

NAMO BUDDHĀYA  
NAMO DHARMĀYA  
NAMO SAṄGHĀYA  
NAMO NAMAḤ  
OM  
ĀḤ  
HŪM

## Seitsmekordne puudža

### I Austamine

Mandaarava lilli, siniseid lootoseid ja jasmiine,  
kõiki kauneid ja hõrgulõhnalisi lilli  
ning võluvalt põimitud vanikuid tuues  
austan tarkadest suurimaid,  
austuse väärilisi.

Mähin nad viirukipilvedesse,  
lõhnavaisse ja kõikjaletungivaisse,  
kostitan neid maitsvate roogade  
ja kosutavate jookidega.

Kuldlootostega kaunistatud,  
kalliskividega ülekülvatud laternad  
toon ma nende ette.  
Lõhnastatud mosaiikpõrandaile  
laotan imelisi õisi.

OM MAṆI PADME HŪM  
(Avalokitešvara mantra)

### II Tervitus

Nii palju, kui on aatomeid  
miljardites maailmades,  
nii palju kordi tervitan austades  
kõigi ajastute buddhasid,  
imepärasest õpetust  
ja väärtuslikku kogudust.

Tervitan kõiki pühakodasid  
ja paiku, kus on viibinud bodhisattvad.  
Sügavalt kummardades tervitan õpetajaid  
ja kõiki, kes austavat tervitust väärivad.



### III Kolme kaitse alla minemine

Just täna lähen ma varjupaika  
võimsate kaitsjate juurde,  
kes valvavad maailmakõiksust,  
võimsate võitjate juurde,  
kes võidavad kannatuse kõikjal.

Kogu südamega lähen varjupaika õpetusse,  
mida nad on kuulutanud  
kaitseks taassündide ringkäigu vastu.  
Samuti võtan ma oma kaitsjateks  
bodhisattvate väed.

### Kolme kaitse alla minemine ja juhendid

namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa  
namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa  
namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

dutyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
dutyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
dutyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

tatiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
tatiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
tatiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

### Viis juhendit eitavas sõnastuses

pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
kāmesu micchāchārā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
surāmeraya majja pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi

### SĀDHU SĀDHU SĀDHU

### Viis juhendit jaatavas sõnastuses

Heategudega puhastan oma keha.  
Lõpmatu heldusega puhastan oma keha.  
Selguse, lihtsuse ja rahuloluga puhastan oma keha.  
Tõe kõnelemisega puhastan oma kõne.  
Kirka ja sädeleva tähelepanelikkusega puhastan oma meele.

## IV Vigade tunnistamine

Tunnistan kaitsjaile üles eksimused,  
sündinud teadmatuses ja rumalusest,  
ja pahatahtlikkuse igapäevases elus,  
samuti vead mõistmises ja arusaamises.

Seistes nende ees,  
peopesad rinnal kokku surutud  
ja kannatusest kohutatud,  
kummardan üha uuesti.

Võtku teenäitajad mu kahetsus heatahtlikult vastu  
just sellisena, nagu see on,  
koos kõigi puudustega.  
Oo kaitsjad,  
seda, mis on halb,  
ma enam ei tee.

## V Pälvimuste üle rõõmustamine

Rõõmustan heade tegude üle,  
mida kõik olendid on teinud  
ja mille läbi nad on saavutanud rahu  
ja kannatuste lakkamise.  
Saagu kõik olendid õnnelikuks!

Rõõmustan, nähes olendeid vabanemas  
olemasolu kannatusterattast.  
Rõõmustan bodhisattvate ja buddhade,  
kaitsjate, loomuse üle.

Rõõmustan, et sünnib virgumise soov,  
rõõmustan õpetuse üle,  
mis toob kõigile olendeile õnne  
ja on kõikide olendite hüve allikaks.

## VI Palve

Käsi tervituseks kokku pannes  
palun kõikide ilmakaarte buddhasid:  
süüdaku nad dharmalamp  
pettekujutluste kannul rändajatele.

Kummardades kokkupandud kätega  
anun võitjaid, kes tahavad vaibuda nirvaanasse:  
jäägu nad loendamatu aegade lõpuni,  
et elu siin ei mattuks hämarusse.

## Südasuutra

Bodhisattva Avalokitešvara,  
mõtluses sügavas,  
vaatles viit skandhat,  
nägi nende tühjust  
ja ületas kõik kannatused ja raskused.

Kuulake siis,  
kes soovivad kulgeda ületava mõistmise kulgu:  
kuju pole muud kui tühjus,  
tühjus pole muud kui kuju.  
Kuju on vaid tühjus,  
tühjus on vaid kuju.

Samamoodi on tühjad  
ka tunne, taju, tahtmised  
ja teadvus iseenesest.

Kõik asjad on olemuselt tühjad,  
nad ei sünni ega hävi,  
pole määdunud ega määdumata,  
ei kasva ega kahane.

Seepärast tühjuses pole kuju,  
tunnet, taju, tahtmisi  
ega teadvustki;  
pole silma, kõrva, nina, keelt,  
keha ega meelt;  
pole kuju, häält, lõhna, maitset,  
kombitavat ega tunnetatavat;  
pole silmavalda  
ega meeleteadvusevaldagi.

