

THE RAVADOS
BUDIZMO

GIESMYNAS



ALOKOS CENTRAS
KLAIPEDA
2024

Turinys

1	Ryto giesmės	1
1.1	Trijų brangenybių pagerbimas	1
1.2	Budos pašlovinimas	1
1.3	Dhammos pašlovinimas	3
1.4	Sanghos pašlovinimas	3
1.5	Trijų brangenybių pasveikinimas ir apmąstymai nuramiantys aistras	4
1.6	Jaya Paritta	8
1.7	Penki faktai dažnam apmąstymui	10
1.8	Tauriosios tiesos	11
1.9	Žvelgimas į kūną	13
1.10	Apmąstymai naudojant būtinybes	17
1.11	Pranos jégos panaudojimo pratimai	19
1.12	Geraširdiškumo eilės	21
1.13	Nuopelnų paskyrimas	23
2	Vakaro giesmės	24
2.1	Trijų brangenybių pagerbimas	24
2.2	Budos bruožų atminimas	24
2.3	Eilės Budos garbei	25
2.4	Dhammos bruožų atminimas	27
2.5	Eilės Dhammos garbei	27
2.6	Sanghos bruožų atminimas	29
2.7	Eilės Sanghos garbei	30
2.8	Prieglobsčio trijose brangenybėse priémimas	31
2.9	Tiesos ištarimo eilės	33

3 Suttos	34
3.1 Dhamma-cakkappavattana Sutta	34
3.2 Anattalakkhaṇasuttam	47
3.3 Āditta-pariyāya Sutta	59
3.4 Girimānanda Sutta	65
3.5 Sārāṇīya-dhamma Sutta	74
3.6 Gotami Sutta	76
3.7 Dhamma-niyāma Sutta	79
3.8 Dhammasaṅgaṇī Mātikā Pāṭha	82
3.9 Vipassana Bhumi	85
3.10 Paṭicca Samuppāda	87
3.11 Dhamma-saṅgaṇī	89
3.12 Vibhaṅga	90
3.13 Dhātu-kathā	91
3.14 Puggala-paññatti	91
3.15 Kathā-vatthu	92
3.16 Yamaka	93
3.17 Paṭṭhāna	93
3.18 Paṁsu-kūla mirusiems	95
3.19 Paṁsu-kūla gyviesiems	95
4 Budos diena - apasaugančios giesmės	96
4.1 Dievybių pakvietimas	96
4.2 Prieglobsčio trijose brangenybėse priémimas	97
4.3 Tiesos ištarimo eilės	98
4.4 Maṅgala Sutta	100
4.5 Ratanasutta	102
4.6 Karanīyamettā Sutta	109
4.7 Khandha Paritta	111
4.8 Mora Paritta	112
4.9 Vatṭaka paritta	113
4.10 Bojjhaṅga paritta	114
4.11 Abhaya paritta	116
4.12 Devatāyuyyojana Gāthā	116

5 Apmāstymai	118
5.1 Penki faktai dažnam apmāstymui	118
5.2 Tauriosios Tiesos	119
5.3 Apmāstymai panaudojus būtinybes	120
6 Gerašidiškumas ir nuopelnų paskyrimas	122
6.1 Gerašidiškumo skleidimas	122
6.2 Geraširdiškumo giesmė	124
6.3 Sabba-patti-dāna Gāthā	125
6.4 Geraširdiškumo eilės	126
6.5 Nuopelnų paskyrimas	128
7 Priesakai	129
7.1 Penki priesakai	129
7.2 Aštuoni priesakai	132

Ryto giesmės

Trijų brangenybių pagerbimas

araham̄ sammā-sambuddho bhagavā
buddham̄ bhagavantam̄ abhivādemi (nusilenkiama)

*Arahantas, tobulai pabudęs, Palaimintasis,
pagerbiu Budą, Palaimintąjį.*

svākkhāto bhagavatā dhammo
dhammam̄ namassāmi (nusilenkiama)

*Mokymas gerai išdėstytas Palaimintojo,
nusilenkiu Dhammai.*

supatipanno bhagavato sāvaka-saṅgho
saṅgham̄ namāmi (nusilenkiama)

*Gerai žengia keliu Palaimintojo mokinį bendruomenę,
lenkiuosi prieš Sanghą.*

namo tassa bhagavato arahato sammā-
sambuddhassa (3 kartus)

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai pabudusiam.

Budos pašlovinimas

yo so tathāgato araham̄ sammā-sambuddho

Taq Tathagataq, kuris yra arahantas, tobulai pabudęs,
vijjā-caraṇa-sampanno sugato lokavidū
įgijęs žinojimą ir gerą elgesį, gerai žengęs, žinantis pasaulį,
anuttaro purisa-damma-sārathi
neprilygstamas tramdytinų žmonių ugdytojas,
satthā deva-manussānam buddho bhagavā;
dievybių ir žmonių mokytojas, budintojas, palaimintas,
yo imam lokam sadevakam samārakam sabrahma-
kam, sassamaṇa-brāhmaṇim pajam sadeva-manu-
ssam sayam abhiññā sacchikatvā pavedesi;
*kuris skelbési pats tiesiogine patirtimi pažinęs šį pasaulį su jo dievybėmis, Mara,
Brahma, su visais atsiskyrėliais ir brahmanais, su jo valdovais ir žmonėmis;*
yo dhammam desesi, ādi-kalyānam majjhe-kalyā-
nam pariyoṣāna-kalyānam;
kuris mokė Dhammos, kuri yra gera pradžioje, gera viduryje, gera pabaigoje,
sāttham sabyañjanam kevala-paripuṇṇam parisu-
ddham brahma-cariyam pakāsesi;
mokė prasmingai, tinkama kalba, parodė visiškai tobulą, tyra šventą gyvenimą;
tam aham bhagavantam abhipūjayāmi, tam aham
bhagavantam sirasā namāmi. (nusilenkiama)
pašlovinu taq Palaimintajj, nusilenkiu tam Palaimintajam.

Dhammos pašlovinimas

yo so svākkhāto bhagavatā dhammo,

Tą Dhammą, kuri yra gerai išdėstyta Palaimintojo,

sandiṭṭhiko akāliko,

matoma čia ir dabar, nesensta,

ehipassiko opanayiko

ragina įsitikinti [jos tikrumu], yra verta taikymo,

paccattam veditabbo viññūhi,

turi būti asmeniškai pažinta išmintingųjų,

tam aham dhammadm abhipūjayāmi, tam aham dhammam sirasā namāmi. (nusilenkiama)

pašlovinu tą Dhammą, nusilenkiu tai Dhammai.

Sanghos pašlovinimas

yo so supatipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

Tą gerai žengiančią keliu Palaimintojo mokinių bendruomenę,

uju-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

teisingai žengiančią keliu Palaimintojo mokinių bendruomenę,

ñāya-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

tinkamai žengiančią keliu Palaimintojo mokinių bendruomenę,

sāmīci-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

deramai žengiančią keliu Palaimintojo mokinių bendruomenę,

yadidam cattāri purisayugāni atṭha purisapuggalā

1.5. TRIJŲ BRANGENYBIŲ PASVEIKINIMAS IR APMĀSTYMAI NURAMINANTYS AISTRAS

*tai yra keturias poras, aštuonių rūsių tauriasias būtybes,
esa bhagavato sāvaka-saṅgho
šiāl Palaimintojo mokinių bendruomenę,
āhuṇeyyo pāhuṇeyyo dakkhiṇeyyo añjali-karaṇīyo
kuri yra verta dovanų, verta svetingumo, verta aukų, verta pagarbaus pasveikinimo,
anuttaram puññakkhettam lokassa,
yra neprilygstamas laukas visam pasaulei nusipelnyti gero rezultato,
tam aham saṅgham abhipūjayāmi, tam aham saṅgham sirasā namāmi. (nusilenkiama)
pašlovinu tą Sanghą, nusilenkiu tai Sanghai.*

Trijų brangenybių pasveikinimas ir apmāsty- mai nuraminantys aistras

buddho susuddho karunā-mahāṇavo || yoccanta-
suddhabbara-ñāṇa-locano || lokassa pāpūpakilesa-
ghātako || vandāmi buddham aham-ādarena tam

*Buda yra visiškai tyras, turintis atjautos su lyg vandenynu, su galutinai išgrynta
žinojimo akimi, pasaulio blogio ir teršalų naikintojas. Nuoširdžiai pagerbiu tą Budą.*

dhammo padīpo viya tassa satthuno || yo magga-
pākāmata-bhedabhinnako || lokuttaro yo ca tad-attha-
dīpano || vandāmi dhammaṁ aham-ādarena tam

*To mokytojo Dhamma yra kaip žibintas. Perskirta į kelią, vaisius ir nemirtingaji, ji
yra pranokstanti pasauly ir parodo kelią į tai. Nuoširdžiai pagerbiu tą Dhammą.*

1.5. TRIJŲ BRANGENYBIŲ PASVEIKINIMAS IR APMĀSTYMAI NURAMINANTYS AISTRAS

saṅgho sukhettābh�atikhetta-saññito || yo ditṭha-santo sugatānubodhako || lolappahīno ariyo sumedhaso || vandāmi saṅgham aham-ādarena tam

Sangha vadinama lauku geresniu už geriausią, pamačiusioji ramybę, pabudusi sek-dama Gerai Žengusiji, palikusi blaškimąsi, tauri, išmintinga. Nuoširdžiai pagerbiu tą Sanghą.

iccevam-ekantabhipūjaneyyakam || vatthuttayam van-dayatābhisaṅkhatam || puññam mayā yam mama sab-bupaddavā || mā hontu ve tassa pabhāva-siddhiyā

Mano sukurto nuopelno pagerbiant tris brangenybes, vertasias tik aukščiausios pagarbos, galia tegul visi pavojai pranyksta!

* * *

idha tathāgato loke uppanno araham sammā sambuddho,

Štai, pasaulyje pasirodė Tathagata, arahantas, tobulai pabudęs,
dhammo ca desito niyyāniko upasamiko parinibbāniko sambodhagāmī sugatappavedito.

ir išdėstyta Dhamma vedanti (iš samsaros), nuraminanti, užgesinanti, vedanti į pabudimą, paskelbtoji Gerai Žengusiojo 

mayan-tam dhammam sutvā evam jānāma

Paklausę tos Dhammos mes žinome:

jāti pi dukkhā jarā pi dukkhā marañam pi dukkham

ir gimimas yra kančia, ir senėjimas yra kančia, ir mirtis - kančia,

soka-parideva-dukha-domanassupāyāsāpi
dukkhā,

1.5. TRIJŲ BRANGENYBIŲ PASVEIKINIMAS IR APMĀSTYMAI NURAMINANTYS AISTRAS

liūdesys, raudojimas, skausmas, nusiminimas ir neviltis yra kančia

appiyehi sampayogo dukkho piyehi vippayogo dukkho yam **piccham** na labhati tam pi **dukkham**

*susidūrimas su tuo, kas nemielo - kančia, išsiskyrimas su tuo, kas mielo - kančia,
negavimas to, ko norisi, irgi yra kančia;*

saṁkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā,

trumpiau, penki savinamieji sandai - kančia,

seyyathīdam

o būtent:

rūpūpādānakkhandho,

materialios formos savinamas sandas,

vedanūpādānakkhandho,

jausmo tono savinamas sandas,

saññūpādānakkhandho,

suvokimo savinamas sandas,

saṅkhārūpādānakkhandho,

proto darinių savinamas sandas,

viññāṇūpādānakkhandho.

įšmonės savinamas sandas.

yesam pariññāya, dharamāno so bhagavā, evam bahularam sāvake vineti,

Tam, kad tuos visiškai suprastų, Palaimintasis, kol buvo gyvas, dažnai taip pamokydavo savo klausytojus,

evam bhāgā ca panassa bhagavato sāvakesu anusāsanī, bahularam pavattati:

1.5. TRIJŲ BRANGENYBIŲ PASVEIKINIMAS IR APMĀSTYMAI NURAMINANTYS AISTRAS

dažnai Palaimintojo pamokslai jo mokyniams buvo tokie:

“rūpam aniccam,
„Materiali forma nepastovi,
vedanā aniccā,
jauso tonas nepastovus,
saññā aniccā,
suvokimas nepastovus,
sañkhārā aniccā,
proto dariniai nepastovūs,
viññāṇam aniccam,
sämoné nepastovi,
rūpam anattā,
materiali forma beasmenē,
vedanā anattā,
jauso tonas beasmenis,
saññā anattā,
suvokimas beasmenis,
sañkhārā anattā,
proto dariniai beasmeniai,
viññāṇam anattā,
sämoné beasmenē,
sabbe sañkhārā aniccā,
visa, kas sälygota, nepastovu,
sabbe dhammā anattāti.”

visi reiškiniai, salygoti ir nesalygoti, beasmeniai.”

te (**MOTERYS:** tā) mayam, otinñāmha jātiyā jarā-mara-ñena, sokehi paridevehi dukkhehi domanasssehi upā-yāsehi, dukkhotinñā dukkha-paretā,

Visi mes esame kamuojami gimimo, senėjimo, mirties, liūdesio, raudojimo, skausmo, nusiminimo ir nevilties, kamuojami kančios, varginami kančios.

“appeva nāmimassa kevalassa dukkhakkhandhassa antakiriyā paññāyethāti!”

„Tikrai turi būti įmanoma pažinti viso šio kančios kalno baigtį!“

cira-parinibbutam-pi tam bhagavantam sarañam ga-tā, dhammañ-ca bhikkhu-sāṅghañ-ca,

Priėmę, kad jau ir senai galutinai užgesusi, Palaimintajį savo prieglobščiu, o taip pat Dhammq ir vienuolių Sanghą,

tassa bhagavato sāsanam yathā-sati yathā-balam manasikaroma, anupatipajjāma.

mes skiriame dēmesio ir praktikuojame to Palaimintojo mokymą su visa savo atida ir jégomis.

sā sā no paṭipatti, imassa kevalassa dukkhakkhan-dhassa antakiriyāya samvattatu.

*Tegul ši mūsų praktika **atneša** viso šio kančios kalno baigtį!*



Jaya Paritta

mahā-kāruṇiko nātho || hitāya sabba-pāñinam || pū-retvā pāramī sabbā || patto sambodhim-uttamam || etena sacca-vajjena || hotu te jaya-maṅgalam

(Buda), mūsų sergėtojas turintis didžią atjautą, visų būtybių labui, iki galo išlavinęs tobulybes pasiekė aukščiausiojo tobulo budimo. Šios tiesos ištarimo galia teaplan-ko tave pergalės sėkmę!

jayanto bodhiyā mūle || sakyānam nandi-vadḍhano

Nugalėjės bodhi medžio papédéje, jis padidino Sakjų džiaugsmą.

evam tvam vijayo hohi || jayassu jayamaṅgale

Linkiu tau tokios pat pergalės kaip jo.

aparājita-pallaṅke || sīse paṭhavi-pokkhare

Sédédamas pergalinge soste, aukštumoj, žemės puikumoj

abhiseke sabba-buddhānam || aggappatto pamodati

visų Budų pašventintoj, jis džiaugési pasiekęs aukščiausią.

sunakkhattam̄ sumaṅgalam̄ || suppabhātam̄ suhuṭṭhitam̄

*Tegul būna palankios žvaigždės, geri palaiminimai, geros aušros, geri aukojimai,
sukhaṇo sumuhutto ca || suyiṭṭham̄ brahmacārisu*

geros akimirkos, geri momentai ir geros aukos!

padakkhiṇam̄ kāyakammam̄ || vācākammam̄ pada-
kkiṇam̄

*Tegul būnant su šventais tavo veiksmai būna nešantys sėkmę, kalba - nešanti sėkmę,
padakkhiṇam̄ manokammam̄ || pañidhi te padakkhi-
ṇā*

1.7. PENKI FAKTAI DAŽNAM APMĀSTYMU

mintys - nešančios sékmę, siekiai - nešantys sékmę.

padakkhiṇāni katvāna || labhantatthe padakkhiṇe

Tave, padariusi tai, kas neša sékmę, lai aplanko sékmę!



bhavatu sabbamaṅgalam rakkhantu sabbadevatā

Telydi tave visokeriopa sékmé, te visos dievybés saugo,

sabba-buddhānubhāvena sadā sotthī bhavantu te

ir visų Budų galia būk visad gerovéje!

bhavatu sabbamaṅgalam rakkhantu sabbadevatā

Telydi tave visokeriopa sékmé, te visos dievybés saugo,

sabba-dhammānubhāvena sadā sotthī bhavantu te

ir visos Dhammos galia būk visad gerovéje!

bhavatu sabbamaṅgalam rakkhantu sabbadevatā

Telydi tave visokeriopa sékmé, te visos dievybés saugo,

sabba-saṅghānubhāvena sadā sotthī bhavantu te

ir visos Sanghos galia būk visad gerovéje!

Penki faktai dažnam apmāstymui

jarā-dhammo (MOTERYS: -ā) mhi jaram anatīto
(MOTERYS: -ā)

„Man būdinga senti, nejveikiau senėjimo.”

byādhi-dhammo(-ā) mhi byādhim anatīto(-ā).

„Man būdinga sirgti, nejveikiau ligų.”

marañā-dhammo(-ā) mhi marañam anatīto(-ā).

„*Man būdinga mirti, nejveikiau mirties.*”

sabbehi me piyehi manāpehi nānā-bhāvo vinā-bhāvo.

„*Visa tai, kas man brangu ir miela, turēsiu palikti, iš-siskirti su tuo.*”

kammassako(-ā) mhi kamma-dāyādo(-ā) kamma-yoni kamma-bandhu kamma-paṭisaraṇo(-ā).

Esu veiksmų savininkas(-é), veiksmų īpēdinis(-é), gimiau iš savo veiksmų, veiksmai yra mano giminės, veiksmai yra mano prieglobstis.

yaṁ kammam karissāmi, kalyāṇam vā pāpakaṁ vā, tassa dāyādo(-ā) bhavissāmi.

Kokius veiksmus atlieku - ar dorus, ar nedorus - to ir būsiu īpēdinis(-é).”

evam amhehi abhiñham paccavekkhitabbam.

Turētume tai dažnai apmąstyti.

Tauriosios tiesos

ye dukkham nappajānanti

Kas nesupranta kančios,

atho dukkhassa sambhavam

kančios kilimo

yattha ca sabbaso dukkham || asesam uparujjhati,

ir, kur ji visapusiškai visiškai liaujasi,
tañ-ca maggam na jānanti,
kas nesupranta kelio,
dukkhūpasama-gāminam
vedančio į kančios nurimimą,
ceto-vimutti-hīnā te
tie stokoja proto išsilaisvinimo
atho paññā-vimuttiyā.
ir išsilaisvinimo išmintimi.
abhabbā te anta-kiriyāya
Negeba jie padaryti kančiai galq,
te ve jāti-jarūpagā.
grīš tikrai gimi ir senti jie.
ye ca dukkham pajānanti
Kas gi supranta kančią,
atho dukkhassa sambhavam,
kančios kilimą
yattha ca sabbaso dukkham || asesam uparujjhati,
ir, kur ji visapusiškai visiškai liaujasi,
tañ-ca maggam pajānanti,
kas supranta kelią,
dukkhūpasama-gāminam:
vedantį į kančios nurimimą,

ceto-vimutti-sampannā

jų protas išsilaisvinės,

atho paññā-vimuttiyā.

jie išsilaisvinę išmintimi.

bhabbā te anta-kiriyāya

Geba jie padaryti kančiai galą,

na te jāti-jarūpagāti.

niekad negrįš gimb ir senti jie.

Žvelgimas į kūną

ayam kho me kāyo,

Šis mano kūnas

uddham pādatalā,

į viršų nuo kojų padu

adho kesa-matthakā,

ir žemyn nuo galvos plaukų

taca-pariyanto,

padengtas oda

pūro nānappakārassa asucino,

pilnas visokiausių nešvarumų.

atthi imasmim kāye:

Šiame kūne yra

kesā

galvos plaukai,

lomā

kūno plaukai,

nakħā

nagai,

dantā

dantys,

taco

oda,

mam̄sam̄

raumenys,

nhārū

sausgyslės,

aṭħi

kaulai,

aṭħimiñjam̄

kaulų čiulpai,

vakkam̄

blužnis,

hadayam̄

širdis,

yakanam̄

kepenys,

kilomakam̄

diafragma,

pihakam̄

inkstai,

papphāsam̄

plaučiai,

antam̄

storoji žarna,

antaguņam̄

plonoji žarna,

udariyam̄

skrandžio turinys,

karīsam̄

išmatos,

matthake matthalungiām̄

smegenys,

pittam̄

tulžis,

semham̄

gleivės,

pubbo

limfa,

lohitam̄

kraujas,
sedo
prakaitas,
medo
lašiniai,
assu
ašaros,
vasā
riebalai,
khelo
seilės,
siṅghāṇikā
snargliai,
lasikā
sąnarinis tepalas,
muttam
šlapimas.
evam-ayam me kāyo:
Taip šis mano kūnas
uddham pādatalā,
į viršų nuo kojų padu
adho kesa-matthakā,
ir žemyn nuo galvos plaukų
taca-pariyanto,
padengtas oda
pūro nānappakārassa asucino.
pilnas visokiausiu nešvarumų.

Apmāstymai naudojant būtinybes

paṭisaṅkhā yoniso cīvaram paṭisevāmi,

Išminterai apmāstydamas naudojuosi apdarais:

yāvadeva sītassa paṭighātāya,

„Tai tik tam, kad apsiginčiau nuo šalčio,

uṇhassa paṭighātāya,

apsiginčiau nuo karščio,

ḍāmsa-makasa-vātātapa-sirim̄sapa-samphassānam
paṭighātāya,

kad apsiginčiau nuo sālyčio su musēmis, uodais, vēju, saule ir ropliais,

yāvadeva hirikopina-paṭicchādanattham.

tik tam, kad prisdengčiau intymišias kūno dalis.“

paṭisaṅkhā yoniso piṇḍapātam paṭisevāmi,

Išminterai apmāstydamas naudojuosi paaukotu maistu:

neva davāya na madāya na maṇḍanāya na vibhūsa-nāya,

„Tai ne pramogai, ne malonumui, ne grožio ar patrauklumo puoselėjimui,

yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā yāpanāya vihim̄su-paratiyā brahma-cariyānuggahāya,

tai tik tam, kad kūnas būtų tvirtas ir sveikas, kad numalšinčiau alkį ir palaikyčiau šventą gyvenimą.

iti purāṇañ-ca vedanam paṭihāṅkhāmi navañ-ca ve-danam na uppādēssāmi,

Taip panaikinsiu seną (alkio) jausmą ir nesukelsiu naujo (persivalgymo) jausmo,

yātrā ca me bhavissati anavajjatā ca phāsu-vihāro cāti.

ir dēl to negausiu priekaištū bei gyvensiu lengvai.”

paṭisaṅkhā yoniso senāsanam paṭisevāmi,

Išmintingai apmāstydamas naudojuosi būstu:

yāvadeva sītassa paṭighātāya,

„Tai tik tam, kad apsiginčiau nuo šalčio

unhassa paṭighātāya,

apsiginčiau nuo karščio,

ḍāmsa-makasa-vātātapa-sirim̄sapa-samphassānam paṭighātāya,

kad apsiginčiau nuo sālyčio su musēmis, uodais, vēju, saule ir ropliais,

yāvadeva utuparissaya-vinodanam paṭisallānārāmattham.

kad apsisaugočiau nuo blogo oro ir mégaučiausi vienuma.”

paṭisaṅkhā yoniso gilāna-paccaya-bhesajja-parikkhāram paṭi sevāmi,

Išmintingai apmāstydamas naudojuosi vaistais ir sergančiojo būtinybēmis:

yāvadeva uppānnānam veyyābādhikānam vedanānam paṭighātāya,

„Tai tik tam, kad apsisaugočiau nuo kilusių varginančių pojūčių ir

abyāpajjha-param atāyāti.

kad pagerinčiau sveikatą.”

