Eternal (January 5th revision)

Eternal Regular 12/16 pt
AaBbCcDdEeFfGgHhIiJjKkLlMmNnOoPpQqRrSsTtUuVvWwXxYyZz
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZabcdefghijklmnopqrstuvwxyz
0123456789!”#$%‰&℘’()*+,-./:;=?@[\]_{|}¡¢£¥§ª«–—µ·º»¿×÷ †‡…‼€™“”§fiflff
ÀÁÂÃÄÅÆĀĂĄǺÆÇĆĈĊČĎĐÈÉÊËĘĞĢİÍÎÏĮIŁÑÒÓÔÕÖØŒƠŞŠÙÚÛÜŲƯŴÝŶŸŻŽÞßĲΔΠΣ√
A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z £ 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
àáâãäåæāăąǻǽæçćĉċčðďđèéêëęğģìíîïıiłñòóôõöøœơşšùúûüųưŵýŷÿżžþɔəʤgŋƒπ

Eternal Italic 12/16 pt
AaBbCcDdEeFfGgHhIiJjKkLlMmNnOoPpQqRrSsTtUuVvWwXxYyZz
ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZabcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Ānāpānasati

Ānāpānasati (Pali), meaning ‘mindfulness of breathing’ (“sati” means mindfulness; “ānāpāna” refers to inhalation and exhalation), is a fundamental form of meditation taught by the Buddha. According to this teaching, classically presented in the Anāpānasati Sutta, practicing this form of meditation as a part of the Noble Eightfold Path leads to the removal of all defilements (*kilesa*) and finally to the attainment of nibbāna (*nirvana*).
In both ancient and modern times, ānāpānasati by itself is likely the most widely used Buddhist method for contemplating bodily phenomena. Traditionally, ānāpānasati is used as a basis for practicing concentration (*samadhi*) until it reached the state of full concentration (*jhana*). It is the same state, reached by the Buddha during his quest for Enlightenment. In the Zen tradition, ānāpānasati is practiced with *zazen* or *shikantaza* (in the Soto tradition). Ānāpānasati can also be practised with other traditional meditation subjects including the four frames of reference and mettā bhāvanā.

L’éveil

Pour les theravādins, l’éveil est la compréhension parfaite et la réalisation des quatre vérités; il s’agit de se réveiller du cauchemar à répétition des renaissances successives, et de faire jaillir la vérité. Pour les adeptes du Mahāyāna en revanche, l’éveil a plus à voir avec la sagesse et la prise de conscience de sa propre nature de Bouddha.
L’éveil permet à l’homme d’entrer dans le nirvāna, puis d’atteindre à sa mort le parinirvāna, l’extinction complète. Le cycle karmique est donc brisé à jamais.
Là où le bouddhisme theravāda insiste sur l’extinction complète et irréversible du samsāra, le mahāyāna laisse aux bodhisattvas la possibilité de s’y maintenir, sans toutefois produire de karma, par compassion pour les êtres vivants, qu’ils vont alors guider vers l’éveil.

La vacuité

Dans le theravada, la vacuité est proche du concept d’anatta : le monde est vide de soi. Il existe une attention portée à la vacuité ainsi qu’une méditation vipassanā, contemplation de cette vacuité.
Mais le concept de vacuité, exposé par la littérature dite de la prajñāpāramitā, et Nāgārjuna, prend un nouveau sens et fonde le Madhyamaka. Le Madhyamaka reconnaît l’enseignement de la coproduction conditionnée, mais il considère cette roue de la vie comme vacuité. Cet auteur proclame: « Le Vainqueur a dit que la vacuité est l’évacuation complète de toutes les opinions. Quant à ceux qui croient en la vacuité, ceux-là, je les déclare incurables. »