

RECITATIONS

en

PALI

du matin et du soir



Printed and donated for free distribution by
The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation
11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.
Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: overseas@budaedu.org

Website: <http://www.budaedu.org>

This book is strictly for free distribution, it is not to be sold.

Ce livre est pour distribution gratuite mais pas à vendre.

Printed in Taiwan

Notes sur la prononciation de l'alphabet Pāli:

ñ prononcer *gn* (ex: signe)

m̐ prononcer *n* (langue sur le palais ex : menṅthe)

s toujours sifflant, jamais comme *z*

t ou *d* comme le *th* anglais

ca prononcer *tcha* ; ex: *pañca* se prononce *pangtcha*
cha prononcer *tchha* (expiration sur h)

ja prononcer *dja*

jha prononcer *djha* (expiration sur h)

a prononcer *a*, si *ā* long comme dans *cāble*
a à la fin d'un mot se prononce *è*.

i prononcer *i*, si *ī* long comme dans *īle*

u prononcer *ou*, si *ū* long

e toujours long et se prononce *é*

o toujours long

(l'absence du signe diacritique 'n' avec un point au dessus ou au dessous, a prononcer ng, nous a obligé à certaines omissions dans ce livre. Nous nous en excusons auprès du lecteur érudit.)

RECITATION

DU MATIN

TISARANA

PRISE DES TROIS REFUGES

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa
*Hommage à lui, l'Arahat, le Bienheureux, le parfaitement
et pleinement éveillé (trois fois...)*

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Sanghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

Je vais vers le Dhamma comme vers un refuge

Je vais vers la Sangha comme vers un refuge

Dutiyam pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyam pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyam pi Sanghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Pour la seconde fois,

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

« le Dhamma « «

« la Sangha « «

Tatiyam pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatiyam pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatiyam pi Sanghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Pour la troisième fois,

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

« le Dhamma « «

« la Sangha « «

BUDDHA VANDANA

HOMMAGE AU BOUDDHA

Itipi so Bhagavā, araham, sammā sambuddho, vijjācarana sampanno,
sugato, lokavidū, anuttaro, purisa damma sārathi satthā deva manus-
sānaṃ Buddho Bhagavā'ti.

*Il est le Bienheureux, l'Arahant, parfaitement et pleinement éveillé, parfait en sa-
gesse et en conduite, bienvenu, le Connaisseur des mondes, l'incomparable Guide
des êtres qui doivent être guidés, l'Instructeur des dieux et des humains, le Bouddha,
le Bienheureux.*

Buddham jīvitam yāva nibbānaṃ saranaṃ gacchāmi

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge jusqu'à la fin de ma vie.

ye ca buddhā atītā ca
ye ca buddhā anāgatā
paccuppanā ca ye buddhā
aham vandāmi sabbadā

*Aux Bouddhas du passé,
aux Bouddhas du futur,
aux Bouddhas du présent,
je rends constamment hommage.*

natthi me saranaṃ aññaṃ
buddho me saranaṃ varaṃ
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
le Bouddha est mon noble refuge
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttam-angena vande'ham
pāda-pamsuṃ varuttamaṃ
buddhe yo khalito doso
buddho khamatu taṃ mamaṃ

*Avec mon front, j'offre révérence
en me prosternant devant ses pieds
si j'ai mal agi envers le Bouddha,
puisse le Bouddha consentir à me pardonner.*

DHAMMA VANDANA

HOMMAGE AU DHAMMA

Svākkhāto bhagavatā dhammo sanditthiko akāliko ehipassiko opanayiko
paccattan veditabbo viññūhi'ti

Le Dhamma est bien exposé par le Bienheureux, visible ici et maintenant, dépassant la notion de temps, à expérimenter soi-même, il guide à la Réalisation, à connaître par les sages en eux-mêmes.

Dhammam jivitaṃ yāva nibbānaṃ saranaṃ gacchāmi

Je vais vers le Dhamma comme vers un refuge jusqu'à la réalisation du nibbāna.

ye ca dhammā atītā ca
ye ca dhammā anāgatā
paccuppannā ca ye dhammā
aham vandāmi sabbadā

*Aux Dhammas du passé,
Aux Dhammas du futur,
Aux Dhammas du présent,
je rends constamment hommage.*

natthi me saranaṃ aññaṃ
dhammo me saranaṃ varaṃ
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
Le Dhamma est mon noble refuge.
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttamangena vande'haṃ
dhammañ ca tividhaṃ varaṃ
dhamme yo khalito doso
dhammo khamatu taṃ mamaṃ

*Avec mon front, j'offre révérence
au noble triple Dhamma,
Si j'ai agi mal agi selon le Dhamma,
que j'en sois pardonné.*

SANGHA VANDANA

HOMMAGE AU SANGHA

Supaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ujupaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasangho
sāmicipaṭipanno bhagavato sāvakasangho
yadidam cattāri purisayugāni atthapurisa puggala esa bhagavato sāvaka-
sangho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhineyyo añjalikaraniyo anuttaram
puññakkhettaṃ lokassā'ti

*La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite droite,
La communauté des disciples du Bienheureux est de conduite correcte,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite méthodique,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite bienséante,
ce sont en fait les quatre paires d'êtres, les huit sortes de Nobles êtres.
Telle est la communauté des disciples du Bienheureux, digne d'offrandes et
d'hospitalité, digne de dons et de respect; le plus grand champ de mérite pour le
monde.*

Sangham jīvitam yāva nibbānaṃ saranaṃ gacchāmi

*Je vais vers la Sangha (la communauté des disciples) comme vers un refuge jus-
qu'à la réalisation du nibbāna.*

ye ca sanghā atītā ca
ye ca sanghā anāgatā
paccuppannā ca ye sanghā
aham vandāmi sabbadā

*A la Sangha du passé,
à la Sangha du futur,
à la Sangha du présent,
je rends constamment hommage*

natthi me saranaṃ aññaṃ
sangho me saranaṃ varam
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
la Sangha est mon noble refuge.
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttamangena vande'ham
sangañ ca tividhuttamaṃ
sanghe yo khalito doso
sangho khamatu taṃ mamaṃ

*Avec mon front, j'offre révérence
à la noble triple Sangha
Si j'ai agi mal agi envers la Sangha,
que la Sangha me pardonne*

Dhammapada

Bahum ve saranaṃ yanti
pabbatāni vanāni ca
ārāma rukkha cetyāni
manussā bhaya-tajjitā (188)

*Ils se réfugient de multiples façons,
ceux qui sont frappés par la peur,
ils vont vers les montagnes et les forêts,
vers les parcs, les arbres et les sanctuaires.*

N'etaṃ kho saranaṃ khemaṃ
n'etaṃ saranaṃ uttamam
n'etaṃ saranaṃ āgamma
sabba dukkhā pamuccati (189)

*Mais ceci n'est pas un refuge sûr,
ceci n'est pas le refuge suprême,
ce n'est pas en allant vers un tel refuge
que l'on peut être libéré de toute souffrance.*

Yo ca buddhañ ca dhammañ ca
sanghañ ca saranaṃ gato
cattāri ariyasaccāni
samma paññāya passati (190)

*Mais pour celui qui prend comme refuge,
le Bouddha, le Dhamma et la Sangha,
et voit les quatre Nobles Vérités
avec la parfaite sagesse*

Dukkhaṃ dukkha samuppādaṃ
dukkhassa ca atikkamaṃ
ariyaṃ c'atthagikaṃ maggaṃ
dukkhūpasama gāmiṇaṃ (191)

*La souffrance, l'apparition de la souffrance,
la transcendance de la souffrance,
et le noble chemin Octuple,
cela le mène à l'élimination de la souffrance*

Etaṃ kho saranaṃ khemaṃ
etaṃ saranaṃ uttamam
etaṃ saranaṃ āgamma
sabba dukkhā pamuccati (192)

*Cela est le refuge, c'est la sécurité,
c'est le refuge suprême !
En prenant un tel refuge
on se libère de toutes souffrances.*



PUJA

OFFRANDES

vandāmi cetiyaṃ sabbaṃ - sabbathānesu patitṭhitam
sāririka dhātu mahā bodhi - buddharūpaṃ sakalaṃ sadā.

*Je rends hommage à tout stupa qui puisse être érigé en tout lieu,
aux reliques corporelles, à l'arbre de Bodhi, et à toutes les images du Bouddha*

Contemplation de l'arbre de la Bodhi (arbre de l'éveil).

Yassa mūle nisinno vā - sabbāri vijjāyam akā
patto sabbaññutam satthā - vande tam bodhi pādāpam.

*Assis à son pied, le Maître a surmonté tous les ennemis
et a réalisé l'omniscience; c'est pourquoi je te rends hommage, O Arbre Sacré !*

Ime ete mahā bodhi - loka nātena pūjitā
aham'pi te namassāmi - Bodhi rāja nama'tthu te !

*Et tous ces grands Arbres Sacrés que le Maître des mondes a contemplé,
moi aussi je les respecte, O Arbres royaux de la Bodhi je vous rends hommage !*

Icevam accanta namassaneyyam - namassamāno ratanattayam yam
puññābhisandam vipulam alatham - tass'ānubhavena hatantarāyo

*J'ai gagné une vaste masse de mérites honorant le plus honorable triple joyaux
par le pouvoir spirituel de ces mérites puissent mes obstacles être détruits.*

Offrande de lumières :

Ghānasarappadittena dīpena tamodamsinā
tilokadīpam sambuddham puḍḍayāmi tamonudam.

*Avec des chandelles allumées dissipant les ténèbres, je vénère le Bouddha parfait,
lumière du triple monde, lui qui dissipe les ténèbres de l'illusion.*

Offrande de parfums :

Gandha sambhāra yuttana dhupen'āhaṇ sugandhinā
pūjaye pūjaneyyantam pūjabhajanam uttamam.

*Avec le baume de l'encens exhalant, fait à partir de substances de parfums,
je vénère le vénérable maître, le suprême récipient d'offrandes.*

Offrande de fleurs fraîches :

vanna gandha gunopetam etaṇ kusuma santatim
pūjayāmi munindassa sirīpāda saroruhe.

*J'offre ces fleurs, belles, odorantes et splendide,
aux pieds de lotus sacrés du noble seigneur des Sages.*

pūjemi buddhaṃ kusumena'nena puññaena metena ca hotu mokkhaṃ
pupphaṃ milāyāti yathā idam me kāyo tathā yāti vināsabhavaṃ.

Avec ces fleurs, je vénère le Bouddha, avec ces mérites puissè-je obtenir la libération.

comme ces fleurs qui se fanent et flétrissent, ainsi mon corps sera détruit.

Offrande de l'eau:

Sugandhaṃ sītalaṃ kappam pasannaṃ madhuraṃ subhaṃ
pāṇiyam'h etaṃ Bhagavā patigāhātum'h uttamaṃ.

*Odorante, fraîche, appropriée, pure, douce et agréable,
cette eau parfaite, acceptez-la Bienheureux Seigneur.*

Offrande de médecine:

Ādivāsēthu no bhante gilānapaccayaṃ imaṃ
anukampaṃ upādāya patigāhātum uttamaṃ.

*Permettez-nous, Vénérable Maître de vous offrir cette médecine,
par compassion pour nous, acceptez-la !*

Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā buddhaṃ pūjemi.

Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā dhammaṃ pūjemi

Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā sanghaṃ pūjemi.

Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère le Bouddha.

Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère le Dhamma.

Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère la Sangha.



KHAMA YACANA

DEMANDE DE PARDON.

kāyena vācā cittaṃ
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me bhante
bhūripaññā tathāgata

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Bouddha,
O Parfait, d'immense sagesse.*

kāyena vācā cittena
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me dhamma
sandit̥hika akālika

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Dhamma,
visible et immédiatement effectif.*

kāyena vācā cittena
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me sangha
supaṭipanna anuttara

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Sangha,
à la conduite pure et inégalée.*

imina puññakammena
mā me bāla-samāgamo
satam samāgamo hotu
yāva nibbāna-pattiyā

*Grâce à cette oeuvre méritoire,
puis-je ne pas me joindre aux insensés.
mais à tout moment être avec les sages
jusqu'à ce que j'atteigne le Nibbāna.*



TISARANA

PRISE DES TROIS REFUGES

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa

*Hommage à lui, l'Arahat, le Bienheureux, le parfaitement
et pleinement éveillé (trois fois...)*

Itipi so Bhagavā, araham, sammā sambuddho, vijjācarana sampanno,
sugato, lokavidū, anuttaro, purisa damma sārathi satthā deva manus-
sānaṃ Buddho Bhagavā'ti.

