caraṇa	(bonne) conduite
cetanā	intention, volition
cetovimutti	libération de l'esprit
chanda	désir
chandarāga	désir avide
citta	esprit
cīvara	robe
cuti	décès, trépas
dakkhiṇa	offrande
dāna	don, donation
dassana	vision
deva, devatā	déva
devatānussati	remémoration des dévas
dhamma	phénomène mental, enseignement, chose, ordre des choses
dhammādāsa	miroir du Dhamma
dhammānudhammappaṭipatti	pratique du Dhamma dans sa totalité
dhammānupassanā	observation des phénomènes mentaux
dhammavicaya	investigation des phénomènes / du Dhamma
dhātu	élément
dittheva dhamme	dans le monde visible
diṭṭhi	opinion, vue, croyance
diṭṭhinijjhānakkhanti	acceptation d'une opinion après l'avoir méditée
diṭṭhisampanna	celui qui a acquis la vue
diṭṭhupādāna	attachement aux opinions
domanassa	désagrément, déplaisir, affliction (mentale), amertume
dosa	1. haine 2. aversion
duccarita	méconduite, mauvaise conduite
duggati	mauvaise destination
dukkata	(transgression de) mal-agi
dukkha	mal-être, souffrance
dukkhakkhandha	accumulation de souffrance
dukkhanirodha	cessation de la souffrance
dukkhasamudaya	apparition / origine de la souffrance
dutiya	deuxième, second
ehipassika	invitant à venir voir
ekagga	(de l'esprit:) unifié
ekaggatā	(de l'esprit:) état unifié
ekatta	unité
ekodibhāva	unification
gahapati	gentilhomme, (homme de foyer)
gati	destination
hetu	cause, raison
hiri	conscienciosité
hita	avantage, bienfait, bonne fortune, prospérité
icchā	désir
iddhi	pouvoir psychique
iddhipāda	base des pouvoirs (psychiques)

indriya faculté (sensorielle ou bien spirituelle)
indriyesu guttadvārātā vigilance à l'entrée des facultés sensorielles

jāgariya (état de) veille
jarā vieillissement/vieillesse
jāti naissance
jhāna jhāna
jīvita vie

kabaḷikāra nourriture comestible
kālena kālaṃ de temps à autre
kalyāṇa bénéfique, favorable
kalyāṇadhamma ayant bonne nature
kalyāṇamittatā amitié bénéfique
kalyāṇo kittisaddo bonne réputation, renommée favorable
kāma sensualité, avidité sensuelle, plaisir sensuel
kāma bhava existence [dans la sphère] sensuelle
kāmacchanda avidité sensuelle
kāmaguṇa cordes de la sensualité
kāmarāga avidité de plaisirs sensuels
kāmatanḥhā avidité/soif de plaisirs sensuels/de sensualité
kāmesumicchācāra méconduite?inconduite dans les plaisirs sensuels
kamma action, activité, karma
kammanta action, activité
kāmuṇādaṇa attachement à la sensualité/aux plaisirs sensuels
kaṅkhā perplexité
kappa éon
karuṇā compassion (en méditation)
kaṣiṇa kaṣiṇa
kataññutā gratitude
kathaṅkathā sans perplexité
kaṭṭhina cérémonie de kaṭṭhina
kāya 1. corps 2. classe
kāyagatāsati présence d'esprit tournée vers le corps
kāyānupassanā observation/contemplation du corps
kāyindriya faculté de proprioception
khandha accumulation, (masse, agrégat)
khanti 1. patience 2. conviction
khattiya nobles-guerriers
khaya élimination complète, (terminaison)
kilesa souillure de l'esprit
kodha colère
kosajja 1. paresse (>individu) 2. torpeur (>esprit)
kukkucca remord
kula famille
kulaputta fils de bonne famille
kusala avantageux
kusalakammamāraṇi sentiers d'actions avantageuses
kusalamūla racines/sources de ce qui est avantageux
lābha acquisition, gain
lābhasakkārasiloka acquisitions, honneurs et renommée
lakkhaṇa caractéristique
līnatta nonchalance
lobha envie, désir
loka monde
macchariya avarice
mada intoxication
magga voie, sentier

