

РѢЯ

Сборник декламаций

*Декламации и темы для обдумывания
принятые в буддийских монастырях и организациях Западной Лесной
Сангхи линии Почтенного Аджана Чаа /Сокращённый вариант/*



СОДЕРЖАНИЕ

Утренняя церемония /Morning chanting/	стр.3-8
Завершающее выражение почтения Closing homage	стр. 8
Вечерняя церемония /Evening chanting/	стр.9-14
Размышления о посвящении заслуг Reflections on sharing blessings	стр.15-16
Сутта о дружественности The Buddha's words on loving-kindness	стр.17-18
Четыре небесных состояния Suffusion with the divine abidings	стр.19-20
Пожелания всеобщего благосостояния Reflections on universal well-being	стр.21
Пять тем для частого обдумывания Five subjects for frequent recollection	стр.22
Просьба принять Три Прибежища и Восемь Обетов Requesting the Three Refuges and the Eight Precepts	стр.23-25
Просьба принять Три Прибежища и Пять Обетов Requesting the Three Refuges and the Five Precepts	стр.25-26
Фонетика и произношение пали	стр.25-26

Утренняя церемония

/Morning chanting/

/в начале церемонии складываем руки в Андажали и делаем 3 поклона Будде, Дхамме и Сангхе/

Посвящение подношений

(Yo so)* bhagavā araham sammāsambuddho

Тому Благословенному, Достойному, в совершенстве Пробудившемуся,

Svākkhāto yena bhagavatā dhammo

Хорошо объясненной им, Благословенным, Дхамме,

Supaṭipanno yassa bhagavato sāvakasaṅgho

Следующей по благу пути его, Благословенного, общине учеников,

Tam-mayaṃ bhagavantam sadhammam sasaṅgham

Им – Будде, Дхамме и Сангхе,

Imehi sakkārehi yathāraham āropitehi abhipūjayāma

Мы выражаем с подношениями наше искреннее почтение.

Sādhu no bhante bhagavā sucira-parinibbutopi

Хорошо для нас, что Благословенный, достигнув освобождения,

Pacchimā-janatānukampa-mānasā

Сохранил сострадание к последующим поколениям

Ime sakkāre duggata-panṇākāra-bhūte paṭiggaṇhātu

Пусть эти простые подношения будут приняты

Amhākaṃ dīgharattam hitāya sukhāya

И принесут нам надолго благополучие и счастье.

Araham sammāsambuddho bhagavā

Достойному, в совершенстве Пробудившемуся, Благословенному –

Buddham bhagavantam abhivādemī

Я выражаю почтение Будде, благословенному

(Поклон.)

(Svākkhāto) bhagavatā dhammo

Учению, настолько хорошо им объясненному –

Dhammam namassāmi

Я поклоняюсь Дхамме

(Поклон.)

(Supaṭipanno) bhagavato sāvakasaṅgho

Общине учеников Благословенного, следующей по хорошему пути –

Saṅgham namāmi

я поклоняюсь Сангхе

(Поклон.)

Выражение почтения

(Handa mayaṃ buddhassa bhagavato pubbabhāga-namakāraṃ karomase)

(Давайте сейчас выразим вступительное почтение Будде)

[Namo tassa] bhagavato arahato sammāsambuddhassa

(Произносим 3 раза)

[Почтение] Благословенному, Достойному, в совершенстве Пробудившемуся

* (Круглые скобки) обозначают слова, которые декламируются только ведущим.

Выражение почтения Будде

(Handa mayam buddhābhithutiṃ karomase)

Давайте продекламируем строфы восхваления Будды

[Yo so] tathāgato araham sammāsambuddho

Он, достигший Истины, достойный, в совершенстве пробудившийся

Vijjācaraṇa-sampanno

Совершенный в знании и нравственном поведении,

Sugato

Достигший блага,

lokavidū

Знаток мира

Anuttaro purisadamma-sārathi

Несравненный наставник для тех, кто способен обучаться

Satthā deva-manussānaṃ

Он учитель богов и людей

Buddho bhagavā

Пробудившийся, благословенный.

Yo imam lokam sadevakaṃ samāraṃ sabrahmaṃ

В этом мире с его богами, марами и брахмами,

Sassamaṇa-brāhmaṇiṃ pajam sadeva-manussaṃ sayam abhiññā

sacchikatvā pavedesi

Этому поколению, с его отшельниками и брахманами, царями и простыми людьми, раскрыл истину благодаря глубокому прозрению.

Yo dhammam desesi ādi-kalyāṇam majjhe-kalyāṇam

pariyosāna-kalyāṇam

Он объяснил Дхамму прекрасную в начале, прекрасную в середине, прекрасную в конце.

Sāttam sabyañjanam kevala-paripuṇṇam parisuddham

brahma- cariyam pakāsesi

Он абсолютно полностью разъяснил непревзойдённо чистую святую жизнь в её деталях и общей сути

Tam-aham bhagavantaṃ abhipūjayāmi tam-aham bhagavantaṃ

sirasā namāmi

Я выражаю своё наивысшее почтение Благословенному, перед ним я склоняю свою голову
(Поклон.)

Выражение почтения Дхамме

(Handa mayam dhammābhithutiṃ karomase)

(Давайте продекламируем строфы восхваления Дхаммы)

[Yo so] svākkhāto bhagavatā dhammo

[Дхамма], хорошо разъяснена Благословенным

Sandiṭṭhiko

Видимая уже в этом мире,

Akāliko

Неподвластная времени

Ehipassiko

Приглашающая пойти и увидеть,

Орануико

Ведущая к Пробуждению,

Raccattaṃ veditabbo viññūhi

Познаваемая мудрыми на собственном опыте

Tam-ahaṃ dhammaṃ abhipūjayāmi tam-ahaṃ dhammaṃ
sirasā namāmi

Я выражаю своё наивысшее почтение Дхамме, перед ней я склоняю свою голову.

(Поклон.)

