

Mahá Satipatthána-sutta

Velká rozprava o ustavení uvědomění

Obsah:

1. Nazírání těla (Kájánupassaná)
 2. Nazírání pociťování (Védanánupassaná)
 3. Nazírání mysli (Čittánupassaná)
 4. Nazírání mentálních jevů (Dhammánupassaná)
- Čtyři ušlechtilé pravdy (Čattári arijasaččáni)

Úvod - jedinečná cesta - čtyři ustavení uvědomění

Tak jsem slyšel. Jednou Vznešený prodléval v kraji Kuruů, v Kammásadhammě, tržním městě Kuruů.

Tam Vznešený oslovil mnichy (bhikkhú): "Mnichové!" "Pane!" odpověděli mniši. Načež je Vznešený takto oslovil :

"Mniši, toto je jedinečná [přímá] stezka (ékájana magga) k očištění bytostí (sattánam visuddhijá), k překonání trápení a naříkání (soka-paridévánam samatikkamája), k ukončení strasti a žalu (dukkha-domanassánam atthangamája), k nastoupení správné cesty (ňájassa adhigamája), k uskutečnění odpoutání (nibbánassa sačchikirijája), totiž tyto čtyři ustavení [základy] uvědomění (čattaro satipattháná). Které čtyři? Zde mniši , mnich

(1.) prodlévá (viharati), nazíraje tělo jakožto tělo (kájé kájánupassí), s horlivostí (átápí), jasným chápáním (sampadžáno) a uvědoměním (satimá), zanechav žádostivosti a žalu vůči světu (vinejja loke abhidždžhá-domanassa),

(2.) prodlévá, nazíraje pociťování jakožto pociťování (védanásu védanánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu,

(3.) prodlévá, nazíraje mysl jakožto mysl (čítte čittánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu,

(4.) prodlévá, nazíraje mentální jevy jakožto mentální jevy (dhammésu dhammánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu.

1. Nazírání těla (Kájánupassaná)

A jak, mniši , mnich prodlévá, nazíraje tělo jakožto tělo?

1.1. Nádech a výdech (Ánápána)

Zde, mniši , se mnich odebere do lesa (araňňa-gato) nebo ke kořeni stromu (rukkha-múla-gato) nebo do prázdného příbytku (suňňágára), usedne se zkříženýma nohama a vzpřímeným tělem, a ustaví uvědomění před sebou (parimukkkham satim upatthapetvá). Potom si uvědomuje nádech a uvědomuje si výdech.

(1.) Když nadechuje dlouze... vydechuje dlouze, tak ví: 'nadechuji dlouze... vydechuji dlouze.' (dígham assasámí,ti... passasámí,ti padžánáti)

(2.) Když nadechuje krátce... vydechuje krátce, tak ví: 'nadechuji krátce... vydechuji krátce.' (rassam assasámí,ti... passasámí,ti padžánáti)

(3.) 'Zakoušeje celé tělo-budu nadechovat... vydechovat': tak se cvičí. (sabbakája-patisamvédi assasámí,ti... passasámí,ti sikkhati)

(4.) *´Uklidňuje tělesné formace-budu nadechovat... vydechovat´: tak se cvičí.
(passambhavam kája-sankháram assasámí,ti... passasámí,ti sikkhati)*

Jako když dovedný cvičitel nebo jeho učeň provádí dlouhý cvik, provádí krátký cvik, a ví: *´provádím dlouhý cvik, provádím krátký cvik´*, podobně mnich, když nadechuje...

1.2. Pozice těla (Irijápatha)

A dále, mniši, (1.)když mnich kráčí, tak ví: ´kráčím´ (gačchámí), (2.)když stojí, tak ví: ´stojím´ (thitomhí), (3.)když sedí, tak ví: ´sedím´ (nisinnomhí), (4.)když leží, tak ví: ´ležím´ (sajánomhí). A ví, (5.)když zaujímá jakoukoli jinou pozici těla.

1.3. Jasně chápání (Sampadžána)

A dále, mniši, když mnich kráčí dopředu nebo zpět, činí tak s jasným chápáním. Když hledí před sebe nebo jinam, činí tak s jasným chápáním. Když ohýbá a natahuje své údy, činí tak s jasným chápáním. Když obléká své roucho a nosí své svrchní roucho a jídelní mísu, činí tak s jasným chápáním. Když jí, pije, žvýká a chutná, činí tak s jasným chápáním. Když vylučuje své výkaly a moč, činí tak s jasným chápáním. Když kráčí, stojí, sedí, usíná, probouzí se, když mluví nebo mlčí, činí tak s jasným chápáním.