mahā grand
 mahiccha 1. prétentieux 2. qui a bcp de désirs
 makkha mépris
 mamañkāra fabrication du mien
 māna identification au soi (amour-propre, orgueil)
 manāpa plaisant
 manasi karoti porter son attention
 manasikāra 1. notion 2. considération
 maṅgala favorable
 mano esprit, ?intellect? (en tant qu'organe des sens)
 manopavicāra examen mental
 manussa être humain
 maraṇa mort
 maraṇassati présence de la mort à l'esprit
 mātugāma femme, féminité
 methuna relation sexuelle
 mettā bienveillance
 micchā erroné
 middha torpeur, indolence, endormissement
 mitta ami
 moghapurisa sot
 moha illusionnement
 muditā joie altruiste
 mūla racine
 musāvāda parole mensongère
 muṭṭhassati étourdi, oublieux d'esprit
 nāga 1. serpent 2. éléphant 3. dragon 4. individu intrépide
 nāmarūpa Nom-et-Forme
 ñāṇa connaissance
 nandī complaisance
 nekkhamma renoncement
 n'evasaññānāsaññāyatana sphère de ni-perception-ni-non-perception
 nibbāna Nibbāna
 nibbedha compréhension pénétrante
 nibbedhika pénétrant
 nibbidā désenchantement
 nidāna cause, raison
 nimitta objet, aspect, marque
 nirāmisa sans attachement
 niraya enfer
 nirodha cessation
 nissaraṇa émancipation
 nīvaraṇa obstruction
 opanayika efficace
 orambhāgiya inférieur
 ottappa scrupule
 ovāda exhortation
 pabbajjā départ du foyer
 pabbajjaka sans-foyer
 pabbajita ayant quitté le foyer / sans-foyer
 pabhassara lumineux
 paccaya 1. condition, raison 2. provisions, supports de vie
 pacceka(sam)buddha Bouddha solitaire
 padhāna effort
 pahāna abandon
 pakāseti présenter
 pamāda négligence

pāmojja	joie sereine (félicité)
paṃsukūla	haillons abandonnés comme déchets
pāṇātipāta	destruction de la vie
paṇḍita	sage
paṇīta	excellent, sublime, élevé
pañña	discernement
paññavā	doué de discernement
paññāvimutti	délivrance / libération par discernement
pāpa/pāpaka	malsain, mauvais
pāpadhamma	ayant mauvaise nature
papañca	prolifération mentale
pārājika	entraînant l'expulsion
paribbājaka	ascète vagabond
parideva	lamentation
parihāna	déclin
pariḷaha	ardeur, fièvre (passion)
parimukhaṃ	près des narines/de la bouche, en tant que priorité
parinibbāna	Nibbāna final/complet
paranimmitavasavattī	dévas qui contrôlent les créations des autres
parihāna	détérioration
pariñña	compréhension complète
pāripūriṃ gacchati	aller à/atteindre sa plénitude
parisā	assemblée
pārisuddhi	pureté, purification
parivāra	entourage
pariyāya	exposition
pariyesanā	quête
pariyosāna	conclusion, (objectif)
pasāda	confiance, (?quiétude)
paśīdati	devenir paisible/serein, acquérir de la confiance
passaddhi	tranquilité
paṭhavī	terre
paṭicca samuppāda	apparition dépendante
paṭigha	répulsion, aversion
paṭikūla	dégoûtant
pātimokkha	pātimokkha
paṭinissagga	désintéressement
paṭipadā	voie, sentier, pratique
paṭisallāna	solitude, isolement, retrait
paṭisañcikkhati	considérer, se dire
pavaḍḍhati	se développer
pavedeti	professer, enseigner
paviveka	isolement, séparation, éloignement
pavivitta	isolé, solitaire
pesala	esprit affligé
peta	ayant bon caractère
pettivisaya	plan d'existence des esprits affligés
phala	fruit
pharusavāca	parole acerbe
phassa	contact
phoṭṭhabba	sensations corporelles
pindapata?	aumône (de nourriture)
pisuṇavācā	parole médisante, médisance
pīti	exaltation
piya	agréable, (cher)
pubbenivāsānussati	remémoration des existences passées (lit : habitats précédents)
puggala	individu
puñña	mérite

purisa 1. personne 2. homme
 puthujjana individu ordinaire
 rāga avidité
 rājā roi, monarque
 rasa saveurs
 rata, rati appréciant, savourant, se plaisant à, se complaisant dans
 rūpa 1. forme (matérielle, visible) 2. matérialité
 rūpabhava existence [dans la sphère] immatérielle
 sabbaloke anabhiratisaññā perception de non-complaisance envers le monde entier
 sacca vérité
 sacchikiriya réalisation
 saddhamma Dhamma authentique
 saddhā conviction, foi
 sādhu excellent, bon
 sagga paradis
 sakadāgāmī retournant unique
 sakkāya existence personnelle
 sakkāyadiṭṭhi croyance en l'existence du soi
 saḷāyatana organes des sens
 samācāra comportement
 samādhi rassemblement d'esprit
 samāhita rassemblé d'esprit
 samaṇa renonçant, ascète
 samāpatti accomplissement
 samatha tranquillité, sérénité
 sambhava origine
 sambodhi éveil
 sambuddha pleinement éveillé
 sāmisa attaché, (charnel)
 sammā correct
 sammāājīva moyen de subsistance correct
 sammādiṭṭhi vue correcte
 sammākammanta action correcte
 sammāpaṭipadā droit chemin, chemin correct
 sammappadhāna effort correct
 sammāsamādhi concentration correcte
 sammāsambodhi éveil complet
 sammāsambuddha Bouddha pleinement réalisé
 sammāsaṅkappa inention correcte
 sammāsati présence d'esprit correcte
 sammāvācā parole correcte
 sammāvāyāma effort correct
 sammatta droiture
 sammoha confusion
 sammosa 1. déclin 2. fait d'être oublieux
 sampajañña compréhension attentive
 sampasādana quiétude
 sampatti succès
 samphappalāpa bavardages infructueux, conversations frivoles
 samphassajā issu du contact
 saṃsāra cycle de renaissances
 samseva association
 samudaya apparition, origine
 saṃvara restrainte
 saṃvega motivation, sens de l'urgence
 saṃyojana entrave
 sandiṭṭhika visible directement

