

# Énekek



**Eredeti Fény Zen  
Templom**



# **Énekek**



**Eredeti Fény Zen Templom**



Bódhidharma, a kínai zen első pátriárkája

# Tartalom

Szung Szán zen mester tanítása az éneklésről ..... 6

## HAJNALI ÉS ESTI ÉNEKEK

Hajnali Harangének..... 10

Esti Harangének..... 13

Tisztelet a Három Legértékesebbnek ..... 14

Menedékvétel és fogadalom ..... 16

Szív Szútra..... 18

Szív Szútra magyarul ..... 20

Nagy Együttérzés Mantra..... 22

A Négy Bódhisattva Fogadalom..... 24

## DÉLELŐTTI ÉNEKEK

Ezer Szem és Kéz Szútra ..... 26

Súrangama Mantra ..... 34

Menedékvétel..... 42

Tiszteletadás és felajánlás ..... 42

Adományok felajánlása ..... 45

Szív Szútra..... 46

## ENGLISH TEXTS

Prayer and Vow to Practice Seon ..... 48

Heart Sutra ..... 50

Rice Offering..... 52

The Four Great Bodhisattva Vows..... 52

## FORDÍTÁSOK

Hajnali harangének ..... 54

Esti harangének..... 57

Tisztelet a Három Legértékesebbnek ..... 58

Nagy Együttérzés Mantra..... 60

Ezer Szem és Kéz Szútra ..... 62

Súrangama Mantra ..... 68

Templomi szabályok ..... 84

A Tíz Kapu ..... 92

Az Öt Fogadalom ..... 94

## Az éneklésről

A meditációs éneklés a nem-mozduló tudat megtartása, valamint saját éneked hangzásának átélése. Az ének hangzásának felfogása igazi éned, illetve igaz természeted megértése. A hang és te már nem különböztek: eggyé válsz a világmindenséggel. Ezért igaz természeted meglátása a világmindenség lényegének meglátása. Rendszeres énekléssel középpontod egyre erősebb lesz. Erős középponttal uralhatod az érzéseid, körülményeid és élethelyzeted.

Meditációs központjainkban az emberek együtt élnek és gyakorolnak. Az emberek általában erős véleményekkel, rokon- és ellenszenvekkel érkeznek. Nagy részüknek a meditációs éneklés egyáltalán nem könnyű: sok a zavarodott gondolat, vonzódás és taszítás. De amikor helyesen gyakoroljuk, meghalljuk saját énekhangunkat és a körülöttünk lévőket egyaránt; tudatunk letisztul. A tiszta tudatban nincs vonzódás és taszítás, csak a hang. Végül átlátjuk, hogy a meditációs éneklés nem saját személyes örömről szól; nem azért van, hogy kellemes érzésben legyen részünk; inkább, hogy irányvételünk világossá váljon. Ez pedig: megtisztulni és elérni a megvilágosodást, hogy megszabadítsuk a lényeket a szenvedéstől.

Amikor énekel, halld a hangod: Te és a világmindenség már egyek vagytok, a szenvedés eltűnik, megjelenik az igazi boldogság. Ezt hívjuk Nirvánának. Ha megmaradsz a Nirvánában, tudatod tiszta, mint a tér. Tiszta mint a tér azt jelenti, hogy tiszta mint a tükör. Vörös jelenik meg, vöröset mutat. Fehér jelenik meg, fehéret mutat. A másik ember boldog: magam is boldog vagyok. A másik ember szomorú: magam is szomorú vagyok. A másik ember éhes: enni adok neki. Ezt hívjuk Nagy Szeretetnek, Nagy Együttérzésnek, Nagy

Bódhizattva Útnak. Ez egyúttal a Nagy Bölcsességet is jelenti. Ilyen az éneklő meditáció, az éneklő Zen.

A hang felfogása azt jelenti, hogy minden a világmindenség hangja: madárdal, mennydörgés, kutyaugatás – minden, ami hallható. Ha nincs én-tudatod, mindent fel tudsz fogni éppen olyannak, amilyen az valójában. Ezért, amikor tiszta tudattal énekelsz, a hang a mindenség hangja. Ha ragaszkodsz az énhez, akkor a hang az „én” hangja. De ha tudatod tiszta mint a tér, akkor akár a kutyaugatás vagy az autó dudálása is eredményezheti a megvilágosodást, mivel abban a pillanatban a hang és te eggyé váltok. Amikor a hang és te eggyé váltok, már nem hallod a hangot, te vagy a hang.

Egy híres zen mester csupán a kakas kukorékolását hallotta meg, és elérte a megvilágosodást. Egy másik zen mester éppen az udvart söprögette, amikor seprűje hangosan egy bambusznak koppantott egy kavicsot: ő is elérte a megvilágosodást. A hang és ő maga eggyé vált. Úgyhogy a hang kérdése a zenben nagyon egyszerű. Bármilyen hang megteszi. Csupán az a fontos, hogy felfogjuk és eggyé váljunk vele megkülönböztetés nélkül, anélkül, hogy létrehoznánk az „én”-t és a „hang”-ot. A teljes átélés pillanatában, nincs gondolat, nincs megkülönböztetés, csak a hang felfogása. Ez a kritikus pont. Ezért éneklés közben fogd fel a magad és a többiek énekét, vagy csupán halld a harang vagy az ütőhangszer hangját, így vágd el a gondolkodást. Akkor bölcsesség-tudatod erősödni fog, eléred a megvilágosodást és megszabadítasz minden lényt.

*Szung Szán zen mester*





# **Hajnali és esti énekek**

# Hajnali Harangének



vancsá dzsong szang bjan bap kje  
csarvijuám sil ge mjang  
számdoigo pádo szán 🍷

ilcse dzsungszeng szangdzsang gák 🍷  
námu biro gjodzsú  
hvádzsáng dzsádzson jan boge dzsi  
gümmun po nángám dzsiok csug  
dzsin dzsinhon ip  
csál csálvanjung 🍷

sipcsó kumánocsán szá sippáldzsá ilszüngvangjo  
námu de báng gváng bul hváamgjang  
námu de báng gváng bul hváamgjang 🍷  
námu de báng gváng bul hváamgjang

## **cseil ge**

jágin jog jo dzsi  
számsze ilcse bul  
üng gván pabgje szang  
ilcse ju sim dzso 🍷

## **pá dzsiok dzsinan**

námu áttá sidzsinám  
számmják számmottá gucsinám  
om ádzsáná bábá dzsiri dzsiri hum 🍷  
námu áttá sidzsinám  
számmják számmottá gucsinám  
om ádzsáná bábá dzsiri dzsiri hum  
námu áttá sidzsinám  
számmják számmottá 🍷 gucsinám  
om ádzsáná bábá dzsiri dzsiri hum



vaná dzsinszeng mubjalnjam  
ámitá bul dog száng szu 🍷  
sim simszággje okhogyáng  
jam njambulli gümszekszáng  
á dzsipjamdsu bapgye gván  
hagongviszüng mubungván 🍷  
pjangdüngszáná muhácsa  
gván guszabáng ámitá  
námu szabáng degjo dzsu  
murjángszu jarebul 🍷


námu ámitá bul  
námu ámitá bul  
námu ámitá bul  
námu ámitá bul  
námu ámitá bul  
námu ámitá bul 🍷  
námu ámitá bul 🍷

csangszán csapcsap mitágul  
csáng hemángmáng dzsangmjál gung  
mulmul jamne mugáe  
kigán szongdzsang háktu hong 🍷  
námu ámitá bul 🍷

szándáng dzsangjá dzsámu an  
csak dzsak jojo bondzsájan  
hászá szaphung tongrimjá  
ilszang hánán jadzsáng csan 🍷  
námu ámitá bul 🍷



vangong bapgye dzsedzsung szeng  
dongip mitá devanhe  
dzsinmi redzse dodzsungszeng  
dzsátá ilsi szangbul do 🍷  
námu ámitá bul 🍷

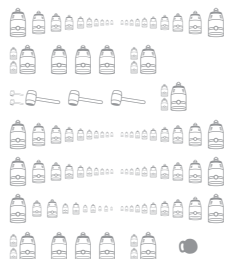
námu szabáng dzsangto güngnákszegje  
 számsim nyugmán ak  
 ilsipilmán kucsan obek  
 dong mjangdongho  
 de dzsádebi ámitá bul  
 námu szabáng dzsangto güngnákszegje  
 bulsin dzsángkváng   
 szángho mubjan gümszekgváng mjang  
 pjan dzsobapgje szá sippárvan  
 dotál dzsungszeng bulgá szal  
 bulgászal dzsan bulgászal  
 hángházá bulcsál midzsinszu  
 to mádzsuki muhán gükszu  
 számbek juksimmánag   
 ilsib ilmán kucsanobek  
 tong mjangdongho tedzsá debi  
 á düngdoszá kümszeg jare

námu ámitá bul   
 námu ámitá bul  
 námu ámitá bul  
 námu ámitá bul  
 námu ámitá bul

### **bonsim mimjo dzsinan**

dánjátá

om ári dárá szabáhá   
 om ári dárá szabáhá  
 om ári dárá szabáhá  á-á-á



# Esti Harangének



mundzsong szang

banne dán

dzsihje dzsáng bori szeng

ni dzsiog 


csul számgje van szangbul

dódzsung szeng

**pá dzsiog dzsinan** 

om gára dzsijá szabáhá

om gára dzsijá szabáhá 

om gára dzsijá szabáhá  á-á-á



# Tisztelet a Három Legértékesebbnek

(szertartásvezető)



(reggel)

ágüm csangdzsang szu  
bjan vi gámnodá  
bonghan számbodzsán  
vanszu ●●●●●●●● enápszu●  
vanszu ●●●●●●●● enápszu●  
vanszu dzsábi  
●●●●●●●● enápszú ●

(este)

gje hjáng dzsang hjáng  
hje hjáng ● hetálhjáng  
hetáldzsi ●●●●●●●● gjanhjáng ●  
kvángmjang unde  
dzsubjan bapkje  
gongjáng sibáng  
●●●●●●●● murjáng bulbap szüng ●

## han hjáng dzsinan

om bá ára tobijá hum ●  
om bá ára tobijá hum ●  
om bá ára ●●●●●●●● tobijá hum ●

(közösen)

dzsi sim gimjangne  
számgje doszá szászeng dzsábu  
siá bonszá ●●●●●●●● szakkámoni bul ●

dzsi sim gimjangne  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse ●●●●●●●● bultájá dzsung ●

dzsi sim gimjangne  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse ●●●●●●●● talmájá dzsung ●

dzsi sim gimjangne  
de dzsi munszu szári boszál  
de heng bo hjan boszál  
de bi kvánszeüm boszál ●  
de van bondzson  
●●●●●●● dzsidzsáng boszál máhá szál ●

dzsi sim gimjangne  
jang szán dáng si szu bul bucsog  
sipte dzsedzsá simnjug szang  
obek szang dokszu szang nedzsi ●  
csanibek dzsede áráhán  
●●●●●●● murjáng dzsábi szang dzsung ●

dzsi sim gimjangne  
szagan dong dzsin güp á he dong  
jakde dzsandüng dzsede dzso szá ●  
csanhá dzsong szá  
ilcse midzsinszu dzsede  
●●●●●●● szandzsisig ●

dzsi sim gimjangne  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse  
●●●●●●● szünggájá dzsung ● ●

juvan mudzsin szám ● bo tedzsá debi  
szuá dzsangne mjang hun gá pirjak ●  
vangong bapgje dzse dzsung szeng  
dzsátá ilsi ●●●●●●● szang buldo ●

## Menedékvétel és Fogadalom

*(közösen)*

Füstölőt felajánlva menedéket veszünk  
a Buddhában, a Dharmában és a Szanghában,  
és leborulunk előttük a legnagyobb tisztelettel.

Töltse el béke és nyugalom az egész világegyetemet,  
háruljon el minden háború és veszély,  
forogjon folyamatosan a Tan kereke.

Akárhova is szülessünk,  
életeink során egyszer sem távolodunk el  
a Nagy Meghaladó Bölcsességtől.

Váljunk eggyé a Buddha hősies szellemével,  
érjük el Vairócsana nagyszerű felébredését,  
nyíljon ki tudatunkban Mandzsusri fénylő bölcsessége,  
cselekedjünk Vairócsana tökéletes tetteivel,  
vegyük fel Ksitigarbha számtalan megjelenését,  
és legyen a miénk Avalókitésvara összes eszköze,  
mellyel megszabadít minden lényt a szenvedéstől.

Egyetlen cél vezérel minket:  
nyilvánítsuk meg ezen képességeket  
a világegyetem tíz irányában,  
hogy minden érzékszervekhez kötött lényt  
segítsünk belépni a Nirvánába,  
a teremtetlen üdvösségébe.

A Bódhiszattva nevének hallatán  
az alsó három világ lényei eléri a megszabadulást,  
megjelenése láttán minden lény  
megtapasztalja a megvilágosodást.



Továbbra is tanítjuk és segítjük a kötöttségben élő lényeket világkorszakokon át, amíg a Buddhák és a kötöttségben élő lények közti utolsó különbség is el nem tűnik.

Meghívjuk körünkbe a mennyei birodalom összes lényét, hogy jelenlétükkel oltalmazzanak és segítsék a bajok leküzdését, bármilyen nehéz helyzetben legyünk is.