*Il est le Bienheureux, l'Arahant, parfaitement et pleinement éveillé, parfait en sa-
gesse et en conduite, bienvenu, le Connaisseur des mondes, l'incomparable Guide
des êtres qui doivent être guidés, l'Instructeur des dieux et des humains, le Boud-
dha, le Bienheureux.*

Svākkhāto bhagavatā dhammo sanditthiko
akāliko ehipassiko opanayiko paccattan
veditabbo viññūhī'ti

Le Dhamma est bien exposé par le Bienheureux, visible ici et maintenant, dépassant la notion de temps, a expérimenté soi-même, il guide à la Réalisation, à connaître par les sages en eux-mêmes.

Supaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ujupaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasangho
sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasangho
yadidam cattāri purisayugāni atthapurisa puggala esa bhagavato
sāvakasangho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhineyyo añjalikaranīyo anuttara-
ram puññakkhettaṃ lokassā'ti

*La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite droite,
La communauté des disciples du Bienheureux est de conduite correcte,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite méthodique,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite bienséante,
ce sont en fait les quatre paires d'êtres, les huit sortes de Nobles êtres.
Telle est la communauté des disciples du Bienheureux, digne d'offrandes et
d'hospitalité, digne de dons et de respect; le plus grand champ de mérite pour le
monde.*



PATICCA SAMUPPADA

LA COPRODUCTION CONDITIONNÉE

Anuloma(Ordre direct)

1. Avijjā paccayā sankhārā
Par l'ignorance se produisent les formations mentales.
2. Sankhāra paccayā viññānaṃ
Par les formations mentales se produit la conscience.
3. Viññāna paccayā nāmarūpaṃ
Par la conscience se produisent les phénomènes mentaux et physiques.
4. Nāma-rūpa paccayā salāyatanāṃ
Par les phénomènes mentaux et physiques se produisent les six sphères des sens.

5. Sālayatana paccayā phasso
Par les six sphères des sens se produit le contact.
 6. Phassa paccayā vedanā
Par le contact se produit la sensation.
 7. Vedanā paccayā tanhā
Par la sensation se produit le désir passionné.
 8. Tanhā paccayā upādānaṃ
Par le désir passionné se produit l'attachement.
 9. Upādāna paccayā bhavo.
Par l'attachement se produit le devenir.
 10. Bhava paccayā jāti
Par le devenir se produit la naissance.
 - 11-12. Jāti paccayā jarāmaranaṃ-sōkapaṇidēva-dukkhadōmanassupāyāsā sambhavanti.
Par la naissance se produit la décrépitude, la mort, les lamentations, les peines, les douleurs, les chagrins, les désespoirs.
- Evam' h etassa kevalassa dukkhakkhandassa samudayo hoti.
De cette façon se produit ce monceau de souffrances.

Patiloma(Ordre inverse)

1. Avijjāya-tveva asesā-virāga nirodhā sankhāra nirodhā
Par la cessation complète de l'ignorance, les formations mentales cessent.
2. Sankhāra nirodhā viññāna nirodhā
Par la cessation complète des formations mentales, la conscience cesse.
3. Viññāna nirodhā nāma-rūpa nirodhā
Par la cessation complète de la conscience, les phénomènes mentaux et physiques cessent.
4. Nāma-rūpa nirodhā salāyatana nirodhā
Par la cessation complète des phénomènes mentaux et physiques les six sphères des sens cessent.
5. Salāyatana nirodhā phassa nirodhā
Par la cessation complète des six sphères des sens, le contact cesse.
6. Phassa nirodhā vedanā nirodhā
Par la cessation complète du contact, la sensation cesse.
7. Vedanā nirodhā tanhā nirodhā,
Par la cessation complète de la sensation, le désir passionné cesse.
8. Tanhā nirodhā upādāna nirodhā
Par la cessation complète du désir passionné, l'attachement cesse.
9. Upādāna nirodhā bhava nirodhā,
Par la cessation complète de l'attachement le devenir cesse.

10. Bhava nirodhā jāti nirodho,

Par la cessation complète du devenir la naissance cesse.

11-12. Jāti nirodhā jarā-maraṇaṃ sokaparideva-dukkhadomanass-upāyāsa nirujjhanti.

Par la cessation complète de la naissance, la décrépitude, la mort, les lamentations, les peines, les douleurs, les chagrins, les désespoirs cessent.

Evametassa kevalassa dukkhakkhandhassa nirodho hoti.

Telle est la cessation complète de tout ce monceau de souffrances.



LES PREMIERES PAROLES DU BOUDDHA

Anekajāti saṃsāraṃ
sandhāvissaṃ anibbisam
gahakāraṃ gavesanto
dukkhā jāti punappunam

*A travers de nombreuses naissances,
j'ai erré dans le Samsāra, cherchant
mais ne trouvant pas le constructeur
de cette maison. Pleines de souffrances
sont les naissances répétées*

gahakāraṃ dittho'si
puna geḥaṃ na kāhasi
sabbā te phāsukā bhaggā
gahakūṭaṃ visankhitaṃ
visankhāragataṃ cittaṃ
tanhānaṃ khayam ajjhagā'ti.

*Ô constructeur, je t'ai vu.
Tu ne construira plus de maison.
Toutes tes poutres sont cassées,
Ton faite est brisé.
Mon coeur a atteint l'inconditionné.
Acquise est la fin du désir.*

(Dh. 153 - 154)

*Constructeur de la maison = le « moi » illusoire
La maison = le corps
Les chevrons = les passions
Le faite = l'ignorance.*

KARANĪYA METTA SUTTA

SUTTA DE LA BONTE BIENVEILLANTE

Karaniyaṃ atthakusalena
yaṃ taṃ santam padaṃ abhisamecca
sakko ujū ca sūjū ca
suvaco c'assa mudu anatimāni

*Voici ce qui doit être accompli par celui qui est sage,
qui recherche le bien et a obtenu la paix.
Qu'il soit appliqué, droit, parfaitement droit,
sincère, humble, doux, sans orgueil,*

santussako ca subharo ca
appakiccoca sallahuka-vutti
santindriyo ca nipako ca
appagabbho kulesu ananugiddho

*Content de toute chose et joyeux;
qu'il ne se laisse pas submerger par les affaires du monde,
qu'il ne se charge pas du fardeau des richesses,
que ses sens soient maîtrisés; qu'il soit sage,
sans être hautain et ne convoite pas des biens de famille.*

na ca khuddaṃ samācare
kiñci yena viññū pare upavadeyyuṃ
sukhino vā khemino hontu
sabbe sattā bhavantu sukhiṭattā

*Qu'il ne fasse rien qui soit mesquin
et que les sages puissent réprover.
Que tous les êtres soient heureux.
Qu'ils soient en joie et en sûreté.*

ye keci pānabhūtatthi
tasā vā thāvarā vā anavasesā
dīghā vā ye mahantā vā
majjhimā rassakānuka-thūlā

*Toute chose qui est vivante,
faible ou forte, élevée,
longue ou grande
moyenne, courte ou petite*

ditthā vā yeva additthā
ye ca dūre vasanti avidūre
bhūtā vā sambhavesī vā
sabbe sattā bhavantu sukhitattā.

*visible ou invisible,
proche ou lointaine,
née ou à naître,
que tous ces êtres soient heureux.*

na paro paraṃ nikubbetha
nātimaññetha kattha ci naṃ kañci
byārosanā paṭighasaññā
nāññam aññassa dukkhaṃ iccheyya

*Que nul ne déçoive un autre
ni ne méprise personne;
que nul, par colère ou par haine,
ne souhaite de mal à un autre.*

mātā yathā niyaṃ puttam
āyusā ekaputtam anurakkhe
evampi sabba bhūtesu
mānasaṃ bhāvaye aparimānaṃ

*Ainsi qu'une mère au péril de sa vie
surveille et protège son unique enfant,
ainsi avec un esprit sans entraves
doit-on chérir toute chose vivante*

mettañ ca sabbalokasmiṃ
mānasaṃ bhāvaye aparimānaṃ
uddham adho ca tiriyañ ca
asambādhaṃ averaṃ asapattaṃ

*Avec une bonté bienveillante envers le monde entier
et un esprit sans entraves,
au dessus, au dessous et tout autour,
sans limitation, sans haine et sans aversion.*

tiṭṭhaṃ caraṃ nisinno vā
sayāno vā yāvatassa vigatamiddho
etaṃ satim adhiṭṭheyye
brāhmanam etaṃ vihāraṃ idhaṃ āhu

*Etant debout ou en marchant, assis
ou bien couché, tant que l'on est éveillé,
on doit cultiver cet esprit.
« Telle est la vie divine dans ce monde. »*

ditthiñ ca anupagamma sīla vā
dassanena sampanno
kamesu vineyya gedham
na hi jātu gabbaseyyaṃ punareti'ti

*Abandonnant les fausses opinions, vertueux,
possédant la vision pénétrante,
débarrassé des appétits des sens,
l'homme pur ne connaîtra plus de renaissances.*



JINAPAÑJARAM

La Forteresse des Conquêteurs

Ce texte de compilation tardive, semble tantrique dans sa manière . La puissance des Bouddhas, des grands disciples et des parittas sont invoqués et placés dans les différentes parties du corps de l'auditeur de manière à former une armure de protection contre les dangers.

Jayāsana gatā, vīrā
jetvā māraṃ savāhinim
catu saccā mata rasaṃ
ye pivimṣu narāsabhā.

*Assis sur les sièges de la victoire, le héros
Ayant conquis Mara (la souillure) avec sa suite,
Le jus du nectar des quatre vérités
Est bu par les seigneurs des hommes.*

Tanhaṃ karādayo Buddhā
aṭṭhaviṣati nāyakā
sabbe patiṭṭhitā tūyhaṃ
matthake te munissarā.

*Les Bouddhas, Tanhankara et les autres,
Les vingt-huit dirigeants,
Tous se sont dressés fermement
Sur ta tête, tous ces chefs des sages*

Sire patiṭṭhitā Buddhā,
Dhammo ca tava locane,
Sangho patiṭṭhito tuyhaṃ,
Ure, sabba guṇākaro.

*Les Bouddhas se sont établis sur ta tête
Et le Dhamma dans tes yeux,
La Sangha a établi dans ta poitrine
une mine remplie de bonnes qualités.*

Hadaye Anuruddho ca,
Sāriputto ca dakkhine
Kondanno piṭṭhibhāgasmim
Moggallāno'si vāmake,

*Et dans ton coeur Anuraddha,
Et Sariputta sur ta droite,
Kondaṇṇa dans la région du dos
Et Moggallana a été sur ta gauche.*

Dakkhine savane tuyhaṃ
āhum Ānanda-Rāhulā
Kassapo ca Mahānāmo,
ubho'suṃ vāma sotake.

*Et dans ton oreille droite
se trouve Ananda et Rahula;
Kassapa et Mahanama
Tous deux sont dans l'oreille gauche.*

Kesante piṭṭhibhāgasmim
Suriyo viya pabhankaro
Nisinno siri sampanno
Sōbhito muni pungavo.

*Au bout de tes cheveux dans la région du do
tout comme le soleil, le faiseur de lumière,
est placé celui qui est chanceux,
Sobhita, le taureau parmi les sages.*

Kumāra kassapo nāma,
Mahesī citra vādako,
So, tuyhaṃ vadane niccaṃ
Patiṭṭhāsi, guṇākaro.

*Kumarakassapa de part son nom,
Le grand sage, le doux paroleur,
Celui qui est toujours dans ta bouche,
a établi cette mine de bonnes qualités.*

Punno Angulimālo ca,
Upālī, Nanda Sīvalī,
therā pañca ime, jātā
Lalāte, tilakā tavā.

