

## Textos buddhisme — Cànon Pāli <sup>1</sup>

Tot el que és compost és impermanent(*anicca*),  
tot el que és compost comporta sofriment(*dukkha*),  
tot és no-entitat (*anattā*).

*Aṅguttaranikāya 3. 134.*

Aquell qui examina curosament les percepcions de  
tota mena, passades, presents o futures, pròpies o  
d'altri, espesses o subtils, baixes o elevades, llunyanes  
o properes, veu que, ben mirat, són buides, vàcues i  
sense substància.

*Saṃyuttanikāya 22. 95.*

- Què us sembla, monjos: les formes materials, són permanents o impermanents?
- Impermanents, mestre.
- I allò que és impermanent, comporta plaer o sofriment?
- Sofriment, mestre.
- I de tot el que és impermanent, subjecte a alteració i que comporta sofriment, us sembla que se'n pugui dir:  
"Això és meu, jo soc això, això és el meu jo"?
- No, mestre.
- Exactament igual s'esdevé amb les sensacions, les percepcions, les activitats mentals i la consciència –tot  
són coses impermanents, subjectes a alteració i que comporten sofriment-, i no es pot, per tant, dir de cap  
d'elles: "Això és meu, jo soc això, això és el meu jo"

*Saṃyuttanikāya 22. 59.*

*L'origen condicional de les coses (paṭiccasamuppāda)*

1. La ignorància (*avijjā*) és condició de les activitats mentals (*saṃkhāra*);
  2. les activitats mentals són condició de la consciència (*viññāṇa*);
  3. la consciència és condició de l'organisme psicofísic (*nāmarūpa*);
  4. l'organisme psicofísic és condició dels sis sentits;
  5. els sis sentits són condició del contacte;
  6. el contacte és condició de la sensació;
  7. la sensació és condició del desig (*taṇhā*);
  8. El desig és condició de l'aferrament (*upādāna*);
  9. l'aferrament és condició de l'esdevenir;
  10. l'esdevenir és condició de la naixença;
  11. la naixença és condició de:
  12. l'envelliment, la mort, la pena, el plany, el dolor, l'afecció i la tribulació.
- Heus aquí l'origen de tot aquest caramull de sofriment.

*Saṃyuttanikāya 12. 35.*

Hi ha el desig de  
satisfaccions sensuais  
(*kāma*),  
el desig d'existir  
(*bhava*)  
i el desig de no existir  
(*vibhāva*).

*Dīghanikāya 22.*

Jo dic que la voluntat és el  
*kamma*, perquè quan  
volem quelcom és quan  
ens posem a actuar de  
pensament, paraula o fet.

*Aṅguttaranikāya 6. 63.*

Així, doncs, monjos, l'extinció, l'apaivagament, la  
desaparició de les formes materials, de la sensació, de la  
percepció, de les activitats mentals i de la consciència  
són l'extinció del sofriment, el guariment de la malaltia,  
l'anul·lació de l'envelliment i de la mort.

*Saṃyuttanikāya 22.30.*

Hi ha, monjos, quelcom sense terra, ni aigua, ni foc, ni  
aire; ni espai il·limitat, ni consciència il·limitada, ni  
no-res, ni allò que no és ni percepció ni absència de  
percepció; sense aquest món ni un altre món, sense  
lluna ni sol; d'això jo no en dic ni anar, ni venir, ni  
estar, ni neixer, ni morir; no té fonament, ni durada, ni  
condició. Això és la fi del sofriment.

*Udāna 8.1.*

Això és pau, això és sublimat: l'acabament de  
tot el que és compost, l'abandonament dels  
fonaments de l'existència, l'aniquilació,  
l'esvaiment, l'extinció del desig, el *nibbāna*.

*Aṅguttaranikāya 3.32.*

En el monjo d'esperit apaivagat, perfectament  
alliberat, no hi romanen causes d'existència, ni cap  
tasca per aconseguir. Així com les ventades no fan  
trontollar la roca ferma i sòlida, així mateix ni  
formes, ni gustos, ni sons, ni tocs ni olors, ni res de  
plaent o d'odiós no pot ja commoure l'alliberat.  
Amb esperit ferm i lliure, ell contempla la  
disgregació universal.

