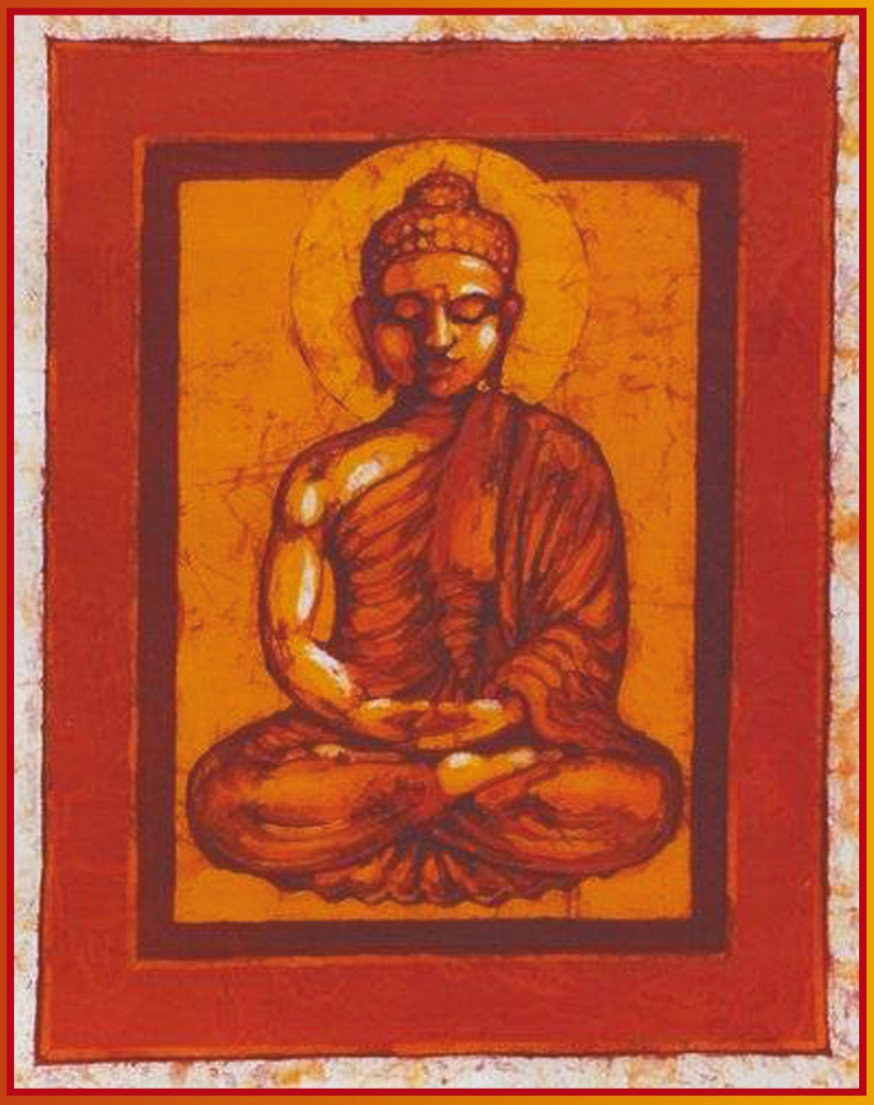


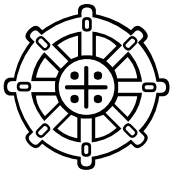
Sayadaw U Sīlananda

PARITTA PĀḶI

WERSY OCHRONNE

Sayadaw U Sīlananda

Paritta Pāḷi – Wersy Ochronne



2012

Tytuł oryginału:

Paritta Pāḷi
A Collection of Eleven Protective Suttas
With an English Translation

© International Theravāda Buddhist Missionary University

Tłumaczenie:
Piotr Jagodziński

Projekt okładki:
anatta.pl

Ilustracja na okładce:
Zbigniew Molski, batik

ISBN 978-83-272-3815-3

Spis Treści

Wprowadzenie tłumacza 4

Paritta Pāḷi - Wersy Paritty 9

Saraṇa-gamaṇaṃ - Przyjęcie schronienia 9

Buddha-guṇā - Atrybuty Buddhy 9

Buddha-vandanā - Składanie czci Buddhom 10

Dhamma-guṇā - Atrybuty Dhammy 10

Dhamma-vandanā - Składanie czci Dhammie 10

Saṅgha-guṇā - Atrybuty Saṅghi 11

Saṅgha-vandanā - Składanie czci Sańdze 11

1. Niedziela 12

Maṅgala Sutta - Mowa o błogosławieństwie 13

2. Poniedziałek 16

Ratana Sutta - Mowa o Klejnocie 16

3. Wtorek 20

Metta Sutta - Mowa o miłującej dobroci 20

4. Środa 22

Khandha Sutta - Mowa o składowych 22

Mora Paritta - Wersy ochronne pawia 23

Vaṭṭaka Paritta - Wersy ochronne przepiórki 24

5. Czwartek 25

Dhajagga Sutta - Mowa o szczycie chorągwi 25

6. Piątek 29

Āṭānāṭiya Sutta - Mowa w Āṭānāṭa 29

7. Sobota 33

Aṅgulimāla Paritta - Wersy ochronne Aṅgulimāli 33

Bojjhaṅga Sutta - Mowa o czynnikach oświecenia 33

Pubbaṇha Paritta - Poranne wersy ochronne 35

8. Recytacje końcowe 38

Wprowadzenie tłumacza

W palijskim "parittā" [pari + √tā] oznacza ochronny ryt, inkantację, inwokację, chanting. Jest to wiara, iż recytowanie różnego rodzaju wersów bądź urywków sutt daje pomyślność. Paritty traktowane są jako zaklęcia, zapobiegające lub chroniące przed niebezpieczeństwami naturalnymi jak również nadprzyrodzonymi.

W tekstach można znaleźć argumenty sugerujące, że Buddha wątpił w działanie i zakazywał mnichom i mniszkom uprawiania magii i ezoteryzmu. W jednej z sutt (Tuvaṭaka sutta - Snp. 4.14 wers 933) Buddha nakazuje by mnich „nie rzucał magicznych zaklęć, nie interpretował snów, bądź szczególnych znaków, ani nie zajmował się astrologią." Ostro także upominał świeckich wyznawców przed wpływem jakie niosą ze sobą tajniki uroków czy też kuglarstwa. Osoba taka wg Caṇḍāla Sutty (AN.05.175 - Mowa o wyrzutku): „jest wyrzutkiem wśród świeckich wyznawców, jest plamą wśród świeckich wyznawców, jest skalaniem wśród świeckich wyznawców." Dzieje się tak ponieważ osoba ta zagłębiła się w działalność, którą jest: „ekscytacja wróżbami i ceremoniami, jednocześnie ignorując prawo kammy, branie za pewnik i podążanie za wskazówkami wróżb i ceremonii." Co ciekawe w niższych światach, w których odradzają się istoty o złej kammie, pomiędzy wszystkimi katami, rzeźnikami zwierząt, zabójcami, skorumpowanymi sędziami jest także wg Mańgulitthi Sutty (SN.19.24) wróżka, „jasnowidząca" kobieta przepowiadająca przyszłość. Jej skóra jest pożółkła i przelatując w powietrzu, uciekając od gnębiących ją ptaków niesie za sobą przykry zapach.

Buddha był przeciwny i odżegnywał się od przesądów i zabobonów związanych z praktykami magicznymi z kilku powodów. Po pierwsze, wiara w szczęście bądź przeznaczenie jest sprzeczna z nauką o kammie i jej rezultatach. Po wtóre, praktyki objawień i magii nieuchronnie wiązały się z chęcią uzyskania bogactw i majątku, co jedynie sprzyjało rozwojowi lgnięcia do rzeczy materialnych jak też ugruntowywało ułudę i ignorancję odnośnie świata. Wróżenie przyszłości oraz wykorzystywanie magii bądź zaklęć czy też amuletów zazwyczaj było oszustwem, trikiem, na który dawali się nabierać naiwni ludzie.

Jednocześnie należy zauważyć aspekt kulturowy i obyczajowy krajów gdzie zadomowił się buddyzm. Warto przytoczyć tu urywki wstępu autorstwa A.G.S. Kariyawasama do książki „Ceremonie i rytuały buddyjskie Sri Lanki", by dostrzec pełne spektrum tego zjawiska.

> Temat tych badań, a mianowicie ceremonie i rytuały buddyjskie może nie spodobać się tak zwanym buddyjskim purystom, którzy chcieliby ograniczyć termin „buddyzm" wyłącznie do nauk zawartych w tekstach kanonicznych, interpretowanych jedynie w wąskim, intelektualnym zakresie. W rzeczywistości natomiast wszystkie dostępne praktyki i przestrzeganie wskazań jakie są tu opisane stanowią integralną część żywego buddyzmu, tworzonego przez współczesnych zwolenników tej religii. Wszystkie te obrzędy stanowią integralną, a zarazem intymną część duchowości dla licznej rzeszy prawdziwie oddanych buddystów. Ryty te nie mogą być zatem tak pochopnie odrzucone i uznane li tylko za wtórne przypisy do „czystego", kanonicznego buddyzmu.
>
> W całej historii religijności ludzkiej jest to nieuniknione zjawisko, że gdziekolwiek rozprzestrzeni się nowa forma wiary, zaczyna także pojawiać się wśród neofitów ruch przyswajania i adaptowania duchowego przekazu, tak by odzwierciedlał społeczne i kulturowe potrzeby nowych wyznawców. Trend ten odnosi się także do buddyzmu i miało to miejsce w każdym z krajów, w którym rozpowszechniła się nauka Buddhy. Podstawowe doktryny buddyzmu czyli Cztery Szlachetne Prawdy, Szlachetna Ośmioraka Ścieżka, bądź też współzależne powstawanie, etc., były zazwyczaj zbyt abstrakcyjne oraz nazbyt wysublimowane dla pospolitych ludzi do praktykowania w ich codziennym życiu. Dla zaspokojenia ich religijnych i emocjonalnych potrzeb stworzono system zewnętrznych rytów, zazwyczaj dokonywanych wspólnie, tak by każdy mógł pokazać i wyrazić swoje oddanie ideałom reprezentowanym poprzez Dhammę. Dzięki temu ludzie mogli także

> przyswoić Naukę i jej wzorce, tak by następnie wdrożyć je w kontekst codziennego życia. Tym sposobem „wzniosła tradycja" kanonicznego buddyzmu dopełniona została przez „powszechną tradycję" ludowego buddyzmu, składającą się w dużej mierze z rytuałów i ceremonii.
>
> Ten aspekt buddyzmu jest zazwyczaj mniej znany, a z pewnością lekceważony. Warto jednak podkreślić, że taka forma wyrażania gorliwości religijnej poprzez obrzędowość i rytuały jest niezbędna dla przetrwania buddyzmu wśród szeroko pojętej społeczności, będąc istotnym i żywym czynnikiem kształtującym codzienność wyznawców. Zatem wszyscy głosiciele „oryginalnego i czystego buddyzmu" opartego na tekstach kanonicznych nie powinni ignorować ani tym bardziej pomniejszać wartości tego powszechnego aspektu buddyzmu uznając go za niepotrzebny wtręt do pierwotnego przesłania Buddhy. Powinni raczej uznać obrzędową stronę buddyzmu jako niezbędną część tradycji, potrzebnej do pośrednictwa i komunikacji między wzniosłymi wzorcami a codziennością życia większości wyznawców.

Mając na uwadze powyższe argumenty warto więc przyjrzeć się parittom z innej strony. Wiadomym jest, że były to urywki sutt z kanonu palijskiego, chroniącymi przed niebezpieczeństwem lub dające otuchę chorym. Praktyka recytowania lub słuchania fragmentów sutt zaczęła się bardzo wcześnie, być może już za czasów Buddhy. Warto tu nadmienić, że sam Buddha, gdy zachorował poprosił Czcigodnego Cundę by tamten z szacunku dla Nauczyciela dokonał recytacji siedmiu czynników oświecenia [zob. Tatiyagilāna Sutta (SN.46.016 - Trzecia mowa o chorobie) - jej skrót umieszczony w paritcie o czynnikach oświecenia.]

Cóż takiego jest w słowach, co sprawiałoby, że dzięki nim można pokonać chorobę? Jak wyjaśnia to Bhante Gunaratana we wstępie do "Księgi wersów ochronnych" głównym czynnikiem jest tu umysł, który może stać się przyczyną choroby, ale też może się z niej wyzwolić. Zgodnie z buddyjskim nauczaniem, umysł jest tak ściśle połączony z ciałem, że stany psychiczne mają bezpośredni wpływ na samopoczucie i zdrowie naszego ciała. To co leczy to zatem nie jakieś magiczne dźwięki czy zaklęcia, które działają w nadprzyrodzony sposób poza nami, poza naszą kontrolą. Wręcz przeciwnie - słowa niosące ze sobą znaczenie Dhammy powinny być rozpatrywane i dzięki przypomnieniu sobie prawdziwości tego przekazu jest się uwolnionym z psycho-fizycznych dolegliwości. Kolejne pytanie jakie natychmiast chciałoby się postawić to: dlaczego Buddha miałby zapomnieć o Nauce, którą sam głosił? Znów Bhante Gunaratana przychodzi z pomocą:

> Buddha i arahanci (istoty w pełni wyzwolone) potrafią skoncentrować się na parittach bez niczyjej pomocy. Jednak gdy zostają dotknięci chorobą, łatwiej jest im słuchać sutty recytowanej przez innych, i w ten sposób skupić umysł na Dhammie, niż czynić tak wyłącznie o własnych siłach. W szczególnych bowiem przypadkach, jak na przykład wtedy, gdy choroba osłabia nasz umysł, siła sugestii pochodzącej od innych - czyli heterosugestii - okazuje się skuteczniejsza od autosugestii.

Jak wspomniano na początku Buddha był przeciwny magicznym sztuczkom i obrzędom, których celem była szeroko rozumiana pomyślność. Można powiedzieć inaczej - Błogosławiony starał się, jak zwykle, przewartościować te potrzeby, zwłaszcza wśród świeckich i "przemycić" w nich nauczanie o moralności, szczerości i niewinności oraz prawdzie.

Możemy zauważyć, że paritty przesiąknięte są Dhammą. Mówi się, że skuteczność wersów ochronnych zależy od prawdomówności uczestników (zwłaszcza recytującego). Często więc powtarzana jest fraza:

Etena sacca-vajjena Sotthi te hotu sabbadā.	Niechaj poprzez tej prawdy wypowiadanie, tobie zawsze dobrze się stanie.