*Punna et Angulimala,
Upali, Nanda et Sivali,
Les aînés, ces cinq sont
sur ton front tel un tilak.
(Point entre les sourcils.)*

Sesāsīti, mahātherā
Vijitā, Jinasāvakā,
Jalantā sīla tejena
Angam-angesu sanṭhitā.

*Le reste des quatre vingts, les grands aînés,
Les conquérants, les disciples des conquérants
Eclairés par la lumière de leurs vertus
sont placés sur tes différents membres*

Ratanam Purato āsi
Dakkhine Mettasuttakaṃ
Dhajaggam pacchato āsi
Vāme Angulimālakaṃ.

*Le Ratana (sutta) est devant toi
Et sur ta droite est le Mettasutta,
Dhajagga (paritta) est derrière toi
Et Angulimala (paritta) sur ta gauche.*

Khanda-Mora parittaṃ ca
ātānātiya suttakaṃ,
ākāsacchadanam āsi.
Sesā pākārasaññitā.

*Les parittas Khanda et Mora
Et le sutta Atanatiya,
sont enracinés dans le ciel.
Leur équilibre devient un rempart.*

Jināna bāla samyutte,
Dhamma pākāra' lankate,
Vasato te catukiccena,
Sadā Sambuddhapañjare.

*Attaché à l'Ordre du Conquérant
Paré de la forteresse du Dhamma.
Tu vis dans les quatre postures
Toujours dans la forteresse du Suprême
Bouddha*

Vātā pittā disanjātā
Bahīrajhatt' upaddavā,
Asesā vilayaṃ yantu
Ananta guna tejasā.

*Naissant de l'air, de la bile et des autres
humeurs, des dangers externes et internes,
Tous les dérangements, laisse- les partir
Par le pouvoir de leurs qualités sans
limites.*

Jina pañjara majjhaṭṭham
Viharantaṃ mahītale,
Sadā pārentu tvaṃ sabbe
Te mahāpurisā sabhā.

*Dans la forteresse du Conquérant,
vivant sur terre,
Laisse tous ces grands êtres
te protéger toujours.*

Icevam-accantakato surakkho,
Jinānubhāvena jitūpapaddavo,
Buddhānubhāvena hatārisangho,
Carāhi saddhammanubhāva pālito.

*Ainsi pour toujours bien protégés contre tous les dangers
Conquis par le pouvoir du conquérant,
Avec la multitude d'ennemis détruits par le pouvoir du Bouddha,
Puisse-tu être protégés par le pouvoir du Bon Dhamma.*

Icevam-accantakato surakkho,
Jinānubhāvena jitūpapaddavo
Dhammānubhāvena hatārisango,
Carāhi saddhammanubhāva pālito.

*Ainsi pour toujours bien protégés contre tous les dangers
Conquis par le pouvoir du conquérant,
Avec la multitude d'ennemis détruits par le pouvoir du Dhamma,
Puisse-tu être protégés par le pouvoir du Bon Dhamma.*

Icevam-accantakato surakkho
Jinānubhāvena jitūpapaddavo
Sanghānubhāvena hatārisango
Carāhi saddhammanubhāva pālito

*Ainsi pour toujours bien protégés contre tous les dangers
Conquis par le pouvoir du conquérant,
Avec la multitude d'ennemis détruits par le pouvoir de la Sangha,
Puisse-tu être protégés par le pouvoir du Bon Dhamma.*

Saddhamma pākāra parikkhito'si,
Atthāriya aṭṭhadisāsu honti,
Etthantare aṭṭhanāthā bhavanti,
Uddham vitānam'va, jinā thitā te.

*Tu es entouré par les remparts du bon Dhamma,
Les Huit Nobles sont les Huits Directions,
Parmi eux se trouvent huit protecteurs,
Au dessus, tels sur un badalquin, se dressent les conquérants.*

Bhindanto mārasenaṃ, tava sirasi ṭhito,
bodhim-āruyha sattā
Moggallāno'si vāme vasati bhujatate,
dakkhine Sāriputto
dhammo majjhe urasmim viharati bhavato,
mokkhato morayonim
sampatto bodhisatto caranayugagato
Bhānulok' ekanātho.

*En cassant l'armée de Mara en deux, sur ta tête
se dresse le Maître, trônant sous l'Arbre de Bodhi.
Moggallana est sur ta gauche, établi sur ton bras.
Sariputta est sur ta droite,
Le Dhamma vit dans ton coeur.
Le Bodisatta (celui qui est destiné à devenir un futur Bouddha)
qui, arrivé de Moksha, dans l'utérus d'une paonne
est allé dans tes deux pieds, Lui, le seul protecteur du monde.*

Sabbāvamangalam-upaddava-dunnimi'ttam,
Sabbā'ti roga-gahadosam-asesaninda,
Sabb'antarāya bhaya dussupinam, akantam,
Buddhānubhāva-pavarena payātu nasam.

....Dhammānubhāva-pavarena payātu nasam

....Sanghānubhāva-pavarena payātu nasam

*Tout ce qui est défavorable, dangereux et mauvais,
Toutes maladies, les mauvaises conditions des planètes,
tous les blâmes, tous les obstacles, la peur, les mauvais rêves,
Tout ce qui est déplaisant*

.... Par le noble pouvoir du Bouddha puissent-ils disparaître !

.... Par le noble pouvoir du Dhamma puissent-ils disparaître !

.... Par le noble pouvoir de la Sangha puissent-ils disparaître !....



ATTHA VISATI PARITTA PROTECTION DES 28 BOUDDHAS

Tanhankaro mahāvīro.	<i>Tanhankara, le grand héros.</i>
Medhankaro mahāyaso	<i>Medhankara, le glorieux.</i>
Saranankaro lokahito	<i>Saranankara, refuge d'amour.</i>
Dīpankara jutindharo	<i>Dīpankara, porteur de lumière.</i>
Kondañño jana pāmokkho	<i>Kondañño, éminent parmi les hommes.</i>
Mangalo purisāsabho	<i>Mangala, l'homme suprême.</i>
Sumano sumano dhīro	<i>Sumano, le sage au coeur tendre.</i>
Revato rativaddhano	<i>Revata, qui accroît la joie.</i>
Sobhito guna sampanno	<i>Sobhita, couronné de vertus.</i>
Ānomadassī januttamo	<i>Ānomadassi, le meilleur des hommes.</i>
Padumo loka-pajjoto	<i>Paduma, la lumière du monde.</i>
Nārado vara-sārathi	<i>Nārada, le guide suprême.</i>
Padumuttaro sattasāro	<i>Padumuttara, l'Être excellent.</i>
Sumedho agga puggalo	<i>Sumedho, le Grand-Être.</i>

Sujato sabba lokaggo
Piyadassī narāsabho
Ātthadassī kāruniko
Dhammadassī tamonudo

Siddhattho asamo loke
Tisso varada saṃvaro
Phusso varada sambuddho
Vipassi ca anūpamo
Sikhī sabbahito satthā
Vessabhū sukhadāyako
Kakusandho sattha-vāho
Konāgamano ranañjaho
Kassapo siri-sampanno
Gotamo sakya-pungavo
Tesaṃ saccena sīlena
khanti metta balena ca
te'pi maṃ anurakkhantu
ārogyena sukkena cā'ti.
Aṭṭha vīsati me Buddhā
pūretvā dasa pārami

jetvā mārāri sangāmaṃ
buddhattaṃ samupāgamuṃ
etena saccavajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Sujāta, sommet du Monde.
Piyadassi, Seigneur des hommes.
Ātthadassi, le compatissant.
Dhammadassi, qui disperse les
ténèbres.
Siddhattha, sans-égal dans le monde.
Tissa le réservé, dispensateur de dons
Phusso l'éveillé, dispensateur de dons.
Vipassi, le sans-rival
Sikkhī, le guide à l'amour infini.
Vessabhū, qui génère la béatitude.
Kakusandho, le chef de file.
Konāgamano, accompli dans la lutte.
Kassapo, l'irradiant.
Gotamo, la gloire des Sakyas.
Que par leur probité et leur vertu
leur patience, leur amour et leur force
puissent-ils me protéger
et me donner santé et bonheur !
Ces vingt-huit Bouddhas
aux dix perfections parfaitement
accomplies
ont vaincu les hordes des demons
et atteint l'éveil
Que par le pouvoir de cette verite
la chance et la victoire soient de mon
côté*

JAYA PARITTA

Siri dithi mathi tejo
jayasiddhi mahiddhi mahāgunan
aparimita puññādhikārassa
sabbantarāya nivārana samattassa
bhagavato arahato
sammā sambuddhassa.
Dvantinsa mahā purisā
lakkhanānubhāvena
asithyānubyañjana lakkhanānubhāvena
attuttara sata mangala lakkhanānubhāvena
cabbanna ransyānubhāvena
ketumālānubhāvena
dasa pāramitānubhāvena
dasa upa pāramitānubhāvena
dasa paramata pāramitānubhāvena
sīla samādhī paññānubhāvena
buddhānubhāvena
dhammānubhāvena
sanghānubhāvena
tejānubhāvena
idyānubhāvena
balānubhāvena
neyyadhammānubhāvena
caturāsīti sahaṣṣa
dhammakhandhānubhāvena
navalokuttara dhammānubhāvena
aṭṭhangika maggānubhāvena
aṭṭha samāpatyānubhāvena
cha abhiññānubhāvena
mettā karunā muditā upekkhānubhāvena
sabba pāramitānubhāvena
ratanattaya saranānubhāvena
(tuyham/mayham) sabba roga
soka upaddava dukkha
domanassupāyāsa vinassantu.

*Beauté, splendeur, sagesse, radiance
victoire, pouvoir, grandes qualités
pouvoirs de mérites illimité,
capable d'échapper à tout obstacle,
Toi, le bienheureux, l'arahat,
parfaitement et pleinement éveillé.
Par le pouvoir des 32 marques
des grands êtres,
par les 80 signes auspicious
et les 108 augures,
par les six rayons de couleur
émanant de son aura,
par le pouvoir des dix perfections,
par les dix perfections auxiliaires,
par les dix perfections ultimes,
par la vertu, le samadhi et la sagesse,
par le pouvoir du Bouddha,
par le pouvoir du dhamma,
par le pouvoir de la sangha,
par le pouvoir rayonnant,
par les pouvoirs psychiques,
par la puissance des pouvoirs,
par les pouvoirs des dhammas connus,
par le pouvoir des quatre-vingt
quatre mille dhammas enseignés,
par les neuf étapes supramondaines,
par le pouvoir de l'octuple sentier,
par les huit réalisations mondaine,
par les six hautes sagesse,
par les quatre demeures sublimes,
par toutes les perfections,
par le refuge dans le triple joyaux,
que pour (toi/moi) toute maladie,
chagrins, lamentations, peines,
douleurs, désespoir disparaissent.*

