

***(inside cover)***

# **Sutrabuch**

mit deutschen Übersetzungen  
und Tempelregeln



**Kwan Um Zen Schule**

# ***Vorword***

Sing-Meditation bedeutet einen unbewegten Geist zu bewahren und den Ton der eigenen Stimme wahrzunehmen. Deine Stimme wahrnehmen bedeutet, dein wahres Selbst oder deine wahre Natur wahrzunehmen. Dann bist du und der Ton niemals getrennt, das bedeutet, dass du und das ganze Universum niemals getrennt seid. Unsere wahre Natur wahrnehmen bedeutet also, die universelle Substanz wahrnehmen. Durch regelmäßiges Singen wird unser Gefühl in unserer Mitte zu sein immer stärker. Wenn wir gut in unserer Mitte verankert sind, können wir unsere Gefühle kontrollieren, und damit auch unseren Zustand und unsere Situation.

In unseren Zen-Zentren leben und üben Menschen gemeinsam. Anfangs kommen sie mit festen Meinungen, starken Neigungen und Abneigungen. Die Sing-Meditation ist für viele nicht einfach; viel verwirrtes Denken, viel Mögen und Nicht-Mögen usw. Aber wenn wir die Sing-Meditation richtig üben, den Ton unserer Stimme und der Stimmen um uns herum wahrnehmen, wird unser Geist klar.

Im klaren Geist gibt es kein Mögen oder Nicht-Mögen, nur den Ton der Stimme. Letztendlich lernen wir, dass Sing-Meditation nicht für unser persönliches Vergnügen ist, ein gutes Gefühl zu haben, sondern sie zeigt klar unsere Richtung an. Unsere Richtung ist klar zu werden und Erleuchtung zu erlangen, um alle Lebewesen von Leiden zu befreien.

Wenn du singst, musst du also den Ton deiner Stimme wahrnehmen: Du und das Universum sind bereits Eins; Leiden verschwindet; wahre Freude erscheint. Dies wird Nirvana genannt. Wenn du Nirvana bewahrst, ist dein Geist klar wie Raum; klar wie ein Spiegel. Rot erscheint: rot. Weiß erscheint: weiß. Jemand ist glücklich: ich bin glücklich.

Jemand ist traurig: ich bin traurig. Jemand ist hungrig: gib ihm Essen. Die Bezeichnung hierfür lautet Große Liebe, Großes Mitgefühl, Großer Bodhisattva-Weg, Große Weisheit. Genau das ist Sing-Meditation, Zen-Singen.

Den Klang wahrnehmen heißt alles als universalen Ton wahrzunehmen: Vogelsingen, Donner, Hundegebell. All dies ist universeller Klang. Wenn du ohne Geist bist, nimmst du einfach alles genau so wahr. Wenn du also ohne Geist singst, ist das universaler Ton. Wenn du ›Ich‹ hast, dann ist es ›mein‹ Klang. Aber mit einem klaren Geist kann sogar Hundegebell oder Autohupen die Erleuchtung bringen; weil du in diesem Moment mit dem Ton Eins bist. Wenn du mit dem Ton Eins bist, hörst du nicht den Ton, sondern du bist der Ton.

Ein berühmter Zen-Meister hörte den Hahn krähen und war erleuchtet. Ein anderer Zen-Meister fegte gerade den Hof, als sein Besen einen Stein gegen ein Stück Bambus schleuderte. Ein lauter Knall; er war erleuchtet: Er und der Ton wurden Eins. Deshalb ist diese Sache mit den Tönen in der Zen-Übung wirklich sehr einfach. Jeder Ton ist geeignet.

Wichtig ist, den Ton wahrzunehmen und mit ihm zu verschmelzen; ohne Trennung, ohne ›Ich‹, ohne ›Ton‹ zu differenzieren. In diesem Moment klarer Wahrnehmung, gibt es kein Denken, keine Trennung, nur das Wahrnehmen des Tones. Hier ist der entscheidende Punkt.

Während der Sing-Meditation nehme also deine eigene Stimme und die Stimmen der Anderen wahr, nehme einfach die Glocke oder Trommel wahr, schneide alles Denken ab. Dann wird dein Weisheitsgeist wachsen. Du wirst Erleuchtung erlangen und so alle Lebewesen retten.

*Zen-Meister Seung Sahn*

## Morgengesang mit Glocke



won tcha tsong-song byon bop-kye  
tchor-wi yu-am shil gae myong  
sam-do i-go pa do-san ☐

il-tche tsung-saeng song tsong-gak ☐  
na-mu bi-ro gyo-tsu hwa-tsang tsa-tson  
yon bo-ge tsi gum-mun po nang-ham tsi ok-tchuk  
tsin-tsin hon ip  
tchal-tchal wol-yung ☐

ship-tcho gu-man o-tchon sa-ship-pal-tcha  
il-sung won-gyo  
na-mu dae-bang-gwang bul hwa-om gyong  
na-mu dae-bang-gwang bul hwa-om gyong ☐  
na-mu dae-bang-gwang bul hwa-om gyong  
tse-il gye  
yag-in yong-yo-tsi  
sam-se il-tche bul  
ung gwan bop-kye song  
il-tche yu shim tso ☐

### pa tsi-ok tsin-on

na-mu a-ta shi-tsi-nam sam-myak sam-mot-ta gu-tchi-nam  
om a-tsa-na ba-ba tsi-ri tsi-ri hum ☐  
na-mu a-ta shi-tsi-nam sam-myak sam-mot-ta gu-tchi-nam  
om a-tsa-na ba-ba tsi-ri tsi-ri hum  
na-mu a-ta shi-tsi-nam sam-myak sam-mot-ta ☐ gu-tchi-nam  
om a-tsa-na ba-ba tsi-ri tsi-ri hum

won-a tsin-saeng mu byol-lyom  
a-mi-ta bul dok sang su ☸

shim-shim sang gye ok-ho gwang  
yom-nyom bul-li gum-saek sang  
a tsip yom-tsu bop-kye gwan  
ho-gong wi-sung mu bul-gwan ☸

pyong-dung sa-na mu ha tcho  
gwan-gu so-bang a-mi-ta  
na-mu so-bang dae-gyo-tsu  
mu-ryang su yo-rae bul ☸  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul ☸  
**na-mu a-mi-ta bul** ☸

tchong-san tchop-tchop mi-ta-gul  
tchang-hae mang-mang tsong-myol gung  
mul-mul yom-nae mu ga-ae  
gi-gan song-tsong hak-tu hong ☸  
**na-mu a-mi-ta bul** ☸

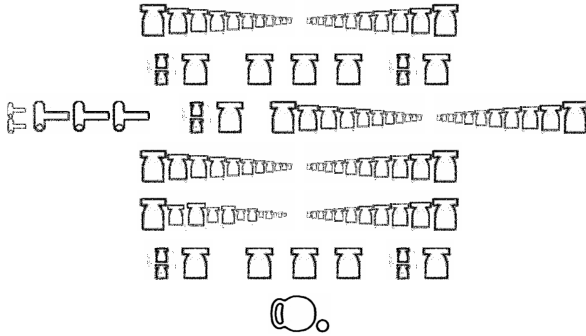
san-dan tsong-ya tsa mu-on  
tsok-tsong yo-yo bon tsa-yon  
ha-sa so-pung dong-nim ya  
il-song han-an-yo tsang-tchon ☸  
**na-mu a-mi-ta bul** ☸

won-gong bop-kye tsaе tsung-saeng  
dong-im-mi-ta dae won-hae  
tsin mi-rae tse-do tsung saeng  
tsa-ta il-shi song bul-do ☐  
**na-mu a-mi-ta bul** ☐

na-mu so-bang tsong-to gung-nak se-gye  
sam-shim-n'yung-man-ok il-shib-il-man  
gu-tchon-o-baek dong-myong dong-ho  
dae-tsa dae-bi a-mi-ta bul  
na-mu so-bang tsong-to gung-nak se-gye  
bul-shin tsang-gwang ☐

sang-ho mu-byon gum-saek-kwang-myong  
byon-tso bop-kye  
sa-ship par-won do-tal tsung-saeng  
bul-ga-sol bul-ga-sol-tchon  
bul-ga-sol hang-ha-sa bul-tchal mi-tsin-su  
do ma-tchug-wi mu-han guk-su  
sam-baek-nyuk-shim-man-ok ☐  
il-shib-il-man gu-tchon-o-baek  
dong myong dong-ho dae-tsa dae-bi  
a-dung do-sa gum-saek yo-rae  
na-mu a-mi-ta bul ☐  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul

