

Énekeskönyv

A Tan Szigete Közösség kiadványa

Ez a könyv szent szövegeket tartalmaz. Kérjük, kezeld tisztelettel, ne írd bele, ne tedd a földre, ne tegyél rá semmit, ne lépd át, őrizd meg tisztaságát, használat után tedd vissza a helyére!
Köszönjük!

Tartalom

Az odaadás felajánlása.....	4
Hódolat a három ékkő előtt	5
Előzetes tiszteletadás	5
Tisztelet a három ékkőnek	6
A halaszthatatlanság kinyilvánítása	8
(Végső) hódolat a három ékkő előtt	11
A Felébredett, a Tanítás és a Gyülekezet érdemei	12
Érdemdús cselekedeteim által... ..	14
A szeretetről szóló tanítóbeszéd	16
A négy mérhetetlen felragyogtatása	18
Az ártalmatlanság fohásza	20
A gyakran emlékezetbe idézendő szövegek	21
A test 32 alkotórésze fölötti szemlélődés	22
A Buddha utolsó szavai	24
Tanbeszéd kérése	25
Köszönetnyilvánítás a tanításért	25
A háromszoros menedék és a nyolc fogadalom kérése	26
A háromszoros menedék recitációja	26
A nyolc fogadalom felmondása	28
A háromszoros menedék és az öt fogadalom kérése	30
A háromszoros menedék recitációja	30
Az öt fogadalom felmondása	32

(Három leborulás)

(Jó szó Bhagavá) araham szammászambuddhó

(A Magasztosnak), a saját erejéből tökéletesen megvilágosodott méltóságosnak,

Szvákkhátó jéna bhagavatá dhammó

A Magasztos gondosan kifejtett tanításának,

Szupatipannó jassza bhagavató szávakaszanghó

A Magasztos tanítványai helyes úton járó közösségének

Tam-majam bhagavantam szadhammam szaszangham

- Tehát a Buddhának, Dhammának és Szanghának -,

Iméhi szakkaréhi jatháraham árópitéhi abhipúdzsajáma

A nekik kijáró tisztelettel adózunk.

Szádhu nó bhanté bhagavá szucsira-parinibbutópi

Bizony a tiszteletreméltó Magasztos, miután elérte a megvilágosodást,

Paccshimá-dzsanatánukampa-mánaszá

Továbbra is együttérzéssel volt a későbbi nemzedékek iránt.

Imé szakkaré duggata-pannákára-bhúté patigganhátu

Fogadtassék el hát ez az egyszerű áldozat,

Amhákam dígharattam hitája szukhája

Hogy hosszú időn át örömünkre és javunkra szolgálhasson.

Araham szammászambuddhó Bhagavá
buddham bhagavantam abhivádémi

Kifejezem tiszteletem a méltóságos, saját erejéből tökéletesen megvilágosodott Magasztos előtt.

(Leborulás)

(Szvákkhátó) Bhagavatá dhammó
dhammam namassámi

Leborulok a Magasztos által gondosan kifejtett tanítás előtt.

(Leborulás)

(Szupatipannó) Bhagavató szávakaszanghó
szangham namámi

Meghajolok a Magasztos tanítványainak helyes úton járó közössége előtt.

(Leborulás)

(Ha itt befejeződik a recitáció, további három leborulás)

ELŐZETES TISZTELETADÁS (PUBBABHÁGA-NAMAKÁRA-PÁTHO)

(Handa majam buddhassa bhagavató pubbabhága-namakáram karómaszé)

(Mindenek előtt fejezzük ki tiszteletünket a magasztos Buddha előtt.)

(Namó tassa) Bhagavató araható szammászambuddhassa

(Namó tassa) Bhagavató araható szammászambuddhassa

(Namó tassa) Bhagavató araható szammászambuddhassa

(Tisztelet a méltóságos Magasztosnak), a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

(Három leborulás)

(Handa majam ratanattaja-panáma-gáthájó cs'éva szamvéga-parikittana-páthanycsa bhanámaszé)

Recitáljuk a három ékkő előtti tiszteletadást, és a sürgősség felkeltésének versét!