1.4. Pozornost vůči [tělesné] odpudivosti (Patikúlamanasikára)

A dále, mniši, mnich zkoumá toto tělo, od chodidel nohou po temeno hlavy a naopak, zkoumá jak je obaleno kůží a plné mnoha druhů nečistot: ´V tomto těle jsou vlasy, chlupy, nehty, zuby, kůže, maso, šlachy, kosti, morek, ledviny, srdce, játra, pohrudnice, slezina, plíce, dlouhá střeva, krátká střeva, obsah žaludku, výkaly, žluč, hlen, hnis, krev, pot, tuk, slzy, ušní maz, sliny, smrk, kloubní maz a moč.´

Jako kdyby zde byl vak se dvěma otvory, naplněný zrním různého druhu, jako je hnědá rýže, červená rýže, fazole, hrách, proso, bílá rýže, a někdo s dobrým zrakem by ho takto zkoumal: *´Toto je horská rýže, toto je červená rýže, toto jsou fazole, toto je hrách, toto je proso, toto je bílá rýže.´* Podobně, mniši, mnich zkoumá toto tělo, od chodidel nohou po temeno hlavy a naopak, zkoumá jak je obaleno kůží a plné nečistot: ...

1.5. Pozornost vůči prvkům (Dhátumanasikára)

A dále, mniši, mnich zkoumá toto tělo, ať je kdekoli a v jakémkoli stavu, zkoumá prvky, ze kterých je složeno: ´V tomto těle je prvek země [pevnosti] (pathavidhátu), prvek vody [tekutosti] (ápodhátu), prvek ohně [žáru] (tédžodhátu) a prvek větru [pohybu] (vájodhátu).´

Jako když dovedný řezník nebo jeho učeň zabije krávu, usedne na křižovatce čtyř velkých cest a rozdělí ji na kusy, podobně bhikkhu zkoumá toto tělo, ať je kdekoli a v jakémkoli stavu, zkoumá prvky, ze kterých je složeno: ...

1.6. Devatero představ mrtvého těla (Navasivathika)

A dále, mniši, jako kdyby mnich viděl:

(1.)tělo jeden den mrtvé, dva dny mrtvé nebo tři dny mrtvé, nadmuté, zmodralé a hnilobné, opuštěné na pohřebišti. ...

(2.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, jak ho požírají vrány, jestřáby, supi, volavky, psi, tygři, šakali nebo různé druhy červů. ...

(3.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyla jen kostra, držená pohromadě šlachami, na níž dosud lpí maso a krev. ...

(4.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyla jen kostra, držená pohromadě šlachami, se zaschlou krví bez masa. ...

(5.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyla jen kostra, držená pohromadě šlachami, beze stop krve a masa. ...

(6.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyly jen volné kosti, roztroušené všemi směry, tu kosti rukou, tam kosti nohou, holenní kosti, stehenní kosti, pánevní kosti, páteř a lebka. ...

(7.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyly jen vybledlé kosti barvy skořápek. ...

(8.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyly jen kosti, staré více než rok, ležící na hromadě. ...

(9.)mrtvé tělo, opuštěné na pohřebišti, ze kterého zbyly jen zpráchnivělé kosti, rozpadající se na prach.

Tyto představy uplatní na své vlastní tělo: 'Toto tělo je téže povahy, také se stane takovým a neunikne tomu.'

Takto [šesti způsoby] prodlévá uvnitř [sebe] (adždžhattam), nazíraje [vlastní] tělo jakožto tělo. Takto prodlévá vně [sebe] (bahiddhá), nazíraje tělo [ostatních] jakožto tělo. Takto prodlévá uvnitř i vně, nazíraje tělo jakožto tělo.

Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání těla (samudajadhammánupassí). Takto prodlévá, nazíraje povahu mizení těla (vájadhammánupassí). Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání a mizení těla. Uvědomění: 'Existuje tělo' (atthi kájo) je v něm pevně ustaveno (paččupatthitá) v míře potřebné pro poznání (ňána-mattája) a rozvoj uvědomění (patissati-mattája). Takto prodlévá nezávisle (anissito) a nelpí na ničem ve světě (na kiñči loke upádijati).

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje tělo jakožto tělo.

2. Nazírání pociťování (Védanánupassaná)

A jak, mniši, mnich prodlévá, nazíraje pociťování jakožto pociťování?

Zde, mniši,

(1.)když mnich zakouší příjemný pocit (sukha védaná), tak ví: 'zakouším příjemný pocit.'

(2.)Když zakouší nepříjemný pocit (dukkha védaná), tak ví: 'zakouším nepříjemný pocit.'

(3.)Když zakouší ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit (adukkhamasukham védaná), tak ví: 'zakouším ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit.'

(4.)Když zakouší materiální (sámisam) příjemný pocit, tak ví: 'zakouším materiální příjemný pocit.'