**bon-shim mi-myo tsin-on da-nya-ta**  
om a-ri da-ra sa-ba-ha ☐  
om a-ri da-ra sa-ba-ha  
om a-ri da-ra sa-ba-ha ☐☐ -a-

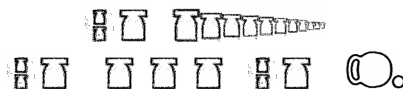


## Abendgesang mit Glocke



mun tsong-song  
 bon-noe dan  
 tsi-he tsang  
 bo-ri saeng  
 i-tsi ok 𑖀  
 tchul sam-gye  
 won song-bul  
 do tsung-saeng

**pa tsi-ok tsin-on** 𑖀  
 om ga-ra tsi-ya sa-ba-ha  
 om ga-ra tsi-ya sa-ba-ha 𑖀  
 om ga-ra tsi-ya sa-ba-ha-𑖀 𑖀 -a—





## Huldigung am die Drei Kostbarkeiten

◉◉◉◉◉◉◉ ◉◉◉◉◉◉◉ ◉◉◉◉ ◉◉◉◉

gye-hyang tsong-hyang he-hyang ◉◉◉◉  
hae-tal-hyang hae-tal-  
◉◉◉◉◉◉◉◉ tsi-gyon-hyang ◉◉◉◉  
gwang-myong un-dae tsu-byon bop-kye  
gong-yang shi-bang  
◉◉◉◉◉◉◉◉ mu-ryang bul bop sung ◉◉◉◉

### hon-hyang tsin-on

om ba-a-ra do-bi-ya hum ◉◉◉◉  
om ba-a-ra do-bi-ya hum ◉◉◉◉  
om ba-a-ra ◉◉◉◉◉◉◉◉ do-bi-ya hum ◉◉◉◉

tsi-shim gi-myong-nye  
sam-gye do-sa sa-saeng tsa-bu  
shi-a bon-sa  
◉◉◉◉◉◉◉◉ sok-ga-mo-ni-bul ◉◉◉◉

tsi-shim gi-myong-nye  
shi-bang sam-se tse-mang tchal-hae ◉◉◉◉  
sang-tsu il-tche  
◉◉◉◉◉◉◉◉ bul-ta-ya tsung ◉◉◉◉

tsi-shim gi-myong-nye  
shi-bang sam-se tse-mang tchal-hae ◉◉◉◉  
sang-tsu il-tche  
◉◉◉◉◉◉◉◉ dal-ma-ya tsung ◉◉◉◉

tsi-shim gi-myong-nye  
 dae-tsi mun-su-sa-ri bo-sal  
 dae-haeng bo-hyon bo-sal  
 dae-bi kwan-se-um bo-sal ㊦  
 dae-won bon-tson tsi-tsang bo-sal  
 ㊦㊦㊦㊦㊦ ma-ha-sal ㊦

tsi-shim gi-myong-nye  
 yong-san dang-shi su-bul-bu-tchok  
 ship-tae tse-tsa shim-n'yuk song  
 o-baek-song dok-su-song nae-tsi ㊦  
 tchon-i-baek tse dae a-ra-han  
 ㊦㊦㊦㊦㊦ mu-ryang song tsung ㊦

tsi-shim gi-myong nye  
 so gon dong-tsin gub-a hae-dong  
 yok-dae tson-dung tse-dae-tso-sa ㊦  
 tchon-ha tsong-sa  
 il-tche mi-tsin-su tse-dae  
 ㊦㊦㊦㊦㊦ son-tsi-shik ㊦

tsi-shim gi-myong nye  
 shi-bang sam-se tse-mang tchal-hae ㊦  
 sang-tsu il-tche  
 ㊦㊦㊦㊦㊦ sung-ga-ya tsung ㊦

yu won mu-tsin sam- ㊦ bo dae-tsa dae-bi  
 su a tsong-nye myong hun-ga pi-ryok ㊦  
 won-gong bop-kye tse tsung-saeng  
 tsa-ta il-shi  
 ㊦㊦㊦㊦㊦ song bul- ㊦ do

## Hertzutra (Koreanisch)



### ma-ha ban-ya ba-ra-mil-ta shim gyong

kwan-tsa-tsaе bo-sal haeng shim ban-ya  
ba-ra-mil-ta shi tso-gyon o-on gae-gong  
do il-tche go-aek

sa-ri-tsa saek-bul-i-gong  
gong-bul-i-saek saek-tsuk-shi-gong  
gong-tsuk-shi-saek  
su-sang-haeng-shik yok-bu-yo-shi

sa-ri-tsa shi-tse-bop-kong-sang  
bul-saeng-bul-myol bul-gu-bu-tsong  
bu-tsong-bul-gam shi-go gong-tsong-mu-saek  
mu su-sang-haeng-shik mu an-i-bi-sol-shin-ui  
mu saek-song-hyang-mi-tchok-pop  
mu-an-ge nae-tsi mu-ui-shik-ke

mu-mu-myong yong mu-mu-myong-tsin  
nae-tsi mu-no-sa yong-mu-no-sa-tsin  
mu go-tsim-myol-do mu-tsi yong-mu-duk-i  
mu-so duk-ko bo-ri-sal-ta-ui  
ban-ya ba-ra-mil-ta go shim-mu ga-ae

mu-ga-ae go mu-yu-gong-po  
wol-li tson-do mong-sang gu-gyong yol-ban  
sam-se tse-bul-ui ban-ya  
ba-ra-mil-ta go dug-a-nyok-ta-ra  
sam-myak sam-bo-ri go-tsi ban-ya  
ba-ra-mil-ta shi dae-shin tsu

shi dae-myong-tsu shi mu-sang-tsu  
shi mu-dung-dung tsu nung tse il-tche go  
tsin-shil bul-ho go-sol ban-ya ba-ra-mil-ta tsu  
tsuk-sol-tchu-wal

a-tse a-tse ba-ra-a-tse ba-ra-sung-a-tse mo-tsi sa-ba-ha  
a-tse a-tse ba-ra-a-tse ba-ra-sung-a-tse mo-tsi sa-ba-ha  
a-tse a-tse ba-ra-a-tse ba-ra-sung-a-tse mo-tsi sa-ba-ha

⊙ ⊙ **ma-ha ban-ya**  
⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ **ba-ra-mil-ta** ⊙  
**shim gyong**



## Herzsutra (Deutsch)



*Maha Prajña Paramita Hrdaya Sutra* 

Bodhisattva Avalokiteshvara  
erkennt in der Übung der Prajna Paramita,  
dass alle fünf Skandhas leer sind  
und überwindet so alles Leiden.

Shariputra,  
Form ist nicht verschieden von Leerheit,  
Leerheit ist nicht verschieden von Form.  
Form ist Leerheit, Leerheit ist Form.  
Das gleiche gilt für Empfindung,  
Wahrnehmung, Wollen und Bewusstsein.

Shariputra,  
alle Dharmas sind ausgezeichnet durch Leerheit.  
Sie entstehen nicht und sie vergehen nicht,  
sind weder vollkommen noch unvollkommen,  
nehmen weder zu noch ab.

Daher gibt es in der Leerheit  
keine Form, keine Empfindung, keine Wahrnehmung,  
kein Wollen, kein Bewusstsein.  
Weder Augen, Ohren, Nase, Zunge, Körper noch Denken.  
Keine Farben, Geräusche, Gerüche, keinen Geschmack,  
keine Berührung und kein Objekt des Denkens.

Weder einen Bereich der Sinne  
noch einen Bereich des Denkens.  
Weder Unwissenheit,

noch ein Ende von Unwissenheit.  
Weder Alter und Tod  
noch ein Ende von Alter und Tod.  
Kein Leiden, keinen Anfang, kein Ende, keinen Weg,  
kein Erkennen und auch kein Erreichen,  
weil es nichts zu erreichen gibt.

Ein Bodhisattva verwirklicht Prajna Paramita  
und der Geist ist kein Hindernis.  
Ohne Hindernis gibt es keine Furcht.  
Frei von allen Verblendungen  
verweilt ein Bodhisattva in Nirvana.

