

Die
Parittas

Aus dem Pali übersetzt
von *Anagarika Kassapa*

Erklärung

Parittas sind „Schutzverse“ des Pali. Dieses PDF, erstellt mit freundlicher Genehmigung des Autors, ist ein Auszug aus dem Buch „Eine besondere Kraft“ von Anagarika Kassapa, in dem sie zum ersten Mal ins Deutsche übersetzt wurden und genauer erklärt werden.

Der Autor

Anagarika Kassapa war 20 Jahre lang buddhistischer Mönch in Myanmar, Sri Lanka und Deutschland. Heute lebt er in Berlin.

Die Quelle

Anagarika Kassapa: Eine besondere Kraft.
Schriften, Übersetzungen und Briefe.
Roseburger Schriftenreihe 2003.

Erhältlich über Haus der Stille, Mühlenweg 20, 21514 Roseburg, Deutschland
www.hausderstille.org

MAHĀ PARITTANIDĀNA
Die große Einleitung zu den schützenden Versen

Samantā cakkavāḷesu
atrāgacchantu devatā
sadhammaṃ muṇirājassa
sunantu saggamokkhadaṃ

Herbei aus allen Weltsystemen
mögen die Götter herkommen!
Des Weisheitskönigs gute Lehre,
die Himmelsglück und Befreiung schenkt,
mögen sie vernehmen!

Dhammassavanakālo ayaṃ bhadantā
Zeit ist's, Verehrte, die Lehre zu hören!

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Verehrung sei ihm, dem Erhabenen, Heiligen, Vollerwachten!

Ye santā santacittā
tisaraṇasaraṇā
ettha lokantare vā
bhumābhummā ca devā
guṇa-gaṇa-gahaṇa
byāvaṭā sabbakālaṃ
Ete āyantu devā
Varakanakamaye
Merurāje vasanto
Santo santosahetuṃ
muṇivaravacanaṃ
sotumaggaṃ sammaggā

Die Stillen, die gestillten Geistes
fest in der dreifachen Zuflucht steh'n,
Götter, die zwischen den Welten
oder auch auf Erden leben,
allezeit darauf bedacht,
sich reichen Segen zu erwerben:
Sie mögen kommen, jene Götter,
die auf Meru, dem König der Berge, wohnen,
der hoch sich türmt aus edlem Gold.
In Eintracht seien sie versammelt,
des hehren Weisen Wort zu hören,
das friedlich stimmt und Frieden bringt.

Sabbesu cakkavāḷesu
yakkhā devā ca brahmano
yaṃ amhehi kataṃ puññaṃ
sabbasampattisādhakaṃ

Yakkhas, Götter und Brahmawesen
in allen Systemen der Welt:
Was wir uns an Verdienst erworben
samt allem Erfolg, den wir erreicht,

Sabbe taṃ anumoditvā
samaggā sāsane ratā
pamādarahitā hontu
ārakkhāsu visesato

mögen sie freudig übernehmen!
Einträchtig, der Botschaft froh,
mögen von Lässigkeit frei sie sein,
von Schutz umgeben allezeit!

Sāsanassa ca lokassa
vuḍḍhi bhavatu sabbadā
sāsanampi ca lokañca
devā rakkhantu sabbadā

Der Buddhabotschaft und der Welt
sei Wohlgedeih stets beschieden,
die Buddhabotschaft und die Welt
mögen die Götter stets schützen!

Saddhiṃ hontu sukhī sabbe
parivārehi attano
anīghā sumanā hontu
saha sabbehi ñātibhi

Glücklich mögen sie alle sein,
zusammen mit ihren Gefolgen,
unbeschwert, frohgemut,
samt allen Anverwandten.

Rājato vā corato vā
manussato vā amanussato vā
aggito vā udakato vā
pisācato vā khāṇukato vā
kaṇṭhakato vā nakkhatato vā
Jānapadarogato vā sasdhammato vā
asandiṭṭhito vā asapurisato vā
canda-hatthi-assa-miga-goṇa-kukkura
ahi-vicchika-maṇisappa-dīpi
accha-taraccha-sūkara-mahiṃsa-
yakkha-rakkhasādihi
nānārogato vā nānābhayato vā
nānāupaddavato vā
ārakkhaṃ gaṇhantu

Schutz mögen sie erlangen
vor dem König und den Dieben,

Menschen und Nichtmenschen,
Feuer und Wasser,
Kobolden, Baumstümpfen,
Gestrüpp und schlechten Sternen,
vor Seuchen und falscher Lehre,
dem Unsichtbaren und üblen Menschen,
vor Mondeinflüssen,
Elefanten, Pferden, Hirschen, Bullen,
Hunden, Schlangen, Skorpionen,
vor Kobras mit dem Schlangenstein,
vor Tigern, Bären, Hyänen, Schweinen,
Büffeln, Yakkhas und Dämonen,
vor Krankheit, Unheil
und Gefahr
mögen sie gesichert sein!

MAMGALASUTTAM
Die Rede vom großen Heil

Yaṃ maṅgalaṃ dvādasahi
cintayimsu sadevakā
sothhānaṃ nādigacchaanti
aṭṭhatimsañca mangalam

Was das Heil sei, darüber haben
die Götter zwölf Jahre lang nachgedacht.
Sie können das wahre Glück nicht finden
und die achtunddreißig Arten des Heils.