(5.)Když zakouší nemateriální (nirámisam) příjemný pocit, tak ví: 'zakouším nemateriální příjemný pocit.'

(6.)Když zakouší materiální nepříjemný pocit, tak ví: 'zakouším materiální nepříjemný pocit.'

(7.)Když zakouší nemateriální nepříjemný pocit, tak ví: 'zakouším nemateriální nepříjemný pocit.'

(8.)Když zakouší materiální ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit, tak ví: 'zakouším materiální ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit.'

(9.)Když zakouší nemateriální ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit, tak ví: 'zakouším nemateriální ani-příjemný-ani-nepříjemný pocit.'

Takto prodlévá uvnitř [sebe], nazíraje [vlastní] pociťování jakožto pociťování. Takto prodlévá vně [sebe], nazíraje pociťování [ostatních] jakožto pociťování. Takto prodlévá uvnitř i vně, nazíraje pociťování jakožto pociťování.

Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání pociťování. Takto prodlévá, nazíraje povahu mizení pociťování. Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání a mizení pociťování. Uvědomění: 'Existuje pociťování' (atthi védaná) je v něm pevně ustaveno v míře

potřebné pro poznání a rozvoj uvědomění. Takto prodlévá nezávisle a nelpí na ničem ve světě.

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje pociťování jakožto pociťování.

3. Nazírání mysli (Ātānupassanā)

A jak, mniši, mnich prodlévá, nazíraje mysl jakožto mysl?

Zde mniši, mnich poznává (padžánāti):

(1.) Mysl s vášní jakožto: 'mysl s vášní.' (sarāga citta) Mysl prostou vášně jakožto: 'mysl prostá vášně.' (vitarāga citta)

(2.) Mysl s nenávisť jakožto: 'mysl s nenávisť.' (sadosa citta) Mysl prostou nenávisť jakožto: 'mysl prostá nenávisť.' (vītasosa citta)

(3.) Mysl se zaslepeností jakožto: 'mysl se zaslepeností.' (samoha citta) Mysl prostou zaslepenosti jakožto: 'mysl prostá zaslepenosti.' (vītamoha citta)

(4.) Strnulou mysl jakožto: 'strnulá mysl.' (samkhitta citta) Rozptýlenou mysl jakožto: 'rozptýlená mysl.' (vikkhitta citta)

(5.) Zmohutnělou mysl jakožto: 'zmohutnělá mysl.' (mahaggata citta) Nezmohutnělou mysl jakožto: 'nezmohutnělá mysl.' (amahaggata citta)

(6.) Překonatelnou mysl jakožto: 'překonatelná mysl.' (sa-uttara citta) Nepřekonatelnou mysl jakožto: 'nepřekonatelná mysl.' (anuttara citta)

(7.) Soustředěnou mysl jakožto: 'soustředěná mysl.' (samāhita citta) Nesoustředěnou mysl jakožto: 'nesoustředěná mysl.' (asamāhita citta)

(8.) Osvobozenou mysl jakožto: 'osvobozená mysl.' (vimutta citta) Neosvobozenou mysl jakožto: 'neosvobozená mysl.' (avimutta citta)

Takto prodlévá uvnitř [sebe], nazíraje [vlastní] mysl jakožto mysl. Takto prodlévá vně [sebe], nazíraje mysl [ostatních] jakožto mysl. Takto prodlévá uvnitř i vně, nazíraje mysl jakožto mysl.

Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání mysli. Takto prodlévá, nazíraje povahu mizení mysli. Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání a mizení mysli. Uvědomění: 'Existuje mysl' (atthi citta) je v něm pevně ustaveno v míře potřebné pro poznání a rozvoj uvědomění. Takto prodlévá nezávisle a nelpí na ničem ve světě.

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje mysl jakožto mysl.

4. Nazírání mentálních jevů (Dhammānupassanā)

A jak, mniši, mnich prodlévá, nazíraje mentální jevy jakožto mentální jevy?

4.1. Pět překážek (Pañca nīvarana)

Zde, mniši, mnich prodlévá, nazíraje pět [mentálních] překážek. A jak prodlévá, nazíraje pět překážek?

(1.) Když je v něm smyslná touha (kāmačchanda), tak ví: 'je ve mě smyslná touha.' Když v něm není smyslná touha, tak ví: 'není ve mě smyslná touha.' Ví jak vzniká dosud nevzniklá smyslná touha. Ví jak dochází k opuštění vzniklé smyslné touhy. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikala opuštěná smyslná touha.

(2.) Když je v něm zlovůle (bjāpāda), tak ví: 'je ve mě zlovůle.' Když v něm není zlovůle, tak ví: 'není ve mě zlovůle.' Ví jak vzniká dosud nevzniklá zlovůle. Ví jak dochází k opuštění vzniklé zlovůle. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikala opuštěná zlovůle.

