

# **RECITACIONES**

## **ZEN**

**Sûtras, daranis y estrofas**

# 佛 經 典

**Comunidad Soto Zen Camino Medio**

**Leyendas**

- [O] Golpe normal keizu.
- [/] Golpe seco apagado keizu.
- [X] Apagar vibración keizu.
- [i] Golpe seco sonoro keizu.
- [+] In kin
- [i] Claquetas

[O] [O] [O] [/]

## MÂKÂ HANNYÂ HÂRAMITÂ SHINGYÔ

[O] Kan yî zai bô satsu. Gyô yin Hannyâ Hâramitâ yî. Shô ken gô [O] on kai kû. Dô is-sai kû yaku. Shâ rî shî. Shiki fû î kû. Kû fû î shiki. Shiki soku zê kû. Kû soku zê shiki. Yû sô gyô shiki. Yaku bû nyô zê. Shâ rî shî zê sho Hô kû sô. Fû shô fû metsu. Fû kû fû yô. Fû zô fû guen. Zê kô kû chû. Mû shiki mû yû sô gyô shiki. Mû guen nî bî zes shin nî. Mû shiki shô kô mî soku hô. Mû guen kai nai shî mû î shiki kai. Mû mû myô yaku mû mû myô yin. Nai shî mû rô shî. Yaku mû rô shî yin. Mû kû shû metsu dô. Mû chî yaku mû toku. I mû shô tok kû. Bô dai sattâ. E Hannyâ Hâramitâ [O] kô. Shin mû kei guê. Mû kei guê kô. Mû û kû fû. On rî issai ten dô mû sô. Kû gyô nê han. San zê shô butsu. E Hannyâ Hâramitâ [O] kô. Tokuâ nokutâ râ san miakusan bô dai. Kô chî Hannyâ Hâramitâ. Zê daiyin shû. Zê dai myôshû. Zê mû yô shû. Zê mû tô dô shû. Nô yô issai kû. Shin yitsu fû kô. Kô setsu Hannyâ Hâramitâ shû. Soku setsu shû watsu. Yîa tê yîa tê. [/] Hârâ yîa tê. Hârâ sô yîa tê. [/] Bô yî sowa kâ. Hân—nyâ—shin—gyô. [X]

[/]

## EL SUTRA CORAZÓN DE LA GRAN SABIDURÍA

[O] Avalokitesvara bodhisattva, por la práctica profunda de la Prasñâ Pâramitâ, ve claramente que los cinco agregados son [O] 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 [O] 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 [O] 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. [X]

## CUATRO GRANDES VOTOS

Por numerosos que sean los seres [O] hago el voto de liberarlos a todos. [X]

Por profundas que sean las oscuridades [O] hago el voto de iluminarlas todas. [X]

Por supremo que sea el Dharma [O] hago el voto de fundirme en él. [X]

Por maravillosa que sea la Vía del Buddha [O] hago el voto de realizarla. [X]

## 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 sùtra 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 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:

Tres Versos

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

[/]

DÂIHÎ SHIN DARANI

[O] Namu karatan nô, torayâ yâ, namu oriyâ, boryokî chî shihurâ yâ, fuyi-satobô yâ, moko satobô yâ, mô kô kyâ runikyâ yâ, [O] 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 kiri-mô, 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, [O] norakin yî, chiri shuninô, hoyâ mono somokô, shidô yâ, somokô, moko shidoyâ, somokô, shidoyû kî, shihurâ yâ, somokô [O] norakin yî, somokô, mô râ nô râ somokô, 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, [O] namu oriyâ, boryokî chî, shihurâ yâ, somokô, [O] shitedô modora, hodoyâ sô—mô—kô. [X]

[X]

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 Banshōsan 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...

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



[/]

SHÔSAIMYÔ KICHIYÔ DARANI

[O] Nô mô san man dâ motonan oharâ  
chî kotoshâ sononan [O] tô yî tô en gyâ gyâ  
gyâ kî gyâ kî un nun shihurâ shihurâ hara-  
shihu-râ hara-shihu-râ chishusâ chishusâ [O]  
chishurî chishurî sowayâ sowayâ [O] sen chî  
gya shiri-ei sô mô kô. [O] Nô mô san man dâ  
motonan oharâ chî kotoshâ sononan [O] tô  
yî tô en gyâ gyâ gyâ kî gyâ kî un nun shihurâ  
shihurâ hara-shihu-râ hara-shihu-râ chishu-  
sâ chishusâ [O] chishurî chishurî sowayâ so-  
wayâ [O] sen chî gya shiri-ei sô mô kô. [O]  
Nô mô san man dâ motonan oharâ chî ko-  
toshâ sononan [O] tô yî tô en gyâ gyâ gyâ kî  
gyâ kî un nun shihurâ shihurâ hara-shihu-râ  
hara-shihu-râ chishusâ chishusâ [O] chishu-  
rî chishurî sowayâ sowayâ [O] sen chî gya  
shiri-ei sô—mô—kô. [X]

