

# Shobogenzo

## Hoofdstuk 7: Senjo

### On Washing Yourself Clean

The realization of enlightenment through practice, which the Buddhas and Ancestors have protected and preserved, has been described by Them as 'being freed from stain'.

The Sixth Ancestor Enō once asked his disciple Nangaku Ejō of Kannon-in Temple, "Looking back, do you think that what we do has always been based on realizing enlightenment through practice?"

Nangaku responded, "It is not that realizing enlightenment by means of practice has not existed in the past, but should someone act in a way that is stained, then he will not realize it."

Enō said, "It is this 'being freed from stain' that all Buddhas have preserved in Their hearts and kept in mind. You have done this, as have I, as have our Indian Ancestral Masters."

It says the following in the *Great Scripture on the Three Thousand Forms of Everyday Behavior for Monks*, "Purifying the body refers to cleansing yourself of its excretions and keeping your nails clipped." Therefore, even though our bodies and minds are unstained, there is a method for cleansing the body, which is also a method for cleansing the mind. Not only will it purify body and mind, it will also purify those in our nation and those who train 'under a tree'. Even though no one in our nation has ever yet been sullied by the dust of existence, purifying is what all Buddhas keep in mind. Upon reaching the fruits of Buddhahood, They do not neglect or discontinue

Senjo

### Over Jezelf schoon wassen

De realisatie van verlichting door praktijk, wat de Boeddha's en Patriarchen beschermd en bewaard hebben, is door hen beschreven als 'bevrijd zijn van vlekken'.

De zesde Patriarch Enō vroeg eens aan zijn leerling Nangaku Ejō van de Kannon-in Tempel: "Als je terugkijkt, denk je dan dat wat we doen altijd gebaseerd is geweest op het realiseren van verlichting door praktijk?"

Nangaku antwoordde: "Het is niet dat het realiseren van verlichting bij middel van praktijk niet bestond in het verleden, maar als iemand zou handelen in een manier die bevlekt is, zou hij het niet realiseren."

Enō zei: "Het is dit 'bevrijd zijn van vlekken' dat alle Boeddha's hebben bewaard in Hun harten en in het hoofd gehouden. Je hebt dit gedaan, net zoals ik, en net zoals onze Indische Voorvaderlijke Meesters."

Het zegt het volgende in de *Grote Schrift over de drieduizend Vormen van dagelijkse Gedrag voor monniken*: "Het zuiveren van het lichaam verwijst naar jezelf te reinigen van zijn uitwerpselen en het geknipt houden van je nagels." Daarom, ondanks dat onze lichamen en geesten onbesmet zijn, is er een methode voor het reinigen van het lichaam, dewelke ook een methode is voor het reinigen van de geest. Niet alleen zal het lichaam en geest zuiveren, ook zal het diegenen in ons land zuiveren die oefenen 'onder een boom'. Hoewel niemand in ons land ooit al bezoedeld is geraakt door het stof van het bestaan, zuiveren is wat alle Boeddha's in gedachte houden. Ze



# Shobogenzo

Their cleansing. The meaning of this is impossible to fully fathom. Proper decorum is one thing that is meant by it, and realizing the Way through ordination is one form of proper decorum.

verwaarlozen of zetten Hun zuivering niet stop. De betekenis hiervan is onmogelijk volledig te doorgronden. Juiste betamelijkheid is één ding dat ermee bedoeld wordt, en het realiseren van de Weg door wijding is één vorm van de juiste betamelijkheid.



A verse in the “Pure Deeds” chapter of the *Avatamsaka Scripture* says:

*Whilst relieving nature,  
by all means pray that all sentient beings  
will eliminate their impurities  
by completely ridding themselves of lust, anger, and delusion.*

*Whilst washing up afterwards,  
by all means pray that all sentient beings  
may turn towards the Peerless Way  
and leave worldly things behind them.*

*Whilst cleaning off the soil with water,  
By all means pray that all sentient beings  
Will avail themselves of purifying patience,  
That they may, after all, be free from any defilement.*

Water is not necessarily ‘fundamentally pure’ nor is it ‘fundamentally impure’: the body is not necessarily ‘fundamentally pure’ nor is it ‘fundamentally impure’ – so it is with all things. This does not mean that water is or is not something sentient; it does not mean that the body is or is not something sentient – again, so it is with all things. This is what the World-honored Buddha gave voice to. Even so, it is not water that makes our bodies clean: relying on the Buddha’s Dharma and keeping to the Buddha’s Dharma is what ‘washing yourself clean’ really means. This Dharma is the very being and spirit of what the Buddhas and Ancestors have personally and correctly

Een vers in het "Zuivere Daden" hoofdstuk van de Avatamsaka Schrift zegt:

*Terwijl men zich ontlast,  
bid dan met alle middelen dat alle levende wezens  
hun onzuiverheden zullen verwijderen  
door zichzelf te bevrijden van lust, woede en begoocheling.*

*Terwijl men zich nadien wast,  
bid dan met alle middelen dat alle levende wezens  
zich in de richting zullen zetten van de Weergaloze Weg  
en dat ze wereldse zaken achter hun laten.*

*Terwijl men de bodem met water schoonmaakt,  
bid dan met alle middelen dat alle levende wezens  
zullen gebruik maken van zuiverend geduld,  
opdat ze uiteindelijk vrij zijn van elke verontreiniging.*

Water is niet per se 'fundamenteel zuiver' noch is het 'fundamenteel onzuiver': het lichaam is niet noodzakelijkerwijs "fundamenteel zuiver" en evenmin 'fundamenteel onzuiver' – zo is het met alle dingen. Dit betekent niet dat het water wel of niet bewust is; dat betekent niet dat het lichaam wel of niet iets bewust is - nogmaals, zo is het met alle dingen. Dit is waaraan de Wereldvereerde Boeddha stem gaf. Toch is het niet het water dat ons lichaam schoonmaakt: steunen op het Boeddhadharma en het houden aan het Boeddhadharma is wat 'zichzelf schoon wassen' werkelijk betekent. Dit Dharma is het wezen en de geest van wat de Boeddha's en Patriarchen persoonlijk en

