

RECITACIONES

ZEN

Sûtras, daranis y estrofas

佛
經
典

Comunidad Soto Zen Camino Medio

Índice general

MÂKÂ HANNYÂ HÂRAMITÂ SHINGYÔ	2
EL SUTRA CORAZÓN DE LA GRAN SA- BIDURÍA	5
CUATRO GRANDES VOTOS	6
GRAN OFRECIMIENTO	7
Tres Versos	8
DÂIHÎ SHIN DARANI	9
OFRECIMIENTO A LOS MAESTROS DEL LINAJE	10
SHÔSAIMYÔ KICHIYÔ DARANI	11
OFRECIMIENTO UNIVERSAL	12
OFRECIMIENTO A LOS BUDDHAS DE LA TRANSMISIÓN	13
YENMEI YUKKU KANNON GYÔ	16
OFRECIMIENTO DEL YENMEI YUKKU KANNON GYÔ	17
ESTROFAS DE LAS COMIDAS	18
TISARANA	21

MÂKÂ HANNYÂ HÂRAMITÂ SHINGYÔ

Kan ji zai bo satsu.
Gyo jin hannya haramita ji.
Sho ken go on kai ku.
Do issai ku yaku.

Sha ri shi.
Shiki fu i ku.
Ku fu i shiki.
Shiki soku ze ku.
Ku soku ze shiki.
Ju so gyo shiki.
Yaku bu nyo ze.

Sha ri shi.
Ze sho ho ku so.
Fu sho fu metsu.
Fu ku fu jo.
Fu zo fu gen.
Ze ko ku chu.

Mu shiki mu ju so gyo shiki.
Mu gen ni bi ze shin ni.
Mu shiki sho ko mi soku ho.
Mu gen kai nai shi mu i shiki kai.

Mu mu myo yaku mu mu myo jin.
Nai shi mu ro shi.
Yaku mu ro shi jin.
Mu ku shu metsu do.
Mu chi yaku mu toku.
I mu sho toku ko.

Bo dai satta.
E hannya haramita ko.
Shin mu kei ge.
Mu kei ge ko.
Mu u ku fu.
On ri issai ten do mu so.
Ku gyo ne han.

San ze sho butsu.
E hannya haramita ko.
Toku a noku ta ra san myaku san bo dai.

Ko chi hannya haramita.
Ze dai jin shu.
Ze dai myo shu.
Ze mu jo shu.
Ze mu to do shu.
No jo issai ku.

Shin jitsu fu ko.
Ko setsu hannya haramita shu.
Soku setsu shu watsu.

Gya tei gya tei hara gya tei.
Hara so gya tei.
Bo ji so wa ka.

Hannya shingyō.

EL SUTRA CORAZÓN DE LA GRAN SABIDURÍA

Avalokitesvara bodhisattva, por la práctica profunda de la Prasñâ Pâramitâ, ve claramente que los cinco agregados son shûnyata, liberándose así de todo sufrimiento. Shariputra, los fenómenos no son diferentes de shûnyata. Shûnyata no es diferente de los fenómenos. Los fenómenos son shûnyata. Shûnyata es fenómenos. Sensaciones, percepciones, formaciones mentales y conciencia son igualmente shûnyata. Shariputra, todas las existencias son shûnyata. En shûnyata no hay nacimiento ni muerte, ni pureza ni impureza, ni crecimiento ni disminución, ni formas, ni sensaciones, ni percepciones, ni formaciones mentales, ni conciencia, ni órganos sensoriales, ni mente, ni objetos sensoriales, ni objetos de la mente, ni conciencias sensoriales, ni conciencia de la mente, ni ignorancia ni extinción de la ignorancia, ni vejez ni muerte, ni extinción de la vejez y de la muerte, ni sufrimiento, ni causa del sufrimiento, ni liberación del sufrimiento, ni vía de liberación del sufrimiento, ni sabiduría ni nada que obtener. Sin nada que obtener, el bodhisattva, gracias a la Prasñâ Pâramitâ, se libera de miedos, obstáculos y perturbaciones y llega a la etapa última