Pranos jégos panaudojimo pratimai

Kiekvieną dieną kartokite toliau nurodytus veiksmus, kad padidintumėte savo kūno ir proto galią ir sustiprintumėte imuninę sistemą. Visada pradékite nuo iškvépimo.

1. Létai iškvépkite, traukdami bambagyslę link stuburo, kuo labiau išlyginkite pilvą. Įsivaizduokite, kad iškvepiant oras iš kūno išveda šiukšles, pavyzdžiui, mikrobų, o iš proto teršalus (geismą, pyktį, iliuzijas, godumą, pagiežą), nerimą, liūdesį ir kitus prisirišimus.
2. Įkvépkite ir pripildykite skrandį oro, sukeldami žvalumo ir džiaugsmo jausmą. Įtraukite šviežio deguonies per šnerves, perduokite ji į smegenis ir pajuskite, kaip jis užlieja visą kūną. Įkvépkite létai ir giliai. Jūsų pilvas savaime išsipūs.

Prieš pereidami prie 3 žingsnio, kurį laiką tēskite iškvépimą ir įkvépimą.

3. Sulaikykite kvépavimą pilve diafragma. Sulaikydami kvépavimą, minityse nusistatykite taip:

Budos, Dhammos ir Sanghos galia Nuo šios akimirkos iš visos širdies pasiryžtu susilieti su tyra visuotinės žmonės energija, gamtos energijos tyrumu, beribiu meilės gerumu tauriomis Budos, Dhammos ir Sanghos savybėmis ir visais dorybingais biais, kuriuos atlikau per visus iki šiol buvusių gyvenimus.

Dabar nurykite orą ir seiles iki pat skrandžio. Pajuskite, kaip energija teka per visą kūną, per kiekvieną plaukelį, kiekvieną pirštų ir kojų pirštų galiuką bei galvą. Nepraleiskite šios progos tiesiog iškvépdami orą pro šnerves.

4. Tada létai paleiskite kvépavimą. Įsivaizduokite, kad iškvepiamas oras šalina iš proto šiukšles. Tačiau darykite su pasiryžimo ir elementų subalansavimo žodžiais bei apsaugančiomis eilėmis. Procedūrą pakartokite po tris kartus su kiekviena iš jų. Jei jas giedosite pakanka-mai greitai, sulaikydami kvépavimą galésite pakartoti tris kartus. Jei

jas kalbésite létai, sulaikę kvépavimą galésite jas pakartoti tik vieną kartą.

Pasiryžimo žodžiai, jungiantys su tyra visuotinės sąmonės energija

Budos, Dhammos ir Sanghos galia nuo šios akimirkos iš visos širdies pasiryžtu susilieti su tyra visuotinės sąmonės energija, gamtos energijos tyrumu, beribiu geraširdiškumu, tauriomis Budos, Dhammos ir Sanghos savybėmis ir visais dorybingais darbais, kuriuos atlikau per visus iki šiol buvusius gyvenimus.

Pasiryžimo ir elementų subalansavimo žodžiai

Budos, Dhammos ir Sanghos galia tegul nuo šios akimirkos kiekvienas elementas,¹ kiekvienas sandas,² gamtos energijos tyrumas ir visuotinės sąmonės tyroji energija būna natūraliai stabilūs ir subalansuoti.

Apsaugančios eilės

pút-toh prá à-rá-hăng pút-tang rák-săa
tam-moh prá à-rá-hăng tam-mang rák-săa
săng-koh prá à-rá-hăng săng-kang rák-săa
Túk sòhk rôhk pai sà-nìiat-jan-rai chéuua-rôhk-ráai
săan-pít-ráai cell-néuua-ráai dai-dai mee-maa
à-nát-taa soon-bplào
ná sőon moh sőon pút sőon taa sőon yá sőon

¹Žmogus sudarytas iš šešių elementų: žemės, vandens, ugnies, véjo, ervdės ir sąmonės.

²Sandai – tai materialus kūnas, jausmo tonas, suvokimas, proto dariniai ir sąmonė.

*soon h̄ai bpai d̄uay ná-moh-pút-taa-yá
yá taa pút moh ná sám bpà jìt dtoh bpàt ch a mí*

(Te Buda, Dhamma ir Sangha pagydo ir apsaugo mane. Penkių dabartinės eros Budų galia teišnyksta visos bēdos, liūdesys, ligos, pavojai, nelaimės, infekcijos, nuodai ir vėžinės ląstelės.)

Pasiryžimas priimti tikrają Dhammą tiesiai į tyrają sāmonę

Pasitelkiu Budos, Dhammos ir Sanghos galia Budos, Dhammos ir Sanghos didybę, dorybę ir tobulumą, pasitelkiu visus nuopelnus ir gerumą, kuriuos sukūriau praeityje. Te nuolankiai priimu tikrają Dhammą tiesiai į tyrajā sāmonę. Tegul nuo šiol suprantu tikrają Dhammą ir spontaniškai įkūniju Dhammą kiekvieną akimirką.

Geraširdiškumo eilės

buddham mettam cittam mama buddha-
buddhanubhāvena

Beribe Budos geraširdiškumo galia

dhammam mettam cittam mama dhamma-
dhammānubhāvena

Beribe Dhammos geraširdiškumo galia

saṅgham mettam cittam mama saṅgha-
saṅghānubhāvena

Beribe Sanghos geraširdiškumo galia

appamāṇo buddho || appamāṇo dhammo ||
appamāṇo saṅgho

Buda, Dhamma ir Sangha neturi ribų.

mettañ ca sabbalokasmim || manasam bhāvaye
aparimāṇam || uddham adho ca tiriyañ ca ||
asambādham averam asapattam

*Su gerumu visam kosmosui, lavinkite beribę širdį, į viršų, į apačią ir visur aplinkui,
be trukdžių, piktavališkumo ar neapykantos.*

dukkhappattā ca niddukkhā || bhayappattā ca nib-
bhayā || sokappattā ca nissokā || hontu sabbe pi pāṇi-
no

*Te visos būtybės susidūrusios su kančia nebekenčia, susidūrusios su pavoju būna
saugios, susidūrusios su liūdesiu nebeliūdi.*

sàp pá túk sàp pá sòhk sàp pá rôhk sàp pá pai || sàp
pá krór sà nìiat jan rai wí wan chai yay || sabbadha-
nam sabbalābhām bhavantu te || rakkhantu surak-
khantu

*Te visos kančios, liūdesiai, ligos, pavojai, nesekmės ir bėdos pranyksta. Te gaukit
gausiai turtų ir pelno. Te Budos, Dhammos ir Saṅghos galia saugo jus visada.*

sabbe sattā averā abyāpajjhā anīghā || sukhī attānam
pariharantu

Te visos būtybės būna taikios, sveikos, ramios, laimingos ir rūpinasi savimi.

Nuopelnų paskyrimas

Visus savo sukauptus nuopelnus ir gerumą skirių visoms be išimties jaučiančioms būtybėms, bendrakeleivėms samsasroje, su kuriomis patiriame kančią, gimimą, senatvę, ligas ir mirtį, gyvenančioms visose egzistencijos sferose ir pasaulio sistemoje, arti ar toli, visomis kryptimis, neaprēpiamoje, neišmatuojamoje erdvėje; žmogiškoms ir nežmogiškoms būtybėms, dėvoms, Indrai, Brahmai, Jamai, jakhams, nagams, garudams, gandabams, visoms gyvoms būtybėms, priešininkams, kuriems pakenkiau praeityje, ankstesniuose gyvenimuose iki dabartinio, kūnu, kalba ar protu, sąmoningai ar nesąmoningai, dėl neatsargumo ar neišmanymo. Prašau visų šių būtybių atleidimo ir besąlygiškai atleidžiu visiems, kurie pakenkė man ankstesniuose ar šiame gyvenime.

Skirių nuopelnus tiems, kurie suteikė keturias būtinybes: maistą, pastogę, drabužius ir vaistus, ir toms būtybėms, kurios paukojo savo gyvybes ir aukojo savo kūną ir kraują kaip maistą kiekviename gyvenime iki šio.

Tegul visos būtybės atleidžia viena kitai ir atsisako bet kokio priešiškumo ir piktumo. Tegul jos išsivaduoja iš visų kančių ir nelaimių ir išsivaduoja iš visų nelaimingų būties sferų. Tegul jos lavina atidą, sutelktį ir išmintį, teisingą požiūrį ir tikrajį žinojimą. Tegul nuo šios akimirkos jos visiškai panaikina kladinį požiūrį, neišmanymą, teršalus, troškimą ir prisirišimą.

Vakaro giesmės

Trijų brangenybių pagerbimas

araham̄ sammā-sambuddho bhagavā
buddham̄ bhagavantam̄ abhivādemi (nusilenkiama)

*Arahantas, tobulai pabudęs, Palaimintasis,
pagerbiu Budą, Palaimintajį.*

svākkhāto bhagavatā dhammo
dhammam̄ namassāmi (nusilenkiama)

*Mokymas gerai išdėstytas Palaimintojo,
nusilenkiu Dhammai.*

supaṭipanno bhagavato sāvaka-saṅgho
saṅgham̄ namāmi (nusilenkiama)

*Gerai žengia keliu Palaimintojo mokinių bendruomenė,
lenkiuosi prieš Sanghą.*

namo tassa bhagavato arahato sammā-
sambuddhassa (3 kartus)

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai pabudusiam.

Budos bruožų atminimas

tam̄ kho pana bhagavantam̄ evam̄ kalyāṇo kitti-
saddo abbhuggato,

Apie tą gi Palaimintajį yra pasklidę tokie nuostabūs pagyros žodžiai:

itipi so bhagavā araham̄ sammā-sambuddho

„Šis Palaimintasis yra arahantas, tobulai pabudęs,

vijjā-caranā-sampanno sugato lokavidū

įgijęs žinojimą ir gerą elgesį, gerai žengęs, žinantis pasaulį,

anuttaro purisa-damma-sārathi

neprilygstamas tramdytinų žmonių ugdytojas,

satthā deva-manussānam̄ buddho bhagavāti

dievybių ir žmonių mokytojas, budintojas, palaimintas.”

Eilės Budos garbei

buddhavārahanta-varatādiguṇābhīyutto,

Buda apdovanotas dorybēmis: meistriškumu ir kitomis,

suddhābhiñāṇa-karuṇāhi samāgatatto,

jame susilieja tyrumas, bet arpinis žinojimas ir atjauta.

bodhesi yo sujanatam̄ kamalam̄ va sūro,

Jis pabudina gerus žmones kaip saulė lotosą.

vandāmaham̄ tam-aranam̄ sirasā jinendam̄.

Savo galva pagerbiu tą Taikingajį, Aukščiausiąjį Užkariautoją.

**buddho yo sabba-pāṇīnam̄ || saraṇam̄ khemam-
uttamam̄.**

Budą, kuris visoms būtybėms yra saugus, aukščiausias prieglobstis,

paṭhamānussatiṭṭhānam̄ || vandāmi tam sirenaham̄,

pirmają atminimų temą pagerbiu savo galva.

buddhassāhasmi dāso (MOTERYS: dāsī) va buddho me sāmikissaro.

Esu Budos tarnas, Buda - mano valdovas.

buddho dukkhassa ghātā ca || vidhātā ca hitassa me.

Man Buda yra kančios panaikintojas ir gerovės teikėjas.

buddhassāham niyyādemi || sarīrañjīvitañ-cidam.

Budai skiriu šį savo kūną ir gyvenimą.

vandantoham (vendantīham) carissāmi || buddha-sseva subodhitam.

Aš savvensiu šlovindamas Budos visiškai tobulą pabudimą.

nattni me saraṇam aññam || buddho me saraṇam varam:

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Buda man - nuostabiausias prieglobstis.

etena sacca-vajjena || vadḍheyym satthu-sāsane.

Dél šios tiesos ištarimo teaugu Mokytojo mokyme.

buddham me vandamānena (vandamānāya) || yam puññam pasutam idha || sabbe'pi antarāyā me || mā-hesum tassa tejasā.

Dél didžiujų nuopelnų, kuriuos čia sukūriau pagerbdamas Budą, tegul visi pavoja man liaujasi egzistavę.

(NUSILENKITE IR SAKYKITE)

kāyena vācāya va cetasā vā || buddhe kukammam pakataṁ mayā yam || buddho paṭiggañhatu accayantam || kālantare samvaritum va buddhe.

Tepriima Buda mano prisipažinimą dėl blogų veiksmų, kuriuos padariau Budai kūnu, kalba ar protu, kad ateityje būčiau susitvardęs Budos atžvilgiu.

Dhammos bruožų atminimas

svākkhāto bhagavatā dhammo,

Dhamma gerai išdėstyta Palaimintojo,

sandiṭṭhiko akāliko,

ji matoma čia ir dabar, nesensta,

ehipassiko opanayiko

ragina įsitikinti [jos tikrumu], yra verta taikymo,

paccattam veditabbo viññūhī'ti.

turi būti asmeniškai pažinta išmintingujų.

Eilės Dhammos garbei

svākkhātatā diguṇa-yogavasena seyyo,

Ji yra aukščiausia, nes pasižymi tokiomis dorybėmis kaip geras išdėstymas.

yo magga-pāka-pariyatti-vimokkha-bhedo,

Skirstoma į kelią, vaisius, mokymąsi ir išsilaisvinimą,

dhammo kuloka-patanā tadadhāri-dhārī.

Tuos, kurie jos laikosi, Dhamma saugo nuo nupuolimo į nelaimingus pasaulius.

vandāmahām tama-haram vara-dhammadam-etam.

Pagerbiu tą aukščiausią Dhammą, tamsos naikintoją.

dhammo yo sabba-pāṇīnam || saraṇam khemam-uttamam.

Dhamma, kuri visoms būtybėms yra saugus, aukščiausias prieglobstis,

dutiyānussatiṭṭhānam || vandāmi tam sirenahām,

antrają atminimų temą pagerbiu savo galva.

dhammassāhasmi dāso (MOTERYS: dāsī) va dhammo me sāmikissaro.

Esu Dhammos tarnas, Dhamma - mano valdovas.

dhammo dukkhassa ghātā ca || vidhātā ca hitassa me.

Man Dhamma yra kančios panaikintojas ir gerovės teikėjas.

dhammassāham niyyādemi || sarīrañjīvitañ-cidam.

Dhammai skiriu šį savo kūną ir gyvenimą.

vandantoham (vendantīham) carissāmi || dhamma-sseva sudhammatam.

 *Gyvensiu šlovindamas Dhammos puikujį mokymą.*

natthi me saraṇam aññam || dhammo me saraṇam varam:

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Dhamma man - nuostabiausias prieglobstis.

etenā sacca-vajjena || vadḍheyayam satthu-sāsane.

Dél šios tiesos ištarimo teaugu Mokytojo mokyme.

dhammam me vandamānena (vandamānāya) || yam puññam pasutam idha || sabbe'pi antarāyā me || mā-hesum tassa tejasā.

Dél didžiujų nuopelnų, kuriuos čia sukūriau pagerbdamas Dhammą, tegul visi pavojai man liaujasi egzistavę.

(NUSILENKITE IR SAKYKITE)

kāyena vācāya va cetasā vā || dhamme kukammam pakataṁ mayā yam || dhammo paṭiggañhatu accayantam || kālantare samvaritum va dhamme.

Tepriima Dhamma mano prisipažinimą dėl blogų veiksmų, kuriuos padariau Dhammai kūnu, kalba ar protu, kad ateityje būčiau susitvardęs Dhammos atžvilgiu.

Sanghos bruožų atminimas

supatipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

Gerai žengia keliu Palaimintojo mokinių bendruomenė.

uju-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

Teisingai žengia keliu Palaimintojo mokinių bendruomenė.

ñāya-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

Tinkamai žengia keliu Palaimintojo mokinių bendruomenė.

sāmīci-patipanno bhagavato sāvaka-saṅgho

Deramai žengia keliu Palaimintojo mokinių bendruomenė,

yadidam cattāri purisayugāni atṭha purisa-puggalā

tai yra keturios poros, aštuonių rūsių taurios būtybės.

esa bhagavato sāvaka-saṅgho

Ši Palaimintojo mokinių bendruomenė

āhuṇeyyo pāhuṇeyyo dakkhiṇeyyo añjali-karaṇīyo

yra verta dovanų, verta svetingumo, verta aukų, verta pagarbaus pasveikinimo,

anuttaram puñña-kkhettam lokassā’ti.

neprilygstamas laukas visam pasaulyui nusipelnyti gero rezultato.

Eilės Sanghos garbei

saddhammajo supatipatti-guṇādiyutto,

Gimus iš tikrosios Dhammos, apdovanota tokiomis dorybėmis kaip gera praktika,

yotthābbidho ariya-puggala-saṅgha-settho,

aukščiausioji Sangha, sudaryta iš aštuonių rūsių tauriujujų,

sīlādidhamma-pavarāsaya-kāya-citto:

vadovaujasi kūnu ir protu tokiais principais kaip dorovė.

vandāmaham tam-ariyāna-gaṇam susuddham.

Pagerbiu tą visiškai tyra tauriuju bendruomenę.

saṅgho yo sabba-pāñīnam || saranam khemam-uttamam.

Sangha, kuri visoms būtybėms yra saugus, aukščiausias prieglobstis,

tatiyānussatiṭṭhānam || vandāmi tam sirenaham,

trečiąjų atminimų temą pagerbiu savo galva.

saṅghassāhasmi dāso (MOTERYS: dāsī) va saṅgho me sāmikissaro.

Esu Sanghos tarnas, Sangha - mano valdovas.

saṅgho dukkhassa ghātā ca || vidhātā ca hitassa me.

Man Sangha yra kančios panaikintojas ir gerovės teikėjas.

saṅghassāham niyyādemi || sarīrañjīvitañ-cidam.

Sanghai skiriu šį savo kūną ir gyvenimą.

vandantoham (vendantīham) carissāmi || saṅghasso-paṭipannatam.

2.8. PRIEGLOBSČIO TRIJOSE BRANGENYBĖSE PRIĖMIMAS

Gyvensiu šlovindamas Sanghos gerąjį praktiką.

natthi me saraṇam aññam || saṅgho me saraṇam
varam:

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Sangha man – nuostabiausias prieglobstis.

etena sacca-vajjena || vadḍheyayam satthu-sāsane.

Dėl šios tiesos ištarimo teaugu Mokytojo mokyme.

saṅgham me vandamānena (vandamānāya) || yam
puññam pasutam idha || sabbe'pi antarāyā me || mā-
hesum tassa tejasā.

*Dėl didžiujų nuopelnų, kuriuos čia sukūriau pagerbdamas Sanghą, tegul visi pavoja
man liaujasi egzistavę.*

(NUSILENKITE IR SAKYKITE)

kāyena vācāya va cetasā vā || saṅghe kukammam
pakatam mayā yam || saṅgho paṭiggañhatu accay-
antam || kālantare samvaritum va saṅghe.

 *Tepriima Sangha mano prisipažinimą dėl blogų veiksmų, kuriuos padariau Sanghai
kūnu, kalba ar protu, kad ateityje būčiau susitvardęs Sanghos atžvilgiu.*

Prieglobsčio trijose brangenybėse priėmimas

(VEDANTYSIS)

handā mayam buddhassa bhagavato pubba-bhāga-
namakāram karomase:

Atiduokime pirminę pagarbą Palaimintajam Budai:

2.8. PRIEGLOBSČIO TRIJOSE BRANGENYBĖSE PRIĖMIMAS

(VISI)

**namo tassa bhagavato arahato sammā-
sambuddhassa (3 kartus)**

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai pabudusiam.

buddham saraṇam gacchāmi

Priimu Budą savo prieglobsčiu.

dhammam saraṇam gacchāmi

Priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

saṅgham saraṇam gacchāmi

Priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

Tiesos ištarimo eilės

natthi me saraṇam aññam || buddho me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Buda man – nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

natthi me saraṇam aññam || dhammo me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Dhamma man – nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

natthi me saraṇam aññam || saṅgho me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Sangha man – nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

Suttos

Dhamma-cakkappavattana Sutta

Dhammos rato įsukimo sutta

[evam me suttam,] ekam samayam bhagavā, bārāṇa-siyam viharati, isipatane migadāye

 Vieną kartą Palaimintasis gyveno netoli Benareso Elnių parko Išminčių vietovėje.

tatra kho bhagavā pañca-vaggiye bhikkhū āmantesi

Tada gi Palaimintasis kreipēsi į vienuolių penketuką:

dveme bhikkhave antā pabbajitena na sevitabbā

„Šių dviejų, vienuoliai, kraštutinumų tas, kuris paliko pasaulietinį gyvenimą, neturėtų praktikuoti.

yo cāyam kāmesu kāma-sukhallikānuyogo

Pasišventimo kūniškiems malonumams -

hīno gammo pothujjaniko anariyo anattha-sam̄hito

tai yra žema, prasčiokiška, pasaulietiška, nekilminga, nenaudinga;

yo cāyam atta-kilamathānuyogo

ir pasišventimo kūno alinimui -

dukkho anariyo anattha-samhito

tai yra skausminga, nekilminga, nenaudinga.

ete te bhikkhave ubho ante anupagamma

Šių gi, vienuoliai, dviejų kraštutinumų išvengiantj,

majjhimā paṭipadā tathāgatena abhisambuddhā

vidurinių kelią ižvelgė Tathagata.