Выражение почтения Сангхе

(Handa maṃ saṅghābhithutiṃ karomase)

(Давайте продекламируем строфы восхваления Сангхе)

[Yo so] supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

[Община учеников] Благословенного, следующих по благому пути

Ujupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Община учеников Благословенного, следующих по прямому пути

Ñāyupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Община учеников Благословенного, следующих по верному пути

Sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Община учеников благословенного, следующих по совершенному пути

Yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā

А именно четыре пары, восемь типов личностей.

Esa bhagavato sāvakasaṅgho

Такова община учеников Благословенного

Āhuṇeyyo

Достойная даров,

Pāhuṇeyyo

Достойная гостеприимства

Dakkhiṇeyyo

Достойная подаяния,

Añjali-karaṇīyo

Достойная почтительного приветствия

Anuttaraṃ puññakkhattaṃ lokassa

Несравненное поле заслуг для мира.

Tam-ahaṃ saṅghaṃ abhipūjayāmi tam-ahaṃ saṅghaṃ sirasā namāmi

Я выражаю своё наивысшее почтение Сангхе, перед ней я склоняю голову.

(Поклон.)

Выражение почтения Трём Драгоценностям

(Handa maṃ ratanattaya-paṇāma-gāthāyo seva saṃvega-

parikittana-pāṭhañca bhaṇāmaṃ)

(Сейчас давайте выразим почтение Трёх Драгоценностям и прочитаем строфы пробуждающие настойчивость)

[Buddho susuddho] karuṇāmahannaṇavo

[Будда безупречный], с состраданием великим как океан,

Yocanta-suddhabbara-ñāṇa-locano

Обладающий ясным оком мудрости,

lokassa pāpūpakilesa-ghātako

Разрушающий омрачения.

Vandāmi buddhaṃ ahaṃ-ādarena taṃ

С искренней преданностью я выражаю почтение Будде.

Dhammo padīpo viya tassa satthuno

Дхамма подобная светильнику

Yo maggaṃ pākāmata-bheda-bhinnako

Освещающая Путь и его Плод: Бессмертное,

lokuttaro yo ca tadattha-dīpano

Находящееся за пределами обусловленного мира.

Vandāmi dhammaṃ ahaṃ-ādarena taṃ

С искренней преданностью я выражаю почтение Дхамме.

Saṅgho sukhetṭābhyati-khetta-saññito

Сангха - благодатнейшее поле для совершенствования,

Yo diṭṭhasanto sugatānubodhako

Пробудившиеся и достигшие успокоения вслед за Совершенным,

lolappahīno ariyo sumedhaso

Благородные и мудрые, оставившие все желания.

Vandāmi saṅghaṃ ahaṃ-ādarena taṃ

С искренней преданностью я выражаю почтение Сангхе.

Icevam-ekantabhipūja-neyyakaṃ vatthuttayaṃ

vandayatābhisaṅkhatam

Так должно почитать то, что достойно этого.

Puññaṃ mayā yaṃ mama sabbupaddavā mā hontu ve tassa

pabhāvasiddhiyā

Пусть благодаря силе этих заслуг исчезнут все препятствия.

Idha tathāgato loke uppanno araham sammāsambuddho

Видящий природу вещей приходит в этот мир – Архат, Совершенно

Пробуждённый.

Dhammo ca desito niyyāniko upasamiko parinibbāniko sambodhagāmī

sugatapavedito

Он указывает путь освобождающий от заблуждений и ведущий к совершенному покою, к пробуждению.

Mayantaṃ dhammaṃ sutvā evaṃ jānāma

Услышав его Учение, мы знаем следующее:

Jātipi dukkhā

Рождение - тягостно,

Jarāpi dukkhā

Старость- тягостна,

Maraṇampi dukkhaṃ

Смерть - тягостна,

Soka-parideva-dukkha-domanassupāyāsāpi dukkhā

Печаль, сетование, боль, горе и отчаяние - тягостны,

Appiyehi sampayogo dukkho

Встреча с неприятным - тягостна,

Piyehi vippayogo dukkho

Разлучение с приятным – тягостно,

Yampicchaṃ na labhati tampi dukkham

Неполучение желаемого – тягостно,

Saṅkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā

Короче говоря, пять групп привязанности – тягостны.

Seyyathīdaṃ

Они таковы:

Rūpūpādānakkhandho

Привязанность к форме,

Vedanūpādānakkhandho

Привязанность к чувствам,

Saññūpādānakkhandho

Привязанность к восприятиям,

Saṅkhārūpādānakkhandho

Привязанность к сознанию,

Viññāṇūpādānakkhandho

Привязанность к умственным конструкциям,

Yesaṃ pariññāya

Для полного понимания этого,

Dharamāno so bhagavā evaṃ bahulaṃ sāvake vineti

Будда в течение своей жизни часто наставлял учеников именно таким образом.

Evaṃ bhāgā ca pañassa bhagavato sāvakesu anusāsanī bahulā pavattati

Кроме того, он учил следующему:

Rūpaṃ aniccaṃ

Тело непостоянно,

Vedanā aniccā

Чувство непостоянно

Saññā aniccā

Восприятие непостоянно,

Saṅkhārā aniccā

Умственные конструкции непостоянны,

Viññāṇaṃ aniccaṃ

Сознание непостоянно,

Rūpaṃ anattā

Тело безлично,

Vedanā anattā

Чувство безлично,

Saññā anattā

Восприятие безлично,

Saṅkhārā anattā

Умственные конструкции безличны,

Viññāṇaṃ anattā

Сознание безлично,

Sabbe saṅkhārā aniccā

Всё обусловленное непостоянно

Sabbe dhammā anattā'ti

Все существующее лишено я

Te mayamaṃ otiṇṇāmahā-jātiyā jarāmaraṇena

Все мы подвержены рождению, старости и смерти,

Sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi upāyāsehi

Печали, сетованию, боли, горе и отчаянию,

Dukkhotiṇṇā dukkhaparetā

Связаны страданием, поражены страданием.

Appewanānimassa kevalassa dukkhakkhandhassa antakiriya
paññāyethā'ti

Давайте поэтому устремимся к полному освобождению от страданий.