Deklaracja prawdy, czy raczej autentyczności, wręcz niewinności przejawia się dość wyraźnie, choćby w Vaṭṭaka Paritcie czy słynnej ochronie wypowiadanej przez Aṅgulimālę, dającej łatwy połóg kobietom ciężarnym. Tego rodzaju "narzędzie" można zinterpretować jako pewność co do intencji oraz owoców kammy. Szczerość i czystość posiadają moc prawa przyczyny i skutku. Oprócz Właściwego Poglądu (pierwszego stopnia Szlachetnej Ośmiorakiej Ścieżki - sammā diṭṭhi) mamy tu także Właściwe Intencje (drugi stopień tejże Ścieżki - sammā saṅkappa).

Jeśli spojrzeć w ten sposób na paritty, te krótkie rozprawy, które traktują o zasadach moralnego życia i dobrych efektach jakie daje ich przestrzeganie, wtedy możemy śmiało uznać, że w ten sposób przekazane zostały trzy kolejne stopnie Ośmiorakiej Ścieżki. Właściwa Mowa (sammā vācā), Właściwe Działanie (sammā kammanta) i Właściwy Sposób Życia (sammā ājīva) należą do grupy moralności (sīla) wśród ośmiu stopni Ścieżki, zatem słuchając tego rodzaju pouczeń, człowiek taki z pewnością zechce żyć zgodnie z nimi.

Wychwalane co i rusz przymioty Buddhy, poprzednich Buddhów, Paccekabuddhów oraz Arahantów odnośnie ich oświecenia, zapanowania nad nieumiejętnymi wpływami umysłu, uwolnienia się od krzywdy motywować może wielu do praktyki ostatnich trzech stopni Ścieżki: Właściwego Wysiłku (sammā vāyāma), Właściwej Uważności (sammā sati) oraz Właściwej Koncentracji (sammā samādhi).

Przede wszystkim rzecz jasna recytacja paritt przesiąknięta powinna być miłującą dobrocią i współczuciem, zarówno dla siebie jak i innych. Jakiekolwiek działanie motywowane miłością i chęcią niesienia dobra, podejmowane z czystym umysłem powoduje że inne osoby i istoty (np zwierzęta) potrafią wyczuć tego rodzaju intencje, dzięki czemu doznać otuchy, uszczęśliwienia. Znów, nie ma tu mowy o mocach telepatycznych, a o zwykłym prawie przyczyny i skutku, jak też umiejętnym posługiwaniu się metodami danymi przez Błogosławionego. Dobrym przykładem niech będzie tu Khandha Sutta, w której to strach niwelowany jest właśnie przez mettę. Paritty nie specjalnie skupiają się na obiektach strachu (zarówno węży, czy innych zwierzętach, ale też istotach niewidzialnych, nadprzyrodzonych) jak na samej emocji, by zastąpić ją pozytywnymi odczuciami. Zatem jeśli w czasach Buddhy lub później, gdy kogoś ogarniał strach, frustracja lub psychiczny niepokój, mógł sam wyrecytować parittę lub poprosić o to mnicha lub mniszkę. Dzięki temu, rozumiejąc słowa paritty, następowała transformacja w umyśle przestraszonego, przekształcenie się negatywnych emocji w pozytywne. Oprócz tego, jako pochodna, dokonywało się także odpuszczenie, wyjście poza stan przerażenia, uwolnienie się i introspekcja. Nie możemy zatem odmówić parittom tego, że były w zgodzie z zasadami Dhammy. Nie oznacza to, że uzbrojeni w parittę ludzie powinni ryzykować swoje życie, natomiast istnieje prawidłowość (choćby w przypadku zwierząt), że ktoś, kto nie boi się, nie jest zwykle atakowany. Przede wszystkim więc należy używać paritt z mądrością i przezornością.

Istotnym czynnikiem w recytacji paritt jest wiara w ich moc. Współcześni buddyści mogą mieć odnośnie tego pewne wątpliwości, uznając je za zabobony i zaprzeczenie tego, czego maczał Buddha. Nawet jeśli ktoś nie wierzy w duchy, istoty niebiańskie czy innego rodzaju nadprzyrodzone istoty chcące wyrządzić nam krzywdę, warto przytoczyć tu argumenty Bhante Gunaratany odnoszące się do tych kwestii:

> W jaki sposób negatywne wpływy pochodzące od złych istot mogą zostać zniweczone przez recytację paritt? Negatywne wpływy są rezultatem złych myśli, dlatego można im przeciwdziałać za pomocą szlachetnych stanów umysłu. Jednym ze sprawdzonych środków wiodących do tego celu jest słuchanie i kontemplowanie recytacji paritt ze zrozumieniem i zaufaniem. Moc tkwiąca w koncentracji jest bowiem tak potężna, że poprzez zwrócenie całej swojej uwagi na prawdę niesioną przez paritty, człowiek jest w stanie rozwinąć w sobie szlachetne stany umysłu.
>
> W oparciu o tę samą prawidłowość, czyli poprzez wywołanie szlachetnych stanów umysłu, pochodzących ze skoncentrowanego i ufnego słuchania paritt, możemy spodziewać się wymiernych efektów w świecie doczesnym. Zgodnie z twierdzeniem Buddhy, właściwy

wysiłek jest czynnikiem koniecznym do przezwyciężenia cierpienia. Słuchając recytacji paritt jesteśmy w stanie wytworzyć energię potrzebną do zapewnienia sobie sukcesu w świecie doczesnym i jednocześnie zadbać o rozwój duchowy.

Na psychiczne i fizyczne kłopoty, będące powodem cierpienia i nieszczęścia, nie ma lepszego lekarstwa niż prawda, którą niesie Dhamma. Dlatego recytacje paritt, wtedy gdy przekazują autentyczną Dhammę i są wysłuchiwane z właściwym nastawieniem, potrafią wytworzyć szlachetne stany umysłu. Stany te przyczyniają się do dobrego zdrowia, a także prowadzą do rozwoju zarówno na planie doczesnym, jak i duchowym. Efekt, a więc i moc paritt potrafi także przekraczać odległość, nieważne jak wielką.

To prawda, że buddyści uznają paritty za niezawodne, potężne i oczyszczające narzędzie, innymi słowy – lek na wszystko. Powstaje jednak pytanie, czy recytacje paritt dają swój ochronny rezultat za każdym razem? Warto w tym miejscu przytoczyć słowa czcigodnego Nāgaseny, będące odpowiedzią na pytanie króla Milindy o to, dlaczego nie we wszystkich przypadkach paritta potrafi uchronić kogoś przed śmiercią: „Recytacja paritt może nie przynieść skutku z powodu trzech czynników: przeszkód kammicznych (kammāvaraṇena), przeszkód pochodzących ze spalmień (kilesāvaraṇena) lub z braku wiary (asaddahanatāya).” (KN.19.4.2.04 maccupāsamuttipañho)

Kamma oznacza intencjonalne działanie, a nie jego skutek, dlatego przyjmuje się, że każde działanie może zawsze napotkać na przeciwdziałanie. Kamma nie jest statyczna, lecz zmienia się nieustannie, przechodzi proces ciągłego tworzenia, więc każdej akcji może zawsze towarzyszyć reakcja. Z tego powodu zła kamma po stronie słuchających recytacji może przyczynić się do unieważnienia pozytywnych efektów niesionych przez paritty.

Także wtedy, gdy umysł słuchacza skażony jest negatywnymi myślami, korzystny efekt recytacji może się nie urzeczywistnić. Jednak niezależnie od tego jak 'nieczysty' będzie umysł słuchacza, jeśli przejawi on wielkie zaufanie w skuteczność recytacji, to z pewnością zapewni sobie udział w jej dobroczynnym działaniu.

Wszystko czego uczył Buddha to nauka o umyśle, tego jak się przejawia, jakie interakcje zachodzą miedzy nim a materią, formą (rūpa). Ideałem było zatem dostrzeganie rzeczywistości umysłowej taką jaka jest "yathābhūta", odpowiednie przyłożenie uwagi by to dostrzec "yoniso manasikāra" oraz przejrzyste dostrzeganie, wgląd w to co w danej chwili widzimy "vipassanā". Dhamma w tłumaczeniu "natura zjawisk" odnosi się do pewnych praw, które dają wskazówki w jaki sposób umysł, uwarunkowany przez materię, środowisko, przyczynę i skutek, może wyzwolić się ze stworzonych przez siebie skaz i doświadczyć Nieuwiązania. W takim rozumieniu jakakolwiek pomoc, nawet najmniejsza, pod postacią chociażby przekazu jakie niosą paritty, jest na wagę złota.

Świeccy wyznawcy, zwykle nie mogąc sobie pozwolić na poświecenie całego życia na odkrywanie subtelnego przekazu muszą zadowolić się tego rodzaju wyrywkowymi przekazami Dhammy. W krajach gdzie zadomowiła się tradycja buddyjska uważa się, że tego rodzaju recytacje, zwłaszcza całonocne chantingi paritt przynoszą bezpieczeństwo i dobrobyt dla osób w nich uczestniczących.

Zwykle tego rodzaju ceremonie odbywają się podczas pełni lub nowiu księżyca, czasem będzie to "poświęcenie" nowego klasztoru lub nowowybudowanego domu. Częstą praktyką jest także zapraszanie mnichów recytujących urywki kanonu w trakcie pogrzebów czy rocznic śmierci członka rodziny.

Ten konkretny zbiór wersów ochronnych skomponowany został przez Sayadawa U Sīlanandę na potrzeby mnichów uczących się na Uniwersytecie Theravādy (I.T.B.M.U.). Stąd też w dziale recytacji końcowych występują "Cztery rodzaje kontemplacji", używane wyłącznie przez bhikkhów i bhikkhuni. Świeckie osoby dzięki temu mogą dowiedzieć się na czym polegają cztery rekwizyty, oraz w jaki sposób są spożytkowane przez mnisią Saṅghę. Członkowie zakonu buddyjskiego powinni

używać czterech rekwizytów (pożywienia, szat, miejsca spoczynku, lekarstw) zgodnie z odpowiednim zamierzeniem. Przed użyciem jakiejkolwiek rzeczy danej przez świeckich wyznawców każdy członek Saṅghi zobligowany jest, by zastanowić się i rozważyć w jakim celu chce użyć konkretnego rekwizytu. Tym sposobem, medytując przynajmniej raz dziennie nad naturą i intencją spożywania pokarmu, lekarstw, używania szat, przebywania w klasztorach ufundowanych przez domowników, mnisi i mniszki nie powinni generować żadnych zanieczyszczeń w umyśle. Oprócz funkcji informującej o czterech rekwizytach, recytacja ta może także zainspirować świeckich wyznawców do kontemplacji nad ich własnym dobytkiem.

Kompozycja paritt jest zróżnicowana, niektóre są niemal identyczną kopią sutt z kanonu palijskiego (np. Maṅgala Sutta, Ratana Sutta) inne są tylko konspektem, na podstawie istniejących mów (np. Aṅgulimāla Paritta, Bojjhaṅga Paritta). Większość z paritt posiada wstęp, który jest znacznie późniejszą kompilacją, kończącą się zwykle frazą: "parittaṃ taṃ bhaṇāma he" - "parittę tę wygłaszamy."

Istnieje wiele różnych zbiorów paritt, różniących się ilością (od 24 do 29) jak też długością poszczególnych paritt, na przykład lankijska Pirit Potha, zwana także Catubhāṇavārapāḷi ("Tekst czterech recytacji"). W Birmie (Myanmar) recytuje się jako wersy ochronne urywki z Abhidhammy, etc.

Na portalu Sasana.pl dostępne są pliki audio z nagranymi recytacjami paritt Czcigodnego U Sīlanandy. Oprócz tego dostępne są również filmy z recytacjami, tekstem palijskim i tłumaczeniem.

Skład poniższego zbioru paritt wraz z odpowiednikami w kanonie palijskim:

- Saraṇa-gamaṇaṃ (Khp.01)
- Maṅgala Sutta (Khp.05, Snp.2.04 - Mowa o błogosławieństwach)
- Ratana Sutta (Khp.06, Snp.2.01 - Mowa o klejnocie)
- Metta Sutta (Khp.09, Snp.1.08 - Mowa o miłującej dobroci)
- Khandha Sutta (AN.04.67 - Mowa o składowych)
- Mora Paritta (Jat.159 - Wersy ochronne pawia)
- Vaṭṭaka Paritta (Jat.035 - Wersy ochronne przepiórki)
- Dhajagga Sutta (SN 11.03 - Mowa o szczycie chorągwi)
- Āṭānāṭiya Sutta (DN.32 - Mowa w Āṭānāṭa)
- Aṅgulimāla Sutta (MN.086 - Mowa o Aṅgulimāli)
- Bojjhaṅga Paritta (SN.46.014, SN.46.015, SN.46.016 - Pierwsza, druga, trzecia mowa o chorobie)
- Cattāro Paccavekkhaṇa (MN.002 - Mowa o wszystkich skazach)
- Kāyagatāsati (Khp.03)

Oby poniższe tłumaczenie przyniosło korzyści wynikające ze zrozumienia Dhammy wszystkim istotom.

Grudzień, 2012
Piotr Jagodziński

Paritta Pāḷi

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa.

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-sambuddhassa.

Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-sambuddhassa.

Wersy Paritty

Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.

Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.

Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.

Saraṇa-gamaṇaṃ

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi,

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi,

Tatiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Tatiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi,
Tatiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Przyjęcie schronienia

Przyjmuję schronienie w Buddzie,
Przyjmuję schronienie w Dhammie,
Przyjmuję schronienie w Sańdze,

Po raz drugi przyjmuję schronienie w Buddzie,
Po raz drugi przyjmuję schronienie w Dhammie,
Po raz drugi przyjmuję schronienie w Sańdze,

Po raz trzeci przyjmuję schronienie w Buddzie,
Po raz trzeci przyjmuję schronienie w Dhammie,
Po raz trzeci przyjmuję schronienie w Sańdze.

Buddha-guṇā

Itipi so Bhagavā,
Arahaṃ,
Sammā-sambuddho,
Vijjā-caraṇa-sampanno,
Sugato,
Lokavidū,
Anuttaro purisa-damma-sārathi,
Satthā deva-manussānaṃ,
Buddho,
Bhagavāti.

Atrybuty Buddhy

Istotnie taki jest Błogosławiony,
Godny,
Doskonale Samo Przebudzony,
Zrealizowany w najwyższej mądrości i o współczującym postępowaniu,
Biegły w najpomyślniejszym działaniu,
Znawca światów,
Niezrównanie wprawny w poskramianiu istot,
Nauczyciel bóstw i ludzi,
Przebudzony,
Błogosławiony.

Buddha-vandanā

Ye ca Buddhā atītā ca,
ye ca Buddhā anāgatā,
paccuppannā ca ye Buddhā,
ahaṃ vandāmi sabbadā.

