



Le Refuge, Centre bouddhique d'études et de méditation  
(<http://www.refugebouddhique.com>)

### **Extraits du Canon pāli, 38**

#### **AṄGUTTARA NIKĀYA**

*Le recueil des discours numériques*

Vācā sutta (AN 5.198)

*Une déclaration*

« Moines, on considère qu'une déclaration où ces cinq facteurs sont présents est bien dite, pas mal dite. Elle est considérée sans blâme et sans faute par les personnes bien instruites. Quels sont ces cinq facteurs ?

« Elle est prononcée au bon moment. Elle est prononcée avec vérité. Elle est prononcée avec affection. Elle est prononcée dans un esprit bénéfique. Elle est prononcée avec un esprit de bienveillance.

« Une déclaration où sont présents ces cinq facteurs est bien dite, pas mal dite. Elle est considérée comme étant sans blâme et sans faute par les personnes bien instruites. »

Dhammassavana sutta (AN 5.202)

*Ecouter le Dhamma*

« Il y a ces cinq récompenses à écouter le *Dhamma*. Quelles sont ces cinq récompenses ?

« On entend ce que l'on n'a pas entendu auparavant. On clarifie ce que l'on a entendu auparavant. On se débarrasse du doute. Les vues sont rectifiées. L'esprit devient serein.

« Ce sont là les cinq récompenses qu'il y a à écouter le *Dhamma*. »

Maraṇassati sutta (AN 6.19)

*Sati de la mort (1)*

Ainsi ai-je entendu. En une occasion, le Béni séjournait près de Nādika dans le palais en briques. Là, il s'adressa aux moines : « Moines ! »

« Oui, seigneur, » lui répondirent les moines.

Le Béni dit : « *Sati* de la mort – lorsqu’il est développé et poursuivi – est très fructueux et très bénéfique. Il permet de prendre pied dans le Sans-mort, il a le Sans-mort pour terme final. En conséquence, vous devriez développer *sati* de la mort. »

Lorsque le Béni eut dit ceci, un certain moine s’adressa à lui : « Je développe déjà *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] un jour et une nuit, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Puis un autre moine s’adressa au Béni : « Moi aussi, je développe déjà *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] un jour, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Puis un autre moine s’adressa au Béni : « Moi aussi, je développe déjà *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour manger un repas, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Puis un autre moine s’adressa au Béni : « Moi aussi, je développe déjà *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour avaler, ayant mâché quatre morceaux de nourriture, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Puis un autre moine s’adressa au Béni : « Moi aussi, je développe déjà *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour avaler, ayant mâché un morceau de nourriture, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Puis un autre moine s’adressa au Béni : « Moi aussi, je développe *sati* de la mort. »

« Et comment développes-tu *sati* de la mort ? »

« Je pense : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour expirer après avoir inspiré, ou d’inspirer après avoir expiré, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup.’ Voilà comment je développe *sati* de la mort. »

Lorsque ceci eut été dit, le Béni s’adressa aux moines. « Quiconque développe *sati* de la mort, pensant : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] un jour et une nuit... un jour... ou [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour manger un repas... l’intervalle de ce que cela prend pour avaler, ayant mâché quatre morceaux de nourriture, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup’ – on dit de lui qu’il est non vigilant. Il développe *sati* de la mort lentement afin de pouvoir mettre un terme aux effluents.

« Mais quiconque développe *sati* de la mort, pensant : ‘Oh, puissè-je vivre [encore] l’intervalle de ce que cela prend pour avaler, ayant mâché un morceau de nourriture... l’intervalle de ce que cela prend pour expirer après avoir inspiré, ou d’inspirer après avoir expiré, afin de pouvoir réfléchir aux instructions du Béni. J’aurai [ainsi] accompli beaucoup’ – on dit de lui qu’il est vigilant. Il développe *sati* de la mort avec acuité afin de pouvoir mettre un terme aux effluents.

« En conséquence, vous devriez vous entraîner ainsi : ‘Nous serons vigilants. Nous développerons *sati* de la mort avec acuité afin de pouvoir mettre un terme aux effluents.’ Voilà comment vous devriez vous entraîner. »

Voilà ce que dit le Béni. Satisfaits, les moines se délectèrent des paroles du Béni.

### Maraṇassati sutta (AN 6.20)

#### *Sati de la mort (2)*

Ainsi ai-je entendu. En une occasion, le Béni séjournait près de Nāḍika dans le palais en briques. Là, il s’adressa aux moines : « Moines, *sati* de la mort – lorsqu’il est développé et poursuivi – est très fructueux et très bénéfique. Il permet de prendre pied dans le Sans-mort, il a le Sans-mort pour terme final. Et comment *sati* de la mort est-il développé et poursuivi afin qu’il soit très fructueux et très bénéfique, qu’il permette de prendre pied dans le Sans-mort, et qu’il ait le Sans-mort pour terme final ?