# Shobogenzo

Transmitted; It is the very words and phrases used to describe That which the Buddhas and Ancestors directly experienced; It is the very Light in which the Buddhas and Ancestors clearly abide and to which They hold. In sum, It is an immeasurable, unbounded, meritorious virtue which They make manifest before our very eyes. When, at the right moment, They supply the forms for training body and mind, They fully provide the basic elements of conduct, which are timeless. As a result, what we call 'the mind and body of one who is training' naturally manifests.

correct hebben Overgedragen; Het zijn deze woorden en zinnen die gebruikt worden om Dat wat de Boeddha's en Patriarchen direct ervaren te beschrijven; Het is dit Licht waarin de boeddha's en Patriarchen duidelijk verblijven en waaraan Zij houden. Kortom, het is een onmetelijke, onbegrensde, verdienstelijk deugd die Zij laten manifesteren voor onze eigen ogen. Wanneer Zij, op het juiste moment, de vormen leveren voor de opleiding van lichaam en geest, bieden Ze volledig de basiselementen van de gedragsregels, die tijdloos zijn. Als gevolg daarvan, wat we 'de geest en het lichaam van iemand die oefent' noemen, manifesteert zich op natuurlijke wijze.



You should keep the nails on your ten fingers clipped. Whereas 'ten fingers' is a reference to the fingernails of both your hands, right and left, you should likewise clip your toenails. It says in the Scriptures that we are doing wrong if we let our nails be longer than an eighth of an inch. So, you should not let your nails grow long like non-Buddhist old-timers do, and you should take care to clip your nails. In present-day Sung China, there were those fellows within our monastic family who lacked an eye for the way to train and let their nails grow very long. On some, they were one or two inches long, and on some, even as long as three or four inches. This is counter to the Teachings and is neither the flesh nor the spirit of the Buddha's Dharma. They acted like this because they did not maintain the customs or practice of the Buddha's family. Among the venerable Elders who have held to the Way, such behavior is not to be found.

Je moet de nagels aan je tien vingers geknipt houden. Overwegende dat 'tien vingers' een verwijzing is naar de nagels van beide handen, rechts en links, moet je ook je teennagels knippen. Er staat in de Geschriften dat we verkeerd bezig zijn als we onze nagels langer laten worden dan een achtste van een duim. Dus, je moet je nagels niet lang laten groeien zoals niet-Boeddhistische ouderwetse mensen doen, en je moet ervoor zorgen dat je je nagels knipt. In het hedendaagse Sung China, waren er die kerels binnen onze monastieke familie die het niet nauw namen met de manier van oefenen en die hun nagels erg lang lieten groeien. Bij sommigen waren ze één of twee duim lang, en bij sommigen, zelfs zo lang als drie of vier duim. Dit is in strijd met de Leer en is noch het vlees, noch de geest van het Dharma van de Boeddha's. Ze handelden zo omdat ze de gewoonten of de praktijk van de Boeddha's familie niet hebben onderhouden. Bij de eerbiedwaardige Ouderlingen die hebben vastgehouden aan de Weg is dergelijk gedrag niet te vinden.

Similarly, there were some of my fellow monks who let their hair grow. This is also counter to the Teachings. Do not make the mistake of thinking that this may be in accord with the True Teaching just because some say that monks in a great and powerful country do it.

Zo ook waren er een aantal van mijn collega-monniken die hun haar lieten groeien. Dit is ook in strijd met de Leer. Maak niet de fout te denken dat dit in overeenstemming is met de Ware Leer, alleen maar omdat sommigen zeggen dat monniken in een groot en machtig land het zo doen.

My former Master, a venerable Buddha, had the following words of instruction for any monks in the Greater Sangha who sported long hair or nails, "It is neither lay folk nor

Mijn voormalige Meester, een eerbiedwaardige Boeddha, had de volgende woorden van instructie voor alle monniken in de Grotere Sangha die lang haar of nagels

# Shobogenzo

monks who do not understand the practice of our shaving our heads – it is animals. Who among the Buddhas and Ancestors of the past failed to shave Their heads? If any of you fail to grasp why you should shave your head, you are truly an animal through and through.” After instructing his community in this way, many of my fellow monks who had not shaved their heads for years did so. Whether giving a Dharma talk in the Meditation Hall or speaking informally to his monks, he would snap his fingers loudly while pointing in rebuke, saying something to the effect of:

For what reason I know not, you have rashly let your hair and nails grow long. How pitiful that you have let the human body and mind which you have received fall into aimless ways. For the past two or three hundred years, the Way of the Ancestors has been in decline, so that fellows like you are many indeed. Such persons have sometimes become heads of temples, and have even received titles of respect from emperors, whilst making a pretense of spiritually leading others – what a misfortune for both human and celestial beings alike! Now, in all the mountain temples here in China, people with hearts intent on the Way are all disappearing, and those who would gain the Path have long been dying out. Only hooligans remain!

When my Master spoke in this manner, those from various places who had imprudently been given the title of Elder did not grumble about this, nor did they offer any defense either.

You should realize that long hair on a monk is something that the Buddhas and Ancestors remonstrated against and that growing long nails was something that non-Buddhists practiced. The descendants of Buddhas and Ancestors should not take delight in these sorts of practices, which are contrary to the Dharma. You should keep yourself pure in body and mind, and keep yourself clean by seeing that you trim your nails and shave the hair off your head.

hadden: “Het zijn noch leken noch monniken die de praktijk van het scheren van onze hoofden niet begrijpen - het zijn dieren. Wie van de Boeddha's en Patriarchen uit het verleden zijn er niet in geslaagd om hun hoofd te scheren? Als één van jullie niet begrijpt waarom je je hoofd moet scheren, ben je echt door en door een dier." Na het instrueren van zijn gemeenschap op deze manier, hebben veel van mijn collegamonniken die al jaren hun hoofd niet hadden kaalgeschoren, het gedaan. Of hij nu een Dharmagesprek in de Meditatiehal gaf of informeel gesprek voerde met zijn monniken, hij zou zijn vingers luid knippen, daarbij wijzend in berisping, om iets te zeggen in de zin van:

Om welke reden weet ik niet, je hebt lichtvaardig je haar en nagels lang laten groeien. Hoe zielig dat je het menselijk lichaam en geest dat je hebt gekregen in doelloze manieren hebt laten verworden. In de afgelopen twee of drie honderd jaar, is de Weg van de Patriarchen in verval, zodat er inderdaad veel types zijn als jij. Deze personen zijn soms hoofd geworden van de tempels, en hebben zelfs titels van respect gekregen van keizers, terwijl ze pretenteerden dat ze anderen geestelijk leiding gaven - wat een ongeluk voor zowel menselijke als hemelse wezens! Nu, in alle bergtempels hier in China zijn mensen met het hart gericht naar de Weg allemaal aan het verdwijnen, en degenen die bij het Pad zouden gebaat zijn, zijn al lange tijd uitgestorven. Alleen hooligans blijven over!