**cakkhu-karaṇī ūnā-karaṇī upasamāya abhiññāya
sambodhāya nibbānāya samvattati**

*[Tas kelias] atveria akis, suteikia žinojimą, atveda prie ramybės, tiesioginio pažinimo,
tobulo pabudimo, nibbanos.*

**katamā ca sā bhikkhave majjhimā paṭipadā tathāga-
tena abhisambuddhā**

Ir kas tai, vienuoliai, per Tathagatos pamatytas vidurinis kelias,

**cakkhu-karaṇī ūnā-karaṇī upasamāya abhiññāya
sambodhāya nibbānāya samvattati**

*kuris atveria akis, suteikia žinojimą, atveda prie ramybės, tiesioginio pažinimo, to-
bulo pabudimo, nibbanos?*

ayam eva ariyo atṭhaṅgiko maggo

O tai yra taurinantis aštuonialypis kelias,

seyyathīdaṁ, sammāditṭhi sammāsaṅkappo

tai yra: teisingas požiūris, teisingas ketinimas,

sammāvācā sammākammanto sammāājīvo

teisinga kalba, teisingas veiksmas, teisingas pragyvenimo šaltinis,

sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi

teisingas uolumas, teisinga atida, teisinga sutelktis.

ayaṁ kho sā bhikkhave majjhimā paṭipadā tathāgatena abhisambuddhā

Štai toks, vienuoliai, tas Tathagatos suvoktas vidurinis kelias,

cakkhu-karaṇī nāṇa-karaṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya samvattati

kuris atveria akis, suteikia žinojimą, atveda prie ramybės, tiesioginio pažinimo, tobulio pabudimo, nibbanos.

idam kho pana bhikkhave dukkham ariya-saccam

O gi, vienuoliai, štai taurinanti tiesa apie kančią:

jāti pi dukkhā jarā pi dukkhā marañam pi dukkham

ir gimimas yra kančia, ir senėjimas yra kančia, ir mirtis yra kančia,

soka-parideva-dukkha-domanassupāyāsāpi dukkhā,

liūdesys, raudojimas, skausmas, nusiminimas ir neviltis yra kančia

appiyehi sampayogo dukkho piyehi vippayogo dukkho yam piccham na labhati tam pi dukkham

susidūrimas su tuo kas nemielo, yra kančia, išsiskyrimas su tuo, kas mielo, yra kančia, negavimas to, ko norisi, irgi yra kančia;

samkhittena pañc'upādāna-kkhandhā dukkhā

trumpiau, penki savinamieji sandai – kančia.

idam kho pana bhikkhave dukkha-samudayo ariya-saccam

O gi, vienuoliai, štai taurinanti tiesa apie kančios priežastį:

yā yam tanhā ponobbhavikā nandi-rāga-sahagatā tatra-tatrābhinandinī

tai yra tas troškimas, kuris veda į pakartotiną būtį, susijęs su džiugesiu ir geismu, siekiantis džiugesio tai šen, tai ten,

seyyathidam, kāmatañhā bhavatanhā vibhavatanhā

tai yra: juslinių malonumų troškimas, buvimo troškimas, nebuvo troškimas

idam kho pana bhikkhave dukkha-nirodho ariya-saccam

O gi, vienuoliai, štai taurinanti tiesa apie kančios išnyki

yo tassā yeva tanhāya asesa-virāga-nirodho cāgo patinissaggo mutti anālayo

tai yra to troškimo visiškas užgesimas ir išnykimas, [jo] atmetimas, atsisakymas, išsilavinimas [nuo jo], [jo] nepriėmimas.

idam kho pana bhikkhave dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā ariya-saccam

O gi, vienuoliai, štai taurinanti tiesa apie kelią vedantį į kančios išnykimą:

ayam eva ariyo atthaṅgiko maggo

tai yra taurinantis aštuoniadlypis kelias,

seyyathidam, sammāditthi sammāsaṅkappo

tai yra: teisingas požiūris, teisingas ketinimas,

sammāvācā sammākammanto sammāājīvo

teisinga kalba, teisingas veiksmas, teisingas pragyvenimo šaltinis,

sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhi

teisingas uolumas, teisinga atida, teisinga sutelktis.

idam dukkham ariya-sacca'nti me bhikkhave

„Tai yra taurinanti tiesa apie kančią,” - toks, vienuolai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

**cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi**

*atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsira-
do šviesa.*

**tam kho panidam dukkham ariya-saccam
pariññeyya'nti me bhikkhave**

„Ta taurinanti tiesa apie kančią turi būti visiškai suprasta,” - toks, vienuolai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

**cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi**

*atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsira-
do šviesa.*

**tam kho panidam dukkham ariya-saccam
pariññata'nti me bhikkhave**

„Ta taurinanti tiesa apie kančią yra visiškai suprasta,” - toks, vienuolai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

**cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi**

3.1. DHAMMA-CAKKAPPAVATTANA SUTTA

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

**‘idam dukkha-samudayo ariya-sacca’nti me
bhikkhave**

*„Tai yra taurinanti tiesa apie kančios priežastį” - toks, vienuolai,
pubbe ananussutesu dhammesu
apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje
cakkhum̄ udapādi ñāṇam̄ udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi*

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

**tam kho panidam dukkha-samudayo ariya-saccam̄
pahātabba’nti me bhikkhave**

*„Ta taurinanti tiesa apie kančios priežastį turi būti pašalinta,” - toks, vienuolai,
pubbe ananussutesu dhammesu
apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje
cakkhum̄ udapādi ñāṇam̄ udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi*

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

**tam kho panidam dukkha-samudayo ariya-saccam̄
pahīna’nti me bhikkhave**

*„Ta taurinanti tiesa apie kančios priežastį yra pašalinta,” - toks, vienuolai,
pubbe ananussutesu dhammesu
apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje*

cakkhumṁ udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

‘idam dukkha-nirodho ariya-sacca’nti me
bhikkhave

„*Tai yra taurinanti tiesa apie kančios išnykimą*” - tok, vienuoliai,
pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhumṁ udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

tam kho panidam dukkha-nirodho ariya-saccam
sacchikātabba’nti me bhikkhave

„*Ta taurinanti tiesa apie kančios išnykimą turi būti pažinta,*” - tok, vienuoliai,
pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhumṁ udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

tam kho panidam dukkha-nirodho ariya-saccam
sacchikata’nti me bhikkhave

„*Ta taurinanti tiesa apie kančios išnykimą yra pažinta,*” - tok, vienuoliai,
pubbe ananussutesu dhammesu

3.1. DHAMMA-CAKKAPPAVATTANA SUTTA

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

‘idam dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā
ariya-sacca’nti me bhikkhave

„*Tai yra taurinanti tiesa apie kelią vedantį į kančios išnykimą*” - toks, vienuoliai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

tam kho panidam dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā
ariya-saccam bhāvetabba’nti me bhikkhave

„*Ta taurinanti tiesa apie kelią vedantį į kančios išnykimą turi būti išugdyta*,” - toks, vienuoliai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhum udapādi ñāṇam udapādi paññā udapādi
vijjā udapādi āloko udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

tam kho panidam dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā
ariya-saccam bhāvita’nti me bhikkhave

3.1. DHAMMA-CAKKAPPAVATTANA SUTTA

„Ta taurinanti tiesa apie kelią vedantę i kančios išnykima yra išugdyta.” - toks, vienuoliai,

pubbe ananussutesu dhammesu

apie ankščiau negirdėtus dalykus manyje

cakkhum ī udapādi ñāṇam ī udapādi paññā ī udapādi
vijjā ī udapādi āloko ī udapādi

atsirado matymas, atsirado supratimas, atsirado išmintis, atsirado žinojimas, atsirado šviesa.

yāva kīvañ ca me bhikkhave, imesu catūsu ariya-saccesu

Ir iki tol, vienuoliai, kol mano šių keturių taurinančiujų tiesų

evam tiparivaṭṭam dvādasākāram yathābhūtam ñāṇa-dassanam na suvisuddham ahosi

žinojimas ir matymas tokiomis, kokios jos iš tikrujų yra, šiomis trejomis sekomis, [iš viso] dvylika būdų nebuvo visiškai išgryningi,

neva tāvāham bhikkhave sadevake loke samārake sabrahmake

aš, vienuoliai, nesiskelbiau pasauliui su jo dievybēmis, su Mara, Brahma,

sassamaṇa-brāhmaṇiyā pajāya sadeva-manussāya

su atsiskyrėliu ir brahmanu karta, su jo valdovais ir [ju] žmonėmis

anuttaram sammā-sambodhim abhisambuddho paccāññāsim

pasiekęs neprilygstamą tobulą pabudimą.

yato ca kho me bhikkhave imesu catūsu ariya-saccesu

Ir tik tada, vienuoliai, kai mano šių keturių taurinančiujų tiesų

evam tiparivaṭṭam dvādasākāram yathābhūtam nānā-
dassanam suvisuddham ahosi

žinojimas ir matymas tokiomis, kokios jos iš tikrujų yra, šiomis trejomis sekomis, [iš viso] dvylika būdų buvo visiškai išgryninti,

athāham bhikkhave sadevake loke samārake sabrah-
make

aš, vienuolai, paskelbiau pasauliui su jo dievybēmis, su Mara, Brahma,

sassamaṇa-brāhmaṇiyā pajāya sadeva-manussāya

su atsiskyrėliu ir brahmanu karta, su jo valdovais ir [ju] žmonēmis

anuttaram sammā-sambodhim abhisambuddho
paccāññāsim

pasiekęs neprilygstamą tobulą pabudimą.

nānāñ ca pana me dassanam udapādi

Atsirado manyje žinojimas ir matymas:

akuppā me vimutti

„Itvirtintas mano išsilaisvinimas,

ayam antimā jāti

šis gimimas yra paskutinis,

natthidāni punabbhavo’ti

nuo šiol nebebus besikartojančios būties.”

idam avoca bhagavā

Tai pasakė Palaimintasis.

attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsi-
tam abhinandum

Pamalonintas vienuolių penketukas džiaugėsi Palaimintojo kalba.

imasmiñ ca pana veyyā-karanasmim bhaññamāne

Bet tuo pat metu, kai buvo duodamas šis išaiškinimas, išdėstymas,

āyasmato koñdaññassa virajam vītamalam dhamma-cakkhum udapādi

garbiajam Kondanjai atsivéré nesuterštas, tyras Dhammos matymas:

yaṁ kiñci samudaya-dhammam sabbam tam nirodhā dhamma'nti

*„Visa tai, kas turi prigimti **atsirasti**, turi prigimti **išnykti**.“*

pavattite ca pana bhagavatā dhamma-cakke

Ir Palaimintajam pasukus Dhammos ratą

bhummā devā saddam anussāvesum

žemės dievybės sušuko:

etam bhagavatā bārāñasiyam isipatane migadāye anuttaram dhamma-cakkam pavattitam

„Benarese Išminčių vietovėje Elnių parke Palaimintasis pasuko ši neprilygsta mą Dhammos ratą,

appañivattiyam samañena vā brāhmañena vā deve-na vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmi'nti

kurio negali pasukti atgal nei atsiskyrėliai, nei brahmanai, nei dievybės, nei Mara, nei Brahma, nei dar kas nors pasaulyje. ”

bhummānam devānam saddam sutvā

Išgirdę žemės dievybių šauksmą

cātumahārājikā devā saddam anussāvesum

Keturių didžiujų karalių pasaulio dievybės sušuko...

cātumahārājikānam devānam saddam sutvā

Išgirdę Keturių didžiujų karalių pasaulio dievybių šauksmą

tāvatimśā devā saddam anussāvesum

Trisdešimt trijų pasaulio dievybės sušuko...

yāmānam devā saddam anussāvesum

Išgirdę Trisdešimt trijų pasaulio dievybių šauksmą

yāmā devā saddam anussāvesum

Jama pasaulio dievybės sušuko...

yāmānam devānam saddam sutvā

Išgirdę Jama pasaulio dievybių šauksmą

tusitā devā saddam anussāvesum

Pasitenkinimo pasaulio dievybės sušuko...

tusitānam devānam saddam sutvā

Išgirdę Pasitenkinimo pasaulio dievybių šauksmą

nimmānaratī devā saddam anussāvesum

Kūrimo džiaugsmo pasaulio dievybės sušuko...

nimmānaratīnam devānam saddam sutvā

Išgirdę Kūrimo džiaugsmo pasaulio dievybių šauksmą

paranimmitavasavattī devā saddam anussāvesum

Džiaugsmo kitų kūriniais pasaulio dievybės sušuko...

paranimmitavasavattīnam devānam saddam sutvā

Išgirdę Džiaugsmo kitų kūriniais pasaulio dievybių šauksmą

brahma-kāyikā devā saddam anussāvesum

3.1. DHAMMA-CAKKAPPAVATTANA SUTTA

Brahmų pasaulių dievybės sušuko:

etam bhagavatā bārāṇasiyam isipatane migadāye
anuttaram dhammadakkam pavattitam

„Benarese Išminčių vietovėje Elnių parke Palaimintasis pasuko ši neprilygsta mą
Dhammos ratą,

appativattiyam samañena vā brāhmañena vā deve-
na vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmi’nti

kurio negali pasukti atgal nei atsiskyrėliai, nei brahmanai, nei dievybės, nei Mara,
nei Brahma, nei dar kas nors pasaulyje.”

itiha tena khañena tena muhuttena

Tada gi, tuo pačiu momentu, tą pačią akimirką

yāva brahma-lokā saddo abbhuggacchi

šauksmas nukeliavo iki brahmų pasaulio.

ayañ ca dasa-sahassī loka-dhātu

Ir ši dešimties tūkstančių pasaulių sistema

saṅkampi sampakampi sampavedhi

sudribo, sudrebėjo, stiprai suvirpėjo,

appamāṇo ca ulāro obhāso loke pāturaḥosi,

ir buvo matoma pasaulyje begalinė nuostabi šviesa,

atikkammeva devānam devānubhāvam

pranokstanti dievybių dieviškajį didingumą.

atha kho bhagavā udānam udānesi

Ir tada gi Palaimintasis iškilmingus žodžius:

aññāsi vata, bho, konḍañño

„Kondanja tikrai suprato,
aññāsi vata, bho, koñdañño”ti
Kondanja tikrai suprato!“
iti hidam āyasmato koñdaññassa
Ir dēl to gerbiamajī Kondanjā
aññā-koñdañño tveva nāmam, ahosīti
pradējo vadinti Anjasikondanj 

Anattalakkhañasuttam

Nesavastingumo bruožas

[evam me suttam,] ekam samayam bhagavā, bārāṇa-siyam viharati, isipatane migadāye.

Vieną kartą, Palaimintasis buvo apsistojęs Elnių parke, Išminčių vietovėje netoli Varanasio.

tatra kho bhagavā pañcavaggiye bhikkhū āmantesi:

Ten gi Palaimintasis kreipėsi į vienuolių penketuką:
“rūpam bhikkhave anattā,
„Materiali forma, vienuoliai, néra savastis.
rūpañ-ca hidam bhikkhave attā abhavissa,
Nes jeigu materiali forma būtų savastimi,
na-y-idam rūpam ābādhāya samvatteyya,
labbhetha ca rūpe:
ji nevestų prie ligų, ir paklustų (norui)

evam me rūpam hotu evam me rūpam mā ahosīti

„tegul mano materiali forma būna tokia, o šitokia tegul mano materiali forma nebūna“.

yasmā ca kho bhikkhave rūpam anattā,

Bet dēl to, vienuoliai, kad materiali forma nēra savastis,

tasmā rūpam ābādhāya samvattati, na ca labbhati rūpe:

ji veda prie ligu, ir nepaklūsta (norui)

evam me rūpam hotu, evam me rūpam mā ahosīti

„tegul mano materiali forma būna tokia, o šitokia tegul mano materiali forma nebūna“.

vedanā anattā,

Jausmo tonas nēra savastis.

vedanā ca hidam bhikkhave attā abhavissa,

Nes jeigu jausmo tonas būtu savastimi,

na-y-idam vedanā ābādhāya samvatteyya,
labbhetha ca vedanāya:

jis nevestu prie ligu, ir paklustu (norui)

evam me vedanā hotu, evam me vedanā mā ahosīti

„tegul mano jausmo tonas būna toks, o šitoks tegul mano jausmo tonas nebūna“.

yasmā ca kho bhikkhave vedanā anattā,

Bet dēl to, vienuoliai, kad jausmo tonas nēra savastis,

tasmā vedanā ābādhāya samvattati, na ca labbhati
vedanāya:

jis veda prie ligu, ir nepaklūsta (norui) „tegul mano jausmo tonas būna toks,

evam me vedanā hotu, evam me vedanā mā ahosīti

o šitoks tegul mano jausmo tonas nebūna“.

saññā anattā,

Suvokimas nēra savastis

saññā ca hidam bhikkhave attā abhavissa,

Nes jeigu suvokimas būtū savastimi,

na-y-idam saññā ābādhāya samvatteyya,
labbhetha ca saññāya:

jis nevestū prie ligū, ir paklustū (norui)

evam me saññā hotu, evam me saññā mā ahosīti

„tegul mano suvokimas būna toks, o šitoks tegul mano suvokimas nebūna“.

yasmā ca kho bhikkhave saññā anattā,

Bet dēl to, vienuolai, kad suvokimas nēra savastis,

tasmā saññā ābādhāya samvattati, na ca labbhati
saññāya:

jis veda prie ligū, ir nepaklūsta (norui)

evam me saññā hotu, evam me saññā mā ahosīti

„tegul mano suvokimas būna toks, o šitoks tegul mano suvokimas nebūna“.

sañkhārā anattā,

Proto dariniai nēra savastis.

sañkhārā ca hidam bhikkhave attā abhavissaṁsu,

Nes jeigu proto dariniai būtū savastimi,

na-y-imam sañkhārā ābādhāya samvatteyyum,
labbhetha ca sañkhāresu:

jie nevestu prie ligu, ir paklustu (norui)

evam me sañkhārā hontu, evam me sañkhārā mā
ahesunti

„tegul mano proto dariniai būna tokie, o šitokie tegul mano proto dariniai nebūna“.

yasmā ca kho bhikkhave sañkhārā anattā,

Bet dēl to, vienuoliai, kad proto dariniai nera savastis,

tasmā sañkhārā ābādhāya samvattanti, na ca
labbhati sañkhāresu

jie veda prie ligu, ir nepaklūsta (norui)

evam me sañkhārā hontu, evam me sañkhārā mā
ahesunti

„tegul mano proto dariniai būna tokie, o šitokie tegul mano proto dariniai nebūna“.

viññāṇam anattā,

Sāmonē nera savastis.

viññāṇañ-ca hidam bhikkhave attā abhavissa,

Nes jeigu sāmonē būtu savastimi,

na-y-idam viññāṇam ābādhāya samvatteyya,
labbhetha ca viññāṇe:

ji nevestu prie ligu, ir paklustu (norui)

evam me viññāṇam hotu, evam me viññāṇam mā
ahosīti

„tegul mano sāmonē būna tokia, o šitokia tegul mano sāmonē nebūna“.

yasmā ca kho bhikkhave viññāṇam anattā,

Bet dēl to, vienuoliai, kad sāmonē nera savastis,

**tasmā viññāṇam ābhādhāya samvattati,
na ca labbhati viññāṇe:**

ji veda prie ligū, ir nepaklūsta (norui)

**evam me viññāṇam hotu, evam me viññāṇam mā
ahosīti**

„tegul mano sāmonē būna tokia, o šitokia tegul mano sāmonē nebūna“.

**tam kim maññatha bhikkhave: “rūpam niccam vā
aniccam vā?” ti**

„Kaip manote, vienuoliai, materiali forma yra pastovi ar nepastovi?”

“aniccam bhante.”

„Nepastovi, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vā tam sukham vā?” ti

„O tai, kas nepastovu, yra nepatenkinama ar malonu?”

“dukkham bhante.”

„Nepatenkinama, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vipariṇāma-dhammam,

„O ar sumanu į tai, kas yra nepastovu, nepatenkinama, permaininga,

kallam nu tam samanupassitum:

žiūrėti taip:

‘etam mama esoham-asmi eso me attā?’ ” ti

„Tai „mano”, aš esu tai, tai – „manasis aš”?”

“no hetam bhante.”

„Tikrai ne, Garbusis.”

“tam kiṁ maññatha bhikkhave: vedanā niccā vā
aniccā vā?” ti

„Kaip manote, vienuoliai, jausmo tonas yra pastovus ar nepastovus?”

“aniccā bhante.”

„Nepastovus, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vā tam sukham vā?” ti

„O tai, kas nepastovu, yra nepatenkinama ar malonu?”

“dukkham bhante.”

„Nepatenkinama, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vipariṇāma-dhammam,

„O ar sumanu į tai, kas yra nepastovu, nepatenkinama, permaininga,

kallam nu tam samanupassitum:

žiūrėti taip:

‘etam mama esoham-asmi eso me attā?’ ” ti

„Tai „mano”, aš esu tai, tai – „manasis aš”?”

“no hetam bhante.”

„Tikrai ne, Garbusis.”

“tam kiṁ maññatha bhikkhave: saññā niccā vā
aniccā vā?” ti

„Kaip manote, vienuoliai, suvokimas yra pastovus ar nepastovus?”

“aniccā bhante.”

„Nepastovus, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vā tam sukham vā?” ti

„O tai, kas nepastovu, yra nepatenkinama ar malonu?”

“dukkham bhante.”

„Nepatenkinama, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vipariñāma-dhammam,

„O ar sumanu į tai, kas yra nepastovu, nepatenkinama, permaininga,
kallam nu tam samanupassitum:

žiūréti taip:

‘etam mama esoham-asmi eso me attā?’ ” ti

„Tai „mano”, aš esu tai, tai - „manasis aš”?”

“no hetam bhante.”

„Tikrai ne, Garbusis.”

“tam kim maññatha bhikkhave: saṅkhārā niccā vā
aniccā vā?” ti

„Kaip manote, vienuoliai, proto dariniai yra pastovūs ar nepastovūs?”

“aniccā bhante.”

„Nepastovus, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vā tam sukham vā?” ti

„O tai, kas nepastovu, yra nepatenkinama ar malonu?”

“dukkham bhante.”

„Nepatenkinama, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vipariñāma-dhammam,

„O ar sumanu į tai, kas yra nepastovu, nepatenkinama, permaininga,
kallam nu tam samanupassitum:

žiūréti taip:

‘etam mama esoham-asmi eso me attā?’ ” ti

„Tai „mano”, aš esu tai, tai – „manasis aš”?”

“no hetam bhante.”

„Tikrai ne, Garbusis.”

“tam kim maññatha bhikkhave: viññāṇam niccam
vā aniccam vā?” ti

„Kaip manote, vienuoliai, s̄qmoné yra pastovi ar nepastovi?”

“aniccam bhante.”

„Nepastovi, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vā tam sukham vā?” ti

„O tai, kas nepastovu, yra nepatenkinama ar malonu?”

“dukkham bhante.”

„Nepatenkinama, Garbusis.”

“yam panāniccam dukkham vipariñāma-dhammam,

„O ar sumanu į tai, kas yra nepastovu, nepatenkinama, permaininga,
kallam nu tam samanupassitum:

žiūréti taip:

‘etam mama esoham-asmi eso me attā?’ ” ti

„*Tai „mano”, aś esu tai, tai – „manasis aś”?*”

“no hetam bhante.”

„*Tikrai ne, Garbusis.*”

“tasmātiha bhikkhave, yam kiñci rūpaṁ atītānāgata-paccuppannam,

„*Todēl, vienuolai, bet kokia materiali forma - praeities, dabarties ar ateities, ajjhattam vā bahiddhā vā, olārikam vā sukhumam vā, hīnam vā pañitam vā,*

„*ar vidinē, ar išorinē, ar akivaizdi, ar subtili, ar prastesnē, ar puikesnē, yam dūre santike vā, sabbam rūpam:*

„*ar tolima, ar artima - visa materiali forma (matytina taip):*

‘netam mama, nesoham-asmi, na me so attā,’ ti

„*Tai néra „mano”, aś nesu tai, tai ne „manasis aś”.*”

evam-etam yathābhūtam sammappaññāya datṭhabbam.

Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

yā kāci vedanā atītānāgata-paccuppannā,

Bet koks jausmo tonas - praeities, dabarties ar ateities,

ajjhattā vā bahiddhā vā, olārikā vā sukhumā vā, hīnā vā pañitā vā,

„*ar vidinis, ar išorinis, ar akivaizdus, ar subtilus, ar prastesnis, ar puikesnis,*

yā dūre santike vā, sabbā vedanā:

„*ar tolimas, ar artimas - visas jausmo tonas (matytinas taip):*

‘netam mama, nesoham-asmi, na me so attā,’ ti

„Tai nēra „mano”, aš nesu tai, tai ne „manasis aš”.”

**evam-etam yathābhūtam sammappaññāya
daṭṭhabbam.**

Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

yā kāci saññā atītānāgata-paccuppannā,

Bet koks suvokimas - praeities, dabarties ar ateities,

**ajjhattā vā bahiddhā vā, olārikā vā sukhumā vā, hīnā
vā pañitā vā,**

ar vidinis, ar išorinės, ar akivaizdus, ar subtilus, ar prastesnis, ar puikesnis,

yā dūre santike vā, sabbā saññā:

ar tolimas, ar artimas - visas suvokimas (matytinas taip):

‘netam mama, nesoham-asmi, na me so attā,’ ti

„Tai nēra „mano”, aš nesu tai, tai ne „manasis aš”.”