« Il y a le cas où un moine, alors que le jour se termine et que la nuit revient, réfléchit au fait que : ‘Nombreuses sont les causes [possibles] de ma mort. Un serpent pourrait me mordre, un scorpion pourrait me piquer, un mille-pattes pourrait me mordre. Ma mort pourrait survenir ainsi. Cela constituerait un obstacle pour moi. Trébuchant, je pourrais faire une chute ; ma nourriture, digérée, pourrait me déranger ; ma bile pourrait être provoquée, mon flegme... des vents perçants [dans le corps] pourraient être provoqués. Ma mort pourrait survenir ainsi. Cela constituerait un obstacle pour moi. Ensuite, le moine devrait investiguer le fait suivant : ‘Y a-t-il des qualités quelconques, mauvaises, malhabiles que je n’ai pas abandonnées, qui constitueraient un obstacle pour moi si je devais mourir au cours de la nuit ?’ Si, en réfléchissant, il se rend compte qu’il y a des qualités quelconques, mauvaises, malhabiles qu’il n’a pas abandonnées, qui seraient un obstacle pour lui s’il devait mourir au cours de la nuit, alors il devrait fournir un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, *sati*, et une attitude d’alerte supplémentaires pour l’abandon de ces mêmes qualités mauvaises, malhabiles. Tout comme une personne dont le turban ou la tête serait en feu fournirait un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, un *sati*, et une attitude d’alerte supplémentaires pour éteindre le feu sur son turban ou sur sa tête ; de la même manière, le moine devrait fournir un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, un *sati*, et une attitude d’alerte supplémentaires pour l’abandon de ces mêmes qualités mauvaises, malhabiles. Mais si, en réfléchissant, il se rend compte qu’il n’y a pas de qualités mauvaises, malhabiles qu’il n’a pas abandonnées, qui constitueraient un obstacle pour lui s’il devait mourir au cours de la nuit, alors pour cette même raison, il devrait demeurer dans la joie et le ravissement, s’entraînant jour et nuit en ce qui concerne les qualités habiles.

« De plus, il y a le cas où un moine, alors que la nuit se termine et que le jour revient, réfléchit au fait que : ‘Nombreuses sont les causes [possibles] de ma mort. Un serpent pourrait me mordre, un scorpion pourrait me piquer, un mille-pattes pourrait me mordre. Ma mort pourrait survenir ainsi. Cela constituerait un obstacle pour moi. Trébuchant, je pourrais faire une chute ; ma nourriture, digérée, pourrait me déranger ; ma bile pourrait être provoquée, mon flegme... des vents perçants [dans le corps] pourraient être provoqués. Ma mort pourrait survenir ainsi. Cela constituerait un obstacle pour moi.’ Ensuite, le moine devrait investiguer le fait suivant : ‘Y a-t-il des qualités quelconques mauvaises, malhabiles que je n’ai pas abandonnées, qui constitueraient un obstacle pour moi si je devais mourir au cours de la journée ?’ Si, en réfléchissant, il se rend compte qu’il y a des qualités quelconques mauvaises, malhabiles qu’il n’a pas abandonnées, qui constitueraient un obstacle pour lui s’il devait

mourir au cours de la journée, alors il devrait fournir un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, *sati*, et une attitude d'alerte supplémentaires pour l'abandon de ces mêmes qualités mauvaises, malhabiles. Tout comme une personne dont le turban ou la tête serait en feu fournirait un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, *sati*, et une attitude d'alerte supplémentaires pour éteindre le feu sur son turban ou sur sa tête ; de la même manière, le moine devrait fournir un désir, un effort, une diligence, une implacabilité, *sati*, et une attitude d'alerte supplémentaires pour l'abandon de ces mêmes qualités mauvaises, malhabiles. Mais si, en réfléchissant, il se rend compte qu'il n'y a pas de qualités mauvaises, malhabiles qu'il n'a pas abandonnées, qui pourraient constituer un obstacle pour lui s'il devait mourir au cours de la journée, alors pour cette même raison, il devrait demeurer dans la joie et le ravissement, s'entraînant jour et nuit aux qualités habiles.

« Moines, voilà comment *sati* de la mort est développé et poursuivi afin qu'il soit très fructueux et très bénéfique, qu'il permette de prendre pied dans le Sans-mort, et qu'il ait le Sans-mort pour terme final. »

Voilà ce que dit le Béni. Satisfaits, les moines se délectèrent des paroles du Béni.

### Sandiṭṭhika sutta (AN 6.47)

#### *Visible ici-et-maintenant*

Moḷiyasivaka l'errant alla auprès du Béni et échangea des salutations courtoises avec lui. Après un échange de salutations amicales et de courtoisies, il s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, il dit au Béni : « 'Le *Dhamma* est visible ici-et-maintenant, le *Dhamma* est visible ici-et-maintenant,' dit-on. Dans quelle mesure le *Dhamma* est-il visible ici-et-maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, dont les sages font l'expérience par eux-mêmes ? »

« Bien, Sivaka, je vais te poser une question en retour. Réponds comme tu le souhaites. Que penses-tu ? Lorsque l'avidité est présente en toi, discernes-tu que : 'L'avidité est présente en moi' ? Et lorsque l'avidité n'est pas présente en toi, discernes-tu que : 'L'avidité n'est pas présente en moi' ? »

« Oui, seigneur. »

« Le fait que lorsque l'avidité est présente en toi, tu discernes que l'avidité est présente en toi ; et que lorsque l'avidité n'est pas présente en toi, tu discernes que l'avidité n'est pas présente en toi : c'est là une manière dont le *Dhamma* est visible ici-et-maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, dont les sages font l'expérience par eux-mêmes.