Váljék valóra mindez,  
legyen e hely nyugalma töretlen és szakadatlan,  
mentes a bánattól, gyötrődéstől és zavartól.  
Maradjon távol minden baleset és katasztrófa a templomtól.

Földi és földöntúli védelmezők oltalmát kérjük  
a Három Legértékesebbre,  
legyen körünkben a Hegy Istensége nagyszerű jelenlétével,  
jusson át minden lélek a túlsó partra,  
akár nagyoknak, akár kicsinek látja önmagát.

Világkorszakokon keresztül gyakoroljuk  
a Bódhiszattva Utat, és elérjük a Buddha  
tökéletes és felülmúlhatatlan felébredését.

**máhá bánjá ●●●●●●●●●● bárá mi ●**

**námu szakkámoni bul ●**

**námu szakkámoni bul ●**

**námu sijá bonszá ●●●●●●●●●● szakkámoni bul ●**

## Szív Szútra (*Bánjá simgjang*)



Máhá bánjá páramiltá simgjang  
kván dzsádzse boszál  
hengsim bánjá páramiltá si

dzsogjan o-on gegong do ilcsegoek  
száridzsá szekbul igong gongbul iszek  
szekdzsük sigong gongdzsük siszek

szuszáng hengsik jagbu jasi  
száridzsá sidzse bapgongszáng  
bulszeng bulmjal bulgu budzsang

budzsüng bulgám sigo gongdzsung muszek  
muszu szánghengsik muáni biszal sinüi  
muszek szangjáng micsok bap

muángje nedzsi muüi sik gje  
mumu mjang jak mumu mjangdzsin  
nedzsi munoszá jakmuno szádzsin

mugo dzsim mjaldo mudzsi jangmudüg  
imu szodükgo bori száltái bánjá páramiltá  
go sim mu gáe mu gáego

muju gongpo valli dzsando mongszáng  
gugjang jalbán számsze dzse buri bánjá páramiltá  
godük ánjok tárá számmják számbori

kodzsi bánjá páramiltá  
side sindzsu side mjangdzsu simu szángdzsu  
simu dűng dűng dzsu

nűngdzse ilcse go dzsinsil bulho  
goszal bánjá páramiltá dzsu  
csük szaldzsuvál

**ádzse ádzse bárá ádzse**  
**bárá szűng ádzse modzsi szábáhá**  
**ádzse ádzse bárá ádzse**  
**bárá szűng ádzse modzsi szábáhá**  
**ádzse ádzse bárá ádzse**  
**bárá szűng ádzse modzsi ●●●●●● szábáhá ●**

# Szív Szútra

## A Nagy Meghaladó Bölcsesség Szíve Szútra

(Angolul: 50-51. oldal)



### **Mahá Prádzsnyá Páramitá Hridája Szútra** ●

Avalókitésvara Bódhiszattva  
a mély Meghaladó Bölcsességben időzvéen látja,  
hogy igaz természetében az öt szkandha üres,  
és ezzel minden szenvedést meghalad.

Sáriputra!

A forma nem különbözik az ürességtől,  
az üresség nem különbözik a formától.  
A forma valóban üresség,  
az üresség valóban forma.  
Így ilyen az érzés, az érzékelés,  
az akarat és a tudatosság is.

Sáriputra!

Minden jelenségnek üresség a természete.  
Nem keletkeznek és nem szűnnek meg,  
nem tiszták és nem szennyezettek,  
nem növekszenek és nem csökkennek.  
Ezért az ürességben nincs forma, érzés,  
érezékelés, akarat és tudatosság.

Nincs szem, fül, orr, nyelv, test és értelem,  
nincs szín, hang, szag, íz,  
tapintás és tudati folyamat,  
nincs birodalma az érzékszerveknek  
és a tudatosságnak.

Nincs nemtudás és nincs annak megszűnése,  
nincs öregség és halál  
és nincs ezek megszűnése sem.  
Nincs szenvedés, nincs annak oka,  
nincs annak megszűnése,  
és nincs útja a megszüntetésnek.  
Nincs megvalósítás és nincs megérkezés,  
mivel nincs, amit el kellene érni.

A Bódhiszattvának  
a Meghaladó Bölcsesség által  
akadálytól mentes a tudata.  
Mivel akadálytól mentes a tudata, rettenthetetlen,  
és meghaladva minden illúziót  
az ellobbanást eléri.

A három világ összes Buddhái  
a Meghaladó Bölcsesség által valósítják meg  
a Tökéletes és Felülmúlhatatlan Felébredettséget.  
Ezért ismerd fel a Meghaladó Bölcsességet,  
a Nagy Szent Eszmét,  
a Nagy Tudás Eszméjét,  
a Felülmúlhatatlan Eszmét,  
a Hasonlíthatatlan Eszmét,  
azt, ami véget vet minden szenvedésnek.  
Ez igazság, nem hazugság.

Ezért hangoztasd  
a Meghaladó Bölcsesség Eszméjét,  
amely így szól:

**gáté gáté páragáté  
párászámgáté bódhi ●●●●●●●● szváhá ●**

(3x)

# Nagy Együttérzés Mantra (*Nílakántha Dhárani*)



## **sinmjo csángxu de dáráni**

námorá dáná dára jájá  
námák árja báro gidzse  
szebárája modzsi szádábája  
máhá szádábája  
máhá gáro nikája  
om szálbá bájeszu dáráná  
kárája dászámjang námák káridábá  
imámárja bárogidzse szebára  
dábá irágántá námák hárinája mábáltá  
iszámi szálbáltá szádánám  
szubán ájejam szálbá bodánám  
bábámára miszudákám dánjátá  
om árogje árogá  
mádzsirogá dzsigárándzse  
hjehe háre máhámodzsi szádábá  
számára számára hárinája  
kuro kuro kálmá szádájá szádájá  
doro doro mijandzse máhá mijandzse  
dára dára dárin narje szebára  
dzsára dzsára mára mimára ámára  
moldzseje hjehe rogye szebára  
rá-á miszámi nászájá  
nábe számi számi nászájá  
mohádzsára miszámi nászájá  
horo horo mára horo háre bánámá nábá

szárá szárá siri siri szoro szoro  
 motcsjá motcsjá modájá modájá  
 medárijá nirágántá  
 kámászá nálszánám párá háránájá  
 mánák szabáhá sittájá szabáhá  
 máhá sittájá szabáhá  
 sittájuje szebárájá szabáhá  
 nirá gántájá szabáhá  
 báráhá mokka singhá mökkájá  
 szabáhá pánámá háddájá  
 szabáhá dzságára juktájá szabáhá  
 szángká szabnáne modánájá szabáhá  
 máhára gutádárájá szabáhá  
 pámászá gántá iszásicsedá  
 kárinná inájá szabáhá  
 mjákára dzsálmáibá szánájá szabáhá  
 námorá dáná dára jájá  
 námákárjá bárogidzse szebárájá  
 ● szá ● bá ● ●●●●●● há ●

## A Négy Bódhiszattva Fogadalom

A szenvedő lények számtalanok.  
Fogadjuk, hogy mindnek segítségére leszünk.

A szenvedélyek kötelékei sokfélék.  
Fogadjuk, hogy mindtől megszabadulunk.

A tanítások sokrétűek.  
Fogadjuk, hogy mindet megismerjük.

Az Út a Teljesség elérése.  
Fogadjuk, hogy végigjárjuk.

Dzsungszeng mubjan szavan do  
Banne mudzsin szavan dán  
Bapmun murjáng szavan hák  
Buldo muszáng szavan szang



# **Délelőtti énekek**

# Ezer Szem és Kéz Szútra

(szertartásvezető)



## bore dzsinan

ágüm ilsin dzsung dzsükhjan mudzsin sin ●

bjandzse számbodzsan ●

iril muszurje

om bá ●●●●●●●●●● árá mi ●

om bá ●●●●●●●●●● árá mi ●

om bá ●●●●●●●●●● árá mi ●

(közösen)



## dzsang gu ab dzsinan

szuri szuri máházuri szuszuri szabáhá

szuri szuri máházuri szuszuri szabáhá

szuri szuri máházuri szuszuri szabáhá

## obáng neve ani dzsesin dzsinan

námú számándá mot dánám

om doro doro dzsimi szabáhá

námú számándá mot dánám

om doro doro dzsimi szabáhá

námú számándá mot dánám

om doro doro dzsimi szabáhá

## ke gjangge

muszáng simsim mimjobap

bekcsan mángam nándzsou

ágüm mungjan dükszudzsi

vanhe jare dzsinsirüi

**ge bapcsáng dzsinan**

om áranám árádá

om áranám árádá

om áranám árádá

**csanszu csanán kván dzsádzse boszál**

**kváng devan mánmue debisim**

**de dáráni gje csang**

kjeszu kvánüm debidzsu

vanrjak hongsim szánghosin

csanbi csángam bohosi

csanán kvángmjang bjankván dzso

dzsinsir adzsung szanmila

mui simne gibisim

szokrjang mándzsok dzse-hüi-gu

jangszá mjaldzse dzse dzse ap

csaljong dzsungszang dongdzsa ho

bekcsan számme donhunszu

szudzsi sinsi kvángmjang dáng

szudzsi simsi sintong dzsáng

szecsak dzsinro vandzsehe

csodzsüng bori bángpjan mun

ágüm csingszong szagie

szovan csongsim sirvanmán

námu debi kvánszeüm vaná szokdzsi ilcse bap

námu debi kvánszeüm vaná dzsodük dzsihje án

námu debi kvánszeüm vaná szokto ilcse dzsung

námu debi kvánszeüm vaná dzsodük szanbáng pjan

námu debi kvánszeüm vaná szokszüng bánjá szan

námu debi kvánszeüm vaná dzsodük valgo he

námu debi kvánszeüm vaná szokdük kjedzsang do

námu debi kvánszeüm vaná dzsodüng vandzsok szán

námu debi kvánszeüm vaná szokhe mui szá

námu debi kvánszeüm vaná dzsodong bapszang sin

áják hjáng doszán doszán dzsácse dzsál  
áják hjáng hvátáng hvátáng dzsászo mjal  
áják hjáng dzsiok dzsiok dzságogál  
áják hjáng áki áki dzsápo mán  
áják hjáng szurá áksim dzsádzsobok  
áják hjáng csukszeng dzsádük dedzsihje

námu kvánszeüm boszál máhászál  
námu deszedzsi boszál máhászál  
námu csanszu boszál máhászál  
námu joirjun boszál máhászál  
námu derjun boszál máhászál  
námu kvándzsádzse boszál máhászál  
námu dzsangcsi boszál máhászál  
námu mánval boszál máhászál  
námu szuval boszál máhászál  
námu gundári boszál máhászál  
námu sibilmjan boszál máhászál  
námu dzsede boszál máhászál  
námu bonszá ámitábul  
námu bonszá ámitábul  
námu bonszá ámitábul

### **sinmjo csángxu de dáráni**

námorá dáná dárá jájá  
námák árjá báro gidzse  
szebárájá modzsi szádábájá  
máhá szádábájá  
máhá gáro nikájá  
om szálbá bájeszu dáráná  
kárájá dászámjang námák káridábá  
imámárja bárogidzse szebará  
dábá irágántá námák hárinájá mábáltá  
iszámi szálbáltá szádánám  
szubán ájejam szálbá bodánám  
bábámará miszudákám dánjátá

om ároge árogá mádzsirogá dzsigarándzse  
hjehe háre máhámodzsi szádábá  
számára számára hárinájá  
kuro kuro kálmá szádájá szádájá  
doro doro mijandzse máhá mijandzse  
dára dárá dárin narje szebára  
dzsára dzsára márá mimára ámára  
moldzseje hjehe roge szebára  
rá-á miszámi nászájá  
nábe számi számi nászájá  
mohádzsára miszámi nászájá  
horo horo márá horo háre bánámá nábá  
szára szárá siri siri szoro szoro  
motcsjá motcsjá modájá modájá  
medárijá nirágántá  
kámászá nálszánám párá háranájá  
mánák szabáhá sittájá szabáhá  
máhá sittájá szabáhá  
sittájuje szebárájá szabáhá  
nirá gántájá szabáhá  
báráhá mokka singhá mökkájá  
szabáhá pánámá háddájá  
szabáhá dzságára juktájá szabáhá  
szángká szabnáne modánájá szabáhá  
máhárá gutádárájá szabáhá  
pámászá gántá iszásicsedá  
kárinná inájá szabáhá  
mjákára dzsálmáibá szánájá szabáhá  
  
námorá dáná dárá jájá  
námák árjá bárogidzse szebárájá szabáhá  
námorá dáná dárá jájá  
námák árjá bárogidzse szebárájá szabáhá  
námorá dáná dárá jájá  
námák árjá bárogidzse szebárájá szabáhá

ilsze dongbáng kjaldorjáng  
isze námbáng dükcsangrjáng  
szamsze szabáng kudzsangto  
szásze bukbáng jangánkáng  
dorjáng csangdzsang muháje  
számbo csanrjong kángcsádzsi  
ágüm dzsiszong mjodzsina  
vanszá dzsábi milgáho  
ászak szodzso dzseákap  
geju musi támdzsincsi  
csongsin gu-üi dzsi szoszeng  
ilcse ágüm geccsám he

námu csámdzse apdzsáng boszüng dzsángbul  
bokváng váng hvá jam dzso bul  
ilcse hjánghvá dzsádzse rjakváng bul  
bekak hánghászá gjaldzsang bul  
dzsinvi dakbul kümkáng kjankáng szobok keszán bul  
bokváng valdzsan mjoüm dzsonváng bul  
hvánhüi dzsáng máni bodzsakbul  
mudzsín hjáng szüng vángbul  
szádzsá valbul hvánhüi dzsángam dzsuvángbul  
dzsebo dánh máni szünggváng bul

szálszeng dzsungdzse gümil csámhe  
tudo dzsungdzse gümil csámhe  
száüm dzsungdzse gümil csámhe  
mángga dzsungdzse gümil csámhe  
gia dzsungdzse gümil csámhe  
jángszal dzsungdzse gümil csámhe  
ákku dzsungdzse gümil csámhe  
táme dzsungdzse gümil csámhe  
dzsine dzsungdzse gümil csámhe  
csiám dzsungdzse gümil csámhe

beccak dzsuk dzsip dzse il njam dontáng dzse  
jahvá bungocso mjaldzsin mujuja  
dzsemu dzsászang dzsongsimgi  
simják mjal si dzsejakmáng  
dzsemáng simmjal jángkugong  
sidzsük mjangi dzsin csamhe