**evam-etam yathābhūtam sammappaññāya
daṭṭhabbam.**

Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

ye keci saṅkhārā atītānāgata-paccuppannā,

Bet kokie proto dariniai - praeities, dabarties ar ateities,

**ajjhattā vā bahiddhā vā, olārikā vā sukhumā vā, hīnā
vā pañitā vā,**

ar vidiniai, ar išoriniai, ar akivaizdūs, ar subtilūs, ar prastesni, ar puikesni,

ye dūre santike vā, sabbe saṅkhārā:

ar tolimi, ar artimi - visi proto dariniai (matytini taip):

‘netam mama, nesoham-asmi, na me so attā,’ ti

„*Tai néra „mano”, aś nesu tai, tai ne „manasis aś”.*”

**evam-etam yathābhūtam sammappaññāya
datṭhabbam.**

Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

yam kiñci viññāṇam atītānāgata-paccuppannam,

Bet kokia sąmonė - praeities, dabarties ar ateities,

**ajjhattam vā bahiddhā vā, olārikam vā sukhumam
vā, hīnam vā pañitam vā,**

ar vidinę, ar išorinę, ar akivaizdi, ar subtili, ar prastesnę, ar puikesnę,

yam dure santike vā, sabbam viññāṇam:

ar tolima, ar artima - visa forma (matytina taip):

‘netam mama, nesoham-asmi, na me so attā,’ ti

„*Tai néra „mano”, aś nesu tai, tai ne „manasis aś”.*”

**evam-etam yathābhūtam sammappaññāya
datṭhabbam.**

Tas su teisingu supratimu turi būti pamatyta taip, kaip tai iš tiesų yra.

evam passam bhikkhave sutavā ariya-sāvako,

Tai matydamas, vienuoliai, apmokytas tauriuju mokinys

**rūpasim-pi nibbindati, vedanāya pi nibbindati,
saññāya pi nibbindati, saṅkhāresu pi nibbindati,
viññāṇasmim-pi nibbindati,**

nusivilia ir materialia forma, nusivilia ir jausmo tonu, nusivilia ir suvokimu, nusivilia ir proto dariniai, nusivilia ir sąmone.

nibbindam virajjati, virāgā vimuccati,

Nusivylus išblėsta aistra. Išblésus aistrai išsilaisvinama.

vimuttasmim vimuttam-iti ñāṇam hoti:

Išsilaisvinus ateina žinojimas, kad yra išsilaisvinta.

‘khīṇā jāti

Jis supranta, kad panaikintas (kitas) gimimas,

vusitam brahmacariyam

nugyventas šventas gyvenimas,

kataṁ karaṇīyam

padaryta tai, kas turi būti padaryta,

nāparam itthattāyā’ ti pajānātī ti.

nebebus čia daugiau būties.

idam-avoca bhagavā,

Štai ką pasakė Palaimintasis.

**attamanā pañcavaggiyā bhikkhū bhagavato bhāsi-
tam abhinandum.**

Patenkintas, vienuolių penketukas džiaugėsi Palaimintojo žodžiais.

imasmiñ-ca pana veyyā-karaṇasmim bhaññamāne,

Ir tuo pat metu, kai buvo išdėstomas šis išaiškinimas,

**pañca-vaggiyānam bhikkhūnam anupādāya, āsave-
hi cittāni, vimuccim̄sūti.**

to vienuolių penketuko protai dėl nesisavinimo išsilaisvino nuo ydų.

Āditta-pariyāya Sutta

Liepsnoja

[evam-me sutam,] ekaṁ samayam bhagavā, gayā-
yam viharati gayāsīse, saddhim bhikkhu-sahassena,
tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi.

Taip aš girdėjau. Kartą Palaimintasis kartu su tūkstančiu vienuolių buvo apsistojęs
Gajasisos kalne netoli Gajos. Ten gi Palaimintasis kreipėsi į vienuolius:

“sabbam bhikkhave ādittam. kiñca bhikkhave sa-
bbam ādittam. cakkhum bhikkhave ādittam, rūpā
ādittā, cakkhu-viññāṇam ādittam, cakkhu-samphasso
āditto,

„Vienuoliai, viskas liepsnoja. Ir kas, vienuoliai, tas „viskas”, kuris liepsnoja? Akis,
vienuoliai, liepsnoja, regimos formos liepsnoja, akies sąmonė liepsnoja, akies sąlytis
liepsnoja.

yam-p’idam cakkhu-samphassa-paccayā uppajjati ve-
dayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham
vā, tam-pi ādittam. kena ādittam?

Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su akimi – malonus, nemalonus ar
nei malonus, nei nemalonus – jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?

ādittam rāg’agginā dos’agginā moh’agginā, ādittam
jātiyā jarā-maraṇena, sokehi paridevehi dukkhehi
domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu,
senėjimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sa-
kau.

sotam ādittam, saddā ādittā, sota-viññāṇam ādittam,
sota-samphasso āditto,

Ausis liepsnoja, garsai liepsnoja, ausies sāmonē liepsnoja, ausies sālytis liepsnoja.

yam-p'idam̄ sota-samphassa-paccayā uppajjati ve-dayitam̄, sukham̄ vā dukkham̄ vā adukkham-asukham̄ vā, tam-pi ādittam̄. kena ādittam̄?

Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dēl sālyčio su ausimi - malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus - jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?

ādittam̄ rāg'agginā dos'agginā moh'agginā, ādittam̄ jātiyā jarā-marañena, sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senējimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

ghānam̄ ādittam̄, gandhā ādittā, ghāna-viññāṇam̄ ādittam̄, ghāna-samphasso āditto,

Nosis liepsnoja, kvapai liepsnoja, nosies sāmonē liepsnoja, nosies sālytis liepsnoja.

yam-p'idam̄ ghāna-samphassa-paccayā uppajjati ve-dayitam̄, sukham̄ vā dukkham̄ vā adukkham-asukham̄ vā, tam-pi ādittam̄. kena ādittam̄?

Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dēl sālyčio su nosimi - malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus - jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?

ādittam̄ rāg'agginā dos'agginā moh'agginā, ādittam̄ jātiyā jarā-marañena, sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senējimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

jivhā ādittā, rasā ādittā, jivhā-viññāṇam̄ ādittam̄, jivhā-samphasso āditto,

Liežuvis liepsnoja, skoniai liepsnoja, liežuvio sąmonė liepsnoja, liežuvio sąlytis liepsnoja.

yam-p'idam jivhā-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukhām vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tam-pi ādittam. kena ādittam?

Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su liežuviu - malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus - jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?

ādittam rāg'agginā dos'agginā moh'agginā, ādittam jātiyā jarā-marañena, sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senējimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

kāyo āditto, phoṭṭhabbā ādittā, kāya-viññāṇam ādittam, kāya-samphasso āditto,

Kūnas liepsnoja, liečiamieji objektais liepsnoja, kūno sąmonė liepsnoja, kūno sąlytis liepsnoja.

yam-p'idam kāya-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukhām vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tam-pi ādittam. kena ādittam?

Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su kūnu - malonus, nemalonus ar nei malonus, nei nemalonus - jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?

ādittam rāg'agginā dos'agginā moh'agginā, ādittam jātiyā jarā-marañena, sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu, senējimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sakau.

mano āditto, dhammā ādittā, mano-viññāṇam
ādittam, mano-samphasso āditto,

Mąstymo (organas) liepsnoja, mintys liepsnoja, mąstymo sąmonė liepsnoja, mąstymo sąlytis liepsnoja.

yam-p'idaṁ mano-samphassa-paccayā uppajjati ve-
dayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham
vā, tam-pi ādittam. kena ādittam?

*Taip pat jausmo tonas, kuris gimsta dėl sąlyčio su mąstymo (organu) – malonus, ne-
malonus ar nei malonus, nei nemalonus – jis irgi liepsnoja. Liepsnoja kuo?*

ādittam rāg'agginā dos'agginā moh'agginā, ādittam
jātiyā jarā-maraṇena, sokehi paridevehi dukkhehi
domanassehi upāyāsehi ādittanti vadāmi.

*Liepsnoja aistros ugnimi, neapykantos ugnimi, paklydimo ugnimi, liepsnoja gimimu,
senėjimu, mirtimi, liūdesiu, raudojimu, skausmu, nepasitenkinimu, neviltimi, aš sa-
kau.*

evam passam bhikkhave sutavā ariya-sāvako, cakkhu-
smim-pi nibbindati, rūpesu-pi nibbindati, cakkhu-
viññāṇe'pi nibbindati, cakkhu-samphasse'pi nibbin-
dati,

*Tai matydamas, vienuoliai, apmokytas tauriujų mokinys nusivilia ir akimi, nusivilia
ir regimomis formomis, nusivilia ir akies sąmone, nusivilia ir akies sąlyčiu,*

yam-p'idaṁ cakkhu-samphassa-paccayā uppajjati ve-
dayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham
vā, tasmim-pi nibbindati.

*taip pat ir jausmu, kuris gimsta dėl sąlyčio su akimi – maloniu, skausmingu ar nei
maloniu, nei skausmingu – nusivilia ir juo.*

sotasmim-pi nibbindati, saddesu-pi nibbindati, sota-
viññāṇe'pi nibbindati, sota-samphasse'pi nibbinda-
ti,

3.3. ĀDITTA-PARIYĀYA SUTTA

Jis nusivilia ir ausimi, nusivilia ir garsais, nusivilia ir ausies sāmone, nusivilia ir ausies sālyčiu,

yam-p'idaṁ sota-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tasmīm-pi nibbindati.

taip pat ir jausmu, kuris gimsta dēl sālyčio su ausimi - maloniu, skausmingu ar nei maloniu, nei skausmingu - nusivilia ir juo.

ghānasmīm-pi nibbindati, gandhesu-pi nibbindati, ghāna-viññāne'pi nibbindati, ghāna-samphasse'pi nibbindati,

Jis nusivilia ir nosimi, nusivilia ir kvapais, nusivilia ir nosies sāmone, nusivilia ir nosies sālyčiu,

yam-p'idaṁ ghāna-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tasmīm-pi nibbindati.

taip pat ir jausmu, kuris gimsta dēl sālyčio su nosimi - maloniu, skausmingu ar nei maloniu, nei skausmingu - nusivilia ir juo.

ivhāya-pi nibbindati, rasesu-pi nibbindati, jivhā-viññāne'pi nibbindati, jivhā-samphasse'pi nibbindati,

Jis nusivilia ir liežuviu, nusivilia ir skoniais, nusivilia ir liežuvio sāmone, nusivilia ir liežuvio sālyčiu,

yam-p'idaṁ jivhā-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tasmīm-pi nibbindati.

taip pat ir jausmu, kuris gimsta dēl sālyčio su liežuviu - maloniu, skausmingu ar nei maloniu, nei skausmingu - nusivilia ir juo.

kāyasmim-pi nibbindati, photthabbesu-pi nibbindati, kāya-viññāne'pi nibbindati, kāya-samphasse'pi nibbindati,

Jis nusivilia ir kūnu, nusivilia ir liečiamais objektais, nusivilia ir kūno sāmone, nusivilia ir kūno sālyčiu,

yam-p'idam kāya-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tasmim-pi nibbindati.

taip pat ir jausmu, kuris gimsta dēl sālyčio su kūnu - maloniu, skausmingu ar nei maloniu, nei skausmingu - nusivilia ir juo.

manasmim-pi nibbindati, dhammesu-pi nibbindati, mano-viññāne'pi nibbindati, mano-samphasse'pi nibbindati,

Jis nusivilia ir māstymo (organu), nusivilia ir mintimis, nusivilia ir māstymo sāmone, nusivilia ir māstymo (organo) sālyčiu,

yam-p'idam mano-samphassa-paccayā uppajjati vedayitam, sukham vā dukkham vā adukkham-asukham vā, tasmim-pi nibbindati.

taip pat ir jausmu, kuris gimsta dēl sālyčio su māstymo (organu) - maloniu, skausmingu ar nei maloniu, nei skausmingu - nusivilia ir juo.

nibbindam virajjati, virāgā vimuccati,

Nusivylus išblēsta aistra. Išblēsus aistrai išsilaisvinama.

vimuttasmim vimuttam-iti ñānam hoti, ‘khīṇā jāti, vusitam brahma-cariyam, kataṁ karaṇīyam, nāparam itthattāyāti’ pajānātīti.’”

Išsilaisvinus ateina žinojimas, kad yra išsilaisvinta. Jis supranta, kad panaikintas (kitas) gimimas, nugyventas šventas gyvenimas, padaryta tai, kas turi būti padaryta, nebebus čia daugiau būties.”

idam-avoca bhagavā, attamanā te bhikkhū bhagavato bhāsitam abhinandum.

Štai ką pasakė Palaimintasis. Patenkinti tie vienuoliai džiaugėsi Palaimintojo žodžiais.

imasmiñ-ca pana veyyā-karaṇasmiñ bhaññamāne, tassa bhikkhu-sahassassa anupādāya, āsavehi cittāni, vimuccimśūti.

Ir tuo pat metu, kai buvo išdėstomas šis išaiškinimas, to tūkstančio vienuolių protai dėl nesisavinimo išsilaisvino nuo ydų.

Girimānanda Sutta

Girimanandai

[evam-me sutam.] ekam samayam bhagavā, sāvatthiyam viharati, jetavane anāthapindikassa ārāme. tena kho pana samayena āyasmā girimānando, ābādhiko hoti dukkhito bālha-gilāno.

Kartą Palaimintasis buvo apsistojęs Anathapindikos vienuolyne Džetos giraiteje netoli Savatthi. Tuo gi pat metu garbingasis Girimananda buvo ligos pakirstas, kamuo-jamas, sunkiai sirgo.

atha kho āyasmā ānando yena bhagavā tenupasaṅkami. upasaṅkamitvā bhagavantam abhivādetvā ekam-antam nisīdi. ekam-antam nisinno kho āyasmā ānando bhagavantam etad-avoca, “āyasmā bhante girimānando, ābādhiko hoti dukkhito bālha-gilāno. sā-dhu bhante bhagavā yen’āyasmā girimānando tenu-pa-saṅkamatu, anukampam upādāyāti.”

Ir štai garbingasis Ananda nuéjo pas Palaimintajį. Atėjės, pasveikino jį ir atsisėdo iš šono. Sédédamas gi iš šono garbingasis Ananda pasakė Palaimintajam štai ką: „Garbusis, garbingasis Girimananda yra ligos pakirstas, kamuojamas, sunkiai serga. Gerai būtų, Garbusis, jei Palaimintasis iš atjautos nueitų pas garbingajį Girimanandą.”

“sace kho tvam ānanda, girimānandassa bhikkhu-no upasañkamitvā, dasa saññā bhāseyyāsi, ṭhānam kho pan’etam vijjati, yam girimānandassa bhikkhu-no dasa saññā sutvā, so ābādho ṭhānaso paṭipassam-bheyya. katamā dasa?

„Ananda, jei tu pats vienuoliui Girimanandai papasakosi apie dešimt suvokimų, visai įmanoma, kad vienuoliui Girimanandai išgirdus tuos dešimt suvokimų, ta liga kaipmat praeis. Kokie, tie dešimt?

anicca-saññā anatta-saññā, asubha-saññā ādīnavasaññā, pahāna-saññā virāga-saññā, nirodha-saññā sabba-loke anabhirata-saññā, sabba-saṅkhāresu anicchā-saññā ānāpāna-sati.

Nepastovumo suvokimas, savasties nebuvo suvokimas, atgrasumo suvokimas, trūkumų suvokimas, palikimo suvokimas, išblėsimo suvokimas, baigties suvokimas, niekuo nesimégavimo pasaulyje suvokimas, viso, kas sąlygota, nepageidaujamumo suvokimas, atida kvépavimui.

[1] katamā c’ānanda anicca-saññā? idh’ānanda bhikkhu arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññā-gāra-gato vā, iti paṭisañcikkhati: ‘rūpam aniccam, vedanā aniccā, saññā aniccā, saṅkhārā aniccā, viññāṇam aniccanti.’ iti imesu pañcasu upādānakkhandhasu, anicca-nupassī viharati. ayam vuccat’ānanda anicca-saññā.

Ir koks, Ananda, yra nepastovumo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą svarsto taip: „Materiali forma nepastovi, jausmo tonas nepastovus, suvokimas nepastovus, proto dariniai nepastovūs, sąmonė nepastovi.” Taip jis gyvena stebédamas nepastovumą šiuose penkiuose savinamuose sanduose. Tai, Ananda, vadinama nepastovumo suvokimu.

[2] katamā c'ānanda anatta-saññā? idh'ānanda bhi-kku arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññāgāra-gato vā, iti paṭisañcikkhati: ‘cakkhum̄ anattā rū-pam anattā. sotam anattā saddā anattā. ghānam anattā gandhā anattā. jivhā anattā rasā anattā. kāyo anattā phoṭṭhabbā anattā. mano anattā dhammā anattāti.’ iti imesu chasu ajjhattika-bāhiresu āyata-nesu, anattānupassī viharati. ayam vuccat'ānanda anatta-saññā.

Ir koks, Ananda, yra savasties nebuvoimo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą svarsto taip: „Akis nėra savastis, formos nėra savastis, ausis nėra savastis, garsai nėra savastis, nosis nėra savastis, kvapai nėra savastis, liežuvis nėra savastis, skoniai nėra savastis, kūnas nėra savastis, apčiuopiami objektais nėra savastis, protas nėra savastis, proto objektais nėra savastis.” Taip jis gyvena, stebédamas savasties nebuvoimą šešiose vidinėse ir išorinėse patyrimo srityse. Tai, Ananda, vadinama savasties nebuvoimo suvokimu.

[3] katamā c'ānanda asubha-saññā? idh'ānanda bhi-kku imam-eva kāyam uddham pādatalā, adho kesamatthakā, taca-pariyantam, pūram nānappakārassa asucino paccavekkhati: ‘atthi imasmīm kāye, kesā lomā nakħā dantā taco, māmsam nhārū atṭhī atṭhi-miñjam, vakkam hadayam yakanam kilomakam pi-hakam papphāsam, antam antaguṇam udariyam karīsam, pittam semħam pubbo lohitam sedo medo, assu vasā khelo siṅghānikā lasikā muttanti.’

iti ima-smim kāye, asubhānupassī viharati. ayam vuccatānanda asubha-saññā.

Ir koks, Ananda, yra atgrasumo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis šitą patį, padengtą oda kūną, pilną visokiausią nešvarumą, mintyse apžiūri į viršų nuo kojų padū ir žemyn nuo galvos plaukų (taip): „Šiame kūne yra galvos plaukai, kūno plaukai, nagai, dantys, oda, raumenys, sausgyslės, kaulai, čiulpai, inkstai, širdis, kepenys, diafragma, blužnis, plaučiai, žarnos, žarnaplėvė, skrandžio turinys, išmatos, tulžis, gleivės, pūliai, kraujas, prakaitas, lašiniai, ašaros, riebalai, seilės, snargliai, sąnarinis tepalas, šlapimas.“ Taip jis gyvena, stebédamas atgrasumą kūne. Tai, Ananda, vadinama atgrasumo suvokimu.

[4] katamā c'ānanda ādīnava-saññā? idh'ānanda bhi-khku arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññāgāra-gato vā, iti paṭisañcikkhati: ‘bahu-dukkho kho ayam kāyo bahu-ādīnavo. iti imasmim kāye, vividhā ābādhā uppajjanti, seyyathīdam: cakkhu-rogo, sota-rogo, ghāna-rogo, jivhā-rogo, kāya-rogo, sīsa-rogo, kaṇṇa-rogo, mukha-rogo, danta-rogo, kāso sāso pināso, dāho jaro kucchi-rogo, mucchā pakkhandikā sulā visūcikā, kuṭṭham gaṇḍo kilāso, soso apamāro, dandu kaṇḍu kacchu, rakhasā vitacchikā, lohitam pittam madhumeho, amśā piṭakā bhagandalā, pitta-samutṭhānā ābādhā, semha-samutṭhānā ābādhā, vāta-samutṭhānā ābādhā, sannipātikā ābādhā, utupariṇāmajā ābādhā, visama-parihārajā ābādhā, opakkamikā ābādhā, kamma-vipākajā ābādhā, sītam unṭham, jigha-cchā pipāsā, uccāro passāvoti.’ iti imasmim kāye, ādīnavānupassī viharati. ayam vuccatānanda ādīnava-saññā.

Ir koks, Ananda, yra trūkumų suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą svarsto taip: „Šis kūnas turi (savyje užslėptų) daug ydų, daug trūkumų. Juk šiame kūne kyla įvairiausi negalavimai. Tokie kaip akių ligos, vidinės ausies ligos, nosies ligos, liežuvio ligos, kūno ligos, galvos ligos, išorinės ausies ligos, burnos ligos, dantų ligos, kosulys, astma, kataras, uždegimas, karščiavimas, skrandžio skausmas, alpulys, dizenterija, spazmai, cholera, raupai, pūliniai, egzema, tuberkuliozė, epilepsija, pūslelinė, niežulys, šašai, vėjaraupiai, išbérimali, žvynelinė, kraujavimas, diabetas, hemorojus, spuogai, opos; ligos, atsirandančios dėl tulžies, gleivių, vėjo ar jų derinio disharmonijos; ligos, atsiradusios dėl klimato kaitos; ligos, atsiradusios dėl netinkamos priežiūros; ligos, atsiradusios dėl užpuolimo; arba ligos, atsiradusios dėl kammos; ir šaltis, karštis, alkis, troškulys, tuštinimasis ir šlapinimasis. Taip jis gyvena, stebėdamas trūkumus kūne. Tai, Ananda, vadina trūkumų suvokimu.

[5] katamā c'ānanda pahāna-saññā? idh'ānanda bhikkhu uppannam kāma-vitakkam nādhivāseti, pajahati vinodeti, byantī-karoti anabhāvam gameti. uppannam byāpāda-vitakkam nādhivāseti, pajahati vinodeti, byantī-karoti anabhāvam gameti. uppannam vihimsā-vitakkam nādhivāseti, pajahati vinodeti, byantī-karoti anabhāvam gameti. uppannuppanne pāpake akusale dhamme nādhivāseti, pajahati vinodeti, byantī-karoti anabhāvam gameti. ayam vuccat'ānanda pahāna-saññā.

Ir koks, Ananda, yra palikimo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis išmintingai apmąstydamas nepriima kilusios geismingos minties, palieka, pašalina, atmeta, panaikina (jq); nepriima kilusios piktos minties palieka, pašalina, atmeta, panaikina (jq); nepriima kilusios žiaurios minties palieka, pašalina, atmeta, panaikina (jq); nepriima kilusių nelabų, nedorų (proto) būsenų, palieka, pašalina, atmeta, panaikina (jas). Tai, Ananda, vadina palikimo suvokimu.

[6] katamā c'ānanda virāga-saññā? idh'ānanda bhikkhu arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññāgāra-gato vā, iti paṭisañcikkhati: ‘etam santam etam

pañītam, yad'idaṁ sabba-saṅkhāra-samatho, sabbū-padhi-paṭinissaggo, tañhakkhayo virāgo nibbānanti.' ayam vuccat'ānanda virāga-saññā.

Ir koks, Ananda, yra išblėsimo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą svarsto taip: „Tai yra ramybė, tai yra aukščiausia – visų sudarytų dalykų nuramimas, visų prisirišimų atsisakymas, troškimo panaikinimas, išblėsimas, užgesimas (nibbāna).“ Tai, Ananda, vadinama išblėsimo suvokimu.