[X]

## 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:

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

## 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:

[j] Vipashin Buddha Daioshô [j] Sikin Buddha Daioshô [j] Visvabu Buddha Daioshô [j] Krakuchanda Buddha Daioshô [j] Kanakamuni Buddha Daioshô [j] Kashiapa Buddha Daioshô [j] Shakyamuni Buddha Daioshô Mâhâkashia-pa Daioshô Ananda Daioshô Shanavasa Daioshô Upagupta Daioshô Dritaka Daioshô Micchaka Daioshô Vasumitra Daioshô Buddhanandi Daioshô Buddhamitra Daioshô Parshiva Daioshô Punyayasha Daioshô Ashvagosha Daioshô Kapimala Daioshô Nagaryuna Daioshô Kanadeva Daioshô Rahulata Daioshô Sanghanandi Daioshô Gayashata Daioshô Kumarata Daioshô Yayata Daioshô Vasubandhu Daioshô Manorita Daioshô Haklenayasha Daioshô Simabhiksu Daioshô Basasita Daioshô Punyamitra Daioshô Prasñatara Daioshô Bodhidharma Daioshô Dazu Huike Daioshô Yianzi Senkan Daioshô Dayi Daoxin Daioshô Daman Hongren Daioshô Dayian Huinen Daioshô Kinyuan Xinsi Daioshô Shitou Xikian Daioshô Yaoshan Ueiyan Daioshô Yunyuan Tanshen Daioshô Doshan Lianye Daioshô Yonyu Daoyin Daioshô Tongan Daopi Daioshô Tongan Guanzi Daioshô Lianshan Yuanguan Daioshô Dayan Yinxuan 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 Tesan Shikaku Daioshô Keigan Eishô Daioshô Chuzan Ryoun Daioshô Yizan Tonin Daioshô Shogaku Kenriu 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 Medo 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  
 Shoriu Koho Daioshô Shokoku Zenko Daioshô  
 Somon Kôdô Daioshô [O] Sôden Shuyu Daioshô  
 [O] Taisei Dokushô Daioshô [O] Chiyo Dai-  
 zan Daioshô (tres veces)[X]

(continuación del ofrecimiento)

A todos los Buddhas de los tres países; a  
 ellos que encarnaron la luz original del Nir-  
 manakâya; A ellos que actualizaron el cuer-  
 po de luz y gozo, Sambhogakâya; A ellos que  
 realizaron el cuerpo universal Dharmakâya;  
 A ellos que nos iluminaron con su enseñan-  
 za y ejemplo; A ellos investidos con el poder  
 de la sabiduría y la compasión; A ellos dedi-  
 camos nuestro más infinito respeto y vene-  
 ración.

Dicho esto, abandonamos cuerpo y espí-  
 ritu y todos juntos recitamos así...

[O] Todos los Buddhas del tiempo-espacio  
 infinito [O] Todos los Bodhisattvas, Mâhâsatt-  
 vas y Ancestros [O] Mâhâ Prasñâ Pâramitâ  
 [X]

Página 42 Libro de Sûtras

[/] YENMEI YUKKU KANNON GYÔ

[O] 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 [O] [O]  
nen yû shin ki nen [O] [O] nen fû ri shin [X]  
(9 veces)

# OFRECIMIENTO DEL YENMEI YUKKU KAN- NON 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 bodhi-manda, para que proteja a todos los miembros y centros de la Comunidad Soto Zen Camino Medio,

A todas las personas benefactoras de nuestra Comunidad, a sus familiares, amigos y conocidos durante 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 obstáculos y alcanzar la Paz Última del Nirvana.

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

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

## ESTROFAS DE LAS COMIDAS

Todos:

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

Sólo Ino:

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

Todos:

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

Sólo Ino durante el desayuno:

[i] 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:

[i] 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:

[i] 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:

[i] ¡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:

[i] 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:

[i] 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. [i] [i]



**TISARANA**

Buddham saranam gacchami Dhammam  
saranam gacchami ( Sangham saranam gac-  
chami

(Tomo refugio en el Buda) Tomo refugio  
en el Dharma) (Tomo refugio en la Sangha)  
Comunidad Soto Zen Camino Medio

**Fin**