### **csámhe dzsinan**

om szálbá motcsá modzsi szádájá szábáhá  
om szálbá motcsá modzsi szádájá szábáhá  
om szálbá motcsá modzsi szádájá szábáhá

dzsundzse gongdakcsi dzsak dzsang simszángszong  
ilcse dzsedenán munüing csimsi-in  
csanszáng güpingán szubok jabuldüng  
ucsá jaidzsu dzsanghek mudüingdüng  
námu csilgudzsi bulmo de dzsundzse boszál  
námu csilgudzsi bulmo de dzsundzse boszál  
námu csilgudzsi bulmo de dzsundzse boszál

### **dzsang bapje dzsinan**

om nám  
om nám  
om nám

### **hosin dzsinan**

om csirim  
om csirim  
om csirim

### **kvánszeüm boszál bonsim mimjo jukdzsá**

#### **demjangváng dzsinan**

om máni pánme hum  
om máni pánme hum  
om máni pánme hum

### **dzsundzse dzsinan**

námu szádánám számmják számmottá  
gucsinám dánjátá  
om dzsárje dzsurje dzsundzse szabáhá burim  
om dzsárje dzsurje dzsundzse szabáhá burim  
om dzsárje dzsurje dzsundzse szabáhá burim

ágüm dzsiszong dedzsundzse  
dzsükpál bori kvángdevan  
vaná dzsanghje szokvan mjang  
vaná gongdak keszang csi  
vaná szüngbok bjandzsáng am  
van gong dzsungszeng szang bul do

### **jare sipde párvan mun**

vaná jangni számák do  
vaná szokdán támdzsin csi  
vaná szángmun bulpap szüng  
vaná künszu kjedzsang hje  
vaná hángszu dzsebur hák  
vaná bulte bori sim  
vaná kjaldzsang szengán jáng  
vaná szokkjan ámitá  
vaná bunsin bjandzsin csál  
vaná kvángdo dzsedzsung szeng

### **bál száhong szavan**

dzsungszeng mubjan szavan do  
banne mudzsin szavan dán  
bapmun murjáng szavan hák  
buldo muszáng szavan szang  
dzsászang dzsungszeng szavan do  
dzsászang banne szavan dán  
dzsászang bapmun szavan hák  
dzsászang buldo szavan szang



**vani bárvani kimjangrje számbo**

námu szángdzsu sibáng bul  
námu szángdzsu sibáng bap  
námu szángdzsu sibáng szüing  
námu szángdzsu sibáng bul  
námu szángdzsu sibáng bap  
námu szángdzsu sibáng szüing  
námu szángdzsu sibáng bul  
námu szángdzsu sibáng bap  
námu szángdzsu sibáng szüing

(●●●●●●●●●● csak reggel és este)

*(csak délben és szertartások alkalmával)*

**dzsang számap dzsinan**

om szabá bábá szudá szálbá dárma  
szabá bábá szudohám

(3×)

**gedán dzsinan**

om bá ára náró dákádája számája bárabe szájáhum

(3×)

**gandán dzsinan**

om nánda nánda nádzsi nádzsi nándábári szabáhá

(3×)

**dzsang bapkje dzsinan**

nádzsa szekszan bek kong dzsam i am dzsi  
japhi ge mjang dzsu csidzsi a dzsang száng  
dzsinan dong bapkje murjáng dzsung dzsedzse  
ilcse csokjecsá dáנגgá csádzsámun

námu számándá motdánám ●●●●●●●●●● nám ●

(3×)

## Súrangama Mantra



*Tathágatosnisám Szitátapatram Aparádzsitam Pratjangiram Dhárani*

Namo szarva tathágata szugatája arhaté, szamjak szambuddhájá

Namo szarva tathágata koti usnisá

Namo szarva buddha bodhiszattvebhja

Namo szaptánám, szamjak szambuddha, kotínám,

szasrávaka szamghánám

Namo loke arhantánám namo szrotápannánám

Namo szakridágámínám namo anágámínám

Namo loke szamjaggatánám, szamjak pratipannánám

Namo ratnatrájájá

Namo bhagavaté dridha szúra szená praharana rádzsájá,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté amitábhája,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté aksóbhjája

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté bhaisadzsiyaguru vaidúrja prabharádzsája,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté szampuspita szálendrá, rádzsája,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté sákjamunaje,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté ratna kuszumá, ketu rádzsájá,

tathágatájá arhaté szamjak szambuddhájá

Namo bhagavaté tathágata kúlája

Namo bhagavaté padma kúlája

Namo bhagavaté vadzsra kúlája

Namo bhagavaté mani kúlája

Namo bhagavaté gadzsa kúlája

Namo dévarisínám

Namo sziddha vidjádharánám

Namo sziddha vidjádharma risínám,  
sápánugráhá, szamarthánám

Namo bráhmáne, namo indrájá

Namo rudrája, umápati szahejájá

Namo nárájanája, laksmí szahéjájá

Pancca mahámudrá namaszkritájá

Namo mahákálája, tripuránágára, vidrávana kárájá

Adhimuktika, smasana vászíni, mátrigana namaszkritájá

Ebhjo namaszkritvá imám bhagavanta

tatháगतosnísám szitáapatram

Namo aparádzsítam, pratjangíram

Szarva déva namaszkritám szarva devebhja púdzsítám

Szarva devesa paripalitám szarva bhúta graha nigraha karin

Para vidjá csedana karin

Durdántánám szattvánám, dámákám, dustánám, nivaránin

Akálamritju, prasamana kárin

Szarva bandhana, moksana kárin

Szarva dusta duhszvapna, nivaránin

Csaturasítínám, graha szahaszránám, vidhvamszana kárin

Astávimsatínám, naksatránám praszádana kárin

Astánám, mahá gráhánám, vidhvamszana kárin

Szarva satru nivaránín

Ghorám duhszvapnánám csa násánín

Visa saszttra agni udaka, uttáránín

Aparádzsítá ghorá, mahábala csandám,

mahádiptám mahátedzsám mahásvetámdzsválá,

mahábalasríja, pándarávászíni,

árjatará bhrikutím, csed vá vidzsaja,

vadzszra málití, visrutám, padmáksán,

vadzra dzsihva csa málá, csed vá aparádzsitám,  
vadzra dandi visálá, csa sánta,  
vaidéha púdzsitá, szaumí rúpá,  
mahá svetám árjátará mahábala  
aparádzsitá, vadzsra szamkalá,  
csed vá vadzsra kaumári kulamdhári  
vadzra hasztá csa mahá,  
vidjá tathá káncsáná, maliká, kuszumbha ratna,  
csed vá vairocsana, kúta sztosnísá,  
vidzsrimbha, máná csa vadzsra,  
kanaka prabhá, lokaná,  
vadzsratundí csa svetá, csa kamalákxa,  
sasiprabhá itjádi, mudrá ganah  
szarve raksám kurvantu, mamasja

Om, risigana prasasza, tathágatosnísá, szitápatram

Húm bhrúm dzsambhana

Húm bhrúm sztambhana

Húm bhrúm mohana

Húm bhrúm mathana

Húm bhrúm para vidjá szambhaksana kará

Húm bhrúm szarva dustánám, sztambhana kará

Húm bhrúm szarva jaksa ráksasza, gráhánám,

vidhvamszana kará

Húm bhrúm csaturásítínám, graha szahaszránám,

vinásana kará

Húm bhrúm astávimsatínám, naksatránám praszádana kará

Húm bhrúm astánám, mahá gráhánám, vidhvámszáná kará

Raksa raksa mám ●●●

Bhagavan, tathágatosnísá, mahá pratjangíré,

mahá szahaszra bhudzse, szahaszra sírsai,

kótisata szahaszranetre, abhedjá, dzsvalitá,

natanaka mahá vadzsradhara tribhúvana mandala

Om, szvaszti bhávátu mama,  
rádzsa bhájá, csora bhájá, agni bhájá,  
udaka bhájá, visa bhájá, saszsra bhájá,  
paracsakra bhájá, durbhiksa bhájá,  
asani bhájá, akálamritju bhája ● ● ●

Dharanibhúmi, kampa bhájá, ulkápátá bhájá,  
rádzsadanda bhájá, nága bhájá,  
vidjut bhájá, szuparnin bhájá

Déva gráhá, nága gráhá, jaksa gráhá, gandharva gráhá,  
aszura gráhá, garuda gráhá, kimnara gráhá, mahoraga gráhá,  
ráksasza gráhá, préta gráhá, bisácsa gráhá, bhúta gráhá,  
pútana gráhá, katapútana gráhá, kumbhánda gráhá,  
szkanda gráhá, unmáda gráhá, csájá gráhá, apaszmará gráhá,  
dáka dákiní gráhá, revatí gráhá ● ● ●

Odzsá hárínja, garbhá hárínja, dzsátá hárínja, dzsívítá hárínja,  
rudhirá hárínja, vaszá hárínja, mámszá hárínja, medhá hárínja,  
madzsá hárínja, vantá hárínja, asucsjá hárínja, csittá hárínja,  
tesám szarvesám szarva gráhánám ● ● ●

Vidjám csidájámi kíljámi parivrádzsaka kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi dáka dákiní kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi mahá pasupati rudra kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi tattva garuda szaheja kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi mahákála mátrigana kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi kápálika kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi dzsajakara madhukara  
szarvártha szádhana kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi csaturbhaginí kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi bhringi riti nandikésvara  
ganapati szaheja kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi nagna sramana kritám  
Vidjám csidájámi kíljámi arhanta kritám

Vidjám csidájami kílájami vítarága kritám  
Vidjám csidájami kílájami brahmá kritám  
Vidjám csidájami kílájami rudrá kritám  
Vidjám csidájami kílájami nárájana kritám  
Vidjám csidájami kílájami vadzsrapáni guhja kádhipati kritám  
Vidjám csidájami kílájami raksa raksa mám ● ● ●

Bhagavan, szitátapatra, namosztute aszita,  
naraka, prabha szphuta vikás szitátapatreh,  
Dzsvala dzsvala, daka daka, vidaka vidaka,  
dara dara, vidara vidara, csida csida, bhida bhida,  
Húm húm phat phat szváhá

Héhé phat  
Amoghaja phat  
Apratihataja phat  
Varapradájá phat  
Aszura vidáarakaja phat  
Szarva devebhjá phat  
Szarva nágebhjá phat  
Szarva jaksebhjá phat  
Szarva gandharvebhja phat  
Szarva aszurebhja phat  
Szarva garudebhja phat  
Szarva kimnarebhja phat  
Szarva mahoragebhja phat  
Szarva ráksaszebha phat  
Szarva bhútebhjá phat  
Szarva bisacsebhja phat  
Szarva kumbhándebhja phat  
Szarva pútanebhja phat  
Szarva katapútanebhja phat  
Szarva austrakebhja phat  
Szarva durlanghitebhjá phat

Szarva duspreksitebhjá phat  
Szarva dzsvarebhjá phat  
Szarva kritja kármani, kákhordebhja phat  
Szarva apaszamárebhja phat  
Szarva sramanebhja phat  
Szarva tirthikebhja phat  
Szarva unmádebhja phat  
Szarva vidjá ácsárjebhja phat  
Dzsajakara madhukara szarvártha,  
Szádhakebhjo vidja ácsárjebhja phat  
  
Csatur bhaghiníbhja phat  
Vadzsa kaumárí kulamdharí vidjára, dzsebhja phat  
Mahá pratjangirebhjá phat  
Vadzsa szamkalaja pratjangira rádzsája phat  
Mahákálája, mátrigana namaszkritája phat  
  
Indrása phat  
Brahmánása phat  
Rudrása phat  
Visnuása phat  
Vaisnavíje phat  
Bráhmíje phat  
Varáhíje phat  
Agníje phat  
Mahákálíje phat  
Raudríje phat  
Káladandíje phat  
Aindríje phat  
Mátríje phat  
Csámundíje phat  
Kálarátríje phat  
Kápálíje phat  
Adhimuktika, smasána, vásziníje phat