Sabba sankappa (tuyham/mayham) *Que tous ces souhaits se réalisent.*
 samijjhantu. Dīghā yukho hotu. *Puissions-nous vivre longtemps.*
 satavassa jīvena samaggiko hotu sabbadā. *Que nous vivions toujours en paix.*
 Akāsa pabbata vana bhumi *Que les dieux protecteurs du ciel,*
 tatāka ganga mahā samudda *des montagnes, des forêts, de la*
 ārakkha devatā sadā tumhe/amhe *Terre, des champs, des rivières, des*
 anurakkhantu. *océans, nous protègent.*
 Sabba buddhānubhāvena *Par le pouvoir de tous les Bouddhas,*
 sabba dhammānubhāvena *par le pouvoir du dhamma,*
 sabba sanghānubhāvena *par le pouvoir de la sangha,*
 buddha ratanam dhamma ratanam *par le pouvoir du Bouddha-joyau,*
 sangha ratanam tinnam ratanānam *du dhamma-joyau, de la sangha-joyau*
 ānubhāvena caturāsīti sahasa *par le pouvoir des 84 000 sections*
 dhammakhandhānubhāvena *du dhamma,*
 pitakatthayānubhāvena *par le pouvoir du tipitaka,*
 jinasāvākānubhāvena *par le pouvoir des disciples victorieux,*
 sabbe te/me rogā *que tous vos/mes maux,*
 sabbe te/me bhayā *“ peurs,*
 sabbe te/me antarāyā *“ obstacles,*
 sabbe te/me upaddavā *“ détresses,*
 sabbe te/me dunnimittā *“ mauvais présages,*
 sabbe te/me avamangalā vinassantu. *états malheureux soient anéantis.*
 Ayu vaddako dhana vaddako *Que la longue vie, la richesse,*
 siri vaddako yasa vaddako *le salut, la réputation,*
 bala vaddako vanna vaddako *la force, la beauté, le bonheur*
 sukha vaddako hotu sabbada. *soient toujours croissant.*
 Dukkha rōga bhayā verā *Que souffrances, maux, peurs,*
 Soka sabbe upaddavā *hostilités, chagrins, périls, détresses*
 Aneka antarā yāpi *et les innombrables dangers*
 Vinassantu ca tejasā *soient anéantis par ces pouvoirs.*
 Jaya siddhi dhanan lābhan *Victoire, succès, richesse et gain,*
 Sothhi bhagyan sukhaṃ balaṃ *salut, chance, bonheur et force*
 Siri āyu ca vanna ca *grâce, longue vie, beauté,*
 Bhogaṃ vuddhi ca yāsa vā *fortune, prospérité, honneurs,*
 Sata vassā ca āyu ca *et longue vie centenaire*
 Jīvasiddhī bhavantu te/me. *soient pour vous et pour toujours.*

BOJJHANGA PARITTA

bojjhango satisankhāto
dhammānaṃ vicayo tathā
viriyam pīti passaddhi
bojjhangā ca tathopare
samādhupekkhā bojjhangā
sattete sabbadassinā
muninā sammadakkhātā
bhāvitā bahulikātā
saṃvattanti abhiññāya
nibbānāya ca bodhiyā
etena saccavajjena
sotthi me hotu sabbadā

ekasmim samaye nātho
Moggallānaṃ ca Kassapaṃ
gilāne dukkhite disvā
bojjhange satta dēsayī
te ca taṃ abhinanditvā
rogā muccimsu tankhane
etena saccavajjena
sotthi me hotu sabbadā

ekadā Dhammarājā'pi
gilaññen ābhipilito
Cunda therena taññeva
bhanāpetvāna sādaraṃ
sammoditvā ca ābādha
tamhā vutthāsi thānaso
etena saccavajjena
sotthi me hotu sabbadā
pahinā te ca ābādha
tinnaṃ naṃ'pi mahēsinam
maggā hata kilesā ca
pattānuppatti dhammataṃ
etena sacca vajjena
sotthi te hotu sabbadā

Protection par les facteurs de l'Illumination.

Les facteurs d'Illumination sont pris en compte ainsi :

L'attention, puis l'investigation des dhammas, l'énergie, la joie, la tranquillité.

Ils se poursuivent par la concentration et l'équanimité.

Ces sept facteurs, que le Parfait omniscient a bien enseignés, menant aux connaissances supérieures et lorsqu'ils sont cultivés et fréquemment pratiqués au Nibbāna et à l'Illumination.

Par ces paroles de vérité puissè-je toujours être en bonne santé.

Une fois, le Seigneur ayant vu Mahā Moggallāna et Mahā Kassapa souffrir d'une douloureuse maladie, récita les sept facteurs d'illumination et eux, se réjouissant, retrouvèrent instantanément la santé.
Par ces paroles de vérité puissè-je toujours être en bonne santé.

Une fois, lorsque le roi du Dhamma fut atteint d'une maladie, le vénérable ancien Mahā Cunda fut courtoisement prié de réciter. Et le Bienheureux se réjouissant retrouva la santé.
Par ces paroles de vérité puissè-je toujours être en bonne santé.

Ces trois grands sages furent libérés de leur maladie, tout comme la Voie détruit les impuretés pour ceux qui l'atteignent.
Par ces paroles de vérité puissiez-vous toujours être en bonne santé.

ANUMODANA

(transmission des mérites)

Iminā puñña kamma
upajjāyā gunuttarā
acarirūpakārā ca
mātā pitā piyā mamaṃ

*Puissent par ces mérites obtenus
mon maître aux qualités sublimes
mon instructeur et ceux qui m'aident,
ma mère, mon père et ceux que j'aime,*

Suriyo chandimā rājā
gunavantā narā pi ca
Brahmā Mārā ca Indrā ca
lokapālā ca devatā
yamo mittā manussā ca
majjhatthā verikā'pi ca

*le soleil-roi et la lune,
les hommes de qualité
Brahma, Mara et Indra,
les dieux protecteurs du monde,
les démons et les hommes,*

Sabbe sattā sukhi hontu
puññāni pakatāni me
sukhañ ca tividhaṃ dentu
khippaṃ pāpētha vō matam

*Que tous les êtres soient heureux,
en vertu des mérites que j'ai fait.
Puissiez-vous, ainsi que vos défunts
rapidement obtenir le triple bonheur.*

Iminā puñña kamma
iminā uddisena ca
khippāhaṃ sulabhe ca va
tanhūpādāna chedanā

*Par ces mérites
et par ces pratiques,
puissè-je rapidement et aisément
briser l'attachement et le désir*

Ye santāne hīnā dhammā
yāva nibbānato mamaṃ
nassantu sabbadā yevā
yatta jāto bhava bhava

*et tous ces dhammas inférieurs
jusqu'à l'obtention du Nibbāna.
Que soit détruit à tout jamais
le cycle des renaissances.*

Uju citto satipanno
salleko viriya vāmina
Mārā labhāntu nokāsaṃ
kātum ca viriyesu me

*Par un esprit droit et attentif,
austère et énergique,
Māra, tu ne gagneras pas
en vertu de mon énergie.*

Buddhā dīpavaro nāto
Dhammo nāto varuttamo
nāto pacceka sambuddho
Sangho nato uttaro mamaṃ
te sōttam ānubhāvena

*Buddha, noble Seigneur de la lumière,
Dhamma, noble et sublime,
Seigneur éveillé par lui-même,
Sangha, insurpassable régent;
ce triple pouvoir,*

Mārōkāsaṃ labantu mā

Akāśattā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu sāsanaṃ

Akāśattā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu desanam

Akāśattā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu maṃ param

Idaṃ me ñātinaṃ hotu
sukhita hontu ñātayo
(trois fois ...)

Devo vassatu kālena

sassa sampatti hotu ca
pīto bavatu loko ca
Rājā Bhavatu Dhammiko

Dukkhappattā ca ni dukkhā
Bhayappattā ca ni bhayā
Sokappattā ca ni sokā
Hontu sabbe'pi pānino

Māra, tu ne gagneras pas !...

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
et protégez toujours l'enseignement.*

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
et protégez toujours le pays.*

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
moi-même et les autres.*

*Ceci pour mes proches,
afin qu'ils soient heureux !...*

Que la pluie tombe en saison,

*que les récoltes soient abondantes,
que la prospérité soit pour tous et
que les gouvernants soient justes.*

*Que ceux qui souffrent soient consolés !
Que ceux qui ont peur soient rassurés !
Que les affligés soient confortés !
Que tous les êtres soient heureux !...*

RECITATION

DU SOIR

TISARANA

PRISE DES TROIS REFUGES

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa

*Hommage à lui, l'Arahat, le Bienheureux, le parfaitement
et pleinement éveillé (trois fois...)*

Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi

Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi

Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

Je vais vers le Dhamma comme vers un refuge

Je vais vers la Sangha comme vers un refuge

Dutiyam pi Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi

Dutiyam pi Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi

Dutiyam pi Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi

Pour la seconde fois,

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

« le Dhamma » «

« la Sangha » «

Tatīyam pi Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi

Tatīyam pi Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi

Tatīyam pi Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi

Pour la troisième fois,

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge

« le Dhamma » «

« la Sangha » «

BUDDHA VANDANA

HOMMAGE AU BOUDDHA

Itipi so Bhagavā, araham, sammā sambuddho, vijjācarana sampanno, sugato, lokavidū, anuttaro, purisa damma sārathi satthā deva manus-sānaṃ Buddho Bhagavā'ti.

Il est le Bienheureux, l'Arahant, parfaitement et pleinement éveillé, parfait en sagesse et en conduite, bienvenu, le Connaisseur des mondes, l'incomparable Guide des êtres qui doivent être guidés, l'Instructeur des dieux et des humains, le Bouddha, le Bienheureux.

Buddham jīvitam yāva nibbānaṃ saranaṃ gacchāmi

Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge jusqu'à la fin de ma vie.

ye ca buddhā atītā ca
ye ca buddhā anāgatā
paccuppannā ca ye buddhā
aham vandāmi sabbadā

*Aux Bouddhas du passé,
aux Bouddhas du futur,
aux Bouddhas du présent,
je rends constamment hommage.*

natthi me saranaṃ aññaṃ
buddho me saranaṃ varaṃ
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
le Bouddha est mon noble refuge
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttam-angena vande'ham
pāda-pamsuṃ varuttamaṃ
buddhe yo khalito doso
buddho khamatu taṃ mamaṃ

*Avec mon front, j'offre révérence
en me prosternant devant ses pieds
si j'ai mal agi envers le Bouddha,
puisse le Bouddha consentir à me pardonner.*

DHAMMA VANDANA

HOMMAGE AU DHAMMA

Svākkhāto bhagavatā dhammo sanditthiko akāliko ehipassiko opanayiko
paccattan veditabbo viññūhi'ti

Le Dhamma est bien exposé par le Bienheureux, visible ici et maintenant, dépassant la notion de temps, à expérimenter soi-même, il guide à la Réalisation, à connaître par les sages en eux-mêmes.

Dhammam jīvitam yāva nibbānaṃ saranaṃ gacchāmi

Je vais vers le Dhamma comme vers un refuge jusqu'à la réalisation du nibbāna.

ye ca dhammā atītā ca
ye ca dhammā anāgatā
paccuppannā ca ye dhammā
aham vandāmi sabbadā

*Aux Dhammas du passé,
Aux Dhammas du futur,
Aux Dhammas du présent,
je rends constamment hommage.*

natthi me saranaṃ aññaṃ
dhammo me saranaṃ varaṃ
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalaṃ

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
Le Dhamma est mon noble refuge.
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttamangena vande'haṃ
dhammañ ca tividhaṃ varaṃ
dhamme yo khalito doso
dhammo khamatu taṃ mamaṃ

*Avec mon front, j'offre révérence
au noble triple Dhamma,
Si j'ai agi mal agi selon le Dhamma,
que j'en sois pardonné.*

SANGHA VANDANA

HOMMAGE AU SANGHA

Supaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ujupaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasangho
sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasangho
yadidam cattāri purisayugāni atthapurisa puggala esa bhagavato sāvaka-
sangho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhineyyo añjalikaraniyo anuttaram
puññakkhettaṃ lokassāti

*La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite droite,
La communauté des disciples du Bienheureux est de conduite correcte,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite méthodique,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite bienséante,
ce sont en fait les quatre paires d'êtres, les huit sortes de Nobles êtres.
Telle est la communauté des disciples du Bienheureux, digne d'offrandes et
d'hospitalité, digne de dons et de respect; le plus grand champ de mérite pour le
monde.*

Sangham jīvitam yāva nibbānam saranam gacchāmi

*Je vais vers la Sangha (la communauté des disciples) comme vers un refuge jus-
qu'à la réalisation du nibbāna.*

ye ca sanghā atītā ca
ye ca sanghā anāgatā
paccuppannā ca ye sanghā
aham vandāmi sabbadā

*A la Sangha du passé,
à la Sangha du futur,
à la Sangha du présent,
je rends constamment hommage*

natthi me saranam aññam
sangho me saranam varam
etena sacca vajjena
hotu me jayamangalam

*Pour moi, il n'y a pas d'autre refuge,
la Sangha est mon noble refuge.
par ces paroles de vérité,
que la victoire et la chance soient avec moi.*

uttamangena vande'ham
sanghañ ca tividhuttamam
sanghe yo khalito doso
sangho khamatu taṃ mamam