(3.) Když je v něm lenivost a malátnost (thīna-middha), tak ví: 'je ve mě lenivost a malátnost.' Když v něm není lenivost a malátnost, tak ví: 'není ve mě lenivost a malátnost.' Ví jak vzniká dosud nevzniklá lenivost a malátnost. Ví jak dochází k opuštění vzniklé lenivosti a malátnosti. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikala opuštěná lenivost a malátnost.

(4.) Když je v něm neklid a rozrušenost (uddhačča-kukkučča), tak ví: 'je ve mě neklid a

rozrušenost. ´ Když v něm není neklid a rozrušenost, tak ví: ´ není ve mě neklid a rozrušenost. ´ Ví jak vzniká dosud nevzniklý neklid a rozrušenost. Ví jak dochází k opuštění vzniklého neklidu a rozrušenosti. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikal opuštěný neklid a rozrušenost.

(5.) Když je v něm pochybovačnost (vičikičchá), tak ví: ´ je ve mě pochybovačnost. ´ Když v něm není pochybovačnost, tak ví: ´ není ve mě pochybovačnost. ´ Ví jak vzniká dosud nevzniklá pochybovačnost. Ví jak dochází k opuštění vzniklé pochybovačnosti. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikala opuštěná pochybovačnost. Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje pět překážek.

4.2. Pět skupin (Pañca khandha)

A dále, mniši , mnich prodlévá, nazíraje pět skupin ulpívání. A jak prodlévá, nazíraje pět skupin ulpívání?

Zde bhikkhu poznává:

(1.) ´ Taková je hmota [tělesnost] (rúpa), takový je její vznik, takový je její zánik. ´

(2.) ´ Takové je pocítování (védaná), takový je jeho vznik, takový je jeho zánik. ´

(3.) ´ Takové je vnímání (saññá), takový je jeho vznik, takový je jeho zánik. ´

(4.) ´ Takové jsou formace (těla, řeči a mysli)(sankhárá), takový je jejich vznik, takový je jejich zánik. ´

(5.) ´ Takové je vědomí (viññána), takový je jeho vznik, takový je jeho zánik. ´

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje pět skupin ulpívání.

4.3. Šest oblastí [základen] (Salájatana)

A dále, mniši , mnich prodlévá, nazíraje šest vnitřních a vnějších smyslových oblastí. A jak prodlévá, nazíraje šest vnitřních a vnějších smyslových oblastí?

Zde mniši , mnich

(1.) zná oko a tvary (čakkhu-rúpá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

(2.) Zná ucho a zvuky (sota-saddá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

(3.) Zná nos a vůně (ghána-gandhá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

(4.) Zná jazyk a chutě (dživha-rasá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

(5.) Zná tělo a doteky (kája-photthabbá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

(6.) Zná mysl a mentální jevy (mana-dhammá). Zná pouto, které vzniká v závislosti na obou. Ví jak vzniká dosud nevzniklé pouto. Ví jak dochází k opuštění již vzniklého pouta. Ví jak dochází k tomu, aby v budoucnosti již nevznikalo opuštěné pouto.

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje šest vnitřních a vnějších smyslových oblastí.

4.4. Sedm členů probuzení (Satta sambodždžhanga)

A dále, mniši , mnich prodlévá, nazíraje sedm členů probuzení. A jak prodlévá, nazíraje sedm členů probuzení?

Když je v něm (1.) člen probuzení-uvědomění (sati), tak ví: ´ je ve mě člen probuzení-uvědomění. ´ Když v něm není, tak ví: ´ není ve mě člen probuzení-uvědomění. ´ Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-uvědomění. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-uvědomění.

Když je v něm (2.)člen probuzení-zkoumání mentálních jevů (dhammavičaja), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-zkoumání mentálních jevů.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-zkoumání mentálních jevů.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-zkoumání mentálních jevů. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-zkoumání mentálních jevů.

Když je v něm (3.)člen probuzení-energie (viriya), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-energie.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-energie.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-energie. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-energie.

Když je v něm (4.)člen probuzení-nadšení (pīti), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-nadšení.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-nadšení.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-nadšení. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-nadšení.

Když je v něm (5.)člen probuzení-uklidnění (passaddhi), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-uklidnění.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-uklidnění.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-uklidnění. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-uklidnění.

Když je v něm (6.)člen probuzení-soustředění (samādhi), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-soustředění.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-soustředění.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-soustředění. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-soustředění.