Cirapariniḅbutampi taṃ bhagavantaṃ saraṇaṃ gatā

Благословенный, совершивший окончательное освобождение – вот наше прибежище,

Dhammaṅca Saṅghaṅca

а также Дхамма и Сангха.

Tassa bhagavato sāsanaṃ yathāsati yathābalaṃ manasikaroma
anupaṭipajjāma

Мы будем прилежно следовать пути Благословенного, с осознанностью и настойчивостью.

Sā sā no paṭipatti

Пусть эта практика

Imassa kevalassa dukkhakkhandhassa antakiriyaṃ saṃvattatu

Приведёт нас к прекращению всех страданий.

**После периода медитации, могут быть дополнительно прочитаны
размышления см. страницы 14-21**

Завершающее выражение почтения

/Closing homage/

(Arahaṃ) sammāsambuddho bhagavā

Достойный, Совершенно Пробудившийся, Благословенный-

Buddhaṃ bhagavantaṃ abhivādemī

Я выражаю почтение Будде, Благословенному. (Поклон.)

(Svākkhāto) bhagavatā dhammo

Учение, так полно им объяснённое –

Dhammaṃ namassāmi

Я поклоняюсь Дхамме.

(Поклон.)

(Supaṭipanno) bhagavato sāvakaśaṅgho

Ученики Благословенного, которые следуют благому пути –

Saṅghaṃ namāmi

Я поклоняюсь Сангхе.

(Поклон.)

Вечерняя церемония

/Evening chanting/

/в начале церемонии складываем руки в Андажали и делаем 3 поклона Будде, Дхамме и Сангхе/

Посвящение подношений

(Yo so) bhagavā araham sammāsambuddho
Svākkhāto yena bhagavatā dhammo
Supaṭipanno yassa bhagavato sāvakaśaṅgho
Tam-mayaṃ bhagavantam sadhammam sasaṅgham
Imehi sakkārehi yathāraham āropitehi abhipūjayāma
Sādhu no bhante bhagavā sucira-parinibbutopi
Pacchimā-janatānukampa-mānasā
Ime sakkāre duggata-panṇākāra-bhūte paṭiggaṇhātu
Amhākaṃ dīgharattam hitāya sukhāya
Araham sammāsambuddho bhagavā
Buddham bhagavantam abhivādemī (Поклон.)
(Svākkhāto) bhagavatā dhammo
Dhammam namassāmi (Поклон.)
(Supaṭipanno) bhagavato sāvakaśaṅgho
Saṅgham namāmi (Поклон.)

Выражение почтения

(Handa mayam buddhassa bhagavato pubbabhāga-namakāram
karomase)
[Namo tassa] bhagavato arahato sammāsambuddhassa
(Произносим 3 раза)

Размышления о достоинствах Будды

(Handa mayaṃ buddhānussatinayaṃ karomase)
[Tam kho] pana bhagavantam evaṃ kalyāṇo kittisaddo abbhuggato
Itipi so bhagavā araham sammāsambuddho
Vijjācaraṇa-sampanno sugato lokavidū
Anuttaro purisadamma-sārathi satthā deva-manussānam buddho
bhagavā'ti

Строфы высшего восхваления Будды

(Handa mayaṃ buddhābhigītiṃ karomase)
[Buddhārahanta] varatādiguṇābhiyutto
Suddhābhiñña-karuṇāhi samāgatatto
Bodhesi yo sujanatam kamalam va sūro
Vandāmaham tamaraṇam sirasā jinendam
Buddho yo sabbapaṇīnam saraṇam khemamuttamam

Посвящение подношений

(Тому) Благословенному, Достойному, в совершенстве Пробудившемуся,
[Хорошо] объяснённой им, Благословенным, Дхамме,
Следующей по хорошему пути его, Благословенного, общине учеников,
Им – Будде, Дхамме и Сангхе,

Мы выражаем с подношениями наше справедливое почтение.

Хорошо для нас, что Благословенный, достигнув освобождения,
Сохранил сострадание к последующим поколениям

Пусть эти простые подношения будут приняты

И принесут нам надолго благополучие и счастье.

(Достойному), в совершенстве Пробудившемуся, Благословенному –

Я выражаю почтение Будде, благословенному *(Поклон.)*

(Учению), настолько хорошо им объяснённом –

Я поклоняюсь Дхамме *(Поклон.)*

(Общине учеников) Благословенного, следующей по хорошему пути -

я поклоняюсь Сангхе *(Поклон.)*

Выражение почтения

(Давайте сейчас выразим предварительное почтение Будде)

[Почтение] Благословенному, Достойному, в совершенстве

Пробудившемуся *(Произносим 3 раза)*

Размышления о достоинствах Будды

(Теперь давайте вспомним о достоинствах Будды)

[О Благословенном]широко распространялась такая добрая молва:

Действительно таков Благословенный, достойный, в совершенстве

Пробудившийся,

Совершенный в знании и нравственном поведении, достигший блага, знаток
мира

Несравненный наставник для существ, способных обучаться

Учитель богов и людей,

Пробудившийся, благословенный.

Строфы высшего восхваления Будды

(Теперь давайте продекламируем строфы восхваления Будды)

[Будда], воистину достойный, наделённый такими такими прекрасными
качествами

В котором сочетаются чистота, высшее знание и сострадание

Он пробуждает мудрых людей как солнце лотос

Я склоняю голову перед Умиротворённым, наивысшим победителем.

Будда, который для всех существ безопасное и наивысшее прибежище,

Paṭhamānussatiṭṭhānaṃ vandāmi taṃ sirenaṃ
Buddhassāhasmi *dāso/dāsī va buddho me sāmikissaro
Buddho dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me
Buddhassāhaṃ niyyādemī sarīrañjīvitañcidam
Vandantoḥam/Vandantīhaṃ carissāmi buddhasseva subodhitam
Natthi me saraṇaṃ aññaṃ buddho me saraṇaṃ varaṃ
Etena saccavajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane
Buddhaṃ me vandamānena/vandamānāya yaṃ puññaṃ pasutaṃ idha,
Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā

(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):

Kāyena vācāya va cetasā vā
Buddhe kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ
Buddho paṭiggaṇhātu accayantaṃ
Kālantare saṃvarituṃ va buddhe .

