

The Three-fold Puja in Norwegian

Opening Reverence

Vi hedrer Buddha, den fullstendig opplyste, som viser veien.
Vi hedrer Dharmaen, læren til Buddha, som leder fra mørke til lys.
Vi hedrer Sanghaen, fellesskapet av Buddhas tilhengere, som inspirerer og viser vei.

Reverence to the Three Jewels

Vi hedrer Buddha, o
g ønsker å følge ham.
Buddha var født som vi er født.
Det Buddha beseiret kan vi også beseire.
Det Buddha oppnådde kan vi også oppnå.

Vi hedrer Dharmaen, og streber etter å følge den
i handling, tale og sinnelag, til veis ende;
sannheten i alle detaljer,
veien i alle dens etapper,
vi streber etter å lære, utøve, virkeliggjøre.

Vi hedrer Sanghaen, og streber etter å følge den:
Det fellesskap som følger veien.
Som vi engasjerer oss, en etter en,
utvides kretsen, og Sanghaen vokser.

Offerings to the Buddha

For å hedre Buddha gir vi blomster:
Blomster som i dag er friske og deilig blomstrende;
Blomster som i morgen er avblomstret og visne.
Våre egne kroppar vil og, som blomster visne vekk.

For å hedre Buddha gir vi lys:
Til ham som er lys gir vi lys.
Fra hans store lampe
tenner vi en mindre lampe i oss;
Bodhi-lyset skinner i våre hjerter.

For å hedre Buddha gir vi røkelse:
duften av røkelse fyller rommet.
Duften av det fullkomne liv,
søtere enn røkelse,
spres i alle himmelretninger,
over land og strand.

We reverence the Buddha, the Perfectly
Enlightened One, the Shower of the Way.
We reverence the Dharma, the Teaching of the
Buddha, which leads from darkness to Light.
We reverence the Sangha, the fellowship of the
Buddha's disciples, that inspires and guides.

We reverence the Buddha, and aspire to follow
Him.
The Buddha was born, as we are born.
What the Buddha overcame, we too can
overcome;
What the Buddha attained, we too can attain.

We reverence the Dharma, and aspire to follow it,
With body, speech and mind, until the end.
The Truth in all its aspects, the Path in all its
stages,
We aspire to study, practise, realise.

We reverence the Sangha, and aspire to follow it:
The fellowship of those who tread the Way.
As, one by one, we make our own commitment,
An ever-widening circle, the Sangha grows.

Reverencing the Buddha, we offer flowers -
Flowers that today are fresh and sweetly
blooming,
Flowers that tomorrow are faded and fallen.
Our bodies too, like flowers, will pass away.

Reverencing the Buddha, we offer candles.
To Him, who is the Light, we offer light.
From His greater lamp a lesser lamp we light
within us:
The lamp of Bodhi shining within our hearts.

Reverencing the Buddha, we offer incense,
Incense whose fragrance pervades the air.
The fragrance of the perfect life, sweeter than
incense,
Spreads in all directions throughout the world

Composed by Sangharakshita

The Dedication Ceremony in Norwegian

Vi innvier dette sted til de Tre Juveler:
Til Buddha, idealet for den opplysning vi streber mot;
Til Dharma, den lære vi følger;
Til Sangha, det åndelige fellesskap
vi nyter med hverandre.

Her må ikke fares med løst snakk;
Her må ingen forstyrret tanke urolige vårt sinn.

Til et liv etter de fem retningslinjer
Vier vi dette sted;
Til trening i meditasjon
Vier vi dette sted;
Til kultivering av visdom
Vier vi dette sted;
Til realisering av opplysning
Vier vi dette sted.

Om enn det er strid i verden omkring
Måtte det her være fred.
Om enn det er hat i verden omkring
Måtte det her være kjærlighet.
Om enn det er sorg i verden omkring
Måtte det her være glede.

Ikke ved å les religiøs skrifter;
Ikke ved å stenke med hellig vann;
Men ved vår egen streben mot opplysning
Innvier vi dette sted.

Rundt denne mandala,
Dette hellige sted,
Måtte renhetens lotusblader åpne seg.
Rundt denne mandala,
Dette hellige sted,
Måtte besluttsomhetens vajra-mur strekke seg.
Rundt denne mandala,
Dette hellige sted,
Måtte flammene som forvandler samsara
Til nirvana reise seg.