Desitaṃ devadevena
sabbapāpavināsaṃ
sabbalokahitattḥāya
mangalaṃ taṃ bhanāma he

Gelehrt hat es der Gott der Götter
zur Vernichtung allen Übels;
der ganzen Welt zum Wohle
lasst uns verkünden dieses Heil!

Evam me sutam:
Ekaṃ samayaṃ bhagavā sāvatthiyaṃ viharati
jetavane anāthapiṇḍikassa ārāme.

So habe ich gehört:
Einst weilte der Erhabene
im Jeta-Hain, zu Savatthi,
im Garten des Anathapindika.

Atha kho aññatarā devatā
abhikkantāya rattiyaṃ abhikkantavaṇṇā
kevalakappaṃ jetavanaṃ obhāsetvā

Da kam zu vorgerückter Nacht
eine Gottheit, strahlend schön, heran,
den ganzen Jeta-Hain erhellend.

Yena bhagavā tenupasaṅkami, upasaṅkamitvā
Bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ aṭṭhāsi
ekamantaṃ ṭhitā kho sā devatā
bhagavantaṃ gāthāya ajjhabhāsi.

Sie schritt auf den Erhab'nen zu,
ihn ehrfurchtsvoll begrüßend,
und stellte sich zur Seite hin.
Zur Seite stehend sprach die Gottheit
mit diesem Vers den Erhabenen an:

Bahu devā manussā ca

maṅgalāni acintayum,
ākaṅkhamānā sothhānam
brūhi maṅgala muttamam.

Viele Götter und Menschen
haben nachgedacht über das Heil,
sich nach dem Glücke sehnd.
So nenne denn das höchste Heil!

Asevanā ca bālānam
paṇḍitānañca sevanā,
pūjā ca puyaneyyānam
etaṃ maṅgalamuttamam.

Kein Umgang je mit Toren,
mit Verständigen pflege Umgang nur,
Verehrung denen, die verehrungswürdig:
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Patirūpadesavāso ca
pubbe ca katapuññatā,
attasammāpaṇidhi ca
etaṃ maṅgalamuttamam.

An günstigem Orte wohnen,
Verdienst, das früher man erwirkt,
Erhabenes selbst erstreben,
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Bāhusaccañca sippañca
vinayo ca susikkhito,
subhāsītā ca yā vācā
etaṃ maṅgalamuttamam.

Reichtum an Wissen und an Können,
wohlgeübt in der Tugend sein,
wohlgesprochene Rede:
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Mātāpitū upatthānam
puttadārassa saṅgaho,
anākulā ca kammantā
etaṃ maṅgalamuttamam.

Vater, Mutter unterstützen,
sorgen auch für Weib und Kind,
eine Tätigkeit in Frieden:
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Dānañca dhammacariyā ca
ñātakānañca saṅgaho,
anavajjāni kammāni

etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Gaben schenken, der Lehre folgen,
sorgen auch für die Verwandten,
untadelige Werke tun:
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Ārati virati pāpā
majjapānā ca saññamo,
appamādo ca dhammesu
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Absteh'n vom Bösen, sich seiner enthalten,
berauschendes Getränk vermeiden,
Unermüdlichkeit im Rechten,
das ist fürwahr das höchste Heil.

Gāravo ca nivāto ca
santuṭṭhi ca kataññutā,
kālena dhammasavaṇaṃ
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Ehrfurcht und Bescheidenheit,
Zufriedenheit und Dankbarkeit,
zur rechten Zeit die Lehre hören,
das ist fürwahr das höchste Heil.

Khantī ca sovacassatā
samaṇānañca dassanaṃ,
Kālena dhammasākacchā
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Geduld und Milde üben,
Besuche bei den Weisen auch,
zur rechten Zeit ein Lehrgespräch,
das ist fürwahr das höchste Heil.

Tapo ca brahmacariyañca
ariyasaccānadassanaṃ,
Nibbānasacchikiriyaṃ ca
etaṃ maṅgalamuttamaṃ.

Eifrig streben, brahmagleich leben,
die edlen Wahrheiten durchschau'n,
Nibbana zu erreichen,
das ist fürwahr das höchste Heil.

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

Ein Geist, der nicht erzittert,
treffen einen die Dinge der Welt,
voll Frieden, frei von Lust und Sorge:
Das ist fürwahr das höchste Heil.

Etādisāni katvāna
sabbatthamaparājitā,
sabbattha sotthiṃ gacchanti
taṃ tesam maṅgalamuttamanti.

Die solches sich erwirkt,
sind unbesiegt auf jede Weise.
Sie gehen überall zum Glück:
Das ist für sie das höchste Heil.

RATANASUTTAM
Die Juwelenrede

Pañidhānato patthayā
tathāgatasssa dasa pāramiyo
dasa upapāramiyo
dasa pāramattha pāramiyo ti
samattiṃsa pāramiyo

Seit er den Entschluss gefasst
zur Buddhaschaft heranzureifen,
hat sich erwirkt das große Wesen
eines Heilbringers zehn Vollkommenheiten,
zehn weitere von höherer Art
und zehn der allerhöchsten,
zusammen ihrer dreißig.

Pañca mahāpariccāye
lokatthacariyaṃ
ñātatthacariyaṃ
buddhatthacariyanti
tisso cariyāyo.

Fünffach war sein großes Entsagen
und dreifach sein hoher Wandel:
der Welt zum Heil,
den Verwandten zum Wohle
und zur Erlangung der Buddhaschaft.