(Buddhó szuszuddhó) karuná-mahannavó

(A tökéletesen tiszta Buddha), akinek együttérzése, mint a nagy óceán,

Jó'ccsanta-szuddhabbara-nyána-lócsanó

a megismerés tiszta szemének birtokosa,

Lókassza pápúpakilésza-ghátakó

a világ rosszasága és tisztátalanságai pusztítója –

Vandámi buddham aham-ádaréna tam

e Buddhát tisztelem odaadóan.

Dhammó padípó vija tassa szatthunó

E tanító Tanítása olyan, mint a lámpás,

Jó magga-pákámata-bhédá-bhinnakó

amely felosztható ösvényre és eredményére: a halhatatlanra,

Lókuttaró jó csa tad-attha-dípanó

ami túlmutat a köznap világon, és rávilágít a célra –

Vandámi dhammam aham-ádaréna tam

odaadóan tisztelem ezt a Tanítást.

Szanghó szukhettábhjati-khetta-szannyitó

A gyakorlás legtermékenyebb talajának mondott Közösség,

Jó dittha-szantó szugatanubódhakó

akik ismerik a békességet, megvilágosodtak a Jó úton járó nyomán,

Lólappahínó arijó szumédhaszó

nemes bölcsek, akik fölthagytak a sóvárgással –

Vandámi szangham aham-ádaréna tam

odaadóan tisztelem ezt a Közösséget.

Iccsévam-ékantabhipúdzsa-néjjakam

Így e rendkívüli megbecsüléssel illetjük azt,

Vatthuttajam vandajatábhiszankhatam

amit igen tiszteletreméltónak tartunk:

Punnyam majá jam mama szabbupaddavá

tűnjön el minden balszerencse

Má hontu vé tassza pabháva-sziddhijá

ezen érdem erejének kiteljesedése által!

Idha tatháगतó lóké uppannó araham szammászambuddhó

Ezen érdemes és tökéletesen megvilágosodott Beérkezett, aki megjelent ebben a világban,

Dhammó csa dészitó nijjánikó upaszamikó parinibbánikó szambódhagámi szugatap-pavédító

olyan Tanítást hirdetett, amely megszabadít, elcsöndesít, végső kialváshoz, tökéletes megvilágosodáshoz vezet – a Jó úton járó ezt tanította.

Majan-tam dhammam szutvá évam dzsánáma

A Tanítást hallva így tudjuk:

Dzsátipi dukkhá

a születés szenvedés,

Dzsarápi dukkhá

az öregedés szenvedés,

Maranampi dukkham

a halál szenvedés;

Szóka-paridéva-dukkha-dómanassz'upájászápi dukkhá

a szomorúság, fájdalom, szenvedés, bánat és kétségbeesés szenvedés.

Appijéhi szampajógó dukkhó

Együtt lenni azzal, amit nem kedvelünk, szenvedés,

Pijéhi vippajógó dukkhó

elválasztva lenni attól, amit kedvelünk, szenvedés,

Jamp'iccsham na labhati tampi dukkham

nem megkapni, amit kívánunk, szenvedés –

Szankhitténa panycsupádánakkhandhá dukkhá

röviden szenvedés az öt megragadott léthalmaz.

Szejjathídám

Ezek a következők:

Rúpúpádánakkhandhó

a megragadott forma-halmaz,

Védanúpádánakkhandhó

a megragadott érzés-halmaz,

Szannyúpádánakkhandhó

a megragadott észlelés-halmaz,

Szankhárúpádánakkhandhó

a megragadott késztetések halmaza,

Vinnyánúpádánakkhandhó

a megragadott tudatosság-halmaz.

Jészam parinnjája

Azért, hogy ezt tökéletesen megértsük,

Dharamánó szó bhagavá

a Magasztos, élete során,

Évam bahulam szávaké vinéti

gyakorta igazította útba tanítványait ilyenképpen.

Évam bhágá csa panassza bhagavató szavakészu anuszászaní bahulá pavattati

Valamint a Magasztos, tanítványait tanítva, gyakran így folytatta:

Rúpam aniccsam

a test mulandó,

Védaná aniccsá

az érzés mulandó,

Szannyá aniccsá

az észlelés mulandó,

Szankhára aniccsá

a késztetések mulandók,

Vinnyánam aniccsam

a tudatosság mulandó,

Rúpam anattá

a test nem-én,

Védaná anattá

az érzés nem-én,

Szannyá anattá

az észlelés nem-én,

Szankhára anattá

a késztetések nem-én,

Vinyánam anattá

a tudatosság nem-én;

Szabbé szankhára aniccsá

minden képződmény mulandó,

Szabbé dhammá anattá' ti

minden dhamma nem-én.