*Avec mon front, j'offre révérence
à la noble triple Sangha
Si j'ai agi mal agi envers la Sangha,
que la Sangha me pardonne*

Dhammapada

Bahum ve saranaṃ yanti
pabbatāni vanāni ca
ārāma rukkha cetyāni
manussā bhaya-tajjitā (188)

*Ils se réfugient de multiples façons,
ceux qui sont frappés par la peur,
ils vont vers les montagnes et les forêts,
vers les parcs, les arbres et les sanctuaires.*

N'etaṃ kho saranaṃ khemaṃ
n'etaṃ saranaṃ uttamam
n'etaṃ saranaṃ āgamma
sabba dukkhā pamuccati (189)

*Mais ceci n'est pas un refuge sûr,
ceci n'est pas le refuge suprême,
ce n'est pas en allant vers un tel refuge
que l'on peut être libéré de toute souffrance.*

Yo ca buddhañ ca dhammañ ca
sanghañ ca saranaṃ gato
cattāri ariyasaccāni
samma paññāya passati (190)

*Mais pour celui qui prend comme refuge,
le Bouddha, le Dhamma et la Sangha,
et voit les quatre Nobles Vérités
avec la parfaite sagesse*

Dukkhaṃ dukkha samuppādaṃ
dukkhassa ca atikkamaṃ
ariyaṃ c'atthagikaṃ maggaṃ
dukkhūpasama gāmiṇaṃ (191)

*La souffrance, l'apparition de la souffrance,
la transcendance de la souffrance,
et le noble chemin Octuple,
cela le mène à l'élimination de la souffrance*

Etaṃ kho saranaṃ khemaṃ
etaṃ saranaṃ uttamaṃ
etaṃ saranaṃ āgamma
sabba dukkhā pamuccati (192)

*Cela est le refuge, c'est la sécurité,
c'est le refuge suprême !
En prenant un tel refuge
on se libère de toutes souffrances.*



PUJA

OFFRANDES

vandāmi cetiyaṃ sabbam - sabbathānesu patitthitam
sāririka dhātu mahā bodhi - buddharûpaṃ sakalaṃ sadā.

*Je rends hommage à tout stupa qui puisse être érigé en tout lieu,
aux reliques corporelles, à l'arbre de Bodhi, et à toutes les images du Bouddha*

Contemplation de l'arbre de la Bodhi (arbre de l'éveil).

Yassa mūle nisinno vā - sabbāri vijjayam akā
patto sabbaññutam satthā - vande tam bodhi pādapam.

*Assis à son pied, le Maître a surmonté tous les ennemis
et a réalisé l'omniscience; c'est pourquoi je te rends hommage, O Arbre Sacré !*

Ime ete mahā bodhi - loka nātena pūjitā
aham'pi te namassāmi - Bodhi rāja nama'tthu te !

*Et tous ces grands Arbres Sacrés que le Maître des mondes a contemplé,
moi aussi je les respecte, O Arbres royaux de la Bodhi je vous rends hommage !*

Icevam accanta namassaneyyam - namassamāno ratanattayam yam
puññābhisandam vipulam alattham - tass'ānubhavana hatantarāyo

*J'ai gagné une vaste masse de mérites honorant le plus honorable triple joyaux
par le pouvoir spirituel de ces mérites puissent mes obstacles être détruits.*

Offrande de lumières :

Ghānasarappadittena dīpena tamodamsinā
tilokadīpam sambuddham pujayāmi tamonudam.

*Avec des chandelles allumées dissipant les ténèbres, je vénère le Bouddha parfait,
lumière du triple monde, lui qui dissipe les ténèbres de l'illusion.*

Offrande de parfums :

Gandha sambhāra yuttana dhupen'āhaṃ sugandhinā
pūjaye pūjaneyyantam pūjabhajanam uttamam.

*Avec le baume de l'encens exhalant, fait à partir de substances de parfums,
je vénère le vénérable maître, le suprême récipient d'offrandes.*

Offrande de fleurs fraîches :

vanna gandha gunopetam etaṃ kusuma santatim
pūjayāmi munindassa siripāda saroruhe.

*J'offre ces fleurs, belles, odorantes et splendide,
aux pieds de lotus sacrés du noble seigneur des Sages.*

pūjemi buddhaṃ kusumena'nena puññaena metena ca hotu mokkhaṃ
pupphaṃ milāyāti yathā idam me kāyo tathā yāti vināśabhavaṃ.

Avec ces fleurs, je vénère le Bouddha, avec ces mérites puissè-je obtenir la libération.

comme ces fleurs qui se fanent et flétrissent, ainsi mon corps sera détruit.

Offrande de l'eau:

Sugandhaṃ sītaṃ kappam pasannam madhuraṃ subhaṃ
pāṇiyam'h etaṃ Bhagavā patiganhātum'h uttamaṃ.

*Odorante, fraîche, appropriée, pure, douce et agréable,
cette eau parfaite, acceptez-la Bienheureux Seigneur.*

Offrande de médecine:

Ādivāsēthu no bhante gilānapaccayaṃ imaṃ
anukampaṃ upādāya patiganhātum uttamaṃ.

*Permettez-nous, Vénérable Maître de vous offrir cette médecine,
par compassion pour nous, acceptez-la !*

Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā buddhaṃ pūjemi.
Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā dhammaṃ pūjemi
Imāya dhammānudhamma paṭipattiyā sanghaṃ pūjemi.

*Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère le Bouddha.
Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère le Dhamma.
Par cette pratique du Dhamma, en accord avec le Dhamma, je vénère la Sangha.*



KHAMA YACANA

DEMANDE DE PARDON.

kāyena vācā cittaṃ
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me bhante
bhūripaññā tathāgata

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Bouddha,
O Parfait, d'immense sagesse.*

kāyena vācā cittena
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me dhamma
sanditṭhika akālika

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Dhamma,
visible et immédiatement effectif.*

kāyena vācā cittena
pamādena mayā katam
accayaṃ khama me sangha
supaṭipanna anuttara

*Si par négligence, j'ai commis une erreur,
par le corps, la parole ou l'esprit,
pardonnez-moi cette offense, O Sangha,
à la conduite pure et inégalée.*

imina puññakammena
mā me bāla-samāgamo
satam samāgamo hotu
yāva nibbāna-pattiyā

*Grâce à cette oeuvre méritoire,
puis-je ne pas me joindre aux insensés.
mais à tout moment être avec les sages
jusqu'à ce que j'atteigne le Nibbāna.*



Un moine seul entonne :

Samantā cakkavāḷesu
atrā gacchantu devatā
saddhammaṃ munirājassa
sunantu sagga mokkhadaṃ

*Que de toutes les parties de l'univers
les divinités viennent se rassembler ici,
afin d'écouter la doctrine du plus grand
des sages, qui octroie le ciel et la libération.*

Paritta savana kālo ayaṃ bhadantā *Voici le moment d'écouter les protections!*

TISARANA
PRISE DES TROIS REFUGES

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa

*Hommage à lui, l'Arahat, le Bienheureux, le parfaitement et pleinement éveillé
(trois fois...)*

Itipi so Bhagavā, araham, sammā sambuddho, vijjācarana sampanno,
sugato, lokavidū, anuttaro, purisa damma sārathi sathā deva manus-
sānam Buddho Bhagavā'ti.

*Il est le Bienheureux, l'Arahant, parfaitement et pleinement éveillé, parfait en sa-
gesse et en conduite, bienvenu, le Connaisseur des mondes, l'incomparable Guide
des êtres qui doivent être guidés, l'Instructeur des dieux et des humains, le Boud-
dha, le Bienheureux.*

Svākkhāto bhagavatā dhammo sanditthiko
akāliko ehipassiko opanayiko paccattan
veditabbo viññūhi'ti

*Le Dhamma est bien exposé par le Bienheureux, visible ici et maintenant, dépas-
sant la notion de temps, à expérimenter soi-même, il guide à la Réalisation, à
connaître par les sages en eux-mêmes.*

Supaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ujupaṭipanno bhagavato sāvakasangho
ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasangho
sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasangho
yadidam cattāri purisayugāni atthapurisa puggala esa bhagavato
sāvakasangho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhineyyo añjalikaranīyo anutta-
ram puññakkhettaṃ lokassā'ti

*La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite droite,
La communauté des disciples du Bienheureux est de conduite correcte,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite méthodique,
La communauté des disciples du Bienheureux a une conduite bienséante,
ce sont en fait les quatre paires d'êtres, les huit sortes de Nobles êtres.
Telle est la communauté des disciples du Bienheureux, digne d'offrandes et
d'hospitalité, digne de dons et de respect; le plus grand champ de mérite pour le
monde.*



(Ici, chaque soir les moines récitent un sutta différent tiré du livre des grandes protections « Mahâ Pirit Pota » puis la récitation continue...).

PATICCA SAMUPPADA

LA COPRODUCTION CONDITIONNÉE

Anuloma(Ordre direct)

1. Avijjā paccayā sankhārā

Par l'ignorance se produisent les formations mentales.

2. Sankhāra paccayā viññānaṃ

Par les formations mentales se produit la conscience.

3. Viññāna paccayā nāmarūpaṃ

Par la conscience se produisent les phénomènes mentaux et physiques.

4. Nāma-rūpa paccayā salāyatanaṃ

Par les phénomènes mentaux et physiques se produisent les six sphères des sens.

5. Sālayatana paccayā phasso

Par les six sphères des sens se produit le contact.

6. Phassa paccayā vedanā

Par le contact se produit la sensation.

7. Vedanā paccayā tanhā

Par la sensation se produit le désir passionné.

8. Tanhā paccayā upādānaṃ

Par le désir passionné se produit l'attachement.

9. Upādāna paccayā bhavo.

Par l'attachement se produit le devenir.

10. Bhava paccayā jāti

Par le devenir se produit la naissance.

11-12. Jāti paccayā jarāmaranaṃ-sōkapaṛidēva-dukkhadōmanassupāyāsā sambhavanti.

Par la naissance se produit la décrépitude, la mort, les lamentations, les peines, les douleurs, les chagrins, les désespoirs.

Evam'h etassa kevalassa dukkhakkhandassa samudayo hoti.

De cette façon se produit ce monceau de souffrances.

Patiloma(Ordre inverse)

1. Avijjāya-tveva asesā-virāga nirodhā sankhāra nirodho

Par la cessation complète de l'ignorance, les formations mentales cessent.

2. Sankhāra nirodhā viññāna nirodho

Par la cessation complète des formations mentales, la conscience cesse.

3. Viññāna nirodhā nāma-rūpa nirodho

Par la cessation complète de la conscience, les phénomènes mentaux et physiques cessent.

4. Nāma-rūpa nirodhā salāyatana nirodho

Par la cessation complète des phénomènes mentaux et physiques les six sphères des sens cessent.

5. Salāyatana nirodhā phassa nirodho

Par la cessation complète des six sphères des sens, le contact cesse.

6. Phassa nirodhā vedanā nirodho

Par la cessation complète du contact, la sensation cesse.

7. Vedanā nirodhā tanhā nirodho,

Par la cessation complète de la sensation, le désir passionné cesse.

8. Tanhā nirodhā upādāna nirodho

Par la cessation complète du désir passionné, l'attachement cesse.

9. Upādāna nirodhā bhava nirodho,

Par la cessation complète de l'attachement le devenir cesse.

10. Bhava nirodhā jāti nirodho,

Par la cessation complète du devenir la naissance cesse.

11-12. Jāti nirodhā jarā-maranam sokaparideva-dukkhadomanass-upāyāsa nirujjhanti.

Par la cessation complète de la naissance, la décrépitude, la mort, les lamentations, les peines, les douleurs, les chagrins, les désespoirs cessent.

Evametassa kevalassa dukkhakkhandhassa nirodho hoti.

Telle est la cessation complète de tout ce monceau de souffrances.



