

- SHO DO DOJO -

*Hartsoetra - De essentie van de soetra van de grote wijsheid*

*Soutra du Coeur - Essence du sutra de la grande sagesse*

*Heart Sutra - Heart of Great Perfect Wisdom Sutra*

**MAKA HANNYA HARAMITA SHINGYO**

摩訶般若波羅蜜多心經

Kan ji zai bo satsu gyo jin han-nya ha ra mi ta ji sho ken ○ go on  
kai ku do is-sai 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 shari 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 bodai sat-ta e han-nya ha ra  
mi ta ○ ko shin mu kei ge mu kei ge ko mu u ku fu on ri is-sai ten  
do mu so ku gyo ne han san ze sho butsu e han-nya ha ra mi ta ○  
ko toku a noku ta ra san myaku san bo dai ko chi han-nya ha ra mi  
ta ze dai jin shu ze dai myo shu ze mu jo shu ze mu to do shu no  
jo is-sai ku shin jitsu fu ko ko setsu han-nya hara mi ta shu soku  
setsu shu watsu

gya tei gya tei ● hara gya tei

hara so gya tei ● bo ji so wa ka

han-nya shin gyo. ▲

*De vier geloften - Les quatre voeux - The four vows*

**SHIGUSEIGANMON**

四弘誓願文

**Shu jō muhen sei gan dō ○**

**Bon-no mujin sei gan dan ○**

**Hō mon muryō sei gan gakū ○**

**Butsu dō mujō sei gan jō ▲**

*Eer aan alle boeddha's en bodhisattva's - Grâce à tous les bouddha et bodhisattvas -*

*Honour to all buddhas and bodhisattvas*

**JI HO SAN SHI**

**Ji hō san shi i shi fu ○**

**Shi son bu sa mo ko sa ○**

**Mo ko hō ja ho ro mi**

## Soutra du Coeur

Le bodhisattva de la Grande Compassion, Avalokiteshvara, par sa pratique profonde de la Grande Sagesse, voit que les cinq agrégats ne sont que vacuité (ku) et par cette compréhension, il soulage toutes les souffrances. Shariputra, les formes (shiki) ne sont pas différentes du vide (ku) et le vide n'est pas différent des formes. Shiki lui-même est ku, ku lui-même est shiki. Il en est ainsi aussi de la sensation, de la perception, des formations mentales et de la conscience. Shariputra, toutes les existences ont l'aspect de ku. Elles sont sans naissance ni extinction, ni pures ni souillées, elles n'augmentent ni ne diminuent. Donc, dans ku, il n'y a ni forme, ni sensation, ni perception, ni formations mentales, ni conscience ; ni oeil, ni oreille, ni nez, ni langue, ni corps, ni conscience. Il n'y a ni couleur, ni son, ni odeur, ni goût, ni toucher, ni pensée. Donc, dans ku n'existe pas de domaine des sens. Il n'y a ni ignorance ni cessation de l'ignorance, ni illusion ni cessation de l'illusion. Il n'y a ni dégénérescence et mort ni cessation de la dégénérescence et de la mort. Il n'y a ni souffrance, ni cause, ni cessation, ni sentier. Il n'y a ni sagesse, ni obtention, ni non-obtention. Pour le bodhisattva, grâce à la Grande Sagesse qui conduit au-delà, l'esprit sans obstacle ne connaît pas la peur, et toute illusion, tout attachement sont éloignés. Il peut parvenir à l'ultime fin, le nirvana. Tous les bouddhas du passé, du présent et du futur pratiquent la Grande Sagesse et ainsi atteignent le plus parfait éveil. Donc, nous devons comprendre qu'Hannya haramita est le grand mantra brillant et lumineux. Le plus élevé de tous les mantras qui est incomparable. Sa force coupe toutes les souffrances. C'est le vrai mantra. Par lui il est possible d'atteindre l'essence de toute vérité : Aller, aller, aller ensemble au-delà du par-delà, jusqu'à l'accomplissement total de la Voie. Essence du Sutra de la Grande Sagesse

