**七章のプジャ**

プジャ：puja（サンスクリット語）

祈りの儀式。悟りの体現者であるブッダや聖人に向け、自己の悟りへの信念を彼らに繋げ、高める行。

**礼拝**

天界に咲き誇るマンダーラバの花、藍蓮華とジャスミンと共に、

美しくかぐわしい花々と共に、

そして麗しく編まれた花飾りと共に、

秀でた聖人たちを心から称える

彼らは称賛されるにふさわしい

心を満たす甘い香で彼らを包み、

様々な食べ物、そして咽に心地よい飲み物を捧げる

宝石を散りばめた無数の明かりを、黄金の花絨毯の上にお供えする

歩道には香水をふり、美しい花々をまいて

**敬辞**

あまたの世界のあまたなる原子の数と同じほど、

私は敬謙にあいさつをする

三時代全てのブッダに、

真実のダーマに、

そして抜きんでたコミュニティに

私は全ての霊廟に、

そして菩薩達が訪れた全ての場所に敬意を払う

私は深々とお辞儀をする

説教師達に、

そして敬辞を受けるにふさわしい方々に

**避難所へ**

今日この日、

私は避難所へと向かう

強力な保護者たちの元へ

彼らの目的は全世界を守ること

至るところの苦しみに打ち勝った勝利者たち

また心から、彼らが体得したダーマに避難する

それは輪廻から身を守る防御の住

同様に、菩薩達へ

私は避難する

**懺悔**

私の無知と愚行によって積み上げられた悪、

日常の悪、

さらには理解と知性においての悪、

全てを保護者たちに伝えよう

崇拝の手を上げ、彼らの前に立ち、

苦しみを恐れ、

何度も何度も伝え祈る

どうか指導者たちよ、これを心優しく受け入れてくださいますように

このたくさんの過ちのままに！

悪しきことは、ああ　保護者たちよ、

二度といたしません

**功徳の祝い**

私は喜んで祝う

全ての衆生によってなされた善行を

そして彼らは

苦しみの終焉と共に平安を得る

苦しんでいるものたちよ、幸せでありますように！

私は輪廻から解き放された衆生を祝う

菩薩の、ブッダの本質を祝う

彼らは偉大なる保護者たち

私はブッダの教えと、

大覚成就への決意の現れを祝う

これらの大洋は、全ての衆生に幸をもたらす福利の住

**懇願と嘆願**

両手を合わせ、全方角のブッダたちに懇願する

惑いの苦しみの中をさ迷うものたちのために

ダーマの光を照らしてくださいますように！

崇拝の手を合わせ、勝利者たちに嘆願する

ニバーナには入らず、いついつまでもこの地に留まってくださいますように

この世界のものたちが、無知の闇に埋もれないよう

**功徳と自己の譲渡**

私の行いによる徳が、全ての衆生の苦しみの緩和に使われますように

私の数限りない存在を通して培われた人間性、

そして私の肉体、言葉、心の全てにおける功徳を

自らを顧みることなく捧げよう

全ての衆生の福利のために

ちょうど、地や他の要素が

無限の空間に生きる無数のものたちに有用であるように、

私もなろう

全次元の全ての衆生を支える者に

皆が全員、平安に至るその時まで