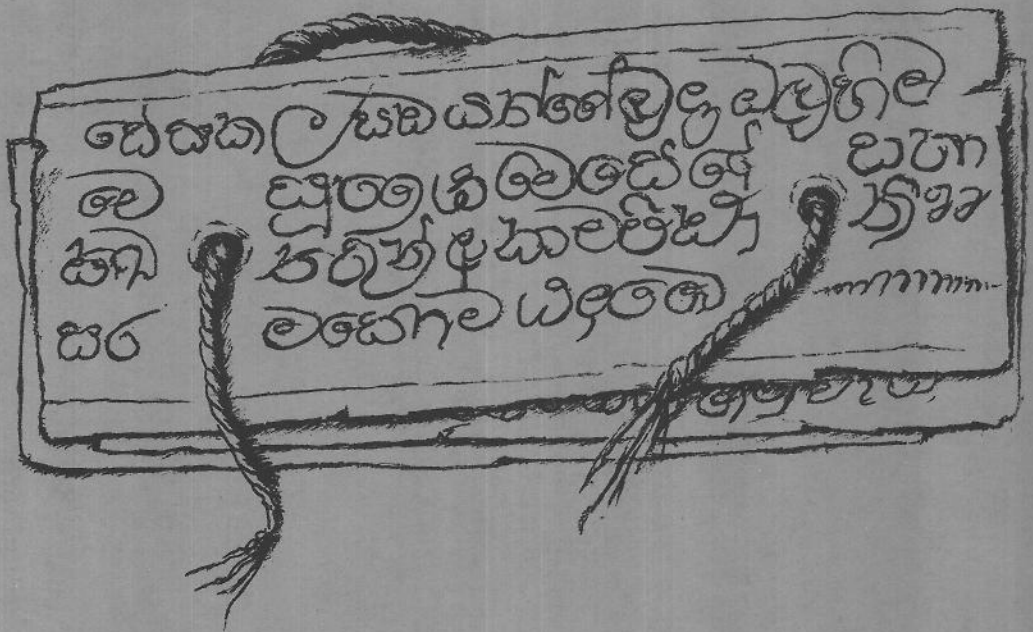
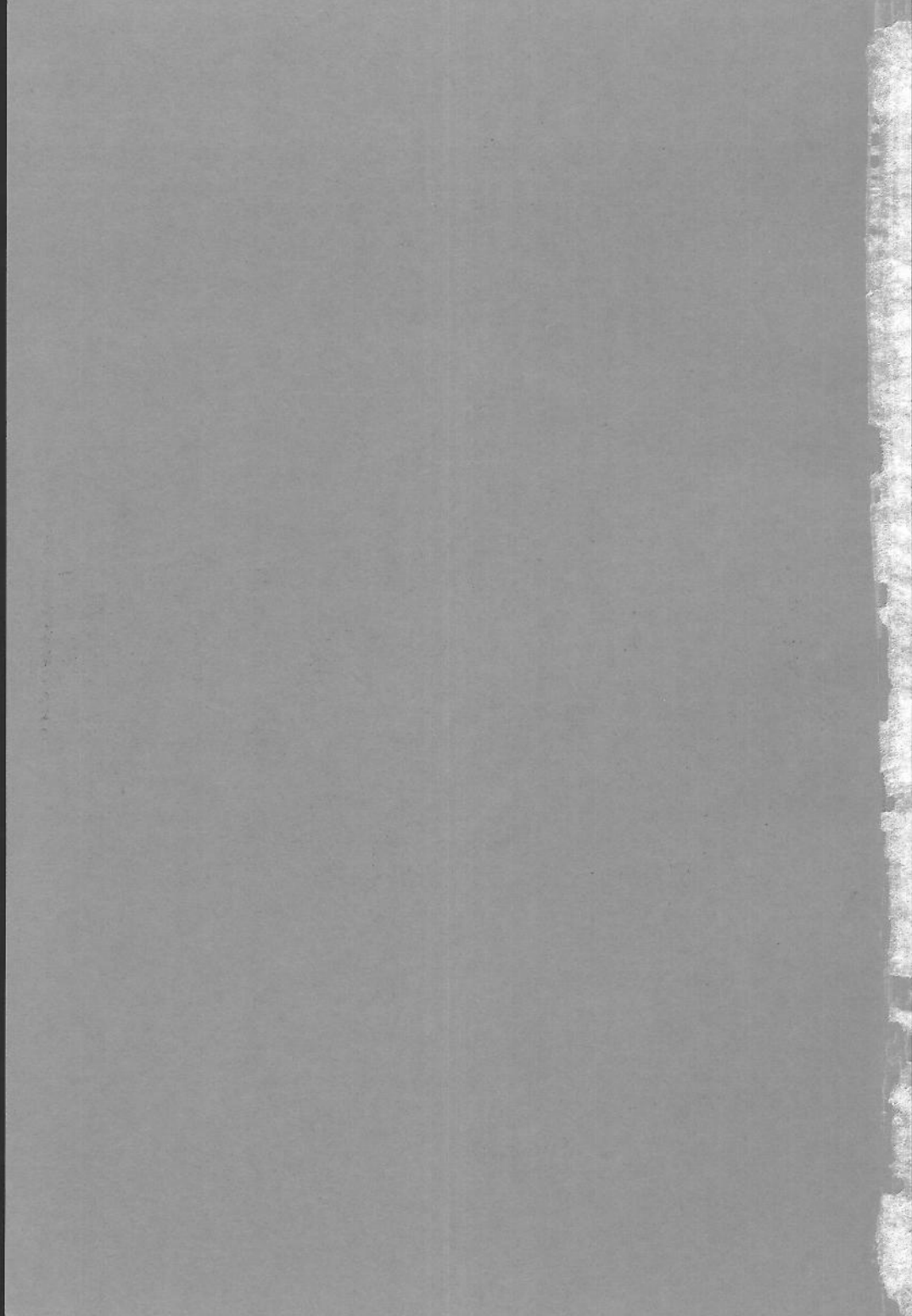