Je kecsid, szattva mama, dustá csittá, pápa csittá,  
raudra csittá, vidvesá csittá, amitra csittá,  
utpáda janti, kíla janti, mantra janti, dzsápanti, csjut hanti

Odzsá hárá, garbhá hárá, rudhirá hárá, mámszá hára,  
medhá hárá, madzsá hárá, vászá hárá, dzsátá hárá,  
dzsívítá hárá, báljá hárá, máljá hárá, gandhá hárá,  
puspá hárá, phalá hárá, szaszjá hárá

Pápa csittá, dusta csittá, raudra csittá

Déva gráhá, nága gráhá, jaksa gráhá, gandharva gráhá,  
aszura gráhá, garuda gráhá, kimnara gráhá, mahoraga gráhá,  
ráksasza gráhá, prétá gráhá, bisácsa gráhá, bhúta gráhá,  
pútana gráhá, katapútana gráhá,  
kumbhánda gráhá, szkanda gráhá,  
unmáda gráhá, csájá gráhá,  
apaszmára gráhá, dáka dákiní gráhá,  
révatí gráhá, dzsámika gráhá,  
sakuni gráhá, mátrinandi gráhá,  
mustika gráhá, kanthapánini gráhá,  
misika mahisaka gráhá, mrigárájá gráhá,  
mátriká gráhá, káminí gráhá,  
mukhamandiká gráhá, lambá gráhá ● ● ●

Dzsvará ekáhiká dvaitíjaká, traitíjaká,  
csáturthaká nitjadzsvará visamadzsvará,  
vátiká, paittiká slaismiká számnipátiká,  
szarva dzsvará sirorti, ardháva, bhédaka, arocsaka

Aksi rogam, mukha rogam, hárdá rogam, ghrána súlam,  
karna súlam, danta súlam, hridaja súlam, marman súlam,  
pársva súlam, pristha súlam, udara súlam, kati súlam,  
vaszti súlam, úru súlam, nakha súlam, haszta súlam,  
páda súlam, szarva anga pratjanga súlam ● ● ●







**szádaráni (dzsinan gvangong)**

hjángszu nájal  
dzsedzsá ganszang  
joggu gongjáng dzsidzsuvan  
szudzsáng gádzsi dzsibjanhvá  
ángjuszámbo tükszá gádzsi

námu sibáng bul  
námu sibáng bap  
námu sibáng szüng (3x)

**murjáng vídak  
dzsádzse kvángmjang szüng mjorjak  
bjan sik dzsinan**

námák szálbádátá ádá bárogidzse  
om számbará számbará hum (3x)

**si gámno szu dzsinan**

námu szoro bája dátá ádája dánjátá  
om szoro szoro bárá szoro bárá szoro szabáhá (3x)

**ildzsá szurjun kván dzsinan**

om bám bám bábám (3x)

**juhe dzsinan**

námu számándá mottánám ●●●●●●●● om bám ● (3x)

*(közösen)*

dzsisim dzsangne gongjáng  
számge doszá szászeng dzsábu  
siá bonszá ●●●●●●●● szakkámoni bul ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse ●●●●●●●● bultájá dzsung ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse ●●●●●●●● talmájá dzsung ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
dedzsi munszu szári boszál  
deheng bohjan boszál  
debi kvánszeüm boszál ●  
devan bondzson dzsidzsáng boszál  
●●●●●●● máhá szál ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
jang szán dáng si szubul bucsok  
sipte dzsedzsa simnjuk szang  
obek szang dokszuszang nedzsi ●  
csanibek dzsede áráhán  
●●●●●●● murjáng dzsábi szang dzsung ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
szagan dong dzsin güpá hedong  
jakde dzsandüng dzsede dzsoszá ●  
csanhá dzsongszá ilcse midzsinszu  
●●●●●●● dzsede szandzsisik ●

dzsisim dzsangne gongjáng  
sibáng számsze dzsemáng csárhe ●  
szángdzsu ilcse  
●●●●●●● szünggájá dzsung ●

juvan mudzsin szám ● bo dedzsa debi  
szucsá gongjáng mjang unga pirjak ●  
vangong bapkje dzse dzsungszeng  
dzsátá ilsi ●●●●●●● szang buldo ●

### **bo kong jáng dzsinan**

om áná számbábá bá árá hum

(3×)

### **bo hve hjáng dzsinan**

om számmará számmará

mimánná szárámáhá

dzsá garábá hum

(3×)

**van szang csi dzsinan**

om ámokká szálbádará szádájá sibe hum (3×)

**bo kval dzsinan**

om horo horo szájá mokke szabáhá (3×)

**bulszal szokdzse kilszáng dháráni**

námo számándá mot dánám

ábáradzsi hádászá szánánám dánjátá

óm kákká káhje káhje hum hum ábára

ábára bárá ábára bárá ábára

dzsittá dzsittá dzsiri dzsiri páttá páttá szandzsiká

sirie szabáhá

**débang kvangbul hváam kjang**

**jongszu boszál jákcsán ge**

námu hvádzsáng szegjehe

biro dzsáná dzsinbapsin

hjangdzse szalbat nózáná

szakkámoni dzsejare

gvága hjandzse mire sze

sibáng ilcse dzsede szang

künbon hvá am dzsanbat rjun

hein számmé szerjak ko

bóhjan bószál dzsede dzsung

dzsipküm gangsin sindzsung sin

dzsokheng sindzsung dorjáng sin

dzsuszang sindzsung dzsudzsi sin

dzsuszán sindzsung dzsurim sin

dzsuják sindzsung dzsugá sin

dzsuhá sindzsung dzsuhe sin

dzsuszu sindzsung dzsuhvá sin

dzsujung sindzsung dzsugong sin

dzsubáng sindzsung dzsujá sin

dzsudzsu sindzsung ászurá  
gárura vang ginnará  
mahurágá jácsáváng  
dzsede jongváng gubándá

gondál báváng valcsandzsá  
ilcsandzsá dzsung doricsan  
jámá csanváng dószol csan  
hvárák csanváng táhvá csan

débam csanváng kvángüm csan  
bjandzsang csanváng kvángvá csan  
dédzsá dzseváng bulgá szal  
bóhjan munszu débószál

baphje gongdak gümgáng dáng  
gümgáng dzsáנגgüp gümgáng hje  
gvángjam dáנגgüp szúmi dáng  
dédak szangmun száridzsá

güjjo bigu he gákdüng  
ubá szedzsáng ubá i  
szandzse dongdzsá dongnám nja  
giszu murjáng bulgá szal

szandzse dongdzsá szandzsi sik  
munszu szári csedzse il  
dagun hé un szandzsü szüng  
migá hetál jaheng dáng

hjuszá bimok guszá szan  
szüngjal bárá dzsá heng nja  
szangjan dzsádzse dzsudong dzsá  
gudzsok ubá mjangdzsi szá

bapbo gjedzsáng jabo án  
mujam dzsokváng dékváng váng  
budong ubá bjanheng ve  
ubará hvá dzsáנגdzsá in

bá sirá szan muszáng szüng  
szádzsá binsin bászu mil  
bisil dzsirá gaszá in  
kvándzsá dzsedzson jadzsang csi

décsan ándzsu dzsudzsi sin  
bászán báján dzsujá sin  
bodak dzsangkváng dzsujá sin  
himok kváncsál dzsungszeng sin

bogu dzsungszeng mjodak sin  
dzsakdzsang ümhe dzsujá sin  
szuho ilcse dzsujá sin  
gébu szuhvá dzsujá sin

dévan dzsangdzsin njakgu ho  
mjodak vanmán gubá nja  
májá buin csandzsu kváng  
bjanu dongdzsá dzsungje gák

hjanszüng gjango hetál dzsáng  
mjoval dzsángdzsá muszüng gun  
csedzsak dzsang bárámun dzsá  
dakszeng dongdzsá judang nja

mirük boszál munszudüng  
bohjan boszál midzsin dzsung  
acsá baphe undzsim ne  
szángszu biro dzsáná bul

ajan hvádzsáng szegje he  
dzsohvá dzsángam débam njun  
sibáng hagong dzsesze gje  
jakbu jasi szángszal bap

jukjuk jukszá güpja szám  
ilsip iril jakbu il  
szedzsu mja am jare száng  
bohjan számme szegje szang

hvádzsáng szegje noszáná  
 jare mjangho szászang dzse  
 kvángmjang gákpum munmjang pum  
 dzsangheng hjanszu szumi dzsang  
 szumi dzsang száng geccsan pum  
 boszál sipdzsu bamheng pum  
 pálsim gongdak mjangbap pum  
 bulszüing jámá csangung pum  
 jámá csangung geccsán pum  
 sipheng pum ja mudzsin dzsáng  
 bulszüing doszol csangung pum  
 doszol csangung geccsán pum  
 siphve hjáנגgü� sipdzsi pum  
 sipdzsang siptong sibir pum  
 ászüing dzsipum jaszu rjáng  
 boszál dzsucsa bulbulszá  
 jare sipsin szánghe pum  
 jare szuho gongdak pum  
 bohjan henggü� jare csul  
 isze gánpum ip bapge  
 sivi sipmán geszong gjang  
 számsip gupum vanmán kjo  
 pungszong csákjang sinszu dzsi  
 csobál simsi bjandzsang gák  
 ándzsa jasi gukto he  
 simjang birócsana bul  
 csál dzsin simnjam gászudzsi  
 dehe dzsungszu gá üm dzsin  
 hagong gárjáng punggáge  
 munüing dzsin szal ●●●●● bulgong dak ●



námu számgje doszá  
szászeng dzsábu siá bonszá szakkámoni bul  
szakkámoni bul  
szakkámoni bul  
szakkámoni bul [...]

*(közben a szertartásvezető:)*

**szakká jare dzsongdzsá simdzsinan**

námu számándá mottánám bák

(3x)

szakkámoni bul  
szakkámoni bul  
szakkámoni bul

csanszáng csanhá mujabul  
sibáng szegje jangmubi  
szegán sojú ádzsin kjan  
ilcse muju ●●●●●●● jabul dzsá ●

## Adományok felajánlása

*(közösen)*

Felajánljuk, amit kaptunk  
A tíz világtáj összes Buddhájának,  
Minden bölcsnek és szentnek  
És a hat világ összes lényének.  
Részeseadjék belőle mindegyik szüksége szerint  
És legyen az adományozó része  
Határtalan, tökéletes erény.

## Szív Szútra (Bánjá simgjang)



Máhá bánjá páramiltá simgjang  
kván dzsádzse boszál  
hengsim bánjá páramiltá si  
dzsogjan o-on gegong do ilcsegoek  
száridzsá szekbul igong gongbul iszek  
szekdzsük sigong gongdzsük siszek  
szuszáng hengsik jagbu jasi  
száridzsá sidzse bapgongszáng  
bulszeng bulmjal bulgu budzsang  
budzsüng bulgám sigo gongdzsung muszek  
muszu szánghengsik muáni biszál sinüi  
muszek szangjáng micsok bap  
muángje nedzsi muüi sik gje  
mumu mjang jak mumu mjangdzsin  
nedzsi munoszá jakmuno szádzsin  
mugo dzsim mjaldo mudzsi jangmudüg  
imu szodükgo bori száltái bánjá páramiltá  
go sim mu gáe mu gáego  
muju gongpo valli dzsando mongszáng  
gugjang jalbán számsze dzse buri bánjá páramiltá  
godük ánjok tárá számmják számbori  
kodzsi bánjá páramiltá  
side sindzsu side mjangdzsu simu szángdzsu  
simu düng düng dzsu  
nüngdzse ilcse go dzsinsil bulho  
goszal bánjá páramiltá dzsu  
csük szaldzsuvál

**ádzse ádzse bárá ádzse**

**bárá szüng ádzse modzsi** ●●●●●●●●●● **szábáhá** ●

(3×)

# **English Texts**

## Prayer and Vow to Practice Seon by Master Na Ong

Every morning and evening we offer incense and candle  
before the Buddha  
We take refuge in the Three Precious Gems  
and bow before them with full dedication.  
May peace prevail over the land and country,  
may war stay far away  
May the whole universe be filled with serenity,  
may the Wheel of the Buddha's Dharma turn continuously.  
Life after life, wherever we are born,  
we make the following vows:  
We will never depart from the Great Transcendental Wisdom  
May we attain the Buddha's heroic spirit  
May we attain Vairochana's great awakening  
May we attain Manjushri's great wisdom  
May we attain Samantabhadra's perfect actions  
May we attain the countless manifestations of Ksitigarbha  
May we attain Avalokiteshvara's expedient  
means to save all beings from suffering.  
Our goal for attaining all these is to manifest them  
in all the Ten Directions of the Universe  
so as to carry over all sentient beings  
to the Realm of Nirvana  
Just by hearing the Bodhisattva's name  
all beings are liberated from the lower three realms  
Just by seeing the Bodhisattva's form  
all beings attain enlightenment

We continue to teach and transform all sentient beings  
in this way through all times  
until the last duality between Buddhas  
and sentient beings finally disappear.  
We hereby invoke all protectors and heavenly beings  
to always protect us and never leave us,  
to conquer all difficulties, no matter how dire the situation is.  
May we successfully accomplish all this  
May the temple be immersed in calm abiding,  
free from grief, anguish and distraction  
May calamities and disasters never visit upon the temple.  
May the earthly and heavenly guardians  
protect the three treasures  
May the Mountain God grace us with his auspicious presence  
May all spirits, whether great or small, reach the Other Shore  
Kalpa after kalpa, let us practice the Bodhisattva Way  
and eventually reach the level of the Buddha

**Maha banya bara mil**

**Namu Sogamuni Bul**

**Namu Sogamuni Bul**

**Namu Shiya Bonsa Sogamuni Bul**

## Heart Sutra

*The Maha Prajna Paramita Hrdaya Sutra*

Avalokitesvara Bodhisattva  
when practicing deeply the Prajna Paramita  
perceives that all five skandhas are empty  
and is saved from all suffering and distress.