Pacchimabhavē gabbhavokkantiṃ
jātiṃ abhinikkamaṇaṃ
padhānacariyaṃ bodhipallanke
māravijjayaṃ
sabbaññūtaññāṇappativedhaṃ
dhammacakkappavattanaṃ
nava lokuttaradhamme ti.

Zum letzten Male stieg er hinab
in einen Mutterschoß.
Wundersam war seine Geburt
und wie er zog vom Hause fort.
Kraftvoll rang er im Lotossitz,
die Buddhaweisheit zu erwecken,
den Todesfürsten besiegte er,
drang durch zu allumfassendem Wissen.
Er setzte das Rad der Lehre in Gang,
als er die überweltlichen neun
Dinge hatte verwirklicht.

Sabbe p'ime Buddhagaṇe āvajjetvā
Vesāliyā tisu pākaraṇaṇesu
tiyāmarattiṃ parittaṃ karonto

āyasmā Ānandatthero viya
karuṇṇacittaṃ upaṭṭhāpetvā

All dieser Buddhatugenden
wollen wir gedenken,
wie einst Ananda, der Verehrte,
der in den drei Monaten der Stadt Vesali
während der drei Wochen der Nacht
seine schützende Rede sprach
und den Geist des Mitempfindens erweckte.

Koṭṭisatasahassesu
cakkāvaḷesu devatā
yass'ānaṃ patiggaṇhanti
yaṅca Vesāliyā pure
rogāmanussa-dubbhikka-
sambhūtaṃ tividhaṃ bhayaṃ
khippaṃantaradhāpesi
parittaṃ taṃ bhanama he!

So kam es, dass in den vielhunderttausend
mal hunderttausend Weltsystemen
die Götter seiner Weisung folgten
und ihm zur Hilfe eilten.
So brachte er bald in der Stadt Vesali
Krankheit, Dämonen und Hungersnot,
diesen dreifachen Schrecken, zum Schwinden.
Sprechen wir nun seine schützende Rede!

Yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antaḷikkhe
sabbeva bhūtā sumanā bhavantu
atho'pi sakkacca suṇantu bhāsitaṃ.

Ihr Wesen, die ihr hier versammelt,
der Erde und des Himmelraums;
frohgestimmt möget ihr alle sein
und aufmerksam der Rede lauschen!

Tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe
mettaṃ karotha mānusiya pajāya.
divā ca ratto ca haranti ye baḷiṃ
tasmā hi ne rakkhatha appamattā.

So höret denn, ihr Wesen alle,
der Menschheit wendet Güte zu!
Die Tag und Nacht euch Gaben bringen,
beschützt sie ohn' Unterlass!

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ
na no samaṃ atthi tathāgatena

idampi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Welch Gut man auch findet,
hier und im Jenseits,
welch herrlich Juwel in den Himmeln auch sei,
keines ist dem Vollendeten gleich!
Im Erwachten leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Khayaṃ virāgaṃ amataṃ paṇītaṃ
yadajjhagā sakyamunī samāhito
na tena dhammena samatthi kiñci
idampi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hoti.

Versiegung, Entsüchtung, das Todlose kostbar,
das der Sakya-Weise in Sammlung erreicht:
Nichts gibt es, das dem Todlosen gleich!
In der Lehre leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Yambuddhaseṭṭho parivaṇṇayī sucim
samādhimānantarikaññaṃāhu
samādhinā tena samo na vijjati
idampi dhamme ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Was der Buddha, der Höchste, als lauter gerühmt,

nennt man Sammlung mit sofortiger Frucht.
Es gibt keine Sammlung, die dieser gleich!
In der Lehre leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Ye puggalā aṭṭhasatampasatthā
cattāri etāni yugāni honti
te dakkhiṇeyyā sugatassa sāvakā
etesu dinanāni mahapphalāni.
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Die acht von den guten gepriesenen Menschen,

vier Zweiergruppen machen sie aus,
des Heilbringers ehrbare Jüngerschar!
Was ihnen gegeben, bringt reichen Segen.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Ye suppayuttā manasā daḷhena
nikkāmino gotamasāsanamhi
te pattipattā amataṃ vigayha
laddhā mudhā nibbutim bhuñjamānā.

idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Die gefestigt und stark im Geiste
in Gotamas Lehre begierdefrei steh'n,
sind am Ziel, ins Todlose eingetaucht,
die Erlösung genießend wie ein Geschenk.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Yathindakhīlo paṭhavimsito siyā
catubhi vātehi asampakampiyo
tathūpamaṃ sappurisaṃ vadāmi
yo ariyasaccāni avecca passati.
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Wie ein Torpfeiler, fest in die Erde gerammt,
nicht zu erschüttern ist von den vier Winden,
so, sage ich, ist ein guter Mensch,
der die edlen Wahrheiten unbeirrt schaut.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Ye ariyasaccāni vibhāvayanti
gambhīrapaññaṇaṃ sudesitāni
kiñcāpi te honti bhusaṃ pamattā
na te bhavaṃ aṭṭhamaṃ ādiyanti
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Die die edlen Wahrheiten klar verstehen,
mit tiefer Weisheit wohl verkündet,
so langsam auch ihr Fortschritt sei,
in ein achtetes Dasein gelangen sie nicht.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Sahāvassa dassanasampadāya
tayassu dhammā jahitā bhavanti
sakkāyadiṭṭhi vicikicchitaṇca
silabbataṃ vāpi yadatthi kiñci
catuhapāyehi ca vippamutto
chacchābhitānāni abhabbo kātuṃ
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Begabt mit tiefer Einsicht
gibt er drei Dinge auf:
Ichglauben, Zweifel und alles Hängen
an Regeln und Riten auch.
Von den vier niederen Welten befreit,