Her sitter vi,
Her trener vi:
Måtte vårt sinn bli Buddha;
Måtte vår tanke bli Dharma;
Måtte vår kommunikasjon med hverandre
Bli Sangha!

Til glede for alle vesen,
Til nytte for alle vesen,
Med kropp, tale og sinn,
Innvier vi dette sted.

We dedicate this place to the Three Jewels:
To the Buddha, the Ideal of Enlightenment to which we
aspire;
To the Dharma, the Path of the Teaching which we follow;
To the Sangha, the spiritual fellowship with one another
which we enjoy.

Here may no idle word be spoken;
Here may no unquiet thought disturb our minds.

To the observance of the Five Precepts
We dedicate this place;
To the practice of meditation
We dedicate this place;
To the development of wisdom
We dedicate this place;
To the attainment of Enlightenment
We dedicate this place.

Though in the world outside there is strife
Here may there be peace;
Though in the world outside there is hate
Here may there be love;
Though in the world outside there is grief
Here may there be joy.

Not by the chanting of the sacred Scriptures,
Not by the sprinkling of holy water,
But by own efforts towards Enlightenment
We dedicate this place.

Around this Mandala, this sacred spot,
May the lotus petals of purity open;
Around this Mandala, this sacred spot,
May the vajra-wall of determination extend;
Around this Mandala, this sacred spot,
May the flames that transmute Samsara into Nirvana arise.

Here seated, here practising,
May our mind become Buddha,
May our thought become Dharma,
May our communication with one another be Sangha.

For the happiness of all beings,
For the benefit of all beings,
With body, speech, and mind,
We dedicate this place.

The Refuges and Precepts in Norwegian

*Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa
Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa
Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammasambuddhassa*

*Buddham Saranam Gacchami
Dhammam Saranam Gacchami
Sangham Saranam Gacchami*

translation

Heder til ham, den velsignede, den verdige den fullkomment opplyste!

Jeg søker tilflukt i Buddha
Jeg søker tilflukt i Dharma
Jeg søker tilflukt i Sangha
For annen gang søker jeg tilflukt i Buddha
For annen gang søker jeg tilflukt i Dharma
For annen gang søker jeg tilflukt i Sangha
For tredje gang søker jeg tilflukt i Buddha
For tredje gang søker jeg tilflukt i Dharma
For tredje gang søker jeg tilflukt i Sangha

The Five Precepts

*Panatipata Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Adinnadana Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Kamesu Micchacara Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Musavada Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Surameraya Majja Pamadatthana Veramani Sikkhapadam Samadiyami*

sadhu sadhu sadhu

translation

Jeg påtar meg å avstå fra å ta liv.
Jeg påtar meg å avstå fra å ta det som ikke er gitt.
Jeg påtar meg å avstå fra skadelige seksuelle handlinger.
Jeg påtar meg å avstå fra usann tale.
Jeg påtar meg å avstå fra berusende midler.

The Positive Precepts

Med kjærlige, vennlige handlinger foredler jeg min kropp.
Med åpenhjertlig gavmildhet foredler jeg min kropp.
Med stillhet, enkelhet, og nøysomelighet foredler jeg min kropp.
Med sannferdige ord foredler jeg min tale.
Med klar og strålende oppmerksomhet foredler jeg mitt sinn.

*Dutiyampi Buddham Saranam Gacchami
Dutiyampi Dhammam Saranam Gacchami
Dutiyampi Sangham Saranam Gacchami*

*Tatīyampi Buddham Saranam Gacchami
Tatīyampi Dhammam Saranam Gacchami
Tatīyampi Sangham Saranam Gacchami*

Homage to Him, the Blessed One, the Worthy One, the Perfectly Enlightened One!

To the Buddha for refuge I go.
To the Dharma for refuge I go.
To the Sangha for refuge I go.

For the second time to the Buddha for refuge I go.
For the second time to the Dharma for refuge I go.
For the second time to the Sangha for refuge I go.

For the third time to the Buddha for refuge I go.
For the third time to the Dharma for refuge I go.
For the third time to the Sangha for refuge I go.

I undertake to abstain from taking life.
I undertake to abstain from taking the not-given.
I undertake to abstain from sexual misconduct.
I undertake to abstain from false speech.
I undertake to abstain from taking intoxicants.

With deeds of loving kindness, I purify my body.
With open-handed generosity, I purify my body.
With stillness, simplicity, and contentment, I purify my body.
With truthful communication, I purify my speech.
With mindfulness clear and radiant, I purify my mind.