Té majam

Valamennyiünket

Ótinnámha-dzsátijá dzsará-maranéna

gyötör a születés, öregedés és halál,

Szókéhi paridévéhi dukkhéhi dómanasszéhi upájászéhi

a szomorúság, fájdalom, szenvedés, bánat és kétségbeesés,

Dukkhótinná dukkha-parétá

gyötör a szenvedés, elborít a szenvedés.

Appéva námimassza kévalassza dukkha-kkhandhassza antakirijá pannyájéthá'ti.

Törekedjünk valamennyien, hogy véget vethessünk a szenvedés eme tömkelegének!

(VÉGSŐ) HÓDOLAT A HÁROM ÉKKŐ ELŐTT

Araham szammászambuddhó bhagavá

Buddham bhagavantam abhivádémi

Kifejezem tiszteletem a méltóságos, saját erejéből tökéletesen megvilágosodott Magasztos előtt.

(Leborulás)

(Szvákkháto) bhagavatá dhammo

Dhammam namasszámi

Leborulok a Magasztos által gondosan kifejtett tanítás előtt.

(Leborulás)

(Szupatipannó) bhagavató szávakaszanghó

Szangham namámi

Meghajolok a Magasztos tanítványainak helyes úton járó közössége előtt.

(Leborulás)

(Ha itt befejeződik a recitáció, további három leborulás)

(Iti pi szó) Bhagavá araham szammá-szambuddhó
viddzsá-csarana-szampannó szugató lókavidú
anuttaró purisza-dhamma-szárathi
szatthá déva-manusszánam Buddhó Bhagavá'ti.

Szvákkhátó Bhagavatá Dhammó
szanditthikó akálikó éhipasszikó
ópanajikó paccsattam véditabbó vinnyúhí'ti.

Szupatipannó Bhagavató szávakaszanghó,
udzsupatipannó Bhagavató szávakaszanghó,
nyájapatipannó Bhagavató szávakaszanghó,
számícsipatipannó Bhagavató szávakaszanghó,
jadidam csattári puriszajugáni attha puriszapuggalá
észa Bhagavató szávakaszanghó
áhunejjó páhunejjó dakkhinejjó anydzsali-karaníjó
anuttaram punnyakkhettam lókasszá'ti

*Bizony ő a Magasztos, a méltóságos, aki önerejéből érte el a tökéletes megvilágosodást,
tudása és életvezetése kiteljesedett, jó úton jár, a világok ismerője,
felülmúlhatatlan az emberek megszelídítése terén,
istenségek és emberek tanítója a megvilágosodott Magasztos.*

*A Tanítást a Magasztos jól adta tovább,
nyilvánvaló, időtlen, közvetlenül megtapasztalható,
célravezető, az értelmes embereknek maguknak kell utánajárniuk.*

*A Magasztos Szerzetes-gyülekezete jó úton jár,
a Magasztos Szerzetes-gyülekezete egyenes úton jár,
a Magasztos Szerzetes-gyülekezete igaz úton jár,
a Magasztos Szerzetes-gyülekezete helyes úton jár,
ez a Magasztos Szerzetes-gyülekezete, azaz a négy pár és a nyolc személy,
amely érdemes a felajánlásokra, érdemes a vendégszeretetre,
érdemes az adományokra, érdemes a tiszteletteljes köszöntésre,
mivel e világon az érdemek semmihez sem fogható termőföldje.*

(Handa majam uddisszanádhithána-gáthájó bhanámaszé)

(Recitáljuk az odaadás és eltökéltség verseit!)