N'atthi me saraṇam aññaṃ,
Buddho me saraṇaṃ varaṃ,
etena saccavajjena,
hotu me jayamaṅgalaṃ.

Uttamaṅgena vande'haṃ,
pādapaṃsuṃvaruttamaṃ,
Buddhe yo khalito doso,
Buddho kamatu taṃ mama.

Składanie czci Buddhom

Ci Buddhowie, którzy byli w przeszłości,
Ci Buddhowie, którzy będą w przyszłości,
Buddhowie, którzy istnieją w teraźniejszości,
wszystkim im składam cześć w całej okazałości.

Nie ma dla mnie schronienia innego,
oprócz Buddhy - schronienia najdoskonalszego,
niechaj poprzez tej prawdy wypowiadanie,
zwycięskie błogosławieństwo dla mnie nastanie.

Składam cześć chyląc czoło,
przed kurzem ze stóp Najznakomitszego,
wszelkie me pomyłki i błędne postępowanie,
niech w świadectwie Buddhy będą mi wybaczane.

Dhamma-guṇā

Svākkhāto bhagavatā dhammo,
sandiṭṭhiko,
akāliko,
ehipassiko,
opanayiko,
paccattaṃ veditabbo viññūhi.

Atrybuty Dhammy

Dobrze objaśniona jest Dhamma Błogosławionego,
przejawia się tu i teraz,
jej zrozumienie przynosi natychmiastowe rezultaty,
zapraszająca każdego, aby przyszedł i zobaczył,
sprzyjająca w podążaniu do ostatecznego celu,
może być zrealizowana i doświadczona przez każdego mądrego człowieka.

Dhamma-vandanā

Ye ca Dhammā atītā ca,
ye ca Dhammā anāgatā,
paccuppannā ca ye Dhammā,
ahaṃ vandāmi sabbadā.

N'atthi me saraṇam aññaṃ,
Dhammo me saraṇaṃ varaṃ,
etena saccavajjena
hotu me jayamaṅgalaṃ.

Uttamaṅgena vande'haṃ,
Dhammañca tividhaṃ varaṃ.
Dhamme yo khalito doso,
Dhammo kamatu taṃ mama.

Składanie czci Dhammie

Ta Dhamma, która była w przeszłości,
Ta Dhamma, która będzie w przyszłości,
Dhamma, która istnieje w teraźniejszości,
wszystkim im składam cześć w całej okazałości.

Nie ma dla mnie schronienia innego,
oprócz Dhammy - schronienia najdoskonalszego,
niechaj poprzez tej prawdy wypowiadanie,
zwycięskie błogosławieństwo dla mnie nastanie.

Składam cześć chyląc czoło,
przed trójdzielną Dhammą znamienitą,
wszelkie me pomyłki i błędne postępowanie,
niech w świadectwie Dhammy będą mi wybaczane.

Saṅgha-guṇā

Supaṭipanno bhagavato sāvaka-Saṅgho,
ujupaṭipanno bhagavato sāvaka-Saṅgho,
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvaka-Saṅgho,
sāmīci-paṭipanno bhagavato sāvakaSaṅgho,
yad idaṃ cattāri purisayugāni,
aṭṭha-purisa-puggalā,
esa bhagavato sāvaka Saṅgho,
āhuneyyo,
pahuneyyo,
dakkhiṇeyyo,
añjalikaraṇiyyo,
anuttaraṃ puññakkhetaṃ lokassā ti.

Atrybuty Saṅghi

Saṅgha uczniów Błogosławionego praktykuje w dobry sposób,
Saṅgha uczniów Błogosławionego praktykuje w rzetelny sposób,
Saṅgha uczniów Błogosławionego praktykuje w prawidłowy sposób,
Saṅgha uczniów Błogosławionego praktykuje we właściwy sposób –
niniejsze cztery pary ludzi, osiem poszczególnych typów ludzi –
tym jest Saṅgha uczniów Błogosławionego,
godna podarunków,
godna gościnności,
godna ofiarowań,
której powinno okazywać się szacunek,
która jest nieporównywalnym polem zasług dla świata.

Saṅgha-vandanā

Ye ca Saṅghā atītā ca,
ye ca Saṅghā anāgatā,
paccuppannā ca ye Saṅghā,
ahaṃ vandāmi sabbadā.

Ta Saṅgha, która była w przeszłości,
Ta Saṅgha, która będzie w przyszłości,
Saṅgha, która istnieje w teraźniejszości,
wszystkim im składam cześć w całej okazałości.

N'atthi me saraṇam aññaṃ,
Saṅgho me saraṇaṃ varaṃ,
etena saccavajjena,
hotu me jayamaṅgalaṃ.

Nie ma dla mnie schronienia innego,
oprócz Saṅghi - schronienia najdoskonalszego,
niechaj poprzez tej prawdy wypowiadanie,
zwycięskie błogosławieństwo dla mnie nastanie.

Uttamaṅgena vande'haṃ,
Saṅghañca duvidh'ottamaṃ,
Saṅghe yo khalito doso,
Saṅgho kamatu taṃ mama.

Składam cześć chyląc czoło,
przed dwudzielną Saṅghą znamienitą,
wszelkie me pomyłki i błędne postępowanie,
niech w świadectwie Saṅghi będą mi wybaczane.

1. Niedziela

Paritta-Parikamma

1. *Samantā cakkavāḷesu,*
atrāgacchantu devatā,
saddhammaṃ Munirājassa,
suṇantu saggamokkhadaṃ.

2. *Dammassavana-kālo ayaṃ bhaddantā.*
Dammassavana-kālo ayaṃ bhaddantā.
Dammassavana-kālo ayaṃ bhaddantā.

3. *Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-sambuddhassa.*
Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-sambuddhassa.
Namo tassa Bhagavato Arahato Sammā-sambuddhassa.

4. *Ye santā santa-cittā,*
tisaraṇa-saraṇā,
ettha lokantare vā,
Bhummābhummā ca devā
guṇagaṇagahaṇa
byāvatā sabbakālaṃ.
Ete āyantu devā,
vara-kanaka-maye,
Merurāje vasanto,
Santo santosa-hetuṃ
Munivara-vacanaṃ,
sotumaggaṃ samaggā.

5. *Sabbesu cakkavāḷesu,*
yakkhā devā ca bramaṇo,
Yaṃ amhehi kataṃ puññaṃ,
sabba-sampatti-sādhakaṃ.

6. *Sabbe taṃ anumoditvā,*
samaggā Sāsane ratā,
Pamadā-rahitā hontu,
ārakkhāsu visesato.

7. *Sāsanassa ca lokassa,*
vuḍḍhi bhavatu sabbadā,
Sāsanampi ca lokañca,
devā rakkhantu sabbadā.

Przygotowanie do Paritty

1. Niech tutaj przybywają,
devy ze wszelkich wieloświatów,
niechaj dobrej Dhammy Króla Mędrców
wysłuchają,
o niebiosach i wyswabadzaniu.

2. Mający to szczęście, nadszedł czas by
wysłuchać Dhammy.
Mający to szczęście, nadszedł czas by
wysłuchać Dhammy.
Mający to szczęście, nadszedł czas by
wysłuchać Dhammy.

3. Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.
Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.
Hołd Jemu, Błogosławionemu, Godnemu,
Doskonale Samo Przebudzonemu.

4. Te świetne, o świetnym umyśle,
w trzech schronieniach schronione,
devy z tym światem związane,
ziemskie i ponad ziemią wzniesione,
zawsze mnóstwem zasług chcąc być
przyozdobione,
niechaj wszystkie one,
wraz z ich królem,
który przebywa na Meru - złotej górze,
wysłuchają słów najwspanialszego Mędrca,
które są wspaniałym źródłem szczęścia.

5. Istoty ze wszelkich wieloświatów,
yakkhów, dev i brahmów,
niech wszystkie radują się z pożytecznego,
działania przez nas uczynionego.

6. Niech wszystkie one radośnie,
zjednoczone i oddane Sāsanie,
pozostając bez rozproszeń,
strzegą bez rozróżnień.

7. Niech świat nieustannie
wzrasta w Sāsanie,
niechaj dzięki ochronie dev
Sāsana na dłużej ostanie.

8. *Sadhiṃ hontu sukhī sabbe,*
parivārehi attano,
Anīghā sumanā hontu,
saha sabbehi ñātibhi.

8. Niech wszelakie istnienia będą
szczęśliwymi,
będąc razem z rodzinami swymi,
zawsze zadowolonymi,
od krzywdy uwolnionymi.

9. *Rājato vā corato vā*
manussato vā amanussato vā
Aggito vā udakato vā
pisācato vā khāṇukato vā
Kaṇṭakato vā nakkhattato vā
Janapadarogato vā
asaddhammato vā
Asandiṭṭhito vā asappurisato vā
Caṇḍa-atthi-assa-miga-goṇa-kukkura
ahi-vicchika-maṇisappa-dīpi
accha-taraccha-sūkara-mahiṃsa
yakkha-rakkhasādīhi
nānābhayato vā, nānārogato vā,
nānā-upaddavato vā
ārakkhaṃ gaṇhantu.

9. Przed złodziejami i władcami,
ludźmi, nieludzkimi istotami,
pożarami, powodziami,
duchami, drogowymi przeszkodami,
cierniami, złymi omenami,
epidemiami i nieprawdziwymi naukami,
błędnymi przekonaniami, złymi
kompanami,
dzikimi słoniami, końmi, jeleniami, osłami,
psami,
wężami, skorpionami, wodnymi wężami,
gepardami,
niedźwiedziami, hienami, dzikami,
bykami,
yakkhami, rakkasami,
jak też innymi niebezpieczeństwami i
chorobami,
oraz innymi nieszczęściami, obyśmy byli
ochraniani.

Maṅgala Sutta

Mowa o błogosławieństwie

10. *Yaṃ maṅgalaṃ dvādasahi,*
Cintayiṃsu sadevakā,
sotthānaṃ nādhigacchanti,
Aṭṭhattiṃsañca maṅgalaṃ,

10. Ludzie wraz z bogami,
próbowali odkryć przez dwanaście lat,
czym jest błogosławieństwo,
lecz nie mogli odkryć błogosławieństw,
a jest ich trzydzieści osiem, prowadzących
do szczęścia.

11. *Desitaṃ Devadevena,*
Sabbapāpavināsanaṃ,
Sabbalokahitatthāya,
Maṅgalaṃ taṃ bhaṇāma he.

11. Recytujmy te błogosławieństwa,
nauczane przez bóstwo bóstw, Buddhę,
dla dobra całego świata,
dla wyplenienia zła.

12. *Evaṃ me sutaṃ. Ekaṃ samayaṃ*
Bhagavā Sāvatthiyaṃ viharati Jetavane
Anāthapiṇḍikassa ārāme. Atha kho
aññatarā devatā abhikkantāya rattiyā
abhikkantavaṇṇā kevalakappaṃ
Jetavanaṃ obhāsetvā yena Bhagavā
tenupasaṅkami. Upasaṅkamitvā
Bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ
aṭṭhāsi. Ekamantaṃ ṭhitā kho sā devatā
Bhagavantaṃ gāthāya ajjhabhāsi:

12. Oto com usłyszał. Pewnego razu
Błogosławiony przebywał niedaleko miasta
Sāvatthi w klasztorze Anāthapiṇḍiki w
gaju Jety. W tym czasie pewna deva, w
samym środku nocy z niezrównaną
wspaniałością rozświetliwszy swym
blaskiem cały gaj Jety przybyła do
Błogosławionego. Przybliżywszy się
złożyła z wielkim szacunkiem ukłon i
stanęła z boku. Stojąc tak zwróciła się do
Błogosławionego tymi wersami:

13. *"Bahū devā manussā ca,*
maṅgalāni acintayuṃ.
Ākaṅkhamānā sotthānaṃ,
brūhi maṅgalamuttamaṃ."

13. Wielu bogów i ludzi
poszukując szczęścia,
rozmyślało nad tym
czym są błogosławieństwa.
Proszę, powiedz nam co jest
błogosławieństwem najwyższym.

14. *"Asevanā ca bālānaṃ,*
paṇḍitānañca sevanā,
pūjā ca pūjaneyyānaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

14. Nie identyfikuj się z głupcami,
bądź identyfikowany z mędrcami,
szanuj tych, którzy są
zasłużenie szanowani,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

15. *Patirūpadesavāso ca,*
pubbe ca katapuññatā.
attasammāpaṇidhi ca,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

15. W odpowiednim miejscu żyć,
nieustannie dobre zasługi czynić,
we właściwy sposób się doskonalić,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

16. *Bāhusaccañca sippañca,*
vinayo ca susikkhito,
subhāsitā ca yā vācā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

16. Posiadać umiejętności i
mieć najwyższe poznanie,
udoskonalać się
w moralnej dyscyplinie,
w mowie wysławiać się łagodnie,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

17. *Mātāpitu upaṭṭhānaṃ,*
puttadārassa saṅgaho,
anākulā ca kammantā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

17. Dla matki i ojca być pomocnym,
dla dzieci i współmałżonka
być opiekuńczym,
zajęciem trudzić się nieskomplikowanym,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

18. *Dānañca dhammacariyā ca,*
ñātakānañca saṅgaho,
anavajjāni kammāni,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

18. Bycie szczodrym, życie zgodne z Dhammą
prowadzenie,
o bliskie osoby troskliwe dbanie,
nienagannych czynów popełnianie,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

19. *Āratī viratī pāpā,*
majjapānā ca saṃyamo,
appamādo ca dhammesu,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

19. Od zła powstrzymywać się i stronić,
substancji odurzających unikać,
na naturę zjawisk się uwrażliwiać,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

20. *Gāravo ca nivāto ca,*
santuṭṭhi ca kataññutā,
kālena dhammassavanaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

20. Mieć szacunek do innych i
być skromnym,
zadowolonym oraz wdzięcznym,
słuchanie Dhammy
w czasie odpowiednim,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

21. *Khantī ca sovacassatā,*
samaṇānañca dassanaṃ,
kālena dhammasākacchā,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

21. Bycie tolerancyjnym, do rad słuchania
skorym, mając wzór w każdym
czcigodnym, dyskutowanie o Dhammie
w czasie odpowiednim,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

22. *Tapo ca brahmacariyañca,*
ariyasaccāna dassanaṃ,
nibbānasacchikiriyā ca,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

22. Pilne praktykowanie i
czystego życia realizowanie,
Czterech Szlachetnych Prawd
dostrzeganie,
Nibbāny doświadczanie,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

23. *Phuṭṭhassa lokadhammehi,*
cittaṃ yassa na kampati,
asokaṃ virajaṃ khemaṃ,
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

23. Czyj umysł, choć dotknięty przez światowe
uwarunkowania,
pozostanie niezmącony,
wolny od smutków i skaz,
w pełni zabezpieczony,
to jest błogosławieństwo najwyższe.