Shariputra, form does not differ from emptiness,  
emptiness does not differ from form.  
That which is form is emptiness,  
that which is emptiness form.

The same is true of feelings,  
perceptions, impulses, consciousness.

Shariputra, all dharmas are marked with emptiness;  
they do not appear or disappear,  
are not tainted or pure,  
do not increase or decrease.

Therefore, in emptiness no form, no feelings,  
perceptions, impulses, consciousness.

No eyes, no ears, no nose, no tongue, no body, no mind;  
no color, no sound, no smell, no taste, no touch,  
no object of mind; no realm of eyes  
and so forth until no realm of mind consciousness.

No ignorance and also no extinction of it,  
and so forth until no old age and death  
and also no extinction of them.

No suffering, no origination,  
no stopping, no path, no cognition,  
also no attainment with nothing to attain.

The Bodhisattva depends on Prajna Paramita  
and the mind is no hindrance;  
without any hindrance no fears exist.  
Far apart from every perverted view  
one dwells in Nirvana.

In the three worlds  
all Buddhas depend on Prajna Paramita  
and attain Anuttara Samyak Sambodhi.

Therefore, know that Prajna Paramita  
is the great transcendent mantra  
is the great bright mantra,  
is the utmost mantra,  
is the supreme mantra,  
which is able to relieve all suffering  
and is true, not false.

So proclaim the Prajna Paramita mantra,  
proclaim the mantra which says:

**gate, gate, paragate, parasamgate, bodhi svaha.**

**(3×)**

## **Rice Offering Ceremony**

We offer this food to the Buddhas of the ten directions,  
to all wise people and sages,  
and to all beings throughout the six realms.  
May each one without distinction receive nourishment  
and may the givers of today's offering  
obtain unlimited perfections in virtue.

## **The Four Great Vows**

Sentient beings are numberless; we vow to save them all.  
Delusions are endless; we vow to cut through them all.  
The teachings are infinite; we vow to learn them all.  
The Buddha way is inconceivable; we vow to attain it.



# **Fordítások**

# Hajnali harangének

## Fogadalmunk

Töltse el a világegyetemet e harang hangja  
Fényesítse meg a sötét vas poklát  
Enyhítse a három világ szenvedését  
Törje meg a kardok poklát  
Vezessen minden lényt a megvilágosodásra

Tisztelet a fényes, szeretetteljes, szent nagymesternek  
Vairócsanának, a Fény Buddhájának

Most recitáljuk az aranykönyv kincses versét és  
Kinyitjuk a jáde tengelyes ékszerdobozt  
Minden porszem kölcsönösen átjár minden másikat  
Pillanatról pillanatra mindegyik tökéletes egész  
A százmillió-kilencvenötezer-negyvennyolc szó  
Egyetlen jármű hiánytalan tanítása

Tisztelet a nagyszerű, mindent felölelő Buddhának,  
az Avatamszaka Szútrának

## Első szózat

Ha maradéktalanul meg akarod érteni  
A múlt, a jelen és a jövő összes Buddháját  
Lásd, hogy a világegyetemet  
Pusztán a tudat teremti.

## Íme, a poklot megtörő mantra:

*namu atta sidzsinam*

*szammjak szammotta gucsinam*

*om adzsana baba dzsiri dzsiri hum (3×)*

Fogadjuk, hogy egész életünkben szakadatlanul  
Amitábha Buddhára összpontosítunk,  
A végtelen tér és idő Buddhájára.

Az összes tudat örökké kapcsolatban áll  
ezzel a jáde ragyogással  
Egyetlen gondolat sem távozik ebből az aranyló formából  
Az olvasót tartva, a világegyetemet felfogva  
Az üresség az összefűző szál  
Semmi sincs elválasztva

Lásd és tapasztald a nyugati Amitábha Buddhát  
Válj eggyé a nagy nyugati mesterral  
Az örök élet „éppen ilyen” Buddhájával  
Válj eggyé: végtelen idő, végtelen tér Buddha.

Rezdületlen éjszakán csendben ülve a hegyi templomban  
A mély mozdulatlanság és csönd az eredeti természet  
Akkor miért rázza a nyugati szél az erdőt?  
A téli vadlúd egyetlen kiáltása betölti az eget  
Válj eggyé: végtelen idő, végtelen tér Buddha.

Fennszóval fogadom a világ összes lényével  
Hogy belépek Amitábha fogadalmainak óceánjába  
S örökké az érző lények megmentésén munkálkodom.  
Te és én egyszerre érjük el a Buddha útját  
Válj eggyé: végtelen idő, végtelen tér Buddha.  
Válj eggyé a nyugati tiszta földdel,  
A felülmúlhatatlan boldogság világával.  
A Buddha harminchatmilliárd-  
száztizenkilencezer-ötyszáz neve  
Mind ugyanaz a név.

Nagy szeretet, nagy együttérzés, Amitábha Buddha.

Válj eggyé a nyugati tiszta földdel,  
A felülmúlhatatlan boldogság világával.

E Buddha teste hosszú és széles  
E ragyogó arc határtalan  
Ez az aranyfény mindenre ragyog  
Betöltvén az egész világegyetemet.

Az összes érző lényt megmentő negyvennyolc fogadalom.

Senki sem állíthatja, senki sem tagadhatja  
Senki sem állíthatja, mert Buddha olyan,  
Mint a Gangesz megszámlálhatatlan homokszeme  
Mint minden idők végtelen pillanata,  
Megszámlálhatatlan porszem,  
Megszámlálhatatlan fűszál,  
Számálhatatlan szám.

A Buddha harminchatmilliárd-  
száztizenkilencezer-ötszáz neve  
Mind ugyanaz a név.  
Eredeti tanítónk: nagy szeretet, nagy együttérzés.

Tisztelet az aranyló beérkezett Buddhának, Amitábhának.  
Válj eggyé: végtelen idő, végtelen tér Buddha.

**A fenséges eredeti tudat mantrája:**

*Om ari dara szabaha (3×)*

## Esti harangének

A harang hangját hallva a gondolatok elülnek.  
Bölcsesség növekszik, világosság jön, a pokol hátramarad.

Meghaladjuk a hármas világot.  
Fogadjuk, hogy megvilágosodunk  
és megszabadítunk minden lényt.

Íme, a poklot megtörő mantra:  
*Om gara dzsija szabaha* (3×)

## Tisztelet a Három Legértékesebbnek

Felajánljuk ezt a teát a Három Legértékesebbnek,  
mely édes harmattá változik.

Kívánjuk, hogy minden Buddha fogadja el mély tiszteletünket.  
Kívánjuk, hogy fogadják tiszteletünket együttérzéssel.

Öt füstölőt ajánlunk fel: a fogadalmakét,  
a Dharmáét, bölcsességét, a megszabadulását,  
valamint a megszabadulás bölcs elfogadásáét.

Amint az öt füstölő az oltáron ég,

az örökké tartó Dharma illata emelkedik az oltár fölé.

Mint a napfény, úgy hatja át a Dharma birodalmát.

Felajánljuk e füstölőt a Buddhának, Dharmának és Szangának,  
az idő és a tér végtelenségében.

### **A füstölőfelajánlás mantrája**

*Om ba ara tobija hum (3×)*

Tisztelet a hármass világot tanítójának:

Minden lény szerető atyjának, eredeti tanítónknak,  
Sákjamuni Buddhának.

Tisztelet a Buddhák örök gyülekezetének,

A világ tíz irányában, a múltban, a jelenben és a jövőben.

Megszámlálhatatlanok ők, mint Indra hálójában  
a földek és tengerek.

Tisztelet a minden dharmának,

A világ tíz irányában, a múltban,

a jelenben és a jövőben.

Megszámlálhatatlanok, mint Indra hálójában  
a földek és tengerek.

Tisztelet Mandzsusrínak, a bölcsesség bódhiszattvájának,  
Szamantabhadrának, a nagyszerű tettek bódhiszattvájának,  
Avalókitésvarának, az együttérzés bódhiszattvájának,  
Ksitigarbha bódhiszattvának, a fogadalmak urának.

Tisztelet a számtalan, szeretettel teljes,  
együttérző szanghának.

Különösen azon tanítványokra emlékezünk,  
akik Buddha Urunktól közvetlenül kaptak  
tanítást a Keselyű Sziklán:  
a tíz legfőbb tanítvány, a tizenhat szent,  
az ötszáz arhat valamint az ezerkétszáz arhat.

Tisztelet a nagy pátriárkáknak és tanítóknak,  
akik nyugatról keletre jöttek, akik Koreában partot értek  
s a Dharma lámpását nemzedékekről nemzedékre adták,  
s ugyanígy tiszteljük hagyományunk korszakokon át  
elismert mestereit, számtalan szellemi tanítónkat s barátunkat.

Tisztelet a Szangha örök gyülekezetének,  
A világ tíz irányában, a múltban, a jelenben és a jövőben.  
Megszámlálhatatlanok ők, mint Indra hálójában  
a földek és tengerek.

Szívből kívánjuk, hogy a kimeríthetetlen három legértékesebb  
szeretettel és együttérzéssel fogadja tiszteletünket,  
s szellemileg egy magasabb állapot felé segítsen.  
Legfőbb kívánságunk, hogy a világegyetem minden lényével  
együtt a Buddha útját járjuk.

## Nagy Együttérzés Mantra (*Nilakantha Dhárani*)

Tisztelet a Három Legértékesebbnek!  
Leborulunk a Nagy Együttérző  
Avalókitésvara Bódhizattva Mahaszattva előtt!  
ÓM néked, aki egy lépéssel meghalad minden félelmet!  
Tiszteletadásom eredményeként  
váljak eggyé az Együttérző Szívvel,  
a nemes és csodálatos Avalókitésvarával,  
aki az azúrkék nyakú néven is ismert!  
Ez a jelenségek maradéktalan beteljesedése,  
tisztaság és győzelem, amely megtisztítja a létezés útját.

ÓM a látónak, a világot meghaladónak!  
Éljen a nagyszerű Mahabódhizattva!  
Mindenség, mindenség!  
Tisztátalan, tisztátalan!  
Föld, föld!  
Ilyen a szív: tedd, tedd a dolgod!  
Tarts ki, tarts ki!  
Nagyszerű és győzedelmes.  
Tovább, tovább! Együtt tovább.  
Indrához, a teremtőhöz: Add meg, ó add meg a  
romolhatatlanság pecsétjét!

Jöjj, Jöjj! Hallgasd, hallgasd!  
Öröm árad el bennem. Szólj, szólj! Mutass irányt!  
Előre, előre, legyen a virágfüzér teljes, teljes!  
A lényeghez, a lényeghez,  
egyenesen, egyenesen, bátran, bátran!  
Ébredj, ébredj! Ébredés, Ébredés!  
Ó, kegyelemtől áradó, azúrkék nyakú!



Köszöntés a bátraknak és boldogoknak!  
Köszöntés a beteljesülőnek!  
Köszöntés nagyszerűnek!  
Köszöntés a gyakorlat teljes megvalósítójának!  
Köszöntés az azúrkék nyakúnak!  
Köszöntés a medvearcúnak!  
Köszöntés az oroszlánfejűnek!  
Köszöntés a jogart kezében tartónak!  
Köszöntés a kereket forgatónak!  
Köszöntés a lótuszt tenyerében tartónak!  
Köszöntés az azúrkék nyakú, messzire hatónak!  
Köszöntés menedékünknek,  
jelen ige által körünkbe hívott jótevőnknek!

Tisztelet a Három Legértékesebbnek!  
Tisztelet Avalókitésvarának!  
Tisztelet mindennek!  
Legyen hatása ennek az imának!  
Tisztelet ennek a mantrának!

## Ezer Szem és Kéz Szútra

Itt kezdődik az Ezer Szem és Kéz Szútra.

**Mantra, mely megtisztítja a száj által teremtett összes rossz karmát**

*Szuri szuri máhászuri szuszuri szábáhá (3×)*

**Mantra, mely megnyugtatja az öt irány isteneit**

*Namu szamanda mot danam om doro doro dzsimi szabaha (3×)*

**A Szútra nyitóéneke**

A Buddha legfelsőbb, legmélyebb és legcsodálatosabb tanát  
Milliónyi kalpa alatt sem könnyű fellelni.  
Most, hogy láttam, hallottam s befogadtam,  
Fogadom, hogy megtapasztalom igazi értelmét.