Als mijn Meester op deze manier sprak, mopperden diegenen uit verschillende plaatsen die ondoordacht de titel van Oudere hadden gekregen niet, noch boden ze enige verdediging.

Je moet je realiseren dat lang haar voor een monnik iets is waar de Boeddha's en Patriarchen tegen protesteerden en dat het laten groeien van lange nagels iets is dat door niet-boeddhisten werd gedaan. De afstammelingen van Boeddha's en Patriarchen moeten geen genoegen te nemen met dit soort praktijken, die in strijd zijn met het Dharma. Je moet jezelf zuiver houden in lichaam en geest, en jezelf schoon houden door er op toe te zien dat je je nagels knipt en de haren van je hoofd afscheert.

# Shobogenzo



Do not neglect to wash after relieving nature. Shariputra once brought about the conversion of a non-Buddhist by means of this Teaching. Although it was not something that the non-Buddhist originally expected, nor was it something that Shariputra had consciously intended, even so, when the forms of dignified behavior of the Buddhas and Ancestors are kept before one's eyes, false teachings are spontaneously humbled.

When doing your training under a tree in the forest or out in the open, you will not find a privy already built. So, using water from some convenient valley stream or river, clean yourself off with sand. Since you do not have any ashes at this time to cleanse yourself with, simply use two sets of seven balls of sandy soil. The way to use these fourteen balls is as follows: after having removed your robe, folded it, and put it aside, you take soil that is sandy [rather than dark earth], shape it into balls about the size of a large soybean, and place these atop a stone or some other convenient place, with two rows of seven balls each. Then, provide yourself with some pebbles that can be used for scouring your hands. After that, you relieve yourself. After you have finished relieving yourself, use a wooden or bamboo toilet spatula, or some paper, to clean yourself off. You then go to the edge of the water to wash. Make sure to take three of the balls with you to clean yourself. Put one of the balls in the palm of your hand, add just a little water, mix the ingredients together until their consistency is thinner than mud and quite soupy, and begin by cleaning off your genitals. Then take another sand ball and, preparing it as before, clean off your buttocks. Again, prepare a sand ball as before and, in the same manner, clean off your hands.

Laat niet na om je te wassen na het ontlasten. Ooit bewerkstelligde Shariputra de bekering van een niet-Boeddhist met deze Lering. Hoewel het niet iets was dat de niet-Boeddhist oorspronkelijk verwachtte, noch was het iets dat Shariputra bewust had gewild, hoewel, als de vormen van het waardige gedrag van de Boeddha's en Patriarchen je voor de ogen worden gehouden, raken de valse leringen spontaan ontmaskerd.

Wanneer je je training doet onder een boom in het bos of in de open lucht, zal je geen toilet vinden dat al gebouwd is. Dus, met behulp van water uit een handige beek of rivier, reinig je jezelf met zand. Omdat je op dit moment geen assen hebt om jezelf te reinigen, maak je gewoon gebruik van twee sets van zeven ballen van zandgrond. De manier om deze veertien ballen gebruiken is als volgt: nadat je je gewaad hebt verwijderd, vouw het op en leg het opzij, neem je grond die zanderig is [in plaats van donkere aarde], maak er balletjes ter grootte van een grote sojaboon, en plaats deze bovenop een steen of een andere geschikte plaats, met twee rijen van zeven ballen elk. Dan voorzie je jezelf van een aantal steentjes die kunnen worden gebruikt voor het schuren van je handen. Daarna ontlast je jezelf. Nadat je klaar bent met je te ontlasten, gebruik dan een houten of bamboe spatel of wat papier, om jezelf schoon te maken. Je gaat dan naar de rand van het water om je te wassen. Zorg ervoor dat je drie van de ballen meeneemt om jezelf te reinigen. Leg één van de ballen in de palm van je hand, voeg een beetje water toe, meng de ingrediënten samen tot hun consistentie dunner is dan modder en nogal waterig, en begin met het schoonmaken van je genitaliën. Neem dan een andere zandbal die je voorbereidt zoals voorheen en maak je je billen schoon. Nogmaals, bereid een zandbal voor zoals voorheen en, op dezelfde manier, maak je je handen schoon.



# Shobogenzo

After monks began to reside in temple quarters, they constructed a building that they referred to as 'the Eastern Quarters'. Sometimes it was called a water closet and at other times a lavatory. It is absolutely essential to have a lavatory in a place where a family of monks resides.

When going to the Eastern Quarters, you should be sure to take a hand towel with you. The way to do this is to fold the hand towel in half and put it over your left shoulder, letting it hang down over the sleeve of your gown. When you have arrived at the Eastern Quarters, you should hang your towel over the clean-clothes pole. Hang it in the same way it was when it was hanging on your shoulder. If you come wearing a nine- or seven-striped kesa, you should be sure to hang it next to your towel. You should hang it so that it will not fall off. Do not hastily toss it over the pole.

You should be sure to pay particular attention to the name marker. The name marker is for putting your name on the pole. Write your name on a piece of white paper in the shape of a full moon and then align this marker on the rack. We use a name marker so that we will not forget where we have put our robe. When our monks come in numbers, we must be sure not to confuse our place on the rack with that of others.

If a number of monks come and line up at this time, make shashu and bow in greeting to the others. When bowing in greeting, you need not bow deeply: simply hold your hands in shashu before your chest and bow in recognition of the others. When in the Eastern Quarters, we acknowledge the monks assembled by bowing to them even when we are not in our robes. If your two hands are not occupied or you are not carrying something in them, you should keep them in shashu and bow.

