

Nien Fo Boek

Het boek voor de diensten van de Amida school



Gravure van een Sanskriet dhāraṇī voor Amitābha Boeddha, geschreven in het Siddham geschrift. Mogao-grotten, Dunhuang, China

Amida School en Orde van Amida Boeddha

www.amidashu.org

Een verzameling van boeddhistische teksten. Niet voor wederverkoop.

Herzien in juli 2018

Nov 2015: nieuwe verwoording van de "Originele en Heilige Geloften"; nieuwe verwoording in Bevestiging van de Grote Geloften; Tai Shi Chi Gebed en Quan Shi Yin Sadhana toegevoegd; wekkende bel verzen en maaltijd verzen toegevoegd. Juli 2018: Grammaticale correcties en nieuwe versie van Prajnaparamita Sutra

DE SAMENVATTING VAN GELOOF EN PRAKTIJK

(Dharmavidya, geïnspireerd door Honen's Ichimai
Kishomon)

Voor zij die een karmische affiniteit met Amitabha Boeddha hebben, die een religieus leven willen leiden in een oprecht en eenvoudig geloof en die zich wensen te bevrijden van gesofisticeerdheid en gehechtheid aan alle vormen van spitsvondigheid, is de praktijk van Nien Fo, met lichaam, spraak en geest- de methode om zich open te stellen voor Amitabha's genade, inzonderheid door het uitspreken van "Namo Amida Bu". Dit wordt niet als een vorm van meditatie gedaan, noch is het gebaseerd op studie, begrip of wijsheid, noch als een openbaring van diepe betekenis. Er is inderdaad een diepe betekenis, want de nembutsu is een venster waardoor het hele universum van Boeddha's leer, in al zijn diepte, kan worden waargenomen, maar niets daarvan is noodzakelijk noch nuttig om in de beoefening te slagen. Dergelijke studie levert eerder bijkomstige vaardigheden op, die moeten worden onderscheiden van de eigenlijke geest van de beoefening.

De voornaamste beoefening vereist slechts één essentie: besef dat je een volledig dwaas wezen bent, dat niets begrijpt, maar dat met volledig vertrouwen "Namo Amida Bu" kan reciteren; weet dat dit de geboorte in het Zuiverland kan teweegbrengen, zelfs zonder goed te weten wat een geboorte in het Zuiverland juist betekent. Dit is de praktijk voor onwetende wezens en onwetendheid is essentieel voor de volbrenging ervan. Deze praktijk omvat automatisch de drie geestesgesteldheden en de geest van berouw als vierde. Iets diepgaander of verfijnder nastreven, of een theorie hebben, of denken dat begrijpen grotere verlichting zal teweegbrengen dan dit, is misleidend zijn en terugvallen op zelfkracht, waardoor de hele beoefening verknoeit is. Hoe wijs, geleerd of bekwaam je ook bent, zet dit opzij en wees helemaal het dwaze wezen bij het beoefenen van deze praktijk. Niets anders is vereist en al het andere is teveel. Geloof en praktijk zijn niet van elkaar te onderscheiden.

Het Boeddha-lichaam is afgebakend door de voorschriften. Wat zijn wij in vergelijking daarmee ontoereikend! Door onze dagelijkse moeilijkheden in het toepassen van de voorschriften, worden wij bewust van de aanwezigheid van onze talloze karmische hindernissen, zonder dewelke wij het land van liefde en gelukzaligheid reeds zouden ervaren en wij reeds als het gelofte-lichaam van Boeddha zouden zijn. Zo weten we uit ervaring dat we dwaze wezens met onberekenbare passies zijn. Het besef van onze toestand maakt deel uit van de essentiële basis wanneer het aanleiding geeft tot berouw. Zo worden alle obstakels belemmeringen voor het geloof, tenzij we berouw hebben en loslaten. Reddende genade, zoals duidelijk werd gemaakt in Shan Tao's droom en advies aan Tao Cho, komt alleen door de sange-mon (poort van berouw).

Als je de praktijk op deze eenvoudige manier kunt toepassen, zal Amida je ontvangen en hoef je voor niets te vrezen, omdat alles volledig verzekerd is. Als je in dit gevestigde geloof verblijft, kun je je secundaire vermogens, je kennis en vaardigheden en je opgebouwde ervaring gebruiken als instrumenten om alle levende wezens te helpen. Maar begin dan niet te denken dat daarmee iets van belang voor je eigen verlossing bereikt is, noch dat je iets van jezelf hebt gemaakt. Welke verdiensten je ook mag hebben door dergelijke acties, wijdt ze onmiddellijk en volledig aan het heil van anderen, zodat zij het Zuiverland mogen binnengaan en dat jijzelf niet gehinderd mag worden door bewustzijn van je eigen deugdelijkheid, wat alleen maar de beoefening zou bezoedelen. Zoals Honen zegt "Zonder betweterige uitstraling, reciteer vurig de Naam***".

HET GESCHRIFT VAN QUAN SHI YIN*

Mujinni Bodhisattva vroeg in versvorm,
" Edelachtbare, Waarom wordt de Heilige.
Grote Quan Shi Yin, aangesproken als
'Bezitter van alle Genade'?"

De Edelachtbare z'n antwoord kwam ook in
versvorm, "Luister maar naar het leven van
Quan Shi Yin.

Op de oproepen van ééniëder reageert ze;
van een oceanische diepte zijn haar heilige
geloften.

* Ontelbare Boeddha's heeft ze waarachtig
gediend gedurende vele eeuwen, buiten het
voorstellingsvermogen van de mens, en ze
heeft voor velen grote geloften van reinheid
afgelegd. Als mensen haar naam horen, en
haar vorm zien, En denken aan haar zonder
ijdelheid in hun hart, zullen alle vormen van
ziekte, in alle werelden, ophouden. Als een
kwaadwillige vijand, iemand in een
brandende put probeert te duwen, moge het
slachtoffer dan aan Quan Shi Yin's grote
kracht denken, - en wel meteen zal die
brandende put worden omgevormd tot een
koel en zilverkleurig meer. Als, drijvend in
het grote schuim van de oceaan, een man in
levensgevaar zou verkeren vanwege
monsterlijke vissen of kwaadaardige
wezens, moge hij dan alleen maar denken
aan Quan Shi Yin's grote kracht, en meteen
zal de zee alleen maar mededogen zijn. Als,
- een man wordt neergehaald van de top van
Sumeru, door de wrede hand van een vijand,
moge hij even denken aan Quan Shi Yin's
grote kracht en - net als de zon - zal hij
blijven zweven. Als, achtervolgd door
slechte mannen, - een man van een berg zou
neervallen, moge hij dan nogmaals denken
aan de kracht van Quan Shi Yin - en van
hem zal geen enkel haar gewond raken.

Als een man wordt omringd door vijanden,
allen met zwaarden in de hand, - en als hij
door hen wordt bedreigd, - moge hij dan
denken aan de grote kracht van Quan Shi
Yin, - en medeleven zal in hun hart
opwellen.

Als tirannen een man vervolgen - en staande
op de plaats van executie, moge hij enkel
maar denken aan Quan Shi Yin's grote
kracht, - en het zwaard van de beul zal
gebroken worden. Als een man, in boeien
geslagen, -en in de gevangenis zijnde,

- gewoon moge denken aan Quan Shi Yin's
grote heilige kracht, dan zal hij meteen bevrijd
zijn van de boeien. Wanneer giftige kruiden, -
of magie, schade aanrichten, Bedacht op de
kracht van Quan Shi Yin, - zal de vloek snel
worden teruggestuurd vanwaar hij kwam. Als
er schadelijke wezens, - kwaadaardige
wezens, zouden komen, zullen, als men
zachtjes verwijlt bij grote Quan Shi Yin's
kracht, - die kwaadaardige wezens
onmiddellijk uiteengedreven worden. Als
slangen en scorpioenen een man aanvallen, -
Kwaadaardige vergiften uitademend, die hem
verschroeien, Door zich op grote Quan Shi
Yin's heilige kracht te richten- zullen ze
worden afgewend, kreten van angst uitend.
Als de bliksem flitst en de donder rolt, -
wanneer hagelstenen slaan en regen in
stortbuien stroomt, zal, denkende aan de
kracht van Quan Shi Yin,- de hemel snel
ontruimd worden van de storm. Als, getroffen
door de boze hand van een wrede ramp - of
gemarteld door eindeloze pijn - een wezen
naar de zachte armen van Quan Shi Yin
vlucht, Zij, die wijs en vol met mystieke
kracht is, - zal hem redden van alle wereldse
rouw en zorg. Met alle wonderbaarlijke
krachten goed bedeed, En breed geschoold in
kennis van alle dingen, Aanwezig in de hele
wereld, en in alle uithoeken van de wereld, Er
is geen plaats waar Quan Yin niet naartoe
gaat. Hel, boze geesten, - beestachtige wezens,
- alle kwaadaardige manieren van leven, - alle
pijn die voortkomt uit geboorte, ouderdom,
ziekte en dood. Zal, voor de eeuwigheid,
allemaal voorbijgaan.

Grote Quan Shi Yin ziet de hele wereld in
waarheid, vrij van bezoedeling, liefdevol, alles
wetend, Vol medeleven; Er moet altijd tot haar
gebeden worden, - voor de eeuwigheid
aanbeden. Ze is een Licht, zuiver, vlekkeloos,
zoals de zon, Met wijsheid verjaagt ze de
duisternis en ondermijnt ze alle effecten van
wind en vuur; Haar alles verhelderende licht
vult de hele wereld. Als de donder het
universum doet schudden, bestuurt ze haar
liefdevolle lichaam, En haar gedachte aan
groot medeleven komt, - als een wolk waaruit
een regen van Dharma komt, als nectar, naar
beneden, - vernietigt alle vlammen van
kwaadaardige passies. Wanneer, bedreigd
door rechterlijke uitspraken of,

in een tentenkamp, - militairen een man onderdrukken, Laat hem enkel denken aan Quan Shi Yin's grote macht - en al zijn vijanden zullen worden verdreven.

* Ze is een heel voortreffelijke Spreker, - een Spreker die de hele wereld bestrijkt; De stem van Brahma, - Stem van de oceanen - Een die alle stemmen van de wereld goed tot hun recht laat uitkomen, Daarom moeten onze gedachten altijd bij haar verblijven. Laten we nooit gedachten van twijfel koesteren over de grote Quan Shi Yin. Die helemaal zuiver en heilig is en een ware toevlucht, -

* Beschermend in alle verdriet, - in moeilijkheden, dood, rampspoed. Ze bezit alle verdiensten, - bekijkt alle dingen met een medelevend oog en houdt - net als de oceaan - in zich een massa van deugden van onschatbare waarde, Daarom moet ze voor altijd aanbeden worden."

Toen stond Jiji Bosatsu op uit zijn stoel om voor de Boeddha te gaan staan, en zei aldus: "Eerbiedwaardige, - zij, die dit geschrift horen over Quan Shi Yin Bosatsu. Mogen inderdaad geen kleine hoeveelheid verdienste ontvangen, want hier wordt haar leven van perfecte actie beschreven. Dit is het leven van Iemand, - die overal verschijnt, helemaal begiftigd met krachten die allen wonderbaarlijk zijn."

Toen de Boeddha aldus klaar was met zijn voordracht in de zaal, Met dit grote geschrift, dat het leven en het werk van de Allerheiligste duidelijk maakt, Alle aanwezigen - een grote samenloop - in getale vier en tachtigduizend sterk, zullen dan, van ganser harte een diep verlangen koesteren.

Naar de Allerhoogste Verlichting waarmee Niets in het hele universum vergelijkbaar is.