## Hartsutra

De bodhisattva van Groot Mededogen, Avalokiteshvara, ziet door zijn diepgaande beoefening van de Grote Wijsheid, dat de vijf aggregaten slechts leegte (ku) zijn en door dit begrip, verlicht hij alle lijden. Shariputra, de vormen (shiki) zijn niet verschillend van de leegte (ku) en de leegte is niet verschillend van de vormen. Shiki zelf is ku, ku zelf is shiki. Dit geldt ook voor sensatie, perceptie, mentale ontwikkelingen en bewustzijn. Shariputra, alle verschijningsvormen hebben het karakter van ku. Ze zijn zonder geboorte of dood, noch zuiver noch verontreinigd, ze nemen niet toe of af. Dus, in ku, is er geen vorm, geen gewaarwording, geen waarneming, geen mentale formaties, geen bewustzijn; geen oog, geen oor, geen neus, geen tong, geen lichaam, geen bewustzijn. Er is geen kleur, geluid, geur, smaak, aanraking of gedachte. Dus, in ku is er geen domein van de zintuigen. Er is geen onwetendheid of beëindiging van onwetendheid, geen illusie of beëindiging van illusie. Er is geen sprake van aftakeling en dood, noch van beëindiging van aftakeling en dood. Er is geen lijden, geen oorzaak, geen stopzetting, geen weg. Er is geen wijsheid, geen verkrijgen, geen niet-verkrijgen. Voor de bodhisattva, dankzij de Grote Wijsheid die naar de overkant leidt, kent de onbelemmerde geest geen angst, en alle illusie, alle gehechtheid zijn verdreven. Hij kan het ultieme doel bereiken, nirvana. Alle Boeddha's van het verleden, het heden en de toekomst beoefenen de Grote Wijsheid en bereiken zo het meest perfecte ontwaken. We moeten dus begrijpen dat Hannya haramita de grote briljante en lichtgevende mantra is. De hoogste van alle mantra's zonder weerga. Zijn kracht snijdt al het lijden af. Dat is de echte mantra. Door hem is het mogelijk om de essentie van alle waarheid te bereiken: Gaan, gaan, samen gaan, voorbij de overkant gaan, tot de totale vervulling van de Weg. Essentie van de Sutra van de Grote Wijsheid

## The Heart Sutra

Avalokitesvara Bodhisattva, when deeply practicing prajna-paramita, clearly saw that the five skandas are all empty, and was saved from all suffering and distress. Sariputra, form is no different to emptiness, emptiness no different to form. That which is form is emptiness, that which is emptiness, form. Sensations, perceptions, impressions, and consciousness are also like this.

Sariputra, all things and phenomena are marked by emptiness; they are neither appearing nor disappearing, neither impure nor pure, neither increasing nor decreasing. Therefore, in emptiness, no forms, no sensations, perceptions, impressions, or consciousness; no eyes, ears, nose, tongue, body, mind; no sights, sounds, odors, tastes, objects of touch, objects of mind; no realm of sight and so on up to no realm of consciousness; no ignorance and no end of ignorance, and so on up to no aging and death, and no end of aging and death; no suffering, accumulation, cessation, or path; no wisdom and no attainment. With nothing to attain, bodhisattvas rely on prajna-paramita, and their minds are without hindrance. They are without hindrance, and therefore without fear. Far apart from all confused dreams, they dwell in nirvana.

All buddhas of the past, present and future rely on prajna-paramita, and attain full, complete realization. Therefore, know that prajna-paramita is the great transcendent mantra, the great bright mantra, the supreme mantra, the unequalled balanced mantra, that can eliminate all suffering, and is real, not false.

So proclaim the prajna-paramita mantra, proclaim the mantra that says:

gya tei, gya tei,  
hara gya tei,  
hara so gya tei,  
bo ji sowa ka!

The Heart Sutra of Prajna.