[7] katamā c'ānanda nirodha-saññā? idh'ānanda bhikkhu arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññāgāra-gato vā, iti paṭisañcikkhati: 'etam santam etam pañītam, yad'idaṁ sabba-saṅkhāra-samatho, sabbū-padhi-paṭinissaggo, tañhakkhayo nirodho nibbānanti.' ayam vuccat'ānanda nirodha-saññā.

Ir koks, Ananda, yra baigties suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą svarsto taip: „Tai yra ramybė, tai yra aukščiausia – visų sudarytų dalykų nurimimas, visų prisirišimų atsisakymas, troškimo panaikinimas, baigtis, užgesimas (nibbāna).“ Tai, Ananda, vadinama baigties suvokimu.

[8] katamā c'ānanda sabba-loke anabhirata-saññā? idh'ānanda bhikkhu, ye loke upāyupādānā, cetaso adhiṭṭhānā-bhinivesā-nusayā, te pajahanto viramati na upādiyanto. ayam vuccat'ānanda sabba-loke anabhirata-saññā.

Ir koks, Ananda, yra niekuo nesimēgavimo pasaulyje suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis gyvena palikdamas, nesisavindamas to, kas pasaulyje yra (egzistencijos) va-romoji jėga: proto nusistatymų, įsitikinimų ir giluminių polinkių. Tai, Ananda, vadinama niekuo nesimēgavimo pasaulyje suvokimu.

[9] katamā c'ānanda sabba-saṅkhāresu anicchā-saññā? idh'ānanda bhikkhu sabba-saṅkhārehi aṭṭiyati harāyati jigucchat. ayam vuccat'ānanda sabba-saṅkhāresu anicchā-saññā.

Ir koks, Ananda, yra viso, kas sąlygota, nepageidaujamumo suvokimas? Štai, Ananda, vienuolis baisisi, gėdijasi, bjaurisi visais sudarytais dalykais. Tai, Ananda, vadinais viso, kas sąlygota, nepageidaujamumo suvokimas.

[10] katamā c'ānanda ānāpāna-sati? idh'ānanda bhi-kkhu arañña-gato vā rukkha-mūla-gato vā suññāgāra-gato vā, niśīdati pallaṅkam ābhujitvā ujuṁ kā-yam pañidhāya, parimukham satim upatṭhapetvā, so sato'va assasati sato passasati.

Ir kokia, Ananda, yra atida kvépavimui? Štai, Ananda, vienuolis nuėjės ar į mišką, ar po medžiu, ar į atokią vietą atsisėda sukryžiavęs kojas, laikydamas kūną tiesiai, su-telkės atidą priešais save. Jis įkvepia (būdamas) atidus, iškvepia (būdamas) atidus.

dīgham vā assasanto 'dīgham assasāmīti' pajānāti; dīgham vā passasanto 'dīgham passasāmīti' pajānāt; rassam vā assasanto 'rassam assasāmīti' pajānāti; ra-
ssam vā passasanto rassam passasāmīti pajānāti. 'sa-bba-kāya-paṭisamvedī assasissāmīti' sikkhati; 'sabba-kāya-paṭisamvedī passasissāmīti' sikkhati. 'passam-bhayam kāya-saṅkhāram assasissāmīti' sikkhati; 'pa-ssambhayam kāya-saṅkhāram passasissāmīti' sikkhati.

Ilgai įkvépdamas jis supranta: „Įkvepiu ilgai”, - ilgai iškvépdamas supranta: „Iškvepiu ilgai”. Trumpai įkvépdamas jis supranta: „Įkvepiu trumpai”, - trumpai iškvépdamas supranta: „Iškvepiu trumpai”. Jis mokosi: „Įkvépsiu patirdamas visą kūną”, - mokosi: „Iškvépsiu patirdamas visą kūną”. Jis mokosi: „Įkvépsiu nuramindamas kūno darinius”, - mokosi: „Iškvépsiu nuramindamas kūno darinius”.

pīti-paṭisamvedī assasissāmīti' sikkhati; 'pīti-paṭisamvedī passasissāmīti' sikkhati. 'sukha-paṭisamvedī assa-sissāmīti' sikkhati; 'sukha-paṭisamvedī passasissāmīti' sikkhati. 'citta-saṅkhāra-paṭisamvedī assasissāmīti' sikkhati; 'citta-saṅkhāra-paṭisamvedī passasissā-

mīti' sikkhati. ‘passambhayam citta-saṅkhāram assasissāmīti’ sikkhati; ‘passambhayam citta-saṅkhāram passasissāmīti’ sikkhati.

Jis mokosi: „Ikvépsiu patirdamas džiaugsmq”, - mokosi: „Iškvépsiu patirdamas džiaugsmq”. Jis mokosi: „Ikvépsiu patirdamas laimę”, - mokosi: „Iškvépsiu patirdamas laimę”. Jis mokosi: „Ikvépsiu patirdamas proto darinius”, - mokosi: „Iškvépsiu patirdamas proto darinius”. Jis mokosi: „Ikvépsiu nuramindamas proto darinius”, - mokosi: „Iškvépsiu nuramindamas proto darinius”.

‘citta-paṭisamvedī assasissāmīti’ sikkhati; ‘citta-paṭisamvedī passasissāmīti’ sikkhati. ‘abhippamodayam cittam assasissāmīti’ sikkhati; ‘abhippamodayam cittam passasissāmīti’ sikkhati. ‘samādaham cittam assasissāmīti’ sikkhati; ‘samādaham cittam passasi-ssāmīti’ sikkhati. ‘vimocayam cittam assasissāmīti’ sikkhati; ‘vimocayam cittam passasissāmīti’ sikkhati.

Jis mokosi: „Ikvépsiu patirdamas protq”, - mokosi: „Iškvépsiu patirdamas protq”.

Jis mokosi: „Ikvépsiu džiugindamas protq”, - mokosi: „Iškvépsiu džiugindamas protq”. Jis mokosi: „Ikvépsiu sutelkdamas protq”, - mokosi: „Iškvépsiu sutelkdamas protq”. Jis mokosi: „Ikvépsiu išlaisvindamas protq”, - mokosi: „Iškvépsiu išlaisvindamas protq”.

‘aniccānupassī assasissāmīti’ sikkhati; ‘aniccānupassī passasissāmīti’ sikkhati. ‘virāgānupassī assasissāmīti’ sikkhati; ‘virāgānupassī passasissāmīti’ sikkhati. ‘nirodhānupassī assasissāmīti’ sikkhati; ‘nirodhānupassī passasissāmīti’ sikkhati. ‘paṭinissaggānupassī assasi-ssāmīti’ sikkhati; ‘paṭinissaggānupassī passasissāmīti’ sikkhati. ayam vuccat’ānanda ānāpāna-sati.

Jis mokosi: „*Ikvépsiu stebédamas nepastovumq*”, – mokosi: „*Iškvépsiu stebédamas nepastovumq*”. Jis mokosi: „*Ikvépsiu stebédamas kaip išblésta aistra*”, – mokosi: „*Iškvépsiu stebédamas kaip išblésta aistra*”. Jis mokosi: „*Ikvépsiu stebédamas baigtj*”, – mokosi: „*Iškvépsiu stebédamas baigtj*”. Jis mokosi: „*Ikvépsiu stebédamas atsižadéji-mq*”, – mokosi: „*Iškvépsiu stebédamas atsižadéjimq*”. Tai, Ananda, vadinama atida kvépavimui.

sace kho tvam ānanda, girimānandassa bhikkhuno upasaṅkamitvā imā dasa saññā bhāseyyāsi, ṭhānam kho pan’etam vijjati, yam girimānandassa bhikkhu no imā dasa saññā sutvā, so ābādho ṭhānaso paṭipassambheyyāti. ”

Ananda, jei tu pats vienuoliui Girimanandai papasakosi apie dešimt suvokimų, visai įmanoma, kad vienuoliui Girimanandai išgirdus tuos dešimt suvokimų, ta liga kaipmat praéis.”

atha kho āyasmā ānando, bhagavato santike imā dasa saññā uggahetvā, yen’āyasmā girimānando tenu-pasaṅkami. upasaṅkamitvā āyasmato girimānandassa imā dasa saññā abhāsi.

Ir štai garbingasis Ananda, išmokęs iš Palaimintojo šiuos dešimt suvokimų, atėjo pas garbingąjį Girimanandą. Atėjęs papasakojo apie šiuos dešimt suvokimų.

atha kho āyasmato girimānandassa imā dasa saññā sutvā, so ābādho ṭhānaso paṭipassambhi. vuṭṭhahi c’āyasmā girimānando tamhā ābādhā. tathā pahīno ca pan’āyasmato girimānandassa, so ābādho ahosīti.

Ir štai garbingajam Girimanandai išgirdus tuos dešimt suvokimų, ta liga kaipmat praéjo. Ir garbingasis Girimananda pasveiko nuo tos ligos. Taip ta garbingojo Girimanandos liga buvo išgydyta.

Sārānīya-dhamma Sutta

Maloninančios savybės

[evam-me sutam,] ekam samayaṁ bhagavā, sāvatthi-
yaṁ viharati, jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme. tat-
ra kho bhagavā bhikkhū āmantesi, “bhikkhavo ti.”
“bhadante ti” te bhikkhū bhagavato paccassosum.
bhagavā etad-avoca: “chayime bhikkhave dhammā
sārānīyā piya-karanā garu-karanā, saṅgahāya avi-
vādāya sāmaggiyā eki-bhāvāya saṃvattanti.
katame cha?

Taip aš girdėjau. Kartą Palaimintasis buvo apsistojęs Anathapindikos vienuolyne Džetos giraitėje netoli Savatthės. Ten gi Palaimintasis kreipėsi į vienuolius: „Vienuo-liai!“ „Taip, Garbusis,“ – atsakė Palaimintajam tie vienuoliai. Palaimintasis štai ką pasakė: „Esti šios šešios maloninančios savybės įkūnijančios simpatiją ir pagarbą, kurios veda į bendrystę, kivirčų nebuvinį, santarvę ir vienybę. Kurios šešios?“

idha bhikkhave bhikkhuno, mettam kāya-kammam
paccupaṭṭhitam hoti, sabrahmacārīsu āvi c’eva raho
ca. ayam-pi dhammo sārānīyo piya-karaṇo garu-
karaṇo, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā eki-bhāvāya
saṃvattati.

[1] Štai, vienuoliai, vienuolio kūno veiksmai švento gyvenimo bičiulių atžvilgiu išlie-
ka geranoriški ir atvirai, ir už akių. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti
simpatiją ir pagarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinį, santarvę ir vienybę.

puna c’aparam bhikkhave bhikkhuno, mettam vacī-
kammam paccupaṭṭhitam hoti, sabrahmacārīsu āvi
c’eva raho ca. ayam-pi dhammo sārānīyo piya-karaṇo
garu-karaṇo, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā eki-
bhāvāya saṃvattati.

[2] Toliau, vienuolai, vienuolio kalba švento gyvenimo bičiulių atžvilgiu išlieka geranoriška ir atvirai, ir už akių. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti simpatiją ir pagarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinį, santarvę ir vienybę.

puna c'aparam bhikkhave bhikkhuno, mettam mano-kammaṁ paccupaṭṭhitam hoti, sabrahmacārīsu āvi c'eva raho ca. ayam-pi dhammo sārāṇīyo piya-karaṇo garu-karaṇo, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā ekī-bhāvāya samvattati.

[3] Toliau, vienuolai, vienuolio mintys švento gyvenimo bičiulių atžvilgiu išlieka geranoriškos ir atvirai, ir už akių. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti simpatiją irregarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinį, santarvę ir vienybę.

puna c'aparam bhikkhave bhikkhu, ye te lābhā dhammikā dhamma-laddhā, antamaso patta-pariyāpannamattam-pi, tathārūpehi lābhehi appaṭivibhattabhogī hoti, sīlavantehi sabrahmacārīhi sādhāraṇa-bhogī. ayam-pi dhammo sārāṇīyo piya-karaṇo garu-karaṇo, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā ekī-bhāvāya samvattati.

[4] Toliau, vienuolai, vienuolis dalijasi bet kokiai materialiai dalykais, kuriuos ga-vo teisētu būdu, net jei tai tik maistas, įdėtas į išmaldos dubenį, ir naudoja juos bendrai su švento gyvenimo bičiuliais. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti simpatiją irregarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinį, santarvę ir vienybę.

puna c'aparam bhikkhave bhikkhu, yāni tāni sīlāni akhaṇḍāni achiddāni asabalāni akammāsāni, bhujissāni viññūpasatṭhāni aparāmaṭṭhāni samādhi-samvattanikāni. tathārūpesu sīlesu sīla-sāmaññagato viharati, sabrahmacārīhi āvi c'eva raho ca. ayam-pi dhammo sārāṇīyo piya-karaṇo garu-karaṇo, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā ekī-bhāvāya samvattati.

[5] Toliau, vienuoliai, vienuolis ir atvirai, ir už akių gyvena laikydamasis bendros jo bičiuliams dorovės, kuri yra nepalaužta, vientisa, nesutepta, švari, išlaisvinanti nuo vergystės, išmintingujų aukštinama, nepaliesta, vedanti į sutelktį. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti simpatiją ir pagarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinimą, santarvę ir vienybę.

puna c'aparam bhikkhave bhikkhu, yāyām ditṭhi arīyā niyyānikā, niyyāti takkarassa sammā-dukkhakkhayāya, tathārūpāya ditṭhiyā ditṭhi-sāmaññagato viharati, sabrahmacārīhi āvi c'eva raho ca. ayam-pi dhammo sārāṇīyo piya-karanō garu-karanō, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā ekī-bhāvāya saṁvattati.

[6] Toliau, vienuoliai, vienuolis ir atvirai, ir už akių gyvena laikydamasis bendrojo bičiuliams požiūrio, kuris yra taurus ir išlaisvinantis, kuris juo besivadovaujančių atveda į visišką kančios išsekimą. Tai taip pat yra maloninanti savybė įkūnijanti simpatiją irregarbą, kuri veda į bendrystę, kivirčų nebuvinimą, santarvę ir vienybę.

“ime kho bhikkhave dhammā sārāṇīyā piya-karanā garu-karanā, saṅgahāya avivādāya sāmaggiyā ekī-bhāvāya saṁvattantīti.”

Šios, vienuoliai, yra šešios maloninančios savybės įkūnijančios simpatiją irregarbą, kurios veda į bendrystę, kivirčų nebuvinimą, santarvę ir vienybę.”

idam-avoca bhagavā. attamanā te bhikkhū bhagavato bhāsitam abhinandunti.

Štai ką pasakė Palaimintasis. Patenkinti tie vienuoliai džiaugėsi Palaimintojo žodžiais.

Gotami Sutta

Pamokymas Gotamei

[evam-me sutam,] ekam samayaṁ bhagavā, vesāliyam viharati, mahā-vane kūṭāgarasālāyam

Taip aš girdėjau. Kartą Palaimintasis buvo apsistojęs Vésalyje Kūtagaros salėje Didžiajame miške.

atha kho mahāpajāpati gotamī, yena bhagavā ten'upa-saṅkami. upasaṅkamitvā bhagavantam abhivādet-vā ekam-antam atṭhāsi.

Ir štai Mahapadžapaté Gotamé nuėjo pas Palaimintajį. Atėjusi, pasveikino jį ir atsi-stojo iš šono.

ekam-antam thitā kho mahāpajāpati gotamī bhagavantam etad-avoca: “sādhu me bhante bhagavā saṅkhittena dhammaṁ desetu, yam-aham bhagavato dhammaṁ sutvā, ekā vūpakaṭṭhā appamattā ātāpinī pahitattā vihareyyanti.”

Stovėdama gi iš šono Mahapadžapaté Gotamé pasakė Palaimintajam štai ką: „Garbusis, prašau, kad Palaimintasis pamokyti manęs trumpai Dhammos taip, kad išgirdus i ją iš Palaimintojo, galēčiau gyventi viena, atsiskyrusi, būdama budri, entuziastinga ir energinga.“

“ye kho tvamī gotami dhamme jāneyyāsi,
‘ime dhammā sarāgāya saṁvattanti no virāgāya.

„Gotame, reiškinius, apie kuriuos žinotum, kad jie sudaro salygas aistrai pasireikšti,
o ne aistrai išblėsti,

saṁyogāya saṁvattanti no visaṁyogāya.

susipančioti, o ne išsipančioti,

ācayāya saṁvattanti no apacayāya.

daugėjimui, o ne mažėjimui,

mahičchatāya saṁvattanti no appicchatāya.

didelėms ambicijoms pasireikšti, o ne kuklumui,

asantuṭṭhiyā saṁvattanti no santuṭṭhiyā.

nepasitenkinimui, o ne pasitenkinimui,
saṅgaṇikāya **saṁvattanti** no pavivekāya.
jisitraudimui į visuomenę, o ne atsiskyrimui,
kosajjāya **saṁvattanti** no viriyārambhāya.
tinginystei, o ne pastangų sukėlimui,
dubbharatāya **saṁvattanti** no subharatāyāti.’
buvimui sunkia našta, o ne nebuvimui našta,
ekam̄seṇa gotami dhāreyyāsi, ‘n’eso dhammo n’eso
vinayo n’etam satthu-sāsananti.’
turētum vienareikšmiškai laikyti, kad tai ne Dhamma, ne Disciplina, tai néra Mokytojo nurodymas.

ye ca **kho** tvam̄ gotami dhamme jāneyyāsi,
‘ime dhammā virāgāya **saṁvattanti** no sarāgāya.
Bet, reiškinius, apie kuriuos žinotum, kad jie sudaro sąlygas aistrai išblésti, o ne aistrai pasireikšti,
visam̄yogāya **saṁvattanti** no **saṁyogāya.**
išsipančioti, o ne susipančioti,
apacayāya **saṁvattanti** no **ācayāya.**
mažejimui, o ne daugējimui,
appicchatāya **saṁvattanti** no **mahičchatāya.**
kuklumui pasireikšti, o ne didelēms ambicijoms,
santuṭṭhiyā **saṁvattanti** no **asantuṭṭhiyā.**
pasitenkinimui, o ne nepasitenkinimui,
pavivekāya **saṁvattanti** no **saṅgaṇikāya.**

*atsiskyrimui, o ne įsitraukimui į visuomenę,
viriyārambhāya samvattanti no kosajjāya.
pastangų sukėlimui, o ne tinginystei,
subharatāya samvattanti no dubbharatāyāti.’
nebuvinui našta, o ne buvinui sunkia našta,
ekam̄sena gotami dhāreyyāsi, ‘eso dhammo eso vi-
nayo etam satthu-sāsananti.”’
*turētum vienareikšmiškai laikyti, kad tai Dhamma, tai Disciplina, tai Mokytojo nu-
rodymas.”**

idam-avoca bhagavā. attamanā mahāpajāpati gota-
mī bhagavato bhāsitam abhinandīti.

Štai ką pasakė Palaimintasis. Patenkinta Mahapadžapaté Gotamé džiaugési Palai-
mintojo žodžiai.

Dhamma-niyāma Sutta

Nekintama Dhammos tvarka

[evam-me sutam,] ekaṁ samayam bhagavā, sāva-
tthiyam viharati, jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

*Taip aš girdėjau. Kartą Palaimintasis buvo apsistojęs Anathapindikos vienuolyne
Džetos giraitėje netoli Savatthés.*

tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi “bhikkhavo ti.”

Ten gi Palaimintasis kreipėsi į vienuolius: „Vienuoliai!”

“bhadante ti” te bhikkhū bhagavato paccassosum.

„Taip, Garbusis,” - atsakė Palaimintajam tie vienuoliai.

bhagavā etad-avoca.

Palaimintasis štai ką pasakė:

“uppādā vā bhikkhave tathāgatānam anuppādā vā tathāgatānam, ṭhitāva sā dhātu dhammatṭhitatā dhamma-niyāmatā: ‘sabbe saṅkhārā aniccāti.’

„Nepriklausomai nuo to, ar atsiranda Tathagatos, ar ne, išlieka šis elementas, šis Dhammos pastovumas, ši nekintama Dhammos tvarka: „Visa, kas salygota, nepastovu“.

tam tathāgato abhisambujjhati abhisameti. abhisambujjhitvā abhisametvā ācikkhati deseti, paññapeti patṭhappeti, vivarati vibhajati uttānī-karoti: ‘sabbe saṅkhārā aniccāti.’

Tathagata žino tai visiškai pabusdamas, prasiskverbia į tai. Žinodamas tai visiškai pabudęs ir prasiveržęs į tai, jis tai skelbia, moko, aprašo, išdėsto, atskleidžia, išanalizuoja, išaiškina: „Visa, kas salygota, nepastovu“.

uppādā vā bhikkhave tathāgatānam anuppādā vā tathāgatānam, ṭhitāva sā dhātu dhammatṭhitatā dhamma-niyāmatā: ‘sabbe saṅkhārā dukkhāti’

Nepriklausomai nuo to, ar atsiranda Tathagatos, ar ne, išlieka šis elementas, šis Dhammos pastovumas, ši nekintama Dhammos tvarka: „Visa, kas salygota, nepatenkinama“.

tam tathāgato abhisambujjhati abhisameti. abhisambujjhitvā abhisametvā ācikkhati deseti, paññapeti patṭhappeti, vivarati vibhajati uttānī-karoti: ‘sabbe saṅkhārā dukkhāti.’

Tathagata žino tai visiškai pabusdamas, prasiskverbia į tai. Žinodamas tai visiškai pabudęs ir prasiveržęs į tai, jis tai skelbia, moko, aprašo, išdėsto, atskleidžia, išanalizuoja, išaiškina: „Visa, kas salygota, nepatenkinama“.

uppādā vā bhikkhave tathāgatānam anuppādā vā ta-thāgatānam, ṭhitāva sā dhātu dhammatṭhitatā dhamma-niyāmatā: ‘sabbe dhammā anattāti.’

Nepriklausomai nuo to, ar atsiranda Tathagatos, ar ne, išlieka šis elementas, šis Dhammos pastovumas, ši nekintama Dhammos tvarka: „Visi reiškiniai neturi savasties“.

tam tathāgato abhisambujjhati abhisameti. abhisambujjhitvā abhisametvā ācikkhati deseti, paññapeti paṭṭhappeti, vivarati vibhajati uttānī-karoti: ‘sabbe dhammā anattāti.’”

Tathagata žino tai visiškai pabusdamas, prasiskverbia į tai. Žinodamas tai visiškai pabudęs ir prasiveržęs į tai, jis tai skelbia, moko, aprašo, išdėsto, atskleidžia, išanalizuoja, išaiškina: „Visi reiškiniai neturi savasties.“

idam-avoca bhagavā. attamanā te bhikkhū bhagavato bhāsitam abhinandunti.

Štai ką pasakė Palaimintasis. Patenkinti tie vienuoliai džiaugėsi Palaimintojo žodžiais.

Dhammasaṅganī Mātikā Pātha

Dhammadu grapiū sarašas

kusalā dhammā akusalā dhammā abyākatā dhammā.

Dori reiškiniai, nedori reiškiniai, moraliai neutralūs reiškiniai.

sukhāya vedanāya sampayuttā dhammā dukkhāya
vedanāya sampayuttā dhammā adukkham-asukhāya
vedanāya sampayuttā dhammā.

*Reiškiniai susiję su maloniu jausmo tonu, reiškiniai susiję su nemaloniu jausmo tonu,
reiškiniai susiję su neutraliu jausmo tonu.*

vipākā dhammā vipāka-dhamma-dhammā n'eva-vi-
pāka-na-vipāka-dhamma-dhammā.