de la vida: el nirvana. Todos los Buddhas de los tres tiempos han alcanzado la Suprema Liberación gracias a la Prasñâ Pâramitâ. Por eso Prasñâ Pâramitâ es el mantra universal, el mantra resplandeciente, el mantra más elevado, el mantra incomparable, aquel que extingue todo sufrimiento. Es la verdad sin error. El mantra de la Prasñâ Pâramitâ se proclama así: Vamos, vamos, vamos más allá, más allá del más allá, hasta la liberación final. Gâtê gâtê, pârâ gâtê, pârâsâm gâtê, bôdhi sua jâ. Pras-ñâ—Pa-ra-mi-ta.

CUATRO GRANDES VOTOS

Por numerosos que sean los seres
hago el voto de liberarlos a todos.

Por profundas que sean las oscuridades
hago el voto de iluminarlas todas.

Por supremo que sea el Dharma
hago el voto de fundirme en él.

Por maravillosa que sea la Vía del Buddha
hago el voto de realizarla.

GRAN OFRECIMIENTO

Deseo con un espíritu profundo y respetuoso hacia los Tres Tesoros: Buddha, Dharma y Sangha, que participemos con atención en este ofrecimiento.

Ya hemos recitado el Mâkâ Hannyâ Hâramitâ Shingyô-Sutra Corazón de la Gran Sabiduría. Que los méritos visibles e invisibles de este sûtra y de nuestra práctica sean ofrecidos a:

A nuestro querido maestro de la enseñanza sagrada Shakyamuni Buddha;

A Eihei Dôgen Daishi y a Keizan Yôkin Daishi, fundadores del puro Zen Sôtô;

A todos ellos manifestamos nuestro más infinito respeto y veneración. A todos nosotros practicantes puros de este dojo_____, (Solo retiros. A todos nosotros practicantes puros que ahora entramos/salimos en el Mandala de la Asamblea del Puro Océano,)

A nuestros familiares, amigos y conocidos; A todos los que sufren en los estados infernales; A los perseguidos y a los hambrientos; A los que no pueden ayudarse a sí mismos; A todas las existencias minerales, vegetales y animales;

- Pedimos por la salud y el bienestar de.....
- Por..... Que está atravesando el bardo. Que la compasión universal del Bodhisattva Kan-

zeon caiga sobre todos nosotros como una lluvia de néctar, aportándonos la verdadera paz y la liberación.

Dicho esto, abandonamos cuerpo y espíritu y todos juntos recitamos así:

Tres Versos

Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito
Todos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros Mâhâ
Prasñâ Pâramitâ

DÂIHÎ SHIN DARANI

Namu karatan nô, torayâ yâ, namu oriyâ, boryokî
chî shihurâ yâ, fuyi-satobô yâ, moko satobô yâ, mô
kô kyâ runikyâ yâ, en, sâ harahâ eishû tan nô ton
shâ, namu shikirî toimô, oriyâ, boryokî chî, shihurâ
rin tô bô, nâ mû nô râ, kin yî, kî rî, mô kô hô dô, shâ
mî sâ bô, ô tô yô shû ben, ô shû in, sâ bô sâ tô, nô mô
bô gyâ, mô hâ tê chô, tô yî tô, en ô bô riô ki, rû gyâ
chî, kyâ râ chî, î kirimô, kô, fuyisâ tô, sâ bô sâ bô, mô
râ mô râ, mô kî mô kî, rî tô in kû riô, kû riô, kê mô
tô riô tô riô, hô yâ yâ chî, mô kô hô yâ yâ chî, tô râ tô
râ, chirini, shihurâ yâ, shâ rô shâ rô, mô mô hâ mô
râ, hô chî rî, î kî î kî, shî nô shî nô, orasan furashâ rî,
hâ zâ hâ zâ, furashâ yâ, kû riô kû riô, mô râ kû riô
kû riô, kî rî shâ rô shâ rô, shî rî shî rî, sû riô sû riô,
fuyiyâ, fuyiyâ, fudoyâ, fudoyâ, mî chiriyâ, norakin
yî, chiri shuninô, hoyâ mono somokô, shidô yâ, so-
mokô, moko shidoyâ, somokô, shidoyû kî, shihurâ
yâ, somokô norakin yî, somokô, mô râ nô râ somo-
kô, shirasû omogiâ yâ, somokô, sobo moko shidoyâ,
somokô, shakirâ oshidô yâ, somokô, hodo moguia
shidoyâ, somokô, norakin yî hâ guiarayâ, somokô,
mô horishin guiarayâ, somokô, namu karatan nô
torayâ yâ, namu oriyâ, boryokî chî, shihurâ yâ, so-
mokô, shitedô modora, hodoyâ sô—mô—kô.