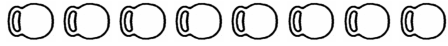
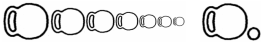
Alle Buddhas der Vergangenheit, Gegenwart  
und Zukunft verwirklichen Prajna Paramita  
und erwachen zu Anuttara Samyak Sambodhi.

Wisse daher, dass Prajna Paramita  
das große transzendente Mantra ist,  
das große strahlende Mantra,  
das unübertroffene Mantra,  
das unvergleichliche Mantra,  
welches alles Leiden beendet.  
Das ist wahr und ohne Falschheit.

Verkünde das Prajna Paramita Mantra,  
verkünde das Mantra, das lautet:

gate gate paragate parasamgate bodhi svaha  
gate gate paragate parasamgate bodhi svaha  
gate gate paragate parasamgate bodhi  
◉◉◉◉◉◉◉◉◉◉ svaha ◉◉

## Die Gross Dharani



**shin-myo tsang-gu dae-da-ra-ni**  
na-mo-ra da-na da-ra ya-ya  
na-mak al-ya ba-ro-gi-tse sae-ba-ra-ya  
mo-tsi sa-da-ba-ya  
ma-ha sa-da-ba-ya  
ma-ha ga-ro-ni-ga-ya

om sal-ba-ba-ye-su da-ra-na  
ga-ra-ya da-sa-myong  
na-mak-ka-ri-da-ba  
i-mam al-ya ba-ro-gi-tse  
sae-ba-ra da-ba n'i-ra-gan-ta  
na-mak ha-ri-na-ya ma-bal-ta  
i-sa-mi sal-bal-ta sa-da-nam  
su-ban a-ye-yom sal-ba bo-da-nam  
ba-ba-mar-a mi-su-da-gam da-nya-ta

om a-ro-ge a-ro-ga  
ma-tsi-ro-ga tsi-ga-ran-tse  
he-he ha-re ma-ha mo-tsi sa-da-ba  
sa-ma-ra sa-ma-ra ha-ri-na-ya  
gu-ro-gu-ro gal-ma sa-da-ya sa-da-ya




do-ro-do-ro mi-yon-tse  
ma-ha mi-yon-tse da-ra-da-ra  
da-rin na-rye sae-ba-ra tsa-ra-tsa-ra  
ma-ra mi-ma-ra a-ma-ra  
mol-tche-ye he-he-ro-ge sae-ba-ra

ra-a mi-sa-mi na-sa-ya  
na-be sa-mi-sa-mi na-sa-ya

mo-ha-tsa-ra mi-sa-mi  
na-sa-ya ho-ro-ho-ro ma-ra-ho-ro  
ha-re ba-na-ma na-ba  
sa-ra sa-ra shi-ri shi-ri  
so-ro so-ro mot-tcha mot-tcha  
mo-da-ya mo-da-ya  
mae-da-ri-ya n'i-ra-gan-ta  
ga-ma-sa nal-sa-nam  
ba-ra-ha-ra-na-ya

ma-nak sa-ba-ha  
shi-ta-ya sa-ba-ha  
ma-ha-shi-ta-ya sa-ba-ha  
shi-ta-yu-ye sae-ba-ra-ya sa-ba-ha  
n'i-ra-gan-ta-ya sa-ba-ha  
ba-ra-ha mok-ka-shing-ha mok-ka-ya sa-ba-ha

ba-na-ma ha-tta-ya sa-ba-ha  
tsa-ga-ra yok-ta-ya sa-ba-ha  
sang-ka som-na-nye mo-da-na-ya sa-ba-ha  
ma-ha-ra gu-ta-da-ra-ya sa-ba-ha  
ba-ma-sa-gan-ta i-sa-shi-tche-da  
ga-rin-na i-na-ya sa-ba-ha

ma-ga-ra tsal-ma-n'i-ba sa-na-ya sa-ba-ha  
na-mo-ra da-na-da-ra ya-ya na-mak-al-ya  
ba-ro-gi-tse sae-ba-ra-  ya  
 sa-ba-ha 



## Tausend Augen und Hände Sutra

○○○○○○○○ ○○○○○○○ ○○ ○○  
a-gum il-shin-tsung tsuk-hyon mu-tsin-shin  
byon-tsae gwan-um dae-song-tson ir-il mu-su-rye  
om ba-a-ra mi ○○  
om ba-a-ra mi ○○  
om ○○○○○○○ ba-a-ra mi ○○

○○ ○○ ○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

### tsong gu-op tsin-on

su-ri su-ri ma-ha-su-ri su-su-ri sa-ba-ha  
su-ri su-ri ma-ha-su-ri su-su-ri sa-ba-ha  
su-ri su-ri ma-ha-su-ri su-su-ri sa-ba-ha

### o-bang-nae-we an-wi-tse-shin-tsin-on

na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro tsi-mi sa-ba-ha  
na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro tsi-mi sa-ba-ha  
na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro tsi-mi sa-ba-ha

### kae-gyong-gye

mu-sang shim-shim mi-myo-bop  
baek-tchon man-gop nan-tso-u  
a-gum mun-gyon duk-su-tsi  
won-hae yo-rae tsin-shil-ui

### gae bop-tchang tsin-on

om a-ra-nam a-ra-da  
om a-ra-nam a-ra-da  
om a-ra-nam a-ra-da

**tchon-su tchon-an kwan-tsa-tsae bo-sal  
kwang dae-won man mu-ae dae-bi-shim**

**dae da-ra-ni gye-tchong**

gye-su gwan-um dae-bi-tsu  
 wol-lyok hong-shim sang-ho-shin  
 tchon-bi tsang-om bo-ho-tsi  
 tchon-an gwang-myong byon-gwan-tso  
 tsin-shil-o-tsung son-mil-o  
 mu-wi shim-nae gi-bi-shim  
 song-nyong man-tsok tse-hi gu  
 yong-sa myol-tche tse-tse-op  
 tchol-lyong tsung-song dong-tsa-ho  
 baek-tchon sam-mae don-hun-su  
 su-tsi shin-shi gwang-myong-dang  
 su-tsi shim-shi shin-tong-tsang  
 se-tchok tsil-lo won-tse-hae  
 tcho-tsung bo-ri bang-pyon-mun  
 a-gum tching-song so-gui-e  
 so-won tsong-shim shil-won-man  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a sok-tchi il-tche-bop  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a tso-duk tsi-he-an  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a sok-to il-tche-tsung  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a tso-duk son-bang-pyon  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a sok-sung ban-ya-son  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a tso-duk wol-go-hae  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a sok-tuk ge tsong-do  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a tso-dung won-tsok-san  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a sok-he mu-wi-sa  
 na-mu dae-bi kwan-se-um won-a tso-dong bop-song-shin

a-yak hyang-do-san do-san tsa-tche-tsol  
 a-yak hyang-hwa-tang hwa-tang tsa-so myol  
 a-yak hyang-tsi-ok tsi-ok tsa-go-gal  
 a-yak hyang-a-gui a-gui tsa-po-man  
 a-yak hyang-su-ra ak-shim tsa-tso-bok  
 a-yak hyang-tchuk-saeng tsa-duk-dae-tsi-he

na-mu kwan-se-um bo-sal ma-ha-sal  
na-mu dae-se-tsi bo-sal ma-ha-sal  
na-mu tchon-su bo-sal ma-ha-sal  
na-mu yo-ui-ryun bo-sal ma-ha-sal  
na-mu dae-ryun bo-sal ma-ha-sal  
na-mu kwan tsa-tsae bo-sal ma-ha-sal  
na-mu tsong-tchui bo-sal ma-ha-sal  
na-mu man-wol bo-sal ma-ha-sal  
na-mu su-wol bo-sal ma-ha-sal  
na-mu gun-da-ri bo-sal ma-ha-sal  
na-mu shib-il myon bo-sal ma-ha-sal  
na-mu tse dae bo-sal ma-ha-sal  
na-mu bon-sa a-mi-ta bul  
na-mu bon-sa a-mi-ta bul  
na-mu bon-sa a-mi-ta bul