**Nyitómantra**

*Om áránám árádá (3×)*

Kérem Avalókitésvara Bódhiszattvát,  
ki ezer szemével és kezével  
Megszabadítja e világot, hogy bocsássa rendelkezésünkre  
A mindent felölelő, tökéletes és együttérző dháranit.  
Leborulok Avalókitésvara Bódhiszattva előtt,  
Aki hatalmas erőt hordoz és kecses külsőt mutat  
Aki ezer karjának mindegyikével e világot védi  
Aki ezer szemének fényével e világ minden sarkát látja.  
Avalókitésvara Bódhiszattva megfellebezhetetlen  
beszéde Titkos tanításokat ad.  
Szünet nélkül mutatja az üres és együttérző tudatot.

Avalókitésvara gyorsan teljesíti kívánságainkat  
És maradéktalanul eltöröl minden rossz karmát.

Míg a menny, a sárkány és a szentéletű lények  
Együttérzően oltalmaznak minket,  
Elérjük a legmagasabb rendű felébredést.  
Az újonnan elért test lesz a fényes lobogó.

Az újonnan elért tudat lesz a csoda.  
Új testtel és új tudattal megszabadulunk minden földi portól,  
és átszeljük a szenvedés tengerét,  
hogy elérjük azt, ami célhoz vezet,  
Mely a megvilágosodás kapujához visz.

Emlékezetembe vésem ezen éneket, ezáltal  
Befogadom a Bódhiszattvát.  
Így minden kívánságom teljesül.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
megtanulom az igaz tanítás minden darabját.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
kinyitom a bölcsesség szemét.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb megszabadítom e világot.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
elérem azt, ami a célhoz vezet.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
feljutok a bölcsesség hajójának fedélzetére.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
átszelem ma szenvedés óceánját.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb  
rátérek a fogadalmak által mutatott ösvényre.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb elérem a Nirvánát.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban,  
hogy vezetése által mihamarabb elérem az üresség házát.

Hűségesen bízom Kvan Szeum Bószálban, hogy vezetése  
által mihamarabb elérem a Buddha-állapotot.

Ha a kardok poklába jutok, a kardok maguktól eltörnek.  
Ha a bugyogva forró fém poklába jutok, az magától felszárad.  
Ha a végtelen szenvedés poklába jutok, az magától összeomlik.  
Ha az éhező démonok világába jutok,  
    a szörnyek étvágya magától megenyhül.  
Ha a haragvó démonok világába jutok,  
    a szörnyek megadják magukat.  
Ha az állatok világába jutok,  
    ők maguktól elérik a nagy felébredést.

Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Kvan Szeum Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, De Szedzsi Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Csonszu Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Joirjun Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Derjun Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Kvan Dzsadzse Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Csungcsi Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Manvol Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Szuvol Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Gundari Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Sipilmjun Bószált  
Befogadom a nagyszerű Bódhiszattvát, Dzsede Bószált  
Befogadom eredeti tanítónkat, Amitábhát,  
    a mindenek előtti Buddhát.

*Sinmjo csáנגgu de dáráni námorá dáná dárá jájá...*

### **A négy irányt dicsérő ének**

Először: Eltöröljük a téves nézeteket keleten,  
    így megformáljuk a Bódhi-mandalát

Másodszor: eltöröljük a gyötrelmet délen,  
    így elérjük a frissességet.

Harmadszor: felszámoljuk a vágyakat nyugaton,  
    így elérjük a tiszta földet.

Negyedszer: eltöröljük a bujaságot északon,  
    így elérjük az örökké tartó nyugalmat.

## **A Bódhi-mandalát dicsérő ének**

Most, hogy a Bódhi-mandala minden részementes a portól,  
A három legértékesebb és az ég sárkánya leszáll reá.  
Mivel már birtokomban van és szüntelenül ismétlem  
A csodálatos mantrát, a nagy együttérzés oltalmaz engem.

## **A megbánás rítusa**

Szívem legmélyéből bánom bűneimet,  
    legyenek nagyok vagy elenyészők,  
Melyeket kezdetlen idők óta követek el, melyeket a test,  
    a beszéd és az akarat vágyai hoztak létre és vittek véghez.  
A megbánás tizenkét sora és tizenkét Bódhiszattva neve:

*Námu csámdzse apcsáng boszüng dzsángbul...*

Bánom, hogy érző lényeket öltem.  
Bánom, hogy loptam.  
Bánom, hogy házasságtörést követtem el.  
Bánom, hogy hazudtam.  
Bánom, hogy elidegenítő megjegyzéseket tettem.  
Bánom, hogy rosszindulatból szóltam.  
Bánom, hogy a nemiség kielésére vágytam.  
Bánom, hogy haragra gyúltam.  
Bánom, hogy bolond módra viselkedtem.

Milliónyi kalpák alatt felgyülemlett összes karmánk  
    egyetlen gondolat által vész el, mint a száraz bokor,  
    mely kigyullad és nyom nélkül elég.

Karmánknak nincs öntermészete, csakis tudatunk teremti.  
Ha a tudat eltűnik, karmánk vele együtt semmisül meg.  
A megbánás egyedüli útja az üresség elérése:  
Engedjük tudatunkat és karmánkat eltűnni.

## **A megbánás mantrája**

*Om szálbá motcsá modzsi szádájá szábáhá (3×)*

Ha tiszta tudattal megismétled a kegyes Dzsundzse  
    Bódhiszattva cselekedeteit,

Semmilyen nehézség sem merül fel, és akár Buddhaként  
szüless újra a mennyekben, akár emberként,  
mindig részed lesz a Buddhák jó sorsában.

Befogadom a mágikus erejű, nagyszerű Bódhiszattvát,  
Dzsundzse Boszal-t, aki hétmilliárd Buddha szülője.

### **A formavilág megtisztításának mantrája**

*Om nám (3×)*

### **Az önvédelem mantrája**

*Om csirim (3×)*

### **A hatszótagú mantra, mely megjeleníti**

### **Kvan Szeum Boszal misztikus, eredeti tudatát**

*om mani panme hum (3×)*

### **Dzsundzse Bódhiszattva mantrája**

*namu szadanam szamjak szammotta gucsinam danjata*

*om dzsare dzsure dzsundzse szabaha burim (3×)*

Most, midőn befogadom, hogy teljes hittel éneklek  
a nagy Dzsundzse Mantrát, s hogy megtartom  
a nagyszerű Bódhi tudatot,

Bizonyos vagyok abban, hogy iránymutatást kapok

A bölcsesség és elmélyedés gyakorlásához,

Meglátom a fényességet,

Jótekonyság és kegyes cselekedeteket hajtok végre,

Győzedelmes sorsot érek el, és

E világ népeivel együtt elérem a Buddha-állapotot.

### **A Tíz Nagy Fogadalom**

Messze elkerülöm a három gonosz utat.

Azonnal elvágom a vágyakozást, a haragot

és a téves nézeteket.

Mindig a Buddhára, a Dharmára és a Szanghára hallgatok.

Szorgalmasan gyakorlom a fogadalmakat,

a meditációt és a felismerést.

Állandóan művelem Buddha tanítását.

Soha nem mondok le a megvilágosodott tudatról.

Mindig előnyös feltételek közé születek újra.  
Gyorsan meglátom a Buddha természetet.  
Áthatom magammal az egész világegyetemet.  
Szabad akaratomból mentek meg minden lényt.

### **A Négy Fogadalom**

A szenvedő lények számtalanok,  
fogadom, hogy mindnek segítségére leszek.  
A szenvedélyek kötelékei sokfélék,  
fogadom hogy mindtől megszabadulok.  
A tanítások sokrétűek, fogadom, hogy mindet megismerem.  
Az Út a teljesség elérése, fogadom, hogy végigjárom.

### **A Három Legértékesebb befogadása**

Befogadom a Buddhát,  
aki a tíz világtáj mindegyikében jelen van.  
Befogadom a Dharmát,  
amely a tíz világtáj mindegyikében jelen van.  
Befogadom a Szanghát,  
amely a tíz világtáj mindegyikében jelen van.

### **A gondolatok, beszéd és cselekedetek megtisztításának mantrája**

*om szábá bábá szudá szálbá dárma szábá bábá szudohám (3×)*

### **A fensőbb világokat megnyitó mantra**

*om bá árá náró dákádájá számájá bárábe szájáhúm (3×)*

### **A tudat előkészítésének mantrája**

*om nándá nándá nádzsi nádzsi nándábári szábáhá (3×)*

### **A világ megtisztításának mantrája**

A fehéren sugárzó üresség olyan,  
mint a bölcsesség füzére a fejen.  
Ez a mantra olyan, mint a Dharma,  
mely megtisztít mérhetetlen szenvedésünktől.  
Ha a szenvedés mélységével találkozol,  
tartsd meg ezt a mantrát.  
*námu számándá motdánám nám (3×)*

## **Shurangama Mantra** *(Pratjangíram Dhárani)*

- A világok által tisztelt tündöklő áradatban bocsátotta ki  
fényének sugarát fejének dús koronájából,  
így jelent meg az ezerszirmú lótusz.
- A Beérkezett átalakult formája ült a fejkoronán megnyílt,  
díszes lótusz közepén, ezernyi ragyogó  
fényugarat bocsátva ki minden irányba.
- Minden fényugár oly számos formát mutatott meg,  
mint a Gangesz homokszemei. A drágakövel  
a kezükben a Vadzsrápánik világot gyújtottak  
a hegyoldalon, megjelenve mindenhol a tér  
csarnokában, csodálattal töltve el a gyülekezet  
minden tagját.
- A jelenlévők levetették minden vágyukat és félelmüket,  
és a Buddha együttérző segítségét kérték. Teljes  
odaadással hallgatták a Tathágotát, aki a Buddha már  
bezárult koronája tetejéről jelentette ki az alábbiakat.
- A Legyőzhetetlen összes alakváltozatának megidézése:  
Tisztelet minden Buddhának és Bódhiszattvának!  
Tisztelet a Hét Tökéletesen Megvilágosodott Buddhának,  
valamint megszámálhatatlan tanítványuknak!  
Tisztelet a tökéletesen megtisztultaknak!  
Tisztelet a tudatfolyamba lépetteknek!  
Tisztelet a már csak egyszer születőknek!  
Tisztelet a már nem születőknek!  
Tisztelet a teljes megvalósítást elért lénynek,  
aki helyes cselekedekkel él!  
Tisztelet a Három Legértékesebbnek!



Tisztelet a magasztos Úrnak, aki mennyei seregei élén  
győzedelmesen jár, a Beérkezettnek, a megtisztultnak,  
a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Amitábhának, a végtelen fény  
Buddhájának, a Beérkezettnek, a megtisztultnak,  
a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Aksóbjának, a mozdulatlan  
Buddhának, a Beérkezettnek, a megtisztultnak,  
a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Baisadzsjia Úrnak, a romolhatatlan  
azúr ékkő gyógyító urának, a Beérkezettnek,  
a megtisztultnak, a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Szálendrának, a friss rügyek teljes  
pompájában ragyogó szálafák urának, a Beérkezettnek,  
a megtisztultnak, a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Sákjamuni Buddhának,  
a Beérkezettnek, a megtisztultnak, a teljesen  
megvilágosodottnak!

Tisztelet a magasztos Ratnakuszumának, a sugárzó  
drágakő urának, a Beérkezettnek, a megtisztultnak,  
a teljesen megvilágosodottnak!

Tisztelet a Beérkezettek magasztos családjának!

Tisztelet a Lótuszok magasztos virágainak!

Tisztelet a Vadzsra gyémántok magasztos  
gyűjteményének!

Tisztelet a legbecsesebb ékkőnek!

Tisztelet a Nemes Nyolcrétű Ösvény cselekedeteinek!

Tisztelet a bölcseknek és szenteknek,  
akik az istenségek között élnek!

Tisztelet ezen tiszta és fényes Dharma megőrzőinek!

Tisztelet a bölcseknek és szenteknek,  
akik makulátlanul megőrzik ezt a Tant,  
és azoknak, akik elősegítik a megszólaltatását!

Tisztelet Brahmának, aki mindenki szívének vágya!

Tisztelet Indrának, aki a gyakorlás akarateréje!

Tisztelet a magasztos Rudrának, a haragosnak és  
megtisztítónak, aki az igazi békét hozó Uma társa!

Tisztelet Nárájának, aki védelmezőivel együtt  
az öt nemes kéztartás hordozója!

Tisztelet az Imádottnak!

Tisztelet Mahákálának a sötétség birodalmában,  
aki menekülésre kényszerítette az öntelt félisteneket  
háromszoros fallal védett városukból;  
az eltökéltnek, aki Mennyei Anyák társaságában él  
a halottégetők földjén!

Tisztelettel borulunk le mindnyájatok előtt,  
akik a nagyszerű Tathágata feje fölött emelkedő  
fény csarnokában vagytok, mint a Legyőzhetetlen  
alakváltozatai. Szeretve tisztel és óv titeket  
minden mennyei lény.

Kérjük, hogy hántsátok le rólunk az ördögi  
körmönfonságok és belefeledkezések tömegét!

Tudassátok velünk azt, amit szükséges tudnunk!

Uralkodjatok azokon, akik a szenvedést hosszabbítanák!

Védjete meg a gonosztól!

Tartsátok távol a korai halált!

Szabadítsatok meg összes béklyónktól!

Védjete meg mindentől, ami nehezen uralható,  
és az összes lidérces álomtól!

Szabadítsatok meg a nyolcvannégyezer-féle hívságtól!