OFRECIMIENTO A LOS MAESTROS DEL LINAJE

Deseo con un espíritu profundo y respetuoso que participemos con atención en este ofrecimiento. Ya hemos recitado el Dâihî Shin Darani, que los méritos visibles e invisibles de este darani sean ofrecidos a:

Al Muy Venerable Maestro Sôden Shuyu Daioshô, vigésimo octavo abad del templo Tôdenji y fundador espiritual del templo Banshô-san Wakô Zenji, A la memoria del Muy Venerable Maestro Mokudô Taisen Daioshô, primer patriarca sôtô zen de Europa,

Al venerable Maestro Taisei Dokushô Oshô fundador de la Comunidad Budista Sôtô Zen y del templo Luz Serena.

(Al maestro Chiyo Daizan Oshô fundador de la Comunidad Soto Zen Camino Medio.)

A ellos dedicamos nuestro más infinito respeto y veneración.

Dicho esto, abandonamos cuerpo y espíritu y todos juntos recitamos así...

Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito Todos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros Mâhâ Prasñâ Pâramitâ

SHÔSAIMYÔ KICHIYÔ DARANI

Nô mô san man dâ motonan oharâ chî kotoshâ sononan tô yî tô en gyâ gyâ gyâ kî gyâ kî un nun shihurâ shihurâ hara-shihu-râ hara-shihu-râ chishusâ chishusâ chishurî chishurî sowayâ sowayâ sen chî gya shiri-ei sô mô kô. Nô mô san man dâ motonan oharâ chî kotoshâ sononan tô yî tô en gyâ gyâ gyâ kî gyâ kî un nun shihurâ shihurâ hara-shihu-râ hara-shihu-râ chishusâ chishusâ chishurî chishurî sowayâ sowayâ sen chî gya shiri-ei sô mô kô. Nô mô san man dâ motonan oharâ chî kotoshâ sononan tô yî tô en gyâ gyâ gyâ kî gyâ kî un nun shihurâ shihurâ hara-shihu-râ hara-shihu-râ chishusâ chishusâ chishurî chishurî sowayâ sowayâ sen chî gya shiri-ei sô—mô—kô.

OFRECIMIENTO UNIVERSAL

Deseo con un espíritu profundo y respetuoso hacia los Tres Tesoros Buddha, Dharma y Sangha, que participemos con atención en este ofrecimiento. Ya hemos recitado el Shôsaïmyô Kichiyô Darani que protege de los accidentes mediante el cultivo de la atención. Que los méritos visibles e invisibles de este sutra y de nuestra práctica sean ofrecidos a:

A todos nosotros practicantes puros de _____, A nuestros familiares, amigos y conocidos; A todos los que sufren en los estados infernales; A los perseguidos y a los hambrientos; A los que no pueden ayudarse a sí mismos; A todas las existencias minerales, vegetales y animales; (Nombre de las personas por las que se pide)

Que la compasión universal del Bodhisattva Kanzeon caiga sobre todos nosotros como una lluvia de néctar, aportándonos la verdadera paz y la liberación. Dicho esto, abandonamos cuerpo y espíritu y todos juntos recitamos así:

Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito
Todos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros Mâhâ
Prasñâ Pâramitâ

OFRECIMIENTO A LOS BUDDHAS DE LA TRANSMISIÓN

Deseo con un espíritu profundo y respetuoso que prestemos atención a este ofrecimiento.