If one of your hands is already occupied, or when you are carrying something in one hand, you should make your bow with a one-handed gasshō. In bowing with a one-handed gasshō, the hand is raised, with the fingers slightly cupped as if you were going to use the hand to scoop up water; the head is lowered slightly, as in greeting. When another monk behaves in this way towards us, we should behave similarly: when we behave in this way, the other monk should do likewise.

The procedure for taking off your undershirt and outer robe is to remove your robe

Nadat monniken begonnen met in de tempelkwartieren te verblijven, bouwden ze een gebouw dat zij aanduiden als 'de Oostelijke Kwartieren'. Soms werd het een WC genoemd en op andere momenten een toilet. Het is absoluut noodzakelijk om een toilet hebben op een plaats waar een familie van monniken woont.

Wanneer je naar de Oostelijke Kwartieren gaat, moet je zeker een handdoek meenemen. De manier om dit te doen is de handdoek te vouwen in de helft en hem te leggen over je linkerschouder, zodat hij naar beneden hangt over de mouw van je gewaad. Als je aan de Oostelijke Kwartieren bent aangekomen, moet je je handdoek ophangen over de schoneklerepaal. Hang hem op dezelfde manier op zoals hij was opgehangen toen hij over je schouder lag. Als je een negen of zeven banden kesa draagt, moet je er zeker van zijn dat je hem naast je handdoek hangt. Je moet hem zo hangen dat hij er niet afvalt. Gooi hem niet haastig over de paal.

Je moet zeker bijzondere aandacht besteden aan het naametiket. Het naametiket dient om je naam op de paal te zetten. Schrijf je naam op een stuk wit papier in de vorm van een volle maan en leg dan deze markering op het rek. We maken gebruik van een naametiket, zodat we niet zouden vergeten waar we ons gewaad hebben gelegd. Wanneer onze monniken één voor één komen, moeten we onze plaats op het rek zeker niet verwarren met die van anderen.

Als op dat moment een aantal monniken komen en een rij vormen, doe shashu en buig als groet aan de anderen. Als je buigt als groet, hoef je niet diep te buigen: houd gewoon je handen in shashu voor je borst en buig als erkenning voor de anderen. Als je in de Oostelijke Kwartieren bent, erkennen we dat de monniken bijeen zijn door te buigen voor hen, zelfs als we onze gewaden niet aanhebben. Als je je twee handen vrij hebt of je draagt niets, moet je ze in shashu houden en buigen.

Als één van je handen al bezet is, of wanneer je iets bij je hebt in de éne hand, moet je je buiging maken met een één-hand gasshō. Bij het buigen met een één-hand gasshō, wordt de hand omhoog gehouden, met de vingers iets gebogen alsof je je hand zou gebruiken om water te scheppen; het hoofd wordt iets naar beneden gehouden, zoals in een begroeting. Wanneer een andere monnik zich op deze manier tegenover ons gedraagt, moeten we ons op dezelfde manier gedragen: als we ons op deze manier gedragen, moet de andere monnik hetzelfde doen.

De procedure voor het uitdoen van je onderkleed en buitenste gewaad is om je gewaad

# Shobogenzo

along with the undershirt by bringing the two sleeves together in back, putting the two arm holes together, and lifting up the sleeves. You then fold the two sleeves, one atop the other, over the garment. Next, with the left hand, grasp the back of the collars and, with the right hand, draw up the robe and fold it down the middle of the sleeve bags and the two collars. Having folded over the two sleeves and collars, you again fold the robe in two, lengthwise, and drape it over the pole with the collars on the far side; the skirt of the robe and the sleeve cuffs hang on the near side of the pole. That is to say, the robe hangs at the waist over the pole.

Next, avoid mistaking whose towel is whose when there are two poles and two towels are hanging one in front of the other. So that your towel does not get separated from your robe or get taken by someone who has not hung up a towel, tie it down by wrapping it around your robe two or three times and tying it, without letting your robe fall onto the ground. Then, facing your robe, you make gasshō.

Next, you take a sash cord and hang it over your shoulders. Then go to the wash stand and fill a clean bucket with water; carrying the bucket with your right hand, go into a toilet stall. In putting water in the bucket, do not fill it to the brim, but fill it up nine-tenths of the way.

When you reach the lavatory door, you should change your slippers. Put on a pair of rush slippers, leaving your own slippers by the front of the lavatory door. This is what is meant by 'changing slippers'.

It says in the *Procedures for Cleanliness in a Zen Temple*, "When you need to go to the Eastern Quarters, by all means anticipate this need. Deal with it in time, so that you do not hurry from urgency. Give yourself time to fold your kesa, and leave it on your table in the Monks' Quarters or on the clean pole in the lavatory."

Senjo

te verwijderen samen met het onderkleed door de twee mouwen samen te brengen in de rug, de twee mouwen samen te nemen, en de mouwen op te heffen. Dan vouw je de twee mouwen, de één boven de ander, over het kledingstuk. Vervolgens neem je met de linkerhand de achterkant van de kragen en, met de rechterhand trek je het gewaad omhoog en vouw je het in het midden van de hangmouwen en de twee kragen. Nadat je de twee mouwen en kragen gevouwen hebt, vouw je het gewaad weer in tweeën, in de lengte, en leg je het over de paal met de kragen aan de andere kant; de rand van het gewaad en de mouwen hangen aan de dichtstbijzijnde kant van de paal. Dit wil zeggen dat het gewaad met de taille over de paal hangt.

Vermijd vervolgens dat je je vergist van wie welke handdoek is wanneer er twee palen zijn en er twee handdoeken over elkaar hangen. Opdat je handdoek niet gescheiden raakt van je kleed of wordt genomen door iemand die zijn handdoek niet heeft opgehangen, maak je hem vast door hem rond je gewaad te wikkelen en hem vast te binden, zonder dat je gewaad op de grond valt. Dan doe je gasshō wanneer je voor je gewaad staat.

Daarna neem je een gordelkoord en hang het over je schouders. Ga dan naar de wastafel en vul een schone emmer met water; terwijl je de emmer met je rechterhand draagt, ga binnen in een toilethokje. Bij het vullen van de emmer met water, vul hem niet tot aan de rand, maar vul hem tot op negen tiende.