« Que penses-tu ? Lorsque l'aversion est présente en toi... Lorsque l'illusion est présente en toi... Lorsqu'une qualité d'avidité est présente en toi... Lorsqu'une qualité d'aversion est présente en toi... »

« Que penses-tu ? Lorsqu'une qualité d'illusion est présente en toi, discernes-tu que : 'Une qualité d'illusion est présente en moi' ? Et lorsqu'une qualité d'illusion n'est pas présente en toi, discernes-tu que : 'Une qualité d'illusion n'est pas présente en moi' ? »

« Oui, seigneur. »

« Le fait que lorsqu'une qualité d'illusion est présente en toi, tu discernes qu'une qualité d'illusion est présente en toi ; et que lorsqu'une qualité d'illusion n'est pas présente en toi, tu discernes qu'une qualité d'illusion n'est pas présente en toi : c'est là une manière dont le

*Dhamma* est visible ici-et-maintenant, intemporel, invitant à la vérification, pertinent, dont les sages font l'expérience par eux-mêmes »

« Magnifique, seigneur ! Magnifique. Tout comme si on remettait à l'endroit ce qui était retourné, que l'on révélait ce qui était caché, que l'on montrait le chemin à celui qui est égaré, ou que l'on plaçait une lampe dans l'obscurité afin que ceux qui ont des yeux puissent voir les formes ; de la même manière le Béni a – à travers plusieurs raisonnements – rendu le *Dhamma* clair. Je vais prendre refuge auprès du Béni, du *Dhamma*, et du *Saṅgha* des moines. Puisse le Béni se souvenir de moi comme d'un disciple laïc qui est allé auprès de lui pour prendre refuge, à compter de ce jour, pour la vie. »

### Soṇa sutta (AN 6.55)

Ainsi ai-je entendu. En une occasion, le Béni séjournait près de Rājagaha au Pic du vautour. Et en cette occasion, le vénérable Soṇa séjournait près de Rājagaha, dans la Forêt fraîche. Alors que le vénérable Soṇa méditait dans l'isolement [après avoir fait de la méditation marchée jusqu'à ce que la peau de la plante de ses pieds ait éclaté et saigne], ces pensées apparurent dans sa conscience : « Des disciples du Béni qui ont stimulé leur persévérance, je fais partie, mais mon esprit n'est pas affranchi des effluents à travers l'absence d'agrippement. Ma famille possède suffisamment de richesses pour que je puisse en jouir et faire des actes méritoires. Si j'abandonnais l'entraînement, et retournais à la vie inférieure, jouissant de ces richesses et faisant des actes méritoires ? »

Alors le Béni, dès qu'il perçut avec sa conscience ces pensées dans la conscience du vénérable Soṇa, disparut du Pic du vautour – tout comme un homme fort pourrait étendre son bras fléchi ou fléchir son bras étendu – réapparut dans la Forêt fraîche juste devant le vénérable Soṇa, et il s'assit à un endroit qui avait été préparé. Le vénérable Soṇa, après s'être prosterné devant le Béni, s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, le Béni lui dit : « Juste à l'instant, alors que tu méditais dans l'isolement, ces pensées ne sont-elles pas apparues dans ta conscience : 'Des disciples du Béni qui ont stimulé leur persévérance, je fais partie, mais mon esprit n'est pas affranchi des effluents à travers l'absence d'agrippement. Ma famille possède suffisamment de richesses pour que je puisse en jouir et faire des actes méritoires. Si j'abandonnais l'entraînement, et retournais à la vie inférieure, jouissant de ces richesses et faisant des actes méritoires ?' »

« Si, seigneur. »

« Que penses-tu, Soṇa ? Avant, quand tu vivais au foyer, jouais-tu bien de la *vīṇā*<sup>1</sup> ? »

« Oui, seigneur. »

« Et que penses-tu ? Quand les cordes de ta *vīṇā* étaient trop tendues, ta *vīṇā* était-elle bien accordée et pouvais-tu bien en jouer ? »

« Non, seigneur. »

« Et que penses-tu ? Quand les cordes de ta *vīṇā* étaient trop détendues, ta *vīṇā* était-elle bien accordée et pouvais-tu bien en jouer ? »

« Non, seigneur. »

« Et que penses-tu ? Quand les cordes de ta *vīṇā* n'étaient ni trop tendues ni trop détendues, mais tendues pour être juste à la bonne hauteur, ta *vīṇā* était-elle bien accordée et pouvais-tu bien en jouer ? »

---

<sup>1</sup> *Vīṇā* : une sorte de luth.

« Oui, seigneur. »

« De la même manière, Soṇa, une persévérance excessive conduit à l'agitation, une persévérance insuffisante conduit à la paresse. Ainsi, tu devrais déterminer la bonne intensité pour ta persévérance, bien accorder la hauteur des [cinq] facultés<sup>2</sup> [à cela], et ensuite choisir ton thème. »

« Oui, seigneur, » répondit le vénérable Soṇa au Béni. Puis, ayant exhorté le vénérable Soṇa, le Béni – tout comme un homme fort pourrait étendre son bras fléchi ou fléchir son bras étendu – disparut de la Forêt fraîche et réapparut au Pic du vautour.