24. *Etādisāni katvāna,*
sabbatthamaparājitā,
sabbattha sotthiṃ gacchanti,
taṃ tesaṃ maṅgalamuttama"nti.

24. Ci, którzy dokonują
tak pomyślnych czynów,
wszędzie są niezwyciężeni,
gdziekolwiek będą, są zaspokojeni,
to jest dla nich
błogosławieństwo najwyższe.

2. Poniedziałek

Ratana Sutta

25. *Paṇidhanato paṭṭhāya Tathāgatassa*
dasa pāramiyo, dasa upapāramiyo,
dasa paramattha pāramiyo 'ti,
samattiṃsa pāramiyo pañca
mahāpariccāge:
lokatthacariyaṃ ñātatthacariyaṃ
Buddhatthacariyanti
tisso cariyāyo pacchimabhave
gabbhavakkantiṃ, jātiṃ,
abhinikkhamanaṃ, padhānacariyaṃ,
Bodhipallaṅke Māravijayaṃ,
sabbaññutaññāṇappaṭivedhaṃ,
Dhammacakkappavattanaṃ,
nava lokuttaradhammeti,
sabbepi me Buddhaguṇe āvajjetvā
Vesāliyā tīsu pākārantaresu,
tiyāmarattiṃ Parittaṃ karonto
Āyasmā Ānandatthero viya
kāruññācittaṃ upaṭṭhapetvā.

26. *Koṭisatasahassesu,*
Cakkavāḷesu devatā,
Yassāṇaṃ paṭiggaṇhanti,
Yañca Vesāliyā pure.

27. *Rogāmanussa-dubbhikkha-*
Sambhūtaṃ tividhaṃ bhayaṃ,
Khippam'antaradhāpesi,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

28. *Yānīdha bhūtāni samāgatāni,*
Bhummāni vā yāni va antalikkhe.
Sabbeva bhūtā sumanā bhavantu,
Athopi sakkacca suṇantu bhāsitaṃ.

29. *Tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe,*
Mettaṃ karotha mānusiyā pajāya.
Divā ca ratto ca haranti ye baliṃ,
Tasmā hi ne rakkhatha appamattā.

Mowa o Klejnocie

25. Mając umysł pełen współczucia, jak Czcigodny Ānanda, który recytował te ochronne paritty przez trzy części nocy, praktykując medytację chodzoną na ścieżce między trzema murami miejskimi Vesālī, kontemplując następujące atrybuty Buddhy: od momentu gdy Bodhisatta postanowił osiągnąć stan Buddhy, zaczął praktykować trzydzieści paramit składających się z dziesięciu paramit, dziesięciu upaparamit, oraz dziesięciu paramatthaparamit, pięciu najwyższych darów, trzech wielkich praktyk składających się z praktyki na rzecz świata, praktyki na rzecz najbliższych oraz praktyki na rzecz osiągnięcia stanu Buddhy, aż do momentu rozpoczęcia ostatniego życia, przyjmując poczęcie w łonie swej matki, narodzin, wyrzeczenia się świata, praktyki ascezy, zwycięstwa nad Mārą podczas gdy siedział na tronie drzewa Bodhi, zdobycia wszechwiedzy, gdy zakręcił kołem Dhammy wykładając swoją pierwszą rozprawę wraz z dziewięcioma ponadświatowymi dhammami.

26. Ta paritta
zgodnie przyjęta przez devy,
z dziesięciu milionów światów,
której słowa recytujemy,
ochroniła miasto Vesālī,

27. Natychmiast uwolniła,
od trzech klęsk,
wynikających z:
głodu, chorób oraz
działalności istot pozaludzkich.

28. Jakiekolwiek istoty
tutaj zgromadzone,
ziemskie czy niebiańskie,
oby wszystkie były szczęśliwe,
oraz by uważnie wysłuchały
moich słów.

29. Zatem natężcie słuch
wszystkie istoty,
okażcie mettę dla ludzi,
którzy w dzień i w nocy
przynoszą wam dary,
dlatego też chrońcie ich gorliwie.

30. *Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā,*
Saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ.
Na no samaṃ atthi Tathāgatena.
Idampi Buddhe ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu!

30. Czy będzie to skarb tutaj
czy w świecie ponad,
czy też drogocenny
klejnot w niebiesiech,
żaden nie równa się z Tathāgatą.
W Buddzie jest
ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy pomyślność
przyniesie!

31. *Khayaṃ virāgaṃ amataṃ paṇītaṃ,*
Yadajjhagā Sakyamunī samāhito.
Na tena Dhammena samatthi kiñci,
Idampi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu!

31. Wyzbyty z zanieczyszczeń,
bez pożądań, poza śmierci rubieże,
ponad przeciętność wstąpił łagodny
mędrzec z rodu Sakyów.
Nie ma niczego
coby równało się tej Dhammie.
W Dhammie jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy pomyślność
przyniesie.

32. *Yaṃ Buddhaseṭṭho parivaṇṇayī suciṃ,*
Samādhimānantarikaññamāhu.
Samādhinā tena samo na vijjati,
Idampi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu!

32. Tę czystą koncentrację umysłu,
wychwalał niedościgniony Buddha,
jako dającą natychmiastowe
rezultaty na Ścieżce.
Nie ma takowej,
która byłaby równa tej koncentracji.
W Dhammie jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie.

33. *Ye puggalā aṭṭha sataṃ pasatthā,*
Cattāri etāni yugāni honti.
Te dakkhiṇeyyā Sugatassa sāvakā,
Etesu dinnāni mahapphalāni.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

33. Tych osiem osób stanowi cztery pary;
Ci są wychwalani przez prawych,
Ci są uczniami Błogosławionego,
wartymi dawanych im darów,
Im ofiarowane dary
przynoszą obfite owoce.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie.

34. *Ye suppayuttā manasā daḷhena,*
Nikkāmino Gotamasāsanamhi.
Te pattipattā amataṃ vigayha,
Laddhā mudhā nibbutiṃ bhuñjamānā.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

34. Z czujnym i pilnym umysłem,
dokładnie wykonując
instrukcje Gotamy,
zrealizowawszy to
co miało być urzeczywistnione,
bez przeszkód cieszą się
spokojem wyzwolenia,
będąc poza śmiercią i
poza pożądaniami.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

35. *Yathindakhīlo pathavissito siyā,*
Catubbhi vātehi asampakampiyo.
Tathūpamaṃ sappurisaṃ vadāmi,
Yo ariyasaccāni avecca passati.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

35. Tak jak mocno osadzony
w ziemi filar, nie zadrży pod wpływem
czterech wiatrów,
Tak też, powiadam wam,
Poczciwi, w ten sposób
dostrzegają Szlachetne Prawdy.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

36. *Ye ariyasaccāni vibhāvayanti,*
Gambhīrapaññena sudesitāni.
Kiñcāpi te honti bhusaṃ pamattā,
Na te bhavaṃ aṭṭhamamādiyanti.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

36. Ci, którzy jasno
pojmują Szlachetne Prawdy,
będąc odpowiednio pouczeni
przez Tego o Wnikliwej Mądrości,
nawet gdy ulegną zamroczeniu,
ósmy raz już się nie odrodzą.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

37. *Sahāvassa dassanasampadāya,*
Tayassu dhammā jahitā bhavanti.
Sakkāyadiṭṭhi vicikicchitañca,
Sīlabbataṃ vāpi yadatthi kiñci.

37. Wraz z ustanowieniem wglądu,
pozbywają się trzech zanieczyszczeń:
przekonania o istnieniu
trwałej osobowości,
wątpliwości odnośnie Doktryny,
oraz wiary w wyzwolenie
poprzez rytuały i ceremonie.

38. *Catūhapāyehi ca vippamutto,*
Chaccābhiṭhānāni abhabba kātuṃ.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

38. Ocaleni są z czterech stanów niedoli,
niezdolni do popełniania sześciu
zwyrodniałych występków.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

39. *Kiñcāpi so kamma karoti pāpakaṃ,*
Kāyena vācā uda cetasā vā.
Abhabba so tassa paṭicchadāya,
Abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

39. Jeśli ten kto ujrzał Nieuwarunkowane,
robiłby coś nieodpowiedniego,
czynem, słowem czy myślą,
nie będzie w stanie tego ukryć;
gdyż powiedziano,
że jest to niemożliwością.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

40. *Vanappagumbe yatha phussitagge,*
Gimhānamāse paṭhamasmiṃ gimhe.
Tathūpamaṃ Dhammavaraṃ adesayi,
Nibbānagāmiṃ paramaṃ hitāya.
Idampi Buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

40. Tak jak w gęstwinach leśnych,
wraz z pierwszymi letnimi upałami, rozkwitają
najwyższe korony drzew, tak też nauczana
przez Niego Najwartościowsza z Nauk,
odpowiednio wdrożona prowadzi do Nibbāny -
najdoskonalszego dobra.
W Buddzie jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie!

41. *Varo Varaññū Varado Varāharo,*
Anuttaro Dhammavaraṃ adesayi.
Idampi Buddhe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

41. Najdoskonalszy, Znawca
Najwartościowszego,
Dawca Najcenniejszego,
Głosiciel Najważniejszego,
Niezrównany w objaśnianiu
Najkorzystniejszej z Nauk.
W Buddzie jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy pomyślność
przyniesie!

42. *Khīṇaṃ purāṇaṃ*
nava natthi sambhavaṃ,
Virattacittāyatike bhavasmiṃ.
Te khīṇabījā avirūḷhichandā,
Nibbanti dhīrā yathāyaṃ padīpo.
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,
Etena saccena suvatthi hotu!

42. Kładą kres temu co przeszło,
nowemu nie pozwalają powstać,
nie przywiązują uwagi do ponownego
stawania się, wyzbyli się ochoty
do potencjalnego odrodzenia,
Mędrcy ci wygaśli
niczym płomień w lampie.
W Sańdze jest ten drogocenny klejnot.
Niech świadectwo tej prawdy pomyślność
przyniesie!

43. *Yānīdha bhūtāni samāgatāni,*
Bhummāni vā yāni va antalikkhe.
Tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
Buddhaṃ namassāma suvatthi hotu!

43. Jakiekolwiek istoty
tutaj zgromadzone,
ziemskie czy niebiańskie,
Oddając razem cześć
Doskonałemu Buddzie,
któremu hołd składają
bogowie i ludzie,
niech nastanie pomyślność!

44. *Yānīdha bhūtāni samāgatāni,*
Bhummāni vā yāni va antalikkhe.
Tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
Dhammaṃ namassāma suvatthi hotu!

44. Jakiekolwiek istoty
tutaj zgromadzone,
ziemskie czy niebiańskie,
Oddając razem cześć
Doskonałej Dhammie,
której hołd składają
bogowie i ludzie,
niech nastanie pomyślność!

45. *Yānīdha bhūtāni samāgatāni,*
Bhummāni vā yāni va antalikkhe.
Tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ,
Saṅghaṃ namassāma suvatthi hotū!'ti.

45. Jakiekolwiek istoty
tutaj zgromadzone,
ziemskie czy niebiańskie,
Oddając razem cześć
Doskonałej Sańdze,
której hołd składają
bogowie i ludzie,
niech nastanie pomyślność!

Metta Sutta

46. *Yassā nubhāvato yakkhā,*
Neva dassenti bhīsanaṃ,
Yamhi cevānuyuñjanto,
Rattindiva matandito.

47. *Sukhaṃ supati sutto ca,*
Pāpaṃ kiñci na passati,
Evamādiguṇūpetaṃ,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

48. *Karaṇīyamatthakusalena,*
Yanta santaṃ padaṃ abhisamecca
Sakko ujū ca suhujū ca,
Suvaco cassa mudu anatimānī.

49. *Santussako ca subharo ca,*
Appakicco ca sallahukavutti
Santindriyo ca nipako ca,
Appagabbho kulesuananugiddho

50. *Na ca khuddamācare kiñci,*
Yena viññū pare upavedeyyuṃ,
Sukhino vā khemino hontu,
Sabbe sattā bhavantu sukhitattā.

51. *Ye keci pāṇabhūtatthi,*
Tasā vā thāvarā va navasesā
Dighā vā yeva mahantā,
Majjhimā rassakā aṇukathūlā.

52. *Diṭṭhā vā yeva adiṭṭhā,*
Ye va dūre vasanti avidūre
Bhūtā va sambhavesī va,
Sabba sattā bhavantu sukhitattā.

53. *Na paro paraṃ nikubbetha,*
Nātimaññetha katthaci na kañci,
Byārosanā paṭighasaññā,
Nāññamaññassa dukkhamiccheyya.

Mowa o miłującej dobroci

46. Dzięki mocy tej sutty Yakkhowie,
nie ukażą swych przerażających form.
Ktokolwiek praktykując ją,
pilnie, za dnia czy w nocy,

47. Śpi spokojnie i podczas spania,
żadnego koszmaru nie przyśni.
Obdarzone takimi właściwościami,
słowa paritty recytujmy.

48. Oto te dobre czyny
pozwalają osiągnąć stan spokoju:
bycie dostępnym, uczciwym,
prostolinijnym, uprzejmym,
delikatnym i niezarozumiałym.

49. Łatwym do zadowolenia,
skromnym w utrzymaniu,
mającym niewiele
obowiązków do spełnienia,
oraz oszczędnym.
Dzięki uspokojeniu umysłu -
przenikliwym.
Ani zbyt śmiałym, ani desperacko
przywiązanym do rodziny.

50. Nie popełniając nawet najdrobniejszych
niewłaściwych uczynków, za które później
mędrcy mogliby upominać.
Niech szczęście i łagodność trwają,
niechaj wszystkie istoty
osiągną pomyślność.

51. Niechaj wszystkie istoty które żyją;
poruszające się, nieruchome czy
jakiekolwiek inne, długie i duże,
średnie, małe, subtelne czy odrażające,

52. Widzialne i niewidzialne,
żyjące daleko i tuż obok,
narodzone czy mające przyjść na świat -
niechaj wszystkie istoty będą szczęśliwe i
mają się dobrze.

53. Niech się nie umniejsza niczyjej wartości,
czy bez powodu uważa kogoś za gorszego.
Niech się nie sprawia przykrości innym
będąc prowokowanym przez gniewne i
awersyjne usposobienie.

54. *Mātā yathā niyaṃ puttam,*
Āyusā ekaputtamanurakkhe
Evampi sabbabhūtesu,
Mānasaṃ bhāvaye aparimāṇaṃ.