*Aṅguttaranikāya 6.55.*

<sup>1</sup>. En versió d'Amadeu Solé-Leris: NYANATILOKA MAHATHERA (ed.), *La Paraula del Buda. Textos extrets de les antigues escriptures*, Abadia de Montserrat, Barcelona, 1984; 2008<sup>2</sup>.

Donar-se als plaers corporals és cosa baixa, indigna, barroera, innoble i no gens profitosa; lliurar-se a rigoroses penitències és cosa penosa, innoble i no gens profitosa. Heus aquí, monjos, els dos extrems que evita el Camí del Mig, perfectament comprès pel Perfecte, el Camí que permet veure i comprendre, i que porta a la pau, a la saviesa, a la il·luminació, al *nibbāna*.

És el Noble Camí Òctuple.

*Saṃyuttanikāya 56.11.*

Aquest, monjos, és el camí que porta a l'única meta, el camí per purificar els éssers, per a vèncer la pena i el plany, per a fer desaparèixer el dolor i l'aflicció, per a arribar a fer les coses com cal, per a assolir el *nibbāna*; vull dir els quatre fonaments de l'atenció (*satipaṭṭhāna*). Quins quatre?

Doncs heus aquí, monjos, que un monjo s'està contemplant el cos com a cos, fervent, deixondit i amatent, deixant estar tota la cobejança i tota l'aflicció del món; s'està contemplant les sensacions com a sensacions; s'està contemplant la ment com a ment; s'està contemplant els objectes de la ment com a objectes de la ment; sempre fervent, deixondit i amatent, deixant estar tota cobejança i tota l'aflicció del món.

*Majjhimanikāya 10.*

El monjo, quan camina, sap: "Estic caminant"; quan està dempeus, sap: "Estic dempeus", quan seu, sap: "Estic assegut"; quan jeu, sap: "Estic ajagut". A mesura que el seu cos es va col·locant o movent, així mateix ell en té sempre plena consciència.

*Majjhimanikāya 10*

Recollir la ment en un sol punt, això és la concentració (*samādhi*).

*Majjhimanikāya 40*

Tot el que sigui matèria, sensacions, percepcions, activitats mentals i estats de consciència, veu ben bé que tot plegat no són sinó fenòmens subjectes a impermanència (*anicca*) i a sofriment (*dukkha*), fenòmens que són com una malaltia, una espina, un dolor, una aflicció, una adversitat, un defalliment, una buidor (*suññatā*), fenòmens sense identitat durable (*anattā*). Veient-ho així, n'aparta la ment, i la concentra en l'element sense mort: "Això és pau, això és sublimitat: l'acabament de tot el que és compost, l'abandó dels fonaments de l'existència, l'aniquilació del desig, el desaferrament, l'extinció, el *nibbāna*".

*Aṅguttaranikāya 9. 36.*

Si algú ve i us diu: "Doncs jo no seguiré la vida de puresa que ensenya el Benaurat fins que ell no m'aclareixi si el món és etern o no és etern; si el món és infinit o no és infinit; si el cos i l'ànima són una i la mateixa cosa, o bé dues de diferents; si el Perfecte perdura després de la mort, o si no perdura, o si perdura i no perdura a la vegada, o si ni perdura ni deixa de perdurar". Aquell qui així s'ho prengui, no hi ha dubte que es morirà abans que el Perfecte pugui acabar de donar-li totes les explicacions. És com si a un home l'haguessin ferit...

*Majjhimanikāya 63.*

#### *Darreres paraules del Buddha*

Que cada u de vosaltres sigui la seva pròpia illa, cada u de vosaltres el seu propi refugi, sense cercar aixopluc enlloc més. Que cada u de vosaltres tingui l'Ensenyament (*Dhamma*) per illa, tingui l'Ensenyament per refugi, sense cercar aixopluc enlloc més. Tot això, monjos, que jo he comprès per pròpia experiència i que us he ensenyat, i que vosaltres heu après ben bé i a fons, cal practicar-ho, cal cultivar-ho, cal treballar-ho amb assiduïtat, a fi que aquesta vida de puresa es mantingui i perduri llargament, en benefici de molts, per la felicitat de molts, per compassió del món, pel bé i la felicitat de tots els éssers humans i divins.

*Dhammapada 16.*