Après cela, le vénérable Soṇa détermina quelle était la bonne intensité<sup>3</sup> pour sa persévérance, [y] accorda la hauteur des [cinq] facultés, et choisit son thème. Demeurant seul, isolé, vigilant, plein d'ardeur, et résolu, il atteignit en peu de temps le but suprême de la vie sainte pour lequel les membres d'un clan quittent avec raison la vie de foyer pour la vie sans foyer, le connaissant et le réalisant par lui-même dans l'ici-et-maintenant. Il sut que : « La naissance est terminée, la vie sainte accomplie, la tâche faite. Il n'y a plus rien d'autre à faire dans ce monde. » Et le vénérable Soṇa devint ainsi un autre *arahant*.

Ensuite, étant parvenu à l'état d'*arahant*, la pensée suivante vint à l'esprit du vénérable Soṇa : « Si j'allais auprès du Béni pour déclarer la Connaissance en sa présence ? » Et donc il alla auprès du Béni et, étant arrivé, s'étant prosterné devant lui, il s'assit sur un côté. Alors qu'il était assis là, il dit au Béni : « Quand un moine est un *arahant*, ses effluents terminés, quelqu'un qui a atteint l'accomplissement, accompli la tâche, déposé le fardeau, qui est parvenu au but véritable, qui a totalement détruit l'entrave du devenir, et qui est affranchi à travers la connaissance juste, il se consacre à six choses : le renoncement, l'isolement, la non-affliction, le terme du désir ardent, le terme de l'agrippement, et le non-illusionnement.

« Il est possible qu'un certain vénérable pense ceci : 'Peut-être est-ce en s'appuyant entièrement sur la conviction que ce vénérable se consacre au renoncement,' mais il ne faut pas voir les choses ainsi. Le moine dont les effluents sont terminés, qui a accompli [la vie sainte], ne voit rien de plus à faire en lui-même, ou rien de plus à ajouter à ce qu'il a fait. C'est à cause du terme de la passion, à cause du fait qu'il est libre de la passion qu'il se consacre au renoncement. C'est à cause du terme de l'aversion, à cause du fait qu'il est libre de l'aversion qu'il se consacre au renoncement. C'est à cause du terme de l'illusion, à cause du fait qu'il est libre de l'illusion qu'il se consacre au renoncement.

« Il est possible qu'un certain vénérable pense ceci : 'Peut-être est-ce parce qu'il désire le gain, l'honneur, et la renommée que ce vénérable se consacre à l'isolement'... 'Peut-être est-ce parce qu'il retombe dans l'attachement aux habitudes et aux pratiques comme quelque chose qui est essentiel qu'il se consacre à la non-affliction,' mais il ne faut pas voir les choses ainsi. Le moine dont les effluents sont terminés, qui a accompli [la vie sainte], ne voit rien de plus à faire en lui-même, ou rien de plus à ajouter à ce qu'il a fait. C'est à cause du terme de la passion, à cause du fait qu'il est libre de la passion qu'il se consacre à la non-affliction. C'est à cause du terme de l'aversion, à cause du fait qu'il est libre de l'aversion qu'il se consacre à la non-affliction. C'est à cause du terme de l'illusion, à cause du fait qu'il est libre de l'illusion qu'il se consacre à la non-affliction.

« C'est à cause du terme de la passion, à cause du fait qu'il est libre de la passion... à cause du terme de l'aversion, à cause du fait qu'il est libre de l'aversion... à cause du terme de l'illusion, à cause du fait qu'il est libre de l'illusion qu'il se consacre au terme du désir ardent... au terme de l'agrippement... au non-illusionnement.

<sup>2</sup> Facultés : *indriya*. La conviction, la persévérance, *sati*, la concentration, le discernement. Ces cinq qualités constituent aussi les cinq forces (*bala*).

<sup>3</sup> La bonne intensité : littéralement, « la bonne hauteur ».

« Même si des formes puissantes, qui peuvent être connues via l'œil, entrent dans le champ visuel d'un moine dont l'esprit est ainsi affranchi justement, son esprit n'est ni subjugué ni même affecté. Etant bien établi, ayant atteint l'imperturbabilité, il se focalise sur leur disparition. Et même si des sons puissants... des arômes... des goûts... des sensations tactiles... Même si des idées puissantes, qui peuvent être connues via l'intellect, entrent dans le champ mental d'un moine dont l'esprit est ainsi affranchi justement, son esprit n'est ni subjugué ni même affecté. Etant bien établi, ayant atteint l'imperturbabilité, il se focalise sur leur disparition.