Wanneer je de toiletdeur bereikt, dien je van slippers te wisselen. Doe een paar andere slippers aan, terwijl je je eigen slippers achterlaat aan de voorkant van de toiletdeur. Dit is wat wordt bedoeld met 'het veranderen van slippers'.



Er staat in de *Procedures voor Hygiëne in een Zen-tempel*: "Als je moet gaan naar de Oostelijke Kwartieren, anticipeer met alle middelen deze behoefte. Hou er op tijd rekening mee, zodat je je niet haast van urgentie. Geef jezelf de tijd om je kesa te vouwen, en laat hem op je tafel in de kwartieren van de monniken of op de schone paal in het toilet."

# Shobogenzo

Upon entering the toilet stall, close the door with your left hand. You next pour just a little water from your bucket into the toilet basin. Next, put the bucket in front of you in the place provided for it. Then, while standing, face the basin and snap your fingers three times. Whilst snapping your fingers, your left hand is held in a fist at your left side at waist level. Next, you lift and gather up your under-skirt by its corners, face the door and, straddling the basin between your feet, squat down and relieve yourself. Do not soil either side of your garments; do not let them get stained front or back. During this time, you should remain silent. Do not talk or joke with the person in the next stall, chant, sing, or recite anything aloud. Do not spit or blow mucus from your nose onto the area around you. Do not strain or make grunting sounds excessively. You should not write on the walls. Do not dig at or draw on the ground with your toilet spatula; it should be used for cleaning yourself after you have evacuated your bowels. Also, if you use paper, you should not use old paper or paper with characters written on it.

You should keep in mind the difference between a clean spatula and a soiled one. The spatula is eight inches long, triangular in shape. In thickness, it is the width of one's thumb. Some are lacquered, others are not. Put your soiled spatula in the used spatula box. Clean ones will already be in the spatula stand. The spatula stand is kept near the sign in front of the toilet basin.

After using a spatula or paper, the way you clean yourself is as follows: hold the bucket in your right hand and moisten your left hand well. Then, cupping some water in your left hand, you first clean off your genitals three times. Then, you wash your buttocks. This is the way you should clean yourself.

Do not tip the bucket roughly, spilling the water into your hand and quickly using it all up.

After you have finished cleaning yourself, put the bucket down in its proper place; then, take the used spatula and wipe it clean and dry with paper. You should wipe your genitals and buttocks dry. Next, adjust your under-skirt and robe with your right hand, and, also with your right hand, pick up the bucket. Then go out the door, take off the rush slippers, and put on your own. Next, you return to the wash stand and put the bucket in its original place.

Bij het binnenkomen van het toilethokje, sluit de deur met je linkerhand. Vervolgens giet je een klein beetje water uit je emmer in de toiletpot. Vervolgens zet je de emmer voor je in de daarvoor voorziene plaats. Dan, terwijl je rechtstaat voor de pot, knip je drie keer met je vingers. Terwijl je knipt met je vingers, wordt je linkerhand in een vuist gehouden aan je linkerzijde op heuphoogte. Vervolgens til je en verzamel je je onderkleed aan de hoeken, met je gezicht naar de deur en hou je de pot tussen je voeten, hurk je naar beneden en ontlast je jezelf. Maak geen enkele kant van je kleren vuil; maak geen vlekken aan voorkant of achterkant. Gedurende deze tijd, moet je stil zijn. Praat niet of maak geen grapjes met de persoon in het volgende hokje, bezing of zing niet, of reciteer niets hardop. Spuug niet of blaas geen fluïmen uit je neus in je omgeving. Span je niet in en maak geen overdreven grommende geluiden. Schrijf niet op de muren. Graaf niet of teken niet op de grond met je toiletspatel; hij moet worden gebruikt voor het reinigen van jezelf nadat je je ontlastte. Ook als je papier gebruikt, moet je geen gebruik maken van oud papier of papier dat met karakters beschreven is.

Je moet oog hebben voor het verschil tussen een schone spatel en een vuile. De spatel is acht duim lang, driehoekig van vorm. In dikte, heeft hij de breedte van iemands duim. Sommige zijn gelakt, anderen niet. Zet je vuile spatel in de doos van gebruikte spatels. Zuivere spatels zullen al in het spatelrek liggen. Het spatelrek wordt in de buurt gezet van het bord aan de voorkant van de toiletpot.

Na het gebruik van een spatel of papier gaat de manier waarop je jezelf schoonmaakt als volgt: houd de emmer in je rechterhand en bevochtig je linkerhand goed. Dan, vorm je een kom met je linkerhand en neem je wat water, en maak je eerst je genitaliën drie keer schoon. Vervolgens was je je billen. Dit is de manier waarop je je moet schoonmaken.

Giet de emmer niet ruw uit, terwijl je het water in je hand morst en alles snel opgebruikt.

Nadat je klaar bent met jezelf te reinigen, zet je de emmer neer op zijn plaats; vervolgens neem je de gebruikte spatel en veeg je hem schoon en droog met papier. Je moet je genitaliën en billen droog veegen. Vervolgens doe je je onderkleed en bovenkleed terug aan met je rechterhand, en, neem, ook met je rechterhand, de emmer. Ga dan de deur uit, doe de toiletslippers uit, en doe je eigen slippers aan. Vervolgens keer je terug naar de wastafel en zet de emmer op zijn oorspronkelijke plaats.



# Shobogenzo

Next, you should wash your hands. With your right hand you take a spoonful of ashes, place it atop some pebbles, drip some water on them, and wash your contacting hand with your right hand, using the pebbles to scour it, just as though you were cleaning rust off a sword. You should wash with ashes in this manner three times. Then, you should take some sand, add some water, and wash three times. Next, take some cleansing powder made from ground orange seeds in your right hand, moisten it with water from the small bucket, and wash by rubbing your hands together. The washing should be done thoroughly, even up your forearms. You should wholeheartedly devote your attention to washing in a conscientious manner. Ashes thrice, sand thrice, and cleansing powder once—all together seven times, an appropriate number. Next, you wash in a large bucket. This time, you simply wash in cold or warm water, without using any cleanser, sand, or ashes. After washing once, transfer that water into the small bucket, put in fresh water, and rinse both hands. In the *Avatamsaka Scripture*, a verse says:

*When washing your hands,  
by all means pray that all sentient beings  
may acquire the finest hands  
with which to receive the Buddha's Teachings.*

When you use a water ladle, you should, of course, hold it with your right hand. When using it, do so quietly, without making a great noise with bucket or ladle.