Tisztítsátok meg eredeti természetünk lakhelyét,  
a Hold huszonnyolc házát!  
Szabadítsatok meg a nyolcféle széteséstől:  
nyereség és veszteség, híresség és hírhedtség,  
felmagasztalás és gyalázat, öröm és bánat!  
Védjétek meg minden ellenségtől!  
Lebbentsétek fel a titkok fátylát, foszlassátok szét  
a gonosz látomásokat!  
Hárítsátok el irányunkból a mérget, kardot, tűzvészt  
és árvizet!  
Hozzád szólunk, a legyőzhetetlen családjának félelmetes  
tagja, a nagyszerű Adítja, akinek fenséges fénye  
ragyog, mint a nap, eltörölve minden sötétséget.  
Hozzád szólunk, tiszta fehér fény vakító kiáradása,  
Te fenséges fehér öltözetű; ragyogó lótuszban időző,  
nemes szabadító, aki az együttérzés könnyeiből születél.  
Hozzád szólunk, Bhrikuti, az összevont szemöldökű  
haragvóhoz, aki az együttérzés szigorából eredtél.  
Hozzád szólunk, győzedelmes Vadzsramriti,  
az elpusztíthatatlanhoz, aki kristálytiszta,  
mint az édes harmat.  
Hozzád szólunk, virágkoszorús gyémánt ajkú,  
aki a meditáció módjainak tanításáról híres.  
Hozzád szólunk, a legyőzhetetlen Vadzsra jogar  
hordozójához, aki makulátlan és mentes a szennyező  
szenvedélyektől, aki mennyei lények tiszteletében áll.  
Hozzád szólunk, Avalókitésvara, Nagy Fehér Lény,  
aki egy virág formájában jelent meg.

Hozzád szólunk, aki Vadzsra láncsal köt meg minden gonoszt, aki erőben rögtön a nemes Avalókitésvara után következik, együtt a családok fenntartóival, a Vadzsra szolgálólányokkal.

Hozzád szólunk, aranyfüzérrel ékes, akinek hatalmas tudása olyan, mint a tenyereden tartott gyémánt, a vörös sáfrányban élő ékkő, Vairócsana, akinek cselekedeteiből a fejtető koronája keletkezik.

Hozzád szólunk, Lókáná, rügyező virágfüzérékkel ékes, Bölcs Mennyei Anya, hozzád, akinek Vadzsra fénye aranyként ragyog, hozzád, aki elnyeli a gyűlölet kígyóját, mint a gyémánt csőrű Garuda, a vakító fehéren fénylő, kinek szeme teliholdként fénylik és a lótuszrügyhöz hasonlatos.

Mivel így szóltunk, valamennyiőtök védelmezzen minket számtalan módon!

ÓM a Beérkezett koronájához, melyet a szentek gyülekezete tisztel!

Legyen teljes a béklyók szétzúzása!

Legyen teljes a gonosz megfékezése!

Legyen teljes a fény kiáradása!

Legyen teljes a csüggedt tudat felrázása!

Legyen teljes a szükséges tudás ránk hagyományozása!

Legyen teljes a gonoszság és megátalkodottság megállítása!

Legyen teljes az éjjel és nappal kísértő démoni hatások felszámolása!

Legyen teljes a nyolcvannégyezer-féle hívságtól való megszabadulás!

Legyen teljes eredeti természetünk lakhelyének, a Hold huszonnyolc házának megtisztítása!

Legyen teljes a nyolcféle széteséstől való védettség!  
Óvjakok minket, fohászunk, óvjakok minket!

Hozzád szólunk, nagyszerű Vadzsradhára,  
aki a Beérkezett koronáján változol át ezerfejú,  
ezerszemű és ezerkezű, legyőzhetetlen lényé,  
kinek kiáradó fénye átjárja a három világ mandaláját.

ÓM, fohászunk, segíts visszatérni  
Eredeti Természetünkhöz!

Tudatosságom tisztítson meg  
az uralkodóktól és más elnyomóktól való félelemtől,  
a tolvajoktól és más károkozóktól való félelemtől,  
a tűztől és más, porrá elégető dolgoktól való félelemtől,  
az árvízről és más fullasztó, elnyelő dolgoktól való félelemtől,  
a mérgezésről és más, romlásba vivő dologtól való félelemtől,  
a fegyvertől és más, életemet kioltó vagy megcsonkító  
dologtól való félelemtől,  
az ellenséges seregektől és más támadóktól való félelemtől,  
az éhínségtől és szükségtől, valamint a bármi egyéb,  
éhezést és elszegényedést okozó dologtól való félelemtől,  
a villámlástól és bármely hirtelen, váratlan csapástól való  
félelemtől,  
a korai haláltól való félelemtől,  
a földrengéstől, és bármely, a talajt alólam kirántó dologtól  
való félelemtől,  
a lezuhanó meteoroktól és az égből hulló bármely  
veszélytől való félelemtől,  
az uralkodó ítéletétől és bármely más fájdalmat okozó,  
büntetést hozó dologtól való félelemtől,  
a kígyóktól és sárkányoktól, valamint bármely szorító,  
fojtó haláltól való félelemtől,

a viharoktól és bármely rázmúduló dologtól való félelemtől,  
a keselyűktől és sasoktól, valamint bármely engem felfaló  
lénytől való félelemtől,

Tudatosságom tisztítson meg  
a szélhámos és arrogáns imposztorok kötelékeitől,  
az éjszakában orvul járók kötelékeitől,  
az éhes szellemek kötelékeitől,  
a kétségbeesés démonainak kötelékeitől,  
a csalás és zavar démonainak kötelékeitől,  
a nemi vágyat ébresztő, csodálatosnak tetsző dolgok  
kötelékeitől,  
a nyugtalanság és düh démonainak kötelékeitől,  
a hanyagság és nemtörődömség démonainak kötelékeitől,  
Szkandának, a perlekedés és járvány urának kötelékeitől,  
az izgágaság és rángatózás démonainak kötelékeitől,  
a mérgezett bódulat és dühöngő vágy démonainak  
kötelékeitől,  
az árnyak és rémálmok kötelékeitől,  
Révatinak kötelékeitől, aki a jogtalanságban, sértésben,  
túlkapásban és durvaságban leli kedvét.

Tudatosságom tisztítson meg  
attól, ami megfosztana a szellemi út iránti szándék  
felébresztésétől,  
attól, ami megfosztana a Gyermektől, míg ő  
a köldök alatti középpontban fejlődik,  
attól, ami megfosztana ettől az újszülött Gyermektől,  
attól, ami megfosztana az életerőtől,  
attól, ami megfosztana a véremtől,  
attól, ami megfosztana a lélegzetemtől,  
attól, ami megfosztana a bőrömtől,  
attól, ami megfosztana a húsomtól,

attól, ami megfosztana a velómtól,  
attól, ami megfosztana az öklendéstől,  
attól, ami megfosztana a kiválasztott nedveimtől,  
attól, ami megfosztana a tudatomtól.

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
az otthontalan, kolduló szerzetesekről!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
az igazságot feltáró démonokról!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg Rudráról, a  
viharként dühöngő Tisztítóról!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
az igaz Garudáról, aki elnyeli a gyűlölet kígyóját!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
Mahákáláról

és az őt körülvevő Mennyei Anyákról!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg Kápálikáról,  
akinek koponyája a koldulócsészénk!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
azokról, akik győzelemre vezetnek, felajánlják  
a Mennyei Nektárt, és megadják az eszközöket  
mindahhoz, amit meg kell tenni!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
a Négy Mennyei Nővérrel, a földöntúli erényről,  
mely a jelenségvilágon túl lakozik!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg Bringíritiről,  
a győzelem hordozójáról, Nandikésváráról,  
az öröm hírnökéről, és Gánápatiról, az ösvény  
megtisztítójáról!

Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
azokról, akik minden kötöttségtől és béklyótól szabadok!  
Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg az  
Arahatokról, a teljesen megtisztultakról!  
Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg a  
szerzetesek kiemelkedő és nagyszerű gyülekezetéről!  
Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
Vadzsrapániról, minden Beérkezett tudati lényegéről,  
akinek kezében az ékkő!  
Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg Brahmáról,  
Rudráról és Nárájánáról!  
Tisztuljak meg azáltal, hogy nem feledkezem meg  
Gújakádipátiról, a gújakák láthatatlan uráról, akik a  
Legbecsesebb őrzői!  
Védelmezzetek, kérlek, védelmezzetek!  
Ó, Magasztos, a koronából áradó fehér fénynek  
szentelem magam, mely fekete tövéből  
sugárzóan fakad, és lótuszvirágként nyílik ki!  
Ragyogj, ragyogj!  
Égess el minden szenvedélyt!  
Égess el minden szennyeződést!  
Szakítsd szét kötelékeinket!  
Hasítsd szét béklyóinkat!  
Hárítsd el akadályainkat!  
Kösd meg a gonoszt!  
Legyen, legyen: béke, béke!  
Tisztelet mindennek!  
Örömteli nevetéssel kiáltjuk: békét!  
A hűségéhez: békét!



Az elpusztíthatatlanhoz: békét!  
A képességek letéteményeséhez: békét!  
A harcos félisteneket megfutamítóhoz: békét!  
Minden mennyei lényhez: békét!  
A kígyótestet felvett bölcsekhez: békét!  
A szélhámosság és csalás imposztoraihoz: békét!  
Az éjszakában orvul járókhoz: békét!  
A gyűlölködőkhöz és szenvedést okozókhöz: békét!  
A mennyek kapuját ostromolni vágyókhöz: békét!  
A gyakorlattól énekkel eltérítőkhöz: békét!  
A gyakorlattól zenével eltérítőkhöz: békét!  
A gyakorlattól tánccal eltérítőkhöz: békét!  
A csalással élőkhöz: békét!  
A tehetetlenségbe taszítókhöz: békét!  
A nemiség csodálatát felkeltőkhöz: békét!  
A dolgokat felkavarókhöz: békét!  
A hanyagságra és nemtörődömségre sarkallókhöz: békét!  
A fogadalmat megtörőkhöz: békét!  
A nehezen láthatóhoz: békét!  
A gyászoshoz és fájdalmashoz: békét!  
A nyugtalanságot keltőkhöz: békét!  
A figyelmes, de a Buddha útját kerülő lényekhez: békét!  
A sokféle tévúton járókhoz: békét!  
A mérgező bódulatokhoz: békét!  
A spirituális tudás tanítóhoz: békét!  
Azokhoz, akik győzelemre vezetnek, felajánlják  
    a Mennyei Nektárt, és megadják az eszközöket  
    mindahhoz, amit meg kell tenni: békét!  
A Négy Mennyei Nővérhez: békét!  
A Vadzsra szolgálólányokhoz, a családok fenntartóihoz  
    és a tudás uraihoz: békét!

Az átalakulások nagyszerű testéhez: békét!  
Az átalakulások jóindulatú urához,  
    Vadzsrasankarához: békét!  
Mahákálához és az őt kísérő Mennyei Anyákhoz: békét!  
Az imádotthoz: békét!  
Indrához, a félistenekkel harcoló Úrhoz: békét!  
A Szent Tudás hordozójához: békét!  
Rudrához, a dühöngőhöz: békét!  
Visnuhoz, minden jelenség megörökítőjéhez: békét!  
Brahmához, minden jelenség teremtőjéhez: békét!  
Ahhoz, aki ellenáll: békét!  
Agnihoz, a bölcsesség tüzéhez, mely eléget  
    minden szenvedélyt és téves nézetet: békét!  
Mahákálihoz, a sötét birodalmak úrnőjéhez: békét!  
Raudríhoz, aki Rudra dühének nyomában jár  
    önkényel és brutalitással: békét!  
Káládándihoz, aki a halál kaszáját suhintja: békét!  
Aindríhez, aki Indrát követi, mint erőszak  
    a háborús szándékot: békét!  
A bölcsességhez, a Mennyei Anyához: békét!  
Csámundihoz, az ígélet szövőjéhez és feloldójához: békét!  
Kálárátrihoz, aki a halál sötét éjszakáját hozza: békét!  
Kápálíhoz, aki koponyák nyakláncát viseli: békét!  
Az eltökélthez, aki a temető földjén lakik: békét!  
Ha bármely érző lény tudata romlott és rosszindulatú lenne,  
Vagy gonosz, dühöngő, brutális, ellenséges  
    és barátságtalan lenne,  
Idézzék föl ezt a szózatot, és tisztuljanak meg általa,  
    hangoztassák akár fennszóval, imádkozzanak  
    akár suttogva, vagy olvassák akár csendben.

Nehogy megfosztassunk az igazság első élményétől,  
A köldök alatt fejlődő Gyermektől,  
Nehogy megfosztassék ő a vérétől,  
Nehogy megfosztassék ő a bőrétől,  
Nehogy megfosztassék ő a húsától,  
Nehogy megfosztassék ő a csontvelejétől,  
Nehogy megfosztassék ő a születésétől,  
Nehogy megfosztassék ő az életerejétől,  
Nehogy megfosztassék ő a tehetségétől,  
Nehogy megfosztassék ő az ártatlanságától,  
Nehogy megfosztassék ő az elméje fényétől,  
Nehogy megfosztassék ő a kivirágzástól,  
Nehogy megfosztassék ő a gyümölcsözéstől,  
Nehogy megfosztassék ő a termés betakarításától.