*Wij offeren de verdiensten
van deze Schriftlezing op aan allen.
Zodat ze in staat zijn om de waarheid te bereiken.
De Allerhoogste en eindeloze zegeningen van
Samantabhadra's daden. We transfereren die nu
universeel. Moge elk levend wezen, wegzinkend en
stuurloos,
spoedig terugkeren naar het Land van het
Onbegrensde Licht.*

KANZEON NAMU BUTSU
YO BUTSU U IN
YO BUTSU U EN
BUP PO SO EN
JO RAKU GA JO
CHO NEN KANZEON
BO NEN KANZEON
NEN NEN JU SHIN KI
NEN NEN FU RI SHIN (X3)*

OFFER VERS

Van Tai Shih Chih's grote oceanische geest
Kwam een grote leraar voort, Shan Tao,
Ten behoeve van deze verloren zinkende wereld
Riep hij tien kwartalen Boeddha's op.

In de daaropvolgende eeuwen verscheen Shan Tao
terugkerend als Fa Chao, komend als Shao K'ang
toonde hij de rijkdom van het grote goede door
Boeddha's primaire intentie te vervullen.

Eindelijk vanuit het Oostelijke Land
Van Tai Shih Chih kwam er alweer
Een Heilige Wijze, Honen Shonin,
Om de Dharma ver en breed te verspreiden

We dragen de verdiensten van dit wierookoffer op
Aan alle boeddha's en bodhisattva's doorheen de
ruimte en de tijd

Moge het zo geurig zijn als de aarde zelf
Onze zorgvuldige inspanningen weerspiegelen
Onze bewustwording vanuit het hart
En moge de vrucht van begrip langzaam rijpen.
Mogen wij en alle wezens metgezellen zijn van de
Boeddha's en bodhisattva's.
Mogen we ontwaken uit de vergetelheid
En het Zuiverland realiseren.

OCHTENDGEBEDEN

Vers over Vergankelijkheid

(Door Shan Tao – in navolging van de Avatamsaka)

De tijd is vervlogen met de snelheid van het licht
Het is alweer ochtend
Vergankelijkheid stormt op ons af.
Mara volgt ons op de voet.
O, beoefenaars van de Weg,
Streef vol overgave! Bereik het Nirvana!

Voornemen

(Shan Tao – Majjhima Nikaya)

Zeldzaam is het de Dharma te ontmoeten, ultiem en diepzinnig,
Zelfs al zoeken we honderden en duizenden eeuwen,
Tot ons grote geluk, horen en ontvangen we de Dharma nu.
We hopen dat we de ware betekenis begrijpen van de Tathagata
Laat de gezegende de Dharma onderwijzen
Laat de Sublieme de Dharma onderwijzen.
Er zijn wezens met een weinig stof in hun ogen
Die hun leven verspillen door de Dharma niet te horen.
Er zullen wezens zijn die zullen begrijpen.
De Boeddha zei: voor hen zijn de deuren van de onsterfelijkheid open
Laat hen die oren hebben nu hun geloof tonen.

Toevluchten & Aanroeping

(Dharmavidya, in navolging van Shan Tao)

Boeddha's doorheen ruimte en tijd, Eerbiedig vereren wij u.
Dharma's tot het einde van de tijden, Eerbiedig vereren wij u.
Sangha's zo voorbeeldig, Eerbiedig vereren wij u.
Amida Boeddha, Allerhoogste, wees nu aanwezig op deze heilige plaats Zo bid ik U
Shakyamuni Boeddha, de Verlichtte, wees nu aanwezig op deze Heilige plaats, zo bid ik U
Tathagatas van alle werelden, wees nu aanwezig op deze Heilige plaats, zo bid ik U

GEBED VOOR ALLE LINEAGES*

Ik open mijn hart voor jou, Boeddha Shakyamuni. Toon me alsjeblieft de weg om door te gaan, Draai het wiel van de perfecte Dharma. En onthul de essentie van upaya.	Help ons de wereld te verrijken met offers En open het pad van de goedheid.
Ik open mijn hart voor jou, Boeddha Amida: Wanhoop er alstublieft niet over of ik naar je zou luisteren, Wacht op mij met uw grote geduld. En laat de uitstraling van het zuivere licht zien.	Ik open mijn hart voor jullie, allerhoogste discipelen: Sujata, vooraanstaand in vriendelijkheid, Upali, vooraanstaand in vinaya, Ambapali, vooraanstaand in het begrijpen van vergankelijkheid, Anuruddha, vooraanstaand in visie, Sona, vooraanstaand in de praktijk, Anatapindika, vooraanstaand in vrijgevigheid, Koningin Vaidehi, vooraanstaand in het zien van het Zuiverland, Rahula, vooraanstaand in goede daden, Kacchayana, vooraanstaand in verklaringen, Baddha, vooraanstaand in het leren van de Dharma, Subhuti, vooraanstaand in het doordringen van shunyata,
Ik open mijn hart voor jou, Quan Shi Yin Blijf alsjeblieft mijn hele leven bij me. Leid mij naar paden van vriendelijkheid. En toon me wegen van wijs mededogen.	
Ik open mijn hart voor jou, grote Samantabhadra. Kom alsjeblieft naar ons toe in tijden van duisternis.	

Sundarinanda, vooraanstaand in
gelijkmoedigheid, Purna, vooraanstaand in
onderricht; Patacara, vooraanstaand in het
inspireren van anderen, Moggallana,
vooraanstaand in de kracht van de geest, en alle
andere grote discipelen die de Sanghakaya
hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie goeroes van de
vroegste Dharma: Shariputra, Pajapati, Great
Kashyapa, Kind Ananda, Pindola, En alle
andere kostbare leraren, Die het pad van de
vrijheid hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Sarvastivada: Shanavasa, Madhyantika,
Upagupta, Buddhila, Boeddhadewa.
En alle andere kostbare leraren, Die het pad
van all-existence openbaarden.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Madhyamika: Eerwaarde Manjushri,
Nagarjuna, Chandrakirti, En alle andere
kostbare leraren,
Die de weg van de leegte hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Yogacara: Eerwaarde Maitreya, Edelachtbare
Asanga, Vasubandhu, En alle andere kostbare
leraren, Die het pad van de onmetelijkheid
hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Mantrayana: Yeshe Tsogyal, Padmasambhava,
Tilopa en Naropa en alle andere kostbare
leraren die het pad van Tantra hebben
geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Theravada: Eerwaarde Dasaka, Sonaka,
Moggaliputta, Boeddhadhosa, En alle andere
kostbare leraren, Die de weg van de zuivere
vorm hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
bodhisattvavada: Vimalakirti, Shantideva,
Eerwaarde Atisha, Jelui Chu Tsai, En alle
andere kostbare leraren, Die de bodhichitta
hebben onthuld.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
tathagatagarbha-vada: Koningin Srimala,
Gunabhadra, Tan Pin,
En alle andere kostbare leraren
Die de zuiverheid van natuur onderwezen.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Avatamsaka: Tu Shun, Chih Yen, Fa Zang
En alle andere kostbare leraren
Die de weg van inter-knowing hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de Lotuslijn:
Vertaler Kumarajiva, Hui Su, Chih Yi,
En alle andere kostbare leraren
Die de lotus samadhi hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de Dhyana
School: Bodhidharma, Pai Chang, Lin Chi, Eihei
Dogen, En alle andere kostbare leraren.
Die het pad van het innerlijk licht hebben geopenbaard.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de
Zuiverlandlijn:
Meester Tan Luan, Tao Cho, Shan Tao, en alle andere
kostbare leraren
Die de visie van harmonie hebben onthuld.

Ik open mijn hart voor jullie, goeroes van de late
transmissie: Soyen Shaku, Daisetzu Suzuki, Tri Quang,
Thubten Yeshe, Kyabje Kalu, Ambedkar, Ananda
Mettayya, Chogyam Trungpa, Achaan Chah, Nichidats'
Fuji'i, Xu Yun, T'ou T'o, T'ai Hsu, Yin Kuang, Houn
Jiyu, Gisho Saiko,
En alle andere kostbare leraren.
Die de kostbare Dharma hebben opgefrist.

Ik open mijn hart voor jullie, mijn vriendelijke dierbare
leraren, jullie die zorgen voor wie een ongecontroleerde
geest heeft, Ongetemd door alle vorige Boeddha's.
Alsof ze bevoorrechte discipelen zijn.

Schenk alstublieft uw inspirerende zegeningen, Aan
mijzelf en aan alle anderen,
Om snel alle perverse geesten te stoppen. Van gebrek
aan respect voor onze goede leraar tot de meest subtiele
vorm van grijpen.

Schenk alstublieft uw inspirerende zegeningen
Aan mijzelf en aan alle anderen.
Om snel zuivere geesten te genereren. Van respect voor
onze vriendelijke leraar tot de allerhoogste stralende
geest.

Schenk alstublieft uw inspirerende zegeningen.
Om alle obstructies van buitenaf en van binnenuit te
pacificeren.

Vanuit de harten van alle Heilige Wezens
stromen licht en amrita naar beneden en
schenken zegeningen die zuiveren.

BOEDDHA LIED

Aanroeping

Eer aan Shakyamuni Boeddha
Namo Buddhaya « * »
Eer aan Amitabha, Boeddha van het oneindige licht
Namo Amitabhaya « * »
Eer aan Tai Shih Chih, Bodhisattva van de kracht van Wijsheid
Namo Sthamaprapraya « * »
Eer aan Quan Shi Yin, Bodhisattva van groot Mededogen
Namo Avalokitaya « * »
Eer aan Manjushri, Bodhisattva van groot Begrip
Namo Manjushraya « * »
Eer aan Samantabhadra, Bodhisattva van grote Daden
Namo Samantabhadraya « * »
Eer aan Kshitigarbha, Bodhisattva van grote Gelofte
Namo Kshitigarbhaya « * »

Een leven zonder spijt

Je stralende gezicht,
Dat als een bergtop de eerste uitbarsting van het ochtendlicht opvangt
Heeft ontzagwekkende en
Ongeëvenaarde majesteit.
Ter vergelijking daarmee
Zijn de zon, de maan of de "mani" parel als zwarte inkt.
Tathagata, zo is je onvergelykbare gezicht.
De melodie van jouw verlichting vult de wereld
Zeldzaam en kostbaar zijn je voorschriften,
Onderricht, energie, meditatie,
Wijsheid en wonderbaarlijke deugdzaamheid.
De oceanische Dharma van alle Boeddha's
die je tot op de diepste diepten doorgrondt
Verdrijft de 3 vergiften uit het hart
Je bent als een leeuw:
Dapper en goddelijk zuiver.

Grote kracht! Diepe wijsheid!
Geweldig licht! Weerkaatsing!
Ik doe een smeekbede, om een Boeddha te mogen worden.
Gelijk aan jou, mijn Dharma koning,
Om alle wezens naar de andere oever te leiden
Zonder er ook maar één achter te laten.
De zes paramita's te kunnen vervolmaken
Met prajna aan het hoofd.
Moge ik een Boeddha worden:
Ik zou dit gebed volledig vervullen:
Aan iedereen zal ik grote vrede brengen.
Tot de talloze Boeddha's, als zandkorrels,
Breng ik mijn offers
En aarzel niet voor de beproevingen van de onvergelykbare Weg,

Krachtig, rechtlijnig en oprecht.
 Hoewel Boeddhalanden en wereldse rijken ontelbaar zijn als zand,
 Toch zal ik ze allemaal met licht vullen door de kracht van mijn aspiratie.
 Laat mij een Boeddha worden. en de vele wezens
 Zullen allen genieten van mijn oorspronkelijke Nirvana wereld.
 Door niet-onderscheidend mededogen
 Zal ik iedereen verlichten.
 Zij die hier herboren worden vanuit om het even welke plaats
 Zullen, in mijn land, lichter en vrolijker van hart worden,
 Gelukkig en op hun gemak.
 Oh jij Boeddha, wees getuige van mijn gelofte,
 Mijn ware aspiratie,
 Mijn gelofte tegenover jou afleggen
 Geeft me de kracht ze te vervullen.
 Boeddha's doorheen de ruimte en de tijd
 Van onbegrensde wijsheid
 Wees altijd getuige van de praktijk van mijn hart.
 Ongeacht de obstakels, de ontberingen,
 Blijft mijn praktijk bestaan
 Door alles heen,
 Zonder spijt.
 TAN BUTSU GE*