Když je v něm (7.)člen probuzení-vyrovnanost (upekkhā), tak ví: 'je ve mě člen probuzení-vyrovnanost.' Když v něm není, tak ví: 'není ve mě člen probuzení-vyrovnanost.' Ví jak vzniká dosud nevzniklý člen probuzení-vyrovnanost. Ví jak dochází k plnému rozvinutí vzniklého členu probuzení-vyrovnanost.

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje sedm členů probuzení.

4.5. Čtyři ušlechtilé pravdy (Čattāri ariyasaččāni)

A dále, mniši, mnich prodlévá, nazíraje Čtyři ušlechtilé pravdy. A jak prodlévá, nazíraje Čtyři ušlechtilé pravdy?

Zde, mniši, mnich

- (1.)poznává v souladu se skutečností (jathābhūta padžānāti): 'toto je strast' (dukkha),
- (2.)poznává v souladu se skutečností: 'toto je vznik strasti' (dukkha-samudaja),
- (3.)poznává v souladu se skutečností: 'toto je ustání strasti' (dukkha-nirodha),
- (4.)poznává v souladu se skutečností: 'toto je cesta, vedoucí k ustání strasti.' (dukkha-nirodha-gāminī patipadā)

Rozbor ušlechtilé pravdy o strasti

A co je, mniši, ušlechtilá pravda o strasti (dukkha ariyasačča) ?

Zrození je strast (džátipi dukkhā), stárnutí je strast (džarápi dukkhā), nemoc je strast (bjádhipi dukkha), smrt je strast (maranampi dukkha), trápení, naříkání, bolest, žal a zoufalství je strast (sokaparidévadukkhadomanassupájásāpi dukkhā), spojení s tím co je nemilé je strast (appijéhi sampajoga dukkha), odloučení od toho co je milé je strast (pijéhi vippajoga dukkha), nedosažení svého přání je strast (jampiččham na labhati dukkha), zkratka pět skupin ulpívání je strast (samkhitténa pañčupádánakkhandhá dukkhā).

A co je zrození?

To, co je zrození bytostí, pat řícíh do různých řádů bytostí, jejich narození, početí a vyvstání, objevení se osobnostních skupin (khandhānam pātubhávo), nabytí smyslových základů (ájatanānam patilābho). Tomu se říká zrození (džāti).

A co je stárnutí?

To, co je stárnutí, stá ří, chatrnost, šedivění, vráscitost, ubývání životní síly a oslabení smyslových schopností u bytostí, patřících do různých řádů bytostí. Tomu se říká stárnutí (džará).

A co je smrt?

To, co je odchod a mizení bytostí, pat řících do různých řádů, jejich rozklad, ztráta a úmrtí, vyčerpání času, rozpad osobnostních skupin (khandhānam bhédo), odložení těla. Tomu se říká smrt (marana).

A co je trápení?

To, co je trápení, vznikající skrze tu či onu ztrátu nebo neštěstí, které nás potká, smutek, strastný stav myslí, vnitřní strážení, vnitřní běda. Tomu se říká trápení (soka).

A co je naříkání?

To, co je pláč a naříkání, způsobené tou či onou ztrátou nebo neštěstím, které nás potká, bédování a naříkání, stav pláče a nářku. Tomu se říká naříkání (paridéva).

A co je bolest?

To, co je tělesná bolest a tělesná nepříjemnost, bolestný a nepříjemný pocit, způsobený tělesným dotekem. Tomu se říká bolest (dukkha).

A co je žal?

To, co je mentální bolest a mentální nepříjemnost, bolestný a nepříjemný pocit, způsobený mentálním dotekem. Tomu se říká žal (domanassa).

A co je zoufalství?

To, co je tíseň a zoufalost, vznikající skrze tu či onu ztrátu nebo neštěstí, které nás potká, stav tísně a zoufalosti. Tomu se říká zoufalství (upájāsa).

A co je strast spojení s tím, co je nemilé?

Zde v někom vyvstane vnímání nežádoucích, neradostných či nepříjemných tvarů, zvuků, vůní, chutí, doteků či mentálních jevů, nebo se někdo střetne, setká, spojí či shledá s těmi, kdo si nepřejí jeho prospěch, kdo si nepřejí jeho užitek, kdo si nepřejí jeho blaho, kdo si nepřejí jeho bezpečí. Tomu se říká strast spojení s tím, co je nemilé (appijéhi sampajoga dukkha).

A co je strast odloučení od toho, co je milé?

Zde v někom nevyvstane vnímání žádoucích, radostných či příjemných tvarů, zvuků, vůní, chutí, doteků či mentálních jevů, nebo se něko nestřetne, nesetká, nespojí či neshledá s těmi, kdo si přejí jeho prospěch, kdo si přejí jeho užitek, kdo si přejí jeho blaho, kdo si přejí jeho bezpečí, nebo se svou matkou, otcem, bratrem, sestrou, přáteli, společníky či příbuznými. Tomu se říká strast odloučení od toho, co je milé (pijéhi vippajoga dukkha).