(Iminá punnyakamména) upaddzshájá gunuttará

(Érdemdús cselekedeteim által) kiváló beavatóim,

Ácsarijúpakará csa mátápitá csa nyátaká

segítőkész tanítóim, apám, anyám és rokonnaim,

Szurijó csandimá rádzsá gunavantá narápi csa

a Nap, a Hold, és az emberek érdemes uralkodói,

Brahma márá csa indá csa lokapálá csa dévatá

a nagy istenségek, ördögök, égi lények, a világ őrzői és kiválóságai,

Jamó mittá manusszá csa maddzshattá vérikápi csa

a halál ura, a barátságos, közömbös és gyűlölködő emberek –

Szabbé szattá szukhí hontu punnyáni pakatáni me

megtett érdemeim által minden lény legyen boldog,

Szukhanycsa tividham dentu khippam pápétha vómatam

érje el mielőbb a háromszoros boldogságot és a halhatatlant!

Iminá punnyakamména iminá uddisszéna csa

Érdemdús cselekedeteim és odaadásom által

Khippáham szulabhé cséva tanhúpádána-cshédanam

gyorsan (érjem el, hogy) szűnjön meg a sóvárgás és ragaszkodás,

Jé szantáné híná dhammá jáva nibbánató mamam

és az alantas tudatállapotok folytonossága, amíg csak el nem érem a nibbánát.

Nasszantu szabbadá jáva jattha dzsáto bhavé bhavé

Bármiféle születésben szülessek, legyek mindig

Udzsucsittam szatipannyá szallékhó virijamhiná

egyenes, éber és bölcs, aszketikus és energikus,

Mará labhantu nókászam kátunycsa virijészu me

a kísértők ne kapjanak esélyt arra, hogy tetterőmet gyöngítsék.

Buddhádhipavaró náthó dhammó náthó varuttamó

A Buddha a legkióálóbb oltalom, a Dhamma oltalma a legeslegjobb,

Náthó paccsékabuddhó csa szanghó náthottaró mamam

a magányos buddhák és a Szangha oltalma az én legfőbb menedékem:

Tészottamánubhávéna márókászam labhantu má

mindezek fenséges ereje által a kísértők ne kapjanak esélyt.

Karaníjam-attha-kuszaléna jan-tam szantam padam abhiszameccsa:
szakkó udzsú csa szuhudzsú csa szuvacsó cs'assza mudu anatináni,
szantusszakó csa szubharó csa appakiccsó csa szallahukavutti
szantindrijó csa nipakó csa appagabbhó kuleszu ananugiddhó
na csa khuddam szamácsaré kinycsi, jéna vinnyú paré upavadejjum

Szukhinó vá khéminó hontu szabbé szattá bhavantu szukhit'attá:
jé kécsi pána-bhút'atthi taszá vá thávará vá anavaszészá
díghá vá jé mahantá vá maddzshimá rasszaká anuka-thúlá
ditthá vá jé csa additthá, jé csa dúré vaszanti avidúré
bhútá vá szambhavészi vá, szabbé szattá bhavantu szukhit'attá

Na paró param nikubbétha nátimannyétha katthacsi nam kinycsi
bjárószaná patighaszannyá nánnya-mannyassza dukkham-iccshēja
mátá jathá nijam puttam ájuszá éka-puttam anurakkhé
évam-pi szabba-bhútészu mánaszam-bhávajé aparimánam
mettanycsa szabba-lókaszmim mánaszam-bhávajé aparimánam
uddham adhó csa tirijanycsa aszambádham avéram aszapattam

Titthany-csaram niszinó vá szajánó vá jávat'assza vigata-middhó
étam szatim adhitthejja brahmam-étam viháram idham-áhu
ditthinycsa anupagamma szílavá dasszanéna szampannó
kámészu vinejja gédham na hi dzsátu gabbha-szejjam punaréti'ti

Aki jó úton jár, így cselekedjék, hogy elérje a nyugalom állapotát: legyen rátermett, becsületes, egyenes, nyájas szavú, szelíd és szerény, megelégedett, kevés igényű, kevés elfoglaltsággal bíró, egyszerű életet élő, érzékeit uraló, körültekintő, tartózkodó, támogatókhoz nem kötődő. Ne tegyen semmit sem, amit a bölcsék rosszallnának.

Legyen minden lény boldog és békés, töltse el boldogság. Minden létező élőlényt, legyen gyenge vagy erős, hosszú, nagy- vagy középtermetű, rövid, kicsiny vagy vaskos, látásból ismert vagy sosem látott, távolban vagy közelben lakó, létező vagy létezését kereső, kivétel nélkül minden lényt töltsön el boldogság.