54. Niczym matka troszcząca się o życie
swojego jedynego syna,
takie samo nastawienie należy rozwijać
wobec wszystkich istot,
bez rozróżniania.

55. *Mettañca sabbalokasmi,*
Mānasaṃ bhāvaye aparimāṇaṃ,
Uddhaṃ adho ca tiriyañca,
Asambādhaṃ averamasapattaṃ.

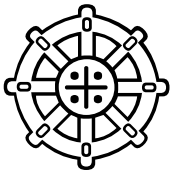
55. Rozwijaj pełną miłości dobroć
względem wszystkich istot,
ogarniając cały świat,
czy to w górze, czy u dołu, czy w środku.
Bez przeszkód, nienawiści, czy wrogości.

56. *Tiṭṭhaṃ caraṃ nisinno va,*
Sayāno yāvat 'assa vitamiddho.
Etaṃ satiṃ adhiṭṭheyya,
Bramhametaṃ vihāramidhamāhu.

56. Czy to stojąc, idąc czy siedząc,
a nawet leżąc, lecz nie śpiąc.
Wzbudzaj w sobie tę wolę i nastawienie,
to jest nazywane domeną
najwyższych bogów.

57. *Diṭṭhiñca anupagamma,*
Sīlavā dassanena sampanno.
Kāmesu vineyya gedhaṃ,
Na hi jātu gabbhaseyya punar eti 'ti.

57. Nie tkwiąc w jakichkolwiek poglądach,
lecz postępując etycznie
osiąga się właściwy wgląd,
gdy żądze zmysłowości wyciszą się,
nie będzie się już nigdy więcej
poczętym w łonie.



4. Środa

Khandha Sutta

58. *Sabbāsīvisajtīnaṃ,*
Dibbamantāgadhaṃ viya,
Yaṃ nāseti visaṃ ghoraṃ,
Sesañcāpi parissayaṃ.

59. *Āṇākkhettamhi sabbattha,*
Sabbadā sabbapāṇinaṃ,
Sabbasopi nivāreti,
Parittaṃ taṃ baṇāma he.

60. *Virūpakkhehi me mettaṃ,*
Mettaṃ Erāpathehi me,
Chabyāputtehi me mettaṃ,
Mettaṃ Kaṇhāgotamakehi ca.

61. *Apādakehi me mettaṃ,*
Mettaṃ dvipādakehi me,
Catuppadehi me mettaṃ,
Mettaṃ bahuppadehi me.

62. *Mā maṃ apādako hiṃsi,*
Mā maṃ hiṃsi dvipādako,
Mā maṃ catuppado hiṃsi,
Mā maṃ hiṃsi bahuppado.

63. *Sabbe sattā sabbe pāṇā,*
Sabbe bhūtā ca kevalā,
Sabbe bhadrāni passantu,
Mā kañci pāpamāgamā.

64. *Appamāṇo Buddho,*
Appamāṇo Dhammo,
Appamāṇo Saṅgho,
Pamāṇavantāni siriṃsapāni
Ahi, vicchikā, satapadī,
Uṇṇanābhī, sarabū, mūsikā.

Mowa o składowych

58. Niczym niebiańskie zaklęcie,
potrafi w pełni zapobiec,
niszcząc groźną truciznę,
wszystkich jadowitych stworzeń.

59. Obejmując swym zasięgiem,
wszelkie istoty,
żyjące wszędzie, o każdej porze,
parittę tę wygłaszamy.

60. Między mną a Virupakkhami
jest miłująca dobroć,
miłująca dobroć
jest między mną a Erapathami,
między mną a potomkami Chabya
jest miłująca dobroć,
miłująca dobroć jest między mną a
Czarnymi Gotamakami.

61. Dla istot beznogich mam miłującą dobroć,
mam miłującą dobroć dla istot dwunogich,
dla istot czteronogich mam
miłującą dobroć,
mam miłującą dobroć
dla istot wielonogich.

62. Niech istoty beznogie mnie nie krzywdzą,
niech nie krzywdzą mnie istoty dwunogie,
niech istoty czteronogie
mnie nie krzywdzą,
niech nie krzywdzą mnie
istoty wielonogie.

63. Wszystkie istoty żyjące,
wszystkie oddychające,
wszystkie zrodzone,
razem i wyszczególnione,
oby wszystkie zaznały dostatku,
oby nie doświadczyły
niepomyślnego wypadku.

64. Bezgraniczny jest Buddha,
bezgraniczna jest Dhamma,
bezgraniczna jest Saṅgha,
ustalono granice ze wszystkimi
pełzającymi stworzeniami,
wężami, skorpionami, stonogami,
pająkami, jaszczurkami i myszami.

65. *Katā me rakkhā kataṃ me parittaṃ,*
Paṭikkamantu bhūtāni.
Sohaṃ namo Bhagavato,
Namo sattannaṃ
Sammāsambuddhānanaṃ.

65. Dokonując tej paritty,
dokonałem tej ochrony,
obym był przez te byty
w spokoju pozostawiony.
składam cześć Błogosławionym,
siedmiu w pełni Samo Przebudzonym.

Mora Paritta

66. *Pūrentaṃ Bodhisambhāre,*
Nibbataṃ morayoninaṃ.
Yena saṃvihitārakkhaṃ,
Mahāsattaṃ vanecarā,

67. *Cirassaṃ vāyamantāpi,*
Neva sakkhiṃsu gaṇhituṃ.
„Brahmamantan"ti akkhātaṃ,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

68. *Udetayaṃ cakkhumā ekarājā,*
Harissavaṇṇo pathavippabhāso.
Taṃ taṃ namassāmi harissavaṇṇaṃ
pathavippabhāsaṃ,
Tayājja guttā viharemu divasaṃ.

69. *Ye brāhmaṇā vedagū sabbadhamme,*
Te me namo te ca maṃ pālayantu.
Namatthu Buddhānaṃ namatthu
Bodhiyā,
Namo Vimuttānaṃ namo Vimuttiyā.
Imaṃ so parittaṃ katvā, moro carati
esanā.

70. *Apetayaṃ cakkhumā ekarājā,*
Harissavaṇṇo pathavippabhāso.
Taṃ taṃ nammassāmi harissavaṇṇaṃ
pathavippabhāsaṃ,
Tayājja guttā viharemu rattiṃ.

71. *Ye brāhmaṇā vedagū sabbadhamme,*
Te me namo te ca maṃ pālayantu.
Namatthu Buddhānaṃ namatthu
Bodhiyā, Namo Vimuttānaṃ namo
Vimuttiyā. Imaṃ so parittaṃ katvā,
moro vāsamakappayī.

Wersy ochronne pawia

66. Spełniając zalecenia potrzebne
do przyszłego Przebudzenia,
w łonie pawiej matki się poczęła
Nadzwyczajna Istota.

67. Ochraniana tak, że myśliwi
wytropić jej nie zdołali,
choć w lesie przez długi czas szukali,
ponieważ zwą to „Zaklęciem Brahmy"
Parittę tę wygłaszamy.

68. Wschodzi najwyższy z króli,
spojrzenie rozjaśniający,
złoto zabarwiony, ziemię oświecający.
Tak przeto i ja darzę czcią
złoto zabarwionego, ziemię oświecającego,
przezeń biegu dzisiejszego dnia i nas
chroniącego.

69. Oddaję cześć tym, u których brak
niemiłego, co dowiedzieli się o Naturze
wszystkiego, niech mają mnie w swojej
opiece! Otaczam czcią Przebudzonych!
Otaczam czcią Przebudzenie!
Hołd Wyswobodzonym! Hołd
Wyswobodzeniu! Dokonawszy tej paritty,
paw udał się na strawę.

70. Zachodzi najwyższy z króli,
spojrzenie rozjaśniający,
złoto zabarwiony, ziemię oświecający.
Tak przeto i ja darzę czcią
złoto zabarwionego, ziemię oświecającego,
przezeń biegu dzisiejszej nocy i nas
chroniącego.

71. Oddaję cześć tym, u których brak
niemiłego, co dowiedzieli się o Naturze
wszystkiego, niech mają mnie w swojej
opiece! Otaczam czcią Przebudzonych!
Otaczam czcią Przebudzenie!
Hołd Wyswobodzonym! Hołd
Wyswobodzeniu! Dokonawszy tej paritty,
paw udał się na spoczynek.

Vaṭṭaka Paritta

72. *Pūrentaṃ Bodhisambhāre*
Nibbataṃ vaṭṭajātiyaṃ
Yassa tejena dāvaggi
Mahāsattaṃ vivajjayi.

73. *Therassa Sāriputtassa*
Lokanāthena bhāsitaṃ
Kappaṭṭhāyiṃ mahātejaṃ
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

74. *Atthi loke sīlaguṇo*
Saccaṃ socceyyanuddayā;
Tena saccena kāhāmi,
Sacca-kiriya-muttamaṃ.

75. *Āvajjetvā Dhammabalaṃ*
Saritvā pubbake Jine,
Saccabala-mavassāya,
Sacca-kiriya-makāsahaṃ.

76. *„Santi pakkhā apatanā,*
Santi pādā avañcanā.
Mātāpitā ca nikkhantā,
Jātaveda paṭikkamā”

77. *Saha sacce kate mayhaṃ,*
Mahāpajjalito sikhī,
Vajjesi soḷasakarīsāni,
Udakaṃ patvā yathā sikhī,
Saccena me samo natthi,
Esā me saccapāramī.

Wersy ochronne przepiórki

72. Spełniając zalecenia potrzebne
do przyszłego Przebudzenia
jako przepiórka się odrodziła
Nadzwyczajna Istota, którą pożoga lasu
ominęła.

73. Wygłoszoną onegdaj
Czcigodnemu Sāriputtcie,
przez Tego który świat od zguby ocalił,
działającą przez teraźniejszy eon cały,
potężną moc posiadającą,
Parittę tę wygłaszamy.

74. Są w tym świecie wartości moralności,
prawdomówności, oraz korzyści
wynikające z prawdziwości,
działając zgodnie z prawdą
wyzwolonym tą funkcją uczciwą.

75. Moc Dhammy kontemplując,
zaprzeszłych Zwycięskich pamiętając,
z nieuniknionej prawdy siłą
działam w zgodzie z tą funkcją uczciwą.

76. „Mam skrzydełka,
lecz nie zdolnym do latania,
mam nóżki, ale za małym do poruszania,
mama z tatą zostawili mnie samego,
ogniu co las pożerasz – dość już tego!”

77. W momencie gdy dałem wyraz
mej uczciwości,
wielki pożar został wygaszony
omijając mnie na szesnaście karīs długości
jakby do wody się zbliżywszy
został uśmierzony.
Nie ma niczego coby równało się
mej prawdomówności, oto dowód
mej prawdomównej doskonałości.

5. Czwartek

Dhajagga Sutta

78. *Yassānussaraṇenāpi,*
Antalikkhepi pāṇino,
Patiṭṭhamadhigacchanti,
Bhūmiyaṃ viya sabbathā.

79. *Sabbūpaddavajālamhā,*
Yakkhacorādisambhavā
Gaṇanā na ca muttānaṃ,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

80. *Evaṃ me sutaṃ. Ekaṃ samayaṃ*
Bhagavā Sāvatthiyaṃ viharati
Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme.

81. *Tatra kho Bhagavā bhikkhū āmantesi,*
"Bhikkhavo"ti "Bhadante"ti te bhikkhū
Bhagavato paccassosuṃ. Bhagavā
etadavoca: "Bhūtapubbaṃ, bhikkhave,
devāsurasaṅgāmo samupabbūḷho
ahosi. Atha kho, bhikkhave, Sakko
devānamindo deve Tāvatiṃse
āmantesi, 'Sace, mārisā, devānaṃ
saṅgāmagatānaṃ uppajjeyya bhayaṃ
vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā,
mameva tasmiṃ samaye dhajaggaṃ
ullokeyyātha. Mamaṃ hi vo
dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ
bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ
vā lomahaṃso vā, so pahīyissati'.

82. *'No ce me dhajaggaṃ ullokeyyātha,*
atha Pajāpatissa devarājassa
dhajaggaṃ ullokeyyātha. Pajāpatissa
hi vo devarājassa dhajaggaṃ
ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ
vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā,
so pahīyissati'.

83. *'No ce Pajāpatissa devarājassa dhajaggaṃ*
ullokeyyātha, atha Varuṇassa devarājassa
dhajaggaṃ ullokeyyātha. Varuṇassa hi vo
devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ
bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā
lomahaṃso vā, so pahīyissati'.

Mowa o szczycie chorągwi

78. Jeśli ta paritta jest w pamięci
przechowywana,
niczym ziemia tak mocna podstawa
na sklepieniu niebieskim
przez takie istoty jest osiągana.

79. Ponieważ z sieci nieszczęścia wszelakiego,
przez yakkhów,
złodziei i wrogów spowodowanego,
bezlik istnień w ten sposób jest uwalniany,
parittę tę wygłaszamy.

80. Oto com usłyszał. Pewnego razu
Błogosławiony przebywał niedaleko miasta
Sāvatthi w klasztorze Anāthapiṇḍiki
w gaju Jety.

81. Tam Błogosławiony zwrócił się do
mnichów: „Mnisi.” „Bhadante.” mnisi ci
posłyszeli Błogosławionego. Oto co
Błogosławiony powiedział: „Mnisi, dawno
temu zastępy devów i asurów szykowały
się do bitwy. Wtedy to Sakka, władca dev,
zwrócił się do istot niebiańskich z
Tāvatiṃsy: 'Możni panowie, jeśli w devach
w trakcie bitwy pojawi się bojaźń, ze
strachu drżenie i włosów jeżenie, w takim
wypadku powinniście dostrzec szczyt mej
chorągwi. Jeśli będziecie dostrzegać szczyt
mej chorągwi, zniknie bojaźń, ze strachu
drżenie i włosów jeżenie.'

82. 'Jeśli nie dostrzeżecie szczytu mej
chorągwi, w takim wypadku powinniście
dostrzec szczyt chorągwi wodza dev -
generała Pajāpati. Jeśli będziecie
dostrzegać szczyt chorągwi generała
Pajāpati, zniknie bojaźń, ze strachu
drżenie i włosów jeżenie.'

83. 'Jeśli nie dostrzeżecie szczytu chorągwi
generała Pajāpati, w takim wypadku
powinniście dostrzec szczyt chorągwi
wodza dev - generała Varuṇy. Jeśli
będziecie dostrzegać szczyt chorągwi
generała Varuṇy, zniknie bojaźń, ze
strachu drżenie i włosów jeżenie.'

