

1. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de onvergankelijke Dharma
geen gedachte aan vernietiging koesteren,
wordt de gelofte, het doden te laten, genoemd.

Ik neem mij voor niet te doden, maar alle leven te eerbiedigen.

2. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de ongrijpbare Dharma
geen gedachte aan verwerven hebben
wordt de gelofte, het stelen te laten, genoemd.

Ik neem mij voor niet te nemen wat niet gegeven wordt, maar de dingen van anderen te respecteren.

3. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de onbezoedelde Dharma
niet toegeven aan gehechtheid,
wordt de gelofte, geen seksualiteit te misbruiken, genoemd.

Ik neem mij voor geen sexuele onzorgvuldigheid te begaan, maar een leven van zuiverheid en trouw te leiden.

4. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de onverklaarbare Dharma
geen enkel woord te spreken,
wordt de gelofte, het liegen te laten, genoemd.

Ik neem mij voor niet te liegen, maar de waarheid te spreken.

5. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de oorspronkelijk zuivere Dharma
niet onwetend zijn, wordt de gelofte geen verdovende
middelen te gebruiken genoemd.

Ik neem mij voor geen verdovende middelen die het bewustzijn verwarren te gebruiken, noch anderen daartoe aan te zetten, maar mijn geest altijd helder te houden.

6. Het ware Zelf is helder en duidelijk.
In het gebied van de foutloze Dharma
geen onjuiste dingen zeggen, wordt de gelofte het
misleidende spreken te laten, genoemd.

Ik neem mij voor niet over de fouten van anderen te spreken, maar begripvol en

liefdevol te zijn.

7. Het ware Zelf is helder en duidelijk.

In het gebied van de onderscheidloze Dharma geen verschil tussen zichzelf en anderen te maken, wordt de gelofte niet zichzelf lof en anderen blaam te geven genoemd.

Ik neem mij voor niet mijzelf te prijzen en anderen af te keuren, maar mijn eigen tekortkomingen te overwinnen.

8. Het ware Zelf is helder en duidelijk.

In het gebied van de allesdoordringende Dharma zich niet te hechten aan één vorm, wordt de gelofte niet gierig met het schenken van de Dharma te zijn genoemd.

Ik neem mij voor niet gierig te zijn, maar royaal stoffelijke en geestelijke hulp, waar nodig, te geven.

9. Het ware Zelf is helder en duidelijk.

In het gebied van de zelfloze Dharma niet denken aan een zelf, wordt de gelofte, de boosheid te laten, genoemd.

Ik neem mij voor niet aan boosheid toe te geven, maar door dagelijkse meditatie mijn gemoed te beheersen.

10. Het ware Zelf is helder en duidelijk.

In het gebied van de ene Dharma geen onderscheid tussen wezens en Boeddha's te maken, wordt de gelofte, het beschimpen van de drie juwelen te laten, genoemd.

Ik neem mij voor de drie juwelen, Boeddha, Dharma en Sangha niet te verzaken, maar ze te eren en hoog te houden.

In deze geloften wonen alle Boeddha's en ze omvatten alle wezens met hun onvergelijkelijke wijsheid. Er is geen verschil tussen subject en object voor allen die hierin leven. Alle dingen, aarde, bomen, wolken en stenen worden Boeddha's zodra men deze toevlucht neemt.

Uit deze geloften stroomt zo'n wind en vuur dat allen tot verlichting gedreven worden als de vlammen door de invloed van Boeddha's aangewakkerd worden. Dit is de verdienste van niet-doen en niet-zoeken, het ontwaken tot ware wijsheid.