A másikat senki sehol tönkre ne tegye, meg ne alázza. Haragból vagy ellenszenoból senki se kívánjon a másiknak rosszat. Ahogyan az anya védi gyermekét, egyetlen gyermekét, akár élete árán is, úgy terjessze ki az ember szívét határtalanul mindenre, ami csak él. Az ember szerető szívét terjessze ki határtalanul, minden világra - fölfelé, lefelé és minden irányban -, akadályok nélkül, gyűlölködés nélkül, ellenségeskedés nélkül.

Amíg az ember lankadatlan, tartsa fenn ezt a tudatosságot, akár áll, akár jár, akár ül, akár fekszik. E tanítás szerint ezt mondják magasztos állapotnak. Nem bonyolódván vélekedések hálójába, erényekkel ékesen és átlátással fölvértezve, az ember föladja az érzéki örömök iránti vágyakozást. Az ilyen ember bizony nem tér vissza újra a szenvedés világába.

(Handa majam csaturappamannyá óbhászanam karomaszé)

(Mettá-szahagaténa) csétaszá ekam diszam pharitvá viharati
tathá dutijam tathá tatijam tathá csatuttham
iti uddhamadho tirijam szabbadhi szabbattatája.
Szabbávantam lókam mettá-szahagaténa csétaszá
vipuléna mahaggaténa appamánéna avéréna abjápaddzshéna pharitvá viharati.

Karuná-szahagaténa csétaszá ekam diszam pharitvá viharati
tathá dutijam tathá tatijam tathá csatuttham
iti uddhamadho tirijam szabbadhi szabbattatája.
Szabbávantam lókam karuná-szahagaténa csétaszá
vipuléna mahaggaténa appamánéna avéréna abjápaddzshéna pharitvá viharati.

Muditá-szahagaténa csétaszá ekam diszam pharitvá viharati
tathá dutijam tathá tatijam tathá csatuttham
iti uddhamadho tirijam szabbadhi szabbattatája.
Szabbávantam lókam muditá-szahagaténa csétaszá
vipuléna mahaggaténa appamánéna avéréna abjápaddzshéna pharitvá viharati.

Upekkhá-szahagaténa csétaszá ekam diszam pharitvá viharati
tathá dutijam tathá tatijam tathá csatuttham
iti uddhamadho tirijam szabbadhi szabbattatája.
Szabbávantam lókam upekkhá-szahagaténa csétaszá
vipuléna mahaggaténa appamánéna avéréna abjápaddzshéna pharitvá viharatī'ti

(Ragyogtassuk föl a négy mérhetetlent!)

*Barátságossággal teli tudattal hatom át az első égtájat,
és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket,
úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamat.
Athatom a mindent magába foglaló világot barátságossággal teli tudattal,
amely hatalmas, emelkedett, határtalan, ellenségesség és rosszakarat nélkül.*

*Részvétellel teli tudattal hatom át az első égtájat,
és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket,
úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamat.
Athatom a mindent magába foglaló világot részvétellel teli tudattal,
amely hatalmas, emelkedett, határtalan, ellenségesség és rosszakarat nélkül.*

*Elismeréssel teli tudattal hatom át az első égtájat,
és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket,
úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamat.
Athatom a mindent magába foglaló világot elismeréssel teli tudattal,
amely hatalmas, emelkedett, határtalan, ellenségesség és rosszakarat nélkül.*

*Kiegyensúlyozottsággal teli tudattal hatom át az első égtájat,
és ugyanúgy a másodikat, harmadikat, negyediket,
úgy fönn, mint lenn, és körben mindenhol, mindenkit éppúgy, mint magamat.
Athatom a mindent magába foglaló világot kiegyensúlyozottsággal teli tudattal,
amely hatalmas, emelkedett, határtalan, ellenségesség és rosszakarat nélkül.*

(Handa majam mettápharanam karómaszé)

(Recitáljuk a barátságossággal áthatás gyakorlatát!)