Bodhisattva gelofte

Ontelbaar zijn de levende wezens: we beloven ze allemaal te redden
Onuitputtelijk zijn illusoire passies: we beloven ze allemaal te transformeren
Onmeetbaar zijn de Dharma leringen: we beloven ze allemaal te beheersen
Oneindig is de Boeddha weg: we beloven hem volledig te volbrengen *

Toevluchten

Ik neem toevlucht in Amida, het ongehinderde licht
 Namō Amitabhaya
 Ik neem toevlucht in de Boeddha, degene die me de weg wijst in dit leven
 Namō Boeddhaya
 Ik neem toevlucht in de Dharma, de weg van begrip en liefde
 Namō Dharmaya
 Ik neem toevlucht in de Sangha, de gemeenschap die in harmonie en bewustzijn leeft
 Namō Sanghaya
 Ik neem toevlucht in het Zuiverland, het perfecte veld van verdienste
 Namō Boeddha-kshetraya

 Buddham saranam gacchami
 Dharmama saranam gacchami
 Sangham saranam gacchami *

Leefregels

Panatipata veramani sikkha-padam sama-diyami
 Adinnadana veramani sikkha-padam sama-diyami
 Kamesu micchacara veramani sikkha-padam sama-diyami
 Musavada veramani sikkha-padam sama-diyami
 Surameraya majja-pama-datthana veramani sikkha-padam sama-diyami *

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa
Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa
Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

Bhagavate Tathagataya
Arhate Samyak-sambuddhaya
Sugata Vidya carana samapanna
Lokavid Purusa damya sarathi
Anuttaraya Sasta deva manusyanam
Namo ratna trayaya Namo ratna trayaya *
Namo ratna trayaya Namo ratna trayaya *
Namo ratna trayaya * Namo ratna trayaya *

Namo Amitabhaya Tathagataya
Namo Amitabhaya (x3) ***

Viering van Amida's Geloften

De originele en heilige geloften
Zijn de unieke en essentiële genade
waardoor we het Zuiverland kunnen betreden.
Daarom, met lichaam, spraak en geest,
Zijn we toegewijd aan de leringen
Mogen allen de staat van
gelukzaligheid bereiken.

VERTALINGEN

Bhagavate	‘Wereldgeëerde’ (gezegende)
Arhate	‘Degene die het kwade heeft overwonnen’
Sugata	‘Vertrokken naar de gelukzaligheid’
Lokavid	‘Ziener van de werelden’
Anuttaraya	‘Aangekomen bij het allerhoogste’
Tathagataya	‘Vanuit zo’n wereld gekomen’
Samyak sambuddhaya	‘Geheel en volledig ontwaakt’
Vidya carana samapanna	‘Volmaakt in verlichting en gedrag’
Purusa damya sarathi	‘Mensentemmer’
Sasta deva manusyanam	‘Leraar van Goden en mensen’
Namo ratna trayaya	‘Hulde aan het drievoudige juweel’

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa
‘Ik aanroep de door de wereld geëerde, de volbrachte, de geheel en al ontwaakte’

BEVESTIGING VAN GROTE GELOFTEN*

Ik leg grote geloften af die onovertroffen zijn, zodat de hoogste waarheid kan worden gerealiseerd, mochten deze geloften niet worden nagekomen.
Dan zal ik geen perfecte verlichting bereikt hebben.
Mocht ik niet gedurende oneindig veel jaren heel groot zijn
noch licht geven
aan elkeen die redding nodig heeft,
Dan zal ik geen perfecte verlichting bereikt hebben.
Als ik de hoogste bodhi bereik
Zal in alle werelden mijn naam duidelijk te horen zijn.
Als er iemand is die het niet hoort,
zal ik geen perfecte verlichting verkregen hebben.
Afzien van hebzucht, diep geworteld in de juiste gedachte,
met zuivere wijsheid, zo zal ik verder gaan.
De weg naar de hoogste verlichting en een meester worden, |gids van de wereld.
Vanuit goddelijke kracht zal een groot licht stralen,
een licht dat de hele wereld verheldert.
Ik zal de duisternis van de drie illusies uitwissen
en degenen die lijden en wanhopen redden.
Ik zal het spirituele oog van wijsheid openen
en de duisternis van onwetendheid uitroeien.
Ik zal alle kwaadaardige paden sluiten
en alle wezens naar het goede leiden.
Als ik de hoogste verdiensten krijg
Zal mijn licht grenzeloos schijnen in alle richtingen,
zelfs de zon en de maan zullen de duisternis opzoeken
en de hemelse lichten zullen verduisterd zijn.
Laten we nu het Huis van de Dharma openbaren,
zodat we de Boeddha's |verdiensten kunnen delen.
Onder de mensen zal ik
de waarheid altijd uitleggen met een leeuwengebrul.
Ik zal alle Boeddha's dienen en prijzen.
Op hen berusten de deugden en verdiensten.
Als ik mijn wijsheid perfectioneer en mijn geloften afleg,
zal ik de |koning van de drie werelden worden.
De wijsheid van de Boeddha's is grenzeloos en vrij,
helder stralend zonder enkele afkeer noch weerstand.
Ik bid dat mijn kracht van wijsheid mag schijnen zoals de uwe,
Oh Boeddha, |de verhevene.
Wanneer deze geloften worden vervuld
zal het hele universum sidderen en zich verheugen
De hemel zal prachtige bloemen, hemelse lotusbloesems
in volle bloei verspreiden.*

EIHEI KOSO HOTSUGAN MON

We beloven met alle wezens, vanuit dit leven doorheen ontelbare levens, de ware Dharma te horen; dat bij het horen ervan geen twijfel in ons zal ontstaan, noch enig gebrek aan geloof zullen hebben; dat door deze ontmoeting we afstand zullen doen van wereldse zaken en de Boeddhadharma zullen volgen; en dat, door dit te doen, de grote Aarde en alle levende wezens de Boeddha-weg zullen bereiken.

Al heeft ons oude kwaadaardige karma zich enorm opgehoopt en is het inderdaad de oorzaak en voorwaarde van obstakels bij het beoefenen van de weg, mogen desondanks alle Boeddha's en voorouders die de Boeddha-weg hebben bereikt, mededogend zijn tegenover ons en ons bevrijden van karmische effecten, zodat we de weg zonder hindernissen kunnen beoefenen.

Mogen zij hun mededogen met ons delen, waardoor het grenzeloze universum wordt gevuld met de deugd van hun verlichting en hun leer. Boeddha's en voorouders van vroeger waren zoals wij nu; wij zullen in de toekomst Boeddha's en voorouders zijn. Als boeddha's en voorouders zijn we één Boeddha en één voorouder; als ontluikende bodhi-geest zijn we één bodhi-geest. Omdat zij ons hun mededogen vrij en ongelimiteerd schenken, zijn wij in staat om het Boeddhaschap te bereiken en het streven los te laten. Daarom zei Dhyana Meester Lung-ya:

Degenen die in vorige levens niet verlicht waren, zullen nu verlicht zijn.

Redt in dit leven, het lichaam dat de vrucht is van vele levens.

Voordat Boeddha's werden verlicht, waren ze hetzelfde als wij.

Verlichte mensen van nu zijn precies zoals die van vroeger.

Onderzoek in alle rust de verste reikwijdten van deze oorzaken en condities, want deze praktijk is de exacte overdracht van een geverifieerde Boeddha. Door op deze manier te biechten en berouw te tonen, faalt men nooit in het ontvangen van diepgaande hulp van alle Boeddha's en voorouders. Met het onthullen en bekendmaken van ons gebrek aan geloof en beoefening ten aanzien van de Boeddha, smelt de wortel van onze misstappen weg, door de kracht van onze bekentenis en ons berouw. Dit is de zuivere en eenvoudige smaak van de ware beoefening, van de ware geest van geloof, van het ware lichaam van geloof.

Sukhavati Gebed

A - mi - da

Amitabha schitterend in de westelijke hemel
Een grote pracht van rood, goud en zilver licht.
Geweldig, stralend, glimlachend,
de Boeddha bevindt zich temidden van een grote
verzameling van hemelse wezens.

Aan zijn rechterzijde, schijnend als het licht van de
maan, Quan Shi Yin en al haar aanhangers.
Aan zijn linkerzijde manifesteert zich de
scheppingskracht Tai Shi Chih en in zijn voetspoor
zulke wonderbaarlijke werelden.

Paviljoenen en tuinen wonderlijk om te zien
Glanzend diamanten licht als het fijnste goud.
Sukhavati is de naam van uw verblijfplaats.
Ver, ver voorbij de ondergaande zon.

Van zodra dit korte leven terug voorbij is.

Laat me meteen daar geboren worden.

Rechtstreeks gedragen door de kracht van het
geloof in dat licht.

Dat geen enkele andere bardostaat nog tussenbeide
komt.

Daar is het lachende gezicht van Amida te zien.

En mijn ontelbare Dharma-vrienden.

Ik bid dat dit gebed mag worden verhoord.

En dat de zegeningen zich mogen verspreiden.

TADYATHA PANCHENDRIYA AVABODHANI SVAHA* * *

NAMIDDAG DIENST

Een leven zonder spijt

Celebrant komt binnen

Prostraties

Na-man-da-bu (x10)

Toevluchten en leefregels

<i>Voor toevlucht, ga ik naar Amida</i>	Namo Amitabhaya
<i>Voor toevlucht, ga ik naar de Boeddha</i>	Namo Buddhaya
<i>Voor toevlucht, ga ik naar de Dharma</i>	Namo Dharmaya
<i>Voor toevlucht, ga ik naar de Sangha</i>	Namo Sanghaya
<i>Voor toevlucht, ga ik naar het Zuiverland</i>	Namo Buddhakshetraya

<i>Met geloof in de drie juwelen</i>	Bid ik, dat ik geen leven zal nemen
<i>Met geloof in de drie juwelen</i>	Bid ik, dat ik niet zal stelen
<i>Met geloof in de drie juwelen</i>	Bid ik, dat ik niet in seksueel wangedrag zal vervallen
<i>Met geloof in de drie juwelen</i>	Bid ik, dat ik niet zal vervallen in verkeerde spraak
<i>Met geloof in de drie juwelen</i>	Bid ik, dat ik intoxicatie zal vermijden

Vers over Vergankelijkheid

(volgens Shan Tao)

Helaas, mensen die zich druk bezighouden met seculiere zaken,
Letten er niet op dat het leven afneemt, dag na dag, nacht na nacht,
zoals een lamp in de wind - hoe lang kan het duren?
In de zes rijken van het uitgestrekte Samsara is er geen vaste verblijfplaats.
Tot we geëmancipeerd zijn uit de zee van de ellende,
Hoe kunnen we in vrede rusten? Moeten we niet bang zijn?
Laten we, terwijl we nog jong en sterk zijn, allemaal de Dharma aanhoren;
laten we naarstig streven en ijverig het pad naar de Eeuwigheid zoeken.

* Namō Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

(x3) Wandelende Nembutsu

Ippen's Hymne

Meditatie

Dharma Talk

Hymne

Wierook Offer & Exit

IPPEN'S HYMNE

Zoek in jezelf,
doch schuim op de stroming
verdwijnt snel.
Zie niets blijft er over.

Denk na over je leven,
een glimp van de maan.
Met elke vluchtige ademtocht
Valt alles weg.

Menselijke en goddelijke sferen
Koesteren en zoeken we
Hoewel we van zulke vormen houden
Kan niemand ze vasthouden.

De pijn van de hel
Alle lagere sferen
Hoewel we ze allemaal haten
grijpen we ze telkens opnieuw.

Van ver in het verleden
Tot op heden
Blijven de dingen waar we naar verlangen
buiten bereik.

Sommigen zullen misschien
De twee Dharma-poorten begrijpen
Maar de oude geest blijft verdraaien
En de waarheid ondermijnen.

Die verwarringen
Gooi ze allemaal weg
En met een waarachtig hart
Aanroep Amida.

Adem na adem
Amida Boeddha
Namo Amida
Het einde van de valse gedachten

Datzelfde moment
Van perfecte gelukzaligheid
Zal Amida komen
Met de aardige Quan Shi Yin.

