



de hart sutra

**PHAGPA KON·CHOG SUM·LA CHAG·TSHAL·LO**

DI·KAY DAG·GI THO·PA DU·CHIG·NA / CHOM·DEN·DAY GYAL·PO  
 KHAB JA·GO PHUNGPO RI·LA GELONG·GI GENDUN CHEN·PO  
 DANG JANG·CHUB·SEMPAY GENDUN CHEN·PO·DANG  
 THAB·CHIGTU SHUGTAY / DEI·TSHE CHOM·DEN·DAY, ZABMO  
 NAGWA SHAY·JA·WAY, CHO·KYI NAM·DANG·KYI, TING·NGE  
 ZIN·LA NYOMPAR SHUGSO /

YANG DEI·TSHE, JANG·CHUB·SEMPA SEMPA·CHEN·PO, PHAGPA  
 CHEN·RE·ZIG WANG·CHUG, SHERAB·KYI PHARO·LTU·CHINPA,  
 ZABMOYI CHO·PA NYI·LA NAM·PAR TA·SHING, PHUNGPO NGAPO  
 DE·DAG·LA·YANG, RANZIN·GYI TONG·PAR NAM·PAR TAO /  
 DENE SANG·GYE·KYI THU TSE·DANG·DENPA, SHARIBU,  
 JANG·CHUB·SEMPA SEMPA·CHEN·PO, PHAGPA CHEN·RE·ZIG  
 WANG·CHUG·LA, DIKAY CHAY·MAY·SO / RIG·KYI·BU / GANG  
 LA·LA, SHERAB·KYI PHAROL·TU·CHINPA, ZABMOYI CHO·PA  
 CHEPAR DOPA, DE JI·TAR LAPAR·JA /

DAY, KAY·CHE·MEPA·DANG, JANG·CHUB·SEMPA,  
 SEMPA·CHEN·PO, PHAGPA CHEN·RE·ZIG WANG·CHUG·GI,  
 TSHE·DANG DENPA SHARIDATI BU·LA, DI KAY·CHAY MAY·SO /  
 SHARIBU / RIG·KYI BUAM RIGKYI BUMO GANG LA·LA,  
 SHERAB·KYI PHAROLTU·CHINPA, ZABMOYI CHO·PA CHEPAR  
 DOPA DAY DI·TAR NAM·PAR TAWAR JA·TAY / PHUNGPO NGAPO  
 DE·DAG·KYANG, RANGZHIN GYI TONG·PAR NAM·PAR  
 YANGDAGPAR JESU·TAO

ZUG TONG·PAO / TONG·PA·NYI ZUG SO /  
 ZUG·LAY TONG·PA·NYI ZHAN·MAYIN / TONG·PA·NYI  
 LAY·KYANG, ZUG·ZHAN MAYIN·NO / DE·SHIN DU,  
 TSORWA·DANG / DUSHAY DANG / DUJAY DANG /  
 NAM·PAR SHEPA·NAM TONG PAO

SHARIBU/ DETAR CHO·THAM·CHAY, TONG·PA·NYI DAY /  
 TSHENNYI MEPA / MAKYE·PA / MAGAGPA / DIMA MEPA /

**IK BETUIG MIJN EERBIED AAN DE DRIE ARYA JUWELEN.**

Aldus heb ik eens vernomen. De Bhagavan Boeddha verbleef in Radjagriha, de Gierenberg, tezamen met een grote gemeenschap monniken en bodhisattva's en anderen. Op een bepaald moment dat de Bhagavan Boeddha geheel geabsorbeerd was in de totale concentratie op de natuur van de verschillende verschijnselen, **de grote illuminatie** genoemd. Tegelijkertijd onderzocht de grote bodhisattva Arya Avalokiteshvara ook de diepe natuur van alles, door de beoefening van de perfectie van wijsheid, en zag na grondige analyse van de vijf aggregaten van een persoon, dat ook deze van nature ledig van zelf-identiteit zijn.