Do not splash water about, scatter the cleansing powder, or get the area around the water stand wet. That is to say, do not be hasty or careless: do not be disorderly with things or treat them roughly.

Next, you dry your hands with the towel for general use or dry them with your own towel. Once you have finished drying your hands, go to where your robe is hanging over the pole, undo the sash cord, and hang the cord over the pole. Next, hang your towel over your left shoulder and rub some incense on yourself. There is rubbing incense for general use. It is made of fragrant wood in the shape of small vials. The

Daarna moet je je handen wassen. Met je rechterhand neem je een lepel assen, leg ze bovenop een aantal steentjes, druppel hier wat water op, en was je vrije hand door het in contact te brengen met je rechterhand, terwijl je de steentjes gebruikt om ze te schuren, net alsof je roest schoonmaakt van een zwaard. Je moet je op deze manier met as drie keer wassen. Dan neem je wat zand, voeg wat water toe, en was drie keer. Vervolgens neem je wat zuiveringspoeder gemaakt van oranje grondzaden in je rechterhand, bevochtig ze met water uit de kleine emmer, en was je handen door ze tegen elkaar te wrijven. Het wassen moet grondig worden gedaan, zelfs je onderarmen. Je moet met je volle hart je aandacht wijden aan het wassen in een gewetensvolle manier. Met as driemaal, met zand driemaal, en éénmaal met zuiveringspoeder, alles bij elkaar zeven keer, een geschikt aantal. Vervolgens dien je je te wassen in een grote emmer. Deze keer was je je gewoon wassen in koud of warm water, zonder gebruik te maken van een reinigingsmiddel, zand of as. Nadat je éénmaal gewassen bent, breng je het water over in de kleine emmer, doe er vers water in, en spoel beide handen. In het *Avatamsaka Geschrift*, zegt een vers:

*Bij het wassen van je handen,  
bid met alle middelen dat alle levende wezens  
de fijnste handen mogen verwerven  
om de leringen van de Boeddha's te ontvangen.*

Wanneer je een gietlepel voor water te gebruikt, moet je hem natuurlijk vasthouden met je rechterhand. Wanneer je hiervan gebruik maakt, doe dit rustig, zonder dat je veel geluid maakt met emmer en gietlepel.

Spetter geen water rond, strooi geen reinigingspoeder rond, of maak de omgeving rond de waterstand niet nat. Dat wil zeggen, wees niet overhaast en onzorgvuldig: wees niet wanordelijk met dingen of behandel ze niet ruw.

Daarna droog je je handen met de handdoek voor algemeen gebruik of droog ze met je eigen handdoek. Zodra je klaar bent met het drogen van je handen, ga je naar waar je gewaad is opgeknoopt rond de paal, en maak je de gordelkoord los en hang je de koord over de paal. Vervolgens hang je je handdoek over je linkerschouder en wrijf wat wierook over jezelf. Er is wierook om te wrijven voor algemeen gebruik. Het is

# Shobogenzo

size of each is about the thickness of a thumb and four times that amount in length. You take a piece of string about a foot long and thread it through the holes that are bored in each end of the incense stick. This is hung over the pole. When you rub it between the palms of your hands, the fragrance of this incense will naturally impregnate your hands.

When you hang your sash cord over the pole, do not hang it over another one so that they become entangled, and do not leave it in a disorderly fashion.

gemaakt van geurig hout in de vorm van kleine ampullen. De grootte van elk is ongeveer de dikte van een duim en vier keer zo lang. Je neemt een touwtje van een voet lang en rijgt deze door de gaten die zijn geboord in elk uiteinde van de wierookstok. Dit wordt gehangen over de paal. Als je dit wrijft tussen de palmen van je handen, zal de geur van de wierook op natuurlijk wijze je handen impregneren.

Wanneer je je gordelkoord hangt boven de paal, hangen hem dan niet over een andere, zodat ze verstrikt raken, en laat hem niet op een wanordelijke manier achter.



When matters are handled in this way, everything will be a purified Buddha Land, a Buddha World well adorned. You should do everything with care, without a lapse: you should not act from haste, as though in a dither. Do not entertain the thought, "If I hurry, I can get back to what I was doing." You should keep in mind the principle that, when you go to the Eastern Quarters, the Buddha's Dharma is not something to be talked about, but lived.

Wanneer zaken op deze manier worden behandeld, zal alles een gezuiverd Boeddhaland zijn, een Boeddhawereld die goed is versierd. Je moet alles doen met zorg, zonder verwijl: je moet niet handelen vanuit haast, vanuit een toestand van agitatie. Onderhoud de gedachte niet: "Als ik me haast, kan ik terug naar wat ik aan het doen was." Je moet rekening houden met het principe dat, wanneer je naar de Oostelijke Kwartieren gaat, het Dharma van de Boeddha niet iets is om over te spreken, maar dat geleefd moet worden.



Do not stare at the faces of monks coming and going.

Staar niet naar de gezichten van monniken die komen en gaan.



# Shobogenzo

In cleansing yourself whilst in the lavatory, it is fine to use cool water, since it is said that hot water may cause diarrhea. Using warm water to wash your hands will not prove disturbing to your health. A kettle has been provided for heating water to wash your hands with.

Concerning the duties of the monk in charge of the lavatory, it says in the *Procedures for Cleanliness in a Zen Temple*, "Later in the evening, see that water is heated and oil is put out for the night lamp. Always make sure that there is someone to take over the boiling of the water, and do not let the community do it with a discriminatory attitude." From this it is clear that both hot and cold water are used.

If the interior of the lavatory becomes dirty, you should screen off the entry door and hang the sign that says 'Dirty' on it. If a bucket is accidentally knocked over, you should screen off the entry door and hang up the 'Spilled Bucket' sign. Do not enter the building when such signs have been put up.

Even though you may have already entered a stall, if there is someone else who snaps his fingers to let you know of his presence, you should leave shortly.