saṅgha	communauté, groupe
saṅghādisesa	requérant une réunion initiale et finale de la communauté
saṅghānussati	remémoration du sangha
saṅghe aveccappasāda	confiance dans le Sangha confirmée [par l'expérience]
saṅkappa	intention
saṅkhāra	1. volition 2. phénomènes composés/construits, Fabrications
saṅkhāraniggayhavāritagato	encombré d'un effort volontaire de restreinte
saṅkhata	conditionné
saññā	perception
saññāvedayitanirodha	cessation de la perception et des ressentis
santike	auprès de, en présence de
santuṭṭha	satisfait [de peu]
santuṭṭhitā	contentement
sappurisa	bonne personne
sārambha	véhémence
saraṇa	refuge
sarīra	corps
sati	présence d'esprit
satimā	présent d'esprit
satipaṭṭhāna	prises en place de la présence d'esprit
satta	un être (vivant)
sattānaṃ cutūpapātāñña	connaissance du trépas et de la réapparition des êtres
sāsana	enseignement
sāvajja	blâmable
sāvaka	disciple
sekha	apprenant, (individu) en entraînement
senāsana	abri
sikkhā	entraînement
sikkhāpada	règle de l'entraînement
sīla	1. vertu, moralité 2. comportement (en général)
sīlabbata	rites et préceptes
sīlabbataparāmāsa	croyance en la suprématie des rites et préceptes
sivathika	charnel ground
soceyya	pureté
soka	chagrin
somanassa	plaisance mentale, agrément, félicité,
sotāpanna	quelqu'un qui est entré dans le courant
sotāpatti	entrée dans le courant
sotāpattiyaṅga	facteurs d'entrée dans le courant
sovacassatā	être facile à admonester
subha	1. (nc:) beauté 2. beau, attrayant
sucarita	bonne conduite
sugata	sublime
sugati	bonne destination
sukha	1. bien-être 2. agréable, (plaisant)
suññatā	vide
suññāgāra	un local vide
surāmerayamajjapamādaṭṭhānā	liqueurs, boissons fermentées et intoxicants qui engendrent la négligence
suta	1. entendu 2. appris 3. instruction, connaissance
sutavā	instruit
taṇhā	appétence
tathāgata	tathāgata
tejo	feu
thera	ancien
thīna	léthargie
thīnamiddhā	léthargie et torpeur
tiracchāna	animal
tiracchānakathā	conversations animales

tiracchānayoni	sein animal
udāna	exclamation
uddhacca	agitation mentale
uddhaccakkukkucca	agitation mentale et remord
upādāna	attachement
upādānakkhandha	accumulations d'attachement
upadhi	possession, acquisition
upakkilesa	souillure
uppanna	ayant fait surface
upāsaka/upāsikā	disciple laïc/que
upasama	paix
upāyāsa	abattement
upekkhā	équanimité
uppāda	apparition
uttarimanussadhamma	état supra-humain
vācā	parole
vacī- (préfixe)	verbal
vāda	théorie, doctrine
vana	forêt
vassa	mousson, saison des pluies, année (mesure de temps)
vaya	disparition
vāyāma	effort
vāyo	air
vedanā	ressenti
vedayita	ressenti (pp.), ce qui est ressenti
vepulla	plénitude
vera	antipathie, inimitié
veramaṇī	absention
vibhava	annihilation, extermination, non-existence
vicāra	associations d'idées / examen
vicaya	investigation, examen
vicikicchā	doute
vihāra	1. monastère 2. séjour de méditation
vihesā	violence, cruauté, férocité
vihiṃsā	nuisance, préjudice,
vijjā	connaissance correcte
vīmaṃsā	investigation
vimokkha	délivrance
vimutti	libération
vinaya	1. discipline 2. élimination (des impuretés)
viññeyyā	connaissable
vinipāta	monde inférieur
viññāṇa	conscience
viññāṇañcāyatana	sphère de l'infinité de la conscience
viññū	sage, un sage
vinodeti	dissiper, éliminer
vipāka	perversion, distorsion, inversement
vipallāsa	changement
vipariṇāma	par nature sujet au changement
vipariṇāmadhamma	vision discernante
vipassana	échec
vipatti	1. détachement (dépassion) 2. disparition
virāga	énergie
viriya	activation de l'énergie
vīriyārambha	purification
visuddhi	pensée
vitakka	isolement

viveka délivrance, libération
vossagga apaisement
vūpasama émergence
vuṭṭhāna malveillance
vyāpāda
yakkha yakkha, esprit
yathābhūtaṃ tel que c'est dans les faits
yoga 1. joug 2. effort
yojana yojana, 10 à 15 km de distance
yoni sein
yoniso manasikāra considérations à bon escient