→

**shin-myo tsang-gu dae-da-ra-ni**

na-mo-ra da-na da-ra ya-ya  
na-mak al-ya ba-ro-gi-tse sae-ba-ra-ya  
mo-tsi sa-da-ba-ya  
ma-ha sa-da-ba-ya  
ma-ha ga-ro-ni-ga-ya

om sal-ba-ba-ye-su da-ra-na  
ga-ra-ya da-sa-myong  
na-mak-ka-ri-da-ba  
i-mam al-ya ba-ro-gi-tse  
sae-ba-ra da-ba n'i-ra-gan-ta  
na-mak ha-ri-na-ya ma-bal-ta  
i-sa-mi sal-bal-ta sa-da-nam  
su-ban a-ye-yom sal-ba bo-da-nam  
ba-ba-mar-a mi-su-da-gam da-nya-ta

om a-ro-ge a-ro-ga  
 ma-tsi-ro-ga tsi-ga-ran-tse  
 he-he ha-re ma-ha mo-tsi sa-da-ba  
 sa-ma-ra sa-ma-ra ha-ri-na-ya  
 gu-ro-gu-ro gal-ma sa-da-ya sa-da-ya  
 do-ro-do-ro mi-yon-tse  
 ma-ha mi-yon-tse da-ra-da-ra  
 da-rin na-re sae-ba-ra tsa-ra-tsa-ra  
 ma-ra mi-ma-ra a-ma-ra  
 mol-tche-ye he-he-ro-ge sae-ba-ra  
 ra-a mi-sa-mi na-sa-ya  
 na-be sa-mi-sa-mi na-sa-ya

mo-ha-tsa-ra mi-sa-mi  
 na-sa-ya ho-ro-ho-ro ma-ra-ho-ro  
 ha-re ba-na-ma na-ba  
 sa-ra-sa-ra shi-ri-shi-ri  
 so-ro-so-ro mot-tcha-mot-tcha  
 mo-da-ya mo-da-ya mae-da-ri-ya n'i-ra-gan-ta  
 ga-ma-sa nal-sa-nam ba-ra-ha-ra-na-ya

ma-nak sa-ba-ha shi-ta-ya sa-ba-ha  
 ma-ha-shi-ta-ya sa-ba-ha  
 shi-ta-yu-ye sae-ba-ra-ya sa-ba-ha  
 n'i-ra-gan-ta-ya sa-ba-ha  
 ba-ra-ha mok-ka-shing-ha mok-ka-ya  
 sa-ba-ha

ba-na-ma ha-tta-ya sa-ba-ha  
 tsa-ga-ra yok-ta-ya sa-ba-ha  
 sang-ka som-na-ne mo-da-na-ya sa-ba-ha  
 ma-ha-ra gu-ta-da-ra-ya sa-ba-ha

ba-ma-sa-gan-ta i-sa-shi tche-da  
ga-rin-na i-na-ya sa-ba-ha  
ma-ga-ra tsal-ma-n'i-ba  
sa-na-ya sa-ba-ha na-mo-ra  
da-na-da-ra ya-ya na-mak-al-ya  
ba-ro-gi-tse sae-ba-ra-ya  
sa-ba-ha

←

il-sae dong-bang gyol-to-ryang  
i-sae nam-bang duk-tchong-ryang  
sam-sae so-bang gu-tsong-to  
sa-sae buk-pang yong-an-gang  
do-ryang tchong-tsong mu-ha-ye  
sam-bo tchol-lyong gang-tcha-tsi  
a-gum tsi-song myo-tsin-on  
won-sa tsa-bi mil-ga-ho  
a-sok so-tso tse-ag-op  
gae-yu mu-shi tam-tsin-tchi  
tsong-shin gu-ui tsi-so-saeng  
il-tche-a-gum gae-tcham-he

na-mu tcham-tse op-tchang bo-sung tsang-bul  
bo-gwang-wang hwa-yom tso-bul  
il-tche hyang hwa tsa-tsae ryong-wang-bul  
baeg-ok hang-ha-sa gyol-tsong-bul  
tsin-wi dok-bul gum-gang gyon-gang  
so-bok-ke-san-bul  
bo-gwang-wol-tson myo-um tson-wang-bul  
hwan-hi-tsang ma-ni bo-tsok-bul  
mu-tsin-hyang sung-wang-bul  
sa-tsa wol-bul  
hwan-hi tsang-om tsu-wang-bul  
tse-bo-dang ma-ni sung-gwang-bul

sal-saeng tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 tu-do tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 sa-um tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 mang-o tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 gi-o tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 yang-sol tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 ak-ku tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 tam-ae tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 tsin-e tsung-tsoe gum-il tcham-hoe  
 tchi-am tsung-tsoe gum-il tcham-hoe

baek-kop-tchok-tchip-tchoe  
 il-lyom don-tang-tsin  
 yo-hwa bun-go-tcho  
 myol-tsin mu-yu-yo  
 tsoe-mu tsa-song tsong-shim-gi  
 shim-yang myol-shi tsoe-yong-mang  
 tse-mang shim-myol yang-gu-gong  
 shi-tsung myong wi tsin tcham-hoe

### **tcham-hoe tsin-on**

om sal-ba mot-tcha mo-tsi sa-da-ya sa-ba-ha  
 om sal-ba mot-tcha mo-tsi sa-da-ya sa-ba-ha  
 om sal-ba mot-tcha mo-tsi sa-da-ya sa-ba-ha  
 tsun-tse gong-dok-tchui  
 tsok-tsong shim-sang-song  
 il-tche tse-dae-nan  
 mu-nung tchim-shi-in  
 tchon-sang gub-in-gan  
 su-bok-yo bul-tung  
 u-tcha yo-i-tsu  
 tsong-heng mu-dung-dung

na-mu tchil-gu-tsi bul-mo-dae tsun-tse bo-sal  
na-mu tchil-gu-tsi bul-mo-dae tsun-tse bo-sal  
na-mu tchil-gu-tsi bul-mo-dae tsun-tse bo-sal

**tsong bop-gye tsin-on**

om nam  
om nam  
om nam

**ho shin tsin-on**

om tchi-rim  
om tchi-rim  
om tchi-rim

**kwan-se-um bo-sal**

**bon-shim mi-myo yuk-tsa dae-myong-wang tsin-on**

om ma-ni ban-me hum  
om ma-ni ban-me hum  
om ma-ni ban-me hum

**tsun-tse tsin-on**

**na-mu sa-da-nam sam-myak sam-mot-ta  
gu-tchi-nam da-nya-ta**

om tsa-re tsu-re tsun-tse sa-ba-ha bu-rim  
om tsa-re tsu-re tsun-tse sa-ba-ha bu-rim  
om tsa-re tsu-re tsun-tse sa-ba-ha bu-rim

a-gum tsi-song dae-tsun-tse  
tsuk-pal bo-ri gwang-dae-won  
won-a tsong-he sog-won-myong  
won-a gong-dok kae-song-tchui  
won-a sung-bok byon-tsang-om  
won-gong tsung-saeng song-bul-do

**yo-rae ship-dae bar-won-mun**

won-a yong-ni sam-ak-do  
 won-a sok-dan tam-tsin-tchi  
 won-a sang-mun bul-bop-sung  
 won-a gun-su gye tsong-he  
 won-a hang-su tse-bul-hak  
 won-a bul-toe bo-ri-shim  
 won-a gyol-tsong saeng-an-yang  
 won-a sok-kyon a-mi-ta  
 won-a bun-shin byon-tsin-tchal  
 won-a gwang-do tse-tsong-saeng

**bal sa-hong so-won**

tsung-saeng mu-byon so-won-do  
 bon-noe mu-tsin so-won-dan  
 bom-mun mu-ryang so-won-hak  
 bul-do mu-sang so-won-song  
 tsa-song tsung-saeng so-won-do  
 tsa-song bon-noe so-won-dan  
 tsa-song bom-mun so-won-hak  
 tsa-song bul-do so-won-song

**won-i bar-won-i gui-myong-ne sam-bo**

na-mu sang-tsu shi-bang-bul  
 na-mu sang-tsu shi-bang-bop  
 na-mu sang-tsu shi-bang-sung  
 na-mu sang-tsu shi-bang-bul  
 na-mu sang-tsu shi-bang-bop  
 na-mu sang-tsu shi-bang-sung  
 na-mu sang-tsu shi-bang-bul  
 na-mu sang-tsu shi-bang-bop  
 ①① na-mu sang-tsu  
 ①①①①① shi-bang- ① sung  
 ①



### Kwan Seum Bosal



na-mu bul-ta bu-tsung	○○○○○○○○○○	gwang-nim bop-hoe	○○
na-mu dal-ma bu-tsung	○○○○○○○○○○	gwang-nim bop-hoe	○○
na-mu sung-ga bu-tsung	○○○○○○○○○○	gwang-nim bop-hoe	○○

○ na-mu ○ bo-mun ○ shi-hyon ○ wol-lyok  
 ○ hong-shim ○ dae-tsa ○ dae-bi  
 kwan-se-um bo-sal kwan-se-um bo-sal  
 kwan-se-um bo-sal kwan-se-um bo-sal  
 kwan-se-um bo-sal kwan-se-um bo-sal  
 kwan-se-um bo-sal kwan-se-um bo-sal (...)