In the *Procedures for Cleanliness in a Zen Temple* it says, "If you do not wash yourself clean, you cannot truly take a seat in the Meditation Hall or bow to the Triple Treasure. Also, you cannot accept bows from others." And in the *Great Scripture on the Three Thousand Forms of Everyday Behavior for Monks* it says, "If you do not clean yourself after relieving nature, you are committing an offensive act. You cannot truly sit upon a monk's pure cushion, nor can you truly pay homage to the Triple Treasure. Although you may bow, you will have neither happiness nor merit from doing so."

Senjo

Tijdens het reinigen van jezelf in het toiletruimte is het fijn om koel water te gebruiken, want er wordt gezegd dat warm water diarree kan veroorzaken. Het is niet bewezen dat het gebruik van warm water om je handen te wassen storend is voor je gezondheid. Een waterketel is voorzien voor het verwarmen van water om je handen te wassen.

Met betrekking tot de taken van de monnik die verantwoordelijk is voor de toiletruimte, zo staat in de *Procedures voor Hygiëne in een Zen-tempel*: "Later op de avond, zie dat het water wordt verwarmd en dat olie wordt buitengezet voor de nachtlamp. Zorg er altijd voor dat er iemand is om het koken van het water over te nemen, en laat dit niet door de gemeenschap doen met een discriminerende houding." Hieruit is duidelijk dat zowel warm en koud water worden gebruikt.

Als het interieur van de toiletruimte vuil wordt, moet je het scherm van de toegangsdeur neerlaten en het bord ophangen waarop 'Vuil' staat. Als een emmer per ongeluk wordt omgestoten, moet je het scherm van de toegangsdeur neerlaten en het bord ophangen waarop 'Omgestoten Emmer' staat. Ga het gebouw niet binnen wanneer deze tekens zijn opgehangen.

Ook al ben je misschien al een hokje binnengegaan, als er iemand anders is die zijn vingers knipt om je zijn aanwezigheid te kennen te geven, moet je kort daarna vertrekken.



In de *Procedures voor Hygiëne in een Zen-tempel* staat: "Als je jezelf niet schoon wast, kun je niet echt een plaats te nemen in de Meditatiehall of buigen voor de Drievoudige Schat. Ook kan je geen buigingen van anderen accepteren." En in de *Grote Schrift over de drieduizend Vormen van Dagelijkse Gedrag voor Monniken* staat: "Als je jezelf niet schoonmaakt na het ontlasten, pleeg je een offensieve daad. Je kunt niet echt zitten op het zuivere kussen van een monnik, noch kan je echt een eerbetoon doen aan de Drievoudige Schat. Hoewel je misschien buigt, zul je er geluk noch verdienste van hebben."

# Shobogenzo

On the basis of these quotations, you should put this matter foremost when you are training in the temple. How can we possibly not want to pay homage to the Triple Treasure, nor to accept the respectful bows of others, nor to bow to them in return? The training halls of the Buddhas and Ancestors undoubtedly had these forms for dignified behavior. Those in the training halls of the Buddhas and Ancestors undoubtedly implemented these forms for dignified behavior. These are not things we force ourselves to do, for they are the words and deeds that arise naturally from the forms of dignified behavior. They are the constant conduct of all Buddhas and the everyday behavior of all Ancestors. And such forms are not limited just to the Buddhas of this world: they are the conduct of Buddhas in all ten directions. They are the conduct of Buddhas in both the Pure Lands and in the besmirched realms of existence. Those folks who are poorly informed fancy that the Buddhas have no forms of dignified behavior for using the lavatory, or they imagine that the forms of dignified behavior for the Buddhas in this world of ordinary beings are not the same as those for the Buddhas in the Pure Lands, but this is not what 'learning the Way of the Buddhas' means. You should realize that 'purity and stain' is clotted blood that has trickled from a corpse: one minute warm, the next minute horribly cold.

In the fourteenth section of the *Ten Procedures to Be Recited* it says:

When Rahula, the Buddha's son, was a novice, he took to spending his nights in the Buddha's lavatory. The Buddha, fully aware of what His son was doing, patted Rahula on the head with His right hand and recited this verse:

*My son, it was not to be poor or in want,  
nor to rid yourself of fortune or position,  
but simply to seek the Way that you left home,  
which will surely bring hardships enough to bear.*

So, you see, the Buddha's temple had its lavatory too. The form for dignified behavior in the Buddha's lavatory was to wash oneself clean, and the Ancestors, in turn, passed

Aan de hand van deze kwesties, moet je deze zaak vooral voortzetten wanneer je traint in de tempel. Hoe kunnen we niet hulde willen brengen aan de Drievoudige Schat, noch de respectvolle buigingen van anderen accepteren, noch voor hen te buigen in ruil? De trainingszalen van de Boeddha's en Patriarchen hadden ongetwijfeld deze vormen van waardig gedrag. Degenen in de trainingszalen van de Boeddha's en Patriarchen implementeerden ongetwijfeld deze vormen van waardig gedrag. Dit zijn geen dingen die we onszelf dwingen te doen, want het zijn de woorden en daden die van nature voortvloeien uit de vormen van waardig gedrag. Zij zijn het constante gedrag van alle Boeddha's en het alledaagse gedrag van alle Patriarchen. En dergelijke vormen zijn niet alleen beperkt tot de Boeddha's van deze wereld: ze zijn het gedrag van Boeddha's in alle tien richtingen. Zij zijn het gedrag van de Boeddha's in zowel de Zuivere Landen als in de besmeurde rijken van het bestaan. Die mensen die slecht op de hoogte zijn, beelden zich in dat de Boeddha's geen vormen van waardig gedrag hebben voor het gebruik van het toilet, of zij stellen zich voor dat de vormen van waardige gedrag van de Boeddha's in deze wereld van gewone wezens niet hetzelfde zijn als die voor de Boeddha's in de Zuivere Landen, maar dit is niet wat 'de Weg van de Boeddha's leren' betekent. Je moet je realiseren dat 'zuiverheid en vlek' geronnen bloed wordt dat uit een lijk is gedruppeld: de éne minuut warm, de volgende minuut vreselijk koud.