« Tout comme s'il y avait une montagne rocheuse – sans crevasses, sans fissures, d'un seul bloc – et qu'arrive de l'est une tempête puissante avec du vent et de la pluie : la montagne ne vibrerait, ni ne frémirait, ni ne tremblerait. Et qu'ensuite arrive de l'ouest... du nord... du sud une tempête puissante avec du vent et de la pluie : la montagne ne vibrerait, ni ne frémirait, ni ne tremblerait. De la même manière, même si des formes puissantes, qui peuvent être connues via l'œil, entrent dans le champ visuel d'un moine dont l'esprit est ainsi affranchi justement, son esprit n'est ni subjugué ni même affecté. Etant bien établi, ayant atteint l'imperturbabilité, il se focalise sur leur disparition. Et même si des sons puissants... des arômes... des goûts... des sensations tactiles... Même si des idées puissantes, qui peuvent être connues via l'intellect entrent dans le champ mental d'un moine dont l'esprit est ainsi affranchi justement, son esprit n'est ni subjugué ni même affecté. Etant bien établi, ayant atteint l'imperturbabilité, il se focalise sur leur disparition. »

Quand la conscience se consacre  
au renoncement, à l'isolement,  
à la non-affliction, au terme de l'agrippement,  
au terme du désir ardent,  
et au non-illusionnement,  
voyant l'apparition des médias sensoriels,  
l'esprit est affranchi justement.

Pour ce moine, affranchi justement,  
dont le cœur est en paix,  
il n'y a rien qu'il doive faire,  
rien qu'il doive ajouter à ce qui est fait.

Tout comme un rocher d'un seul bloc  
ne peut être déplacé par le vent ;  
de la même manière,  
toutes les formes, tous les goûts,  
les sons, les arômes, les contacts,  
toutes les idées désirables et non-désirables,  
n'ont aucun effet sur celui qui est Tel.

L'esprit – bien établi, totalement affranchi –  
se focalise sur leur disparition.

## Nibbedhika sutta (AN 6.63)

### *Pénétrant*

« Moines, je vais vous enseigner l'explication pénétrante qui est une explication du *Dhamma*. Ecoutez et faites bien attention. Je vais parler. »

« Oui, seigneur, » répondirent les moines au Béni.

Le Béni dit : « Quelle est l'explication pénétrante qui est une explication du *Dhamma* ?

[1] « La sensualité devrait être connue. La cause par laquelle la sensualité entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensualité devrait être connue. Le résultat de la sensualité devrait être connu. La cessation de la sensualité devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensualité devrait être connue.

[2] « La sensation devrait être connue. La cause par laquelle la sensation entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensation devrait être connue. Le résultat de la sensation devrait être connu. La cessation de la sensation devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensation devrait être connue.

[3] « La perception devrait être connue. La cause par laquelle la perception entre en jeu devrait être connue. La diversité de la perception devrait être connue. Le résultat de la perception devrait être connu. La cessation de la perception devrait être connue. La pratique pour la cessation de la perception devrait être connue.

[4] « Les effluents devraient être connus. La cause par laquelle les effluents entrent en jeu devrait être connue. La diversité des effluents devrait être connue. Le résultat des effluents devrait être connu. La cessation des effluents devrait être connue. La pratique pour la cessation de la perception devrait être connue.

[5] « Le *kamma* devrait être connu. La cause par laquelle le *kamma* entre en jeu devrait être connue. La diversité du *kamma* devrait être connue. Le résultat du *kamma* devrait être connu. La cessation du *kamma* devrait être connue. La pratique pour la cessation du *kamma* devrait être connue.

[6] « La souffrance devrait être connue. La cause par laquelle la souffrance entre en jeu devrait être connue. La diversité de la souffrance devrait être connue. Le résultat de la souffrance devrait être connu. La cessation de la souffrance devrait être connue. La pratique pour la cessation de la souffrance devrait être connue.

[1'] « 'La sensualité devrait être connue. La cause par laquelle la sensualité entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensualité devrait être connue. Le résultat de la sensualité devrait être connu. La cessation de la sensualité devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensualité devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a ces cinq cordes de la sensualité. Quelles sont ces cinq cordes ? Les formes qui peuvent être connues via l'œil – agréables, plaisantes, charmantes, attachantes, attirantes, liées au désir sensuel ; les sons qui peuvent être connus via l'oreille... les arômes qui peuvent être connus via le nez... les saveurs qui peuvent être connues via la langue... les sensations tactiles qui peuvent être connues via le corps – agréables, plaisantes, charmantes, attachantes, attirantes, liées au désir sensuel. Mais ce n'est pas là la sensualité. On les appelle les cordes de la sensualité dans le *Vinaya* des Etres nobles.

La passion pour ses résolutions est ce qui constitue  
la sensualité d'un homme,  
pas les beaux plaisirs sensuels



que l'on trouve dans le monde.  
 La passion pour ses résolutions  
 est ce qui constitue la sensualité d'un homme.  
 Les beautés demeurent  
 telles qu'elles sont dans le monde,  
 tandis qu'à cet égard,  
 les êtres éclairés subjuguent leur désir.

« Et quelle est la cause par laquelle la sensualité entre en jeu ? Le contact est la cause par laquelle la sensualité entre en jeu.

« Et qu'est-ce que la diversité de la sensualité ? La sensualité en ce qui concerne les formes est une chose, la sensualité en ce qui concerne les sons est une autre chose, la sensualité en ce qui concerne les arômes est une autre chose, la sensualité en ce qui concerne les saveurs est une autre chose, la sensualité en ce qui concerne les sensations tactiles est une autre chose. C'est là ce que l'on appelle la diversité de la sensualité.