*Reiškiniai, kurie yra veiksmų pasekmė; reiškiniai, kurie yra veiksmai nešantys pa-
sekmes, reiškiniai nesusiję su veiksmais ar jų pasekmėmis.*

upādinn'upādāniyā dhammā anupādinn'upādāniyā
dhammā anupādinnānupādāniyā dhammā.

*Savinami ir žadinantys savinimas reiškiniai; nesavinami, bet žadinantys savinimąsi
reiškiniai, nesavinami ir nežadinantys savinimosi reiškiniai.*

saṅkiliṭṭha-saṅkilesikā dhammā asaṅkiliṭṭha-saṅkile-
sikā dhammā asaṅkiliṭṭhāsaṅkilesikā dhammā.

*Suteršti ir teršiantys reiškiniai; nesuteršti, bet teršiantys reiškiniai, nesuteršti ir ne-
teršiantys reiškiniai.*

sa-vitakka-sa-vicārā dhammā avitakka-vicāra-mattā
dhammā avitakkāvicārā dhammā.

*Reiškiniai palydimi démesio kreipimo ir išlaikymo; reiškiniai nepalydimi démesio
kreipimo, bet su demesio išlaikymu; reiškiniai nepalydimi nei démesio kreipimo, nei
išlaikymo.*

pīti-sahagatā dhammā sukha-sahagatā dhammā
upekkhā-sahagatā dhammā.

Reiškiniai palydimi džiaugsmo, reiškiniai palydimi malonumo, reiškiniai palydimi lygiažiūros.

dassanena pahātabbā dhammā bhāvanāya pahātabbā dhammā n'eva-dassanena-na-bhāvanāya pahātabbā dhammā.

Reiškiniai paliekami matymu, reiškiniai paliekami lavinimu, reiškiniai nepaliekami nei matymu, nei lavinimu.

dassanena pahātabba-hetukā dhammā bhāvanāya pahātabba-hetukā dhammā n'eva-dassanena-na-bhāvanāya pahātabba-hetukā dhammā.

Reiškiniai susiję su šaknine priežastimi paliekama matymu; reiškiniai susiję su šaknine priežastimi paliekama lavinimu; reiškiniai susiję su šaknine priežastimi nepaliekama nei matymu, nei lavinimu.

ācayagāmino dhammā apacayagāmino dhammā n'evācayagāmino nāpacayagāmino dhammā.

Reiškiniai vedantys į dauginimą; reiškiniai vedantys į mažinimą; reiškiniai nevedantys nei į dauginimą, nei į mažinimą.

sekkhā dhammā asekkhā dhammā n'eva-sekhhā-nā-sekhhā dhamma.

Besimokančiojo reiškiniai, išmokusiojo reiškiniai, nei besimokančiojo, nei išmokusiojo reiškiniai.

parittā dhammā mahaggatā dhammā appamāṇā dhammā.

Riboti reiškiniai, didingi reiškiniai, nepamatuojami reiškiniai.

parittārammaṇā dhammā mahaggatārammaṇā dhammā appamāṇārammaṇā dhammā.

Reiškiniai su ribotu objektu, reiškiniai su didingu objektu, reiškiniai su nepamatuojamu objektu.

hīnā dhammā majhimā dhammā paṇītā dhammā.

Žemi reiškiniai, vidutiniai reiškiniai, nuostabus reiškiniai.

micchattaniyatā dhammā sammattaniyatā dhammā aniyatā dhammā.

Reiškiniai ītvirtinti neteisingume, reiškiniai ītvirtinti teisingume, neapybrēžti reiškiniai.

maggārammaṇā dhammā magga-hetukā dhammā maggādhipatino dhammā.

Reiškiniai, kuriems kelias yra objektas; reiškiniai, kuriems kelias yra priežastis; reiškiniai valdomi kelio.

uppannā dhammā anuppannā dhammā uppādino dhammā.

Kilę reiškiniai, nekilę reiškiniai, kilsiantys reiškiniai.

atītā dhammā anāgatā dhammā paccuppannā dhammā.

Praeities reiškiniai, ateities reiškiniai, dabarties reiškiniai.

atītārammaṇā dhammā anāgatārammaṇā dhammā paccuppannārammaṇā dhammā.

Reiškiniai su praeities objektu, reiškiniai su ateities objektu, reiškiniai su dabarties objektu.

ajjhattā dhammā bahiddhā dhammā ajjhatta-bahiddhā dhammā.

Vidiniai reiškiniai, išoriniai reiškiniai, vidiniai ir išoriniai reiškiniai.

ajjhattārammaṇā dhammā bahiddhārammaṇā dhammā ajjhatta-bahiddhārammaṇā dhammā.

Reiškiniai su vidiniu objektu, reiškiniai su išoriniu objektu, reiškiniai su ir vidiniu, ir išoriniu objektu.

sanidassana-sappatīghā dhammā anidassana-sappatīghā dhammā anidassanāppatīghā dhammā.

Matomi jusles paveikiantys reiškiniai; nematomi jusles paveikiantys reiškiniai; nematomi ir juslių nepaveikiantys reiškiniai.

* * *

Vipassana Bhumi

Vipasanos pamatai

[pañcakkhandhā:] rūpakkhandho, vedanākkhandho, saññākkhandho, saṅkhārakkhandho, viññāṇakkhandho.

Penki sandai: materialios formos sandas, jausmo tono sandas, suvokimo sandas, proto darinių sandas, sąmonės sandas.

dvā-dasāyatanāni:

cakkhvāyatanam rūpāyatanam,
sotāyatanam saddāyatanam,
ghānāyatanam gandhāyatanam,
jīvhāyatanam rasāyatanam,
kāyāyatanam phoṭṭhabbāyatanam,
manāyatanam dhammāyatanam.

Dvylika patyrimo sričių: akies patyrimo sritis, matomų formų patyrimo sritis; ausies patyrimo sritis, garsų patyrimo sritis; nosies patyrimo sritis, kvapų patyrimo sritis; liežuvio patyrimo sritis, skonių patyrimo sritis; kūno patyrimo sritis, kūno pojūčių patyrimo sritis; mąstymo patyrimo sritis, minčių patyrimo sritis.

atṭhārasa dhātuyo:

cakkhu-dhātu rūpa-dhātu cakkhu-viññāṇa-dhātu,

sota-dhātu sadda-dhātu sota-viññāṇa-dhātu,
ghāna-dhātu gandha-dhātu ghāna-viññāṇa-dhātu,
jivhā-dhātu rasa-dhātu jivhā-viññāṇa-dhātu,
kāya-dhātu phoṭṭhabba-dhātu kāya-viññāṇa-dhātu,
mano-dhātu dhamma-dhātu mano-viññāṇa-dhātu.

Aštuoniolika elementų: akies elementas, matomų formų elementas, akies sąmonės elementas; ausies elementas, garsų elementas, ausies sąmonės elementas; nosies elementas, kvapų elementas, nosies sąmonės elementas; liežuvio ele~~mentas~~ skonių elementas, liežuvio sąmonės elementas; kūno elementas, kūno pojučių elementas, kūno sąmonės elementas; mąstymo elementas, minčių elementas, mąstymo sąmonės elementas.

bāvīsat'indriyāni:

cakkhundriyam sotindriyam ghānindriyam
jivhindriyam kāyindriyam manindriyam,
itthindriyam purisindriyam jīvitindriyam,
sukhindriyam dukkhindriyam somanassindriyam
domanassindriyam upekkhindhriyam,
saddhindriyam viriyindriyam satindriyam
samādhindhriyam paññindriyam,
anaññāta-ññassāmītindriyam aññindriyam
aññātāvindriyam.

Dvidešimt du gebėjimai: akies gebėjimas, ausies gebėjimas, nosies gebėjimas, liežuvio gebėjimas, kūno gebėjimas, mąstymo gebėjimas; moteriškumas, vyriškumas, gyvybiškumas; malonumas, skausmas, laimės jausmas, kančios jausmas, neutralus jausmas; tikėjimo gebėjimas, uolumo gebėjimas, atidos gebėjimas, sutelkties gebėjimas, išminties gebėjimas; gebėjimas „pažinsiu, kas dar nepažinta”; pažinimo gebėjimas, pažinusiojo gebėjimas.

cattāri ariya-saccāni: dukkham ariya-saccam,
dukkha-samudayo ariya-saccam, dukkha-nirodho

ariya-saccam̄, dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā
ariya-saccam̄.

Keturios tauriosios tiesos: kančios taurioji tiesa, kančios šaltinio taurioji tiesa, kančios baigties taurioji tiesa, kelio vedančio į kančios baigtį taurioji tiesa.

* * *

Paṭicca Samuppāda

Sąlygotoji kilmė
avijjā-paccayā saṅkhārā.

Sąlygoti neišmanymo yra valingi veiksmai.

saṅkhāra-paccayā viññāṇam̄.

Sąlygota valingų veiksmų yra sąmonė.

viññāṇa-paccayā nāma-rūpam̄.

Sąlygoti sąmonės yra protas ir materija.

nāma-rūpa-paccayā salāyatanaṁ.

Sąlygotos proto ir materijos yra šešios patyrimo sritys.

salāyatana-paccayā phasso. phassa-paccayā veda-nā.

 Sąlygotas šešių patyrimo sričių yra sąlytis. Sąlygotas sąlyčio yra jausmo tonas.

vedanā-paccayā taṇhā. taṇhā-paccayā upādānam̄.

Sąlygotas jausmo tono yra troškimas. Sąlygotas troškimo yra savinimasis.

upādāna-paccayā bhavo. bhava-paccayā jāti.

Sąlygotas savinimosi yra tapsmas. Sąlygotas tapsmo yra gimiimas.

jāti-paccayā jarā-maraṇam̄ soka-parideva-dukkha-domanass'upāyāsā sambhavanti.

Sąlygotas gimimo yra senėjimo, mirties, liūdesio, raudojimo, skausmo, nusiminimo ir nevilties radimasis.

evam-etassa kevalassa dukkhakkhandhassa,
samudayo hoti.

Šitaip atsiranda visas šis kančios kalnas.

avijjāyatveva asesa-virāga-nirodhā sañkhāra-nirodho.

Dél visiško neišmanymo išblėsimo ir baigties baigiasi valingi veiksmai.

sañkhāra-nirodhā viññāṇa-nirodho.

Dél valingų veiksmų baigties baigiasi sąmonė.

viññāṇa-nirodhā nāma-rūpa-nirodho.

Dél sąmonės baigties baigiasi protas ir materiali forma.

nāma-rūpa-nirodhā salāyatana-nirodho.

Dél proto ir materialios formos baigties baigiasi šešios patyrimo sritys.

salāyatana-nirodhā phassa-nirodho.

Dél šešių patyrimo sričių baigties baigiasi sąlytis.

phassa-nirodhā vedanā-nirodho.

Dél sąlyčio baigties baigiasi jausmo tonas.

vedanā-nirodhā tañhā-nirodho.

Dél jausmo tono baigties baigiasi troškimas.

tañhā-nirodhā upādāna-nirodho,

Dél troškimo baigties baigiasi savinimasis.

upādāna-nirodhā bhava-nirodho.

Dél savinimosi baigties baigiasi tapsmas.

bhava-nirodhā jāti-nirodho.

Dėl tapsmo baigties baigiasi gimimas.

jāti-nirodhā jarā-maraṇam soka-parideva-dukkha-domanass'upāyāsā nirujjhanti.

Dėl gimimo baigties baigiasi senėjimas, mirtis, liūdesys, raudojimas, skausmas, nusiminimas ir neviltis.

evam-etassa kevalassa dukkhakkhandhassa,
nirodho hoti.

Šitaip baigiasi visas šis kančios kalnas.

* * *

Dhamma-sāṅganī

Dhammad grupės
[kusalā dhammā] akusalā dhammā abyākatā dhammā.

Dori reiškiniai, nedori reiškiniai, moraliai neutralūs reiškiniai.

katame dhammā kusalā?

Kurie reiškiniai yra dori?

yasmim̄ samaye kāmāvacaram kusalam cittam uppānam hoti, somanassa-sahagataṁ ñāṇa-sampayuttam, rūpārammaṇam vā saddārammaṇam vā, gandhārammaṇam vā rasārammaṇam vā, photṭhabārammaṇam vā dhammārammaṇam vā, yam yam vā pan'ārabbha,

Bet kada, kai kyla juslinės sferos dora sąmonė palydima laimės jausmo ir susijusi su išmintimi, turėdama kaip objektą regimą formą, garsą, kvapą, skonį, kūno pojūtį, mintį, ar bet ką kitą,

tasmīm samaye phasso hoti avikkhepo hoti, ye vā
 pana tasmīm samaye aññe'pi atthi patīcca-samuppannā arūpino dhammā: ime dhammā kusalā.

tuomet esti sālytis, ... , esti proto pusiausvyra, ar bet kokie kiti tuo metu esantys sālygoti nematerialūs reiškiniai. Tie reiškiniai yra dori.

* * *

Vibhaṅga

Tyrinėjimas

[pañcakkhandhā,] rūpakkhandho, vedanākkhandho, saññākkhandho, saṅkhārakkhandho, viññāṇakkhandho.

Penki sandai: materialios formos sandas, jausmo tono sandas, suvokimo sandas, proto darinių sandas, sāmonės sandas.

tatha katamo rūpakkhandho?

Kas čia yra materialios formos sandas?

yañ-kiñci rūpam atītānāgata-paccuppannam, ajjhataṁ vā bahiddhā vā, olārikam vā sukhumam vā, hīnam vā pañitam vā, yam dūre vā santike vā, tad'ekajjhām abhisaññūhitvā abhisañkhipitvā: ayam vuccati rūpakkhandho.

Bet kokia materiali forma - praeities, dabarties ar ateities, ar vidinė, ar išorinė, ar akivaizdi, ar subtili, ar prastesnė, ar puikesnė, ar tolima, ar artima - visa tai pačius kartu, sudėjus kartu, vadinama materialios formos sandu.

* * *

Dhātu-kathā

Elementų nagrinėjimas

[saṅgaho asaṅgaho,] saṅgahitena asaṅgahitam, asaṅgahitena saṅgahitam, saṅgahitena saṅgahitam, asaṅgahitena asaṅgahitam.

Įtraukta, neįtrauktą, neįtraukta su įtrauktą, įtrauktą su neįtrauktą, įtrauktą su įtrauktą, neįtrauktą su neįtrauktą.

sampayogo vippayogo, sampayuttena vippayuttam, vippayuttena sampayuttam asaṅgahitam.

Susietumas, atskirumas, tai, kas atskira, kartu su tuo, kas susieta, tai, kas susieta, kartu su tuo, kas atskira, neįtraukta į skirstymą į susietą ir atskirą.

* * *

Puggala-paññatti

Asmenų savoka

[cha paññattiyo:] khandha-paññatti, āyatana-paññatti, dhātu-paññatti, sacca-paññatti, indrīya-paññatti, puggala-paññatti.

Šešios savokos: sandū savoka, patyrimo sričių savoka, elementų savoka, tiesų savoka, gebėjimų savoka, asmenų savoka.

kittāvatā puggalānam puggala-paññatti?

Ką aprepia asmenų savoka?

samaya-vimutto asamaya-vimutto, kuppera-dhammo akuppera-dhammo, pari^{hāna}-dhammo aparihāna-dhammo, cetanā-bhabbo anurakkhanā-bhabbo,

(Asn  tik kartais išsilaisvinęs, ne tik kartais išsilaisvinęs, linkęs susidrumsti, ne-linkęs susidrumsti, linkęs smukti, nelinkęs smukti, gebantis tik dėl valios pastangu, gebantis tik dėl saugojimo,

puthujjano gotrabhū, bhayūparato abhayūparato, bhabb'āgamano abhabb'āgamano, niyato aniyato, pa-ṭipannako phale ṭhito, arahā arahattāya paṭipanno.

eilinis, pakeitęs giminę, įveikęs baimę, neįveikęs baimę, galintis pasiekti, negalintis pasiekti, įsitvirtinęs, neįsitvirtinęs, einantis keliu, įsitvirtinęs vaisiuje, arahatas, einantis link arahatystės.

* * *

Kathā-vatthu

Debatai

[“puggalo upalabbhati,] sacchikattha-paramatthenāti?“

„Ar „asmuo“ esti kaip tikras ir galutinis faktas?“

“āmantā.”

„Taip.“

“yo sacchikattho paramattho, tato so puggalo upalabbhati, sacchikattha-paramatthenāti?“

„Ar asmuo esti taip pat, kaip esti tai, kas tikra ir yra galutinis faktas?“

“na hevam vattabbe.“

„Ne, to tikrai negalima pasakyti.“

“ājānāhi niggahām hañci, puggalo upalabbhati, sa-
cchikattha-paramatthena, tena vata re vattabbe: yo
sacchikattho paramattho, tato so puggalo upalabbha-
ti, sacchikattha-paramatthenāti. micchā.”

„Pripažinkite savo (teiginio) paneigimą! Jei asmuo esti kaip tikras ir galutinis faktas,
tuomet iš tiesų, gerasis pone, turėtumėte pasakyti, kad asmuo esti taip pat, kaip esti
tai, kas tikra ir yra galutinis faktas. (Tad teiginys) neteisingas.”

* * *

Yamaka

Poros

ye keci kusalā dhammā, sabbe te kusala-mūlā. ye vā
pana kusala-mūlā, sabbe te dhammā kusalā.

Ar visi dori reiškiniai yra dori pagrindai? Ar visi dori pagrindai yra dori reiškiniai?

ye keci kusalā dhammā, sabbe te kusala-mūlena eka-
mūlā. ye vā pana kusala-mūlena eka-mūlā, sabbe te
dhammā kusalā.

*Ar visi dori reiškiniai turi bendrus pagrindus su doru pagrindu? Ar visa, kas turi
bendrus pagrindus su doru pagrindu yra dori reiškiniai?*

* * *

Paṭṭhāna

Salygoti ryšiai

hetu-paccayo, ārammaṇa-paccayo,

Šakninės priežasties salyga, objekto salyga,

adhipati-paccayo, anantara-paccayo,
valdančioji sąlyga, betarpiskumo sąlyga,
samanantara-paccayo, saha-jāta-paccayo,
tęstinumo sąlyga, vienalaikės kilmės sąlyga,
aññamañña-paccayo, nissaya-paccayo,
abipusiškumo sąlyga, paramos sąlyga,
upanissaya-paccayo, pure-jāta-paccayo,
lemiamos paramos sąlyga, ankstesnės kilmės sąlyga,
pacchā-jāta-paccayo, āsevana-paccayo,
vélesnės kilmės sąlyga, kartojimo sąlyga,
kamma-paccayo, vipāka-paccayo, āhāra-paccayo,
veiksmo sąlyga, pasekmės sąlyga, peno sąlyga,
indriya-paccayo, jhāna-paccayo, magga-paccayo,
gebėjimo sąlyga, džanos sąlyga, kelio sąlyga,
sampayutta-paccayo, vippayutta-paccayo,
susietumo sąlyga, atskirumo sąlyga,
atthi-paccayo, n'atthi-paccayo,
buvimo sąlyga, nebuvinimo sąlyga,
vigata-paccayo, avigata-paccayo.
išnykimo sąlyga, neišnykimo sąlyga.

* * *

Paṁsu-kūla mirusiems

aniccā vata saṅkhārā || uppāda-vaya-dhammino
uppajjitvā nirujjhanti || tesam vūpasamo sukho
sabbe sattā maranti ca || mariṁsu ca marissare
tathevāham marissāmi || n'atthi me ettha samsayo

Ek, nepastovūs yra sąlygoti reiškiniai, turi prigimti kilti ir nykti. Kilę, jie išnyksta, jų nurimimas - tai laimė.

Visos būtybės miršta, mirė ir mirs. Aš taip pat mirsiu, visiškai tuo neabejoju.

* * *

Paṁsu-kūla gyviesiems

aciram̄ vat'ayam̄ kāyo || paṭhavim̄ adhisessati
chuddho apeta-viññāṇo || nirattham̄ va kaliṅgaram̄

Bemat šis kūnas gulės ant žemės, paliktas sąmonės, nieko nevertas kaip stuobrys.

Budos diena - apsaugančios giesmės

Dievybių pakvietimas

samantā cakkavālesu || atr'āgacchantu devatā || sa-
ddhammamā muni-rājassa || suṇantu sagga-mokkha-
dam

Tegul iš visų pasaulių čia atvyksta dievybės. Tegul jos klausosi Išmintingojo Karaliaus Tikrosios Dhammos, vedančios į dangų ir išsivadavimą.

sagge kāme ca rūpe || giri-sikharataṭe c'antalikkhe
vimāne || dīpe ratṭhe ca gāme || taruvana-gahane
geha-vatthumhi khete

ie, kurie yra jauslinėje ir subtilios formos sferose, ant viršūnių ir kalnų šlaity, danguje
stovinčiuose rūmuose, salose, šalyse ir miestuose, miškuose ir giraitėse, aplink namus
ir laukuose.

bhummā c'āyantu devā || jala-thala-visame yakkha-
gandhabba-nāgā || tiṭṭhantā santke yam || muni-vara-
vacanamā sādhavo me suṇantu

Ir žemės deivės asios, gandabos ir nāgos vandenye, sausumoje, dykumose ir netoli ese esančios: Tegul jie ateina ir klausosi su pritarimu, kaip aš skaitau Puikiojo Išminčiaus žodžius.

4.2. PRIEGLOBSČIO TRIJOSE BRANGENYBĖSE PRIĖMIMAS

dhamma-ssavana-kālo ayam-bhadantā || dhamma-ssavana-kālo ayam-bhadantā || dhamma-ssavana-kālo ayam-bhadantā

Gerbiamieji, dabar metas klausytis Dhammos.

Prieglobsčio trijose brangenybėse priėmimas

(VEDANTYSIS)

handā mayaṁ buddhassa bhagavato pubba-bhāga-namakāram karomase:

Atiduokime pirminę pagarbą Palaimintajam Budai:

(VISI)

namo tassa bhagavato arahato sammā-sambuddhassa (3 kartus)

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai pabudusiam.

buddham saraṇam gacchāmi

Priimu Budą savo prieglobsčiu.

dhammam saraṇam gacchāmi

Priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

saṅgham saraṇam gacchāmi

Priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

Tiesos ištarimo eilės

natthi me saraṇam aññam || buddho me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Buda man - nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

natthi me saraṇam aññam || dhammo me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Dhamma man - nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

natthi me saraṇam aññam || saṅgho me saraṇam
varam || etena sacca-vajjena || sotthi te [me] hotu
sabbadā.

Neturiu jokio kito prieglobsčio; Sangha man - nuostabiausias prieglobstis. Dėl šios tiesos ištarimo tebūnate [tebūnu] visad gerovėje.

* * *

mahā-kāruṇiko nātho || atthāya sabba-pāṇinam ||
pūretvā pāramī sabbā || patto sambodhim-uttamam ||
etena sacca-vajjena || mā hontu sabbupaddavā

(Buda), mūsų sergėtojas turintis didžią atjautą, dėl visų būtybių gerovės, iki galo išlavinęs tobulybes pasiekė aukščiausiojo tobulo pabudimą. Šios tiesos ištarimo galia te visos bēdos pasibaigia!

mahā-kāruṇiko nātho || hitāya sabba-pāṇinam ||
pūretvā pāramī sabbā || patto sambodhim-uttamam ||
etena sacca-vajjena || mā hontu sabbupaddavā

(Buda), mūsų sergėtojas turintis didžią atjautą, visų būtybių labui, iki galo išlavinęs tobulybes pasiekė aukščiausiojo tobulo pabudimą. Šios tiesos ištarimo galia te visos bēdos pasibaigia!

mahā-kāruṇiko nātho || sukhāya sabba-pāṇinam ||
pūretvā pāramī sabbā || patto sambodhim-uttamam ||
etena sacca-vajjena || mā hontu sabbupaddavā

(Buda), mūsų sergėtojas turintis didžią atjautą, dėl visų būtybių laimės, iki galo išlavinęs tobulybes pasiekė aukščiausiojo tobulo pabudimą. Šios tiesos ištarimo galia te visos bēdos pasibaigia!