Hun handen reiken ze uit
In verwelkomende vreugde
Als we ons alleen maar toevertrouwen
Trekken ze ons wel mee.

* * *

NAGARJUNA'S HYMNE

De Boeddha van het Licht van Wijsheid

Dat mateloos straalt,
Een lichaam van puur goud,
Een berg met de allerhoogste waarde,
Ik vereer hem met heel mijn hart,
Met mijn spraak, lichaam en geest,
Mijn handen samengevouwen in anjali
En buig diep voor hem.

Wie er ook aan hem denkt,

De Boeddha van alle goedheid,
Hij wiens verdienste zonder smet is,
Hij wiens deugd van zo'n kracht is,
Zal meteen in het stadium zijn,
Waarvan geen terugkeer is.
Daarom ben ik altijd blij,
Mijn gedachten te richten op zijn genade.

Degenen die in zijn land geboren zijn

Zijn bevrijd van alle gehechtheid;
Ze denken niet aan zichzelf,
Zijn niet geobsedeerd door wat er van hen is.
Zonder onderscheid
Zijn hun geesten.
Daarom zal ik hem vereren,
Mijn lichaam gebogen naar de aarde.

Als je een Boeddha wilt zijn,

Aspirerend met heel je hart,
Wend je dan tot Amitabha,
Nodig hem uit in je leven,
Want dan zal hij onmiddellijk
Verschijnen als je gids,
Daarom moet je geen tijd verspillen
Voordat je deze toevlucht neemt.

Het streven om iets goeds van jezelf te maken.

Een lotus paleis kan je wel maken,
Maar die lotus zal gesloten blijven,
Als die van het geloof is afgesneden,
Want goedheid gemaakt door het zelf,
Heeft niet de kracht om te bloeien.
Daarom opent een lotus zich door het geloof.
Als je de Boeddha kent

Elke Boeddha

Zingt Amida Boeddha's lof
Dit om ontelbare redenen,
Daarom zal ik ook ik hem prijzen.
Hij is de meest geëerde
In de hemel en op aarde;
Zelfs de goden buigen hun kronen,
Daarom zoek ik zijn toevlucht.

De boot van het achtvoudige pad

Hij vaart over deze ruwe zee;
Hij heeft die zelf overgestoken,
Nu draagt hij ons over.
Ik plaats mezelf in zijn kracht.
In eenvoudige toewijding,
Vertrouwend op zijn liefde
Een ongehinderde overtocht maken.

Wat voor verdienste ik ook heb

De erfenis van vorige levens,
Of die gemaakt in dit bestaan,
Uit daden, goed geluk of geloof,
Ik zou zeker alles weggeven,
Om me bij deze verlichte aan te sluiten.
Wiens aanwezigheid iedereen verzekert,
Van pure hartelijkheid zonder einde.

Er is geen verdienstelijke werking

Groter dan deze daad van geloof.
Ongeëvenaard is die in de hele wereld.
Dus nu laat ik het allemaal los,
Zodat deze daad van verering,
Kan worden gedeeld door alle wezens.
Allemaal zonder onderscheid,
Mogen ze genieten van zijn grote liefde.

* * *

AVONDDIENST

Samantabhadra's geloftegebed

(Gyatso, volgens Tibetaanse traditie)

Met lichaam, spraak en geest, kniel ik neer in alle nederigheid,
En breng offergaven zowel actief uitgevoerd als in gedachten.

Ik biecht mijn verkeerde daden van alle tijden op,
En verheug me in de deugden van éénieder
Blijf bij ons tot het einde van Samsara,
En draai het wiel van de Dharma voor ons.
Ik draag alle deugden op aan de grote verlichting.

Het offeren van de Mandala

De grond besprenkeld met geuren en bestrooid met bloemen
De grote berg, de vier landen, de zon en de maan,
Gezien als een Boeddha-land en zo geofferd,
Mogen alle wezens genieten van zulke Zuivere Landen.
Idem Guru Ratna Mandalakam Niryatayami

Inspiratie door Genade

Door de genade die ik ontvang
Dankzij Amitabha's geloften
Moge ik worden bewogen tot daden
Voor het welzijn van iedereen (x3)

Acht verzen over de praktijk

(Dharmavidya)

Het doel van onze praktijk
Is een zuivere container te zijn
Waarin de gewone passies
Rijpen tot hogere wijsheid

De voorlopige inzichten
Komen door te buigen en door berouw.
Mijn weerstand in de ogen kijkend
Ontwikkel ik een begrip van de eerste essentie van het leven

Toewijding aan mijn leraar
Beëindigt mijn zelfvoldaanheid en neerslachtigheid.
Vastgehouden door zijn mededogen
Zal ik een rechte weg vinden.

Door middel van de geloften en de voorschriften,
Het reciteren van de soetra's,
Groei ik doorheen elke uitdaging
In bodhisattva aspiratie.

Samenwerking in een sangha
Brengt zoveel vreugde en vrijheden
Door vriendelijke woorden en gebaren
Komt collectieve transformatie.

Gevestigd geloof en innerlijke reiniging
Brengt ons thuis in de diepere zin van het leven.
In de vier goddelijke verblijfsplaatsen
Is Boeddha's licht altijd bij ons.

De massa's zijn ontredderd
Door vergankelijkheid en geschil.
Met de Dharma als ware toevlucht
Verblijven we in het Zuiverland.

Dankbaarheid is nu overweldigend,
Hij gaat en komt rijker terug,
Ik offer Dharma-gaven
Boeddha's pad veroorzaakt gelukzaligheid*

Bodhisattva gelofte

Ontelbaar zijn de levende wezens: we beloven ze allemaal te redden
Onuitputtelijk zijn illusoire passies: we beloven ze allemaal te transformeren
Onmeetbaar zijn de Dharma leringen: we beloven ze allemaal te beheersen
Oneindig is de Boeddha weg: we beloven hem volledig te volbrengen *

VESPERS

(Kennett, volgens de Soto Zen-traditie)

Aanroeping van Achala-natha
Heil aan de mandala
Laten we zo worden opgeslokt in zijn lof alsmaar meer en meer
Dat we door onze eigen wil en waakzaamheid
Onze boeien mogen lossnijden
Mogen we de tempel van ons hart bewonen
Te midden van de ontelbare bergen
Heil! Heil! Heil!

Aanroeping van Maha Kala
Laten we ons onderdompelen in de Mandala van de Sangha van Boeddha - Heil!
De pijn der leegte
Heil!

Aanroeping van Vairochana Boeddha
Gegroet - De genadige mysticus
De parel
Heil!

De Gouden Bel klinkt slechts één keer.
Vrede op het kussen
Makura OM
Makura OM
Makura OM*

SANDOKAI*

EENHEID EN VERSCHIEDENHEID GAAN IN ELKAAR OP

Het wezen van Indiaas grote Wijze
is vertrouwelijk van mens tot mens overgedragen van west naar oost.
Mensen zijn scherp en traag van begrip,
maar de Weg kent geen onderscheid tussen meesters uit het Noorden of het Zuiden.
De bron van de geest kan gekend worden in het licht van gewaarzijn,
en verspreidt zich onherkenbaar in alle verschijningsvormen.
Vasthouden aan wat voorbij gaat is dwaling,
maar in de leegte van de dingen opgaan is nog geen verlichting.
Alle waarneembare dingen zijn wederzijds afhankelijk en onderling verweven,
en staan toch in unieke eigenheid op zichzelf.
In samenkomen transformeren ze,
anders behouden ze ieder hun eigen plek.
Zodra er vorm verschijnt – heb je variatie in beeld en materiaal;
en is er geluid – dan is het fijn of onplezierig.
‘Duisternis’ is een woord voor waar verschillen er niet toe doen,
in het licht van gewaarzijn kan helder worden onderscheiden.
De vier elementen van lichamelijk bestaan
vallen steeds uiteen en komen voortdurend samen,
net als een kind terugkeert naar zijn moeder.
Vuur verwarmt, wind beweegt, water maakt nat en aarde klontert samen.
Ogen zien vormen, oren horen geluiden, de neus ruikt geuren en de tong
onderscheidt zure en zoute smaak.
Aldus verschijnt elk en iedere ervaring,
net zoals bladeren ontspruiten – afhankelijk van de wortels.
Leegte en vorm delen dezelfde essentie,
‘spiritueel’ en ‘alledaags’, – alles spreekt de Dharma.
In licht is er duisternis,
maar zie de duisternis niet als strijdig aan het licht.
In duisternis is er licht,
maar beschouw ook het licht niet als strijdig aan de duisternis.
Licht en duisternis werken als een paar,
net als de twee voeten bij het lopen.
Alle dingen hebben van zichzelf grote waarde,
en verhouden zich tot al het andere in hun functie en plaats.
Ze gaan samen met de bron,
zoals een deksel op een doos past.
De bron stemt overeen met alle verschijningsvormen,
zoals twee pijlen elkaar treffen in de lucht.
Wanneer je deze woorden hoort, begrijp waar naar ze wijzen,
en maak ze niet tot eigen maatstaf.
Als je de Weg niet kent door direct zintuiglijk ervaren,
hoe kan je dan weten waar het pad ligt om te lopen?
Voortgaand op de Weg laat ‘ver’ en ‘dichtbij’ vervagen,
verwarring creëert de bergen en rivieren die je weg versperren.
Dit is mijn advies aan wie zoekt naar diepe waarheid:
verspil geen tijd!

.*

HET SAMADHI VAN DE KOSTBARE SPIEGEL*

Zo is de Dharma die de Boeddha en de patriarchen op intieme wijze overgedragen hebben.

Nu je hem ontvangen hebt, smee ik je: bescherm hem goed.

Als een zilveren schotel gevuld met sneeuw.

Als een reiger verborgen in het maanlicht.

Ze lijken op elkaar, maar zijn niet identiek.

Als je ze nadert, duiken hun verschillen op.

De betekenis schuilt niet in woorden,
maar toont zich op het beslissende moment.

Als je woorden volgt, trap je in de val,
als je ze verwaarloost, verzand je in twijfel,

Woorden afwijzen en je eraan hechten zijn fouten,
want dit is als een vuurbol, nuttig maar gevaarlijk.

Als je dit beschrijft met een opgesmukte taal, bezoedel je dit.

Midden in de nacht is dit helemaal licht, in het daglicht is dit verborgen.

Dit is de wet die alle dingen beregelt,
gebruik het om alle lijden te ontwortelen.

Dit wordt dan wel niet gefabriceerd, maar het overstijgt daarom nog niet onze woorden.

Net zoals voor een kostbare spiegel: vorm en weerspiegeling bekijken elkaar.

Jij bent niet dit, maar dit is jou wel.

Dit is als een pasgeboren baby, voorzien van de vijf zintuigen.

Ze gaan niet en komen niet, ze komen niet en blijven niet.

Ze zeggen: 'Baba wawa'. Zegt dit dan iets of niet?

Uiteindelijk niet, want hun woorden zijn nog niet juist, omdat hun taal niet juist is.

De zes lijnen van het hexagram 'vuur' doen het wederzijdse spel buigen.

Nochtans resulteert de oorzaak van de vestiging van de drie in vijf.

Zoals de vijf smaken van de chissoplant.

Zoals een diamanten scepter.

Harmonieus verenigd in het midden, komen trommel en zang samen aan.

De bron binnendringen en de weg opgaan, het landschap omvatten en de weg waarderen.

Respecteer dit en verwaarloos het niet.

Natuurlijk en subtiel is dit geen onwetendheid of ontwaken.

Te midden van de oorzaken en omstandigheden is dit sereen en verlichtend.

Dit is zo zuiver dat het binnendringt waar geen ruimte is,

dit is zo weids dat het elke dimensie overstijgt.

Als je er nog maar een haarbreedte van afwijkt, ben je niet langer in harmonie.

Nu bestaat er een onmiddellijk en een geleidelijk onderricht,

waarin de onderrichtingen en de benaderingswijzen verschillen.