« Et quel est le résultat de la sensualité ? Celui qui désire la sensualité produit un état d'existence correspondant, de type mérite ou démérite. C'est là ce que l'on appelle le résultat de la sensualité.

« Et qu'est-ce que la cessation de la sensualité ? Avec la cessation du contact, il y a la cessation de la sensualité ; et c'est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, l'Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation de la sensualité.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne la sensualité de cette manière, la cause par laquelle la sensualité entre en jeu de cette manière, la diversité de la sensualité de cette manière, le résultat de la sensualité de cette manière, la cessation de la sensualité de cette manière, et la pratique qui conduit à la cessation de la sensualité de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation de la sensualité.

« 'La sensualité devrait être connue. La cause par laquelle la sensualité entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensualité devrait être connue. Le résultat de la sensualité devrait être connu. La cessation de la sensualité devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensualité devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[2'] « 'La sensation devrait être connue. La cause par laquelle la sensation entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensation devrait être connue. Le résultat de la sensation devrait être connu. La cessation de la sensation devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensation devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a ces trois types de sensations : une sensation de plaisir, une sensation de douleur, une sensation de ni plaisir ni douleur.

« Et quelle est la cause par laquelle la sensation entre en jeu ? Le contact est la cause par laquelle la sensation entre en jeu.

« Et qu'est-ce que la diversité de la sensation ? Il y a la sensation de plaisir qui est liée aux appâts du monde. Il y a la sensation de plaisir qui est non liée aux appâts du monde. Il y a la sensation de douleur qui est liée aux appâts du monde. Il y a la sensation de douleur qui est non liée aux appâts du monde. Il y a la sensation de ni plaisir ni douleur qui est liée aux appâts du monde. Il y a la sensation de ni plaisir ni douleur qui est non liée aux appâts du monde. C'est là ce que l'on appelle la diversité de la sensation.

« Et quel est le résultat de la sensation ? Celui qui ressent une sensation produit un état d'existence correspondant, qui est de type mérite ou démérite. C'est là ce que l'on appelle le résultat de la sensation.

« Et qu'est-ce que la cessation de la sensation ? Avec la cessation du contact, il y a la cessation de la sensation ; et c'est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, l'Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation de la sensation.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne la sensation de cette manière, la cause par laquelle la sensation entre en jeu de cette manière, la diversité de la sensation de cette manière, le résultat de la sensation de cette manière, la cessation de la sensation de cette manière, et la voie qui conduit à la cessation de la sensation de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation de la sensation.

« 'La sensation devrait être connue. La cause par laquelle la sensation entre en jeu devrait être connue. La diversité de la sensation devrait être connue. Le résultat de la sensation devrait être connu. La cessation de la sensation devrait être connue. La pratique pour la cessation de la sensation devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[3'] « 'La perception devrait être connue. La cause par laquelle la perception entre en jeu devrait être connue. La diversité de la perception devrait être connue. Le résultat de la perception devrait être connu. La cessation de la perception devrait être connue. La pratique pour la cessation de la perception devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a ces six types de perceptions : la perception de la forme, la perception du son, la perception de l'arôme, la perception de la saveur, la perception de la sensation tactile, la perception des idées.

« Et quelle est la cause par laquelle la perception entre en jeu ? Le contact est la cause par laquelle la perception entre en jeu.

« Et qu'est-ce que la diversité de la perception ? La perception en ce qui concerne les formes est une chose, la perception en ce qui concerne les sons est une autre chose, la perception en ce qui concerne les arômes est une autre chose, la perception en ce qui concerne les saveurs est une autre chose, la perception en ce qui concerne les sensations tactiles est une autre chose, la perception en ce qui concerne les idées est une autre chose. C'est là ce que l'on appelle la diversité de la perception.

« Et quel est le résultat de la perception ? La perception a pour résultat l'expression, je vous le dis. Quelle que soit la façon dont une personne perçoit quelque chose, voilà comment elle l'exprime : 'J'ai ce type de perception.' C'est là ce que l'on appelle le résultat de la perception.

« Et qu'est-ce que la cessation de la perception ? Avec la cessation du contact, il y a la cessation de la perception ; et c'est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, l'Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation de la perception.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne la perception de cette manière, la cause par laquelle la perception entre en jeu de cette manière, la diversité de la perception de cette manière, le résultat de la perception de cette manière, la cessation de la perception de cette manière, et la pratique qui conduit à la cessation de la perception de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation de la perception.

« 'La perception devrait être connue. La cause par laquelle la perception entre en jeu devrait être connue. La diversité de la perception devrait être connue. Le résultat de la

perception devrait être connue. La cessation de la perception devrait être connue. La pratique pour la cessation de la perception devrait être connue.’ Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[4’] « ‘Les effluents devraient être connus. La cause par laquelle les effluents entrent en jeu devrait être connue. La diversité des effluents devrait être connue. Le résultat des effluents devrait être connu. La cessation des effluents devrait être connue. La pratique pour la cessation des effluents devrait être connue.’ Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« Il y a ces trois types d’effluents : l’effluent de la sensualité, l’effluent du devenir, l’effluent de l’ignorance.

« Et quelle est la cause par laquelle les effluents entrent en jeu ? L’ignorance est la cause par laquelle les effluents entrent en jeu.