kann er nicht mehr die sechs großen Übel tun.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Kiñcāpi so kammaṃ karoti pāpakaṃ
kāyena vācā uda cetasā vā
abhabbo so tassa pañicchādāya
abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Was er auch immer an Falschem tut,
in Taten, in Worten und im Geist:
Nicht ist er mehr fähig, es zu verbergen,
des Klarsicht'gen Unvermögen wird dies genannt.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Vanappagumbe yathā phūssitagge
gimhānamāse paṭhamasmiṃ gimhe
tathūpamaṃ dhammavaraṃ adesayī
nibbāṇagāmiṃ paramaṃ hitāya
idampi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Wie Blütenwipfel im Waldesdickicht
zur Sommerzeit, im ersten Sommer,
solch treffliche Lehre hat er verkündet,
zum Nibbana führend, zum höchsten Heil.
Im Erwachten leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Varo varaññū varado varāharo
anuttaro dhammavaraṃ adesayī
idampi buddhe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Der Höchste, der das Höchste kennt,
das Höchste gibt, das Höchste bringt,
er ohnegleichen hat verkündet
die Lehre, die vortreffliche.
Im Erwachten leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Khīṇaṃ purāṇaṃ navaṃ natthi sambhavaṃ
virattacittā āyatike bhavasmim.
te khīṇabijā aviruḥhicchandā
bibbanti dhirā yathāyampadīpo.
idampi saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu.

Verzehrt ist das Alte, nichts Neues mehr wird,

nicht süchtet der Geist mehr nach künftigem Sein.
Verdorrt ist der Keim, kein Wünschen mehr wächst,
so verlöschen die Weisen wie diese Lampe.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antaḷikkhe
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ
buddhaṃ namassāma suvatthi hotu.

Ihr Wesen, die ihr hier versammelt,
der Erde und des Himmelsraums:
den Götter und Menschen als Vollendeten preisen,
den Erwachten verehren wir, es bringe Heil!

Yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antaḷikkhe
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ
dhammaṃ namassāma suvatthi hotu.

Ihr Wesen, die ihr hier versammelt,
der Erde und des Himmelsraums:
die Götter und Menschen als vollendet preisen,
die Lehre verehren wir, es bringe Heil!

Yānīdha bhūtāni samāgatāni
bhummāni vā yāni va antaḷikkhe
tathāgataṃ devamanussapūjitaṃ
saṅghaṃ namassāma suvatthi hotu.

Ihr Wesen, die ihr hier versammelt,
der Erde und des Himmelsraums:
die Götter und Menschen als vollendet preisen,
die Jüngerschaft rehren wir, es bringe Heil!

METTASUTTAM

Die Lehrrede von der allumfassenden Güte

Yass'ā nubhāvato yakkhā
neva dassenti bhīsanam
yañhi cevānuyuñjanto
rattindivam atandito

Wer unermüdlich Tag und Nacht
dieser Übung hingegeben,
bei der wunderbarer Macht
nicht einmal Yakkhas Furcht einflößen,

sukham supati sutto ca
pāpaṃ kiñci na passati
evāmādi gunūpetam
parittam tam bhanāma he.

schläft glücklich und hat im Schläfe
keine üblen Traumgesichte.
Die Verse, die so viel Gutes bringen,
lasst uns zum Schutz nun sprechen!

Karaṇīyamattakusalena
yam tam santam padaṃ abhisamecca,
sakko ujū ca suhujū ca
suvaco cassa mudu anatimānī.

So soll handeln, wer das Heil erstrebt
und um den höchsten Frieden weiß:
Er sei befähigt, gerad und aufrecht,
mild in der Rede, sanft und ohne Stolz.

Santussako ca subharo ca
appakicco ca sallahukavuttī
santindriyo ca nipako ca
appagabbho kulesu ananugiddho.

Er sei zufrieden und bescheiden,
nicht viel geschäftig und genügsam,
still bei den Sinnen, im Geiste klar,
nicht dreist, nicht gierig sei sein Verhalten.

Na ca khuddam samācare kiñci
yena viññū pare upavadeyyum
sukhino va khemino hontu
sabbe sattā bhavantu sukhittā

Auch nicht das Kleinste soll er tun,
woran And're, Weise, Tadel fänden!
Beseligt und voll Frieden
mögen glücklich sein alle Wesen!

Ye keci pāṇa bhūtatthi
tasā vā thāvarā vā anavasesā
dīghā va ye mahantā vā
majjhimā rassakāṇukathulā

Was es an Wesen auch hier gibt,
allesamt, seien sie stark oder schwach,
lang oder kurz, groß oder klein,
mittelgroß, zart oder grob von Gestalt,

Diṭṭhā vā yeva adiṭṭhā
ye ca dūre vasanti avidūre
bhūtā vā sambhavesī vā
sabbe sattā bhavantu sukhittā

ob sichtbar oder unsichtbar,
ferne oder nahe weilend,
im Dasein stehend, zum Dasein drängend:
Sie alle mögen glücklich sein!

Na paro param nikubbetha
nātimaññetha katthaci naṃ kañci
byārosanā paṭiḡhasaññā
nāññamaññassa dukkhamiccheyya

Niemand hintergehe den anderen,
niemand verachte man, weshalb auch immer!
Weder aus Ärger noch aus Feindschaft
soll man einander Übles wünschen!