Размышления о достоинствах Дхаммы

(Handa mayaṃ dhammānussatinayaṃ karomase)
[Svākkhāto] bhagavatā dhammo
Sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko
Opanayiko paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti

Строфы высшего восхваления Дхаммы

(Handa mayaṃ dhammābhigītiṃ karomase)
[Svākkhātātā]diguṇa-yoga-vasena seyyo
Yo maggaṇāka-pariyatti-vimokkha-bhedo
Dhammo kuloka-patanā tada-dhāri-dhāri
Vandāmaḥam tamaharaṃ varadhammametaṃ
Dhammo yo sabbapāṇīnaṃ saraṇaṃ khemamuttamaṃ
Dutiyaṇussatiṭṭhānaṃ vandāmi taṃ sirenaṃ
Dhammassāhasmi dāso/ dāsī va dhammo me sāmikissaro
Dhammo dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me
Dhammassāhaṃ niyyādemī sarīrañjīvitañcidam
Vandantoḥam/Vandantīhaṃ carissāmi dhammasseva sudhammataṃ
Natthi me saraṇaṃ aññaṃ dhammo me saraṇaṃ varaṃ
Etena saccavajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane
Dhammaṃ me vandamānena/vandamānāya yaṃ puññaṃ pasutaṃ idha
Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā
(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):
Kāyena vācāya va cetasā vā
Dhamme kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ
Dhammo paṭiggaṇhātu accayantaṃ
Kālantare saṃvarituṃ va dhamme

*dāso/dāsī Женщины произносят dāsī вместо dāso

Это моя первая тема воспоминания, я почитаю его, склоняя голову.
Воистину я слуга Будды, а он - мой владыка и проводник.
Будда уничтожает страдание и способствует моему благополучию.
Будде я посвящаю своё тело и жизнь.
С приверженностью я буду следовать Пути Будды к освобождению.
Нет для меня другого прибежища, воистину Будда – вот моё наивысшее
прибежище
Пусть благодаря произнесению этой истины, я буду продвигаться по пути
Учителя.
Благодаря моей приверженности Будде и заслуге этой практики
Благодаря её силе, пусть все препятствия будут преодолены.

(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):

Телом, речью или мыслями
Какие бы плохие поступки я не совершал в отношении Будды
Пусть будет принято моё признание недостатка
Чтобы в будущем я был сдержаннее по отношению к Будде.

Размышления о достоинствах Дхаммы

(Теперь давайте вспомним о достоинствах Дхаммы)
[Хорошо рассказана] Благословенным эта Дхамма,
Зримая уже в этом мире, не зависящая от времени, приглашающая пойти и
увидеть,
Приближающая к Цели, познаваемая мудрыми на собственном опыте.

Строфы высшего восхваления Дхаммы

(Теперь давайте продекламируем строфы высшего восхваления Дхаммы)
[Она превосходна] будучи хорошо рассказанной
Она делится на Путь и Плод, изучение и освобождение.
Дхамма защищает тех, кто её придерживается, от падения в миры страданий.
Я почитаю наивысшее учение, рассеивающее тьму
Дхамма, являющаяся наивысшим и безопасным прибежищем для всех
существ,
Моя вторая тема для воспоминания, я почитаю её, склоняя голову.
Я - слуга Дхаммы, а она – мой владыка и проводник.
Дхамма уничтожает страдание и способствует моему благополучию.
Дхамме я посвящаю своё тело и жизнь.
И с приверженностью я буду следовать по прекрасному пути Истины.
Нет для меня другого прибежища, воистину Дхамма – вот моё наивысшее
прибежище
Благодаря моей преданности Дхамме и заслуге этой практики
Пусть все препятствия будут преодолены.

(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):

Телом, речью или мыслями
Какие бы плохие поступки я не совершал в отношении Дхаммы
Пусть будет принято моё признание недостатка
Чтобы в будущем я был сдержаннее по отношению к Дхамме

Размышления о достоинствах Сангхи

(Handa mayaṃ saṅghānussatinayaṃ karomase)

[Supaṭipanno] bhagavato sāvakaśaṅho

Ujupaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho

Ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho

Sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅho

Yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā

Esa bhagavato sāvakaśaṅho

Āhuneyyo pāhuṇeyyo dakkhiṇeyyo añjali-karaṇīyo

Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā'ti

Строфы высшего восхваления Сангхи

(Handa mayaṃ saṅghābhigītiṃ karomase)

[Saddhammajō] supaṭipattig-uṇādiyutto

Yotthābbidho ariyapuggala-saṅghasetṭho

Sīlādidhamma-pavarāsaya-kāya-citto

Vandāmaṃ tam-ariyāna-gaṇaṃ susuddhaṃ

Saṅho yo sabbapaṇīnaṃ saraṇaṃ khemamuttamaṃ

Tatīyānussatiṭṭhānaṃ vandāmi taṃ sirenaṃ

Saṅghassāhasmi dāso/dāsī va saṅho me sāmikissaro

Saṅho dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me

Saṅghassāhaṃ niyyādemī sarīrañjīvitañcidaṃ

Vandantoṃ/Vandantīhaṃ carissāmi saṅghassopaṭipannataṃ

Natthi me saraṇaṃ aññaṃ saṅho me saraṇaṃ vamaṃ

Etena saccavajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane

Saṅghaṃ me vandamānena/vandamānāya yaṃ puññaṃ pasutaṃ idha

Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā

(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):

Kāyena vācāya va cetasā vā

Saṅhe kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ

Saṅho paṭiggaṇhātu accayantaṃ

Kālantare saṃvarituṃ va saṅhe

Завершающее выражение почтения

/Closing homage/

(Arahaṃ) sammāsambuddho bhagavā

Buddhaṃ bhagavantaṃ abhivādemī

(Поклон.)

(Svākkhāto) bhagavatā dhammo

Dhammaṃ namassāmi

(Поклон.)