Als ze verschillen, heeft elk zijn normen.

Maar of die onderrichtingen en benaderingen beheerst worden of niet
de realiteit blijft stromen.

Buiten kalmte en binnen opwinding, is als een paard in de knel of een rat in de val.

De oude wijzen hadden mededogen voor hen en boden hen de Dharma aan.

Onder invloed van hun verkeerde beelden zagen ze wit voor zwart aan.

Als die verkeerde denkbeelden ophouden,
verwezenlijken ze de geest die vanzelf harmonieert.

Als je de oude weg wilt volgen, observeer dan alsjeblieft de wijzen van vroeger.

Wie op het punt staat om de weg van de Boeddha te verwezenlijken
heeft de boom al tien kosmische cycli aanschouwt.

Het is zoals de blessure van een tijger, of het manken van een paard:

omdat mensen denken dat het hen aan iets ontbreekt, zoeken ze rijkdom en prestige op.
Anderen, met een ruime visie, beseffen dat ze als een bruine en een witte os zijn.
Een meester-boogschutter kan door zijn grote techniek
het doel zelfs op honderd meter raken.
Maar als een pijl en een speer elkaar in volle vlucht raken,
kan dit toch geen zaak van behendigheid meer zijn?
De houten man zingt, de stenen vrouw staat op en danst.
Dit komt niet voort uit gewaarwordingen of bewustzijn,
hoe zou dit iets te maken kunnen hebben met onderscheid?
Ministers dienen de koning, kinderen gehoorzamen hun ouders.
Niet gehoorzamen gaat in tegen de filiale plicht, niet volgen is geen echte minister zijn.
Verberg je beoefening, ga discreet te werk, verschijn maar als een dwaas of een idioot.
Zo blijven voortdoen wordt de meester van de meesters genoemd.

* * *

TAI SHIH CHIH GEBED

1. Aan de westelijke hemel is er de prachtige
zonnenschijf
Aan de andere kant zijn er wolkenbanden
De oorspronkelijke aard is donker en licht
En ik zelf ben ten prooi gevallen aan ziekte.
Tai Shih Chih help me nu

2. De Dharma kan worden samengevat
Als het goede en de zuiverheid van hart.
Maar ik heb nooit alles beheerst.
De voorschriften noch samadhis.
Tai Shih Chih help me nu.

3. De Grote Wijze heeft drie wegen
uiteengezet.
Twee zijn onwaardig, één is waarachtig,
Een dwaas wezen zoals ik.
Mag het middelste pad volgen
Tai Shih Chih help me nu

4. Een groot geluk zal ons toekomen.
Als we voorbij kunnen gaan aan
zelfingenomenheid.
En meer aan anderen denken dan aan onszelf
Vertrouwen in de Tathagata
Tai Shih Chih help me nu

5. In mijn hart is de verbittering.
Als modder in een diepe poel.
Ik bid dat de zon opkomt over de somberheid
En nu een lotus zal openen.
Tai Shih Chih help me nu.

6. De oorspronkelijke geest kennen
Is de duisternis beter kennen dan het licht.
Het licht zal zijn eigen goede werk doen
Als we er maar op vertrouwen
Tai Shih Chih help me nu.

7. Als ik in je droevige ogen kijk
En de schade zie die mijn daden hebben aangericht.
Wat is het dat ik wou beschermen
Ter verdediging van mezelf?
Tai Shih Chih help me nu.

8. Het ego is onverzadigbaar
Zijn scherpe tanden kleven hardnekkig vast
Oh, dat hij snel vrede mag vinden.
Moge tederheid me omhullen.
Tai Shih Chih help me nu

9. Al het kwaad dat ik heb gedaan.
Wordt middels drie vergiften in gang gezet
Ze kunnen niet beginnen noch ophouden.
Ik ben er niet trots op.
Tai Shih Chih help me nu.

10. Mijn lichaam, spraak en geest zijn zwak
De omstandigheden veranderen
en hetzelfde geldt voor mij.
Ik ween voor al het leed dat ik heb aangericht.
En nu is mijn hart verlicht.
Tai Shih Chih help me nu

11. Ik zie dat mijn geest het verkeerde doet.
Mijn ogen zijn open voor de waarheid
Ik ben niet langer mijn eigen pleitbezorger
Mag ik nu toevlucht vinden.
Tai Shih Chih help me nu.

12. Door mijn eigen kracht ben ik verraden
Door Boeddha's kracht ben ik verlost.
De glorie van de wolken in de hoogte.
Komt van de verborgen zon daarachter.
Tai Shih Chih help me nu.

LITANIE VAN QUAN SHI YIN

(P.T.N. H.J. Kennett – aangepast door Brazier/Johnson)

Grote en vriendelijke Quan Shi Yin, geef ons de genade om u te kennen en om u te herkennen, in welke vorm dan ook, op straat, in de winkels, in ons werk, in onze vrije tijd.

Geef ons de moed om u te herkennen in plezier en in pijn, in geluk en ongeluk; Geef ons de wijsheid om U te herkennen in al uw ontelbare vormen, niet alleen die welke wij willen zien; Geef ons mededogen om diegenen te begrijpen die in de greep zijn van waanideeën, vooroordelen en onverdraagzaamheid; Geef hen de kracht om de geest van de Dharma te kennen, niet alleen het vermogen om regels en geschriften te lezen;

Geef ons de wijsheid om te beseffen dat wat de christelijke kerken onderwijzen ook al duizenden jaren door de Boeddha's wordt onderwezen;

Geef ons de wijsheid om de soefi's bij de hand te nemen en in hun dansen de vreugde van de meditatie te herkennen; Geef ons het inzicht dat de Joodse feesten door de Boeddha's worden gevierd; Leer de mensen begrijpen dat vrede in de wereld alleen kan worden bereikt als we diep in ons hart vrede met elkaar sluiten; Leer ons begrijpen dat wij allen verantwoordelijk zijn voor de conflicten die de wereld verscheuren, vanwege de hebzucht en het conflict in ons eigen hart; Leer ons onszelf onder ogen te zien zoals we werkelijk zijn door in al je verschijningsvormen, ons je spiegel voor te houden.

Leer ons dat alle wezens, van welke kleur, religie of soort ze ook mogen zijn, allen evenveel geliefd zijn door de Boeddha's; Leer ons dankbaar te zijn voor de levenloze objecten die zich voor beschikbaar stellen om door ons te worden gebruikt;

Leer ons dat we niet het recht hebben om te verwachten dat bomen en planten zich aan ons geven zonder dat we onze dankbaarheid uiten;

Geef ons het mededogen om het lot van de dieren te verbeteren en af te zien van hun exploitatie;

Leer ouders dat hun kinderen het recht hebben op respect, aandacht, liefde en de erkenning van hun mening;

Leer kinderen dat er naar de woorden van hun ouders moet worden geluisterd en dat er serieus over moet worden nagedacht; Verschijn op de televisieschermen en in de theaters en toon ons de gevaren van drugsverslaving en het kwaad van de misdaad, dat we daarvan mogen worden bespaard;

Help ons te beseffen dat alle levende wezens dezelfde fundamentele angsten, hoop, liefde, verlangen, honger en dorst hebben; dat ze alleen maar doen alsof ze die niet hebben uit angst voor de samenleving;

Leer ons door de omstandigheden en de waarheid niet tot lafaards te worden gemaakt;

Leer ons dat een boos persoon een bang persoon is. Help ons om vrienden te zijn voor de eenzamen; Geef ons de blik van je duizend ogen om te zien waar hulp nodig is en geef ons de kracht van je duizend armen om die hulp te geven;

Leer ons niet te kijken naar de fouten van anderen, maar naar die van onszelf;

Leer alle boeddhisten dat het beter is om in harmonie met elkaar te leven dan te ruziën en te vechten over leer en dogma; Leer degenen die anderen belasteren, vervloeken en vernederen dat de enige persoon die daardoor gekwetst wordt, zij zelf zijn, want alle vervloekingen komen volgens de wet van karma terug op de hoofden van degenen die ze uiten;

Leer degenen die belasterd worden, mededogen te hebben met degenen die ongelukkig en misleid zijn en die zulke scheldwoorden uiten;

Leer ons dat, in het hele universum, de enige echte vijanden angst en waangelooft zijn;

Geef degenen die anderen willen
 controleren de moed om zichzelf en hun
 verlangen naar macht onder ogen te zien;
 Geef ons de moed om in de grote spiegel
 te kijken die alle levende wezens en
 levenloze voorwerpen ons voorhouden en
 onszelf te zien zoals we werkelijk zijn;
 Geef ons de intelligentie om iets aan die
 reflectie te doen;
 Leer ons dat de Boeddha's en voorouders
 geen enkele schade overkomt door ons
 leven op een natuurlijke manier te leiden;
 Leer ons te beseffen dat een verlicht
 persoon een heel persoon is, ongehinderd
 door de opvattingen van anderen;
 Leer ons te houden van de blauwe hemel,
 de zon, de regen, de sneeuw en de stormen

die de natuur stuurt; geef ons de wijsheid
 om de kans te benutten van de
 voortdurende training die ze ons bieden;
 Schenk ons dat we in de winter van ons
 leven zonder al te veel spijt terug mogen
 kijken over de jaren;
 Help ons om werkelijk datgene onder ogen
 te zien wat de dood heet, dat we goden en
 engelen kunnen zien op het moment van
 de dood en geen opgetogenheid voelen;
 dat we door duivels en demonen mogen
 worden aangevallen en geen angst voelen,
 maar het oneindige licht in geloof en
 eenvoud ontmoeten, dan kennen we de
 ware vrijheid.
 Op deze manier leven we in uw eeuwige
 genade.

Namo Quan Shi Yin Bosat

PRAJNAPARAMITA HRIDAYA SUTRA

aryavalokitesvara bodhisattva gambhīram prajna-paramita caryam caramano
 vyavalokayati sma: panca-skandha assata sca svabhava sunyam pasyati sma
 iha sariputra, rupam sunyam, sunyata iva rupam
 rupan na vr̥tta sunyata sunyataya na vr̥tta sa rupam, yad rupam sa sunyata, yad sunyata sa
 rupam
 evam eva vedana-samj̥na-samskara-vij̥nanam
 iha sariputra sarva-dharma sunyata-laksana, anutpanna aniruddha, amala avimala, anuna
 aparipurna.
 tasmāt sariputra sunyatayam na rupam, na vedana, na samj̥na, na samskara, na vij̥nanam
 na caksuh-srotam-ghrana-jihva-kaya manasa. na rupa-sabda-gandha-rasa-sparstavya-dharma.
 na caksur-dhatu yavat na manovij̥nana-dhatu
 na-avidya na-avidya-ksayo, yavat na jara-maranam na jara-marana-ksayo. na dukkha-
 samudaya-nirdoha-marga.
 na jnanam, na prapti, na abhisamaya
 tasmāc na prapti tva bodhisattvanam prajna-paramitam asritya viharatya citta avarana,
 citta avarana na sthitva na trasto, viparyasa-ati-kranto nistha-nirvanam
 tryadhva vyavasthitah sarva buddhah prajna-paramitam asritya anuttara samyak-sambodhim
 abdhī-sambuddhah
 tasmaj̥ jnanavyam prajna-paramita maha mantra, mahavidya mantra,
 anuttara mantra asama samati mantra
 sarva dukkha prasamana satyam amithyatva.
 prajna-paramita mukha mantra. tadyatha:

OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA!

QUAN SHI YIN SADHANA

Toevlucht

Sanje cho dang tsuji cho nam la
Chang chup bardu dani chapsu chi
Dagi gomde jipay sonam ji
Drola penchir sanje drup par sho (x3)

Visie ontwikkelen

Ik zie alle wezens gekroond met lotussen
Stralend door het maanlicht
Omhuld door het geluid van HRIH
Ik zie Quan Shi Yin, subliem en helder,
Vijfkleurig licht stralend.
Lachend en met zachte zorg kijkend
Met één hand schenkt ze haar kruik van goedheid
Met de andere draagt ze een hemelse bloem
Op de achtergrond van haar gestalte zie ik zacht maanlicht
Dat vult de volledige ruimte erboven en eromheen
Zij is de wezenlijke bron van toevlucht
Een voorbeeld voor ons allemaal.