Matā yathā niyaṃ puttāṃ
āyusā ekaputtāṃ anurakkhe
evampi sabbabhūtesū
mānasā bhāvaye aparimāṇāṃ

Wie eine Mutter ihren Sohn,
ihr einzig Kind, mit dem Leben schützt,
entfalte man zu allen Wesen
ohne Grenzen seinen Geist!

Mettāṃ ca sabbalokasmim
mānasā bhāvaye aparimāṇāṃ
uddhaṃ adho ca tiriyaṅca
asambādhaṃ averāṃ asampattāṃ

Voll Güte zu der ganzen Welt
entfalte man ohne Grenzen den Geist!
Nach oben und unten, nach allen Seiten,
von Enge, Hass und Feindschaft frei.

Tiṭṭhaṃ caraṃ nisinna vā

sayāno vā yāvatassa vigatamiddho
etaṃ satīṃ aditṭheyya
brahmenetaṃ vihāraṃ idhamāhu

Im Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen,
wann immer man von Schlafheit frei,
stehe man fest in dieser Achtsamkeit!
Das nennt man brahmagleiches Weilen.

Ditṭhiṅ ca anupaggama silavā
dassanena sampanno
kāmesu vineyya gedhaṃ
na hi jātu gabbhaseyyaṃ punareṭīti.

In keine Ansicht mehr verfallend
hat der Tugendstarke rechten Blick.
Von aller Sinnengier sich lösend
kehrt er zu keiner Geburt mehr zurück.

KHANDHASUTTAM

Sabbāsīvisajātīnaṃ
dībbamantāgadaṃ viya
yaṃ nāseti viṣaṃ ghoraṃ
sesañcāpi parissayaṃ

Gegen Gifte aller Art
hilft, einem Göttermantra gleich,
ein Spruch, der das furchtbare Gift zerstört
und auch die restliche Gefahr

Āṇākhhattamhi sabbattha
sabbadā sabbapāṇi naṃ
sabbasopi nivāreti
parittaṃ taṃ bhāṇāma he!

überall im Bereich seiner Macht,
immer und auf jede Art,
fernhält von allen Wesen.
Den Schutzspruch lasst uns sprechen!

Virūpakkhehi me mettaṃ
mettaṃ Erāpathehi me
chabyāputtehe me mettaṃ
mettaṃ Kaṇhāgotamakkehi ca.

Den Virupakka-Schlangen send ich Güte,
Güte den Erapathas,
den Chabyaputtas send ich Güte,
Güte den Kanhagotamakas.

Apādakehi me mettaṃ
mettaṃ dvipādakkehi me
catuppadehi me mettaṃ
mettaṃ bahuppadehi me.

Den fußlosen Wesen send ich Güte,
Güte den zweifüß'gen Wesen;
den vierfüß'gen Wesen send ich Güte,
Güte den vielfüß'gen Wesen.

Mā maṃ apādako hiṃsi
mā maṃ hiṃsi dvipādako
mā maṃ cattuppado hiṃsi
mā maṃ hiṃsi bahuppado.

Kein fußloses Wesen soll mich verletzen,
verletzen kein zweifüßig Wesen,
kein vierfüßig Wesen soll mich verletzen,
verletzen kein vielfüßig Wesen.

Sabbe sattā
sabbe pāṇā
sabbe bhūtā ca kevalā
sabbe bhadrāni passantu
mā kiñci pāpaṃ āgamā.

Alle Wesen, die da leben,
die da atmen, die da werden:
Nur Gutes mögen sie erfahren,
kein Übel soll sich ihnen nah'n!

Appamāṇo Buddhō
appamāṇo Dhammo
appamāṇo Saṅgho
pamāṇavanti sarīsappāni
ahi vicchikā satapādī
uṇṇanābhī sarabū mūsikā

Grenzenlos ist der Erwachte,
grenzenlos ist seine Lehre,
grenzenlos seine Jüngerschaft;
begrenzt aber sind Kriechtief, Schlange,
Skorpion und Hundertfuß,
Spinne, Eidechse, Maus.

Katā me rakkhā
kataṃ me parittaṃ
paṭikkamantu bhūtāni
sohaṃ namo bhagavato
namo sattannaṃ sammāsambuddhānaṃ.

Nun hab' ich Schutz geschaffen
und Sicherheit gewirkt.
Weichet, Ihr Wesen, zurück!
Verehrung dem Erhabenen,
Verehrung den sieben Vollerwachten!

MORASUTTAM
Die Rede vom Pfau

Purentam Bodhisambhāre
nibbattam morayoninam
yena samvihitārakkham
mahāsattam vanecarā

Den Keim zur Buddhaschaft erweckend,
erschien als Pfau geboren
das große Wesen,
stets Schutz gewährend.

Cirassam vāyamatāpi
n'eva sakkhimsu gaṇhitum
Brahman'tan ti akkhātam
parittam tam bhanāme he!

Lange mühten sich die Jäger,
doch fangen konnten sie es nie.
"Das ist Brahman", ging ein Sagen.
Dazu das schützende Wort:

Udet'ayam cakkhumā ekerājā
harissavaṇṇo pathavippabhāto
tam tam namassāmi
harissavaṇṇam pathavippabhātam
tayajja guttā viharemu
divasam

Es erscheint ein Weltenherrscher,
begabt mit Seheraugen,
der golden schimmert wie die Erde
im frühen Morgenlicht.
Vor ihm verneige ich mich tief,
der golden schimmert wie die Erde
im frühen Morgenlicht.
So mögen wir denn heute
behütet sein bei Tag.