* * *

bahum ve saraṇam yanti || pabbatāni vanāni ca ||
ārāma-rukkha-cetyāni || manussā bhaya-tajjitā.

Daugybė žmonių, kuriems gresia pavojus eina ieškoti prieglobscio į kalnus, miškus, parkus, po medžiais ir į šventyklas.

n'etam kho saraṇam khemam || n'etam saraṇam-uttamam || n'etam saraṇam-āgamma || sabba-dukkhā pamuccati.

Tai nėra saugus prieglobstis, tai nėra aukščiausias prieglobstis, tai nėra prieglobstis, į kurį nuėjus, žmogus išsivaduoja iš visų kančių ir įtampos.

yo ca buddhañ-ca dhammañ-ca || saṅghañ-ca saraṇam gato || catāri ariya-saccāni || sammappaññāya passati:

Tačiau žmogus, nuėjės prieglobščio pas Buddhą, Dhammą ir Saṅghą, teisingai įžvelgia keturias tauriškias tiesas:

dukkham dukkha-samuppādam || dukkhassa ca atikamam || ariyañ-c'atthaṅgikam maggam || dukkhū-pasama-gāminam.

kančią, kančios šaltinių, kančios baigtį, ir taurujį aštuonialypį kelią - kelią į kančios baigtį.

etam kho saranam khemam || etam saranam-uttamam || etam saranam-āgamma || sabba-dukkhā pamuccatīti.

Tai saugus prieglobstis, tai aukščiausias prieglobstis, tai yra prieglobstis, į kurį nūėjus, žmogus išsivaduoja iš visų kančių.

Maṅgala Sutta

Pamokslas apie aukščiausius palaiminimus

“bahū devā manussā ca || maṅgalāni acintayum
ākaṅkhamānā sotthānam || brūhi maṅgalam-uttamam

Mąsto apie palaimą daugybė dėvų ir žmonių norėdami klestėjimo. Prašau, pasakyki kas sudaro didžiausią palaimą!

asevanā ca bālānam || pañditānañ-ca sevanā
pūjā ca pūjanīyānam || etam-maṅgalam-uttamam

Lebendravimas su kvailiais, bendravimas su išminčiais, ir garbinimas tū, kas nusipelno garbės - tai didžiausia palaima.

paṭirūpa-desa-vāso ca || pubbe ca kata-puññatā
atta-sammā-pañidhi ca || etam-maṅgalam-uttamam

 
Tinkama gyvenamoji vieta, anksčiau padaryti dorovingi poelgiai. Ir teisingos krypties laikymasis – tai didžiausia palaima.

bāhu-saccañ-ca sippañ-ca || vinayo ca susikkhito
sūbhāsitā ca yā vācā || etam-maṅgalam-uttamam

 
Vaug žinojimo ir įgūdžių, drausmės laikymasis. Ir gerų žodžių sakymas – tai didžiausia palaima.

mātā-pitu-upatṭhānam || putta-dārassa saṅgaho
anākulā ca kammantā || etam-maṅgalam-uttamam

 
Rūpinimasis motina ir tėvu, žmonos ir vaikų globojimas, ir taikūs užsiemimai – tai didžiausia palaima.

dānañ-ca dhamma-cariyā ca || nātakānañ-ca saṅgaho
anavajjāni kammāni || etam-maṅgalam-uttamam

 
Aukojimas ir teisingas gyvenimo būdas, rūpinimasis giminaičiais ir nesmerktini poelgiai – tai didžiausia palaima.

āratī viratī pāpā || majja-pānā ca saññamo
appamādo ca dhammesu || etam-maṅgalam-uttamam

  
Vengimas ir susilaikymas nuo blogio, svaigalų nevartojimas ir stropumas Dhammoje – tai didžiausia palaima.

gāravo ca nivāto ca || santutṭhī ca kataññutā
kālena dhammassavanam || etam-maṅgalam-uttamam


Tagarbumas ir nuolankumas, pasitenkinimas, dēkingumas ir Dhammos klausymas – tai didžiausia palaima.

khantī ca sovacassatā || samanānañ-ca dassanam
 kālena dhamma-sākacchā || etam-maṅgalam-uttamam

Kantrumas ir paklusnumas, atsiskyrėlių matymas ir savalaikis Dhammos aptarimas – tai didžiausia palaima.

tapo ca brahma-cariyañ-ca || ariya-saccāna-dassanam
 nibbāna-sacchi-kiriyā ca || etam-maṅgalam-uttamam

Savitvara ir skaistus gyvenimas, tauriujų tiesų matymas ir nibbanos pažinimas – tai didžiausia palaima.

phutthassa loka-dhammehi || cittam yassa na kam-pati
asokam virajam khemam || etam-maṅgalam-uttamam

Raliestas likimo staigmenų, jo protas nesuvirpsi, [Būti] be liūdesio, nesuteptu ir sau-giu – tai didžiausia palaima.

etādisāni katvāna || sabbattham-aparājitā
 sabbattha sotthim gacchanti || tan-tesam maṅgalam-uttamanti

Visi, kas taip gyvena, nenugalimi yra visur. Jie visur yra laimingi, jiems tai didžiausia palaima.

Ratanasutta

Brangenybių sutta

yānīdha bhūtāni samāgatāni
 bhummāni vā yāni va antalikkhe

Visos čia susirinkusios būtybės, gyvenančios ar tai žemėje, ar tai danguj,

sabbeva bhūtā sumanā bhavantu
athopi sakkacca suṇantu bhāsitam

visos jos te būna laimingos ir te atidžiai klausosi ką sakau.

tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe
mettam karotha mānusiyā pajāya

Tad, visos būtybės, dēmékitės, būkite geraširdiškos žmonėms,
divā ca ratto ca haranti ye balim
tasmā hi ne rakkhatha appamattā

kurie neša jums aukas dieną ir naktį. Už tai neužsimiršdami saugokite juos!

yam kiñci vittam idha vā huram vā
saggesu vā yam ratanam pañitam

Jokie turtai esantys čia ar kitur, ar rojų nuostabi brangenybė
na no samam atthi tathāgatena
idam pi buddhe ratanam pañitam

neprilygsta Tathagatai. Tai yra nuostabi brangenybė Budoje.

etena saccena suvatthi hotu

Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

khayam virāgam amatam pañitam
yadajjhagā sakyamunī samāhito

Aistrų užgesimas, išblėsimas, nemirštanti, nuostabi [Dhamma], kurią pasiekė susi-
telkęs Sakjų Išminčius,

na tena dhammena samatthi kiñci
idam pi dhamme ratanam pañitam

tai Dhammai neprilygsta niekas. Tai yra nuostabi brangenybė Dhammoje.

etena saccena suvatthi hotu

Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

**yaṁ buddha-setṭho parivaṇṇayī sucim
samādhim ānantari-kaññam āhu**

Tai, ką anksčiausias Buda gyré kaip tyrą, ką vadino sutelktimi čia pat duodančia vaisių,

**samādhinā tena samo na vijjati
idam pi dhamme ratanam pañitam**

nėra tai sutelkčiai nieko lygaus. Tai yra nuostabi brangenybė Dhammoje.

etena saccena suvatthi hotu

Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

**ye puggalā aṭṭha satam pasatthā
cattāri etāni Yugāni honti**

Šventujų giriamais aštuonių rūsių asmenybės sudaro keturias poras.

**te dakkhiṇeyyā sugatassa sāvakā
etesu dinnāni ma-happhalān'**

*Jie yra vertieji aukų Gerai Žengusiojo mokiniai. Tai, kas jiems dovanojama, neša di-
džius vaisius.*

**idam pi saṅghe ratanam pañitam
etena saccena suvatthi hotu**

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

ye suppayuttā manasā daļhena
nikkāmino gotama-sāsanamhi

Tie, kas neturi troškimų, rintai nusiteikę nuoširdžiai dirba pagal Gotamos paskleistą mokymą,

te pattipattā amataṁ vigayha
laddhā mudhā nibbutim bhuñjamānā

pasiekę tai, ko verta siekti, pasinérę į nemirtingają [nibbaną], mégaujas už dyką gauta atvésa.

idam pi saṅghe ratanam pañitam
etena saccena suvatthi hotu

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

yathindakhīlo pathavissito siyā
catubbhi vātehi asampakampiyo

*Su giliai įkasta kolona, kurios nepajudina keturių vėjų gūsiai,
tathūpamam sappurisam vadāmi
yo ariyasaccāni avecca passati*

 *Šakau, galima palyginti tą gerą žmogų, kuris savo akimis mato taurišias tiesas.*

idam pi saṅghe ratanam pañitam
etena saccena suvatthi hotu

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

ye ariya-saccāni vibhāvayanti
gambhīra-paññena sudesitāni

 *Kas aiškiai supranta taurišias tiesas, kurias gerai išdėstė Giliai Išmintingas,*

kiñcāpi te honti bhusam pamattā
na te bhavam atthamam ādiyanti

net jei ir būtu jie pernelyg nerūpe stingi, jie negims [nuo dabar] aštuntą kartą.

idam pi sāṅghe ratanam pañitam
etena saccena suvatthi hotu

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

sahāvassa dassana-sampadāya
tayassu dhammā jahitā bhavanti

Kai jiems atsiveria matymas, trys reiškiniai paliekami:

sakkāya-ditthī vicikicchitañ ca
sīlabbatam vāpi yadatthi kiñci

tapatumo pažiūra, abejonės ir bet koks prisirišimas prie ritualų ir apeigų.

catūhapāyehi ca vippamutto
chaccābhīthānāni abhabba kātum

Jiems negresia keturi nelaimingi pasauliai, jie negali padaryti šešių baisių nusikaltimų.

idam pi sāṅghe ratanam pañitam
etena saccena suvatthi hotu

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

kiñcāpi so kammarā karoti pāpakam
kāyena vācā uda cetasā vā

Net jei kūnu, žodžiais ar protu jie pasielgtų blogai,

abhabba so tassa paṭicchadāya
abhabbatā dittha-padassa vuttā

jie negali to nuslēpti, nes mačiusiems nibbaną būdingas nesugebējimas nuslēpti.

**idam pi saṅghe ratanāṁ pañītam
etena saccena suvatthi hotu**

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

**vana-ppagumbe yathā phussitagge
gimhānamāse paṭhamasmim̄ gimhe**

Su vasaros pirmajį mėnesį sužydejusi mišku

**tathūpamamā dhamma-varam adesayī
nibbāna-gāmim̄ paramam hitāya**

palygintinos, nuostabios, vedančios į nibbaną Dhammos Jis mokė visų aukščiausiai naudai.

**idam pi buddhe ratanāṁ pañītam
etena saccena suvatthi hotu**

Tai yra nuostabi brangenybė Budoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

**varo varaññū varado varāharo
anuttaro dhamma-varam adesayi**

Nuostabusis, Žinantis nuostabų, Duodantis nuostabų, Nešantis nuostabų mokė ne-prilygstamos nuostabios Dhammos.

**idam pi buddhe ratanāṁ pañītam
etena saccena suvatthi hotu**

Tai yra nuostabi brangenybė Budoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

**khīṇāṁ purāṇāṁ nava natthi sambhavam̄
viratta-cittāyatike bhavasmim̄**

*Sena [kamma] sunaikinta, o naujos nekuriamą. Jų širdžių nežavi nauji gimimai,
te khīṇabījā avirūḍhi-chandā
nibbanti dhīrā yathāyam padīpo*

jie yra sunaikinę séklas. Be noro augti jie užgesta kaip šita pati lempa.

*idam pi saṅghe ratanam pañitam
etenā saccena suvatthi hotu*

Tai yra nuostabi brangenybė Sangoje. Būkite apsaugoti šios tiesos galia!

*yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antalikkhe*

*Visos čia susirinkusios būtybės, ar tai žemės, ar tai dangaus,
tathāgataṁ devamanussa-pūjitam
buddham namassāma suvatthi hotu*

pagerbkime taip apibūdintq, dievybių ir žmonių garbinamą Budą. Būkite tuo apsaugoti!

*yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antalikkhe*

*Visos čia susirinkusios būtybės, ar tai žemės, ar tai dangaus,
tathāgataṁ devamanussa-pūjitam
dhammāni nama-ssāma suvatthi hotu*

pagerbkime taip apibūdintq, dievybių ir žmonių garbinamą Dhammą. Būkite tuo apsaugoti!

*yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antalikkhe*

Visos čia susirinkusios būtybės, ar tai žemės, ar tai dangaus,
tathāgatam devamanussa-pūjitam
saṅgham **nama-ssāma** suvatthi **hotu**

pagerbkime taip apibūdintą, dievybių ir žmonių garbinamą Sanghą. Būkite tuo ap-saugoti!

Karanīyamettā Sutta

Sutta apie geraširdiškumą

karaṇīyam-attha-kusalena || yantam santam padam
abhisamecca || sakko ujū ca suhujū ca || suvaco c'assa
mudu anatmānī

*Tai turėtų daryti tas, kuris turi prasmingą īgūdžių ir supranta apie tą ramybės būvį
abaną). Būdamas gebančiu, tiesiaširdžiu, atviru, nuolankiu, lanksčiu ir nepasi-pūtusiu,*

santussako ca subharo ca || appakicco ca sallahuka-
vutti || santindriyo ca nipako ca || appagabbho ku-
lesu ananugiddho

Jereikliu, neapsunkinančiu aplinkinių, ne per daug užsiėmusiu ir gyvenančiu leng-vai; Su nurimusiomis juslēmis, praktišku, nežūliu, bei nenunešamu minios jausmu, na ca khuddam samācare kiñci || yena viññū pare upavadeyyum || sukhino vā khemino hontu || sabbe sattā bhavantu sukhitattā

Is turėtų vengti bet kokio, kad ir nežymaus, išmintinguju smerkiamo elgesio. „Tegul visos būtybės būna sveikos ir saugios, tegul visos būtybės būna laimingos!

ye keci pāṇa-bhūtatthi || tasā vā thāvarā vā anavasesā
|| dīghā vā ye mahantā vā || majjhimā rassakā aṇuka-thūlā

4.6. KARANĪYAMETTĀ SUTTA

Kad ir kokios gyvos būtybės, silpnos, ar tvirtos - be jokių išimčių; kad ir ilgos ar milžiniškos, vidutinio ilgio, ar trumpos, smulkutes ar didelės,

**diṭṭhā vā ye ca adiṭṭhā || ye ca dūre vasanti avidūre
|| bhūtā vā sambhavesī vā || sabbe sattā bhavantu
sukhitattā**

Matomos ar nematomos, tolimos ar artimos, ar gimusios, ar dar gimsiančios, tegul visos būtybės būna laimingos!

**na paro param nikubbetha || nātimaññetha kattha
ci nam kiñci || byārosanā paṭīgha-saññā || nāññam-
aññassa dukkham-iccheyya**

Tegul niekas kito neapgaudinėja, tegul niekas nieko nežemina niekur, bei dėl pykčio ir neapykantos apimto proto niekas nelinki kitam blogo!"

**mātā yathā niyam̄ puttam̄ || āyusā eka-puttam-anu-
rakkhe || evam-pi sabba-bhūtesu || mānasam bhāva-
ye aparimāṇam̄**

Kaip mama saugotų vaiką, vienintelį vaiką, kad ir savo gyvybės kaina, lygiai taip, tegul jis vysto beribę protą visų gyvujų būtybių atžvilgiu.

**mettañ-ca sabba-lokasmim̄ || mānasam bhāvaye apa-
rimāṇam̄ || uddham̄ adho ca tiriyañ-ca || asambādham̄
averam̄ asapattam̄**

Tegul vysto jis begalinį širdies gerumą visą pasaulį aprepiantį, į viršų, žemyn, aplink, be ribų, be neapykantos, be priešiškumo.

**tiṭṭhañ-caram̄ nisinno vā || sayāno vā yāvatassa vigata-
middho || etam̄ satim̄ adhiṭṭheyya || brahmam-etam̄
vihāram̄ idham-āhu**

Ir stovėdamas, ir eidamas, ir sėdėdamas, ir gulėdamas, iki kol neapsnūsta, te jis ryžtasi būti su tokia atida - tai šiame mokyme vadinama dieviškaja buveine

ditṭhiñ-ca anupagamma || sīlavā dassanena sampanno
|| kāmesu vineyya gedham || na hi jātu gabbha-seyyam
punaretīti

Be klaidingų pažiūrų, dorovingas, turintis tikros ižvalgos, atsikratęs prisirišimo prie juslinių malonumų, nebeužgims jis moters įsciose.

Khandha Paritta

Apsauga nuo įvairių būtybių grupių

virūpakkhehi me mettam || mettam erāpathehi me
|| chabyā-puttehi me mettam || mettam kanhā-gota-
makehi ca

Turiu geranoriškumo Virupakhai, Erapathai, geranoriškumo Čabijai palikuonims ir juodiesiems Gotamakams.

apādakehi me mettam || mettam di-pādakehi me ||
catuppadehi me mettam || mettam bahuppadehi me

Esu geraširdis bekojėms būtybėms, dvikojėms būtybėms, geraširdis keturkojams ir daugiapédėms būtybėms.

mā mam apādako himsi || mā mam himsi di-pādako
|| mā mam catuppado himsi || mā mam himsi bahu-
ppado

Tegul bekojės būtybės, dvikojės būtybės man nieko blogo nedaro. Tegul keturkojės ir daugialypės būtybės man nekenkia.

sabbe sattā sabbe pāṇā || sabbe bhūtā ca kevalā ||
sabbe bhadrāni passantu || mā kiñci pāpam āgamā

Tegul visos būtybės, visi kvépuojantys padarai, visos gyvastys - kiekviena ir kiekvienas - sulaukia laimės. Tegul né viena iš jų nepatiria nieko blogo.

* appamāṇo buddho || appamāṇo dhammo || appamāṇo saṅgho

Neaprēpiamas yra Buda, neaprēpiama yra Dhamma, neaprēpiama yra Saṅgha.

pamāṇa-vantāni sirim-sapāni || ahi vicchikā sata-padī uṇṇānābhī sarabū mūsikā

Aprēpiami yra ropojantys padarai - gyvatės, skorpionai, šimtakojai, vorai, driežai ir žiurkės.

katā me rakkhā katā me parittā || paṭikkamantu bhū-tāni || so'ham̄ namo bhagavato || namo sattannam̄ sammā-sambuddhānam̄

Sukūriau šią apgintį, sukūriau šią apsaugą. Tegul būtybės iškeliauja. Pagarbiu Palaimintąjį, pagarbiu septynis tobulai pabudusiu 

Mora Paritta

Povo apsauga

udetayañ-cakkhumā eka-rājā || harissa-vanṇo paṭhavi-ppabhāso || tam tam namassāmi || harissa-vanṇam̄ paṭhavippabhāsam̄ || tay'ajja guttā viharemu divasam̄

Kyla regėjimą suteikiantis Vienintelis karalius, jis yra aukso spalvos, apšviečia žemę, todėl pagerbiu auksaspalvį, apšviečiantį žemę. Tavęs šiandien saugomas, teišgyvenu šią dieną!

ye brāhmaṇā vedagu sabba-dhamme || te me namo te ca mam̄ pālayantu || namatthu buddhānam̄ namatthu bodhiyā || namo vimuttānam̄ namo vimutti-yā

Tie brahmanai, kurie yra visų tiesų žinovai, jiems atiduodu pagarbą, tesaugo jie mane. Pagarba pabudusiems. Pagarba pabudimui. Pagarba išsilaisvinusiems. Pagarba išsilaisvinimui.

imam̄ so parittam̄ katvā || moro carati esanā

Atlikus šią apsaugą, povas leidžiasi į maisto paieškas.

apetayañ-cakkhumā eka-rājā || harissa-vanñō paṭha-vippabhāso || tam̄ tam̄ namassāmi || harissa-vanñnam̄ paṭhavippabhāsam || tay’ajja guttā viharemu rattim̄

Leidžiasi regėjimą suteikiantis Vienintelis karalius, jis yra aukso spalvos, apšviečia žemę, todėl pagerbiu auksaspalvį, apšviečiantį žemę. Tavės šiandien saugomas, teišgyvenu šią naktį!

ye brāhmaṇā vedagu sabba-dhamme || te me namo te ca mām pālayantu || namatthu buddhānam̄ namatthu bodhiyā || namo vimuttānam̄ namo vimutti-yā

Tie brahmanai, kurie yra visų tiesų žinovai, jiems atiduodu pagarbą; tesaugo jie mane. Pagarba pabudusiems, pagarba pabudimui. Pagarba išsilaisvinusiems. Pagarba išsilaisvinimui.

imam̄ so parittam̄ katvā || moro vāsam akappayīti

Sukūrės šią apsaugą, povas susisuko lizdą.

Vatātaka paritta

Putpelėlės apsauga

atthi loke sīla-guṇo || saccam̄ soceyy’anuddayā || tena saccena kāhāmi || sacca-kiriyam-anuttaram̄

Šiame pasaulyje esti tokiu dorybių kaip dorovė, teisumas, tyrumas, švelnumas. Vadovaudamas šia tiesa ištariu neprilygstanq tiesą.

āvajjītvā dhamma-balāṁ || saritvā pubbake jīne ||
sacca-balām-avassāya || sacca-kiriyam-akāsa'ham

Jausdamas Dhammos galią, prisimindamas praeities nugalėtojus ir pasikliaudamas tiesos galia, ištariau tiesą:

santi pakkhā apattanā || santi pādā avañcanā ||
mātā pitā ca nikkhantā || jāta-veda paṭikkama

„Čia yra sparnai be plunksnu, čia yra kojos, kurios negali vaikščioti. Mama ir tėvas paliko mane. Ugnie, atsitrauk!”

saha sacce kate mayham || mahāpajjalito sikhī || va-
jjesi solasa karīsāni || udakam patvā yathā sikhī ||
saccena me samo n'atthi || esā me sacca-pāramīti

Kai ištariau tiesą, šešesdešimt keturiuose aruose aplink mane didieji liepsnos liežuviai buvo sulaikyti, tarsi jie būtų priartėję vandens telkinio. Mano tiesai nėra lygių: toks yra mano tiesos tobulumas.