(Supaṭipanno) bhagavato sāvakaśaṅho

Saṅghaṃ namāmi

(Поклон.)

Размышления о достоинствах Сангхи

(Теперь давайте вспомним о достоинствах Сангхи)

[Община учеников Благословенного], следующая по достойному пути
Община учеников Благословенного следующая по прямому пути,
Община учеников Благословенного, следующая по верному пути
Община учеников Благословенного, следующая по совершенному пути
А именно четыре пары, восемь типов личностей, такова Община учеников
Благословенного,
Достойная даров, достойная гостеприимства, достойная подаяния,
достойная почтительного приветствия,
Несравненное поле заслуг для мира.

Строфы высшего восхваления Сангхи

(Теперь давайте продекламируем строфы высшего восхваления Сангхи)

[Рождённая из истинной Дхаммы], эта община учеников, следующих по хорошему пути,
Наивысшая Сангха, состоящая из восьми типов благородных личностей
Ум и тело которых направляются превосходными правилами нравственности,
Я почитаю это собрание благородных существ, прошедших хорошее очищение.
Сангха, является для всех существ наивысшим безопасным прибежищем
Есть моя третья тема для воспоминания, я почитаю её, склоняя голову.
Я - слуга Сангхи, а она – мой владыка и проводник.
Сангха уничтожает страдание и способствует моему благополучию.
Сангхе я посвящаю своё тело и жизнь.
С приверженностью я буду следовать пути, которому хорошо следует Сангха.
Нет для меня другого прибежища, воистину Сангха – вот моё наивысшее прибежище
Пусть благодаря произнесению этой истины, я буду продвигаться по пути Учителя.
Благодаря моей приверженности Сангхе и заслуге этой практики ,
Благодаря её силе, пусть все препятствия будут преодолены.

(Поклонитесь и не поднимая головы от пола, скажите):

Телом, речью или мыслями

Какие бы плохие поступки я не совершал в отношении Сангхи

Пусть будет принято моё признание недостатка

Чтобы в будущем я был сдержаннее по отношению к Сангхе

Завершающее выражение почтения

(Достойный), Совершенно Пробудившийся, Благословенный-

Я выражаю почтение Будде, Благословенному. *(Поклон.)*

(Учение), так полно им объяснённое –

Я поклоняюсь Дхамме. *(Поклон.)*

(Ученики Благословенного), которые следуют по хорошему пути –

Я поклоняюсь Сангхе. *(Поклон.)*

Посвящение заслуг

/Reflections on sharing blessings/

(Handa mayaṃ uddisanādhiṭṭhāna-gāthāyo bhaṇāmaṣe)

[Iminā puñṇakammaṇa] upajjhāyā guṇuttarā

Ācariyūpakārā ca mātāpitā ca ñātakā

Suriyo candimā rājā gunavantā narāpi ca

Brahma-mārā ca indā ca lokapālā ca devatā

Yamo mittā manussā ca majjhattā verikāpi ca

Sabbe sattā sukhī hontu puñṇāni pakatāni me

Sukhañca tividhaṃ dentu khippaṃ pāpetha vomataṃ

Iminā puñṇakammaṇa iminā uddisena ca

Khippāhaṃ sulabhe ceva taṇhupādāna-chedanāṃ

Ye santāne hinā dhammā yāva nibbānato mamaṃ

Nassantu sabbadā yeva yattha jāto bhava bhava

Ujucittaṃ satipaṇṇā sallekho viriyamhinā

Mārā labhantu nokāsaṃ kātuñca viriyesu me

Buddhādipavaro nātho dhammo nātho varuttamo

Nātho paccekabuddho ca saṅgho nāthottaro mamaṃ

Tesottamānubhāvena mārokāsaṃ labhantu mā

Посвящение заслуг

(Теперь давайте продекламируем строфы посвящения заслуг и устремления)

[Благодаря всему хорошему], что рождается в результате моей практики,

Пусть мои в высшей степени добродетельные духовные учителя и наставники,

Отец, мать и родственники,

Солнце и Луна, и все праведные правители в этом мире,

Пусть все Высшие Боги и Злые Силы,

Небожители и земные боги-защитники,

Пусть все, кто дружественны, нейтральны или недоброжелательны,

Пусть все существа получают благо от моих заслуг.

Достигнут того, что не рождается и не умирает.

Благодаря заслуге, которая накоплена моей практикой,

И благодаря этому действию посвящения заслуг,

Пусть поскорее исчезнут все желания, привязанности

А так же неblaгие качества сознания.

До моего достижения Ниббаны,

В каждом рождении, пусть мой ум будет целеустремлённым.

Благодаря осознанности и мудрости, сдержанным и энергичным,

Пусть силы неведения не смогут завладеть мной или ослабить моё устремление.

Будда – вот моё наивысшее прибежище,

Дхамма — совершенная защита,

Будда мой благородный Учитель,

Сангха – моя наивысшая поддержка.

Пусть благодаря непревзойдённой силе всего этого, темнота и неведение исчезнут.

Сутта о дружественности

/The Buddha's words on loving-kindness /

Karaṇīya m-attha-kusalena,
Yan-taṃ santaṃ padaṃ abhisamecca;
Sakko ujū ca suhujū ca,
Suvaco c'assa mudu anatimānī,
Santussako ca subharo ca,
Appakicco ca sallahuka-vutti;
Sant'indriyo ca nipako ca,
Appagabbho kulesu ananugiddho.
Na ca khuddaṃ samācare kiñci,
Yena viññū pare upavadeyyuṃ;
Sukhino vā khemino hontu,
Sabbe sattā bhavantu sukhit'attā:
Ye keci pāṇa-bhūt'atthi,
Tasā vā thāvarā vā anavasesā;
Dīghā vā ye mahantā vā,
Majjhimā rassakā aṇuka-thūlā.
Diṭṭhā vā ye ca adiṭṭhā,
Ye ca dūre vasanti avidūre;
Bhūtā vā sambhavesī vā,
Sabbe sattā bhavantu sukhittā.
Na paro paraṃ nikubbetha,
Nātimaññetha katthaci naṃ kiñci;
Byārosanā paṭighasañña,
Nāññam-aññassa dukkham-iccheyya.
Mātā yathā niyaṃ puttāṃ,
Āyusā eka-puttāṃ-anurakkhe;
Evam pi sabba-bhūtesu,
Mānasam-bhāvaye aparimāṇaṃ.
Mettañ-ca sabba-lokasmim,
Mānasam-bhāvaye aparimāṇaṃ;
Uddhaṃ adho ca tiriyañ-ca,
Asambādhaṃ averaṃ asapattaṃ.
Tiṭṭhañ-caraṃ nisinno vā,
Sayāno vā yāvat'assa vigata-middho;
Etaṃ satim adhiṭṭheyya,
Brahmam-etaṃ vihāraṃ idham-āhu.
Diṭṭhiñ-ca anupagamma,
Sīlavā dassanena sampanno;
Kāmesu vineyya gedhaṃ,
Na hi jātu gabbha-seyyaṃ punareti'ti.