84. *‘No ce Varuṇassa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha, atha Īsānassa devarājassa dhajaggaṃ ullokeyyātha. Īsānassa hi vo devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissatī’ti.*

84. ‘Jeśli nie dostrzeżecie szczytu chorągwi generała Varuṇy, w takim wypadku powinniście dostrzec szczyt chorągwi wodza dev - generała Īsāny. Jeśli będziecie dostrzegać szczyt chorągwi generała Īsāny, zniknie bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie.’

85. *„Taṃ kho pana, bhikkhave, Sakkassa vā devānamindassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, Pajāpatissa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, Varuṇassa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ, Īsānassa vā devarājassa dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyethāpi nopi pahīyetha.”*

85. Mnisi, ci, którzy dostrzegają szczyt chorągwi Sakki, władcy dev, albo wodza dev - generała Pajāpati, bądź wodza dev - generała Varuṇy, lub wodza dev - generała Īsāny, może lecz nie musi zniknąć w nich bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie.

86. *„Taṃ kissa hetu? Sakko hi, bhikkhave, devānamindo avītarāgo avītadoso avītamoho bhīru chambhī utrāsī palāyīti.”*

86. Jaka jest tego przyczyna? Ponieważ Sakka, władca dev, nie jest wyzwolony z pragnienia, nie jest wyzwolony z niechęci, nie jest wyzwolony z ułudy; może być bojaźliwy, oszołomiony ze strachu, zalękniony, skory do ucieczki.

87. *„Ahañca kho, bhikkhave, evaṃ vadāmi ‘sace tumhākaṃ, bhikkhave, araññagatānaṃ vā rukkhamūlagatānaṃ vā suññāgāragatānaṃ vā uppajjeyya bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, mameva tasmiṃ samaye anussareyyātha:*

87. Jednak, o mnisi, powiadam wam: jeśli udacie się w ustępy leśne, u stóp drzewa bądź w pustym pomieszczeniu pojawi się w was bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie, w takim wypadku powinniście przywołać w pamięci moje cechy:

88. *‘Itipi so Bhagavā Arahaṃ Sammāsambuddho Vijjācaraṇasampanno Sugato Lokavidū Anuttaro purisadammasārathi Satthā devamanussānaṃ Buddho Bhagavā’ti.*

88. ‘Istotnie taki jest Błogosławiony, Godny, Doskonale Samo Przebudzony, Zrealizowany w najwyższej mądrości i o współczującym postępowaniu, Biegły w najpomyślniejszym działaniu, Znawca światów, Niezrównanie wprawny w poskramianiu istot, Nauczyciel bóstw i ludzi, Przebudzony, Błogosławiony.’

89. *Mamañhi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati.*

89. Jeśli przywołacie w pamięci moje cechy, zniknie wszelka bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie.

90. *„No ce maṃ anussareyyātha, atha Dhammaṃ anussareyyātha:*

90. Jeśli nie będziecie mogli przywołać mnie w pamięci, wtedy powinniście przywołać w pamięci cechy Dhammy:

91. *‘Svākkhāto Bhagavatā Dhammo sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko opaneyyiko paccattaṃ veditabbo viññūhī’ti.*

91. ‘Dobrze objaśniona jest Dhamma Błogosławionego, przejawia się tu i teraz, jej zrozumienie przynosi natychmiastowe rezultaty, zapraszająca każdego, aby przyszedł i zobaczył, sprzyjająca w podążaniu do ostatecznego celu, może być zrealizowana i doświadczona przez każdego mądrego człowieka.’

92. *Dhammañhi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati.”*

92. Jeśli przywołacie w pamięci cechy Dhammy, zniknie wszelka bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie.

93. *„No ce Dhammaṃ anussareyyātha, atha Saṅghaṃ anussareyyātha:*

93. Jeśli nie będziecie mogli przywołać w pamięci cechy Dhammy, wtedy powinniście przywołać pamięć cech Saṅghi:

94. *‘Suppaṭipanno Bhagavato Sāvakasaṅgho ujuppaṭipanno Bhagavato Sāvakasaṅgho ñāyappaṭipanno Bhagavato Sāvakasaṅgho sāmīcippaṭipanno Bhagavato Sāvakasaṅgho, yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā esa Bhagavato Sāvakasaṅgho, āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo añjalikaraṇīyo anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā’ti.*

94. ‘Sańgha uczniów Błogosławionego praktykuje w dobry sposób, Sańgha uczniów Błogosławionego praktykuje w rzetelny sposób, Sańgha uczniów Błogosławionego praktykuje w prawidłowy sposób, Sańgha uczniów Błogosławionego praktykuje we właściwy sposób – niniejsze cztery pary ludzi, osiem poszczególnych typów ludzi – tym jest Sańgha uczniów Błogosławionego, godna podarunków, godna gościnności, godna ofiarowań, której powinno okazywać się szacunek, która jest nieporównywalnym polem zasług dla świata.’

95. *Saṅghañhi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā lomahaṃso vā, so pahīyissati.”*

95. Jeśli przywołacie w pamięci cechy Sańghi, zniknie wszelka bojaźń, ze strachu drżenie i włosów jeżenie.

96. *Taṃ kissa hetu? Tathāgato hi, bhikkhave, Arahaṃ Sammāsambuddho vītarāgo vītadoso vītamoho abhīru acchambhī anutrāsī apalāyī”ti.*

96. Jaka jest tego przyczyna? Ponieważ Tathāgata, Godny, Doskonale Samo Przebudzony jest wyzwolony z pragnienia, jest wyzwolony z niechęci, jest wyzwolony z ułudy; jest odważny, nieustraszony, nieulękniony, nieskory do ucieczki.”

97. *Idamavoca Bhagavā. Idaṃ vatvāna Sugato athāparaṃ etadavoca Satthā:*

97. Oto co powiedział Błogosławiony. To rzekłszy, Nauczyciel, biegły w najpomyślniejszym działaniu, wypowiedział te wersy:

98. *„Araññe rukkhamūle vā, Suññāgāreva bhikkhavo. Anussaretha Sambuddhaṃ, Bhayaṃ tumhāka no siyā.*

98. „W lasach, w drzew korzeniach, a także, o mnisi, w pustych pomieszczeniach, przywołujcie pamięć cech Samo Przebudzonego, nie będzie w was wtedy strachu żadnego.

99. *No ce Buddhaṃ sareyyātha,*
Lokajeṭṭhaṃ Narāsabhaṃ.
Atha Dhammaṃ sareyyātha,
Niyyānikaṃ sudesitaṃ.

99. Jeśli nie dacie rady zwrócić się do
Przebudzonego,
Pierwszego w świecie,
wśród ludzi najsprawniejszego,
przywołujcie pamięć cech Dhammy,
wyprowadzającej z matni, której przekaz
był składnie wypowiedziany.

100. *No ce Dhammaṃ sareyyātha,*
Niyyānikaṃ sudesitaṃ.
Atha Saṅghaṃ sareyyātha,
Puññakkhettaṃ anuttaraṃ.

100. Jeśli zwrócić się nie dacie rady do
Dhammy,
wyprowadzającej z matni, której przekaz
był składnie wypowiedziany,
przywołujcie pamięć cech Sańghi,
która jest nieporównywalnym
polem zasługi.

101. *Evaṃ Buddhaṃ sarantānaṃ,*
Dhammaṃ Saṅghañca bhikkhavo.
Bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā,
Lomahaṃso na hessatī"ti.

101. Kto, o mnisi, do Przebudzonego się zwraca,
pamięcią ku cechom
Dhammy i Sańghi powraca,
bojaźni w kimś takim nie ma,
ani ze strachu drżenia,
ani włosów jeżenia."

6. Piątek

Āṭānāṭiya Sutta

102. *Appasannehi Nāthassa,*
Sāsane sādhusammate,
Amanussehi caṇḍehi,
Sadā kibbisakāribhi,

103. *Parisānaṃ catassannaṃ,*
Ahiṃsāya ca guttiyā,
Yaṃ desesi Mahāvīro,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

104. *Vipassissa ca namatthu,*
Cakkhumantassa sirīmato.
Sikhissa pi ca namatthu,
Sabbabhūtanukampino.

105. *Vessabhussa ca namatthu,*
Nahātakassa tapassino.
Namatthu Kakusandhassa,
Mārasenāpamaddino.

106. *Koṇāgamanassa namatthu,*
Brāmhaṇassa vusīmato.
Kassapassa ca namatthu,
Vippamuttassa sabbadhi.

107. *Aṅgīrasassa namatthu,*
Sakyaputtassa sirīmato,
Yo imaṃ Dhammaṃ desesi,
Sabbadukkhāpanūdanaṃ.

108. *Ye cāpi nibbutā loke,*
Yathābhūtaṃ vipassisuṃ,
Te janā apisunātha,
Mahantā vītasāradā.

109. *Hitaṃ devamanussānaṃ,*
Yaṃ namassanti Gotamaṃ,
Vijjā-caraṇa-sampannaṃ,
Mahantaṃ vītasāradaṃ.

110. *Ete caññe ca Sambuddhā,*
Anekasatakoṭiyo,
Sabbe Buddhā samasamā,
Sabbe Buddhā mahiddhikā.

Mowa w Āṭānāṭa

102. Przed niewierzącymi w Doskonałego,
w zgodnie przyjęte nauczanie.
Przed nieludzkimi siłami,
źle czyniącymi nieustannie.

103. Cztery zgromadzenia,
niech ochraniają od krzywd,
te słowa, nauczane przez Buddhę,
które teraz recytujemy:

104. Chwała Vipassi, Wspaniałemu,
oko mądrości posiadającemu.
Chwała Sikkhi, współczucie dla
wszystkich istot mającemu.

105. Chwała Vessabhu,
Wytrwałemu, bez skazy.
Chwała Kakusandzie,
Zwycięzcy armii Mary.

106. Chwała Koṇāgamanie,
Nieskalanemu, doskonałemu.
Chwała Kassapie,
W pełni wyzwolonemu.

107. Chwała Oświeconemu [Gotamie],
Wspaniałemu synowi rodu Sakyów,
Nauczającego Dhammy,
Która rozwiewa wszelkie cierpienie.

108. Ci, którzy wygasili [lgnięcie] do świata,
osiągnęli wgląd w rzeczywistość.
Ci, którzy nie popełniają żadnego zła -
Ci są zwani wielkimi i doświadczonymi.

109. Dobroczyńca ludzi i dev -
Czcigodny Gotama,
Doskonale spełniony, zarówno w teorii,
jak i praktyce,
Wielki i mądry.

110. Oni wszyscy oraz inni, w pełni oświeceni,
w liczbie miriadów,
wszyscy oni są równi,
wszyscy są potężni.

111. *Sabbe dasabalūpetā,*
Vesārajjehu'pāgatā,
Sabbe te paṭijānanti,
Āsabhaṃ ṭhānamuttamaṃ.

111. Obdarzeni dziesięcioma mocami,
posiedli cztery stopnie pewności,
docenieni przez wszystkich,
jako najwyżsi przywódcy.

112. *Sīhanādaṃ nadante te,*
Parisāsu visāradā,
Bramhacakkaṃ pavattenti,
Loke appaṭivattiyaṃ.

112. Buddhowie ci, doniośle niczym ryk lwa
poważani są w [ośmiu] zgromadzeniach
rozpowszechniają w świecie Szlachetne
Koło Dhammy, którego nikt i nic nie może
zatrzymać.

113. *Upetā Buddha dhammehi,*
Aṭṭhārasahi Nāyakā,
Bāttiṃsa lakkhaṇūpetā,
Sītānubyañjanādharā.

113. Święci ci posiadają osiemnaście cnót
Dhammy Buddhy;
Urodzili się z trzydziestoma dwoma
większymi znamionami i
osiemdziesięcioma mniejszymi
znamionami.

114. *Byāmappabhāya suppabhā,*
Sabbe te Munikuñjarā,
Buddhā Sabbaññuno ete,
Sabbe Khīṇāsavā Jinā.

114. Wszyscy ci Buddhowie są
szlachetnymi mędrcami,
którzy lśnią otaczającą ich aureolą.
Buddhowie ci są wszechwiedzący,
Zwycięscy, wykorzenili to co nieczyste.

115. *Mahāpabhā mahātejā,*
Mahāpaññā mahabbalā,
Mahākāruṇikā dhīrā,
Sabbesānaṃ sukhāvahā.

115. Bezgranicznie promieniują światłem,
wszechmogącą mocą, nieskończoną
mądrością i wielką siłą [koncentracji].
Są współczującymi i najpilniejszymi
dobroczyńcami wszystkich istot.

116. *Dīpā nāthā patiṭṭhā ca,*
Tāṇā leṇā ca pāṇinaṃ,
Gatī bandhū mahassāsā,
Saraṇā ca hitesino.

116. Wszyscy oni są wyspami, opiekunami,
obrońcami, bezpiecznymi miejscami dla
wszystkich stworzeń, pocieszycielami,
przyjacielami, wybawicielami,
schronieniami, dobrze wszystkim
życzącymi.

117. *Sadevakassa lokassa,*
Sabbe ete parāyaṇā,
Tesāhaṃ sirasā pāde,
Vandāmi purisuttame.

117. Wszyscy Buddhowie są ostoją
dla świata dev i ludzi,
skłaniam głowę przed stopami
tych wspaniałych istot.

118. *Vacasā manasā ceva,*
vandā me'te Tathāgate,
Sayane āsane ṭhāne,
Gamane capi sabbadā.

118. Wielbię tych Tathāgatów
poprzez swe słowa i myśli,
w każdym momencie;
gdy leżę, siedzę, stoję czy chodzę.

119. *Sadā sukhena rakkhantu,*
Buddhā santi karā tuvaṃ,
Tehi tvaṃ rakkhito santo,
Mutto sabbabhayehica.

119. Oby Buddhowie,
ukazujący drogę do harmonii,
strzegli twego szczęścia,
obyś był przez nich chroniony,
tak abyś zawsze był wolny
od wszelkich niepokojów.

120. *Sabbarogā vinīmutto,*
Sabbasantāpa vajjito,
Sabbavera matikkanto,
Nibbuto ca tuvaṃ bhava.

120. Obyś pozbył się wszelkich chorób,
obyś był wolny od udręk,
obyś przezwyciężył wszelką niechęć,
obyś stał się wyzwolony.

121. *Tesaṃ saccena sīlena,*
Khantimettā balena ca,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

121. Przez siłę ich prawdy, cnoty,
cierpliwości, miłującej dobroci,
oby chronili nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

122. *Puratthimasmiṃ disābhāge,*
Santi bhūtā mahiddhikā,
Tepi amhe 'nurakkhantu
arogena sukhena ca.