#### myor-op-tchang tsin-on

om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-gye sa-ba-ha

#### won song-tchui tsin-on

om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum

#### bul-sol so-tsae gil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

### **bo gwol tsin-on**

om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha

### **bo-he-hyang tsin-on**



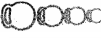



om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum






○ tchal-tchin shim-nyom ga-su-tsi  
 ○ dae-hae tsung-su ka-um tsin  
 ○○ ho-gong ga-ryang pung ga gye  
 ○○ mu-nung tsin-sol  
 ○○○○○ bul gong- ○ dok

○○○

## Hwa-om Song-tsung



na-mu hwa-om hoe-sang yok-saek  tse-tchon-tsung   
 na-mu hwa-om hoe-sang pal-bu  sa-wang-tsung   
 na-mu hwa-om hoe-sang ho-bop  son-shin-tsung 

 na-mu  hwa-om  hoe-sang  
 tse-dae  song-tsung  
 hwa-om song-tsung hwa-om song-tsung  
 hwa-om song-tsung hwa-om song-tsung  
 hwa-om song-tsung hwa-om song-tsung  
 hwa-om song-tsung hwa-om song-tsung (...)  
 hwa-om song-tsung

### myor-op-tchang tsin-on

om a-ro-nu-ge sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-ge sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-ge sa-ba-ha

### won song-tchui tsin-on

om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum

### bul-sol so-tsae gil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

### **bo gwol tsin-on**

om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha

### **bo-he-hyang tsin-on**

om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum

○ tchal-tchin shim-nyom ga-su-tsi  
 ○ dae-hae tsung-su ka-um tsin  
 ○○ ho-gong ga-ryang pung ga gye  
 ○○ mu-nung tsin-sol  
 ○○○○○ bul gong- ○ dok

○○○

## Sogamuni Bul



na-mu bul-ta bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇  
 na-mu dal-ma bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇  
 na-mu sung-ga bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇

〇 na-mu 〇 sam-gye 〇 do-sa 〇 sa-saeng  
 〇 tsa-bu 〇 shi-a 〇 bon-sa  
 so-ga-mu-ni bul so-ga-mu-ni bul (...)  
 so-ga-mu-ni bul 〇

tchon-sang tchon-ha mu-yo-bul shi-bang se-gye yong-mu-bi  
 se-gan so-yu a-tsin-gyon il-tche mu-yu yo-bul-tcha  
 〇 〇 go-a il-shim 〇〇〇〇〇〇〇〇 gui-myong tsong nye 〇 〇

〇 〇 **myor-op-tchang tsin-on**  
 om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
 om a-ro-nu-gye sa-ba-ha

**won song-tchui tsin-on**  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum

**bul-sol so-tsae gil-sang da-ra-ni**  
 na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

**bo gwol tsin-on**

om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha

**bo-he-hyang tsin-on**

om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum

⊙ tchal-tchin shim-nyom ga-su-tsi  
 ⊙ dae-hae tsung-su ka-um tsin  
 ⊙ ⊙ ho-gong ga-ryang pung ga gye  
 ⊙ ⊙ mu-nung tsin-sol  
 ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ bul gong- ⊙ dok  
 ⊙

### Tsi-tsang Bosal



na-mu nam-bang hwa-tsu ○○○○○○ tsi-tsang bo-sal ○  
 na-mu yu-myong gyo-tsu ○○○○○○ tsi-tsang bo-sal ○  
 na-mu dae-won bon-tson ○○○○○○ tsi-tsang bo-sal ○

○ na-mu ○ nam-bang ○ hwa-tsu ○ yu-myong  
 ○ gyo-tsu ○ dae-won ○ bon-tson  
 tsi-tsang bo-sal tsi-tsang bo-sal  
 tsi-tsang bo-sal tsi-tsang bo-sal  
 tsi-tsang bo-sal tsi-tsang bo-sal  
 tsi-tsang bo-sal tsi-tsang bo-sal (...)  
 tsi-tsang bo-sal

#### myor-op-tchang da-ra-ni

om ba-a-ra ma-ni-da-ni sa-ba-ha  
 om ba-a-ra ma-ni-da-ni sa-ba-ha  
 om ba-a-ra ma-ni-da-ni sa-ba-ha

#### won song-tchui tsin-on

om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum

#### bul-sol so-tsae gil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

**bo gwol tsin-on**

om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha

**bo-he-hyang tsin-on**

om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum

⊙ tchal-tchin shim-nyom ga-su-tsi  
 ⊙ dae-hae tsung-su ka-um tsin  
 ⊙ ⊙ ho-gong ga-ryang pung ga gye  
 ⊙ ⊙ mu-nung tsin-sol  
 ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ bul gong- ⊙ dok  
 ⊙



## Namu Amita Bul



na-mu bul-ta bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇  
na-mu dal-ma bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇  
na-mu sung-ga bu-tsung    〇〇〇〇〇〇〇〇    gwang-nim bop-hoe 〇〇

〇 na-mu 〇 so-bang 〇 dae-gyo- 〇 tsu mu-  
〇 ryang su 〇 yo-rae 〇 bul  
na-mu a-mi-ta bul na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul na-mu a-mi-ta bul  
na-mu a-mi-ta bul na-mu a-mi-ta bul (...)  
na-mu a-mi-ta bul

### myor-op-tchang tsin-on

om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
om a-ro-nu-gye sa-ba-ha  
om a-ro-nu-gye sa-ba-ha

### won song-tchui tsin-on

om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum  
om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ya shi-be hum

### bul-sol so-tsae gil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
sa-na-nam da-nya-ta  
om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-tsi ha-da-sa  
 sa-na-nam da-nya-ta  
 om ka-ka ka-hye ka-hye hum hum a-ba-ra  
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra  
 tsi-ta tsi-ta tsi-ri tsi-ri ppa-du ppa-du  
 son-tsi-ga shi-ri-e sa-ba-ha

**bo gwol tsin-on**

om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha  
 om ho-ro-ho-ro sa-ya mo-kye sa-ba-ha

**bo-he-hyang tsin-on**

om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum  
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-man-na  
 sa-ra-ma-ha tsa-ga-ra ba hum

⊙ tchal-tchin shim-nyom ga-su-tsi  
 ⊙ dae-hae tsung-su ka-um tsin  
 ⊙ ⊙ ho-gong ga-ryang pung ga gye  
 ⊙ ⊙ mu-nung tsin-sol  
 ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙ bul gong- ⊙ dok  
 ⊙

# Übersetzungen

## Morgengesang mit Glocke

Möge der Klang dieser Glocke im ganzen Universum wiederhallen,  
um die Finsternis aller Höllen zu erleuchten, die Leiden der drei  
Daseinsebenen zu erleichtern und die Hölle der Schwerter zu  
zerschmettern. Mögen alle Wesen erleuchtet werden.

Werde Eins mit Vairocana Buddha, dem Verehrten Mitfühlenden  
der Lotus-Welt!

Enthülle des Schatzgesanges goldene Lettern,  
Entrolle des Edelsteinkästchens jadene Schrift:  
Jedes Teilchen enthält alle Teilchen,  
Jeder Augenblick ist eins mit allen Augenblicken.  
Hundert Millionen fünfundneunzig Tausend achtungvierzig Worte  
Sind die vollständige Lehre des Einen Fahrzeugs.  
Werde eins mit dem Großen Unendlichen Buddha, der Blumenzier-  
Sutra.