A co je strast nedosažení svého přání?

Když v bytostech, podrobených zrození, vznikne přání: „Kéž bychom nebyli podrobeni zrození. Kéž by před námi nebylo nové zrození“. A v bytostech, podrobených stárnutí, nemoci, smrti, trápení, naříkání, bolesti, žalu a zoufalství, vznikne přání: „Kéž bychom nebyli podrobeni těmto událostem. Kéž by před námi nebyly tyto události“. Ale toho nelze dosáhnout pouhým přáním. A to je strast nedosažení svého přání (jampicčham na labhati dukkha).

A co znamená výrok: Zkrátka pět skupin ulpívání je strast?

Jsou to: (1.)skupina ulpívání-hmota [tělesnost] (rúpupádānakkhandha), (2.)skupina ulpívání-pocitování (védanupádānakkhandha), (3.)skupina ulpívání-vnímání (saññupádānakkhandha), (4.)skupina ulpívání-formace (sankhārupādānakkhandha) a (5.)skupina ulpívání-vědomí (viññānupādānakkhandha).

Toto, mniši, je ušlechtilá pravda o strasti (dukkha ariyasačča).

Rozbor ušlechtilé pravdy o vzniku strasti

A co je, mniši, ušlechtilá pravda o vzniku strasti (dukkha-samudaja ariyasačča) ?

Je to ono toužení (tanhá), jež vede k opětovnému bytí (ponobbhaviká), které ve spojení s rozkoší a vášní nachází potěšení zde či jinde (nandirāgasahagatā tatratatrabhinandini), totiž toužení po smyslných požitcích (kāmatanhá), toužení po bytí [existenci] (bhavatanhá) a toužení po nebytí [neexistenci] (vibhavatanhá).

A kde vzniká toto toužení a kde se zakořeňuje?

Kdekoli jsou příjemné a milé věci ve světě, tam tato žádostivost vzniká a tam se zakořeňuje.

A co jsou příjemné a milé věci ve světě?

Oko (čakkhu), ucho (sota), nos (ghāna), jazyk (dživhá), tělo (kája) a mysl (mana) jsou

příjemné a milé věci ve světě, v nich vzniká toto toužení, v nich se zakořeňuje. Tvary (rúpá), zvuky (saddá), vůně (gandhá), chutě (rasá), doteky (photthabbá) a mentální jevy (dhammá) jsou příjemné a milé věci ve světě, v nich vzniká toto toužení, v nich se zakořeňuje.

Šesteré vědomí (viññána)... šesterý dotek (samphassa)... šesteré pociťování (védaná) zrozené z tohoto šesterého doteku... šesteré vnímání (saññá)... šesterý záměr (chativost) (sañcétaná)... šesteré toužení (tanhá)... šestero rozmyšlení (vitakka)... šestero rozvažování (vičára): to všechno jsou příjemné a milé věci ve světě, tam vzniká toto toužení, tam se zakořeňuje.

Toto, mniši, je ušlechtilá pravda o vzniku strasti (dukkhasamudaja arijasačča).

Rozbor ušlechtilé pravdy o ustání strasti

A co je, mniši, ušlechtilá pravda o ustání strasti (dukkha-nirodha arijasačča)?

Je to bezesbytkové vymizení a ustání právě tohoto toužení (tanhája asésaviráganirodha), jeho opuštění (čága), zanechání (patinissagga), osvobození se od něj (mutti) a neulpívání na něm (análaja).

Kde je však možné zanechat tohoto toužení, kde je možné ho vymítit?

Kdekoli jsou příjemné a milé věci ve světě, tam je možné tohoto toužení zanechat, tam je možné ho vymítit.

A co jsou příjemné a milé věci ve světě?

Oko (čakkhu), ucho (sota), nos (ghána), jazyk (dživhá), tělo (kája) a mysl (mana) jsou příjemné a milé věci ve světě, tam je možné tohoto toužení zanechat, tam je možné ho vymítit.

Tvary (rúpá), zvuky (saddá), vůně (gandhá), chutě (rasá), doteky (photthabbá) a mentální jevy (dhammá) jsou příjemné a milé věci ve světě, tam je možné tohoto toužení zanechat, tam je možné ho vymítit.

Šesteré vědomí (viññána)... šesterý dotek (samphassa)... šesteré pociťování (védaná) zrozené z tohoto šesterého doteku... šesteré vnímání (saññá)... šesterý záměr (chativost) (sañcétaná)... šesteré toužení (tanhá)... šestero rozmyšlení (vitakka)... šestero rozvažování (vičára): to všechno jsou příjemné a milé věci ve světě, tam je možné tohoto toužení zanechat, tam je možné ho vymítit.