In het veertiende deel van de *Tien procedures die moeten worden geciteerd* staat:

Toen Rahula, de zoon van de Boeddha, een novice was, koos hij ervoor zijn nachten te spenderen in het toilet van de Boeddha. De Boeddha, volledig bewust van wat Zijn zoon aan het doen was, klopte Rahula op het hoofd met zijn rechterhand en reciteerde dit vers:

*Mijn zoon, het was niet om arm te zijn of in het willen,  
noch om jezelf te bevrijden van fortuin of positie,  
maar gewoon om de Weg te zoeken die je thuis naliet,  
die zal zeker ontberingen brengen genoeg om te dragen.*

Dus, zoals je ziet, de tempel van de Boeddha had ook een toiletruimte. De vorm voor het waardige gedrag in de toiletruimte van de Boeddha was het zichzelf schoon

# Shobogenzo

this on to us. The conduct of the Buddhas has still been preserved: to follow the ancient ways is a great joy and something indeed hard to come by. Further, thankfully, the Tathagata gave voice to the Dharma for Rahula whilst in the lavatory. The lavatory was a place fit for the Buddha to turn the Wheel of the Dharma. How to conduct oneself in that training place of the Way is what the Buddhas and Ancestors truly Transmitted.

wassen, en de Patriarchen, op hun beurt, gaven dit door aan ons. Het gedrag van de Boeddha's is nog steeds bewaard gebleven: de oude manieren volgen wordt een grote vreugde en is iets inderdaad waaraan moeilijk voorbij te gaan is. Verder gaf, gelukkig, de Tathagata stem aan het Dharma voor Rahula, terwijl hij in het toilet was. Het toilet was een plaats die geschikt was voor de Boeddha om aan het Wiel van het Dharma te draaien. Hoe je te gedragen in die opleidingsplaats van de Weg is wat de Boeddha's en Patriarchen echt Doorgaven.



In the thirty-fourth chapter of the *Code of Behavior for Members of the Greater Sangha* it says, "The lavatory is not to be placed in the east or the north; it should be situated in the south or the west. Urinals should also be located in this manner." We should go by the directions given here as the proper ones. This is the plan for all the training halls in both China and India, and was actually the way the Tathagata erected them. You should realize that this was not just this one Buddha's way of doing things. It applied to the temples and training halls of the Seven Buddhas, as well as to the temples and training halls of all the Buddhas. Shakyamuni was not the first to do this; it has been the dignified conduct of all Buddhas. Mistakes will be many, should someone set up a temple or monastery without first understanding this and then attempt to do the practice and training. Such a person will not have prepared for a Buddha's dignified conduct, and the enlightenment of Buddha will not yet have manifested before his very eyes. If you would construct a training hall and establish a temple or a monastery, you will have to do it in accordance with the methods and procedures directly passed on by the Buddhas and Ancestors. Because this is the true Transmission of true heirs, merit and virtues will more and more accumulate. If you are not an heir to the true Transmission of the Buddhas and Ancestors, you do not yet know the Body and Mind of the Buddha's Teachings. If you do not know the Body and Mind of the Buddha's Teachings, you will be unable to clarify what a monk's Buddhist activities are. Now, 'the Great Teacher Shakyamuni Buddha's Teachings being Transmitted throughout the ten quarters' means the Buddha's Body and Mind

In het vierendertigste hoofdstuk van de *Gedragscode voor Leden van de Grotere Sangha* staat: "De toiletruimte dient niet in het oosten of het noorden te worden geplaatst; het moet worden gesitueerd in het zuiden of het westen. Urinoirs moeten op dezelfde manier worden gevestigd." We moeten doorgaan met de aanwijzingen die hier gegeven als zijnde de juiste. Dit is het plan voor alle trainingszalen, zowel in China als India, en het was eigenlijk de manier waarop de Tathagata het neerzette. Je moet je realiseren dat dit niet alleen de manier was om dingen aan te pakken van die éne Boeddha. Het werd toegepast in de tempels en trainingshallen van de zeven Boeddha's, evenals in de tempels en de opleidingszalen van alle Boeddha's. Shakyamuni was niet de eerste om dit te doen; het is het waardige gedrag van alle Boeddha's geweest. De fouten zullen talrijk zijn als iemand een tempel of klooster zou oprichten zonder dit eerst te begrijpen en dan te proberen om de praktijk en de training te doen. Zo iemand zal zich niet hebben voorbereid op het waardige gedrag van een Boeddha, en de verlichting van Boeddha zal zich nog niet hebben gemanifesteerd voor zijn ogen. Als u een trainingshal zou bouwen en een tempel of een klooster oprichten, zal je dit moeten doen in overeenstemming met de methoden en procedures die direct doorgegeven zijn door de Boeddha's en Patriarchen. Omdat dit de ware Overdracht van de ware erfgenamen is, zullen er zich meer en meer verdiensten en deugden verzamelen. Als je geen erfgenaam van de werkelijke Overdracht van de Boeddha's en Patriarchen bent, ken je het lichaam en geest van de Leringen van de Boeddha nog niet. Als je niet het Lichaam en Geest van de Boeddha's Leer kent, zul je niet in staat

# Shobogenzo

being made manifest before our very eyes. A proper time for manifesting the Buddha's Body and Mind is when we act in accordance with what has been said here.

*This was delivered to the monks at Kannondōri in Kōshōhōrin-ji Temple, Uji Prefecture, Yamashiro Province, on the twenty-third day of the tenth lunar month in the first year of the En'ō era (November 21, 1239).*

zijn te verduidelijken wat de Boeddhistische activiteiten van een monnik zijn. Nu, dat 'de Leringen van de Grote Leraar Sakyamuni Boeddha worden Doorgegeven gedurende de tien kwartalen' betekent dat de Boeddha's Lichaam en Geest is gemanifesteerd voor onze eigen ogen. Een goede tijd voor Lichaam en Geest van de Boeddha om zich te manifesteren is als we handelen in overeenstemming met wat hier is gezegd.

*Dit werd geleverd aan de monniken van Kannondōri in Kōshōhōrin-ji tempel, Uji Prefectuur, Yamashiro Provincie, op de drieëntwintigste dag van de tiende maanmaand in het eerste jaar van het En'ō tijdperk (21 november 1239).*