Erster Vers:  
Willst du verstehen  
Buddhas der Welten  
Sieh des Alls Natur  
Alles ist Geist nur

Das höllenzerschmetternde Mantra:  
Namó Ata Shijīnam Sammyag Sammodda Guchinam  
Om Ajana Baba Jiri-Jiri Hum  
Namó Ata Shijīnam Sammyag Sammodda Guchinam  
Om Ajana Baba Jiri-Jiri Hum  
Namó Ata Shijīnam Sammyag Sammodda Guchinam  
Om Ajana Baba Jiri-Jiri Hum

Möge ich in diesem Leben keinen anderen Weg verfolgen  
Und nur Amitābha Buddha alleine folgen.

Für den Rest meines Lebens, gelobe ich keine ablenkenden Gedanken zu haben, nur Amitabha, dem Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum zu folgen. Eine reine Faser von strahlendem

Licht, verbindet fortwährend jeden Geisteszustand. Moment zu Moment, möge ich niemals von dieser goldenen Form abweichen. Eine Perlen-Mala haltend nehme ich die Dharma-Welt wahr, mit Leerheit als Verbindung, gibt es nichts Unverbundenes. Vairocana, der große gerechte Ausgleichende, ist überall. Nehme Amitabha den Unsterblichen ›Einfach Genau So‹ Buddha des Westlichen Paradieses wahr.

Huldigung dem Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. Die vielen Gipfel der grünen Berge sind Buddhas Heim. Der weite blaue Ozean mit unzähligen Wellen ist der Palast Stillen Erlöschens. Begegne allen Erscheinungen ohne Hindernis. Wieviele werden den Büschel roter Federn des Kranichs sehen, der im Kieferbaum sitzt?

Huldigung dem Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. In ruhiger Nacht, still sitzend in einem Bergtempel, äußerste Ruhe und Stille sind die ursprüngliche Natur. Warum schüttelt der westliche Wind die Waldbäume? Ein einziger Schrei der Wintergänse füllt den Himmel.

Huldigung dem Buddhavon Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. Wir geloben, uns mit allen Lebewesen des Universums zu vereinen, tauchen gemeinsam in den Ozean von Amithabas Großen Gelübden ein, Leben rettend bis ans Ende der Zeit. Du und ich werden gleichzeitig zum Weg Buddhas.

Huldigung dem Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. Huldigung an das Westliche Reine Land, eine Welt höchster Seligkeit. Die 36.000.88 .500 Namen Buddhas sind alle gleich. Große Liebe, Große Trauer. Der Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. Huldigung an das Westliche Reine Land, eine

## ÜBERSETZUNGEN

Welt höchster Seligkeit. Der Körper Buddhas ist groß und weit; die glücklichen Zeichen sind ohne Grenzen. Die goldene Farbe scheint leuchtend, das gesamte Universum durchdringend. Die achtundvierzig Gelöbnisse alle Lebewesen zu befreien: Niemand kann es aussprechen, noch nicht aussprechen.

Niemand kann es aussprechen: der Buddha ist wie die zahllosen Sandkörner des Ganges, oder wie zahllose Staubteilchen, oder wie zahllose Grashalme, eine nicht zählbare Zahl. Eine Welt höchster Seligkeit. Die 36.000.88.500 Namen Buddhas sind alle gleich. Große Liebe, Große Trauer. Unser ursprünglicher Lehrer, der goldene ›Einfach Genau So‹ Buddha Amitabha, der Buddha von Unendlicher Zeit-Unendlichem Raum. Die wahren Worte subtiler Wunder des ursprünglichen Geistes:  
om a ri da ra sa ba ha....

---

### **Abendgesang mit Glocke**

Den Klang der Glocke hörend  
ist alles Denken abgeschnitten.  
Erkenntnis wächst;  
Weisheit erscheint;

Die Hölle ist zurückgelassen.  
Über die drei Welten hinausgehen.

Ich gelobe Buddha zu werden  
und alle Wesen zu retten.

Das Mantra, das die Hölle zerschmettert lautet:  
om gara tsi ya sabaha  
om gara tsi ya sabaha  
om gara tsi ya sabaha

## Huldigung an die drei Kostbarkeiten

Möge der süße Wohlgeruch vom Bewahren unserer Gelübde, von unserer Meditation, von unserer Weisheit, von unserer Befreiung, und das Wissen von unserer Befreiung, möge all dies einen klar leuchtenden, wolkenähnlichen Pavillon bilden. Möge er das gesamte Universum durchdringen und den zahllosen Buddhas, Dharmas und Sanghas in allen zehn Richtungen huldigen.

Mantra des Räucherwerk-Opfers:  
Om ba a ra do bi ya hum (*dreimal*)

Andächtig huldigen wir dem Lehrer der drei Welten, dem liebenden Vater aller Kreaturen, ihm, unserem ursprünglichen Lehrer: Shakyamuni Buddha.

Andächtig huldigen wir der ewig existierenden Versammlung aller Buddhas, in allen zehn Richtungen, der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, so zahllos wie die Länder und Meere im Netz von Gott Indra.

Andächtig huldigen wir den ewig existierenden Dharmas, in allen zehn Richtungen, der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, so zahllos wie die Länder und Meere im Netz von Gott Indra.

Andächtig huldigen wir: Manjushri – Bodhisattva der großen Weisheit; Samantabhadra – Bodhisattva der großen Taten; Avalokiteshvara – Bodhisattva des großen Mitgefühls; Ksitigarbha – dem Herr der vielen Gelübde.

Andächtig huldigen wir den zahllosen, mitfühlenden und liebevollen Sanghas. Ganz besonders gedenken wir derer, die persönlich des Buddha Gebote auf dem Berg Gridhakuta empfangen haben, die zehn Hauptschüler, die sechzehn Heiligen, und alle eintausend-fünfhundert großen Arhats.

## ÜBERSETZUNGEN

Andächtig huldigen wir den großen Patriarchen und Lehrern, die von Westen in den Osten kamen, all die, die zu den Küsten Koreas gekommen sind und über Generationen die Lampe des Dharmas übertragen haben. Wir huldigen auch den Meistern unserer Tradition, erkannt in allen Zeiten, und den verschiedenen, zahllosen, spirituellen Lehrern und Freunden.

Andächtig huldigen wir all den Versammlungen der Sangha, ewig existierend in allen zehn Richtungen, der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, so zahllos wie die Länder und Meere im Netz von Gott Indra.

Ernsthaft bitten wir, dass die unerschöpflichen Drei Kostbarkeiten liebevoll und mitfühlend unsere Gebete annehmen und uns spirituell stärken. Weiterhin bitten wir ernsthaft, dass wir mit allen Kreaturen des Universums gemeinsam den Buddha-Weg erlangen.

---

### **Die grosse Dharani**

Zu Buddhas Zeit brach ein Mönch die Gelübde und war sehr unglücklich. Also lehrte ihn Buddha, dass Karma vom Geist kommt. »Wenn du deine Fehler beibehälst, wird dein Karma nie verschwinden.« Dann gab ihm Buddha das Große Dharani Mantra, um das Festhalten am denkenden Geist aufgeben zu können

*Das Mantra wird nicht übersetzt.*

## Tausend Augen und Hände Sutra

Dies ist der Anfang des Tausend Augen und Hände Sutra. Das Mantra, welches durch Reden verursachtes schlechtes Karma reinigt: Suri suri mahasuri susuri sabaha

Das Mantra das die Götter der fünf Richtungen beruhigt:  
Namu samanda mot danam om doro doro tsi mi sabaha

Eröffnungsgesang des Sutra:

Dem Höchsten tiefgründigen und wunderbaren Dharma des Buddha kann in einer Million Kalpas nicht begegnet werden. Aber jetzt, da ich es glücklicherweise gesehen habe, es hörte und erlangte, gelobe ich die wahre Bedeutung zu erreichen.

Eröffnungsmanttra:

Om a ra nam a ra da

Ich bitte Bodhisattva Avalokiteshvara, der diese Welt mit seinen tausend Augen und Händen rettet, sein alles umschließendes vollkommenes und mitfühlendes Dharani zu gewähren.

*(Dharani bedeutet: alles haben oder alles abschneiden; hier bedeutet es, alles gute Dharma besitzen.)*

Ich verneige mich vor dem Bodhisattva Avalokiteshvara; der gewaltige Stärke und eine anmutige Erscheinung besitzt, der jeden einzelnen der tausend Arme benutzt diese Welt zu beschützen, und dessen Klarheit aus tausend Augen jeden Teil dieser Welt überblickt. Avalokiteshvaras untadelige Rede lehrt geheime Bedeutungen. Sie zeigt uns unaufhörlich den leeren mitfühlenden Geist.