Bojjhaṅga paritta

Apsauga nušvitimo veiksniai

bojjhaṅgo sati-saṅkhāto || dhammānam vicayo ta-
thā || viriyam-pīti-passaddhi-|| bojjhaṅgā ca tathā-
pare || samādh'upekkha-bojjhaṅgā || satt'ete sabba-
dassinā || muninā sammadakkhātā || bhāvitā bahu-
likatā || saṁvatanti abhiññāya || nibbānāya ca bod-
hiyā || etena sacca-vajjena || sotthi te hotu sabbadā

Nušvitimo veiksniai apima atidq, reiškinių tyrinėjimq, uolumq, palaimq ir ramybę, taip pat sutelktj ir lygiažiūrą. Šie septyni, kurių teisingai moké Visažinis Išminčius, išvystyti ir subrendę padeda pasiekti aukštesnį žinojimq, išsivadavimq ir Pabudimq. Dél šios tiesos ištarimo tebūnate visad gerovėje.

ekasmim samaye nātho || moggallānañ-ca kassapam || gilāne dukkhite disvā || bojjhaṅge satta desayi || te ca tam abhinanditvā || rogā mucciṁsu tam khaṇe || etena sacca-vajjena || sotthi te hotu s¹badā

Kartą mūsų globėjas, matydamas, kad Moggalana ir Kasapa serga ir kenčia, moké juos septynių nušvitimo veiksnii. Jie, džiaugdamiesi tuo, akimirksniu išsivadavo iš ligos. Dél šios tiesos ištarimo tebūnate visad gerovėje.

ekadā dhamma-rājā-pi || gelaññenābhipīlito || cunda-ttherena taññeva || bhañāpetvāna sādaram || sammo-ditvā ca ābādhā || tamhā vuṭṭhāsi ṭhānaso || etena sacca-vajjena || sotthi te hotu sabbadā

Kartą, kai Dhammos karalių kankino karštinė, jis liepė vyresniajam vienuoliui Kundai su atsidavimu deklamuoti tą patį mokymq. Jam pritaręs, jis tuo pat pakilo iš tos ligos. Dél šios tiesos ištarimo tebūnate visad gerovėje.

pahīnā te ca ābādhā || tiṇṇannam-pi mahesinam || maggāhata-kilesā va || patānuppatidhammatam || etena sacca-vajjena || sotthi te hotu sabbadā

Tu trijų didžiujų išminčių ligos buvo pašalintos, lygiai taip pat, kaip nešvarumai yra naikinami Kelyje, žinksnis po žinksnio. Dél šios tiesos ištarimo tebūnate visad gerovėje.

Abhaya paritta

Apsauga nuo pavojaus

yan-dunnimitam̄ avamaṅgalañ-ca || yo cāmanāpo sa-
kuṇassa saddo || pāpaggaho dussupinam̄ akantam̄ ||
buddhānubhāvena vināsamentu

Kad ir kokie būtų nelaimingi ženklai ir blogos pranašystės, ir bet kokie nerimq keliantys paukščių šauksmai, piktos planetos, blogi košmarai: Budos galia jie tebūnie sunaikinti.

yan-dunnimitam̄ avamaṅgalañ-ca || yo cāmanāpo sa-
kuṇassa saddo || pāpaggaho dussupinam̄ akantam̄ ||
dhammānubhāvena vināsamentu

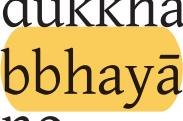
Kad ir kokie būtų nelaimingi ženklai ir blogos pranašystės, ir bet kokie nerimq keliantys paukščių šauksmai, piktos planetos, blogi košmarai: Dhammos galia jie tebūnie sunaikinti.

yan-dunnimitam̄ avamaṅgalañ-ca || yo cāmanāpo sa-
kuṇassa saddo || pāpaggaho dussupinam̄ akantam̄ ||
saṅghānubhāvena vināsamentu

Kad ir kokie būtų nelaimingi ženklai ir blogos pranašystės, ir bet kokie nerimq keliantys paukščių šauksmai, piktos planetos, blogi košmarai: Sanghos galia jie tebūnie sunaikinti.

Devatāyuyyojana Gāthā

Išlydėjimas Dévybių namo

dukkhappattā ca niddukkhā || bhayappattā ca ni-
 bbhayā || sokappattā ca nissokā || hontu sabbe'pi pāni-
no

Tegul visos būtybės: kurios yra pasinérusios į kančią, liktų be kančios, patekusios į pavojų, būtų pavojaus, patiriančios sielvartą, nebeturėtų sielvarto.

**ettāvatā ca amhehi || sambhataṁ puñña-sampadāṁ
|| sabbe devānumodantu || sabba-sampatti-siddhiyā**

Tegul visos dangaus būtybės gėrisi mūsų atliktais nuopelnais, pagal tai, kiek jų su-kaupėme.

**dānam dadantu saddhāya || sīlam rakkhantu sabba-
dā || bhāvanābhiratā hontu || gacchantu devatāgatā**

Tegul jie dovanoja dovanas su vidiniu pasitikėjimu ir visada išlaiko savo dorovę. Tegul jie megaujas meditacija. Tekeliauja į dangiškajį pasaulį.

**sabbe buddhā balappattā || paccekānañ-ca yam ba-
lam || arahantānañ-ca tejena || rakkham bandhāmi
sabbaso**

visų Budų pasiekto stiprybės, Pačėka Budų stiprybės ir Arahantų didybės dėka, šią apsaugą užtvirtinu visur aplinkui.

Apmąstymai

Penki faktai dažnam apmąstymui

jarā-dhammo (MOTERYS: -ā) mhi jaram anatīto (MOTERYS: -ā)

„*Man būdinga senti, nejveikiau senėjimo.*”

byādhi-dhammo(-ā) mhi byādhim anatīto(-ā).

„*Man būdinga sirgti, nejveikiau ligų.*”

maraṇa-dhammo(-ā) mhi maraṇam anatīto(-ā).

„*Man būdinga mirti, nejveikiau mirties.*”

sabbehi me piyehi manāpehi nānā-bhāvo vinā-bhāvo.

„*Visa tai, kas man brangu ir miela, turēsiu palikti, iš-siskirti su tuo.*”

kammassako(-ā) mhi kamma-dāyādo(-ā) kamma-yoni kamma-bandhu kamma-paṭisarano(-ā).

Esu veiksmų savininkas(-é), veiksmų įpėdinis(-é), gimiau iš savo veiksmų, veiksmai yra mano giminės, veiksmai yra mano prieglobstis.

yam kammaṁ karissāmi, kalyāṇam vā pāpakaṁ vā,
tassa dāyādo(-ā) bhavissāmi.

*Kokius veiksmus atlieku - ar dorus, ar nedorus - to ir
būsiu īpēdinis(-ē)."*

evam amhehi abhiñham paccavekkhitabbam.

Turētume tai dažnai apmāstyti.

Tauriosios Tiesos

Kas nesupranta kančios,
kančios kilimo ir, kur ji visiškai liaujasi,
kas nesupranta kelio,
vedančio į kančios nurimimą,
jų protas neišsilaisvinės,
jie neišsilaisvinę išmintimi.

Negeba jie padaryti kančiai galą,
grįš tikrai gimb ir senti jie.

Kas gi supranta kančią,
kančios kilimą ir, kur ji visiškai liaujasi,
kas supranta kelią,
vedantį į kančios nurimimą,
jų protas išsilaisvinės,
jie išsilaisvinę išmintimi.

Geba jie padaryti kančiai galą,
niekad negriš gimb ir senti jie.

Apmāstymai panaudojus būtinybes

ajja mayā apaccavekkhitvā yam cīvaram paribhuttam,

*Bet kokie apdarai, kuriuos šiandien naudojau neapmāstes,
tam yāvadeva sītassa patighātāya,
jie tik tam, kad apsiginčiau nuo šalčio,
uṇhassa patighātāya,
apsiginčiau nuo karščio,
ḍam̄sa-makasa-vātātapa-sirim̄sapa-samphassānam
paṭighātāya,
kad apsiginčiau nuo sālyčio su musēmis, uodais, vēju, saule ir ropliais,
yāvadeva hirikopina-paṭicchādanattham.*

ajja mayā apaccavekkhitvā yo piñdapāto paribhutto,

*Bet koks paaukotas maistas, kurį šiandien naudojau neapmāstes,
so neva davāya na madāya na manḍanāya na vibhū-
sanāya,
jis ne pramogai, ne malonumui, ne grožio ar patrauklumo puoselėjimui,
yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā yāpanāya vihim̄su-
paratiyā brahma-cariyānuggahāya,
tai tik tam, kad kūnas būtų tvirtas ir sveikas, kad numalšinčiau alkį ir palaikyčiau
šventą gyvenimą.
iti purāṇañ-ca vedanam paṭihaṅkhāmi navañ-ca ve-
danam na uppādessañmi,*

5.3. APMĀSTYMAI PANAUDIOJUS BŪTINYBES

Taip panaikinsiu seną (alkio) jausmą ir nesukelsiu naujo (persivalgymo) jausmo, yātrā ca me bhavissati anavajjatā ca phāsu-vihāro cāti.

ir dėl to negausiu priekaištų bei gyvensiu lengvai.

ajja mayā apaccavekkhitvā yam senāsanam paribhuttam,

Bet koks būsas, kurį šiandien naudojau neapmāstęs,
tam yāvadeva sītassa paṭighātāya,

jis tik tam, kad apsiginčiau nuo šalčio

uṇhassa paṭighātāya,

apsiginčiau nuo karščio,

ḍamṣa-makasa-vātātapa-sirim̄sapa-samphassānam
paṭighātāya,

kad apsiginčiau nuo sālyčio su musēmis, uodais, vēju, saule ir ropliais,
yāvadeva utuparissaya-vinodanam paṭisallānārāma-ttham.

kad apsisaugočiau nuo blogo oro ir mégaučiausi vienuma.

ajja mayā apaccavekkhitvā yo gilāna-paccaya-bhesajja-parikkhāro paribhutto,

Bet kokie vaistais ir sergančiojo būtinybės, kuriuos šiandien naudojau neapmāstęs,
so yāvadeva uppannānam veyyābādhikānam vedanānam paṭighātāya,

jie tik tam, kad apsisaugočiau nuo kilusių varginančių pojūčių ir
abyāpajjha-param atāyāti.

kad pagerinčiau sveikatą.

Gerašidiškumas ir nuopelnų paskyrimas

Gerašidiškumo skleidimas

aham sukhito homi

Tegyvenu laimingai,

niddukkho homi

tebūnu laisvas nuo kančių,

avero homi

tebūnu taikus,

abyāpajjho homi

tebūnu sveikas,

anīgho homi

tebūnu ramus,

sukhī attānam pariharami

tebūnu laiminas ir rūpinuosi savimi.

sabbe sattā sukhitā hontu

Te visos būtybės gyvena laimingai,

sabbe satta averā hontu

te visos būtybės būna taikios,

sabbe sattā abyāpajjhā hontu

te visos būtybės būna sveikos,

sabbe sattā anīghā hontu

te visos būtybės būna ramios,

sabbe sattā sukhīattānam parihaarantu

te visos būtybės būna laimingos ir rūpinasi savimi.

sabbe sattā sabbadukkhā pamuccantu

Te visos būtybės išsilaisvina iš visų skausmų.

sabbe sattā laddha-sampattito mā vigacchantu

Te visos būtybės nepraranda īgyto labo.

**sabbe sattā kammassakā kamma-dāyādā kamma-yonī
kamma-bandhū kamma-paṭisaraṇa**

Visos būtybės yra savo veiksmų savininkės, veiksmų įpėdinės, jos gimė iš savo veiksmų, veiksmai yra jų giminės, veiksmai yra jų prieglobstis.

**yam kammam karissanti, kalyāṇam vā pāpakam vā,
tassa dāyādā bhavissanti.**

Kad ir kokius veiksmus jos atliktų - gerus ar blogus - jos bus to įpėdinės.

* * *

Geraširdiškumo giesmė

Te visos būtybės, visos esybės,
visi padarai, visi asmenys,
visos atskiroasmenybės,
visos moterys, visi vyrai,
visi taurieji, visi nepasiekę taurumo,
visos dievybės, visi žmonės,
visi puolę į žemesnius pasaulius

būna taikūs, būna sveiki,
būna ramūs, rūpinasi savimi,
būna laimingi, išsilaisvina nuo skausmų,
nepraranda įgyto labo,
jie yra savo veiksmų šeimininkai.

Į rytus, į vakarus,
į šiaurę, į pietus,
į pietryčius, į šiaurės vakarus,
į šiaurės rytus, į pietvakarius,
žemyn ir aukštyn

Te visos būtybės, visos esybės,
visi padarai, visi asmenys,
visos atskiroasmenybės,
visos moterys, visi vyrai,
visi taurieji, visi nepasiekę taurumo,
visos dievybės, visi žmonės,
visi puolę į žemesnius pasaulius

būna taikūs, būna sveiki,
būna ramūs, rūpinasi savimi,
būna laimingi, išsilaisvina nuo skausmų,

nepraranda įgyto labo,
jie yra savo veiksmų šeimininkai.

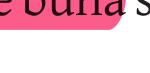
Žemyn nuo aukščiausio pasaulio ir viršun nuo žemiausio pragaro

 visoje visatoje sausumoj gyvenačios būtybės
 te būna sveikos, būna taikios, būna be skausmų, būna saugios.

Žemyn nuo aukščiausio pasaulio ir viršun nuo žemiausio pragaro

 isoje visatoje vandeny gyvenačios būtybės
 te būna sveikos, būna taikios, būna be skausmų, būna saugios.

Žemyn nuo aukščiausio pasaulio ir viršun nuo žemiausio pragaro

 isoje visatoje ore gyvenačios būtybės
 te būna sveikos, būna taikios, būna be skausmų, būna saugios.

* * *

Sabba-patti-dāna Gāthā

Nuopelnų paskyrimo eilės

puññass'idāni katassa || yān'aññāni katāni me
tesañ-ca bhāgino hontu || sattānantāppamāṇakā

Te visos, nesuskaičiuojamos būtybės gauna mano dabar ir anksčiau sukauptų nuopelų.

ye piyā gunavantā ca || mayham mātā-pitādayo
diṭṭhā me cāpyadiṭṭhā vā || aññe majjhatta-verino

Tegul tie, kas man mieli ir geri, mano tévai ir kiti, visi, ką esu matęs ir ko nemačiau, taip pat kurie nerūpi ar priešiški man,

sattā titthanti lokasmim || te-bhummā catu-yonikā
pañc'eka-catuvokarā || samsarantā bhavābhave

*šiame pasaulyje, trijose sferose gyvenančios būtybės, keturiais būdais gimstančios,
turinčios keturis ar penkis sandus, keliaujančios per samsarą,*

ñātam ye pattiñānam-me || anumodantu te sayam
ye c'imam nappajānanti || devā tesam nivedayum

tie, kurie žino, apie mano nuopelnus, tepradžiunga patys, o tiems kurie nežino, te-praneša dievybės.

mayā dinnāna-puññānam || anumodana-hetunā
sabbe sattā sadā hontu || averā sukha-jīvino

*Dél džiaugimosi mano nuopelnu paskyrimo, te visos būtybės visad būna taikios ir
gyvena laimingai,*

khemappadañ-ca pappontu
tesāsā sijhatam subhā

tepasiekia saugią būseną, ir teišsipildo jų gražus norai!

sabbe sattā sadā hontu || averā sukha-jīvino

Te visos būtybės visad būna taikios ir gyvena laimingai.

katam puññam phalam mayham
sabbe bhāgī bhavantu te

Te visi gauna mano veiksmais sukauptų nuopelnų vaisių!

Geraširdiškumo eilės

buddham mettam cittam mama buddha-
buddhānubhāvena

Beribe Budos geraširdiškumo galia

dhammāṁ mettam cittaṁ mama dhamma-
dhammānubhāvena

Beribe Dhammos geraširdiškumo galia

saṅgham mettam cittaṁ mama saṅgha-
saṅghānubhāvena

Beribe Sanghos geraširdiškumo galia

appamāṇo buddho || appamāṇo dhammo ||
appamāṇo saṅgho

Buda, Dhamma ir Sangha neturi ribu.

mettañ ca sabbalokasmim || manasam bhāvaye
aparimāṇam || uddham adho ca tiriyañ ca ||
asambādham averam asapattam

*Su gerumu visam kosmosui, lavinkite beribę širdį, į viršų, į apačią ir visur aplinkui,
be trukdžių, piktavališkumo ar neapykantos.*

dukkhappattā ca niddukkhā || bhayappattā ca nib-
bhayā || sokappattā ca nissokā || hontu sabbe pi pāṇi-
no

*Te visos būtybės susidūrusios su kančia nebekenčia, susidūrusios su pavoju būna
saugios, susidūrusios su liūdesiu nebeliūdi.*

sàp pá túk sàp pá sòhk sàp pá rôhk sàp pá pai || sàp
pá krór sà nìiat jan rai wí wan chai yay || sabbadha-
nam sabbalābhām bhavantu te || rakkhantu surak-
khantu

*Te visos kančios, liūdesiai, ligos, pavojai, nesekmės ir bėdos pranyksta. Te gaukite
gausiai turtų ir pelno. Te Budos, Dhammos ir Saṅghos galia saugo jus visada.*

sabbe sattā averā abyāpajjhā anīghā || sukhlī attānam
pariharantu

Te visos būtybės būna taikios, sveikos, ramios, laimingos ir rūpinasi savimi.

Nuopelnų paskyrimas

Visus savo sukauptus nuopelnus ir gerumą skirių visoms be išimties jaučiančioms būtybėms, bendrakeleivėms samsasroje, su kuriomis patiriame kančią, gimimą, senatvę, ligas ir mirtį, gyvenančioms visose egzistencijos sferose ir pasaulio sistemoje, arti ar toli, visomis kryptimis, neaprēpiamoje, neišmatuojamoje erdvėje; žmogiškoms ir nežmogiškoms būtybėms, dėvoms, Indrai, Brahmai, Jamai, jakhams, nagams, garudams, gandabams, visoms gyvoms būtybėms, priešininkams, kuriems pakenkiau praeityje, ankstesniuose gyvenimuose iki dabartinio, kūnu, kalba ar protu, sąmoningai ar nesąmoningai, dėl neatsargumo ar neišmanymo. Prašau visų šių būtybių atleidimo ir besąlygiškai atleidžiu visiems, kurie pakenkė man anksstesniuose ar šiame gyvenime.

Skirių nuopelnus tiems, kurie suteikė keturias būtinybes: maistą, pastogę, drabužius ir vaistus, ir toms būtybėms, kurios paukojo savo gyvybes ir aukojo savo kūną ir kraują kaip maistą kiekviename gyvenime iki šio.

Tegul visos būtybės atleidžia viena kitai ir atsisako bet kokio priešiškumo ir piktumo. Tegul jos išsivaduoja iš visų kančių ir nelaimių ir išsivaduoja iš visų nelaimingų būties sferų. Tegul jos lavina atidą, sutelktį ir išmintį, teisingą požiūrį ir tikrajį žinojimą. Tegul nuo šios akimirkos jos visiškai panaikina kladinį požiūrį, neišmanymą, teršalus, troškimą ir prisirišimą.

Priesakai

Penki priesakai

Priesakų ir prieglobsčio prašymas

aham ayye/bhante tisarañena saha pañcasilam
dhammam yācāmi anuggaham katvā sīlam detha me
ayye/bhante

*Garbioji/Garbusis, aš prašau penkių dorovės priesakų kartu su trilypiu prieglobsčiu.
Būk maloni(-us), garbioji/garbusis, suteiki man dorovės [priesakus].*

Mokytoja(s): yam aham vadāmi tam vadetha

Kartokite tai, ką aš sakau.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

Prieglobsčio priėmimas

namo tassa bhagavato arahato
sammāsambuddhassa (3 kartus)

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai nušvitusiam.

buddham sarañam gacchāmi

Priimu Budą savo prieglobsčiu.

dhammāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Priimu Dhammā savo prieglobsčiu.

saṅghāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Priimu Saṅghā savo prieglobsčiu.

dutiyāṁ pi buddhamāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Antrākart, priimu Budā savo prieglobsčiu.

dutiyāṁ pi dhammāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Antrākart, priimu Dhammā savo prieglobsčiu.

dutiyāṁ pi saṅghamāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Antrākart, priimu Saṅghā savo prieglobsčiu.

tatiyāṁ pi buddhamāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Trečiākart, priimu Budā savo prieglobsčiu.

tatiyāṁ pi dhammāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Trečiākart, priimu Dhammā savo prieglobsčiu.

tatiyāṁ pi saṅghamāṁ saraṇāṁ gacchāmi

Trečiākart, priimu Saṅghā savo prieglobsčiu.

Mokytoja(s): tisaraṇagamanāṁ paripunnam

Prieglobsčio priémimas įvyko.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

Penki priesakai

1. pāṇātipātā veramañī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo žudymo.

2. adinnādānā veramañī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo savinimosi to, kas neduota (vogimo).

3. kāmesumicchācārā veramañī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo ištvirkavimo.

4. musāvādā veramañī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo netiesos sakymo (melagystės).

5. surāmerayamajjapamādaṭṭhānā veramañī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo alaus, vyno, alkoholio ir kitų svaigalų.

idam me puññam āsavakkhayāvaham hotu

Tegul šis geras veiksmas atneša ydū panaikinimą!

idam me sīlam nibbānassa paccayo hotu

Tegul ši dorovė būna nibbanos [pažinimo] priežastimi.

Mokytoja(s): tisaranena saha pañcasilam dhammam sādhu-kam katvā appamādena sampādetha

Kartu su trilypiu prieglobsčiu tinkamai priemę penkis dorovės priesakus, stropiai siekite tikslą.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

Aštuoni priesakai

Priesakų ir prieglobsčio prašymas

aham ayye/bhante tisarañena saha atthaṅga-samannāgatam uposathasīlam dhammam yācāmi anuggaham katvā sīlam detha me ayye/bhante

Garbioji/Garbusis, aš prašau aštuonių uposathos dorovés priesakų kartu su trilypiu prieglobsčiu. Būk maloni(-us), garbioji/garbusis, suteiki man dorovés [priesakus].

Mokytoja(s): yam aham vadāmi tam vadetha

Kartokite tai, ką aš sakysiu.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

Prieglobsčio priėmimas

namo tassa bhagavato arahato
sammāsambuddhassa (3 kartus)

Pagarba Palaimintajam, arahantui, tobulai nušvitusiam.

buddham saraṇam gacchāmi

Priimu Budą savo prieglobsčiu.

dhammam saraṇam gacchāmi

Priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

saṅgham saraṇam gacchāmi

Priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

dutiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Antrąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi buddham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Budą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi dhammam saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Dhammą savo prieglobsčiu.

tatiyam pi saṅgham saraṇam gacchāmi

Trečiąkart, priimu Sanghą savo prieglobsčiu.

Mokytoja(s): tisaraṇagamanam paripunnam

Prieglobsčio priėmimas įvyko.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

Aštuoni priesakai

1. pāñātipātā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo žudymo.

2. adinnādānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo savinimosi to, kas neduota (vogimo).

3. abrahmacariyā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo sekso.

4. musāvādā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo netiesos sakymo (melagystės).

5. surāmerayamajjapamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo alaus, vyno, alkoholio ir kitų svaigalių.

6. vikālabhojanā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo valgymo netinkamu laiku.

7. nacca-gīta-vādita-visūkadassanā mālā-gandha-vilepana-dhāraṇa-maṇḍana-vibhūsanatṭhānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo šokių, dainų, muzikos ir kitų pramogų, vėrinių ir papuošalų dévējimo, bei kvepalų ir kosmetikos naudojimo.

8. uccāsayana-mahāsayanā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi

Aš įsipareigoju susilaikyti nuo miegojimo aukštose ir didelėse lovose.

idam me puññam āsavakkhayāvaham hotu

Tegul šis geras veiksmas atneša ydų panaikinimą.

idam me sīlam nibbānassa paccayo hotu

Tegul ši dorovė būna nibbanos [pažinimo] priežastimi.

Mokytoja(s): tisaraṇena saha atthaṅgasamannāgataṁ uposathasīlam dhammam sādhukam katvā appamādena sampāde-tha

Kartu su trilypiu prieglobsčiu tinkamai priemę aštuonis uposathos dorovės priesakuskartu stropiai siekite tikslą.

visi: ama ayye/bhante

Taip, garbioji/garbusis.