LES PREMIERES PAROLES DU BOUDDHA

Anekajāti saṃsāraṃ
sandhāvissaṃ anibbisaṃ
gahakāraṃ gavesanto
dukkhā jāti punappunaṃ

*A travers de nombreuses naissances,
J'ai erré dans le Samsāra,
cherchant mais ne trouvant pas le constructeur de cette maison.
Pleine de souffrances sont les naissances répétées*

gahakāraṃ dittho'si
puna gehaṃ na kāhasi
sabbā te phāsukā bhaggā
gahakūṭaṃ visankhitaṃ

*Ô constructeur, je t'ai vu.
Tu ne construira plus de maison.
Toutes tes poutres sont cassées,
Ton faite est brisé.*

visankhāragataṃ cittaṃ
tanhānaṃ khayam ajjhagā ti.

*Mon coeur a atteint l'inconditionné.
Acquise est la fin du désir.*

(Dh. 153 - 154)

*Constructeur de la maison = le « moi » illusoire
La maison = le corps
Les chevrons = les passions
Le faite = l'ignorance.*

ABHINHAM PACCAVEKKHITABBA DHAMMA

LES DHAMMAS SUR LESQUELS SE RECUEILLIR AU QUOTIDIEN

Atthi kho tena bhavagatā jānatā passatā arahatā sammāsambudhena pañca ṭhānāni sammā dakkhātāni, yaṃ abhinhaṃ paccavekkhitabbāni itṭhiyā vā purisena vā gahaṭṭhena vā pabbajitena vā. Katamāni pañca ?

Cinq choses ont été bien enseignées par le Bienheureux, celui qui connaît et voit, le Purifié, le parfaitement éclairé lui-même; elles portent sur les sujets du recueillement quotidien par les femmes, les hommes, les moines et les maîtres de maison. Quelles sont ces cinq choses?

1. Jarā dhammom'hi jaraṃ anatīto'ti abhinhaṃ paccavekkhitabbaṃ

De part ma nature, je suis sujet au déclin; je ne peux éviter le déclin. Cela doit être sans cesse contemplé.

2. Byādhi dhammom'hi byādhim anatīto'ti abhinhaṃ paccavekkhitabbaṃ

De part ma nature, je suis sujet à la maladie; je ne peux éviter la maladie. Cela doit être sans cesse contemplé.

3. Marana dhammom'hi maranaṃ anatīto'ti abhinhaṃ paccavekkhitabbaṃ

De part ma nature, je suis sujet à la mort; je ne peux éviter la mort. Cela doit être sans cesse contemplé.

4. Sabbe'hi me piyehi manāpehi nānābhāvo vinābhāvo'ti abhinhaṃ paccavekkhitabbaṃ

Tout ce qui m'est cher et délicieux, changera et disparaîtra. Cela doit être sans cesse contemplé.

5. Kammassakom'hi kammaḍāyādo kammayoni kammabandhu kamma-
paṭisarano, yaṃ kammaṃ karissāmi kalyānaṃ vā pāpakaṃ vā tassa
dāyādo bhavissāmī'ti abhinhaṃ paccavekkhitabbaṃ

Je suis le détenteur de mon kamma, l'héritier de mon kamma, naissant de mon kamma, lié à mon kamma, je demeure supporté par mon kamma. Quelque soit le kamma que je fasse, bon ou mauvais, j'en serai l'héritier. Cela doit être sans cesse contemplé.

DHAMMASANGANI MATIKA PATHA

Passage dans la matrice du DHAMMASANGANI (Abhidhamma)

Kusalā dhammā

akusalā dhammā

abyākatā dhammā

Dhammas¹ sains,

Dhammas malsains,

Dhammas indéterminés,

Sukhāya vedanāya sampayuttā dhammā

dukkhāya vedanāya sampayuttā dhammā

adukkhamasukhāya vedanāya sampayuttā dhammā

Dhammas associés avec un sentiment plaisant,

Dhammas associés avec un sentiment déplaisant,

Dhammas associés avec un sentiment ni plaisant ni déplaisant,

Vipāka dhammā

vipāka-dhamma dhammā

nevavipāka navipāka dhammā

Dhammas résultant d'une action (kamma).

Dhammas sujets aux dhammas résultant.

Dhammas qui sont ni dhammas résultants ni sujets aux dhammas résultants,

Upādinnupādāniyā dhammā

anupādinnupādāniyā dhammā

anupādinnānupādāniyā dhammā

Dhammas acquis kammiquement et sujets à l'attachement.

Dhammas non acquis kammiquement mais sujets à l'attachement.

Dhammas non acquis kammiquement ni sujet à l'attachement.

Sankiliṭṭhāsankilesikā dhammā

asankiliṭṭhāsankilesikā dhammā

asankiliṭṭhāsankilesikā dhammā

Dhammas souillés et sujets à la souillure.

Dhammas non souillés mais sujets à la souillure.

Dhammas ni souillés ni sujets à la souillure.

¹ Dhamma : enseignement du Bouddha; (au pluriel :) lois naturelles; phénomènes mentaux; choses matérielles et immatérielles; choses conditionnées et non conditionnées.

Savitakkā savicārā dhammā
avitakkā vicārā mattā dhammā
avitakkā vicārā dhammā

*Dhammas avec conception de pensée et discursifs,
Dhammas sans conception de pensée mais discursifs,
Dhammas sans conception de pensée et non discursifs,*

Pītisahagatā dhammā
sukhasahagatā dhammā
upekkhāsahagatā dhammā

*Dhammas accompagnés de joie,
Dhammas accompagnés de bonheur,
Dhammas accompagnés d'équanimité,*

Dassanena pahātabbā dhammā
bhāvanāya phahātabbā dhammā
nevadassanena nabhāvanāya pahātabbā dhammā

*Dhammas à être abandonnés par l'introspection.
Dhammas à être abandonnés par le développement mental.
Dhammas à n'être abandonnés ni par l'introspection ni par le développement
mental.*

Dassanāya pahātabbā hetukā dhammā
bhāvanāya pahātabbā hetukā dhammā
nevadassanena nabhāvanāya pahātabbā hetukā dhammā

*Dhammas ayant des racines à abandonner par le développement mental.
Dhammas ayant des racines à abandonner par le développement mental.
Dhammas n'ayant pas de racines à abandonner, ni par introspection, ni par déve-
loppement mental.*

Acaya gāmino dhammā
apacaya gāmino dhammā
nevācaya gāmino nāpacaya gāmino dhammā

*Dhammas menant à accumulation de kamma.
Dhamma menant à diminution de kamma.
Dhammas ne menant ni à accumulation ni à diminution de kamma.*

Sekhā dhammā
asekhā dhammā
neva sekhā nāsekhā dhammā

Dhamma de celui qui est dans le noble entraînement.

Dhammas de celui a terminé le noble entraînement.

Dhamma qui n'appartient pas à celui qui est dans le noble entraînement, ni à celui qui a terminé le noble entraînement.

Parittā dhammā

mahaggatā dhammā

appamānā dhammā

Dhammas limités.

Dhammas élevés.

Dhammas immenses.

Parittā rammanā dhammā

mahaggatā rammanā dhammā

appamānā rammanā dhammā

Dhammas ayant des objets limités.

Dhammas ayant des objets élevés.

Dhammas ayant des objets immenses.

Hinā dhammā

majjhimā dhammā

panitā dhammā

Dhammas inférieurs.

Dhammas moyens.

Dhammas supérieurs.

Micchattaniyatā dhammā

sammattaniyatā dhammā

aniyatā dhammā

Dhammas avec résultat erroné certain.

Dhammas avec résultat correct certain.

Dhammas incertains quant au résultat.

Maggārammanā dhammā

maggāhetukā dhammā

maggādhipatino dhammā

Dhammas avec voie comme objet.

Dhammas avec voie comme racine.

Dhammas avec la voie comme facteur prédominant.

Uppannā dhammā
anuppannā dhammā
upādino dhammā

Dhammas survenus.

Dhammas non survenus.

Dhammas devant survenir.

Atītā dhammā
anāgatā dhammā
paccuppannā dhammā

Dhammas passés.

Dhammas futurs.

Dhammas présents.

Atītārammanā dhammā
anāgatārammanā dhammā
paccuppannārammanā dhammā

Dhammas avec un objet du passé.

Dhammas avec un objet du futur.

Dhammas avec un objet du présent.

Ajjhattā dhammā
bahiddhā dhammā
ajjhattā bahiddhā dhammā

Dhammas internes.

Dhammas externes.

Dhammas internes et externes.

Ajjhattārammanā dhammā
bahiddhārammanā dhammā
ajjhattā bahiddhārammanā dhammā

Dhammas objets internes.

Dhammas avec objets externes.

Dhammas avec objets internes et externes.

Sanidassanā sappaṭighā dhammā
anidassanā sappaṭighā dhammā
anidassanā appaṭighā dhammā

Dhammas manifestes et réactifs.

Dhammas non manifestes et réactifs.

Dhammas non manifestés et non réactifs.

(Chaque soir, les moines récitent en alternance l'un des quatre textes suivant...)

1. BUDDHANUSSATI

SOUVENIR DU BOUDDHA

Buddhānussati mettā ca
asubhaṃ maraṇa satī
iti imā caturārakkhā
bhikkhu bhāveyya sīlavā

Le souvenir du Bouddha, l'amour-bienveillant, la méditation sur la nature repoussante du corps, la méditation sur la mort, sont les quatre protection qu'un moine vertueux doit cultiver

Anantavithāra guraṇ
gunatonussaraṇ muniṃ
bhāveyya bhuddhimā bhikkhu
buddhā anussātim ādito

Un moine intelligent doit cultiver d'abord, le souvenir du Bouddha par la contemplation des qualités infinies et excellentes du sage.

1. Savāsane kilese so
eko sabbe nighātiya
Ahū susuddha santāno
pujānaṃ ca sadā'raho.

Il a éliminé seul toutes les souillures et leurs traces. Le contenu de son mental, est totalement purifié et il est toujours digne d'offrandes

2. Sabba kālagate dhamme
sabbe sammā sayamaṃ muni
sabbā kārena bhujjhitvā
eko sabbaññutaṃ gato.

Ayant parfaitement compris tous les dhammas temporels sous tous leurs aspects, le sage atteint seul l'omniscience

3. Vipassanādivijjāhi
sīlādicaranehi ca
Susamiddhehi sampanno
gaganābhehi nāyako

Avec la connaissance née de l'introspection, avec la conduite née de la vertu il parvint à la réalisation ; il est comme le soleil dans le ciel.

4. Sammāgato subhan thānaṃ
amogha vacano ca so
tividhassāpi lokassa
ñātā niravasesato

Il a atteint le plus haut état. Jamais ses propos n'ont été vains. Il est le Connaisseur parfait du triple monde

5. Anekehi gunoghehi
sabba sattuttamo ahū
Anekehi upāyehi
naradamme damesi ca

*Par son océan de vertu,
il devint supérieur à tous les êtres,
et par diverses méthodes
il a dompté l'indomptable*

6. Eko sabbassa lokassa
sabba sattānusāsako
bhāgya issariyādīnaṃ
gunānaṃ paramo nidhī

*Pour le monde entier lui seul,
devint l'enseignant de tous les êtres.
Le seigneur bienheureux possède les
qualités suprêmes,
il est un trésor de vertu*

7. Paññā'ssa sabba dhammesu
karunā sabba jantusu
Attatthānaṃ paratthānaṃ
sādhikā guna jetthikā

*Il a la sagesse de toutes les voies,
compatissant à l'égard de tous les
êtres. Pour son propre bien, et pour
l'intérêt des autres,
il possède la suprême vertu.*

8. Dayāya pāramī citvā
paññāya'ttānaṃ uddharī
uddharī sabba dhamme ca
dayāyaññe ca uddharī

*Par compassion il cultiva les perfec-
tions. Par la sagesse il se libéra lui-
même il traversa l'existence phéno-
male et par la compassion il a délivré
les autres.*

9. Dissamāno'pi tāva'ssa
rūpakāyo acintiyo
Asadhārana ñānaddhe
dhammakāye kathā'vakā'ti.

*Même l'apparence de son corps
physique dépassait toute
comparaison, sans égale était sa
grande sagesse,
indicible sa connaissance*



