

THE PALIVERSE PROJECT

Το σύμπαν της σοφίας του Βούδα

Ο Τριμερής Κανόνας (Tīrīṭṭaka)

Ο Κανόνας των Ομιλιών (Sutta Piṭaka)

4. Η συλλογή των αριθμημένων ομιλιών (4. Aṅguttara
Nikāya)

01. Το βιβλίο του ενός (01. Ekakanipāṭapāḷi)

19. Το κεφάλαιο για τη μνήμη επί του σώματος
(19. Kāyagatāsativaggo)

[AN 1.575-615, PTS 1.44.1-1.45.1]



PaliVerse

4. Η συλλογή των αριθμημένων ομιλιών

01. Το βιβλίο του ενός

19. Το κεφάλαιο για τη μνήμη επί του σώματος

563. «Οποιοδήποτε, μοναχοί, ο μεγάλος ωκεανός έχει διαποτιστεί με τον νου, περιλαμβάνονται σε αυτόν όλα τα μικρά ποτάμια που ρέουν προς τον ωκεανό· ακριβώς έτσι, μοναχοί, οποιοδήποτε η μνήμη επί του σώματος έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, περιλαμβάνονται σε αυτόν όλες οι καλές νοητικές καταστάσεις που είναι συντελεστικές στην αληθινή γνώση».

564-570. «Ένα φαινόμενο, μοναχοί, όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί σε μεγάλη πνευματική συγκίνηση... οδηγεί σε μεγάλο όφελος... οδηγεί σε μεγάλη ελευθερία από τις δεσμεύσεις... οδηγεί στη μνήμη και ενσυνειδητότητα... οδηγεί στην απόκτηση γνώσης και ενόρασης... οδηγεί σε ευχάριστη διαμονή στην παρούσα ζωή... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της αληθινής γνώσης και της απελευθέρωσης. Ποιο είναι αυτό το ένα φαινόμενο; Η μνήμη επί του σώματος. Αυτό, μοναχοί, είναι το ένα φαινόμενο που όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί σε μεγάλη πνευματική συγκίνηση... οδηγεί σε μεγάλο όφελος... οδηγεί σε μεγάλη ελευθερία από τις δεσμεύσεις... οδηγεί στη μνήμη και ενσυνειδητότητα... οδηγεί στην απόκτηση γνώσης και ενόρασης... οδηγεί σε ευχάριστη διαμονή στην παρούσα ζωή... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της αληθινής γνώσης και της απελευθέρωσης».

571. «Όταν ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, και το σώμα γαληνεύει και η συνείδηση γαληνεύει, και ο λογισμός και ο συλλογισμός κατευνάζονται, και όλες οι νοητικές καταστάσεις συντελεστικές στην αληθινή γνώση φτάνουν στην εκπλήρωση της διαλογιστικής ανάπτυξης. Σε ποιο ένα φαινόμενο; Στη μνήμη επί του σώματος. Όταν αυτό το ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, και το σώμα γαληνεύει και η συνείδηση γαληνεύει, και ο λογισμός και ο συλλογισμός κατευνάζονται, και όλες οι νοητικές καταστάσεις συντελεστικές στην αληθινή γνώση φτάνουν στην εκπλήρωση της διαλογιστικής ανάπτυξης».

572. «Όταν ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οι μη εγερμένες φαύλες νοητικές καταστάσεις δεν εγείρονται, και οι εγερμένες φαύλες νοητικές καταστάσεις εγκαταλείπονται. Σε ποιο ένα φαινόμενο; Στη μνήμη επί του σώματος. Όταν αυτό το ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οι μη εγερμένες φαύλες νοητικές καταστάσεις δεν εγείρονται, και οι εγερμένες φαύλες νοητικές καταστάσεις εγκαταλείπονται».

573. «Όταν ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οι μη εγερμένες καλές νοητικές καταστάσεις εγείρονται, και οι εγερμένες καλές νοητικές καταστάσεις οδηγούν σε αύξηση και επέκταση. Σε ποιο ένα φαινόμενο; Στη μνήμη επί

του σώματος. Όταν αυτό το ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οι μη εγερμένες καλές νοητικές καταστάσεις εγείρονται, και οι εγερμένες καλές νοητικές καταστάσεις οδηγούν σε αύξηση και επέκταση».

574. «Όταν ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, η άγνοια εγκαταλείπεται, η αληθινή γνώση εγείρεται, η αλαζονεία του 'εγώ είμαι' εγκαταλείπεται, οι υπολανθάνουσες τάσεις εκριζώνονται, οι νοητικοί δεσμοί εγκαταλείπονται. Σε ποιο ένα φαινόμενο; Στη μνήμη επί του σώματος. Όταν αυτό το ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, η άγνοια εγκαταλείπεται, η αληθινή γνώση εγείρεται, η αλαζονεία του 'εγώ είμαι' εγκαταλείπεται, οι υπολανθάνουσες τάσεις εκριζώνονται, οι νοητικοί δεσμοί εγκαταλείπονται».