Geïnspireerd door de Boeddha, sprak de eerwaarde Shariputra tot Arya Avalokiteshvara de volgende woorden: 'Hoe moet een zoon of dochter van goede huize, die **de diepgaande natuur van alles** met perfectie van wijsheid wenst te onderzoeken, zich daarin trainen?' Zo sprak hij, en de grote Arya Avalokiteshvara beantwoordde de eerwaarde Shariputra: 'Oh Shariputra, een zoon of dochter van goede huize, die de diepgaande natuur van alles, de perfectie van wijsheid, wenst te onderzoeken moet dit doen door de vijf aggregaten, waar de herkenning van de ware natuur overschaduwd wordt, grondig te analyseren'.

Vorm is leeg van op zichzelf staande identiteit en deze leegte van op zichzelf staande identiteit is vorm. Vorm is niet iets anders dan het absent zijn van deze identiteit en deze absentie is niet iets anders dan vorm. Gevoel, onderscheid, samen-gestelde factoren en bewustzijn zijn alle ledig van deze op zich zelfstaande identiteit. '

Oh Shariputra, evenzo zijn alle verschijnselen ledig zonder enige identiteit'. Ze zijn zonder identiteit ontstaan en vergaan zonder enige identiteit. Ze zijn noch onzuiver en noch zuiver. Ze nemen noch af, noch toe. Oh Shariputra, daarom is er in de cognitie van de ware natuur : geen vorm, geen gevoel, geen onderscheid, geen samengestelde factoren en geen bewustzijn.

DIMA DANG DAL·WA / DIVA MEPA GANGWA ME PAO / SHARIBU  
 DE·TA BENA / TONG·PA·NYI LA ZUG·MEY / TSHORWA·MEY /  
 DUSHAY·MAY / DUJAY NAM·MAY / NAM·PAR SHEPA MAY /  
 MIG·MAY / NAWA MAY / NA·MAY / CHE·MAY / LU·MAY /  
 YI·MAY / SUG·MAY DA·MAY / TI·MAY / RO·MAY / REGJA·MAY  
 / CHO·ME·DO / MIG·KYI KHAM MEPA·NAY YI·KYI KHAM·MAY /  
 YI·KYI NAM·PAR SHEPA, KHAM·KYI BARDU YANG ME·DO /  
 MA·RIGPA MAY / MA·RIGPA SAY·PA MEPA·NAY GA·SHI MAY /  
 GA·SHI SAY·PAY BARDU YANG ME·DO / DE·SHINTU,  
 DUG·NGAL·WA DANG / KUN·JUNG·WA DANG / GOG·PA DANG /  
 LAM·MAY / YESHI·MAY / THOB·PA·MAY / MA THOB·PA YANG  
 ME·DO

SHARIBU / DE·TA BENA JANG·CHUB·SEMPA·NAM, THOB·PA  
 ME·PAY CHIR / SHERAB·KYI PHAROL·TU·CHINPA·LA TEN·CHING  
 NAY·TAY, SEM·LA DIB·PA MAY·CHING, TAGPA MAY·DO /  
 CHINCHI·LOG·LAY SHINTU DAY·NAY / NYANG·NGA·LAY  
 DAY·PAY THAR·CHIN·TO / DU·SUM·DU NAM·PAR SHUG·PAY  
 SANG·GYE THAM·CHAY, KYANG SHERAB·KYI  
 PHAROL·TU·CHINPA·LA TAY·NAY, LANA·MEPA YANGDAG·PAR  
 ZOGPAY JANG·CHUB·TU NGOM·PAR ZOGPAR SANG·GYE·SO /  
 DE·TA WAY·NA SHERAB·KYI PHAROL·TU·CHINPAY NGANG /  
 RIGPA CHEN·PO NGAG / LANA ME·PAY NGAG / MI·NYAMPA  
 DANG NYAMPAY NGAG / DUG·NGAL THAM·CHAY RAB·TU  
 SHIWAR JAY·PAY NGAG / MIZUN·PAY·NA DENPAR SHE·PAR  
 JA·TAY / SHERAB·KYI PHAROL·TU·CHINPAY NGAG MEPA /

### **TAYATHA: OM GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA**

SHARIBU / JANG·CHUB·SEMPA SEMPA·CHEN·PO DETAR  
 SHERAB·KYI PHAROL·TU·CHINPA ZABMO·LA LAB·PAR JAO

DENA CHOM·DEN·DAY TING·NGE·DZIN DAY·LEY SHENG·TAY  
 JANG·CHUB·SEMPA SEMPA·CHEN·PO PHAGPA CHENRAZIG

Er is geen opzich bestaand oog, oor, neus, tong, lichaam en geen opzich bestaande geest. Er is geen opzich bestaande vorm, geen geluid, geen geur, geen smaak, er zijn geen tastbare objecten en geen fenomenen.