2. METTANUSSATI

MEDITATION SUR L'AMOUR-BIENVEILLANT

1. Attūpamāya sabbesaṃ sattānam sukhakāmatam
passitvā kamato mettaṃ sabba sattesu bhāvaye
*Ayant vu que tous les être, comme soi-même, désirent le bonheur,
on doit méthodiquement développer l'amour-bienveillant pour tous.*
2. Sukhi bhaveyyaṃ nidukkho ahaṃ niccaṃ ahaṃ viya
Hitā ca me sukhi hontu majjhatthā ca'tha verino
*Puis-je être heureux et libéré de la souffrance. Et, comme moi-même,
puissent les personnes amies, neutres ou ennemies être heureuses !*
3. Imamhi gāmakkhettamhi sattā hontu sukhi sadā
Tato paraṃ ca rajjesu cakkavālesu jantuno
*Puissent tous les être en chaque ville, dans ce pays et dans les autres,
ainsi que dans les autres mondes, être toujours heureux !*
4. Samantā cakkavālesu sattānantesu pāninaṃ
sukhino puggalā bhūtā atta bhāvagatā siyuṃ
*Que toutes les personnes, tous les individus, les êtres, les créatures,
dans tous les systèmes du monde, soient toujours heureux !*
5. Tathā iṭṭhi pumā ce'vā ariyā anariyā'pi ca
Devā nārā apāyatthā tathā dasa disāsu cā'ti.
*Que toutes les femmes, les hommes, les nobles, les non nobles,
les dieux, les humains et les êtres dans les mondes inférieurs,
dans les dix directions de l'espace soient heureux !*
6. Ahaṃ avero homi, abyāpajjo homi, anīgho homi, sukhi attānam pari-
harāmi. Ahaṃ viya mayhaṃ ācāriyupajjhāyā mātā pitaro hitasattā ma-
jjhattikā sattā veri sattā averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu,
sukhi attānaṃ pariharantu dukkhā muñcatu yathā laddhā sampattito
māvīgacchantu kammassakā.
*Que je sois libéré de la haine! Que je sois libéré de l'affliction!
Que je sois libéré du tracas! Que je vive dans le bonheur! Que comme moi soient
mes parents et maîtres, les être amis, neutres et ennemis.
Qu'ils soient tous libérés de la haine! Qu'ils soient affranchis de l'affliction;
Qu'ils soient délivrés du tracas! Qu'ils soient heureux! Que la souffrance les
quitte! Qu'ils ne soient privés de leur fortune dûment acquise !
Ils ont chacun leur Kamma propre...*

7. Imasmim̃ vihāre, imasmim̃ gocaragāme, imasmim̃ nāgare, imasmim̃ ratthe, imasmim̃ cakkavāle, issarajana sīmatthaka devatā, sabbe sattā, sabbe pānā, sabbe bhutā, sabbe puggalā, sabbe attabhāva pariyāpannā, sabbā itthiyo, sabbe purisā, sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā, sabbe manussā, sabbe amanussā, sabbe vinipātikā, averā hontu, abyāpajjā hontu, anīghā hontu, sukhi attānaṃ, parihārantu, dukkhā muñcantu, yathā laddhā sampattito māvigacchantu, kammassakā.

Que dans ce temple, ce village, cette ville, ce pays, cet univers,... Que tous les êtres visibles ou invisibles, toute chose vivante, toute créature, toute personne, tous ceux arrivés à un stade d'individualité, toute femme, tout homme, tout Noble-être, tout non-Noble, tout Dieu, tout humain, tout non-humain, tout ceux qui sont en enfer, puissent-ils être libérés de la haine, de l'affliction, des tracasseries, ! Qu'ils soient heureux ! Que la souffrance les quitte ! Qu'ils ne soient pas privés de leur fortune dûment acquise ! Ils ont chacun leur kamma propre...



3. ASUBHANUPASSI

MEDITATION SUR LA NATURE REPOUSSANTE DU CORPS

- | | |
|--|---|
| <p>1. Aviññāna'subhānibhaṃ
saviññāna'subham imaṃ
Kāyam asubhato passaṃ
asubhaṃ bhāvaye satī.</p> | <p><i>Repoussant est un cadavre.
De même est ce corps vivant.
Voyant le corps comme repoussant,
on doit méditer ainsi.</i></p> |
| <p>2. Vanna santhāna gandhehi
āsayo kāsato tathā
Paṭikkulāni kāye me
kunapāni dvisolasa</p> | <p><i>Dans ce corps il y a trente
deux parties repoussantes
quant à la couleur, la forme, l'odeur,
l'emplacement et la délimitation</i></p> |
| <p>3. Patitamhā'pi kunapā
jegucchaṃ kāyanissitaṃ
ādhāro hi sucī tassa
kāyo pi kunape ṭhitam.</p> | <p><i>La matière qui sort du corps
est repoussante et immonde.
Les parties qui supportent le corps
sont également repoussantes</i></p> |

4. Mīlhe kimiva kāyo'yaṃ
asucimhi samuṭṭhito
Anto asuci sampunno
punna vaccakutī viya

*Tel un ver qui naît des immondices,
ce corps s'est formé dans les immondices.
De l'intérieur, il n'est impurétés,
semblable à une fosse à purin.*

5. Asuci sandate niccaṃ
yathā meda kathālikā
Nānā kimi kulāvāso
pakka candanika viya

*Des impurétés en sortent constamment,
comme de la graisse d'un pot d'argile.
Ce corps est la demeure de multiples
sortes de vers.
Il ressemble à un tas d'immondices.*

6. Gandabhūto rogabhūto
vanabhūto samussayo
Atekkiccho'ti jeguccho
pabhinna kunapūpamo'ti

*Comme un furoncle, une maladie
ou une plaie incurable,
repoussant et défaillant est ce corps
ressemblant à un cadavre.*



4. MARANANUSSATI

MEDITATION SUR LA MORT

1. Pavāta dīpa tullyāya
sāyu santati yākkhayam
parupamāya sampassaṃ
bhāvaye maranassatiṃ

*Telle une flamme éteinte par le vent,
cette suite de vies avance vers la destruction;
reconnaissant sa similitude avec les autres,
on doit développer l'attention sur la mort.*

2. Mahāsampatti sampattā
yathā sattā matā idha
tathā ahaṃ marissāmi
maranaṃ mama hessatī.

*Tout comme des personnes fameuses
de ce monde sont mortes ;
ainsi mourrai-je à coup sûr,
la mort me guette.*

3. Uppattiyā sah'evedaṃ
maranaṃ āgataṃ sadā
māranatthāya okāsaṃ
vadhako viya esatī.

*La mort accompagne
constamment la naissance
à la recherche d'une occasion,
comme un meurtrier pour tuer.*

4. Isakaṃ anivattaṃ taṃ
satataṃ gamaṇ'ussukaṃ
jīvitam udayā atthaṃ
suriyo viya dhāvati.
5. Vijju bubbula ussāva
jalarāji parikkhayaṃ
ghātako'va ripū tassa
sabbathā'pi avāriyo.
6. Suyasatthāma puññ'iddhi
buddhi vuddhi jinadvayaṃ
ghātesī maranaṃ khippaṃ
kātum ādisake kathā.
7. Paccayānañ ca vekallyā
bahirajjhatt'upaddavā
marāmoram nimesā pi
maramāno anukkhanan ti

*Hors de question de supprimer ce
parcours,
voilà une marche continue
de la vie vers la mort
tel le soleil du lever au coucher.*

*Comme un éclair, une bulle, une
rosée tremblante ou une ligne de
flottaison, la vie est détruite.
La mort telle un meurtrier à l'affût,
nul ne la retient.*

*La mort tue ceux qui sont forts et
glorieux, qui ont du mérite,
du pouvoir et de la sagesse,
et même les deux sortes de vainqueurs
sans parler de quelqu'un comme moi*

*Dû à un manque de soutien vital ou
à quelque mal interne ou externe,
je suis mourant à chaque instant;
je peux mourir en un clin d'oeil.*

ATITA PACCAVEKKHANA

REFLEXION SUR L'USAGE DES CHOSES NECESSAIRES A LA VIE.

*(récité par les moines dans l'éventualité où ils auraient oublié de le faire
au moment de l'usage de ces choses).*

1. CIVARA

Mayā paccavekkhitvā ajja yaṃ cīvaram paribhuttam taṃ yāva' deva
sītassa patighātāya unhassa patighātāya daṃsa makasa vātātapa si-
riṃsapa sampassānam patighātāya yāvadeva hirikopīna paticchādanat-
thaṃ.

Yathā paccayaṃ pavattamānam dhātu mattameve taṃ yādidam cīvaram
tadupa bhuñjako ca puggalo dhātu mattako nissatto nijjīvo suñño. Sab-
bāni pana imāni civarāni ajjucchanīyāni imaṃ pūtikāyaṃ patvā ativiya
jigucchanīyāni jāyanti.

1. ROBES.

Cette robe que j'ai utilisée aujourd'hui sans réflexion attentive préalable, avait seulement pour but d'éviter le froid, la chaleur, le contact des taons, des moustiques, du vent, du soleil et des serpents, et de couvrir la nudité, source de honte.

De même que cette robe dépend et est constitué de simples éléments, l'individu qui l'utilise n'est pas non plus un être permanent, une vie permanente; il est vide de soi et constitué de simples éléments. Toutes ses robes sont propres en elles-mêmes, mais elles deviennent extrêmement sales après avoir été utilisés par ce corps.

2. PINDAPATA.

Mayā apaccavekkhitvā ajja yo pindapāto paribhutto, so neva davāya na madāya na mandanāya na vibhusanāya yāvadeva imassa kāyassa ṭhitiyā yāpanāya vihiṃsuparatiyā brahmacariyā anuggahāya iti purānañ ca vedanaṃ patihankhāmi navañ ca vedanaṃ na uppadessāmi yātrā ca me bhavissati anavajjatā ca phasuvihāro cā' ti.

yathā paccayam pavattamānam dhātu mattamevetam yadidaṃ pindapāto tadupa bhuñjako ca puggalo dhātumattako nissatto nijjivo suñño. Sabbo panā'yam pindapāto ajigucchanīyo imaṃ pūtikāyam patvā ativiya jigucchanīyo jāyati.

2. AUMÓNES.

Ces aumônes de nourriture que j'ai consommé aujourd'hui sans réflexion attentive préalable, ne l'ont pas été par jeu, ni pour leur goût, ni pour prendre du poids, ni pour la beauté du corps, mais simplement pour l'entretien par la nourriture de ce corps, pour le maintenir indemne, pour permettre la vie sainte, en réfléchissant ainsi : je vais détruire les anciennes sensations de faim et n'en produirai par de nouvelles (de trop manger). Ainsi s'effectuera la libération de l'inconfort physique et il sera possible de vivre à l'aise.

De même que la nourriture offerte dépend et est constituée de simples éléments, l'individu qui la consomme n'est pas non plus un être permanent, une vie permanente; il est vide de soi et constitué de simples éléments. Toute sorte de nourriture est propre en elle-même, mais elle devient répugnante après avoir été utilisée par ce corps.

3. SENASANA.

Mayā apaccavekkhitvā ajja yaṃ senāsaṇaṃ paribhuttaṃ taṃ yāva'deva sītassa patighātāya unhassa patighātāya daṃsa makasa vātā tapa sirīṃsapa samphassānaṃ patighātāya yāvadeva utuparissaya vinodanaṃ patisallānāramattham.

Yathā paccayaṃ pavattamānam dhātu mattameve taṃ yādiḍaṃ senāsanam tadupa bhuñjako ca puggalo dhātu mattako nissatto nijjīvo suñño. Sabbāni pana imāni senāsanāni ajjigucchanīyāni imaṃ pūtikāyaṃ patvā ativiya jīgucchanīyāni jāyanti.

3. LOGEMENT.

Quelque soit l'abri que j'ai utilisé aujourd'hui sans réflexion attentive préalable, il n'avait pour but que d'éviter le froid, la chaleur, le contact des taons, des moustiques, du vent, du soleil et des serpents ; d'éviter les dangers liés au temps et de vivre en solitude.

De même que cet abri dépend et est constitué de simples éléments, l'individu qui l'a utilisé n'est pas non plus un être permanent, une vie permanente ; il est vide de soi et est constitué de simples éléments. Tous ces abris sont propres en eux-mêmes, mais ils deviennent sales après avoir été utilisés par ce corps.