Avalokiteshvara erfüllt schnell und vollständig unsere Wünsche und tilgt alles schlechte Karma.



Während der Himmel, der Drachen und die Heiligen uns mit Mitgefühl beschützen wird Samyak Sambodhi erreicht sein. Der neuerlangte Körper wird die leuchtende Fahne sein; der neu erlangte Geist, wird das Wunder sein. Mit neuem Körper und Geist werden wir aller weltlichen Verunreinigungen entledigt und überqueren das Meer des Leidens, um den Weg zu erlangen, der uns zum Tor der Erleuchtung führt. Nachdem ich jetzt den Bodhisattva durch Erinnern des Gesanges empfangen habe, werden all meine Wünsche erfüllt werden.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, alle wahren Dharmas so bald wie möglich zu erlangen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, das Auge der Weisheit schnell zu erlangen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, diese Welt so bald wie möglich zu retten.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, den Weg zur Buddhaschaft unverzüglich zu erlangen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, an Bord des Schiffes der Weisheit zu gehen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, das Meer des Leidens so bald wie möglich zu überqueren.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, den Weg der Gelübde so bald wie möglich zu erlangen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, unverzüglich Nirvana zu erreichen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, das Haus der Leerheit unverzüglich zu erreichen.

Gläubig vertraue ich Kwan Seum Bosal, mich zu führen, so bald wie möglich Buddha zu werden.

Wenn ich zur Hölle gehe, mit Schwertern gefüllt, werden die Schwerter von selbst in Stücke zerbrechen.

Wenn ich zur Hölle gehe, mit kochendem Metall gefüllt, wird das kochende Metall von selbst austrocknen.

Wenn ich in die Hölle des endlosen Leidens gehe wird die Hölle von selbst zerstört werden.

Wenn ich zur Welt der hungernden Dämonen gehe, wird der Hunger der Dämonen gesättigt sein.

Wenn ich zur Welt der kriegerischen Dämonen gehe, ergeben sich die Dämonen von selbst.

Wenn ich zur Welt der Tiere gehe, erlangen die Tiere die Große Weisheit von selbst.

Hierdurch empfangen Sie Kwan Seum Bosal Mahasal

Hierdurch empfangen Sie Dae Se Tsi Bosal Mahasal

*(Lehrer der Bodhisattva-Handlungen, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Tchon Su Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, mit tausend Händen, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Yo Ui Ryun Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, der das Rad des Schatzes (Lehre Symbol von Budha-Dharma) besitzt, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Dae Ryun Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, der das Kosmische Rad besitzt, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Kwan Tsa Tsae Bosal Mahasal

*(Bodhisattva ›Geber der Freiheit‹, ein anderer Name für Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Tsong Tchui Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, der Reinheit und Stille symbolisiert, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Man Wol Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, mit einem Gesicht wie ein Vollmond, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Su Wol Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, mit einem Gesicht wie ein Mond im Wasser reflektierend, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Gun Da Ri Bosal Mahasal

*(Bodhisattva, der Stärke gibt, Inkarnation von Kwan Seum Bosal)*

Hierdurch empfangen Sie Ship Il Myon Bosal Mahasal

*(Elfköpfiger Kwan Seum Bosal.)*

Hierdurch empfangen Sie Tse Dae Bosal Mahasal

*(Zahllose große Bodhisattvas.)*

Hierdurch empfangen Sie Bonsa Amitabul

*(›Bonsa‹ bedeutet ursprüngliche Lehrer, Amitaba Buddha, der ursprüngliche Buddha.)*

Shin myo tsang gu dae dharani...

*(Mantra wird nicht übersetzt)*

Lobgesang der vier Richtungen:

Erstens, ein Bodhi-Mandala ist errichtet worden, durch das Wegwischen der Täuschungen im Osten.

Zweitens, Kühle ist erlangt worden, durch das Wegwischen der Not im Süden.

Drittens, ein Elysium ist erlangt worden, durch das Wegwischen der Sehnsüchte im Westen.

Viertens, immerwährende Ruhe ist erlangt worden, durch das Wegwischen der Liederlichkeit im Norden.

Preisgesang des Bodhi-Mandala: Jetzt, wo jeder Teil des Bodhi-Mandala frei von Verunreinigung ist, kommen die drei Schätze und der Himmelsdrache herunter. Nachdem ich nun das wunderbare Mantra besitze und wiederhole, werde ich durch großes Mitgefühl geschützt sein.

Reue:

Ich bereue jetzt aus tiefstem Herzen alle Sünden, groß und klein, die ich seit unvorstellbarer Zeit begangen habe; durch Sehnsüchte, von Körper, Mund und Verstand.

Zwölf Zeilen des Reuegesanges und Namen von zwölf Bodhisattvas:

Namu tcham tse op tsang bo sung tsang bul

bo gwang wang hwa ryom tso bul...

Heute bereue ich das Töten lebender Wesen.

Heute bereue ich das Stehlen.

Heute bereue ich das Ehebrechen.

Heute bereue ich das Lügen.

Heute bereue ich das Äußern von negativen Bemerkungen.

Heute bereue ich meine böse Zunge.

Heute bereue ich das Verlangen nach Sex.

Heute bereue ich das Ärgerlich-werden.

Heute bereue ich mein dummes Benehmen.

Unser Karma, angehäuft in Millionen von Kalpas verschwindet so durch einen Gedanken; so wie der trockene Busch verbrennt, ohne Spuren zu hinterlassen, wenn er einmal angezündet ist.

Unser Karma hat keine Selbst-Natur, es erscheint nur aus dem Geist. Wenn der Geist verschwindet, wird unser Karma auch verschwinden. Der einzige Weg Reue zu erlangen, heißt Geist und Karma verschwinden zu lassen, um Leerheit zu erlangen.

Reue-Mantra:

Om sal ba mot tsa mo tsi sadaya sabaha (*dreimal*)

Wenn du die frommen Handlungen von Bodhisattva Junje mit einem klaren Geist wiederholst, werden keine Schwierigkeiten erscheinen.

## ÜBERSETZUNGEN

Ob du als Buddha im Himmel wiedergeboren wirst, oder als Mensch, das Glück Buddhas wird immer bei dir sein.  
Ich empfangen die Große Tsun Tse Bosal, (*Bodhisattva, der magische Kräfte besitzt*) welche die Mutter von sieben Milliarden Buddhas ist.

Mantra zur Reinigung der Ebene des Dharma: Om nam (*dreimal*)

Mantra zum Selbst-Schutz: Om tchi rim (*dreimal*)

Mantra der sechs Silben, welches den ›Geheimnisvollen Ursprünglichen Geist‹ von Kwan Seum Bosal erläutert:

Om mani ban me hum (*dreimal*)

Mantra von Tsun Tse Bodhisattva:

Namu sadanam samyak samotda gutchinam danyata

Om tsa rye tsun tse sabaha burim (*dreimal*)

Jetzt, gelobe ich das große Tsun Tse Mantra gläubig zu rezitieren, und den großen Bodhi-Geist festzuhalten. Ich bin zuversichtlich, dass ich zur Übung durch Samadhi und Weisheit geführt werde und die Klarheit erreiche, wohltätige und fromme Werke zu tun, um siegreiches Geschick zu erlangen, damit ich mit allen Menschen dieser Welt die Buddhanatur erlange.

# Tempelregeln

VON ZEN MEISTER SEUNG SAHN

## 1. Über die Bewahrung von Bodhi

Treffe den festen Entschluss, Erleuchtung zu erlangen und Anderen zu helfen. Wenn du schon die fünf oder zehn Gelübde abgelegt hast, dann wisse, wann du sie halten und wann du sie brechen musst, wann sie offen sind und wann geschlossen. Lasse dein kleines Selbst gehen und werde dein wahres Selbst.

*In der ursprünglichen Natur  
Gibt es nicht dieses und jenes.  
Der große runde Spiegel  
kennt weder Vorlieben noch Abneigungen.*

## 2. Über die Achtsamkeit

Halte nicht an deiner Meinung fest. Diskutiere nicht deine persönlichen Ansichten. An deiner Meinung festhalten und sie verteidigen, bedeutet deine Praxis zu zerstören. Lasse alle deine Meinungen los. Das ist wahrer Buddhismus.