122. Na wschodzie
są wspaniałe i potężne byty,
oby chroniły nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

123. *Dakkhiṇasmiṃ disābhāge,*
Santi devā mahiddhikā,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

123. Na południu
są wspaniałe i potężne devy,
oby chroniły nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

124. *Pacchimasmiṃ disābhāge,*
Santi nāgā mahiddhikā,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

124. Na zachodzie
są wspaniali i potężni nāgowie,
oby chronili nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

125. *Uttarasmiṃ disābhāge,*
Santi yakkhā mahiddhikā,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

125. Na północy
są wspaniali i potężni yakkhowie,
oby chronili nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

126. *Puratthimena Dhataraṭṭho,*
Dakkhiṇena Virūḷhako,
Pacchimena Virūpekkho,
Kuvero uttaraṃ disaṃ.

126. Król Dhataraṭṭha na wschodzie,
Król Virūḷhaka na południu,
Król Virūpekkha na zachodzie,
Król Kuvera na północy.

127. *Cattāro te Mahārājā,*
Lokapālā yasassino,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

127. Ci czterej wielcy królowie
są słynnymi strażnikami świata,
oby chronili nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

128. *Ākāsaṭṭhā ca bhūmaṭṭhā,*
Devā nāgā mahiddhikā,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

128. Potężne devy oraz nāgowie
przebywający w niebie i na ziemi
oby chronili nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

129. *Iddhimanto ca ye devā,*
Vasantā idha Sāsane,
Tepi amhe 'nurakkhantu,
Arogena sukhena ca.

129. Istnieją devy o ogromnej mocy
żyjące w czasie obecnej Sāsany
oby chroniły nas,
byśmy byli zdrowi i szczęśliwi.

130. *Sabbītiyo vivajjantu,*
Soko rogo vinassatu,
Mā te bhavantvantarāyā,
Sukhī dīghāyuko bhava.

130. Oby wszystkie niebezpieczeństwa minęły,
oby wszystkie zmartwienia i choroby
zostały zażegnane,
oby nie przytrafiały się tobie żadne
nieszczęścia,
obyś żył długo i szczęśliwie.

131. *Abhivādanasīlissa,*
Niccaṃ vuḍḍhāpacāyino,
Cattāro dhammā vaḍḍhanti,
Āyu vaṇṇo sukhaṃ balaṃ.

131. Ci, którzy składają
cześć [Trzem Klejnotom]
oraz otaczają dbałością starszych,
w nich wzrastają te cztery przymioty:
długie życie, piękno, szczęście i siła.

7. Sobota

Aṅgulimāla Paritta

132. *Parittaṃ yaṃ bhaṇantassa,*
Nisinnaṭṭhānadhovanaṃ,
Udakampi vināseti,
Sabbam'eva parissayaṃ,

133. *Sotthinā gabbhavuṭṭhānaṃ,*
Yañca sātheti taṅkhaṇe.
Therass'Aṅgulimālassa,
Lokanāthena bhāsitaṃ,
Kappaṭṭhāyiṃ mahātejaṃ,
Parittaṃ taṃ bhaṇāma he.

134. *'Yatohaṃ, bhagini, ariyāya jātiyā jāto,*
nābhijānāmi sañcicca pāṇaṃ jīvitā
voropetā, tena saccena sotthi te hotu,
sotthi gabbhassā'

Wersy ochronne Aṅgulimāli

132. Nawet woda, którą umyto siedzenie, na
którym siedział ten, kto recytował tę
parittę, potrafi zażegnać wszelakie
problemy.

133. Dającą łagodny poród, natychmiastowy
skutek przynoszącą, wygłoszoną onegdaj
Czcigodnemu Aṅgulimāli, przez Tego
który świat od zguby ocalił,
działającą przez teraźniejszy eon cały,
potężną moc posiadającą,
Parittę tę wygłaszamy.

134. Siostro, odkąd narodziłem się
do życia szlachetnych,
nie pamiętam bym intencjonalnie odebrał
życie jakiejkolwiek czującej istocie.
Niech świadectwo tej prawdy
przyniesie tobie i dziecku które nosisz
komfort i wygodę.

Bojjhaṅga Sutta

135. *Saṃsāre saṃsarantānaṃ,*
Sabbadukkhavināsane;
Satta dhamme ca bojjhaṅge,
Mārasenāpamaddane.

136. *Bujjhitvā ye c'ime sattā,*
Tibhavā muttakuttamā,
Ajātimajarābyādhiṃ,
Amataṃ nibbhayaṃ gatā.

137. *Evamādiguṇūpetaṃ,*
Anekaguṇasaṅgahaṃ,
Osadhañca imaṃ mantaṃ,
bojjhaṅgañca bhaṇāma he.

138. *Bojjhaṅgo satisaṅkhāto,*
Dhammānaṃ vicayo tathā,
Vīriyaṃ pīti passaddhi,
Bojjhaṅgā ca tathāpare.

Mowa o czynnikach oświecenia

135. Dla goniących po samsarze,
te siedem rzeczy, czynniki oświecenia,
wszelką krzywdę wyplenić zdołają,
armię Mary pokonają.

136. Przebudziwszy się, istoty tak znakomite,
wyzwolone z trzech rodzai bytowania,
Do niezrodzonego,
niepodległego starzeniu, ni chorobie,
Do bezśmiertelnego,
od strachu wolnego dotarli.

137. Obdarzone takimi właściwościami
zaklęcie to, niczym lek oczyszczające,
wiele innych właściwości też zawierające,
słowa paritty recytujmy.

138. Czynniki oświecenia
składają się z uważności,
a także z badania Dhammy,
wysiłku, radości, uspokojenia,
to też są czynniki oświecenia.

139. *Samādhupekkhā bojjhaṅgā,*
Satte te Sabbadassinā,
Muninā sammadakkhātā,
Bhāvitā bahulīkatā.

139. Skupienie i zrównoważenie
są czynnikami oświecenia,
siedem ich,
przez Wszechdostrzegającego,
przez Mędrca umiejętnie przekazane,
gdy rozwijane i często praktykowane

140. *Saṃvattanti abhiññāya,*
Nibbānāya ca bodhiyā,
Etena saccavajjena,
Sotthi te hotu sabbadā.

140. Prowadzą do doskonałego poznania,
do Przebudzenia, do Nieuwiązania,
niechaj poprzez tej prawdy
wypowiadanie,
tobie zawsze dobrze się stanie.

141. *Ekasmiṃ samaye Nātho,*
Moggallānañca Kassapaṃ,
Gilāne dukkhite disvā,
Bojjaṅge satta desayi.

141. Pewnego razu Doskonały,
dostrzegłszy Moggallānę i Kassapę
chorych i pełnych cierpienia
objaśnił im siedem czynników
oświecenia.

142. *Te ca taṃ abhinanditvā,*
Rogā mucciṃsu taṅkhaṇe.
Etena saccavajjena,
Sotthi te hotu sabbadā.

142. Dzięki tym słowom się rozkoszowali,
z choroby natychmiast się uwolnili,
niechaj poprzez tej prawdy
wypowiadanie,
tobie zawsze dobrze się stanie.

143. *Ekadā Dhammarājāpi,*
Gelaññenābhipīḷito,
Cundattherena taṃ yeva,
Bhaṇāpetvāna sādaraṃ.

143. Gdy Zwierzchnik Dhammy pewnego razu
został przytłoczony chorobą,
polecił by Czcigodny Cunda
z szacunku dokonał tej recytacji.

144. *Sammoditvāna ābādhā,*
Tamhā vuṭṭhāsi ṭhānaso.
Etena saccavajjena,
Sotthi te hotu sabbadā.

144. Uradowany dzięki tym słowom,
wyszedł On z dolegliwości,
niechaj poprzez tej prawdy
wypowiadanie,
tobie zawsze dobrze się stanie.

145. *Pahīnā te ca ābādhā,*
Tiṇṇannampi Mahesinaṃ.
Maggahatā kilesāva,
Pattānuppatti-dhammataṃ,
Etena saccavajjena,
Sotthi te hotu sabbadā.

145. Dolegliwości te zostały porzucone
przez tych trzech wielkich mędrców,
pozbyli się ich jak skalań dzięki Ścieżce
osiągając stan
nie pojawiania się ponownego,
niechaj poprzez tej prawdy
wypowiadanie, tobie zawsze dobrze się
stanie.

Pubbaṇha Paritta

146. *Yaṃ dunnimittaṃ avamaṅgalañca,*
Yo cāmanāpo sakuṇassa saddo,
Pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Buddhānubhāvena vināsamentu.

147. *Yaṃ dunnimittaṃ avamaṅgalañca,*
Yo cāmanāpo sakuṇassa saddo,
Pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Dhammānubhāvena vināsamentu.

148. *Yaṃ dunnimittaṃ avamaṅgalañca,*
Yo cāmanāpo sakuṇassa saddo,
Pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ,
Saṅghānubhāvena vināsamentu.

149. *Dukkhappattā ca niddukkhā,*
Bhayappattā ca nibbhayā,
Sokappattā ca nissokā,
Hontu sabbe pi pāṇino.

150. *Ettāvatā ca amhehi,*
Sambhataṃ puñña-sampadaṃ,
Sabbe devānumodantu,
Sabba sampatti-siddhiyā.

151. *Dānaṃ dadantu saddhāya,*
Sīlaṃ rakkhantu sabbadā,
Bhāvanābhiratā hontu,
Gacchantu devatāgatā.

152. *Sabbe Buddhā balappattā,*
Paccekānañca yaṃ balaṃ,
Arahantānañca tejena,
Rakkhaṃ bandhāmi sabbaso.

153. *Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā,*
Saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ.
Na no samaṃ atthi Tathāgatena,
Idampi Buddhe ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu.

Poranne wersy ochronne

146. Wszelkie niepomyślne
znaki czy niepowodzenie,
złowróżbne ptaków skrzeczenie,
niefortunne przepowiednie,
nieprzyjemne, złe śnienie
dzięki potędze Buddhy
niech pójdą w zniszczenie.

147. Wszelkie niepomyślne
znaki czy niepowodzenie,
złowróżbne ptaków skrzeczenie,
niefortunne przepowiednie,
nieprzyjemne, złe śnienie
dzięki potędze Dhammy
niech pójdą w zniszczenie.

148. Wszelkie niepomyślne
znaki czy niepowodzenie,
złowróżbne ptaków skrzeczenie,
niefortunne przepowiednie,
nieprzyjemne, złe śnienie
dzięki potędze Saṅghi
niech pójdą w zniszczenie.

149. Oby wszystkie czujące istoty
skrzywdzone, bez krzywdy były,
przestraszone, bez strachu były,
pełne żalu, bez żalu były.

150. Niech zatem wszystkie devy się radują
z naszego dążenia do osiągnięcia zasług
oraz z każdego pożytecznego
działania przez nas uczynionego.

151. Obyście dawali jałmużnę z ufnością,
obyście wszyscy wskazań przestrzegali,
obyście medytowali z przyjemnością,
każda przybyła deva niech się już oddali.

152. Na mocy osiągnięć wszystkich Buddhów
siły Paccekabuddhów
gorliwości Arahantów
Zawiązuję tę ochronę wszem i wobec.

153. Czy będzie to skarb tutaj czy w świecie
ponad, czy też drogocenny klejnot w
niebiesiech, żaden nie równa się z
Tathāgatą. W Buddzie jest ten drogocenny
klejnot. Niech świadectwo tej prawdy
pomyślność przyniesie.

154. *Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā,*
Saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ.
Na no samaṃ atthi Tathāgatena,
Idampi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu.

154. Czy będzie to skarb tutaj czy w świecie ponad, czy też drogocenny klejnot w niebiesiech, żaden nie równa się z Tathāgatą. W Dhammie jest ten drogocenny klejnot. Niech świadectwo tej prawdy pomyślność przyniesie.

155. *Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā,*
Saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ.
Na no samaṃ atthi Tathāgatena,
Idampi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ.
Etena saccena suvatthi hotu.

155. Czy będzie to skarb tutaj czy w świecie ponad, czy też drogocenny klejnot w niebiesiech, żaden nie równa się z Tathāgatą. W Sańdze jest ten drogocenny klejnot. Niech świadectwo tej prawdy pomyślność przyniesie.

156. *Bhavatu sabba-maṅgalaṃ,*
Rakkhantu sabba-devatā,
Sabba-Buddhānubhāvena,
Sadā sukhī bhavantu te.

156. Niech będą wszystkie błogosławieństwa,
Niech wszystkie devy ochraniają,
niechaj dzięki potędze Buddhy
wszyscy zawsze dobrze się mają.

157. *Bhavatu sabba-maṅgalaṃ,*
Rakkhantu sabba-devatā,
Sabba-Dammānubhāvena,
Sadā sukhī bhavantu te.

157. Niech będą wszystkie błogosławieństwa,
Niech wszystkie devy ochraniają,
niechaj dzięki potędze Dhammy
wszyscy zawsze dobrze się mają.

158. *Bhavatu sabba-maṅgalaṃ,*
Rakkhantu sabba-devatā,
Sabba-Saṅghānubhāvena,
Sadā sukhī bhavantu te.

158. Niech będą wszystkie błogosławieństwa,
Niech wszystkie devy ochraniają,
niechaj dzięki potędze Sańghi
wszyscy zawsze dobrze się mają.

159. *Mahākāruṇiko Nātho,*
Hitāya sabba-pāṇinaṃ,
Pūretvā pāramī sabbā,
Patto sambodhim-uttamaṃ.
Etena sacca-vajjena,
Sotthi te hotu sabbadā.

159. O Wielkim Współczuciu, Doskonały,
Przychylny wszystkim istotom,
wypełniwszy wszystkie pāramī
najwyższe samoprzebudzenie osiągnął
niechaj poprzez tej prawdy wypowiadanie,
tobie zawsze dobrze się stanie.

160. *Jayanto bodhiyā mūle,*
Sakyānaṃ nandi-vaḍḍhano,
Evaṃeva jayo hotu,
Jayassu jaya-maṅgale.

160. Zwyciężył u stóp drzewa Bodhi
Ten, który zwiększył zachwyt Sakyów.
Obyś dzięki takiemu zwycięstwu
wygrał zwycięskie błogosławieństwo.

161. *Aparājita-pallaṅke,*
Sīse puṭhuvī pokkhare,
Abhiseke sabba Buddhānaṃ,
Aggappatto pamodati.

161. W niepokonanej pozycji będący
Jak lotos nad ziemią górujący
Namaszczony przez
wszystkich Przebudzonych
Osiągnięciem najwyższym uszczęśliwiony.

162. *Sunakkhattaṃ sumaṅgalaṃ,*
Supabhātaṃ suhuṭṭhitaṃ,
Sukhaṇo sumuhutto ca,
Suyiṭṭhaṃ brahmacārisu.