(Aham szukhitó hómi) nidukkhó hómi avéro hómi abjápaddzshó hómi aníghó hómi
szukhí attánam pariharámi

*Legyek boldog, távol szenvedéstől, ellenségeskedéstől, rosszindulattól és szorongástól,
hogy jólétem megőrizhessem.*

Szabbé szattá szukhitá hontu szabbe szattá averá hontu szabbé szattá abjápaddzshá hontu
szabbé szattá aníghá hontu szabbé szattá szukhí attánam pariharantu

*Minden lény legyen boldog, távol ellenségeskedéstől, rosszindulattól és szorongástól,
hogy jólétét megőrizhesse.*

Szabbé szattá szabadukkhá pamuccsantu szabbé szattá laddha-szampattitó má vigaccshantu

Minden lény szabaduljon meg minden szenvedéstől, elért jószerencséje el ne múljék.

Szabbé szattá kammasszaká kammadájádá kammajóni kammabandhú kammapatissaraná
jam kammam karisszanti kaljánam vá pápakam vá tassa dájádá bhavisszanti

*Minden lény tettei birtokosa, tettei örököse, tettei öléből születik, tetteihez kötődik, tettei a
menedéke. Amilyen tettet cselekszik, legyen jó vagy gonosz, annak lesz az örököse.*

(Handa majam abhinha-paccsavekkhana-pátham bhanámaszé)

(Recitáljuk a gyakran emlékezetbe idézendő szövegeket!)

(Dzsará-dhammómhi) dzsaram anatító

Alá vagyok vetve az öregségnek, nem kerülhetem el az öregséget.

Bjádhi-dhammómhi bjádhim anatító

Alá vagyok vetve a betegségnek, nem kerülhetem el a betegséget.

Marana-dhammómhi maranam anatító

Alá vagyok vetve a halálnak, nem kerülhetem el a halált.

Szabbéhi mé pijéhi manápéhi nánábhávó vinábhávó

Mindaz, ami kedves nekem és kellemes, megváltozik és távol kerül tőlem.

Kammasszakómhi kammadájádó kammajóni kammabandhu kammapatiszaranó
jam kammam karisszámi kaljánam vá pápakam vá tassza dájádó bhavisszámi

Tetteim birtokosa, tetteim örököse vagyok, tetteim öléből születek, tetteimhez kötődöm, tetteim a menedékem. Amilyen tettet cselekszem, legyen jó vagy gonosz, annak leszek az örököse.

Evam amhéhi abhinham paccsavekkhitabbam

Így kell ezen szövegeket gyakran emlékezetünkbe idéznünk.

(Handa majam dvattimszákára-pátham banámaszé)

(Recitáljuk a test 32 alkotórészéről szóló szöveget!)

(Ajam khó) mé kájó uddham pádatalá adhó készamatthaká
tacsaparijantó púró nánappakárassza aszucsinó

*(Ez a test), amit talpától a feje tetejéig bőr borít,
és sokféle tisztátalansággal van teli.*

Atthi imasz mim kájé:

Ebben a testben van:

készá lómá nakhá dantá tacsó

haj, szőr, köröm, fog, bőr,

mamszam naháru atthí atthiminydzsam vakkam

hús, ín, csont, csontvelő, vese,

hadajam jakanam kilómakam pihakam papphászam

szív, máj, rekeszizom, lép, tüdő,

antam antagunam udarijam karíszam pittam

vastagbél, vékonybél, gyomor(tartalom), ürülék, epe,

szemham pubbó lóhitam szédó médó asszu

nyál, genny, vér, veríték, zsír, könny,

vaszá khéló szinghániká lasziká muttam matthalungan'ti

háj, köpet, takony, ízületi folyadék, vizelet, agyvelő.

Evam-ajam mé kájó uddham pádatalá adhó készamatthaká

tacsaparijantó púró nánappakárassza aszucsinó

*Ez tehát a test, amit talpától a feje tetejéig bőr borít,
és sokféle tisztátalansággal van teli.*

(Handa majam paccshima-óvada-gáthájó-bhanámaszé)

Recitáljuk az utolsó útmutatás verseit!

Handa dáni bhikkhavé ámantajámi vó

Szerzetesek, most tehát kijelentem néktek:

Vaja-dhammá szankhára

A képződmények természete a pusztulás.

Appamádéna szampádéthá'ti

Szakadatlan éberséggel törekedjete! –

Ajam tathágatassza paccshimá vácsá.

ezek a Beérkezett utolsó szavai.