Pole teadmatust ega teadmatuse kadu,  
ega seda, mis sünnib teadmatusest.  
Pole vananemist ja surma  
ega vananemise ja surma kadu.

Pole kannatust, kannatuse põhjust,  
kannatuse lõppemist ega õilsat teed.  
Pole mõistmist, mida saavutada,  
ega ole ka saavutamist.

Seepärast bodhisattva,  
köidetud mitte millessegi,  
toetudes aga ületavale mõistmisele,  
on vabanenud eksitavatest pettekujutlustest  
ja hirmust, mis sünnib neist.  
Ta jõuab nirvaanasse.

Kõik buddhad, minevikus, nüüd ja tulevikus,  
tuginedes ületavale mõistmisele,  
jõuavad ülimalt, täieliku virgumiseni.

Seepärast kuulake:  
ületava mõistmise suur *dhāraṇī*,  
võrreldamatuga võrdne mantra,  
vaigistab kõik kannatused,  
on tõeline, sest seal ei ole valet.

GATE GATEPĀRA GATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ  
GATE GATEPĀRA GATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ  
GATE GATEPĀRA GATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ

## VII Pälvimuste üleandmine ja enesest loobumine

Leevendagu nõnda kogutud vaimsed väärtused  
kõikide olendite kannatusi.

Annan ära enesele mõtlemata,  
kõikide olendite hüveks  
oma kõikide elude isiksused,  
omanduse  
ning keha, kõne ja meelega kogutud pälvimused.

Nagu maa ja teised ürgained  
on mitmel viisil  
lõpmatus ilmaruumis  
ääretu olendite hulga käsutuses,

nii saagu ka minust  
kõikide olendite hüve allikas  
kogu ilmaruumis,  
kuni kõik  
on saavutanud  
rahu.

## Mantrad

OM MANI PADME HŪṂ

(Avalokitešvara)

OM A RA PA CA NA DHĪḤ

(Mandžušrī)

OM VAJRAPĀṆI HŪṂ

(Vadžrapāni)

OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ

(Tārā)

OM AMIDEVA HRĪḤ

(Amitābha)

OM MUNI MUNI MAHĀ MUNI ŚĀKYAMUNI SVĀHĀ

(Buddha Šākjamuni)

OM ĀḤ HŪṂ VAJRA GURU PADMA SIDDHI HŪṂ

(Padmasambhava)

GATE GATE PĀRA GATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ

(Prajñāpāramitā)

OM ŠĀNTI ŠĀNTI ŠĀNTI

## Lühike puudža

### Austamine

Austame Buddhat, täielikult virgunut, tee näitajat.

Austame dharmat, Buddha õpetust, mis juhib pimedusest valgusesse.

Austame sanghat, Buddha järgijate kogudust, mis innustab ja juhendab.

### Kolme kalliskivi austamine

Austame Buddhat ja tahame teda järgida.

Buddha sündis inimesena nagu meiegi.

Millest Buddha vabanes,  
sellest võime ka meie vabaneda.

Mille Buddha saavutas,  
selle võime ka meie saavutada.

Austame dharmat ja tahame seda järgida  
keha, kõne ja meelega,  
tervenisti.

Tahame uurida, kogeda, mõista  
tõde kogu sügavuses,  
tahame raja käia lõpuni.

Austame sanghat ja tahame olla osaduses  
nendega, kes kulgevad teel.  
Kui üksteise järel otsustame pühenduda,  
siis sangha üha kasvab.

OM MANI PADME HŪM



### Lillede, küünalde ja lõhnaainete kinkimine

Buddhat austades kingime lilli:

lilli, mis täna on värsked ja kaunid,

lilli, mis homme on närbunud ja kuhtunud.

Nagu lilled, nii saavad kord põrmuks ka meie kehad.

Buddhat austades kingime küünlaid.

Temale, kes ta on valgus, kingime valguse.

Tema suurest valgusest süütame väiksema valguse,  
virgumise valguse särama enda südames.

Buddhat austades kingime lõhnaande,  
mille hõng täidab ilmaruumi.

Laitmatu elu hõng, viirukist meeldivam,  
levib kõikjale üle maailma.

OM ĀḤ HŪM VAJRA GURU PADMA SIDDHI HŪM

## Ti ratana vandanā

namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa  
namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa  
namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

iti'pi so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho  
vijjācaraṇasampanno sugato  
lokavidū anuttaro purisadammasārathi  
sathā devamanussānaṃ  
buddho bhagavā'ti

buddhaṃ jīvitapariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi

ye ca buddhā atītā ca  
ye ca buddhā anāgatā  
paccupannā ca ye buddhā  
ahaṃ vandāmi sabbadā

n'atthi me saraṇaṃ aññaṃ  
buddho me saraṇaṃ varaṃ  
etena saccavajjena  
hotu me jayamaṅgalaṃ

svākkhāto bhagavatā dhammo  
sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko  
opanayiko paccataṃ  
veditabbo viññūhī'ti