BOEDDHISTISCHE RECITATIETEKSTEN

oorspronkelijke Pāli-teksten met vertaling



Thera Dhammawīranātha



BOEDDHISTISCHE RECITATIETEKSTEN

oorspronkelijke Pāli-teksten met vertaling

Thera Dhammawīranātha

Boeddhayāna Uitgeverij

BOEDDHAYĀNA PUBLIKATIES 2

van dezelfde auteur zijn reeds verschenen:

3. Boeddhistische Ethiek
13. De Goede Tekenen in het Leven
14. Een Ontmoeting met het Boeddhisme
15. Een Praktische Gids tot de Boeddhistische Meditatie
21. Asāḥā, Oorsprong en Betekenis
26. De Vier Grondslagen voor Achtzaamheid
32. De Tien Volmaaktheden
34. De Prediking over Alle Mentale Overwoekeraars
35. Het Leven van de Eerwaarde Ānanda Thera
39. Levende Dhamma

CIP-GEGEVENS KONINKLIJKE BIBLIOTHEEK, DEN HAAG

Dhammawīraṇātha

Boeddhistische recitatieteksten : Pāli-tekst en vertaling
/ Thera Dhammawīraṇātha. - 's Gravenhage :
Boeddhayāna Uitgeverij. - (Boeddhayāna Publikaties ; 2)
1e dr. Nederlandse uitg.: 1978. - Met lit. opg.
ISBN 90-71329-31-3
SISO 214.3 UDC 294.3
Trefw.: Boeddhisme

(c) 1989 Thera Dhammawīraṇātha
uitgegeven door: Boeddhayāna Uitgeverij
cover design: Oepāsikā Khemindā
vierde gewijzigde druk 1989/2533

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt worden
door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No part of this work may be reproduced in any form by print, photoprint, microfilm
or any means without written permission from the publisher.



**Opedragen aan alle grote
Thera's, die het ons
mogelijk hebben gemaakt
de Bevrijdende Dhamma
te horen, te leren en te
beoefenen, zodat ook wij
de Onwankelbare
Bevrijding van de geest
kunnen verwezenlijken!**