Ye brāhmaṇā
vedegū sabbadhamme
te me namo
te ca maṃ pālayantu.
Nāmatthu Buddhānam
nāmatthu bodhiyā
nāmatthu vimuttānam
nāmatthu vimuttiyā.
Imaṃ so parittam katvā
moro carati esanā

Den Brahmanen, die bewandert

in der ganzen Lehre,
sei meine Verehrung,
auf dass sie mich schützen!
Verehrung den Erwachten,
Verehrung dem Erwachensein,
Verehrung den Befreiten,
Verehrung dem Befreitsein.
Ist dieses schützende Wort gesagt,
wandert suchend umher der Pfau.

Apet'ayaṃ cakkhumā ekerājā
harissavaṇṇo pathavippabhāto
taṃ taṃ namassāmi
harissavaṇṇaṃ pathavippabhātaṃ
tayajja guttā viharemu
rattiṃ.

Es erscheint ein Weltenherrscher,
begabt mit Seheraugen,
der golden schimmert wie die Erde
im frühen Morgenlicht.
Vor ihm verneige ich mich tief,
der golden schimmert wie die Erde
im frühen Morgenlicht.
So mögen wir denn heute
behütet sein bei Nacht.

Ye brāhmaṇā
vedegū sabbadhamme
te me namo
te ca maṃ pālayantu.

Den Brahmanen, die bewandert
in der ganzen Lehre,
sei meine Verehrung,
auf dass sie mich schützen!

Nāmatthu Buddhānaṃ
nāmatthu bodhiyā
nāmatthu vimuttānaṃ
nāmatthu vimuttiyā.
Imaṃ so parittaṃ katvā
moro vasaṃ akappayi.

Verehrung den Erwachten,
Verehrung dem Erwachensein,
Verehrung den Befreiten,
Verehrung dem Befreitsein.
Ist dieses schützende Wort gesagt,
läßt nieder sich der Pfau.

PUBBANHA-SUTTAM
Die Rede für den Vormittag

Yaṃ dunnimittāṃ avamangalañca
yo c'āmanāpo sakuṇassa saddo
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ
Buddhānubhāvena vināsamentu.

Welch Unglücksomen sich auch zeige,
welch gräßlicher Vogelschrei auch ertöne,
der Zugriff des Bösen, der drückende Traum:
Vor dem Machtglanz des Buddha mögen sie weichen!

Yaṃ dunnimittāṃ avamangalañca
yo c'āmanāpo sakuṇassa saddo
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ
Dhammānubhāvena vināsamentu.

Welch Unglücksomen sich auch zeige,
welch gräßlicher Vogelschrei auch ertöne,
der Zugriff des Bösen, der drückende Traum:
Vor dem Machtglanz der Lehre mögen sie weichen!

Yaṃ dunnimittāṃ avamangalañca
yo c'āmanāpo sakuṇassa saddo
pāpaggaho dussupinaṃ akantaṃ
Sanghānubhāvena vināsamentu.

Welch Unglücksomen sich auch zeige,
welch gräßlicher Vogelschrei auch ertöne,
der Zugriff des Bösen, der drückende Traum:
Vor dem Machtglanz der Jüngerschaft mögen sie weichen!

Dukkhappattā ca nidukkhā
bhayappattā ca nibhayā
sokappattā ca nissokā
hontu sabbepi paṇino

Ob leidbedrückt, von Leiden frei,
ob furchterfüllt, von Furcht befreit,
ob sorgenvoll, von Sorgen frei:
Alle Wesen sollen's sein!

Ettāvatā ca amhehi
sambhataṃ puññasampadaṃ
sabbe devānumodantu
sabbasampatti-siddhiyā.

Soweit wir uns erwerben
Erfolg durch unser Verdienst,
mögen die Götter alle
teilhaben an unserem Glück!

Dānaṃ dadantu saddhāya
sīlaṃ rakkhantu sabbadā
bhāvanābhiratā honti
gacchantu devatāgatā

Aus Vertrauen verschenke man Gaben,
über die Tugend wache man immer,
an Geistesentfaltung finde man Freude,
so gehe man ein in die Götterwelt.

Sabbe Buddhā balappattā
paccekānañca yaṃ balaṃ
arahantānaṃ ca tejena
rakkhaṃ bandhāmi sabbaso

Kraftvoll sind die Buddhas alle,
kraftvoll auch die Einzelerwachten,
durch das Licht der Arahats
Mög' ich Schutz erlangen auf jede Art!

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ
na no samaṃ atthi tathāgatena
idampi Buddhē ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu!

Welch Gut es auch gibt hier und im Jenseits,
welch herrlich Juwel in den Himmeln auch sei:
Keines ist dem Vollendeten gleich!
Im Erwachten leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ
na no samaṃ atthi tathāgatena
idampi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu!

Welch Gut man auch findet hier und im Jenseits,
welch herrlich Juwel in den Himmeln auch sei:
Keines ist dem Vollendeten gleich.
In der Lehre leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ
na no samaṃ atthi tathāgatena
idampi Sanghe ratanaṃ paṇītaṃ
etena saccena suvatthi hotu!

Welch Gut man auch findet hier und im Jenseits,

welch herrlich Juwel in den Himmeln auch sei:
Keines ist dem Vollendeten gleich.
In der Jüngerschaft leuchtet dies edle Juwel,
diese Wahrheit bringe Heil!