Er zijn geen op zich bestaande elementen van het oog tot en met op zich bestaande elementen van het mentale bewustzijn.

Er is geen onwetendheid en geen opheffing van onwetendheid, Geen ouderdom en dood en geen opheffing van ouderdom en dood. Evenzo is er geen lijden, geen oorzaak van lijden, geen opheffing van lijden en geen pad. Er is geen transcendente wijsheid, geen bereiken en geen niet- bereiken. Daarom,

Oh Shariputra, omdat er geen bereiken is, wijden de bodhisattva's zich aan de perfectie van wijsheid en daardoor is hun geest vrij van verduistering en angst. Doordat ze helemaal voorbij onjuiste zienswijzen gaan, reiken ze volkomen voorbij de grenzen van het leed. Alle Boeddha's van de drie tijden hebben de onovertroffen, volkomen zuivere, volmaakte verlichting, het echte boedddhaschap volbracht door zich aan de perfectie van wijsheid te wijden.

De mantra van de perfectie van wijsheid, de intelligente mantra, de onovertroffen mantra, de ongelijke en gelijke mantra, de mantra die al het lijden pacificeert, moet herkend worden als wijsheid luidt als volgt: waarachtig, zonder misleiding. De mantra van de perfectie van De mantra van de perfectie van wijsheid luidt als volgt:

### **DE VOLLEDIGE ONTWAAKTE- OM GEGANE, GEGANE, VERDER GEGANE VOLLEDIG GEGANE ONTWAAKTE SVAHA**

'Oh Shariputra, zo moeten de grote bodhisattva's zich trainen in de grote ware natuur van de perfectie van wijsheid.'

Daarop verhief de Bhagavan Boeddha zich uit zijn staat van concentratie en prees de grote bodhisattva Arya Avalokiteshvara met de woorden:

WANG·CHUG·LA LEGSO, ZHE·JA·WA JIN·NA / LEG·SO LEG·SO,  
RIG·KYI BU / DE·DE·SHIN·NO / RIG·KYI BU DE·DE ZHIN·TAY /  
JI·TAR KHYO·KYI TEN·PA ZHINDU, SHERAB·KYI  
PHAROL·TU·CHINPA ZABMO·LA CHEPAR JA·TEY / DE·SHIN  
SHEG·PA NAM·KYANG JESU·YIRANG·NGO

CHOM·DEN·DAY·KYI DI KE·CHAY KA·TSAL NAY / TSHEDANG  
DENPA, SHARIDATI BU DANG / JANG·CHUB·SEMPA  
SEMPA·CHEN·PO, PHAGPA CHEN·RE·ZIG WANG·CHUG DANG /  
THAM·CHAY DANG DENPAY KHOR DE·DAG DANG / LHA·DANG  
MI·DANG / LHA·MAYIN DANG / DIZAR CHEPAY JIG·TEN YIRANG  
TAY / CHOM·DEN·DAY·KYI SUNG·PA·LA NGON·PAR TO·DO

#### Invocation of the dakinis

KHA·LA CHO·PAY NEL·JOR DAM·PA NA  
NGONSHAY ZUTHUL NGA·WAY THU·TOB CHEN  
DUB·PA·PO·LA MAYI BU·ZHIN ZIG  
NAY·SUM KHAN·DOI TSHOG·LA CHAG·TSHAL·LO