162. Nastąpią pomyślne gwiazdy, dobre
błogosławieństwo, radosny świt,
przyjemne wstawanie,
sprzyjająca chwila, korzystny czas,
gdy tym co święty żywot wiodą
jest poprawnie ofiarowane.

163. *Padakkhiṇaṃ kāya-kammaṃ,*
Vācā-kammaṃ padakkhiṇaṃ,
Padakkhiṇaṃ mano-kammaṃ,
Paṇidhī te padakkhiṇe.

163. Poprawne uczynki ciałem
mową uczynki poprawnie dokonane
poprawne uczynki umysłem
wszystkie one poprawnie ustanawiane.

164. *Padakkhiṇāni katvāna,*
Labhantatthe padakkhiṇe,
Te atthaladdhā sukhitā,
Virūḷhā Buddhasāsane,
Arogā sukhitā hotha,
Sahasabbehi ñātibhi.

164. Poprawnie uczyniwszy
odbierzcą jest się tego, co poprawne.
Ten, kto rezultat szczęśliwy zyskuje
Naukę Buddhy wdraża i stosuje,
obyście razem z rodzinami swymi
byli zawsze zdrowi i szczęśliwi.

8. Recytacje końcowe

Cattāro Paccavekkhaṇa

Paṭisaṅkhā yoniso cīvaraṃ patisevāmi,
Yāvadeva sītassa paṭighātāya,
unhassapaṭighātāya,
ḍaṃsa-makasa-vātātapa sarīsapa
samphassānaṃ paṭighātāya,
yāvadeva hirīkopinappaṭicchādanatthaṃ.

Paṭisaṅkhā yoniso piṇḍapātaṃ patisevāmi,
neva davāya, na madāya,
na maṇḍanāya, na vibhūsanāya;
Yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā, yāpanāya,
vihiṃsūparatiyā, brāhmacariyānuggahāya;
Iti purāṇāñ ca vedanaṃ paṭihaṅkhāmi, navañ
ca vedanaṃ na uppādessāmi, yātrā ca me
bhavissati, anvajjatā ca hāsu vihāro ca.

Paṭisaṅkhā yoniso senāsanaṃ patisevāmi,
Yāvadeva sītassa paṭighātāya,
unhassapaṭighātāya,
ḍaṃsa-makasa-vātātapa sarīsapa
samphassānaṃ paṭighātāya,
yāvadeva utuparissaya vinodana
paṭisallānārāmatthaṃ.

Paṭisaṅkhā yoniso gilānapaccaya
bhesajjaparikkhāraṃ paṭisevāmi,
Yāvadeva uppannānaṃ veyyābādhikānaṃ
vedanānaṃ paṭighātāya abyāpajjha
paramatāya.

Cztery kontemplacje

Mądrze rozważając używam mnisich szat,
Jedynie dla ochrony przed zimnem,
dla ochrony przed gorącem,
przed kontaktem z kąsającymi owadami,
komarami, wiatrem, upałem
oraz innymi pełzającymi stworzeniami,
jedynie po to by zakryć wstydliwe części ciała.

Mądrze rozważając używam pożywienia z jałmużny, nie dla przyjemności, ani dla odurzenia, ani dla polepszenia, ani dla upiększenia;
Jedynie z myślą utrzymania i przetrwania tego ciała, by zaspokoić łaknienie,
by wspomóc praktykę czystego żywota;
„Porzucając dawne odczucia, nie wzniecając nowych odczuć, będę żył w zdrowiu, bez poczucia winy, pozostając w pełni zadowolonym."

Mądrze rozważając używam miejsca spoczynku,
Jedynie dla ochrony przed zimnem,
dla ochrony przed gorącem,
przed kontaktem z kąsającymi owadami,
komarami, wiatrem, upałem oraz innymi pełzającymi stworzeniami,
jedynie po to by uchronić się przed zmianami klimatu, oraz by cieszyć się z odosobnienia.

Mądrze rozważając używam lekarstw po to by wyleczyć się z choroby,
Jedynie dla ochrony przed powstałymi gnębiącymi odczuciami,
oraz by cieszyć się dobrym zdrowiem.

Mettā Bhāvanā

Ahaṃ avero homi, abyāpajjo homi, anīgho homi,
sukhī attānaṃ pariharāmi.

Imasmiṃ ñāti averā hontu, abyāpajjā hontu,
anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Imasmiṃ mittā sakhā ca averā hontu,
abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ
pariharāntu.

Rozwój miłującej dobroci

Obym był pełen spokoju, obym był wolny od złej woli, obym był wolny od zmartwień,
obym z łatwością o siebie dbał.

Oby członkowie mojej rodziny byli pełni spokoju, oby byli wolni od złej woli, oby byli wolni od zmartwień, oby z łatwością o siebie dbali.

Oby moi przyjaciele i znajomi byli pełni spokoju, oby byli wolni od złej woli, oby byli wolni od zmartwień, oby z łatwością o siebie dbali.

Imasmiṃ nagare vasantā sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby wszystkie istoty zamieszkujące to miasto były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ nagare ārakkhadevatā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby istoty niebiańskie ochraniające to miasto były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ raṭṭhe vasantā sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby wszystkie istoty zamieszkujące to państwo były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ raṭṭhe ārakkhadevatā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby istoty niebiańskie ochraniające to państwo były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ sāsane ārakkhadevatā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby istoty niebiańskie ochraniające Nauczanie były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ cakkavāḷe sabbe sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby wszystkie istoty zamieszkujące ten wszechświat były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Imasmiṃ cakkavāḷe ārakkhadevatā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby istoty niebiańskie ochraniające ten wszechświat były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień,
oby z łatwością o siebie dbały.

Purathimāya disāya, pacchimāya disāya, uttarāya disāya, dakkhiṇāya disāya,purathimāya anudisāya, pacchimāya anudisāya, uttarāya anudisāya, dakkhiṇāya anudisāya, heṭṭhimāya disāya, uparimāya disāya

Na wschodzie, na zachodzie, na północy, na południu, na południowym wschodzie, na północnym zachodzie, na północnym wschodzie, na południowym zachodzie, poniżej i powyżej.

Sabbe sattā, sabbe pāṇā, sabbe bhutā, sabbe puggalā, sabbe attabhāvapariyāpannā, sabbā itthiyo, sabbe purisā, sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā, sabbe manussā, sabbe vinipātikā, averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharāntu.

Oby wszystkie istoty, wszystkie oddychające istoty, wszystkie byty, wszystkie jednostki, wszystkie istoty posiadające jaźń, wszystkie istoty żeńskie, wszystkie istoty męskie, wszystkie istoty szlachetne, wszystkie istoty nieprzebudzone, wszystkie istoty niebiańskie, wszyscy ludzie, wszystkie istoty ze światów niedoli były pełne spokoju, oby były wolne od złej woli, oby były wolne od zmartwień, oby z łatwością o siebie dbały.

Kāyagatāsati

Atthi imasmiṃ kāye: kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, maṃsaṃ, nhāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjaṃ, vakkaṃ, hadayaṃ, yakanaṃ, kilomakaṃ, pihakaṃ, papphāsaṃ, antaṃ, antaguṇaṃ, udariyaṃ, karīsaṃ, matthaluṅgaṃ, pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo, assu, vasā, kheḷo, siṅghāṇikā, lasikā, muttaṃ.

Obserwacja ciała

W tym ciele są włosy na głowie, włosy na ciele, paznokcie, zęby, skóra, mięśnie, ścięgna, kości, szpik kostny, nerki, serce, wątroba, opłucna, śledziona, płuca, jelito cienkie, jelito grube, żołądek z jego zawartością, fekalia, żółć, flegma, ropa, krew, pot, tłuszcz, łzy, łój, ślina, śluz nosowy, maź stawowa i mocz.

Maraṇassati

Sabbe sattā marissanti,
maranti ca mariṃsupi,
Tathevāhaṃ marissāmi,
ettha me natthi saṃsayo.

Kontemplacja śmierci

Wszystkie istoty umrą,
umierają lub już umarły,
Ja także umrę,
nie mam co do tego wątpliwości.

Patthanā

Uddhaṃ yāva bhavaggā ca, adho yāva avīcito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā pathavīcarā, abyāpajjā niverā ca, niddukkhā c'ānupaddavā.

Oby wszystkie istoty u góry, aż do najwyższych światów, u dołu, aż do najniższego piekła Avīcī, we wszystkich wszechświatach, bytujące na powierzchni ziemi, były wolne od złej woli, wolne od nienawiści, wolne od krzywdy, wolne od niebezpieczeństw.

Uddhaṃ yāva bhavaggā ca, adho yāva avīcito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā udakecarā, abyāpajjā niverā ca, niddukkhā c'ānupaddavā.

Oby wszystkie istoty u góry, aż do najwyższych światów, u dołu, aż do najniższego piekła Avīcī, we wszystkich wszechświatach, bytujące w wodzie, były wolne od złej woli, wolne od nienawiści, wolne od krzywdy, wolne od niebezpieczeństw.

Uddhaṃ yāva bhavaggā ca, adho yāva avīcito, samantā cakkavāḷesu, ye sattā ākāsecarā, abyāpajjā niverā ca, niddukkhā c'ānupaddavā.

Oby wszystkie istoty u góry, aż do najwyższych światów, u dołu, aż do najniższego piekła Avīcī, we wszystkich wszechświatach, bytujące w powietrzu, były wolne od złej woli, wolne od nienawiści, wolne od krzywdy, wolne od niebezpieczeństw.

Yaṃ pattaṃ kusalaṃ tassa, ānubhāvena pāṇino, sabbe Saddhammarājassa ñatvā Dhammaṃ sukhāvahaṃ pāpuṇantu visuddhāya, sukhāya paṭipattiyā, asokaṃ anupāyāsaṃ, Nibbāna-sukhaṃ uttamaṃ.

Niech potęga osiągnięć tego co umiejętne, wszystkim istotom czującym, które poznały dobrą Dhammę Zwierzchnika Nauki, przyniesie szczęście, oczyszczenie, pomyślność praktyki, bez żalu ani trudności doprowadzi do najwyższego szczęścia – Nibbāny.

Ciraṃ tiṭṭhatu Saddhammo, Dhamme hontu sagāravā, sabbepi sattā kālena, sammā devo pavassatu.

Niech dobra Dhamma ciągle trwa, oby Nauka miała poważanie u wszystkich istot. Niech deszcz obficie pada w odpowiedniej porze.

Yathā rakkhiṃsu porāṇā surājāno tathevimaṃ rājā rakkhantu Dhammena attano'va pajaṃ pajaṃ.

Jak poprzedni dobrzy władcy ochraniali, tak niech i dzisiejsi przywódcy praworządnie chronią ludzi.

Lakkhaṇatayaṃ

“Sabbe saṅkhārā aniccā”ti,
yadā paññāya passati,
Atha nibbindati dukkhe,
esa maggo visuddhiyā.

“Sabbe saṅkhārā dukkhā”ti,
yadā paññāya passati,
Atha nibbindati dukkhe,
esa maggo visuddhiyā.

“Sabbe dhammā anattā”ti,
yadā paññāya passati,
Atha nibbindati dukkhe,
esa maggo visuddhiyā.

Trojakie cechy

„Wszelkie złożoności są nietrwałe” —
gdy dzięki mądrości człowiek to dostrzega,
odwraca się od krzywdy.
Taka jest ścieżka oczyszczenia.

„Wszelkie złożoności są krzywdzące” —
gdy dzięki mądrości człowiek to dostrzega,
odwraca się od krzywdy.
Taka jest ścieżka oczyszczenia.

„Wszelkie zjawiska nie mają istoty” —
gdy dzięki mądrości człowiek to dostrzega,
odwraca się od krzywdy.
Taka jest ścieżka oczyszczenia.

Buddhassa Bhagavato Ovādo

Appamādena bhikkhave sampādetha,
Buddhuppādo dullabho lokasmiṃ,
manussabhāvo dullabho, dullabhā saddhā-
sampatti, pabbajitabhāvo dullabho,
Saddhammassavanaṃ dullabhaṃ.
Evaṃ divase divase ovadi.

Handa dāni, bhikkhave, āmantayāmi vo,
“Vayadhammā saṅkhārā,
appamādena sampādetha”.

Pouczenia Błogosławionego

Niestrudzenie, o mnisi, starajcie się,
rzadkie jest pojawienie się na świecie
Przebudzonego, rzadko stać się można
człowiekiem, rzadkie jest posiadanie wiary,
rzadko stać się można tym, kto porzucił życie
rodzinne, rzadkie jest słuchanie prawdziwej
Dhammy.” Takie pouczenia każdego dnia dawał
Błogosławiony.

Zatem teraz, o mnisi,
zwracam się do was odchodząc:
„Przemijająca jest natura złożoności,
niestrudzenie się starajcie.”

Patti Dāna

Ettāvatā ca amhehi,
Sambhataṃ puñña-sampadaṃ,
Sabbe devānumodantu,
Sabba sampatti-siddhiyā.

Dānaṃ dadantu saddhāya,
Sīlaṃ rakkhantu sabbadā,
Bhāvanābhiratā hontu,
Gacchantu devatāgatā.

Sabbe buddhā balappattā,
Paccekānañca yaṃ balaṃ,
Arahantānañca tejena,
Rakkhaṃ bandhāmi sabbaso.

Dzielenie się zasługami

Niech zatem wszystkie devy się radują
z naszego dążenia do osiągnięcia zasług
oraz z każdego pożytecznego
działania przez nas uczynionego.

Obyście dawali jałmużnę z ufnością,
obyście wszyscy wskazań przestrzegali,
obyście medytowali z przyjemnością,
każda przybyła deva niech się już oddali.

Na mocy osiągnięć wszystkich Buddhów
siły Paccekabuddhów
gorliwości Arahantów
Zawiązuję tę ochronę wszem i wobec.

Ratanattaya Pūjā

Imāya Dhammānudhammapaṭipattiyā
Buddhaṃ pūjemi.

Imāya Dhammānudhammapaṭipattiyā
Dhammaṃ pūjemi.

Imāya Dhammānudhammapaṭipattiyā
Saṅghaṃ pūjemi.

Addhā imāya paṭipattiyā
jarāmaraṇamhā parimucissāmi.

Hołd Trzem Klejnotom

Poprzez poprawne praktykowanie Dhammy składam hołd Buddzie.

Poprzez poprawne praktykowanie Dhammy składam hołd Dhammie.

Poprzez poprawne praktykowanie Dhammy składam hołd Saṅdze.

Doprawdy, obym poprzez praktykę wyzwolił się ze starości i śmierci.

Sādhu, Sādhu, Sādhu!

e-mail: sasana.pl@gmail.com
website: http://sasana.wikidot.com
sasana.pl