Toto, mniši, je ušlechtilá pravda o ustání strasti (dukkhanirodha arijasačča).

Rozbor ušlechtilé pravdy o cestě vedoucí k ustání strasti

A co je, mniši, ušlechtilá pravda o cestě vedoucí k ustání strasti (dukkha-nirodha-gáminí patipadá arijasačča)?

Je to právě tato ušlechtilá osmičlenná stezka (arija atthangika magga): (1.)správný názor (sammá-ditthi), (2.)správné rozmyšlení (sammá-sankappa), (3.)správná řeč (sammá-váčá), (4.)správné jednání (sammá-kammanta), (5.)správné živobytí (sammá-ádžíva), (6.)správné úsilí (sammá-vájáma), (7.)správné uvědomění (sammá-sati), (8.)správné soustředění (sammá-samádhi).

(1.)A co je správný názor?

To, co je poznání strasti (dukkhe ñána), poznání vzniku strasti (dukkhasamudaje ñána), poznání ustání strasti (dukkhaniródhe ñána), poznání cesty vedoucí k ustání strasti (dukkhaniródhagáminijá patipadája ñána). Tomu se říká správný názor (sammá-ditthi).

(2.)A co je správné rozmyšlení?

Rozmyšlení založené na zdrženlivosti [odříkání] (nekkhammasankappa), rozmyšlení oproštěné od zlovlí (abjápadasankappa), rozmyšlení oproštěné od ubližování (avihimsásankappa). Tomu se říká správné rozmyšlení (sammá-sankappa).

(3.)A co je správná řeč?

Zdržovat se lhaní (musávádá véramaní), zdržovat se zlomyslné řeči (pisunája váčája véramaní), zdržovat se hrubé řeči (pharusája váčája véramaní), zdržovat se marnivého tlachání (samphappalápá véramaní). Tomu se říká správná řeč (sammá-váčá).

(4.)A co je správné jednání?

Zdržovat se zabíjení živých bytostí (pánátipátá véramaní), zdržovat se braní toho, co není

dáváno (adinnádáná véramaní), zdržovat se špatného jednání ohledně sexu (smyslných požitků) (kámésumičcháčára véramaní). Tomu se říká správné jednání (sammá-kammanta) .

(5.)A co je správné živobytí?

Zde ušlechtilý žák zanechal špatného živobytí (arijasávako mičchá-ádžíva pahája) a žije skrze správné živobytí (sammá-ádžívéna dživítam kappéti). Tomu se říká správné živobytí (sammá-ádžíva).

(6.)A co je správné úsilí?

(1.)Zde v sobě mnich vzbudí vůli k tomu, aby v něm nevznikly ještě nevzniklé zlé a neprospěšné stavy (pápakánam akusalánam dhammánam), vyvine snahu, vzbudí v sobě energii (víríjam árabhāti), zaměří na to svou mysl a usiluje (vájámāti).(2.)Vzbudí v sobě vůli opustit (pahánája) již vzniklé zlé a neprospěšné stavy, vyvine snahu, vzbudí v sobě energii, zaměří na to svou mysl a usiluje.

(3.)Vzbudí v sobě vůli k tomu, aby v něm vznikly ještě nevzniklé prospěšné stavy, vyvine snahu, vzbudí v sobě energii, zaměří na to svou mysl a usiluje.

(4.)Vzbudí v sobě vůli upevnit již vzniklé prospěšné stavy, nezanedbávat je, přivést je k růstu, k nabývání, k rozvinutí a k dovršení, vyvine snahu, vzbudí v sobě energii, zaměří na to svou mysl a usiluje. Tomu se říká správné úsilí (sammá-vájáma).

(7.)A co je správné uvědomění?

(1.)Zde, mniši, mnich prodlévá, nazíraje tělo jakožto tělo (káje kájánupassí), s horlivostí (átápí), jasným chápáním (sampadžáno) a uvědoměním (satimá), zanechav žádostivosti a žalu vůči světu (vinejja lóke abhidždžhá-dómanassa),

(2.) prodlévá, nazíraje pociťování jakožto pociťování (védanásu védanánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu,

(3.) prodlévá, nazíraje mysl jakožto mysl (čitte čittánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu,

(4.) prodlévá, nazíraje mentální jevy jakožto mentální jevy (dhammésu dhammánupassí), s horlivostí, jasným chápáním a uvědoměním, zanechav žádostivosti a žalu vůči světu. Tomu se říká správné uvědomění (sammá-sati).

(8.)A co je správné soustředění?

