

Selvordinasjon



Zen fredrikstad

Erkjennelse

*All galt karma jeg noen gang har skapt,
i grådighet, vrede og uvitenhet,
født av tanker, ord og gjerninger,
uten begynnelse.
Jeg erkjenner det nå, og befrir meg helt.*

Tilflukter

*Jeg tar tilflukt til den rene Dharmakaya Buddha i min egen fysiske kropp.
Jeg tar tilflukt til den mangfoldige Nirmanakaya Buddha i min egen fysiske kropp.
Jeg tar tilflukt i den fremtidige perfekte Samboghakaya Buddha i min egen fysiske kropp.*

Løftene

*Sansende vesener er talløse -
Jeg lover å redde dem alle.
Grådighet, vrede og uvitenhet oppstår uopphørlig -
Jeg lover å overvinne alt.
Dharmaportene er talløse -
Jeg lover å gå gjennom alle.
Buddhas vei er uten ende -
Jeg lover å følge den helt til slutt.*

Forpliktelse

*Jeg lover å ikke drepe
Jeg lover å ikke ta det som ikke er gitt
Jeg lover å ikke misbruke sex
Jeg lover å ikke snakke tankeløst
Jeg lover å ikke misbruke rusmidler*

*Jeg lover å utvikle sjenerøsitet
Jeg lover å utvikle disiplin
Jeg lover å utvikle tålmodighet*

*Jeg lover å utvikle iherdighet
Jeg lover å utvikle meditasjon
Jeg lover å utvikle visdom*