Inhoud

- 5 Voorwoord
- 7 Uitspraakregels
- 8 De Dagelijkse Oefening
- 10 Het Vragen van de Drie Toevluchten en de Vijf Levensregels aan de Saṅgha
- 12 Vandana (Respektbetuiging)
Tisarāṇa (de Drie Toevluchten)
Pañca Sīla (de Vijf Levensregels)
Aṭṭhaṅga Sīla (de Acht Levensregels)
- 14 Dasa Sīla (de Tien Levensregels)
- 16 Pūjā (Huldebetoon)
- 20 Buddhānussati (Kontemplatie op de Verheven Eigenschappen van de Boeddha)
- 22 Dhammānussati (Kontemplatie op de Verheven Eigenschappen van de Dhamma)
- 24 Saṅghānussati (Kontemplatie op de Verheven Eigenschappen van de Saṅgha)
- 26 Mettā Sutta (de Prediking over Liefdevolle Vriendelijkheid)
- 30 Mahā Maṅgala Sutta (de Prediking over de Goede Tekenen in het Leven)
- 34 Ratana Sutta (de Juwelenprediking)
- 40 Jaya Maṅgala Gāthā (Schitterende Overwinningen)
- 44 Bojjhaṅga Sutta (De Prediking over de Zeven Factoren van Verlichting)
- 46 Tilakkhaṇa Bhāvanā (Kontemplatie op de Drie Karakteristieken van het Gekonditioneerde Bestaan)
Aniccā Vata Saṅkhārā (Kontemplatie op de Vergankelijkheid)
- 48 Mahā Jaya Maṅgala Gāthā (Heilwensen)
- 50 Ettāvata (het Delen van de Verdiensten)
- 54 Anumodana (een tekst die door de monniken wordt geciteerd als dank en zegen)
- 57 Poēdjā - verklaring
- 63 Boeddhānoessati - verklaring
- 64 Dhammānoessati - verklaring
- 65 Saṅghānoessati - verklaring
- 66 Namakkāra - de traditionele respektbetuiging
- 67 Algemene Informatie

VOORWOORD

Nu de Boeddha-Dhamma (de Leer van de Boeddha) steeds meer bekendheid in Nederland krijgt is er een groeiende belangstelling voor de dagelijkse praktijk van een Boeddhist. Een belangrijk onderdeel hiervan vormt de recitatie van predikingen en uitspraken van de Boeddha, waarmee een volgelinge iedere dag uiting geeft aan zijn eerbied, dankbaarheid en vertrouwen.

Het reciteren van bepaalde predikingen van de Boeddha is niet in een latere tijd ontstaan, zoals sommigen wel veronderstellen. De Boeddha zelf en de grote verlichte discipelen gaven hierin een voorbeeld door predikingen van bescherming (*paritta soetta*) te (doen) reciteren om iemand te behoeden voor mentale stoornissen.

Deze beschermende stanza's zijn gepredikt en opgetekend in het *Pāli*, een Indische taal van dezelfde origine als het Sanskriet. Om de beschermende kracht van deze *soetta*'s te begrijpen moeten we beseffen dat zij gesteld zijn in de taal van de toehoorders, waardoor een direkt begrip van de Dhamma kon worden ontwikkeld. Op deze wijze was het mogelijk dat iemand door het horen van de Dhamma tot Verlichting kon komen. De Dhamma beschermt degene die de Dhamma beoefent (*Dhammo hawe rakkhati dhammacāriṇi*).

Voor de meeste Boeddhisten is het *Pāli* een heilige maar 'dode' taal, waardoor het nodig en essentieel is deze beschermende predikingen te vertalen, zodat de letterlijke en algemene betekenis begrepen kan worden. Hierdoor zal zowel het reciteren van als het luisteren naar de Beschermende Predikingen onze mentale konstitutie veranderen en daarmee ons hart reinigen van bezoedelingen. Op zo'n moment steunt men op de waarheid voor de bevrijding van leed (*saccakīriya*).

Bij de oorspronkelijke *Pāli*-tekst is de internationaal erkende schrijfwijze gehanteerd om verdere studie niet te bemoeilijken. Voor de juiste uitspraak wordt de lezer met nadruk geadviseerd de uitspraakregels ter harte te nemen. Voorts is voor de beoefening een speciaal voor dit doel opgenomen cassette-tape los verkrijgbaar. In de verklarende teksten is een transkriptie toegepast, waardoor het (op de juiste wijze) lezen van de *Pāli*-teksten gemakkelijk tot een gewoonte zou kunnen worden gemaakt.

Moge dit boekje ertoe bijdragen dat een groeiend aantal mensen het oor naar de Dhamma richt. Mogen zij door de gedachten te zuiveren beschermd worden.

Mogen alle wezens gezond en gelukkig zijn. Mogen zij zich verblijden en mogen zij door het in praktijk brengen van de Bevrijdende Dhamma spoedig de Onwankelbare Bevrijding van de geest verwerkelijken.

Boeddhayāna Centrum
Den Haag

Dhammawīranātha Thera
Āsāḥa 2578, juli 1989

Voor zover mogelijk wordt aan het einde van de verschillende *paritta soetta's* verwezen naar andere Boeddhayāna Publikaties die op de betreffende *soetta* betrekking hebben.