**A KA SAMARA CHA SHA DARA SAMARA YA PHAT 21x**

**TAYATHA GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA**

PHAGPA KON·CHOG SUM·GYI KA·YI DENPAY TOB GYI·CHIR

DOGPAN GYUR·CHIG	CLAP
ME·PAR GYUR·CHIG	CLAP
ZHIWAR GYUR·CHIG	CLAP

RAB·TU SHIWAR GYUR·CHIG DAG·GEG BARCHO  
MITHUN·PAY CHO THAM·CHAY SHANTAM KURUYE SVAHA

GEG·RIG TONG·THAG GYA·CHU ZHIWA DANG  
MITHUN NO·PAY KYEN·DANG DELWA DANG  
THUNPAR DUB·CHING PHUNSUM·TSHOG GYUR·PAY  
TA·SHI DEKYANG DENG·DIR DE·LEG SHOG

'Heel goed, heel goed, oh zoon van goede huize  
en het is precies zoals u hebt gezegd. De **grote illuminatie** behoort  
onderzocht te worden vanuit de perfectie van wijsheid waarbij de  
Tathagata's zullen zich verheugen.'

Nadat de Bhagavan Boeddha deze woorden had gesproken, prezen  
de eerwaarde Shariputra, de grote bodhisattva Arya Avalokiteshvara  
en allen die aanwezig waren, zoals de gehele wereld met haar goden,  
mensen, half-goden en geesten, met een hart vol vreugde de woorden  
van de Bhagavan Boeddha.

#### Invocation of the dakinis

Respectvol roep ik de Dakinis van de drie plaatsen,  
Rustend in de yoga van ongeproduceerde ruimte  
Met de kracht van helderziendheid en andere kwaliteiten.  
Zorgend voor de yogies zoals een moeder voor haar kind

**A KA SAMARA CHA SHA DARA SAMARA YA PHAT 21x**

**TAYATHA GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA**

Door de kracht van de Boeddha Dharma en de Drie Juwelen

Moge alle ongeziene invloeden verdwijnen!	
Mogen ze gepacificeerd worden	klap
Mogen alle oorzaken gepacificeerd worden	klap
Mogen de oorzaken verdwijnen,	klap

Moge alle tegenstanders en obstakels en alle ongewenste  
condities en alle onjuiste dharmas verdwijnen Svaha

Moge de 80.000 type van obstakels verdrongen worden  
Moge ik gescheiden zijn van alle onheilzame oorzaken.  
Moge door het voltooien en verzamelen van goede oorzaken,  
Er goede tekens, vrede en gelukzaligheid komen.

**verzoek om alle hindernissen te elimineren**

Moeder Prajna paramita en alle Boeddha's en  
Bodhisattva's van de Tien richtingen,  
Door de kracht van uw zegeningen,  
Mogen deze woorden verwezenlijkt worden.

De diepgaande betekenis van Prajna paramita  
Zoals Indra alle onheil te boven kwam,  
van alle Mara's en alle ongeziene invloeden.  
Door het reciteren van deze woorden.

Eensgelijks, moge door het in beschouwing nemen,  
van de natuur van deze voltooiing van wijsheid  
En het reciteren van deze woorden  
Alle onheil van Mara's en negatieve oorzaken overwonnen worden.

**opdragen van verdiensten**

Bij deze verdienste moge ik snel,  
De staat van de al-omvattende bereiken.  
En moge ik dan alle migrerende zonder  
Uitzondering naar deze verheven grond voeren.

Moge de geest van het Boeddhaschap  
Kostbaar en verheven, geboren worden waar het nog niet geboren is.  
Waar het verwekt is moge het niet degenereren.  
Waar het verwerkelijkt is moge het bloeien met een blijvende weelde.



गते गते पारगते पारसंगते बोधि स्वाहा  
gate gate paragata para parasamgate bodhi svaha

Vertaald vanuit het handbook van de Kundeling monastery in India  
Eerste voorlopige vertaling 8 feb. 2013. Bij gewerkt 22 maart 2018 en 5e  
van de tweede tib maand. Vroeg in de morgen een goed Astro  
tijdstip voor de recitatie in het wereld museum te Rotterdam. L. T.W.

moge de wijsheid van perfectie  
eigen worden aan alles dat leeft