Bhavatu sabbamangalam
rakkhantu sabbadevatā
sabbabuddhānubhāvena
sadā sukhī bhanatu te!

Alles Glück sei euch beschieden,
schützen mögen euch die Götter,
bei dem Machtglanz aller Buddhas
möget ihr stets glücklich sein!

Bhavatu sabbamangalam
rakkhantu sabbadevatā
sabbadhammānubhāvena
sadā sukhī bhanatu te!

Alles Glück sei euch beschieden,
schützen mögen euch die Götter,
bei dem Machtglanz aller Dharmas
möget ihr stets glücklich sein!

Bhavatu sabbamangalam
rakkhantu sabbadevatā
sabbasanghānubhāvena
sadā sukhī bhanatu te!

Alles Glück sei euch beschieden,
schützen mögen euch die Götter,
bei dem Machtglanz aller Sanghas
möget ihr stets glücklich sein!

Mahākaruṇiko nātho
hitāya sabbapāṇinam
pūretvā paramī sabbā
patto sambodhimuttamam
etena saccavajjena
sotthi te hotu sabbadā

Der Herr des großen Erbarmens
hat zum Wohle aller Wesen
vollendet alle Vollkommenheiten
und das höchste Erwachen erreicht.
Es möge dieser Wahrheitspruch
dir immer Heil bescheren!

Jayanto bodhiyā mule
sakyānam nandivaḍḍhano
evameva jayo hotu

jayassu jayamangale!

So wie er siegreich weilte
an des Bodhibaumes Wurzel
und dem Sakyastamme
mehrte all sein Glück,
so auch leuchte dir der Sieg,
es sei ein Sieg voll Siegesglück.

Aparājitapallanke
sīse puthuvi-pukkhale
abhiseke sabbabuddhānaṃ
aggappatto pamodati.

Unbesiegt im Lotossitz,
das Haupt erhoben über die Erde,
genießt die Weihen aller Buddhas,
wer diesen Gipfel hat erreicht.

Sunakkhattaṃ sumaṅgalaṃ
suppabhātaṃ suhuṭṭhitaṃ
sukhaṇo sumuhutto ca
suyiṭṭhaṃ brahmacārisu

Die Sterne, gut und glückverheißend,
aufgegangen im hellem Glanz,
glücklich die Zeit und der Augenblick
den Brahmagleich Lebenden reine Gabel!

padakkhiṇaṃ kāyakammaṃ
vācākammaṃ padakkhiṇaṃ
padakkhiṇaṃ manokammaṃ
paṇīdhi te padakkhiṇe

Rechtes Wirken in den Taten,
rechtes Wirken in der Rede,
rechtes Wirken auch im Geiste
und Entschlossenheit zum Rechten.

Padakkhiṇāni katvāna
labhantatthe padakkhiṇe
te atthaladdhā sukhitā
virūḷhā Buddhasāsane
arogā sukhitā hotha
saha sabbehi ñātibhi.

Wer diese Dinge recht getan,
erlangt auch die rechten Folgen.
Glücklich sind, die sie erlangt,
die so in der Buddhabotschaft gewachsen.
So seid denn glücklich, von Krankheit frei,
samt allen Anverwandten!

NIBBĀNA

Atthi bhikkhave tad āyatanam
yattha neva paṭhavī na āpo
na tejo na vāyo,

Es gibt, Ihr Mönche, ein Gebiet,
wo es Erde und Wasser,
Feuer und Wind nicht gibt,

na ākāsaññācāyatanam
na viññāṇaññācāyatanam
na akiñcaññāyatanam
na nevasaññā-nāsaññāyatanam

nicht wird dort mehr erfahren
die Unendlichkeit des Raums,
die Unendlichkeit des Bewusstseins,
die Nichtirgendetwasheit
und was da Wederwahrnehmung-
noch-Nichtwahrnehmung heißt.

na ayam loko
na paraloko
na ubho candimasuriyā
tad aham bhikkhave neva āgatim
vadāmi na gatim na ṭhitim
na cutim na uppattim

Nicht diese Welt gibt's dort,
auch nicht die Jenseitswelt,
nicht leuchten dort Sonne und Mond.
Kein Kommen nenn' ich dies, Ihr Mönche,
kein Gehen und kein Stillesteh'n,
kein Sterben und kein Neuentsteh'n.

appatiṭṭham, appavattam, anārammaṇam eva taṃ:
es'ev'anto dukkhassa.

Es ist ohne Stütze, bewegt sich nicht fort,
und kein Objekt erkennt es mehr:
Dies ist das Leidensende.

Atthi bhikkhave
ajātam abhūtam
akātam asaṅkhatam
no ce taṃ abhanissa
ajātam abhūtam
akātam asaṅkhatam
na yidaṃ
jātassa bhūtassa
katassa sankhatassa

nissaraṇaṃ paññāyetha
Yasmā ca kho bhikkhave
atthi ajātaṃ abhūtaṃ
akataṃ asankhataṃ
tasmā jātaṃ bhūtaṃ
kataṃ sankhataṃ
nissaraṃ paññāyati.