« Et qu’est-ce que la diversité des effluents ? Il y a les effluents qui conduisent en enfer, ceux qui conduisent dans la matrice animale, ceux qui conduisent sur le plan d’existence des esprits affamés, ceux qui conduisent au monde humain, ceux qui conduisent au monde des *deva*. C’est là ce que l’on appelle la diversité des effluents.

« Et quel est le résultat des effluents ? Celui qui est immergé dans l’ignorance produit un état d’existence correspondant, qui est de type mérite ou démérite. C’est là ce que l’on appelle le résultat des effluents.

« Et qu’est-ce que la cessation des effluents ? Avec la cessation de l’ignorance, il y a la cessation des effluents ; et c’est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l’Action juste, les Moyens d’existence justes, l’Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation des effluents.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne les effluents de cette manière, la cause par laquelle les effluents entrent en jeu de cette manière, la diversité des effluents de cette manière, le résultat des effluents de cette manière, la cessation des effluents de cette manière, et la pratique qui conduit à la cessation des effluents de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation des effluents.

« ‘Les effluents devraient être connus. La cause par laquelle les effluents entrent en jeu devrait être connue. La diversité des effluents devrait être connue. Le résultat des effluents devrait être connu. La cessation des effluents devrait être connue. La pratique pour la cessation des effluents devrait être connue.’ Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[5’] « ‘Le *kamma* devrait être connu. La cause par laquelle le *kamma* entre en jeu devrait être connue. La diversité du *kamma* devrait être connue. Le résultat du *kamma* devrait être connu. La cessation du *kamma* devrait être connue. La pratique pour la cessation du *kamma* devrait être connue.’ Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« L’intention, je vous le dis, est *kamma*. En ayant une intention, on crée du *kamma* par le biais du corps, de la parole, et de l’intellect.

« Et quelle est la cause par laquelle le *kamma* entre en jeu ? Le contact est la cause par laquelle le *kamma* entre en jeu.

« Et qu’est-ce que la diversité du *kamma* ? Il y a le *kamma* dont on fera l’expérience en enfer, le *kamma* dont on fera l’expérience sur le plan d’existence des animaux ordinaires, le *kamma* dont on fera l’expérience sur le plan d’existence des esprits affamés, le *kamma* dont on fera l’expérience dans le monde humain, le *kamma* dont on fera l’expérience dans le monde des *deva*. C’est là ce que l’on appelle la diversité du *kamma*.

« Et quel est le résultat du *kamma* ? Le résultat du *kamma* est de trois sortes, je vous le dis : celui qui apparaît dans l'ici-et-maintenant, celui qui apparaît plus tard [au cours de cette vie], et celui qui apparaît à la suite de cela. C'est là ce que l'on appelle le résultat du *kamma*.

« Et qu'est-ce que la cessation du *kamma* ? Avec la cessation du contact, il y a la cessation du *kamma* ; et c'est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, l'Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation du *kamma*.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne le *kamma* de cette manière, la cause par laquelle le *kamma* entre en jeu de cette manière, la diversité du *kamma* de cette manière, le résultat du *kamma* de cette manière, la cessation du *kamma* de cette manière, et la pratique qui conduit à la cessation du *kamma* de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation du *kamma*.

« 'Le *kamma* devrait être connu. La cause par laquelle le *kamma* entre en jeu devrait être connue. La diversité du *kamma* devrait être connue. Le résultat du *kamma* devrait être connu. La cessation du *kamma* devrait être connue. La pratique pour la cessation du *kamma* devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

[6'] « 'La souffrance devrait être connue. La cause par laquelle la souffrance entre en jeu devrait être connue. La diversité de la souffrance devrait être connue. Le résultat de la souffrance devrait être connu. La cessation de la souffrance devrait être connue. La pratique pour la cessation de la souffrance devrait être connue.' Ainsi il a été dit. Et en référence à quoi cela a-t-il été dit ?

« La naissance est souffrance, le vieillissement est souffrance, la mort est souffrance ; la peine, la lamentation, la douleur, la détresse et le désespoir sont souffrance ; l'association avec le non-aimé est souffrance ; la séparation d'avec l'aimé est souffrance, ne pas obtenir ce que l'on veut est souffrance. En bref, les cinq agrégats de l'agrippement sont souffrance.

« Et quelle est la cause par laquelle la souffrance entre en jeu ? Le désir ardent est la cause par laquelle la souffrance entre en jeu.

« Et qu'est-ce que la diversité de la souffrance ? Il y a la souffrance majeure et mineure, qui se dissipe lentement, et qui se dissipe rapidement. C'est là ce que l'on appelle la diversité de la souffrance.

« Et quel est le résultat de la souffrance ? Il y a certains cas où une personne submergée par la douleur, l'esprit épuisé, est en chagrin, pleure, se lamente, frappe sa poitrine, et devient confuse. Ou, submergée par la douleur, l'esprit épuisé, en vient à chercher [une solution] à l'extérieur : 'Qui connaît une manière ou une autre de mettre un terme à cette douleur ?' Moines, je vous le dis, la souffrance a pour résultat soit la confusion, soit la recherche. C'est là ce que l'on appelle le résultat de la souffrance.