Сутта о дружественности

/Перевод Д.Ивахненко/

Вот что должен делать тот, кто умело ставит цели,
Кто хочет добиться состояния покоя, Ниббаны:
Будьте способным, честным, и откровенным,
Легко обучаемым, добрым, и не высокомерным,
Удовлетворённым и нетребовательным,
С немногими обязанностями, живя легко,
Со спокойным умом, умелым,
Скромным, и не жаждая сторонников.
Да не делает он ни малейшей вещи,
Которую мудрые бы осудили.
Счастливые, в покое,
Пусть все существа будут счастливы сердцем.
Какие бы ни были существа,
Слабые или сильные, все без исключения,
Длинные, большие,
Средние, коротенькие, мелкие, крупные,
Видимые и невидимые,
Близко и далеко,
Рождённые и стремящиеся к рождению:
Пусть все существа будут счастливы.
Пусть никто не обманывает друг друга,
И не презирает кого бы то ни было где бы то ни было,
Пусть из-за возмущения или раздражения
Не желает другим страдания.
Как мать готова рисковать жизнью
Защищая своего ребёнка, единственного ребёнка,
Так по отношению ко всем существам
Нужно развивать безграничное сердце.
С доброй волей ко всей вселенной,
Развивайте безграничное сердце:
Вверху, внизу, и повсюду вокруг,
Без ограничений, враждебности или ненависти.
Стоя, при ходьбе, сидя или лёжа,
Пока бодрствуешь,
Нужно с решимостью об этом помнить.
Это называется высшим пребыванием здесь и теперь.
Непредубеждённый во взглядах,
добродетельный и одарённый прозрением,
Подчинив желание чувственных удовольствий,
Больше никогда не окажешься в утробе.

Четыре небесных состояния

/Suffusion with the divine abidings /

(Handa mayaṃ caturappamañña obhasanaṃ karomase)

[Mettā-sahagatena] cetasā ekaṃ disaṃ pharitvā viharati
Tathā dutiyaṃ tathā tatiyaṃ tathā catutthaṃ
Iti uddhamadho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya
Sabbavantaṃ lokaṃ mettā-sahagatena cetasā
Vipulena mahaggatena appamañena averena abyāpajjhena
pharitvā vihāratī

Karuṇā-sahagatena cetasā ekaṃ disaṃ pharitvā viharati
Tathā dutiyaṃ tathā tatiyaṃ tathā catutthaṃ
Iti uddhamadho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya
Sabbavantaṃ lokaṃ karuṇā-sahagatena cetasā
Vipulena mahaggatena appamañena averena abyāpajjhena
pharitvā vihāratī

Muditā-sahagatena cetasā ekaṃ disaṃ pharitvā viharati
Tathā dutiyaṃ tathā tatiyaṃ tathā catutthaṃ
Iti uddhamadho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya
Sabbavantaṃ lokaṃ muditā-sahagatena cetasā
Vipulena mahaggatena appamañena averena abyāpajjhena
pharitvā vihāratī

Upekkhā-sahagatena cetasā ekaṃ disaṃ pharitvā viharati
Tathā dutiyaṃ tathā tatiyaṃ tathā catutthaṃ
Iti uddhamadho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya
Sabbavantaṃ lokaṃ upekkhā-sahagatena cetasā
Vipulena mahaggatena appamañena averena abyāpajjhena
pharitvā vihāratī'ti

Четыре небесных состояния

(Давайте распространим «4 возвышенных состояния»)

Сердцем преисполненным любящей добротой,

Я наполню одну четверть мира, а также и вторую,
и третью, и четвертую
И над собою, и под собою, и вокруг себя и повсюду,
наполню как для других, так и для себя,
Весь окружающий мир я наполню любящей добротой
Наполню щедро, возвышенно, без враждебности,
без злого намерения.

Сердцем преисполненным состраданием,

Я наполню одну четверть мира, а также и вторую,
и третью, и четвертую
И над собою, и под собою, и вокруг себя и повсюду,
наполню как для других, так и для себя,
Весь окружающий мир я наполню состраданием
Наполню щедро, возвышенно, без враждебности,
без злого намерения.

Сердцем преисполненным сорадованием,

Я наполню одну четверть мира, а также и вторую,
и третью, и четвертую
И над собою, и под собою, и вокруг себя и повсюду,
наполню как для других, так и для себя,
Весь окружающий мир я наполню сорадованием
Наполню щедро, возвышенно, без враждебности,
без злого намерения.

Сердцем преисполненным беспристрастностью,

Я наполню одну четверть мира, а также и вторую,
и третью, и четвертую
И над собою, и под собою, и вокруг себя и повсюду,
наполню как для других, так и для себя,
Весь окружающий мир я наполню беспристрастностью
Наполню щедро, возвышенно, без враждебности,
без злого намерения.

Пожелание всеобщего благосостояния

/Reflections on universal well-being/

(Handa mayam brahmavihārapharaṇaṃ karomase)

[Ahaṃ sukhito homi], niddukkho homi,
avero homi, abyāpajjho homi, anīgho homi,
sukhī attanaṃ pariharāmi.