4. GILANAPACCAYA.

Mayā apaccavekkhitvā ajja yo gilānapaccaya bhesajja parikkhāro paribhutto so yāva deva uppannānam veyyabādhikānam vedanānam patighātāya abyāpajjha paramatāyā'ti.

yathāpaccayaṃ pavattamānam dhātu mattamevetam yadidaṃ gilānapaccayabhesaja parikkhāro tadupabhuñjako ca puggalo dhātu mattako nissatto nijjīvo suñño. Sabbo panā'yam gilānapaccaya bhesajja parikkhāro ajjigucchanīyo imaṃ putikāyam patvā ativiya jīgucchanīyo jāyati.

4. MEDECINES.

Ces aides contre la maladie, médicament et ustensiles, que j'ai utilisés aujourd'hui sans réflexion attentive préalable, je l'ai faits uniquement dans le but d'écarter les souffrances dues à la maladie lorsque le corps est atteint, car il est préférable d'être en bonne santé.

De même que ces médicament et ustensiles dépendent et sont constitués de simples éléments, l'individu qui les a utilisés n'est pas non plus un être permanent, une vie permanente; il est vide de soi et est constitué de simples élément. Toutes ces aides contre la maladie médicaments et ustensiles sont propres en eux-mêmes, mais ils deviennent extrêmement sales après avoir été utilisés par ce corps.



ANUMODANA (transmission des mérites)

Iminā puñña kammaṇa
upajjāyā gunuttarā
acarirūpakārā ca
mātā pitā piyā mamaṃ

*Puissent par ces mérites obtenus
mon maître aux qualités sublimes
mon instructeur et ceux qui m'aident,
ma mère, mon père et ceux que j'aime,*

Suriyo chandimā rājā
gunavantā narā pi ca
Brahmā Mārā ca Indrā ca
lokapālā ca devatā
yamo mittā manussā ca
majjhatthā verikā'pi ca

*le soleil-roi et la lune,
les hommes de qualité
Brahma, Mara et Indra,
les dieux protecteurs du monde,
les démons et les hommes,*

Sabbe sattā sukhi hontu
puññāni pakatāni me
sukhañ ca tividhaṃ dentu
khippam pāpētha vō matam

*Que tous les êtres soient heureux,
en vertu des mérites que j'ai fait.
Puissiez-vous, ainsi que vos défunts
rapidement obtenir le triple bonheur.*

Iminā puññā kammaṇa
iminā uddisena ca
khippāhaṃ sulabhe ca va
tanhūpādāna chedanā

*Par ces mérites
et par ces pratiques,
puissè-je rapidement et aisément
briser l'attachement et le désir*

Ye santāne hīnā dhammā
yāva nibbānato mamaṃ
nassantu sabbadā yevā
yatta jāto bhava bhava

*et tous ces dhammas inférieurs
jusqu'à l'obtention du Nibbāna.
Que soit détruit à tout jamais
le cycle des renaissances.*

Uju citto satipanno
salleko viriya vāmina
Mārā labhāntu nokāsaṃ
kātum ca viriyesu me

*Par un esprit droit et attentif,
austère et énergique,
Māra, tu ne gagneras pas
en vertu de mon énergie.*

Buddhā dīpavaro nāto
Dhammo nāto varuttamo
nāto pacceka sambuddho

*Buddha, noble Seigneur de la lumière,
Dhamma, noble et sublime,
Seigneur éveillé par lui-même,*

Sangho nato uttaro mamaṃ
te sōttam ānubhāvena
Mārōkāsaṃ labantu mā

Akāsaṭṭā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu sāsanaṃ

Akāsaṭṭā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu desanaṃ

Akāsaṭṭā ca bhummattā
devā nāgā mahiddikā
puññantam anumoditvā
ciram rakkhantu maṃ param

Idaṃ me ñātinaṃ hotu
sukhita hontu ñātayo
(trois fois ...)

Devo vassatu kālena
sassa sampatti hotu ca
pīto bavatu loko ca
Rājā Bhavatu Dhammiko

Dukkhappattā ca ni dukkhā
Bhayappattā ca ni bhayā
Sokappattā ca ni sokā
Hontu sabbe'pi pānino

*Sangha, insurpassable régent;
ce triple pouvoir,
Māra, tu ne gagneras pas !...*

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
et protégez toujours l'enseignement.*

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
et protégez toujours le pays.*

*Du ciel et de la terre,
Dieux et entités au grand pouvoir,
réjouissez-vous de ces mérites
moi-même et les autres.*

*Ceci pour mes proches,
afin qu'ils soient heureux !...*

*Que la pluie tombe en saison,
que les récoltes soient abondantes,
que la prospérité soit pour tous et
que les gouvernants soient justes.*

*Que ceux qui souffrent soient consolés !
Que ceux qui ont peur soient rassurés !
Que les affligés soient confortés !
Que tous les êtres soient heureux !...*

TISARANA-SILA YACANA

Laïcs : Sādhu, Sādhu, Sādhu, Okāsa ahaṃ bhante tisananena saddhim
pañcasīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā silaṃ detha me bhante.
Dutiyampi, Okāsa...
Tatīyampi, Okāsa...

Bhikkhu : Yaṃ ahaṃ vadāmi taṃ vadheta.
Laïcs : āma, bhante.

PRISE DES TROIS REFUGES :

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa
*Hommage à lui, l'Arahat, le Bienheureux, le parfaitement
et pleinement éveillé (trois fois...)*

Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi
Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi
Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi
*Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge
Je vais vers le Dhamma comme vers un refuge
Je vais vers la Sangha comme vers un refuge*

Dutiyam pi Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi
Dutiyam pi Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi
Dutiyam pi Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi
*Pour la seconde fois,
Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge
« le Dhamma «
« la Sangha «*

Tatīyam pi Buddhaṃ saranaṃ gacchāmi
Tatīyam pi Dhammaṃ saranaṃ gacchāmi
Tatīyam pi Sanghaṃ saranaṃ gacchāmi
*Pour la troisième fois,
Je vais vers le Bouddha comme vers un refuge
« le Dhamma «
« la Sangha «*

Bhikkhu : Tisarana gamana saṃpurnam.
Laïcs : āma bhante.

PANCASILA
Les cinq Préceptes

1. Pānātipātā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de ne pas léser la vie , le prāna de tout être vivant.
2. Adinn'ādānā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de ne pas prendre ce qui n'est pas donné.
3. Kāmesu micchā-cārā ('Abrahmacariyā' durant l'observance des huit préceptes) veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de ne pas suivre la mauvaise conduite à l'égard des désirs sensuels (De ne pas avoir d'activités sexuelles durant l'observance des huit préceptes)
4. Musāvādā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de m'abstenir de mauvaises paroles.
5. Surāmerayamajjapamādatthānā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de m'abstenir de drogues, boissons ou liqueurs intoxicantes qui conduisent à la négligence.
6. Vikālabhojanā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de m'abstenir de manger aux heures non convenables.
7. Nacca gīta vādita visūka dassana, mālā gandha vilepana dhārana mandana vibhūsanattānā veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de m'abstenir de danses, de chants et de spectacles mondains, de l'usage de parfum, onguents et de tout ce qui aide à orner et embellir le corps.
8. Uccasayana mahasayana veramanī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Je m'efforcerai d'observer le précepte de m'abstenir de sièges hauts et confortables (qui engendrent la torpeur).

Bhikkhu : imāni pañca (aṭṭha: 8 préceptes) sikkhāpadāni nicca sīlā vasena sammā rakkhitabbāni
Ces cinq (huit) préceptes doivent toujours être bien gardés durant le temps de l'observance.

sīlena suggatiṃ yanti, sīlena bhoga sampadā, sīlena nibbutiṃ yanti,
tasmā sīlaṃ visodhaye.

*Grâce aux observances morales, on va vers le bonheur,
grâce aux observances morales, on va vers la richesse,
grâce aux observances morales, on va vers le Nibbāna,
c'est pourquoi ces observances morales doivent être pures.*

Laïcs : āma, bhante.

Oui, vénérable !

RECITATION DU MATIN. TISARANA	2
BUDDHA VANDANA	3
DHAMMA VANDANA	4
SANGHA VANDANA	5
Dhammapada PUJA	6
KHAMA YACANA	8
TISARANA	9
PATICCA SAMUPPADA	10
LES PREMIERES PAROLES DU BOUDDHA	12
KARANÍYA METTA SUTTA	13
JINAPAÑJARAM	15
ATTHA VISATI PARITTA PROTECTION DES 28 BOUDDHAS	19
JAYA PARITTA	21
ANUMODANA (transmission des mérites)	24
RECITATION DU SOIR TISARANA	26
BUDDHA VANDANA	27
DHAMMA VANDANA	28
SANGHA VANDANA	29
Dhammapada PUJA	30
KHAMA YACANA	32
TISARANA	34
PATICCA SAMUPPADA	35
LES PREMIERES PAROLES DU BOUDDHA	37
ABHINHAM PACCAVEKKHITABBA DHAMMA	38
DHAMMASANGANI MATIKA PATHA	39
1. BUDDHANUSSATI	43
2. METTANUSSATI	45
3. ASUBHANUPASSI	46
4. MARANANUSSATI	47
ATITA PACCAVEKKHANA	48
ANUMODANA (transmission des mérites)	51
TISARANA-SILA YACANA	53

“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,
either in cities or countrysides,
people would gain inconceivable benefits.
The land and people would be enveloped in peace.
The sun and moon will shine clear and bright.
Wind and rain would appear accordingly,
and there will be no disasters.
Nations would be prosperous
and there would be no use for soldiers or weapons.
People would abide by morality and accord with laws.
They would be courteous and humble,
and everyone would be content without injustices.
There would be no thefts or violence.
The strong would not dominate the weak
and everyone would get their fair share.”

※ THE BUDDHA SPEAKS OF
THE INFINITE LIFE SUTRA OF
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY
AND ENLIGHTENMENT OF
THE MAHAYANA SCHOOL ※

GREAT VOW

***BODHISATTVA EARTH-TREASURY
(BODHISATTVA KSITIGARBHA)***

***“ Unless Hells become empty,
I vow not to attain Buddhahood;
Till all have achieved the Ultimate Liberation,
I shall then consider my Enlightenment full !”***

***Bodhisattva Earth-Treasury is
entrusted as the Caretaker of the World until
Buddha Maitreya reincarnates on Earth
in 5.7 billion years.***

***Reciting the Holy Name:
NAMO BODHISATTVA EARTH-TREASURY***

***Karma-erasing Mantra:
OM BA LA MO LING TO NING SVAHA***

**With bad advisors forever left behind,
From paths of evil he departs for eternity,
Soon to see the Buddha of Limitless Light
And perfect Samantabhadra's Supreme Vows.**

**The supreme and endless blessings
of Samantabhadra's deeds,
I now universally transfer.
May every living being, drowning and adrift,
Soon return to the Pure Land of
Limitless Light!**

~The Vows of Samantabhadra~

**I vow that when my life approaches its end,
All obstructions will be swept away;
I will see Amitabha Buddha,
And be born in His Western Pure Land of
Ultimate Bliss and Peace.**

**When reborn in the Western Pure Land,
I will perfect and completely fulfill
Without exception these Great Vows,
To delight and benefit all beings.**

**~The Vows of Samantabhadra
Avatamsaka Sutra~**

DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue
accrued from this work
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,
repay the four great kindnesses above,
and relieve the suffering of
those on the three paths below.
May those who see or hear of these efforts
generate Bodhi-mind,
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,
and finally be reborn together in
the Land of Ultimate Bliss.
Homage to Amita Buddha!

NAMO AMITABHA

南無阿彌陀佛

【法文：CHANTING IN PALI, MORNING AND EVENING 巴利文早晚課誦本】

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: overseas@budaedu.org

Website: <http://www.budaedu.org>

This book is strictly for free distribution, it is not to be sold.

Ce livre est pour distribution gratuite mais pas à vendre.

Printed in Taiwan

1,000 copies; December 2014

FR011-12802