« Et qu'est-ce que la cessation de la souffrance ? Avec la cessation du désir ardent, il y a la cessation de la souffrance ; et c'est juste cette Noble octuple voie – la Vue juste, la Résolution juste, les Paroles justes, l'Action juste, les Moyens d'existence justes, l'Effort juste, *Sati* juste, la Concentration juste – qui est la voie qui conduit à la cessation de la souffrance.

« Quand un disciple des Etres nobles discerne la souffrance de cette manière, la cause par laquelle la souffrance entre en jeu de cette manière, la diversité de la souffrance de cette manière, le résultat de la souffrance de cette manière, la cessation de la souffrance de cette manière, et la pratique qui conduit à la cessation la souffrance de cette manière, alors il discerne cette vie sainte pénétrante comme la cessation de la souffrance.

« 'La souffrance devrait être connue. La cause par laquelle la souffrance entre en jeu devrait être connue. La diversité de la souffrance devrait être connue. Le résultat de la souffrance devrait être connu. La cessation de la souffrance devrait être connue. La pratique

pour la cessation de la souffrance devrait être connue.’ Ainsi il a été dit. Et en référence à ceci, cela a été dit.

« Et ceci, c’est l’explication pénétrante qui est une explication du *Dhamma*. »

## Glossaire

**Affranchissement** : *vimutti*. L’affranchissement du cycle de la renaissance.

**Agrégat(s)** : *khandha*. Les phénomènes physiques et mentaux dont on fait l’expérience directe. Le matériau brut à partir duquel se construit un sentiment du soi. Ils sont au nombre de cinq : 1) la forme physique, *rūpa* ; 2) la sensation (plaisir, douleur, ni plaisir ni douleur), *vedanā* ; 3) la perception, *saññā* ; 4) la fabrication, *saṅkhāra* ; 5) la conscience sensorielle, l’acte de prendre note des données des sens et des idées lorsqu’elles se produisent, *viññāṇa*.

**Agrippement** : *upādāna*. L’acte de s’agripper à quelque chose afin de s’en nourrir. Les activités qui, lorsque l’on s’y agrippe, constituent la souffrance sont les cinq agrégats (*khandha*). L’agrippement lui-même revêt quatre formes : agrippement à la sensualité, aux vues, aux préceptes et pratiques, et aux théories du soi. attitude d’alerte

**Attitude d’alerte** : *sampajañña*. Ce terme est souvent associé à *sati* et à l’ardeur, *ātappa*.

**Cessation** : *nirodha*.

**Conscience** : *viññāṇa*. L’acte de prendre note des données des sens et des idées lorsqu’elles se produisent. Le cinquième des cinq agrégats.

**Conviction** : *saddhā*. La première de cinq forces/facultés, les autres étant la persévérance, *sati*, la concentration, le discernement. désir ardent

**Deva, devatā** : littéralement, « celui-qui-brille ». Un être qui demeure sur les niveaux subtils de la sensualité, de la forme et du sans-forme, qui vit sur des plans d’existence soit terrestres, soit célestes.

**Devenir** : *bhava*. Les processus de donner naissance dans l’esprit à des états d’être qui permettent la naissance physique ou mentale sur l’un des trois niveaux suivants : le niveau de la sensualité, le niveau de la forme, le niveau du sans-forme. Egalement, un sentiment d’identification au sein d’un monde d’expérience particulier.

**Dhamma** : doctrine, enseignement.

**Discernement** : *paññā*. Le terme *paññā* est souvent traduit par « sagesse ».

**Effluent(s)** : *āsava*. Quatre qualités (la sensualité, les vues, le devenir, l’ignorance) qui « s’écoulent » hors de l’esprit et qui créent le flot de la ronde de la mort et de la renaissance.

**Habile** : *kusala*.

**Ignorance** : *avijjā*. L’ignorance en ce qui concerne les Quatre nobles vérités. illusion

**Kamma** : l’action intentionnelle.

**Malhabile** : *akusala*.

**Perception** : *saññā*. L’étiquetage mental. Le troisième des cinq agrégats.

**Persévérance** : *virīya*. Le terme *virīya* peut aussi être traduit, selon le contexte, par « énergie ».

**Ravissement** : *pīti*. Une des caractéristiques des deux premiers *jhāna*.

**Renoncement** : *nekkhamma*.

**Saṅgha** : 1) au niveau conventionnel (*sammati*), ce terme désigne les communautés de moines et de moniales bouddhistes ; 2) au niveau idéal (*ariya*), il désigne les disciples du Bouddha, laïcs ou ordonnés, qui ont atteint au moins l’état de *sotāpanna*, le premier des quatre niveaux de l’Eveil, l’entrée-dans-le-courant.

**Sans-mort** : *amata*. Un terme pour désigner le Délitement, le *nibbāna*.

**Sati** : la capacité à conserver quelque chose à l'esprit.

**Sensation** : *vedanā*. Les trois types de sensations sont : la sensation de plaisir, la sensation de douleur, la sensation de ni plaisir ni douleur. Le deuxième des cinq agrégats.

**Souffrance** : *dukkha*. Le terme *dukkha* peut aussi parfois être interprété comme signifiant « stressant ».