Aanroeping

Quan Shi Yin ik aanroep je
Schenk me dat ik je tedere ogen ken
Schenk me dat ik je genezende aanraking ken
Jij, naar wie mijn gemoed roept
Voor jou, voor jou buig ik me diep.

Mantra

Om Mani Padme Hum Hrih
(of)
Namo Quan Shi Yin Bosat

Offeren

Door de kracht van deze smeekbeden
Komt er nu onvoorstelbaar licht in de wereld
De wereld wordt een Zuiverland
Het Zuiverland vult zich met talloze wezens
Allemaal samen met Quan Shi Yin

Vorm en geen vorm alom
Neem nu de vorm van Quan Shi Yin aan
Geluid en stilte alom in deze wereld
Allemaal spreken ze de klank van de reddende naam uit.

Mag ik, door de kracht van deze praktijk
Voor altijd samen zijn met Quan Shi Yin
Moge de verdienste van alles wat ze via mij doet
Wezens bevrijden zodat ze het land van de gelukzaligheid kunnen betreden.

Toevlucht

Sanje cho dang tsuji cho nam la
Chang chup bardu dani chapsu chi
Dagi gomde jipay sonam ji
Drola penchir sanje drup par sho (x3)

THE HEART SUTRA

KANJIZAI BOSATSU
GYO JIN HANNYA HARAMITA
JI SHO KEN GO UN KAI KU
DO ISSAI KU YAKU
SHARISHI
SHIKI FU I KU KU
FU I SHIKI SHIKI
SOKU ZE KU KU
SOKU ZE SHIKI
JU SO GYO SHIKI YAKU BU NYO ZE
SHARISHI ZE SHO HO KU SO
FU SHO FU METSU
FU KU FU JO
FU ZO FU GEN
ZE KO KU CHU
MU SHIKI MU JU SO GYO SHIKI
MU GEN NI BI ZETS SHIN NI
MU SHIKI SHO KO MI SOKU HO
MU GEN KAI NAI SHI MU I SHIKI KAI
MU MU MYO
YAKU MU MU MYO JIN
NAI SHI
MU RO SHI
YAKU MU RO SHI JIN
MU KU SHU
METSU DO
MU CHI YAKU MU TOKU
I MU SHO TOKKO
BODAISATTA E
HANNYA HARAMITA
KO SHIN MU KE GE
MU KE GE KO MU U KU FU
ON RI ISSAI TENDO MU SO
KU GYO NEHAN
SAN ZE SHO BUTSU
E HANNYA HARAMITA
KO TOKU A NOKU TA RA
SANMYAKU SAMBODAI
KO CHI HANNYA HARAMITA
ZE DAI SHIN SHU
ZE DAI MYO SHU
ZE MU JO SHU
ZE MU TO DO SHU
NO JO ISSAI KU
SHIN JITSU FU KO
KO SETSU HANNYA HARAMITA SHU
SOKU SETSU SHU WATSU
GYATE GYATE HARA GYATE
HARA SO GYATE BODHI SOWA KA
HANNYA SHIN GYO

Quan Shi Yin Bodhisattva
Praktiseerde diepgaand de wijsheid van de andere
oever, Ziet de vijf skandhas volledig leeg
Gaat voorbij de wereld van het lijden.
Oh Shariputra,
Vorm en leegte zijn niet gescheiden
Leegte is niet gescheiden van vorm
De Vorm Wereld is leegte.
De Leegte Wereld is deze wereld van Vorm.
Alle skandhas: bekijk ze aldus Shariputra,
zie hoe ze helemaal leeg zijn van aard.
Ze zijn zonder ontstaan en zonder ophouden;
Ze zijn niet onzuiver en (niet) vrij van onzuiverheid;
Ze nemen niet af noch nemen ze toe.
Blijf in het lege centrum,
Waar de vijf skandhas afwezig zijn;
Sensuele gehechtheden zijn afwezig;
Sensuele genoegens zijn afwezig;
Gevoelsmatige werelden zijn afwezig;
Straling ontbreekt niet,
Daarom is er geen strijd om de duisternis te
vernietigen,
En ook geen andere conditionerende ketens.
Wees vrij van verval en dood.
Geen nood aan strijd noch om hen te vernietigen.
Geen lijden, geen ontstaan,
Geen opheffing van lijden, geen pad; Wees niet
bezorgd om wijsheid en bereiken.
Een bodhisattva vertrouwt op de wijsheid van de
andere oever, waar de geest geen obstakel is.
Daarom is daar geen angst.
Voorbij gaan aan alle problematische staten
Enkel nirvana beoefenen.
Zoals alle Boeddha's, van het verleden, het heden en
de toekomst,
Vertrouwend op de wijsheid van de andere oever.
En aldus sublieme, perfecte verlichting bereiken.
Samyak-sambodhi,
En aldus de wijsheid van de andere oever kennen.
De grote onverklaarbare mantra
De grote stralende mantra
De onovertroffen mantra
De onvergelykbare mantra
In staat alle lijden weg te nemen
Dit is echt en waar, dit is niet vals.
Verkondig de prajna paramita mantra
Die werd aangekondigd en aldus is verkondigd :
Gaan, naar de andere oever gaan,
Allemaal samen naar de andere oever gaan ,
Verlichting. Heil!*

DE ACHT VERZEN

- Geshe Langri Thangpa

Met het oog op het bereiken van
Het hoogste goed voor alle levende wezens
Die kostbaarder zijn dan de mani-schat
zal ik hen voortdurend dierbaar houden

Wanneer ik met anderen ben
zal ik mezelf zien als de laagste van allemaal
En in mijn hart
Houd ik hen in het allerhoogste aanzien

Mijn karmische stroom in de gaten houdend
doorheen al wat ik doe,
Telkens als er een impuls komt
Waarbij ik of anderen zich eventueel slecht
zouden kunnen gedragen
Wil ik dit onder ogen zien en het afwenden.

Wanneer ik onfortuinlijke wezens ontmoet.
In de greep van het geweld, het kwaad en de
ellende, wil ik hen koesteren alsof ik
Een zeldzame en kostbare kostbaarheid heb
gevonden.

Zelfs als iemand die ik heb geholpen
En op wie ik grote hoop had
Me desalniettemin schaadt zonder enige reden
Moge ik hem zien als mijn spirituele vriend.

Als anderen uit jaloezie
Mij kwetsen of beledigen
Laat me de nederlaag op mij nemen
En moge ik hen de overwinning aanbieden.

Kortom, laat me, nu en altijd,
Hulp en geluk brengen aan alle andere wezens
En al hun kwaad en lijden
op mij nemen.

En laat me deze weg niet bezoedelen
Door dualistische denkbeelden
noch tot het uiterste toe doorslaan;
Maar laat me de leegte van de vormen zien
En worden bevrijd van
De gevangenis van het verwekken.

GURU LAMA GEBED

Kyo-ni lama, kyo-ni yidam,
kyo-ni kadro cho-kyong-te
Deng-nae zung-te jang-chob bardu,
kyo-min kyap zhaen mi-tsol wae
Di-dang bardo, chi-mae tar-yang,
tu-je cha-kyu zung-zo-la
Si-zhi ji-drol!
Go-dup kuen-tsol!
Taen-gyi dok-zo,
bar cho sung. (x 3)

De-tar laen-sum sol-wa tap-pae-tu
Lamae ku-sung-tuk-kyi nae-nam-lae
Du-tzi wo-zer kar mar ting-ga sum
Rim-dang chik-char jung-nae dak-nyi-kyi Nae-
sum rim-dang chik-char tim-pa-lae
Dip-zhi dak-ching nam-dak wang-zhi top
Ku-zhi top-ching lama nyi-pa-zhik
Gye-zhin tim-pae jin-gyi lap-par gyur

Lama sangye	lama cho
deshin lama	ge-dun-te
Kun-gyi je-po	lama-te
lama	namla cho-pa-bul

Jij de yidam, jij dakini
Jij beschermer van de weg
Op het pad van het Dharma-varen
Zal jij m'n ware toevlucht zijn
Met je haakvormige vriendelijkheid, hou me
vast. Door alle bardos, door alle levens heen.
Van angst red me!
Met kracht vul me!
Wees aan mijn zijde,
En hou me waar en oprecht (x3)

Door de verdienste van dit gebed van m'n hart
Moge de leraar z'n lichaam spraak en geest
Een nectar, wijs, zuiver en mild schenken
Dat wijd en zijd de wereld in stroomt.
Het geeft me kracht om het grote werk te doen.
Moge de trikaya samensmelten met m'n geest.
Duister verjagend, groot licht onthullend
Inspireer me altijd met uw zegeningen

In mijn hart	Mijn liefdevolle gids
Is de Boeddha	En de drie juwelen
Oh mijn leraar,	Oh grote vreugde,
Voor alle leraren	Buig ik diep

1. VERLICHT, MEDEDOGEND (Dharmavidya)

Verlicht, mededogend,
voorbij het menselijk denken
De weg van het nirwana
die de Boeddha heeft onderwezen.
Het wiel dat hij heeft gedraaid
bracht vreugde aan de wereld
De Dharma-drum denderde,
zijn banier ontvouwde zich.

Oh Prins van de Shakya's,
Ontheemd uit je koninkrijk,
We hebben je nu in ons eigen hart
gekroond gevonden, van uit je zorg voor
een wereld die blind was.
Door afstand te doen van een koninkrijk
heb je de geest overwonnen.

Zo leeg, zo wonderbaarlijk,
je klampt je nergens aan vast
Door Mara, de huizenbouwer,
wordt je nooit gevangen.
Zijn ruggengraat is gebroken,
zijn werk helemaal ongedaan gemaakt,
De weg van het nirwana is eindelijk gewonnen.

Je bent grenzeloos betrokken
Bij al het leven, in alle werelden,
Je zuivere daden, je zuivere gedachten,
de wijsheid die je deelt.
Met deugden die zo kostbaar zijn
dat ze te talrijk zijn om te vertellen,
Met puur vriendelijk licht
verjaag je de duisternis.

Verfrissend, verkwikkend, door je perfecte kunst
Valt de Dharma-regen in ons hart.
We ontvangen het zaad van al het goede,
en worden zo gevoed
dat we alles ontvangen wat we nodig hebben.

We zien geen gever,
geen gave en geen verdienste.
Want iedereen heeft maar één smaak
in de Dharma's grote zee.
De smaak van ware liefde in onze harten
meer en meer.
Vertrouwend op jou,
steken we over naar de andere oever.

2. HYMNE ALS EERBETUIGING (Dharmavidya)

Heer Shakyamuni
Samyaksambuddha
Stuur uw zegeningen naar beneden.
Nectar en regenboog.
Onderricht in aandacht.
Verwarring transcenderend.
U bent onze redder.
Voor u buigen we diep.

Manjushri, de wijze.
Prins van de Dharma
Stuur uw zegeningen naar beneden
Nectar en regenboog
Laat ons uw gezicht zien
Stralend en lachend
Puur licht van wijsheid
Voor u buigen we diep.

Samantabhadra
Perfect in het geven.
Stuur uw zegeningen naar beneden
Nectar en regenboog
Vul de hele wereld met
Lof aan alle Boeddha's.
U, die enkel zuiver en goed bent.
Voor u buigen we diep.

Avalokita
Heer van Mededogen
Stuur uw zegeningen naar beneden
Nectar en regenboog
Je ontelbare vriendelijke handen
Reiken uit om ons te helpen
Licht van de Dharma
Voor u buigen we diep.

Heilige Maitreya
Boeddha in wording
Stuur uw zegeningen naar beneden
Nectar en regenboog
Zaad van ontwaken
Hoop op perfectie
Versnel uw komst
Voor u buigen we diep.