Sabbe sattā sukhitā hontu, sabbe sattā averā hontu, sabbe sattā
abyāpajjhā hontu, sabbe sattā anīghā hontu, sabbe sattā
sukhī attānaṃ pariharantu.

Sabbe sattā sabbadukkhā pamuccantu.

Sabbe sattā laddha-sampattito mā vigacchantu.

Sabbe sattā kammassakā kammaḍāyādā kammayonī kammabandhū
kammaṭṭisaraṇā, yaṃ kammaṃ karissanti, kalyāṇaṃ
vā pāpakaṃ vā, tassa dāyādā bhavissanti.

Пожелание всеобщего благосостояния

(Давайте продекламируем пожелание всеобщего благосостояния)

Пусть я буду пребывать в благополучии,
пусть я буду свободен от ненависти, враждебности и тревог,
пусть мне будет хорошо.

Пусть все существа будут пребывать в благополучии
пусть все будут свободны от ненависти, враждебности и тревог,
пусть всем будет хорошо.

Пусть все существа избавятся от всех страданий.

Пусть все существа не потеряют обретенное ими.

Поступая в соответствии с своими намерениями, все существа являются
хозяевами своих действий и наследуют их результат.

Их будущее рождается их действиями, обусловлено их действиями и их
место пребывания – результат их собственных действий.

Какие бы поступки они не совершали, хорошие или плохие – это и будет их
наследием.

Пять тем для частого обдумывания

/Five subjects for frequent recollection /

(Handa maṃaṃ abhiṇṇa-paccavekkhaṇa-pāṭhaṃ bhaṇāmaṃ)

Давайте прочитаем темы для постоянного обдумывания

[Jarā-dhammomhi] jaraṃ anatīto.

Я подвержен старению, старение является неизбежным.

Byādhi-dhammomhi byādhiṃ anatīto.

Я подвержен болезням, болезни являются неизбежными.

Maraṇa-dhammomhi maraṇaṃ anatīto.

Я подвержен смерти, смерть является неизбежной.

Sabbehi me piyehi manāpehi nānābhāvo vinābhāvo.

Мне придется расстаться со всем, что мне дорого и приятно.

Kammasakāmi kamma-dāyādo kammayoni kammabandhu kamma-
paṭisaraṇo. Yaṃ kammaṃ karissāmi, kalyāṇaṃ vā, pāpakaṃ vā, tassa
dāyādo bhavissāmi.

*Я владею своими действиями и принадлежу им, рождён из собственными
действиями и связан с ними, я живу в соответствии с собственными
действиями. Чтобы я не делал, хорошего или плохого, это и будет моим
наследием*

Evaṃ amhehi abhiṇṇaṃ paccavekkhitabbaṃ.

Об мы должны помнить.

ПРОСЬБА О ПРИНЯТИИ ТРЕХ ПРИБЕЖИЩ И ВОСЬМИ ОБЕТОВ

/Requesting the Three Refuges and the Eight Precepts/

Делаем три поклона, затем складываем руки ладонь к ладони перед грудью в Анджали и поем вместе с группой:

Mayaṃ bhante tisaraṇena saha aṭṭha sīlāni yācāma

Dutiyampi mayaṃ bhante tisaraṇena saha aṭṭha sīlāni yācāma

Tatīyampi mayaṃ bhante tisaraṇena saha aṭṭha sīlāni yācāma

Мы, Уважаемый Учитель, просим о трёх Прибежищах и восьми Обетах

Мы, во второй раз, Уважаемый Учитель, просим о трёх Прибежищах и восьми Обетах

Мы, в третий раз, Уважаемый Учитель, просим о трёх Прибежищах и восьми Обетах

ПРИНИМАЕМ ТРИ ПРИБЕЖИЩА

Повторяем, после того как Учитель продекламирует 3 раза :

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Почтение Благословенному, Достойному, в совершенстве Пробудившемуся

Повторяем за Учителем каждую фразу

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Будде как к прибежищу

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Дхамме как к прибежищу

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Сангхе как к прибежищу

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Будде как к прибежищу

Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Дхамме как к прибежищу

Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Сангхе как к прибежищу

Tatīyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Будде как к прибежищу

Tatīyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Дхамме как к прибежищу

Tatīyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Сангхе как к прибежищу

Учитель: Tisarāṇa-gamaṇaṃ niṭṭhitaṃ

Принятие тройного прибежища совершено

Ответ: Āma bhante

Да, Почтенный Учитель

ПРИНИМАЕМ ВОСЕМЬ ОБЕТОВ

Повторяем за Учителем каждый обет на пали а затем произносим по-русски:

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет не причинять вреда любому живому существу
2. Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздерживаться от присвоения того, что мне не принадлежит
3. Abrahmacariyā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздерживаться от любой сексуальной активности.
4. Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздерживаться от лжи, сплетен, бессмысленной и грубой речи
5. Surāmeraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздерживаться от алкоголя, наркотиков и всего, что ведет к потере внимательности
6. Vikālabhojanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздержания от еды после полудня
7. Nacca-gīta-vādita-visūkadassanāmālā-gandha-vilepana-dhāraṇa-
maṇḍana-vibhūsanatṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздержания от участия в развлечениях, ношения украшений и использования декоративной косметики
8. Uccāsayana-mahāsayanā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.
Я принимаю обет воздержания от сна на высоких и мягких постелях

Учитель : Imāni aṭṭha sikkhāpadāni samādiyāmi.

Ответ 3 раза : Imāni aṭṭha sikkhā-padāni samādiyāmi.

Я принял(а) эти восемь обетов

Учитель: Imāni aṭṭha sikkhāpadāni
Silena sugatiṃ yanti
Silena bhogasampadā
Silena nibbutiṃ yanti
Tasma silaṃ visodhaye

/Эти 8 обетов являются нравственной основой для достижения счастья, нахождения правильного Пути и обретения свободы./

Ответ : Sādhu, Sādhu, Sādhu

Хорошо сказано, Хорошо сказано, Хорошо сказано.

Делаем три поклона.

