**Sutra del cuore**

|  |
| --- |
| Il bodhisattva Avalokitesvara praticava la profonda Prajnaparamita [la saggezza suprema]. In quel momento egli percepì che tutti e cinque gli [skandha](http://www.lameditazionecomevia.it/skandha.htm) sono vuoti e fu liberato da tutta l'angoscia e la sofferenza. Oh Shariputra, la forma non è altro che vuoto, il vuoto non è altro che forma; ciò che è forma è vuoto, ciò che è vuoto è forma (il primo skandha); ed è lo stesso per sensazione, percezione, formazione karmica e coscienza (gli altri quattro skandha). Shariputra, tutte le cose sono vuote apparizioni. Esse non sono nate, non sono distrutte, non macchiate, non pure; non aumentano né decrescono. Perciò, nella vacuità non c'è forma, né sensazione, né percezione, né formazione karmica, né coscienza; né occhi, orecchie, naso, lingua, corpo, mente; né forma, suono, odore, gusto, tatto, oggetti; né c'è un regno del vedere, e così via finché giungiamo a nessun regno della coscienza; non vi è conoscenza, ignoranza, né fine della conoscenza, né fine dell'ignoranza, e così via finché giungiamo a non ci sono vecchiaia e morte; né estinzione di vecchiaia e morte; non c'è sofferenza, karma, estinzione, Via; né saggezza, né realizzazione. Dal momento che non si ha nulla da conseguire, si è un bodhisattva. Poiché ci si è interamente affidati alla Prajnaparamita, la mente è priva d'ostacoli; dal momento che la mente è priva d'ostacoli, non si conosce paura, si è ben oltre tutto il pensiero illusorio, e si raggiunge il Nirvana definitivo. Poiché tutti i Buddha del passato, del presente e del futuro si sono interamente affidati alla Prajnaparamita essi conseguono la suprema illuminazione. Perciò sappi che la Prajnaparamita è il grande mantra, il mantra più alto, il supremo incomparabile mantra, capace di placare tutta la sofferenza. Questo è vero. Non è falso. Perciò io esclamo il mantra della Prajnaparamita, esso dice: Gate, gate, paragate, parasamgate, bodhi, svaha! (andato, andato, andato all'altra sponda, completamente sull'altra sponda, benvenuto risveglio!). |