dhammaṃ jīvitapariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi

ye ca dhammā atītā ca  
ye ca dhammā anāgatā  
paccupannā ca ye dhammā  
ahaṃ vandāmi sabbadā

n'atthi me saraṇaṃ aññaṃ  
dhammo me saraṇaṃ varaṃ  
etena saccavajjena  
hotu me jayamaṅgalaṃ



supaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho  
ujupaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho  
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho  
sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho

yadidaṃ cattāri purisayugāni  
atṭhapurisapuggalā  
esa bhagavato sāvakaśaṅho

āhuṇeyyo pāhuṇeyyo  
dakkhiṇeyyo  
añjalikaraṇīyo anuttaraṃ  
puññakkhettaṃ lokassā'ti

saṅghaṃ jīvitapariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi

ye ca saṅghā atītā ca  
ye ca saṅghā anāgatā  
paccupannā ca ye saṅghā  
ahaṃ vandāmi sabbadā

n'atthi me saraṇaṃ aññaṃ  
saṅgho me saraṇaṃ varaṃ  
etena saccavajjena  
hotu me jayamaṅgalaṃ

## Tervitus kolmele kalliskivile

Au talle, auväärsele, sihilejõudnule, ülimalt täiuslikult virgunule!

Selline ta tõesti on:  
auväärne, sihile jõudnud, ülimalt täiuslikult virgunud,  
teadmiste ja oskuste valdaja, õnnelikult vabanenud,  
maailmade tundja,  
parim teejuht neile, kes soovivad oma meelt valitseda,  
jumalate ja inimeste õpetaja,  
auväärne Buddha.

Kogu oma elu lähen Buddha kaitse alla.

Kõiki mineviku buddhasid,  
kõiki tuleviku buddhasid,  
kõiki praeguseid buddhasid  
austan lakkamatult.

Millelegi muule ma ei toetu –  
Buddha on minu ülim kaitse.  
Selle tõe väe läbi  
olgu õnn ja edu minuga!

Hästi selgitatud on Buddha dharma,  
vahetult taibatav, ajatult tõene,  
isiklikult uurima kutsuv, edasiviiv,  
selline, mida targad kogemuslikult mõistavad.

Kogu oma elu lähen dharma kaitse alla.

Kõiki mineviku dharmasid,  
kõiki tuleviku dharmasid,  
kõiki praeguseid dharmasid  
austan lakkamatult.

Millelegi muule ma ei toetu –  
dharma on minu ülim kaitse.  
Selle tõe väe läbi  
olgu õnn ja edu minuga!

Rõõmsalt harjutades edeneb auväärne järgijate sangha,  
hoolikalt harjutades edeneb auväärne järgijate sangha,  
järjekindlalt harjutades edeneb auväärne järgijate sangha,  
õigesti harjutades edeneb auväärne järgijate sangha:

need neli isikute paari,  
kaheksa õilsat isiksust.  
See auväärne järgijate sangha on väärt

austust, külalislahkust,  
annetusi, aupaklikke tervitusi –  
see on võrreldamatu  
headuse allikas maailmale.

Kogu oma elu lähen sangha kaitse alla.

Kõiki mineviku sanghasid,  
kõiki tuleviku sanghasid,  
kõiki oleviku sanghasid  
austan lakkamatult.

Millelegi muule ma ei toetu –  
sangha on minu ülim kaitse.  
Selle tõe väe läbi  
olgu õnn ja edu minuga!

## Pühitsustseremoonia

Pühitseme selle paiga kolmele kalliskivile:  
Buddhale, kes on meile eeskujuks virgumise teel,  
dharmale, õpetuse teele, mida järgime,  
sanghale, vaimsele sõprusele, mis meid innustab.

Ärgu lausutagu siin asjatut sõna,  
ärgu häirigu meie meelt rahutu mõte.

Pühitseme selle paiga, järgimaks viit juhust,  
pühitseme selle paiga, harjutamaks mõtlust,  
pühitseme selle paiga, kasvatamaks tarkust,  
pühitseme selle paiga, jõudmaks virgumisele.

Kui maailmas on riidu,  
valitsegu siin rahu.  
Kui maailmas on viha,  
valitsegu siin armastus.  
Kui maailmas on kurbust,  
valitsegu siin rõõm.

Ei pühi tekste korrates,  
ei püha vett pritsides,  
vaid ise virgumisele püüeldes,  
pühitseme selle paiga.

Selle mandala, selle püha paiga ümber  
avanegu puhtuse lootosed.  
Selle mandala, selle püha paiga ümber  
kerkigu otsustavuse vadžramüür.  
Selle mandala, selle püha paiga ümber  
löögu loitma leegid, mis muudavad sansaara nirvaanaks.

Siin istudes, siin harjutusi tehes,  
saagu meie meelest Buddha,  
saagu meie mõtetest dharm,  
saagu meie kooselust sangha.

Kõikide olendite õnneks,  
kõikide olendite hüveks,  
keha, kõne ja meelega  
pühitseme selle paiga.