**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 vuotie 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 Buddhadel passato, del presente e del futurosi sono interamente affidati alla Prajnaparamitaessi 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!). |