(A kérelmező háromszori leborulás után, térdelve, szíve előtt összetett kézzel recitálja:)

Brahmá csa lokádhipatí Szahampati
Katanydzsalí anadhivaram ajácsatha
Szantídha szattápparadsakkha-dzsátiká
Dészétu Dhammam anukampimam padzsam

*Szahampati teremőisten, a világ ura,
Tiszteletteljesen összetett kézzel egy szívességet kért:
Vannak itt lények, akik szemét már kevés homály borítja,
Tanítsd hát a Dhammát, az irántuk való együttérzésből!*

(Háromszori leborulás után visszaül a helyére.)

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS A TANÍTÁSÉRT

(A rangidős szerzetes, vagy valaki a hallgatóság közül, szíve előtt összetett kézzel:)

Handa majam dhammakathája szádhu káram dadámaszé

Fejezzük ki köszönetünket ezen Tanbeszédért!

(Ismételjük együtt, szívünk előtt összetett kézzel:)

Szádhu szádhu szádhu anumódámi

Kiváló, kiváló, kiváló, köszönetet mondok érte.

A HÁROMSZOROS MENEDÉK ÉS A NYOLC FOGADALOM KÉRÉSE

(Három leborulás)

(Ha egy személy kéri szerzetestől egy csoport nevében!)

Majam bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsáma
 Dutijampi majam bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsáma
 Tatijampi majam bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsáma

(Ha egy személy kéri szerzetestől a saját nevében!)

Aham bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsámi
 Dutijampi aham bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsámi
 Tatijampi aham bhanté tiszaranéna szaha attha szíláni jácsámi

Tiszteletreméltó, kérjük (kérem) a háromszoros menedéket és a nyolc fogadalmat.

*Tiszteletreméltó, másodszor is kérjük (kérem) a háromszoros menedéket
 és a nyolc fogadalmat.*

*Tiszteletreméltó, harmadszor is kérjük (kérem) a háromszoros menedéket
 és a nyolc fogadalmat.*

(Három leborulás)

A HÁROMSZOROS MENEDÉK RECITÁCIÓJA

(Ismételjük háromszor, miután a tiszteletreméltó háromszor recitálta)

Namó tassza Bhagavató araható szammászambuddhassza

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

(Ismételjük soronként, miután a tiszteletreméltó recitálta)

Buddham szaranam gaccshámi

Menedékért fordulok a Buddhához,

Dhammam szaranam gaccshámi

menedékért fordulok a Dhammához,

Szangham szaranam gaccshámi

menedékért fordulok a Szanghához.

Dutijampi Buddham szaranam gaccshámi

Másodszor is menedékért fordulok a Buddhához,

dutijampi Dhammam szaranam gaccshámi

másodszor is menedékért fordulok a Dhammához,

dutijampi Szangham szaranam gaccshámi

másodszor is menedékért fordulok a Szanghához.

Tatijampi Buddham szaranam gaccshámi

Harmadszor is menedékért fordulok a Buddhához,

tatijampi Dhammam szaranam gaccshámi

harmadszor is menedékért fordulok a Dhammához,

tatijampi Szangham szaranam gaccshámi

harmadszor is menedékért fordulok a Szanghához.

(A tiszteletreméltó)

(Tiszarana-gamanam nitthitam)

(Ezzel a háromszoros menedék kérése teljes.)

(A hívek)

Áma bhanté

Igen, tiszteletreméltó.

(Ismételjük soronként, miután a tiszteletreméltó recitálta)

Pánátipátá véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom élőlények pusztításától.

Adinnádáná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom annak elvételeitől, amit nem nekem szántak.

Abrahmacsarijá véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom minden szándékos szexuális tevékenységtől.

Muszávadá véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a hamis beszédől.

Szurámérajá-maddzsa-pamádattháná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a gondatlansághoz vezető mámorító mérgektől.

Vikálabhódzsaná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a nem megfelelő időben való étkezéstől.

Nacsa-gíta-vádita-viszúkadasszaná-málá-gandha-vilépana-dhárana-
mandana-vibhúszanattháná-véramaní szikkhápadam számádjámi

*Megfogadom, hogy tartózkodom a szórakozástól, önmagam szépítésétől
és kényeztetésétől.*

Uccsászajana-mahászajaná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a magas és széles fekvőhely használatától.