(1.)Zde, mniši, mnich zcela odloučen od smyslných požitků (viviččéva káméhi), odloučen od neprospěšných stavů (vivičča akusaléhi dhamméhi), vstupuje a prodlévá (upasampadžža viharati) v prvním pohroužení (pathamam džhánam), které je doprovázeno myšlením (savitakkam) a rozvažováním (savičáram) a je naplněno nadšením a blahem zrozeným z odloučení (vivékadžam pítisukham).

(2.)S utišením myšlení a rozvažování (vitakkavičáranam vúpasamá) mnich vstupuje a prodlévá v druhém pohroužení (dutijam džhánam), v němž je mysl sjednocena (ékodibháva), ve vnitřním uspokojení (adždžhattam sampasádanam), bez myšlení (avitakkam), bez rozvažování (avičáram), naplněna nadšením a blahem zrozeným ze soustředění (samádhidžam pítisukham).

(3.)S vymizením nadšení (pítijá virágá) mnich prodlévá vyrovnaně (upekkhako viharati), s uvědoměním (sato) a jasným chápáním (sampadžáno), zakoušeje stav tělesného blaha (sukhañča kájéna patisamvédéti), o němž ušlechtilí (arijá) prohlašují: 'Ten, kdo je vyrovnaný (upekkhako) a uvědomělý (satimá) prodlévá blaženě (sukhavihári).' Takto vstupuje a prodlévá ve třetím pohroužení (tatijam džhánam).

(4.)S opuštěním (paháná) blaženosti (sukhassa) i strasti (dukkhassa), s ukončením (atthangamá) dřívější (pubbéva) radosti (somanassa) i žalu (domanassa), mnich vstupuje a prodlévá ve čtvrtém pohroužení (čatuttham džhánam), jež není ani strastné ani blažené (adukkhamasukham), které je očištěnou vyrovnaností a uvědoměním (upekkhásatipárisuddhim). Tomu se říká správné soustředění (sammá-samádhī). Toto, mniši, je ušlechtilá pravda o cestě vedoucí k ustání strasti (dukkhanirodhagáminī patipadá arijasačča).

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje Čtyři ušlechtilé pravdy.

Takto [pěti způsoby] prodlévá uvnitř (sebe), nazíraje (vlastní) mentální jevy jakožto mentální jevy. Takto prodlévá vně (sebe), nazíraje mentální jevy (ostatních) jakožto mentální jevy. Takto prodlévá uvnitř i vně, nazíraje mentální jevy jakožto mentální jevy.

Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání mentálních jevů. Takto prodlévá, nazíraje povahu mizení mentálních jevů. Takto prodlévá, nazíraje povahu vznikání a mizení mentálních jevů. Uvědomění: 'Existují mentální jevy' (atthi dhammá) je v něm pevně ustaveno v míře potřebné pro poznání a rozvoj uvědomění. Takto prodlévá nezávisle a nelpí na ničem ve světě.

Takto, mniši, mnich prodlévá, nazíraje mentální jevy jakožto mentální jevy.

Závěr

Mniši, kdokoli by tímto způsobem rozvíjel tyto čtyři ustavení uvědomění po sedm let, může očekávat jeden ze dvou plodů: buď konečné poznání zde a nyní (ditthéva dhamme aññá), anebo, zbývá-li v něm ještě nějaké lpění, nenávrat (anágámitá). Nechme stranou sedm let, mniši . Kdokoli by tímto způsobem rozvíjel tyto čtyři ustavení uvědomění po šest let... pět let... čtyři roky... tři roky... dva roky... jeden rok, může očekávat jeden ze dvou plodů: buď konečné poznání zde a nyní, anebo, zbývá-li v něm ještě nějaké lpění, nenávrat. Nechme stranou jeden rok, mniši . Kdokoli by tímto způsobem rozvíjel tyto čtyři ustavení uvědomění po sedm měsíců... šest měsíců... pět měsíců... čtyři měsíce... tři měsíce... dva měsíce... jeden měsíc... půl měsíce, může očekávat jeden ze dvou plodů: buď konečné poznání zde a nyní, anebo, zbývá-li v něm ještě nějaké lpění, nenávrat. Nechme stranou půl měsíce, mniši. Kdokoli by tímto způsobem rozvíjel tyto čtyři ustavení uvědomění po sedm dní, může očekávat jeden ze dvou plodů: buď konečné poznání zde a nyní, anebo, zbývá-li v něm ještě nějaké lpění, nenávrat. Proto bylo řečeno: 'Mniši, toto je jedinečná [přímá] stezka k očištění bytostí, k překonání trápení a naříkání, k odstranění strasti a žalu, k nastoupení správné cesty, k uskutečnění odpoutání, totiž tyto čtyři ustavení uvědomění.' "

Tak pravil Vznešený. Potěšení mniši se zaradovali ze slov Vznešeného.