Que los méritos visibles e invisibles de este Dharma sean ofrecidos a:

Vipashin Buddha Daioşh  Sikin Buddha Daioşh  Vis-
vabu Buddha Daioşh  Krakuchanda Buddha Daioşh 
Kanakamuni Buddha Daioşh  Kashiapa Buddha Daioşh 
Shakyamuni Buddha Daioşh  M    kashiapa Daioşh 
Ananda Daioşh  Shanavasa Daioşh  Upagupta Daioşh 
Dritaka Daioşh  Micchaka Daioşh  Vasumitra Daioşh 
Buddhanandi Daioşh  Buddhamitra Daioşh  Parshi-
va Daioşh  Punyayasha Daioşh  Ashvagosha Daioşh 
Kapimala Daioşh  Nagaryuna Daioşh  Kanadeva
Daioşh  Rahulata Daioşh  Sanghanandi Daioşh  Ga-
yashata Daioşh  Kumarata Daioşh  Yayata Daioşh 
Vasubandhu Daioşh  Manorita Daioşh  Haklena-
yasha Daioşh  Simabhiksu Daioşh  Basasita Daioşh 
Punyamitra Daioşh  Pras    tara Daioşh  Bodhidhar-
ma Daioşh  Dazu Huike Daioşh  Yianzi Senkan Daioşh 
Dayi Daoxin Daioşh  Daman Hongren Daioşh  Da-
yian Huinen Daioşh  Kinyuan Xinsi Daioşh  Shitou
Xikian Daioşh  Yaoshan Ueiyan Daioşh  Yunyuan
Tanshen Daioşh  Doshan Lianye Daioşh  Yonyu

Daoyin Daioshô Tongan Daopi Daioshô Tongan Guan-
zi Daioshô Lianshan Yuanguan Daioshô Dayan Yin-
xuan Daioshô Touzi Yikin Daioshô Furon Daokai
Daioshô Danxian Zichun Daioshô Zenxie Kingliao
Daioshô Tianton Zonyue Daioshô Xuedou Ziyian Daioshô
Tianton Ruyin Daioshô Eihei Dôgen Daioshô Koun
Eyô Daioshô Tettsu Yikai Daioshô Keizan Yôkin Daioshô
Meihô Sotetsu Daioshô Shugan Tôchin Daioshô Te-
san Shikaku Daioshô Keigan Eishô Daioshô Chuzan
Ryoun Daioshô Yizan Tonin Daioshô Shogaku Ken-
riu Daioshô Kinen Horyu Daioshô Teishitu Chisen
Daioshô Kokei Shoyun Daioshô Sekiso Yuho Daioshô
Kaiten Guenyu Daioshô Shuzan Shunsho Daioshô
Chozan Yinetsu Daioshô Fukushô Kochi Daioshô Me-
do Yuton Daioshô Hakuho Guenteki Daioshô Gueshu
Shuko Daioshô Tokuhô Ryoko Daioshô Mokushi Soen
Daioshô Gankioku Kankei Daioshô Kokoku Soriu Daioshô
Rosetsu Riuko Daioshô Ungai Kiozan Daioshô Sho-
riu Koho Daioshô Shokoku Zenko Daioshô Somon
Kôdô Daioshô Sôden Shuyu Daioshô Taisei Dokushô
Daioshô Chiyo Daizan Daioshô (tres veces)

(continuación del ofrecimiento)

A todos los Buddhas de los tres países; a ellos que
encarnaron la luz original del Nirmanakâya; A ellos
que actualizaron el cuerpo de luz y gozo, Sambho-
gakâya; A ellos que realizaron el cuerpo universal

Dharmakâya; A ellos que nos iluminaron con su enseñanza y ejemplo; A ellos investidos con el poder de la sabiduría y la compasión; A ellos dedicamos nuestro más infinito respeto y veneración.

Dicho esto, abandonamos cuerpo y espíritu y todos juntos recitamos así...

Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito Todos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros Mâhâ Prasñâ Pâramitâ

YENMEI YUKKU KANNON GYÔ

Kan ze on namu-butsu-yô butsu-û in yô butsu-û en
buppô sô en yô raku-ga-yô chô nen kan ze on bô
nen kan ze on nen nen yû shin ki nen nen fû ri shin
(9 veces)

OFRECIMIENTO DEL YENMEI YUKKU KANNON GYÔ

Ya hemos recitado el Yenmei Yukku Kannon Gyô.
Que los méritos visibles e invisibles de este Dharma
sean ofrecidos:

Al Dragón de la Montaña Blanca para que despierte
su poder y proteja este precioso bodhimanda, para
que proteja a todos los miembros y centros de la
Comunidad Soto Zen Camino Medio,

A todas las personas benefactoras de nuestra Co-
munidad, a sus familiares, amigos y conocidos du-
rante diez generaciones,

A la expansión del Dharma en nuestra región y al
bien de todos los seres vivientes.

Que todos juntos podamos liberarnos de los obs-
táculos y alcanzar la Paz Última del Nirvana.

Dicho esto, ofrecemos cuerpo y espíritu y todos jun-
tos recitamos así...

Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito To-
dos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros Mâhâ
Prasñâ Pâramitâ

ESTROFAS DE LAS COMIDAS

Todos:

Buddha nació en Lumbini. Alcanzó el Despertar en Bodhagaya. Enseñó en Varanasi. Entró en el nirvana en Kushinagara. Abrimos los cuencos del Tathâgata. Que todos los seres alcancen la paz, libres de los tres venenos.

Sólo Ino:

¡Veneración al Buddha, al Dharma y a la Sangha!
¡Recitemos juntos los grandes nombres!

Todos:

Puro Dharmakâya Buddha Vairocchana. Completo Sambhogakâya Buddha Vairocchana. Nirmanakâya visible Shakyamuni Buddha. Buddha Maitreya que nacerá en el futuro. Todos los Buddhas del tiempo-espacio infinito Mâhâyana Sadharma Pundarika sûttra. Avalokitesvara, Bodhisattva de la Compasión. Manyusri, Bodhisattva de la Gran Sabiduría. Samantabhadra, Bodhisattva de la Luz Infinita. Todos los Bodhisattvas, Mâhâsattvas y Ancestros. Mâhâ Pra-sñâ Pâramitâ.

Sólo Ino durante el desayuno:

Esta comida de diez virtudes y seis sabores nos da un buen estado físico y espiritual para seguir la Vía de la práctica pura.

Sólo Ino durante la comida:

Esta comida de tres virtudes y seis sabores es ofrecida al Buddha, al Dharma y a la Sangha y a todos los seres de los tres mundos.

Todos:

Primero, mi gratitud hacia todos los seres que han elaborado esta comida. Segundo, recibo esta ofrenda de alimento teniendo presente mi pureza original. Tercero, mi naturaleza de Buddha es libre de los tres venenos. Cuarto, es una medicina para el cuerpo. Quinto, tomo esta comida para practicar la Vía.

Sólo Ino durante el desayuno:

¡Os ofrezco esta comida seres desencarnados y existencias animales! ¡Que se distribuya por el universo entero y todos juntos podamos compartirla!

Todos:

Para el Buddha, el Dharma y la Sangha. Para nuestros padres y familiares. Para todos los seres vivientes ofrecemos y tomamos esta comida.

La primera cucharada para disolver el mal. La segunda para fortalecer el bien. La tercera para ayudar a todos los seres a que alcancen el despertar del Buddha.

Todos, cuando se vierte el agua o antes de tomar el té:

Que este agua parecida al néctar celeste con la que he lavado mis cuencos satisfaga a todos los que ya no existen. Om makura sai sowaka.

Sólo Ino al final de todas las comidas:

En este mundo ilusoryo florecemos sin mancha como la flor de loto de las aguas fangosas. Ante nuestra naturaleza de Buddha, pura e ilimitada, nos inclinamos fundiéndonos en ella.

TISARANA

Buddham saranam gacchami Dhammam saranam
gacchami Sangham saranam gacchami

Tomo refugio en el Buda Tomo refugio en el Dhar-
ma Tomo refugio en la Sangha

Buddham saranam gacchami Dhammam saranam
gacchami Sangham saranam gacchami

Comunidad Soto Zen Camino Medio