3. GROTE MANGALA SOETRA (Dharmavidya)

Boeddha in het Jeta-woud
Leerde de Dharma aan de deva koning
Goden en mensen willen allemaal
weten wat de grootste zegening is.
Voor vreugde en liefde in dit leven,
om in vrede te zijn met alles.
Het grootste geluk is
Bij de Boeddha-bloesem

Meng je niet met dwazen
Geef eer aan de waardige
Creëer een tuin voor de waarheid
en plant daarin een liefdesboom.
Zet je voet op het pad
En met de geest vrij van ziekte.
Het grootste geluk is
Bij de Boeddha-bloesem

Leer en oefen vaardige technieken
en hou wijselijk de voorschriften
Beoefen altijd liefdevolle spraak
Steun je ouders hartelijk.
Geef royaal, steun goede vrienden;
Kies je daden weloverwogen.
Het grootste geluk is
Bij de Boeddha-bloesem

Doe altijd goed en nooit kwaad
En hou je lichaam matig.
Wees dankbaar voor het eenvoudige
leven en leer altijd de Dharma.
Doe moeite en streef geduldig naar
goed karma.
Het grootste geluk is
Bij de Boeddha-bloesem.

Leef in de wereld met een rustig hart,
hersteld van al je verdriet.
Onoverwonnen zijn,
Dat is waar je naartoe gaat
De Edele Waarheid aanwezig;
Je zal Nirvana kennen,
en al je verlangen zal beëindigd zijn.
Het grootste geluk is
Bij de Boeddha-bloesem

4. LEEF IN VREDE (Dharmavidya)

Alle wezens die in vrede leven
kunnen samen deze heilige sfeer delen
Dus laten we leren om te zorgen en te geven.
Laten we hier en nu een Zuiverland bouwen.

Het Zuiverland is niet ver weg
De Dharma Waarheid is dichtbij.
Dus laten we het elke dag laten zien
Laten we nu diepgaand begrijpen

Het pad van de Boeddha is behoorlijk veilig
Al wat leeft en ademt beschermen
Dus laten we ons leven heel zuiver maken
Laten we nu woorden van waarheid geloven

We zijn verenigd, we delen één lot,
de waarheid is nu niet meer voor ons verborgen.
Dus laten we een recht pad bewandelen
Laten we voor de Boeddha buigen.

5. EINDELOOS LICHT (Dharmavidya)

Heer Amida, aanhoor onze oproep in vast geloof
Jij hebt beloofd ons te redden,
of wij nu groot of klein zijn.
Stralend kom je ons tegemoet
Aan het einde van alles.
Amitabha... Amitabhaya

Het Westelijk Zuiverland
Is niet ver van hier
Want als we je aanroepen
Weten we dat je zult verschijnen.
Al onze waanvoorstellingen zijn plots
opgeruimd
Amitabha... Amitabhaya

Lokeshva'raja
Geeft nu nog steeds om ons
door het mededogen van jouw meteloze gelofte.
Onze harten keren zich naar het Westen
en voor jou buigen we
Amitabha..... Amitabhaya

In het begin van de dag
maken uw zonnestralen ons wakker
Verse dauwdruppels glinsteren
door de nevels van de ochtend
We buigen voor jou
Het paradijs is herboren
Amitabha.... Amitabhaya

Glorieus begroeten we je in het avondlicht
De wereld voor onze ogen in goud veranderend,
donkerte getransformeerd
door de kracht van de Dharma.
Amitabha.... Amitabhaya

6. MAITREYA BOEDDHA (P.T.N. H.J. Kennett)

Heil, de heer die zal komen,
Heil, Maitreya Boeddha.
Heil, aan hem de overwinnaar
Heil, Maitreya Boeddha.
Hij die eens was zoals wij nu zijn
Grote Maitreya Boeddha
Verschijnt nu om ons te tonen hoe
Maitreya Boeddha te zijn.

Hij die de waarheid leert aan allen
Is Maitreya Boeddha.
Hij die in onze donkerste ruimte is,
Is Maitreya Boeddha.
Hij die de waarheid van binnenin kent.
Is Maitreya Boeddha.
Hij die het pad om te overwinnen kent
Is Maitreya Buddha.

Hij die houdt van de weg der
Voorschriften,
Is Maitreya Boeddha.
Hij die het Pad elke dag volgt,
Is Maitreya Boeddha
Hij die zich niet bekommert om wat men zegt
Is Maitreya Boeddha.
En de prijs niet vreest die moet worden
Betaald,
Is Maitreya Buddha.

Laat ons hem eren, alsmaar opnieuw
Grote Maitreya Boeddha
Dit is zijn grote feestelijke dag
Van Maitreya Boeddha
Als we weten wat we te doen en te zeggen hebben,
zijn we Maitreya Boeddha
Laat ons nooit grote
Maitreya Boeddha verraden

Heil, Maitreya Boeddha.
Heil, aan hem de overwinnaar
Heil, Maitreya Boeddha.
Hij die eens was zoals wij nu zijn
Grote Maitreya Boeddha
Verschijnt nu om ons te tonen hoe
Maitreya Boeddha te zijn.

7. EEN FAMILIE (Dharmavidya)

De Buddhadharma rivier heeft
Duizend zijrivieren;
De Boeddhadharma oceaan omvat
Duizend afzonderlijke zeeën;
De Boeddha leerde tienduizend wegen
Om één enkele waarheid te bereiken;
Tienduizend mensen kwamen naar hem toe;
Hij onderwees voor elk van hen een weg.

Nu heeft de Sangha zoveel scholen
In het noorden, oosten, westen en zuiden
ontelbaar waren de wonderen
Die stroomden uit de Boeddha's mond.
Maar toch, hoewel we koans en eerbetuigingen
hebben en geloften en discipline.
Dit zijn gewoon allemaal nuttige middelen
Om ons te helpen de waarheid te achterhalen.

Want elk pad dat de Boeddha onderwees
Heeft het zegel van de drie wijsheden:
Sila, samadhi en prajna zullen al ons lijden
genezen:
Doe alleen goed en stop met kwaad doen
Alle Boeddha's hebben dit onderwezen;
Een geest die zuiver is, een hart dat sterk is,
een leven dat niets ontbeert.

Laten we de Boeddha's vrede niet verbreken.
Die ons allemaal van ellende weg houdt,
Maar met werkelijk vertrouwen als één
stroom.
Naar het nirwana gaan.
De Boeddha leerde duizenden wegen.
Om alle mensen te bevrijden
En zo hebben we duizend scholen
Toch zijn we één familie.

8. DE GIERENPIEK (Dharmavidya)

De bodhisattva's kwamen naar de Gierenpiek.
Om naar verlichting voor de hele wereld te
zoeken.
Ze vonden degene die het licht liet zien en de
waarheid sprak.
De volkomen perfecte Boeddha
Om, Ah, Hum

Ze bogen en vroegen de Heilige onderricht te geven, wat moet er gedaan worden door iemand die vrede wil bereiken ?

Met ingehouden adem wachtten ze om zijn toespraak te horen, volledig perfecte Boeddha
Om, Ah, Hum

Hij zag dat hun harten vol stille geestdrift waren, zijn glimlach was warm toen hij hun verzoek loofde, hij is de beste om ons allemaal te bevrijden, volledig perfecte Boeddha
Om, Ah, Hum

Hij onderwees de weg om te handelen vanuit de leegte, hij onderwees de weg om een einde te maken aan het leed van de wereld.
Zijn Dharma-zegel zal hij op onze harten drukken, volledig perfecte Boeddha
Om, Ah, Hum

Alhoewel we bloeden zal hij onze harten allemaal genezen, zijn zegeningen stuurt hij naar alle wezens.
We wenden ons hart tot hem en vinden een perfecte vriend, volledig perfecte Boeddha
Om, Ah, Hum

9. VERHEF JE HART, VERHEF JE (Dharmavidya)

Oh, verhef je hart, verhef je; oh, verhef je hart, verhef je; Zo rijk van hart de armen van deze wereld, Met samadhi zal ik me voeden
Weg met haat, weg met hebzucht
Nu dronken van de Dharma
Heb ik geen behoefte aan kastelen, pantser, of boot
Verhef je hart, verhef je

Eindelijk in vrede, voorbij iedere oorlog,
Niet meer jagen, gestopt door een klauw,
Geen behoefte aan tanden, noch aan een mes.
Geen gevechtsgeluiden, geen trommel noch strijd,
Voorbij alle vijandschap en twist.
In de Dharma is het eeuwige leven
Verhef je hart, verhef je

Volgens Boeddha's Wetten, zijn er vier waarheden, die laten zien wat er in de diepe opslagplaats van de geest verborgen is
Daarom komen de bodhisattva's.
Om de wereld te helpen de zee van Mara over te steken
Naar hem die ooit onder een boom de weg onthulde zodat iedereen hem kon zien
Verhef je hart, verhef je

Ik loof je nu, oh, perfecte Wet.
Ik ga nu de Dharmadeur binnen.
Welke verrukking voel ik nu,
de harmonieën van de zoete wijsheid beginnen
Wat een geluk om nu vrij te zijn van zonde
Op het pad van de Boeddha ontvangen we deze vreugde.
Verhef je hart, verhef je

10. MANDALA (Dharmavidya)

De mandala van Boeddha breidt zich uit door de hele ruimte
en wordt naar zijn centrum gebracht
Onze levens zijn gevuld met genade.
De mandala in ons
Een wereld vol licht
Gelukzalig zullen wij
De tuin van het genot winnen.

Het Boeddha-hart verenigt ons
Wij zijn z'n ene lichaam.
De Dharmadeur nodigt ons uit
De waarheid in een oogopslag te zien
We aarzelen niet, We zijn eensgezind.
Door de meest zuivere contemplatie
Is de gemoedsrust hersteld

De stralen van Boeddha's wijsheid
Bevrijden iedereen
De zuivere bron waar hij vandaan komt
Is duidelijk voor iedereen te zien
Het gouden licht stroomt van die Ene Zuivere Geest.
Hoor! Het doet onze harten zingen
Daardoor groeien we allen in vriendelijkheid.

11. GAT É GAT É (Dharmavidya)

Gaté, Gaté, Gaté, Prajna Paramita
Moeder van alle Boeddha's
Jij bent een ware toevlucht.

Gaté, Paragaté, Karuna paramita,
Kind van de Boeddha's
Mogen we geboren worden bij jou.

Bodhi, Bodhi, Bodhi,
Heer Kiteshvara
Realiseerde zuivere wijsheid
De Waarheid heeft hem bevrijd

Luister Shariputra
Hoor de Drum van de Dharma
Hoor het geluid van de leegte.
Vorbij alle gevaar.

De Boeddha's van de drie tijden
Vertrouwden perfecte wijsheid
Vonden alle poorten open
Toen egoïsme wegviel.

Daarom leeft de mantra
Gaté, Paragaté,
Vlekkeloos en ongeëvenaard
Dit is Nirvana.

12. WIE ZAL OVERWINNEN (Dharmavidya)

Wie zal geboorte en dood overwinnen
En nooit meer door hen instorten?
Wie zal Mara en Yama overwinnen,
En de luchtspiegeling van hun macht?
Wie zal de geurige bloem
van de Dharmapada Amaravati vinden?

Hij die weet dat dit leven van voorbijgaande aard
is, zoals het schuim op een golf;
Hij die ziet hoe haat en passie
Een pad slaan naar het graf;
Hij zal de Dharmapada vinden
En alle wezens zal hij redden.

Wie zal een bloem vinden die zo geurig is
Dat ze nergens lijkt te groeien?
Wie zal het zaad van de deugd vinden
En het veld waar het is gezaaid?
Wie zal de Dharmapada vinden,
En de lotusbloem zien groeien?

Hij wiens pad rijk is aan goedheid
Hij die aandachtig en wakker is.
Hij die bezittingen weggeeft
Alles gebruikt voor het welzijn van anderen.
Hij zal de Dharmapada vinden;
Hij zal dan een Zuiverland maken.

Wie zal tegen de wind in varen
In deze trieste wereld met al zijn leed?
Wie zal de weg naar de hemel vinden
Maar ten dienste van anderen
nog steeds niet vertrekken?
Wie zal de Dharmapada vinden;
Wie zal nu het nirwana kennen?

