

## The Noble Eight-Part Path-MN 141

Qual é a nobre verdade do caminho que conduz à dissolução da dor? É este mesmo nobre caminho de oito partes, isto é—Visão correta, resolução correta, fala correta, ação correta, meio de vida correto, esforço correto, lembrança correta, concentração correta.

Amigo, qual é a “visão correta?”

Aquele conhecimento da dor, conhecimento do surgimento da dor, conhecimento da dissolução da dor, conhecimento do caminho que conduz à dissolução da dor. Isto é chamado de “visão correta.”

Amigo, qual é a “resolução correta?”

Uma resolução de renúncia, uma resolução de não-malícia, uma resolução de não-crueldade. Amigo, esta é a “resolução correta.”

Amigo, qual é a “fala correta?”

Abster-se de mentir, abster-se da fala divisiva, abster-se da fala grosseira, abster-se da tagarelice ociosa. Amigo, isto é chamado de “Fala Correta.”

Amigo, qual é a “ação correta?”

Abster-se de matar seres vivos, abster-se de tomar o que não é dado, abster-se da conduta sexual errada. Amigo, isto é chamado de “Ação Correta.”

Amigo, qual é o “meio de vida correto?”

Aqui, amigo, um nobre discípulo abandona o meio de vida errado e sustenta sua vida pelo meio de vida correto. Isto é chamado de “Meio de Vida Correto.”

Amigo, qual é o “esforço correto?”

Aqui, amigo, um monge gera desejo, esforço, desperta energia, escava fundo em busca de força de vontade e empenha-se em impedir que qualidades insalubres e más, ainda não surgidas, surjam.

gera desejo, esforço, desperta energia, escava fundo em busca de força de vontade e empenha-se em abandonar as qualidades más e insalubres já surgidas

gera desejo, esforço, desperta energia, escava fundo em busca de força de vontade e empenha-se em fazer surgir as qualidades salubres ainda não surgidas

gera desejo, esforço, desperta energia, escava fundo em busca de força de vontade e empenha-se em sustentar, não deixar passar, desenvolver, estender e cumprir as qualidades salubres já surgidas.

Amigo, isto é chamado de “esforço correto.”

Amigo, qual é a “lembrança correta?”

Aqui, amigo, um monge que vive examinando o corpo dentro do corpo, fervoroso, plenamente consciente e lembrando, tendo removido a cobiça e o sofrimento para com o mundo.

Aquele que vive examinando as sensações dentro das sensações, fervoroso, plenamente consciente e lembrando, tendo removido a cobiça e o sofrimento para com o mundo.

Aquele que vive examinando a psique de dentro da psique, fervoroso, plenamente consciente e lembrando, tendo removido a cobiça e o sofrimento para com o mundo.

Aquele que vive examinando as qualidades de dentro das qualidades, fervoroso, plenamente consciente e lembrando, tendo removido a cobiça e o sofrimento para com o mundo.

Amigo, isto é chamado de “lembrança correta.”

Amigo, qual é a “concentração correta?”

Aqui, amigo, um monge separado da sensualidade, separado das qualidades inábeis, vive tendo entrado no primeiro foco, com pensamento e movimento mental, com alegria e prazer nascidos da solidão.

Com o aquietamento do pensamento e do movimento mental, assentando-se internamente, tendo a vontade se aquietado e unificado, entra-se no segundo foco, sem pensamento ou movimento mental, com alegria e prazer nascidos da concentração.

Com o desvanecimento da alegria, permanecendo em observação, lembrando e plenamente atento, experimentando prazer por todo o corpo, aquilo que os nobres tornam conhecido “Este está observando, lembrando e permanecendo em prazer.” entra-se no terceiro foco.

Com o abandono do prazer e o abandono da dor, tendo a alegria e o sofrimento previamente chegado ao fim, purificado por meio da observação e da lembrança, entra-se no quarto foco, sem dor ou prazer.

Amigo, isto é chamado de “concentração correta.”

*Majjhima Nikāya 141*