(Ismételjük háromszor, miután a tiszteletreméltó egyszer recitálta)

Imáni attha szikkhápadáni szamádíjámi

Megfogadom e nyolc fogadalmat.

(A tiszteletreméltó)

(Imáni attha szikkhápadáni

Szíléna szugatim janti

Szíléna bhógaszampadá

Szíléna nibbutim janti

Taszmá szílam viszódhajé)

(Íme, a nyolc fogadalom.

Az erény jó útra juttat,

az erény jó szerencséhez juttat,

az erény kialváshoz juttat.

Legyen ezen erény megtisztított.)

(A hívek)

Szádhu, szádhu, szádhu

Úgy legyen, úgy legyen, úgy legyen.

(Három leborulás.)

(Három leborulás)

(Ha egy személy kéri szerzetestől egy csoport nevében!)

Majam bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsáma
 Dutijampi majam bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsáma
 Tatijampi majam bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsáma

(Ha egy személy kéri szerzetestől a saját nevében!)

Aham bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsámi
 Dutijampi aham bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsámi
 Tatijampi aham bhanté tiszaranéna szaha panycsa szíláni jácsámi

Tiszteletreméltó, kérjük (kérem) a háromszoros menedéket és az öt fogadalmat.

*Tiszteletreméltó, másodszor is kérjük (kérem) a háromszoros menedéket
 és az öt fogadalmat.*

*Tiszteletreméltó, harmadszor is kérjük (kérem) a háromszoros menedéket
 és az öt fogadalmat.*

(Három leborulás)

A HÁROMSZOROS MENEDÉK RECITÁCIÓJA

(Ismételjük háromszor, miután a tiszteletreméltó háromszor recitálta)

Namó tassza Bhagavató araható szammászambuddhassza
 Namó tassza Bhagavató araható szammászambuddhassza
 Namó tassza Bhagavató araható szammászambuddhassza

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

Tisztelet a méltóságos Magasztosnak, a saját erejéből tökéletesen megvilágosodottnak.

(Ismételjük soronként, miután a tiszteletreméltó recitálta)

Buddham szaranam gaccshámi

Menedékért fordulok a Buddhához,

Dhammam szaranam gaccshámi

menedékért fordulok a Dhammához,

Szangham szaranam gaccshámi

menedékért fordulok a Szanghához.

Dutijampi Buddham szaranam gaccshámi

Másodszor is menedékért fordulok a Buddhához,

dutijampi Dhammam szaranam gaccshámi

másodszor is menedékért fordulok a Dhammához,

dutijampi Szangham szaranam gaccshámi

másodszor is menedékért fordulok a Szanghához.

Tatijampi Buddham szaranam gaccshámi

Harmadszor is menedékért fordulok a Buddhához,

tatijampi Dhammam szaranam gaccshámi

harmadszor is menedékért fordulok a Dhammához,

tatijampi Szangham szaranam gaccshámi

harmadszor is menedékért fordulok a Szanghához.

(A tiszteletreméltó)

(Tiszarana-gamanam nitthitam)

(Ezzel a háromszoros menedék kérése teljes)

(A hívek)

Áma bhanté.

Igen, tiszteletreméltó.

(Ismételjük soronként, miután a tiszteletreméltó recitálta)

Pánátipatá véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom élőlények pusztításától.

Adinnádáná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom annak elvételétől, amit nem nekem szántak.

Kámészu miccshácsará véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a felelőtlen szexuális viselkedéstől.

Muszávadá véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a hamis beszédétől.

Szurámérajá-maddzsa-pamádattháná véramaní szikkhápadam számádjámi

Megfogadom, hogy tartózkodom a gondatlansághoz vezető mámorító mérgektől.

(A tiszteletreméltó)

(Imáni panycsa szikkhápadáni

Szíléna szugatim janti

Szíléna bhógaszampadá

Szíléna nibbutim janti

Taszmá szílam viszódhajé)

(Íme, az öt fogadalom.

Az erény jó útra juttat,

az erény jó szerencséhez juttat,

az erény kialakáshoz juttat.

Legyen ezen erény megtisztított.)

(A hívek)

Szádhu, szádhu, szádhu

Úgy legyen, úgy legyen, úgy legyen.

(Három leborulás)