575-576. «Ένα φαινόμενο, μοναχοί, όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στη διείσδυση της σοφίας... οδηγεί στο τελικό Νιμπάνα χωρίς προσκόλληση. Ποιο είναι αυτό το ένα φαινόμενο; Η μνήμη επί του σώματος. Αυτό, μοναχοί, είναι το ένα φαινόμενο που όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στη διείσδυση της σοφίας... οδηγεί στο τελικό Νιμπάνα χωρίς προσκόλληση».

577-579. «Όταν ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, υπάρχει η διείσδυση σε πολλά στοιχεία... υπάρχει η διείσδυση σε διάφορα στοιχεία... υπάρχει η αναλυτική γνώση πολλών στοιχείων. Σε ποιο ένα φαινόμενο; Στη μνήμη επί του σώματος. Όταν αυτό το ένα φαινόμενο, μοναχοί, έχει αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, υπάρχει η διείσδυση σε πολλά στοιχεία... υπάρχει η διείσδυση σε διάφορα στοιχεία... υπάρχει η αναλυτική γνώση πολλών στοιχείων».

580-583. «Ένα φαινόμενο, μοναχοί, όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της εισόδου στο ρεύμα... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της άπαξ επιστροφής... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της μη-επιστροφής... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της Αξιότητας. Ποιο είναι αυτό το ένα φαινόμενο; Η μνήμη επί του σώματος. Αυτό, μοναχοί, είναι το ένα φαινόμενο που όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της εισόδου στο ρεύμα... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της άπαξ επιστροφής... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της μη-επιστροφής... οδηγεί στην πραγμάτωση του καρπού της Αξιότητας».

584-599. «Ένα φαινόμενο, μοναχοί, όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στην απόκτηση σοφίας... οδηγεί στην ανάπτυξη της σοφίας... οδηγεί στην επέκταση της σοφίας... οδηγεί στη μεγάλη σοφία... οδηγεί στην ευρεία σοφία... οδηγεί στην εκτεταμένη σοφία... οδηγεί στη βαθιά σοφία... οδηγεί στην ασύγκριτη σοφία... οδηγεί στην απέραντη σοφία... οδηγεί στην αφθονία σοφίας... οδηγεί στη γρήγορη σοφία... οδηγεί στην ελαφριά σοφία... οδηγεί στη χαρούμενη σοφία... οδηγεί στην ταχεία σοφία... οδηγεί στην οξεία σοφία... οδηγεί στη διεισδυτική σοφία. Ποιο είναι αυτό το ένα φαινόμενο; Η μνήμη επί του σώματος. Αυτό, μοναχοί, είναι το ένα φαινόμενο που όταν αναπτυχθεί και καλλιεργηθεί, οδηγεί στην απόκτηση σοφίας... οδηγεί στην ανάπτυξη της σοφίας... οδηγεί στην επέκταση της σοφίας... οδηγεί στη μεγάλη σοφία... οδηγεί στην ευρεία σοφία... οδηγεί στην εκτεταμένη σοφία... οδηγεί στη βαθιά σοφία... οδηγεί στην ασύγκριτη σοφία... οδηγεί στην απέραντη σοφία... οδηγεί στην αφθονία σοφίας... οδηγεί στη γρήγορη σοφία... οδηγεί στην ελαφριά σοφία... οδηγεί στη χαρούμενη σοφία... οδηγεί στην ταχεία σοφία... οδηγεί στην οξεία σοφία... οδηγεί στη διεισδυτική σοφία».

Το κεφάλαιο της μνήμης επί του σώματος, δέκατο ένατο.



ΠΑΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΑΥΤΗ ΤΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Η παρούσα μετάφραση αποτελεί μέρος του PaliVerse Project, της πρώτης πλήρους και ενιαίας αγγλικής μετάφρασης του Κανόνα Πάλι, μαζί με τα Σχόλια (Aṭṭhakathā) και τα Υποσχόλια (Ṭīkā) και συνοδεύεται από διαδραστικά εργαλεία μελέτης. Το PaliVerse είναι ένα έργο σε εξέλιξη. Οι μεταφράσεις που δημιουργούνται με τεχνητή νοημοσύνη βελτιώνονται συνεχώς μέσω αναθεωρήσεων και σχολίων από ειδικούς. Το παρόν κείμενο αποτελεί την πιο πρόσφατη μετάφραση κατά την ημερομηνία λήψης.

Ημερομηνία δημιουργίας PDF: 14 Σεπτεμβρίου 2026

ΠΩΣ ΝΑ ΠΑΡΑΘΕΣΕΤΕ ΤΗΝ ΠΗΓΗ

PaliVerse (2026). Ο Τριμερής Κανόνας. Ο Κανόνας των Ομιλιών. 4. Η συλλογή των αριθμημένων ομιλιών. 01. Το βιβλίο του ενός. 19. Το κεφάλαιο για τη μνήμη επί του σώματος έχει ανακτηθεί από το paliverse.org

© 2026 The PaliVerse Project · Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος
Κέντρο Μελέτης και Πρακτικής Βουδισμού Τεραβάδα
Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία εγγεγραμμένη στην Ελλάδα
Το παρόν PDF μπορεί να διανέμεται ελεύθερα για σκοπούς μελέτης και πρακτικής.

PaliVerse.org