Hij die vrijgevig is, hij die geduldig is,
Hij wiens energie duurzaam is,
Hij wiens vriendelijkheid, wiens wijsheid
In de wereld klinkt als Boeddha's gong;
Hij zal de Dharmapada vinden
Hij zal het doodloze lied zingen.

13. BODHICHITTA OPWEKKEN (Dharmavidya)

Bodhichitta opwekken
Dit is zijn woord aan iedereen
Bodhichitta opwekken
Egoïsme verhinderen
Bodhichitta opwekken
De Boeddha's onophoudelijke roep.

Meer dan een mijn van diamant
Meer dan een juweel van goud
Meer dan een zaal vol schatten
De Dharma die door hem is medegegeeld.
Zal kostbaar zijn voor altijd
En zal nooit oud worden.

Wanneer bodhisattva's de perfecte weg
horen of begrijpen
Voelen ze innerlijk een grote kalmte
Zoals in de rustpauze van de dag
Zoals wanneer de zon opkomt
En de duisternis weg trekt.

Ze zijn niet bang of geschrokken
Ze zijn niet overmeesterd
Want ze horen harmonieën
Herleven een dieper akkoord
Een muziek die hen in staat stelt
Om Manjushri's zwaard te hanteren.

Standvastige vastberadenheid
Ontstaat nu in hen
Zij begrijpen de betekenis
Van de eeuwige gelofte
Hoe geesten van groot mededogen
Alwetendheid toestaan.

Van ganser harte gaan ze verder
Op zoek naar verlichting.
De schatten in hun zuivere harten
Die geven ze om de zwakken te helpen.
En zoals Gotama
Zullen ze de Dharma top bereiken.

Ontwaakte bodhichitta
Geen betere weg dan deze
Ontwaakte bodhichitta
Waar niets ontbreekt
Ontwaakte bodhichitta
De weg van de perfecte gelukzaligheid

14. DE PERFECTE TOEVLUCHT (Dharmavidya)

De drie Juwelen zijn mijn perfecte toevlucht
Voorbij alle egoïstische gedachten
Met zulke rijkdom in mij
Zal het me aan niets ontbreken.
Leeg is onze vesting
Elke keer dat we buigen
Laten we samsara los
De enige tijd is nu
De drie Juwelen zijn mijn perfecte toevlucht
Voorbij alle egoïstische gedachten
Met zulke rijkdom in mij
Zal het me aan niets ontbreken

De Boeddha is mijn enige ware toevlucht,
Hij wijst me de weg.
Bij zijn licht van wijsheid
Vlucht Mara weg.
De Boeddha leeft in ons
Als onze harten vrij zijn:
Onze meest gekoesterde leraar
Van vrede en harmonie.
De drie Juwelen zijn mijn perfecte toevlucht
Voorbij alle egoïstische gedachten
Met zulke rijkdom in mij
Zal het me aan niets ontbreken.

De Dharma is mijn enige ware toevlucht
De zuivere weg van vrede
Nirvana's deuren staan open
Wanneer de drie vergiften wegvallen.
De Dharma leeft in ons
Als onze harten zuiver zijn
Het vlot van de ware Dharma
Zeilt naar de andere kant.
De drie Juwelen zijn mijn perfecte toevlucht
Voorbij alle egoïstische gedachten
Met zulke rijkdom in mij
Zal het me aan niets ontbreken

De Sangha is mijn enige echte toevlucht,
Vrede op aarde, inderdaad:
In een leven van dienstbaarheid
Hebben we alles wat we nodig hebben
De Sangha leeft in ons
Als onze harten vriendelijk zijn,

dan is de gemeenschap het vriendelijkst.
Met een kalme geest
De drie Juwelen zijn mijn perfecte toevlucht
Voorbij alle egoïstische gedachten
Met zulke rijkdom in mij
Zal het me aan niets ontbreken

15. JUISTE MEDITATIE (A.R.Zorn, C. Izumi, Boek van de Jodo diensten)

Zoet uur van meditatie
Het kalme uur van de vrede
Wanneer ik uit de zorg en onrust van het leven
een heel mooie bevrijding vind.
In stilzwijgende beschouwing
Vind ik nieuw geloof en hoop
Meer licht en diepere kennis
Nieuwe kracht om de zonde te overwinnen.

Zoet uur van meditatie
In stilte en afzondering
Denk ik na over de Meester zijn woorden
Denk ik na over zijn waarheid
om er de mijne van te maken,
met een serieus doel voor ogen.
Ik verzamel steeds meer
Van de heilige schat van wijsheid
uit zijn onuitputtelijke voorraad.

Zoet uur van meditatie
Dan verschijnt er me vaak een visioen
van de Meester onder de Bodhi-boom
En samen met hem in die wake
Lijkt het alsof mijn geest deelt.
Van een voorproefje van nirwana
Van een gelukzaligheid
die niet te vergelijken is.

OFFER VERZEN

DE WEKKENDE BEL

Om Akshobhaya Hum!
Tadyatha!
Ik beloof dat het geluid van deze bel
De Dharma-rijken zal vullen
De sombere duisternis zal verjagen
Door zal dringen in de ijzeren wand
En de berg van messen
tot stof zal verbrijzelen.
Iedereen die luistert zal werkelijk ontwaken.

VERZEN BIJ DE MAALTIJD

Keuken vers

We dragen de verdienste van dit
wierookoffer op aan de Hoeder van het
Vuur, de Heer van de Keuken.
Dat hij de Boeddha-weg mag beschermen
En onze geesten gerust stellen.
Mogen alle Boeddha's dit voedsel zegenen
Om de bodhisattva's te voeden, de
edelachtbaren, de stroom-betreders en de
zoekers naar waarheid.
Zoals de nectar van de Dharma-bloem.
Hulde aan de Boeddha.
Hulde aan de Dharma.
Hulde aan de Sangha.

Algemene maaltijd vers

De Heer Boeddha werd geboren in Lumbini.
Werd verlicht in Bodh Gaya
Heeft onderwezen in Magadha
Is gestorven in Kusinagara
Terwijl de schepen van de waarheid zich
verspreiden
Bidden we dat degenen die eten, dat wat
gegeten wordt en het eigenlijke eten
Altijd leeg zullen zijn van zelf.

Ontbijt

Oneindig heil zegene het ontbijt.
Alle wezens genieten daar ten volle van.
Grenzeloos en wonderlijk zijn de gevolgen,
Het blijft ons voor eeuwig vreugde schenken.

Lunch

Dit voedsel is het geschenk van het
universum: de aarde, de hemel en alle levende
wezens.
In dit voedsel zit veel vreugde, veel lijden en
veel hard werk.
We accepteren dit voedsel zodat we een pad
van beoefening mogen volgen
en alle wezens overal mogen helpen.

Avondmaal

De eerste hap is om alle waanideeën af te
snijden.
De tweede hap is om ons te laten groeien
in geloof.
De derde hap is om alle wezens te helpen.
We bidden dat iedereen verlicht moge worden.
We bidden voor de vrede van deze woning
(/tempel/familie) en voor de stopzetting van
alle onheil.

gecreëerd. Nu gaan we verder met het Boeddha-licht dat ons omhult. Welke moeilijkheden we ook tegenkomen, we zullen veilig zijn op de nembutsu-weg, want degenen die door Amida worden gegrepen verkondigen op natuurlijke wijze de Dharma, lieflijk in zijn oorsprong, lieflijk in zijn vooruitgang, lieflijk in zijn voltooiing, zelfs te midden van blinde passies. Namo Amida Bu.

(Celebrant verlaat de ruimte bij het zingen van:)

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa

(....het zingen gaat door tot allen de ruimte hebben verlaten)

SAN-GE MON

(Shan Tao)

Mogen alle Boeddha's van de tien kwartalen, alle grote bodhisattva's, alle heilige wijzen, alle deva's en draken, en levende wezens in het hele universum, hier komen als getuigen. We belijden nu onze overtredingen en betuigen er berouw over. Van het beginloze verleden tot op heden, hebben we gedood of vernietigd, hebben we eigendommen en bezittingen gestolen, hebben we met wulpse gedachten benaderd, hebben we met leugens bedrogen, hebben we met onoprechte woorden belachelijk gemaakt, hebben we belasterd, misbruikt en met harde woorden berispt, hebben we vijandschap en wederzijdse vernietiging veroorzaakt met schadelijke woorden, aan alle leden van de Drie Juwelen, leraren en vrienden, ouders en verwanten, en levende wezens in het hele universum, waarvan het aantal niet te berekenen is. We hebben alle leefregels en gedragsregels verbroken, de vijf leefregels, acht leefregels, tien leefregels, tweehonderdvijftig leefregels, vijfhonderd leefregels, bodhisattva leefregels, en oneindige leefregels; niet alleen hebben we deze leefregels gebroken, maar ook hebben we anderen aangespoord om ze te breken, en verheugden we ons erover om ze dat te zien doen.

Zulke overtredingen zijn ontelbaar, net zoals de grote aarde die zich in de tien richtingen uitstrekt grenzeloos is en het aantal stofdeeltjes niet te overzien is. Zoals de open ruimte grenzeloos is, zo zijn ook onze overtredingen grenzeloos. Zoals de heilsinstrumenten grenzeloos zijn, zo zijn onze overtredingen grenzeloos. Net zoals de Dharma-natuur grenzeloos is, zo zijn onze overtredingen grenzeloos. Omdat levende wezens ontelbaar zijn, zijn onze overtredingen van beroving en vernietiging ontelbaar. Omdat de leden van de Drie Juwelen ontelbaar zijn, zijn onze misdrijven van vernietiging, diefstal en moord ontelbaar. Omdat de geboden voorschriften ontelbaar zijn, is onze overtreding ervan ontelbare keren herhaald.

Geen enkele wijze, van bodhisattva's tot sravaka's en pratyekaboeddha's, kan de omvang van onze overtredingen kennen. Alleen de Boeddha weet het. Nu, voor de Drie Juwelen en de levende wezens van het hele universum, biechten we onze fouten op en hebben we berouw, zonder ze te verbergen. We bidden dat alle leden van de Drie Juwelen in de tien kwartalen en de levende wezens van het hele universum onze berouw erkennen en wensen dat we gezuiverd worden. Vanaf vandaag willen we, samen met de levende wezens, verkeerde visies opgeven en de juiste aannemen, de Bodhi-geest wakker maken, elkaar met een medelevend hart aankijken, naar elkaar kijken met het oog van de Boeddha, metgezellen van het ontwaken worden, ware leraren van de Weg worden, samen geboorte bereiken in Amida Boeddha's land, voor altijd stoppen met het plegen van deze misdrijven en ze nooit meer begaan. Oh laten we met heel ons hart berouw betonen en onze toevlucht zoeken in Boeddha Amida.

DE OVERDRACHT VAN VERDIENSTE

Mogen we ons met het beoefenen van dit verdienstelijk zingen van soetra's en de Heilige Namen, wijden aan het aflossen van wat we verschuldigd zijn aan onze ouders, leraren, vrienden en voorgangers die alles hebben gedaan wat ze voor ons konden doen. Mogen we oprecht bidden dat zij die leven zich blijven verheugen in een gelukkig en welvarend leven voor altijd, terwijl zij die niet meer leven bevrijd worden van het lijden en herboren worden in het Land van de Allerhoogste Gelukzaligheid.

(Mogen we ook bidden dat moge geboren worden in Amida Boeddha's Land en moge hij/zij eindeloze zegeningen ontvangen)

VAJRASATTVA DHARANI

Om Vajrasattva samaya, manu palaya,
Vajrasattva teno patita, dridho me bhava,
Suto kayo me bhava, supokayo me bhava,
Anurakto me bhava;
Sarva siddhi me prayacha,
Sarva karma sucha me,
Tzitam shriyan kuru hum,
Ha ha ha ha ho,
Bhagavan sarva Tathagata
Vajra ma me muntsa,
Vajra bhava
Maha samaya sattva
Ah Hum Phat