Gehe nicht dorthin, wo du nichts zu tun hast. Höre nicht den Gesprächen zu, die dich nicht betreffen. Mache nicht schlechtes Karma durch Gier, Zorn oder Unwissenheit.

*Wenn du in diesem Leben  
deinen Geist nicht öffnest,  
kannst du nicht einmal  
einen Tropfen Wasser verdauen.*

### 3. Über das Benehmen

Handle immer gemeinsam mit den Anderen. Stelle dich nicht über sie, indem du anders handelst. Arroganz ist im Tempel nicht erlaubt.

Geld und Sex sind wie giftige Schlangen; halte dich davon fern.

Gehe im Dharma-Raum immer hinter den Meditierenden vorbei. Während Dharma-Reden und Zeremonien nehme eine korrekte Haltung ein und kleide dich ordnungsgemäß. Rede und lache nicht laut im Dharma-Raum.

Wenn du außerhalb des Tempels Dinge zu erledigen hast und deswegen Zeremonien oder Mahlzeiten versäumst, benachrichtige einen Tempelangehörigen, bevor du gehst.

Respektiere diejenigen, die älter sind als du. Liebe diejenigen, die jünger sind als du. Halte deinen Geist weit und offen.

Wenn du kranken Menschen begegnest, liebe sie und hilf ihnen. Sei gastfreundlich zu Gästen. Heiße sie willkommen und kümmere dich um ihre Bedürfnisse.

Wenn ehrenwerte Gäste den Tempel besuchen, verbeuge dich vor ihnen und rede rücksichtsvoll mit ihnen.

Sei höflich. Lasse den anderen immer den Vortritt. Hilf anderen Menschen. Spiele nicht mit anderen Menschen.

Rede nicht schlec.

Verwende nicht fremde Schuhe und Kleider.

Halte dich nicht an den Schriften fest.  
Schlafe nicht zu viel.  
Sei nicht obszön.

Lasse ältere und respektvolle Personen vor dir sitzen.

Diskutiere nicht Tempelangelegenheiten mit Gästen.  
Spreche außerhalb des Tempels gut über den Tempel.

Alkoholgenuß und Handlungen aus sexueller Begierde verursachen schlechtes Karma und zerstören deine Praxis. Du musst stark sein und korrekt denken. Dann können dir jene Wünsche nichts anhaben.

Betrüge dich nicht selbst, indem du dich für eine große und freie Persönlichkeit hältst. Dies ist nicht wahrer Buddhismus.

Achte nur auf dich selbst und urteile nicht über die Handlungen anderer.

Verursache kein schlechtes Karma durch Töten, Stehlen oder Gier.

*Ursprünglich gibt es Nichts.*

*Aber Buddha übte unbewegten Geist  
unter dem Bodhi-baum sechs Jahre lang.  
Und neun Jahre lang saß Bodhidharma  
schweigend in Sorim.*

*Wenn du die Wand deines Selbst durchbrechen kannst,  
wirst du in Zeit und Raum unendlich werden.*



## 4. Über das Reden

Deine böse Zunge wird dich vernichten. Bewahre den Korken in der Flasche. Öffne ihn nur, wenn es nötig ist.

Rede immer gut und in der Art und Weise eines Bodhisattvas. Verwende keine vulgären Ausdrücke im Tempel.

Wenn du Streitenden begegnest, provoziere sie nicht, sondern sprich Worte, die ihre Wut lindern.

Mache kein schlechtes Karma durch Lügen und Übertreiben, verursache keinen Streit und fluche nicht über andere.

*Einmal sprach ein Mann nicht korrekt und wurde 500 Generationen lang als Fuchs wiedergeboren. Nachdem er die korrekte Rede hörte, verlor er seinen Fuchskörper.*

*Was ist korrekte und unkorrekte Rede?*

*Wenn du deinen Mund öffnest,  
schlage ich dich dreißig Mal.  
Wenn du deinen Mund geschlossen hältst,  
schlage ich dich auch dreißig Mal.*

*Du musst dich in das Kongan festbeißen  
und nicht locker lassen.*

*Der Hund bellt: wau, wau, wau !  
Die Katze miaut: miau, miau, miau.*

## 5. Über das Essen

Ein berühmter Lehrer sagte: »Ein Tag ohne Arbeit ist ein Tag ohne Essen«.

Es gibt zwei Arten von Arbeit: innere und äußere Arbeit. Inneres Arbeiten ist, klaren Geist zu bewahren. Äußeres Arbeiten ist, alle eigennützigen Wünsche abzuschneiden und anderen zu helfen.

Erst arbeite, dann iss.

Iss in Schweigen. Mache keine unnötigen Geräusche.

Während des Essens achte nur auf dich selbst. Beschäftige dich nicht mit den Handlungen der Anderen.

Nehme das, was zubereitet wurde mit Dankbarkeit an. Halte nicht an deinen Vorlieben und Abneigungen fest.

Suche nicht Befriedigung im Essen. Iss nur, um dich in deiner Praxis zu unterstützen.

Auch wenn du dein Leben lang Köstlichkeiten isst, wird dein Körper sterben.

*Der Große Weg ist nicht schwer.  
Schneide einfach alles Denken über Gut und Schlecht ab.*

*Salz ist salzig.  
Zucker ist süß.*

## 6. Über die formale Praxis

Während der formalen Praxis handle gemeinsam mit den anderen.

Sei nicht faul.

Während des Singens folge dem Moktak.

Während des Sitzens folge dem Chugbi.

Nehme die wahre Bedeutung des Singens und Sitzens wahr und handle entsprechend.

Verstehe, dass du schlechtes Karma angesammelt hast, so groß wie ein hoher Berg. Bewahre dies in deinem Geist, wenn du dich in Reue verbeugst.

Unser Karma hat keine Selbst-Natur, sondern ist durch unseren Geist erschaffen. Wenn unser Geist klar ist, wird unser Karma verschwunden sein. Wenn wir beides als leer erkennen, dann ist das wahre Reue. Wir verbeugen uns, um die wahre Natur zu erkennen und um anderen zu helfen.

*In ein Tal rufen.*

*Lautes Rufen: lautes Echo.*

*Leises Rufen: leises Echo.*

## 7. Über die Dharma-rede

Wenn du den Worten des Zen-Meister zuhörst, bewahre einen klaren Geist. Hafte nicht an seinen Worten. Schneide alles Denken ab und dringe in die wahre Bedeutung seiner Rede ein. Denke nicht: »Ich habe schon große Erkenntnis; ich brauche diese Worte nicht«. Das ist Verblendung.

Wenn du eine Frage hast, stelle sie dem Zen-Meister, nach seiner Rede.

Wenn eine Schlange Wasser trinkt, wird das Wasser zu Gift. Wenn eine Kuh Wasser trinkt, wird das Wasser zu Milch. Wenn du an Unwissenheit haftest, erschaffst du Leben und Tod. Wenn du klar bleibst, bist du Buddha.

*In der großen Arbeit des Lebens und des Todes wartet die Zeit nicht auf dich.*

*Wenn du morgen stirbst, welchen Körper wirst du bekommen?*

*Ist das nicht alles sehr wichtig?*

*Beeil dich! Beeil dich!*

*Blauer Himmel und grünes Meer*

*Sind des Buddhas ursprüngliches Gesicht.*

*Das Geräusch des Wasserfalls und das Singen des Vogels*

*Sind die großen Sutras.*

*Wohin gehst du?*

*Achte auf deine Schritte.*

*Wasser fließt in das Meer.*

*Wolken ziehen am Himmel.*

***Zen-Meister Seung Sahn***

## **Zuflucht zu den drei Kostbarkeiten**

Ich nehme jetzt Zuflucht in Buddha,  
der in allen zehn Richtungen gegenwärtig ist.

Ich nehme jetzt Zuflucht in Dharma,  
das in allen zehn Richtungen gegenwärtig ist.

Ich nehme jetzt Zuflucht in Sangha,  
die in allen zehn Richtungen gegenwärtig ist.

---

## **Die vier grossen gelöbnisse**

Die Lebewesen sind zahllos,  
wir geloben sie alle zu retten.

Die Täuschungen sind endlos,  
wir geloben uns davon zu befreien.

Die Lehren sind unendlich,  
wir geloben sie alle zu lernen.

Der Buddha-Weg ist unvorstellbar,  
wir geloben ihn zu erlangen.

***(outside cover)***