ПРОСЬБА О ПРИНЯТИИ ТРЕХ ПРИБЕЖИЩ И ПЯТИ ОБЕТОВ

/Requesting the Three Refuges and the Five Precepts /

Делаем три поклона, затем складываем руки ладонь к ладони перед грудью в Анджали и поем вместе с группой:

Maṇaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma

Dutiyampi maṇaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma

Tatīyampi maṇaṃ bhante tisaraṇena saha pañca sīlāni yācāma

Мы, Уважаемый Учитель, просим о трех Прибежищах и Пяти Обетах

Мы, во второй раз, Уважаемый Учитель, просим о трех Прибежищах и Пяти Обетах

Мы, в третий раз, Уважаемый Учитель, просим о трех Прибежищах и Пяти Обетах

ПРИНИМАЕМ ТРИ ПРИБЕЖИЩА

Повторяем, после того как Учитель продекламирует 3 раза :

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Почтение Благословенному, Достойному, в совершенстве Пробудившемуся

Повторяем за Учителем каждую фразу

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Будде как к прибежищу

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Дхамме как к прибежищу

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Я иду к Сангхе как к прибежищу

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Будде как к прибежищу

Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Дхамме как к прибежищу

Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Во второй раз я иду к Сангхе как к прибежищу

Tatīyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Будде как к прибежищу

Tatīyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Дхамме как к прибежищу

Tatīyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

В третий раз я иду к Сангхе как к прибежищу

Учитель: Tisaraṇa-gamaṇaṃ niṭṭhitaṃ
Принятие тройного прибежища совершено

Ответ: Āma bhante
Да, Почтенный Учитель

ПРИНИМАЕМ ПЯТЬ ОБЕТОВ

Повторяем за Учителем каждый обет на пали а затем произносим по-русски:

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

Я принимаю обет не причинять вреда любому живому существу

2. Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

Я принимаю обет воздерживаться от присвоения того, что мне не принадлежит

3. Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

Я принимаю обет от всех видов нечестного и дурного сексуального поведения

4. Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

Я принимаю обет воздерживаться от лжи, сплетен, бессмысленной и грубой речи

5. Surāmeraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

Я принимаю обет воздерживаться от алкоголя, наркотиков и всего, что ведет к потере внимательности

Учитель: Imāni pañca sikkhāpadāni
Silena sugatiṃ yanti
Silena bhogasampadā
Silena nibbutiṃ yanti
Tasmā silaṃ visodhaye

/Эти 5 обетов являются нравственной основой для достижения счастья, нахождения правильного Пути и обретения свободы./

Ответ : Sādhu, Sādhu, Sādhu

Хорошо сказано, Хорошо сказано, Хорошо сказано.

Делаем три поклона.

Фонетика и произношение пали

Пали – это язык, на котором были впервые написаны основополагающие тексты буддизма Тхеравады, наиболее близкий из всех сохранившихся к тому диалекту, на котором говорил сам Будда. У языка пали нет собственного письма, и поэтому каждая страна, воспринявшая буддизм Тхеравады, использует свое собственное письмо для записи палийских текстов.

Гласные бывают двух типов: краткие и долгие. Они произносятся аналогично русским, с некоторыми особенностями:

a	как краткое 'а' в 'рад'
ā	как долгое 'а' в 'танец'
e	как долгое 'е' в 'песня'
i	как краткое 'и' в 'один'
ī	как долгое 'и' в 'книга'
o	как долгое 'о' в 'космос'
u	как краткое 'у' в 'шум'
ū	как долгое 'у' в 'капуста'

Исключение: **e** и **o** становятся короткими звуками в слогах, которые заканчиваются на согласную. Тогда они произносятся так, как в "дед" или "кот".

Согласные тоже аналогичны русским, с несколькими дополнительными правилами:

c	как 'ч' в 'чудо'
g	как 'г' в 'гребень'
h	как фрикативное (дыхательное) 'х', с гораздо меньшим потоком воздуха, чем русское 'х'
j	как 'дж' в 'поджог'
ṃ, ṇ	как 'носовой звук', который на Цейлоне обычно произносится как 'нг' в 'гонг'
s	как 'с' в 'сад'
ñ	как нёбное (мягкое) 'н' в 'небо'
ph	как придыхательное 'пх' в 'пена', при этом 'х' едва слышно
th	как придыхательное 'тх', при этом 'х' едва слышно
y	как 'й' в 'йод'

Двухбуквенные обозначения: **bh, ch, dh, ḍh, gh, jh, kh, ph, th, ṭh** указывают на придыхательные согласные, и считаются одной буквой. Но другие комбинации с **h**, то есть **lh, mh, ṅh** и **vh** считаются двумя согласными.

ḍ, ḍh, ḷ, ṅ, ṭ, ṭh - ретрофлексивные (языковые) звуки; при их произношении кончик языка немного загибается назад и прижимается к нёбу.

Двойные согласные: произносится каждая из них; например, *бб* в *аббревиатуре*, *тт* в *аттракционе*.

Слог имеет полную длину, если он:

- содержит долгую гласную (ā, ī, ū, e, o);

- или стоит перед двумя или более согласными (например, mag·ga, hon·ti, Bud·dha).

Помните, что bh, dh, и т. д. считаются одиночными согласными. (Поэтому am·hā·kaṃ, но sa·dham·maṃ, а не sad·ham·maṃ).

Слог, который заканчивается на краткую гласную, имеет половинную длину.

Техника декламации

Усвоив систему произношения и ритма пали, можно научиться декламировать текст с листа.

Если Вам трудно понять теорию декламации (или даже если она Вам совершенно ясна), старайтесь внимательно слушать то, что поет ведущий и группа, и следовать за ними, придерживаясь той же высоты звука, темпа и скорости. Все голоса должны сливаться вместе.

Пунктуация и тоновые знаки

(Круглые скобки) обозначают слова, которые декламируются только ведущим. Слова в [квадратных скобках] декламируются только теми, кто отвечает.

Añjali

Декламирование и формальные просьбы сопровождаются складыванием рук ладонь к ладони перед грудью в "анджали". Это жест уважения, при этом пальцы сложены вместе и направлены вверх.