Es gibt, Ihr Mönche,
ein Ungeborenes, Ungewordenes,
nicht Gemachtes, nicht Geschaffenes.
Und gäbe es nicht, Ihr Mönche,
dieses Ungeborene, Ungewordene,
nicht Gemachte, nicht Geschaffene,
wäre aus dem
Geborenen, Gewordenen,
Gemachten und Geschaffenen
kein Ausweg zu erkennen.
Weil es aber, Ihr Mönche,
ein Ungeborenes, Ungewordenes,
nicht Gemachtes, nicht Geschaffenes gibt,
ist aus dem Geborenen, Gewordenen,
Gemachten und Geschaffenen
ein Ausweg zu erkennen.

MAHĀKĀRUNIKO-NĀTHO-TI-ĀDI-GĀTHĀYO
"Der Herr des großen Erbarmens" und andere Verse

Mahākāruṇiko nātho
atthāya sabbapāṇīnaṃ
pūretva pārāmī sabbā
patto sambodhiṃ uttamaṃ
etena saccavajjena
mā hontu sabbupaddavā

Der Herr des großen Erbarmens
hat zum Wohle aller Wesen
vollendet alle Vollkommenheiten
und das höchste Erwachen erreicht.
Es möge dieser Wahrheitspruch
abwenden alle Gefahren!

Mahākāruṇiko nātho
hitāya sabbapāṇīnaṃ
pūretva pārāmī sabbā
patto sambodhiṃ uttamaṃ
etena saccavajjena
mā hontu sabbupaddavā

Der Herr des großen Erbarmens
hat zum Segen aller Wesen
vollendet alle Vollkommenheiten
und das höchste Erwachen erreicht.
Es möge dieser Wahrheitspruch
abwenden alle Gefahren!

Mahākāruṇiko nātho
sukhāya sabbapāṇīnaṃ
pūretva pārāmī sabbā
patto sambodhiṃ uttamaṃ
etena saccavajjena
mā hontu sabbupaddavā

Der Herr des großen Erbarmens
hat zum Glücke aller Wesen
vollendet alle Vollkommenheiten
und das höchste Erwachen erreicht.
Es möge dieser Wahrheitspruch
abwenden alle Gefahren!

BRAHMAVIHĀRAGĀTHĀYA
Verse zu den Göttlichen Verweilungen

Güte

Sabbe sattā sukhitā hontu
sabbe sattā averā hontu
sabbe sattā abyāpajjhā hontu
sabbe sattā anighā hontu
sabbe sattā sukhī
attānaṃ pariharantu

Glücklich seien alle Wesen,
frei sein mögen sie von Hass,
frei von Bosheit,
frei von Sorge,
mögen sie glücklich ihr Leben führen.

Mitempfinden

Sabbe sattā subbadukkhā pamuccantu

Mögen alle Wesen befreit von allem Leiden sein.

Mitfreude

Sabbe sattā laddha-sampatthito mā vigacchantu

Mögen alle Wesen das erlangte Glück nicht verlieren!

Gleichmut

Sabbe sattā kammaṣakā
kammaḍāyadā
kammayonī
kammabandhū
kammaṭṭisaraṇā
yaṃ kammaṃ karissanti
kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā
tassa dāyadā bhavissanti

Eigner ihrer Taten sind die Wesen alle,
sie sind ihrer Taten Erben,
aus ihnen sind sie geboren,
mit ihnen sind sie verwandt,
bei ihnen finden sie Schutz.
Taten, die sie begehen werden,
seien sie edel oder gemein,
deren Erben werden sie sein.

ANICCA, DUKKHA, ANATTĀ
Über Vergänglichkeit, Leiden und Nicht-Ich

Sabbe sankhārā aniccā ti
yadā paññāya passati
atha nibbindati dukkhe
esa maggo visuddhiyā

Vergänglich ist alles, was gestaltet,
durchschaut dies jemand wissensklar,
wird er von allem Leiden frei,
dies ist zur Reinheit hin der Pfad.

Sabbe sankhārā dukkhā ti
yadā paññāya passati
atha nibbindati dukkhe
esa maggo visuddhiyā

Leidhaft ist alles, was gestaltet,
durchschaut dies jemand wissensklar,
wird er von allem Leiden frei,
dies ist zur Reinheit hin der Pfad.

Sabbe dhammā anattā ti
yadā paññāya passati
atha nibbindati dukkhe
esa maggo visuddhiyā

Nicht-Ich ist alles, was es gibt,
durchschaut dies jemand wissensklar,
wird er von allem Leiden frei,
dies ist zur Reinheit hin der Pfad.

Appakā te manussesu
ye janā pāragāmino
ath' āyaṃ itarā pajā
tīraṃ ev'ānudhāvati

Nur wenige gibt's unter den Menschen,
die zum jenseit'gen Ufer geh'n.
Das and're Volk läuft währenddessen
am diesseit'gen Ufer hin und her.

Ye ca kho sammadhakkhāte
Dhamme dhammānūvattino
te janā pāramessanti
maccudheyyaṃ suduttaraṃ

Doch die, in der Lehre wohlunterwiesen,
der Lehre gemäß ihr Leben führen,
diese Leute werden durchqueren
das Todesreich, dem so schwer zu entrinnen.

Kaṇham dhammaṃ vippahāya
sukhaṃ bhāvetha paṇḍito
okā anokam āgamma
viveke yattha dūramaṃ
tatr'ābhiratim iccheyya
hitvā kāme akiñcano

Die dunklen Dinge hinter sich lassend,
soll der Kluge das Lichte entfalten.
Vom Haus in die Hauslosigkeit gezogen,
wo's in der Einsamkeit schwer zu ertragen,
suche er dort die wahre Freude,
Lüste verwerfend, nichts besitzend.