



Ce numéro est le dernier
de cette lettre d'information.

*This is the last issue
of this newsletter*

Magga-vibhanga sutta (Une analyse de la Voie)

Katama ca bhikkhave samma-sati ?

Et qu'est-ce qu'est *Sati* Juste, moines ?

Idha bhikkhave bhikkhu kaye kayanupassi viharati, atapi sampajano satima vineyya loke abhijjha-domanassam.

Il y a le cas où un moine demeure focalisé sur le corps en tant que tel - plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* - laissant de côté l'avidité et la détresse en ce qui concerne le monde.

Vedanasu vedananupassi viharati, atapi sampajano satima vineyya loke abhijjha-domanassam.

Il demeure focalisé sur les sensations en tant que telles - plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* - laissant de côté l'avidité et la détresse en ce qui concerne le monde.

Citte cittanupassi viharati, atapi sampajano satima vineyya loke abhijjha-domanassam.

Il demeure focalisé sur l'esprit en tant que tel - plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* - laissant de côté l'avidité et la détresse en ce qui concerne le monde.

Dhammesu dhammanupassi viharati, atapi sampajano satima vineyya loke abhijjha-domanassam.

Il demeure focalisé sur les qualités mentales en tant que telles - plein d'ardeur, en attitude d'alerte et avec *sati* - laissant de côté l'avidité et la détresse en ce qui concerne le monde.

Ayam vuccati bhikkhave samma-sati.

Voilà, moines, ce que l'on appelle *Sati* Juste.

Katamo ca bhikkhave samma-samadhi ?

Et qu'est-ce qu'est la Concentration Juste, moines ?

Idha bhikkhave bhikkhu vivicc'eva kamehi vivicca akusalehi dhammehi, savitakkam sa-vicaram vivekajam-piti-sukham paṭhamam jhanam upasampajja viharati.

Il y a le cas où un moine - tout à fait retiré de la sensualité, retiré des qualités [mentales] malhabiles - entre et demeure dans le premier *jhana* : le ravissement et le plaisir nés du retrait, accompagnés par la pensée dirigée et l'évaluation.

Vitakka-vicaranam vupasama, ajjhattam sampasadanam cetaso ekodi-bhavam avitakkam avicaram, samadhijam-piti-sukham dutiyam jhanam upasampajja viharati.

Avec l'apaisement de la pensée dirigée et de l'évaluation, Il entre et demeure dans le deuxième *jhana* : le ravissement et le plaisir nés du calme, l'unification de la conscience libre de la pensée dirigée et de l'évaluation - l'assurance

intérieure.

Pitiya ca viraga, upekkhako ca viharati sato ca sampajano, sukhañca kayena paṭisamvedeti, yan-tam ariya acikkhanti upekkhako satima sukha-vihariti, tatiyam jhanam upasampajja viharati.

Avec la disparition du ravissement, il demeure équanime, avec *sati* et en attitude d'alerte, et ressent le plaisir avec le corps.

Il entre et demeure dans le troisième *jhana*, à propos duquel les êtres nobles déclarent : 'Equanime et avec *sati*, son séjour est agréable.'

Sukhassa ca pahana dukkhassa ca pahana, pubbe va somanassa-domanassanam atthaṅgama, adukkham-asukham upekkha-sati-parisuddhim, catuttham jhanam upasampajja viharati.

Avec l'abandon du plaisir et de la douleur - comme avec les disparitions précédentes de l'allégresse et de la détresse - il entre et demeure dans le quatrième *jhana* : la pureté de l'équanimité et de *sati*, ni plaisir ni douleur.

Ayam vuccati bhikkhave samma-samadhiṭi."

Voilà, moines, ce que l'on appelle la Concentration Juste. »

Idam-avoca Bhagava.

Attamana te bhikkhu Bhagavato bhasitam, abhinanduntī.

C'est ce que le Béni dit. Gratifiés, le groupe des cinq moines se délectèrent de ses mots.



* * *

– Ajaan Suwat Suvaco, le fondateur de Wat Mettavanaram –







lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
						1
2	3	4	5 ☾	5	7	8
9	10	11	12 ☽	13	14	15
16	17	18	19 ☽	20	21	22
23	24	25	26	27	28 ●	29
30	31					

● ☾ ☽ ○ : lune nouvelle, croissante, pleine, décroissante