Ha bármely érző lény tudata romlott és rosszindulatú lenne  
Mert szövetségre lépett egy testetlen lénnel,  
Vagy egy kígyótestben lakozó bölccsel,  
Vagy a szélhámosság és csalás imposztorával,  
Vagy az éjszakában orvul járóval,  
Vagy egy taszító és hatalomra éhessel,  
Vagy egy gyűlölettel teli bosszúállóval,  
Vagy bármivel, amely a halláson keresztül térít el a gyakorlattól,  
Vagy bármivel, amely a látáson keresztül térít el a gyakorlattól,  
Vagy egy éhes szellemmel,  
Vagy a csüggedés démonával,  
Vagy a csalás és zavar kiötlőjével,  
Vagy a nyugtalanság keltőjével,  
Vagy a hanyaggal és nemtörődömmel,

Vagy a nemiség csodálatát felébresztővel,  
Vagy Szkandával, a perlekedés és járvány urával,  
Vagy a mérgezettséggel,  
Vagy a rémálmokkal és árnyakkal,  
Vagy a hányingert, nyugtalanságot és rohamokat hozóval,  
Vagy az életerőnket elszívóval,  
Vagy a durvaságban kedvüket lelővel,  
Vagy a kapzsiságból könyörgőkkel,  
Vagy a jóslatot jelentő madarakkal,  
Vagy a különös jelek fölött örvendezőkkel,  
Vagy képmutatókkal és gazemberekkel,  
Vagy a fojtogatás útján kényszerítőkkal,  
  
Vagy ha vannak, akik lázban égnek, egynaposban,  
    kétnaposban, három vagy négynaposban,  
    állandó vagy váltólázban,  
Vagy ingerlékenyek, zsémbesek, kötekedők,  
    hirtelenharagúak, vagy búskomorak  
Vagy a teljes összeomlás szélén vannak,  
Vagy a lázas fejfájás bármiféle formájától szenvednek,  
Vagy mozgásképtelenek,  
Vagy undorodnak a megemésztetlen dolgok miatt,  
Vagy megromlott látástól szenvednek,  
Vagy szájfertőzéstől szenvednek,  
Vagy szívbajtól szenvednek,  
Vagy hasogat a fülük, fáj a foguk, ég a gyomruk,  
    létfontosságú szervükben van baj,  
    fájnak az ízületeik, fáj a mellkasuk, fáj a gyomruk,  
    idegesek, bénulás fogta el őket, vese vagy epekövük  
    van, comb vagy csípőfájdalmaik vannak,  
    kezük, lábuk vagy testük bármely pontja fáj,

Vagy olyan láztól szenvednek, melyet egy zavart keltő  
és eltemetett dolgokat nyugodni nem hagyó démon  
hozott rájuk,

Vagy a keményedő bőr tyúkszemétől,  
vagy a bőr alá búvó kórtól szenvednek, és viszketnek,  
gennyesednek, véreznek, kiütések, tályogok  
vagy hólyagok lepik el, gyűrűsférgesek szállják meg,  
vagy rothadást hozó vérbaj vagy lepra támadja meg,

Vagy állandó hányinger uralja őket,

Vagy a szenvedélyek tüzeiben égnek,

Vagy tűzvész, valamint árvíz által balesetet szenvednek,

Vagy mérgező rovarcsípés, skorpiócsípés, kígyómarás,  
oroszlán, tigris, medve vagy sakálharapás  
következtében korai halált halnak,

Ó, Mára, a halál ura fölötti győztesek, kik a fehér fény  
csarnokában az Alakváltozatok vagytok,  
mely a Magasztos Gyémántkoronájából árad a messzeségbe  
minden irányban,

Segítsetek megzabolázni ezeket  
a kötődéseket gyöngéd kedvességgel és barátsággal!

Segítsetek megzabolázni őket  
a világegyetem mind a tíz irányában!

Segítsetek megzabolázni őket  
a cselekvéshez szükséges tudás teljességével!

Segítsetek megzabolázni őket méltósággal és teljes fényvel!

Segítsetek megzabolázni őket saját kezemmel!

Segítsetek megzabolázni őket lábaim erejével!

Segítsetek megzabolázni őket  
teljes testem minden részével és egészével!

Így fohászokodom:

ÓM néked, édes harmat lángja, áradj ki teljes  
ragyogásodban és tisztaságodban, világítsd meg  
a hozzáértést és gyöngédséget!

Ó, Vadzsrápáni, te hős, aki a gyémánt bölcsességet tartod  
a kezében, zabolázd meg mindazt,  
ami béklyóba kötne minket!

Békét!

Legyen teljes a béke!

Tisztelet mindennek!

Tisztelet a Beérkezettnek, az önvalóját elérőnek,  
a teljességgel megtisztultnak, a tökéletesen  
megvilágosodottnak, aki maradéktalanul  
megvalósította a meghaladó bölcsességet,  
mennyei Anyánk ösvényét!

Tisztelet mindennek!

# **Templomi szabályok**

## I. A Bódhi-tudat megőrzéséről

Először szilárdan el kell határoznod, hogy eléred a megvilágosodást és megsegítesz minden lényt. Már felvetted az öt, vagy a tíz fogalmat. Tudd, mikor tartod meg és mikor szeged meg őket, mikor nyitottak és mikor zártak. Engedd el kis énedet és válj igazi éneddé.

*Az eredeti természetben  
nincs ez és az.  
A Nagy Kerek Tükör  
nem ismer vonzót és taszítót.*

## II. A tudatosságról

Ne ragaszkodj a véleményeidhez. Ne vitasd magánnézeteidet másokkal.

Ragaszkodni és védeni véleményeidet gyakorlatod lerombolását jelenti.

Tedd félre vélekedéseidet! Ez az igazi buddhizmus.

Ne menj oda, ahol nincs dolgod. Ne hallgass olyan beszédet, amely nem rád tartozik.

Ne kövesd el a vágy, a düh és a nemtudás rossz karmáját.

*Ha ebben az életben  
nem nyitod fel tudatod,  
nem emészthetsz meg  
egyetlen csepp vizet sem.*



### III. A magaviseletről

Cselekedj másokkal egységben. Ne helyezd magad a többiek fölé azzal, hogy valamit másképp teszel.

Az arrogáns viselkedés nem megengedett a templomban.

A pénz és a szex olyan, mint egy mérges kígyó. Tedd félre ezirányú érdeklődésedet!

A Dharma-teremben mindig a meditálók háta mögött menj el.

Beszédek és szertartások alatt tartsd meg a megfelelő testhelyzetet és öltözetet.

Ne beszélj és ne nevedd hangosan a Dharma-teremben.

Ha dolgoz van a templomon kívül, ami miatt távol maradsz szertartásról vagy étkezésről, értesíts valakit a templom tisztviselői közül, mielőtt elmennél.

Tiszteld a nálad idősebbeket. Szeresd a nálad fiatalabbakat.

Tartsd tudatod szélesre tárva!

Ha beteg emberekkel találkozol, szeresd és segítsd őket.

Légy vendégszerető. Fogadd szívélyesen vendégeinket és bocsásd rendelkezésükre, amire szükségük van.

Ha tiszteletreméltó ember látogatja meg a templomot, hajolj meg előtte, és beszélj vele tisztelettel.

Légy udvarias. Hagyd, hogy mások előtted menjenek.

Segíts másokon.

Ne játssz.

Ne pletykálj.

Ne használd mások cipőjét és ruházatát.  
Ne ragaszkodj az írásokhoz.  
Ne aludd át az időt.  
Ne légy kihívó.  
Engedd, hogy az idősebbek és tiszteletre méltóbbak előtted foglaljanak helyet.  
Ne beszélj a templom ügyeiről a vendégekkel.  
A templomon kívüli látogatás alkalmával beszélj helyesen a templomról másoknak!  
Az ivás fejetlenséget okoz, a vágy kiélése csak rossz karmával jár és lerombolja gyakorlatodat. Erősnek kell lenned, és gondolkodj helyesen! Akkor ezek a vágyak nem fognak kísérteni.  
Ne ringasd magad abban a hitben, hogy nagy és szabad ember vagy! Ez nem igazi buddhizmus.  
Csak a magad dolgával törődj.  
Ne ítélj mások tettei felett.  
Ne kövesd el az ölés, a lopás vagy a nemi vágy rossz karmáját.

*Eredetileg nincs semmi –  
Buddha mégis hat évig gyakorolt  
mozdulatlanul a bódhi-fa alatt,  
és Bódhidharma kilenc évig ült  
csendben a Saolin kolostorban.  
Ha ledöntöd a falat, mi magad vagy,  
végtelenné válsz térben és időben.*

## IV. A beszédről

A gonosz beszéd a pusztulásba juttat. Hagyd a dugót a palackban! Csak akkor nyitsd ki, ha szükséges. Beszélj mindig helyesen, bódhizattvák módjára. Ne használj durva beszédet a templomban. Ha egymással veszekedőkkel találkozol, ne ingereld őket dühös szavakkal. Inkább használj nyugodt beszédet, hogy lecsillapítsd haragjukat. Ne kövesd el a hazugság, a túlzás, a bajkeverés és a szitkozódás rossz karmáját!

*Egyszer egy ember helytelenül beszélt és  
ötszázszor született újra rókaként.*

*Azután, hogy a helyes beszédet meghallotta,  
levetette rókatestét.*

*Mi a helyes és a helytelen beszéd?*

*Ha kinyitod a szádat, harminc ütést adok.*

*Ha csukva tartod, akkor is harminc ütést adok.*

*Lásd meg a szó forrását (kongan)*

*és ne hagyd, hogy eltűnjön!*

*A kutya ugat: vau, vau, vau.*

*A macska nyávog: miau, miau, miau.*

## V. Az evésről

Egy kiváló tanító mondta: „Egy nap munka nélkül,  
egy nap evés nélkül.”

Kétféle munka van: belső és külső. Belső munka a tiszta tudat fenntartása. Külső munka az önző vágyak elvágása és mások segítése.

Először dolgozz, utána egyél.

Egyél csendben, ne kelts zajt.

Míg eszel, csak magaddal törődj.

Ne foglalkozz azzal, hogy mások mit csinálnak.

Hálával fogadd el, amit felszolgálnak.

Ne ragaszkodj ahhoz, amit szeretsz vagy nem szeretsz.

Ne keress kielégülést az evésben. Csak annyit egyél, amennyi gyakorlataid fenntartásához szükséges.

Egész életedben ehetsz finom ételeket,  
tested mégis meg fog halni.

*A Nagy Út nem nehéz,  
csak vágj el minden  
jóról és rosszról alkotott gondolatot.  
A só sós.  
A cukor édes.*

## VI. A közös gyakorlatról

A közös gyakorlatot csináld együtt a többiekkel.

Ne légy lusta.

Énekléskor kövesd a moktakot.

Üléskor kövesd a csugpit.

Fogd fel az éneklés és az ülés igazi értelmét,  
és cselekedj aszerint.

Lásd meg, hogy annyi rossz karmát halmoztál fel,  
mint egy hatalmas hegy. Tartsd ezt észben, mikor megbánóan  
meghajolsz.

Karmánknak nincs öntermészete, bár saját tudatunk teremti.

Ha tudatunk kialszik, karmánk is eltűnik.

Mindkettőt üresnek látni az igazi megbánás. Leborulunk, hogy  
meglássuk igaz természetünket és segítsünk másokon.

*Kiáltás egy völgybe.*

*Nagy kiáltás, nagy visszhang,*

*kis kiáltás, kis visszhang.*

## VII. A Dharma-beszédről

Amikor a zen mester beszédét hallgatod, tartsd tisztán a tudatod. Ne ragaszkodj a szavaihoz. Vágj el minden gondolatot és fogd fel szavai igazi jelentését.

Ne gondold azt, hogy „Én már elértem a nagy megértést. Számomra nincs haszna ennek a beszédnek.”

Ez önmagad félrevezetése.

Ha kérdésed van, tedd fel a zen mesternek azután, hogy befejezte a beszédét.

Ha egy kigyó vizet iszik, a víz méreggé válik.

Ha egy tehén iszik vizet, a vízből tej lesz.

Ha ragaszkodsz a tudatlansághoz, életet és halált hozol létre.

Ha megtartod a tiszta tudatot, Buddhává válsz.

*Az élet és halál nagy művében,  
az idő nem vár rád.*

*Ha holnap meghalsz, milyen testet kapsz?  
Mindenekelőtt vajon nem ez a legfontosabb?  
Siess! Siess!*

*A kék ég és a zöld tenger  
a Buddhák igazi arca.*

*A vízesés hangja és a madárdal  
a legnagyobb szútra.*

*Hová igyekszel?*

*Vigyázz, hová lépsz!*

*A vizek a tengerbe folynak,  
a felhők felszállnak az égbe.*

# **A tíz kapu**

## **I. Dzsó Dzsú kutyája**

Egyszer egy szerzetes megkérdezte Dzsó Dzsú zen mestert:

– Van-e a kutyának Buddha-természete?

Dzsó Dzsú így válaszolt: – Mu!

1. *Buddha azt mondta, hogy mindennek van Buddha-természete.*

*Dzsó Dzsú azt mondta, hogy a kutyának nincs. Melyik helyes?*

2. *Dzsó Dzsú azt mondta: „Mu!” Mit jelent ez?*

3. *Most téged kérdezlek: Van-e a kutyának Buddha-természete?*

## **II. Mosd el a csészédet!**

Egyszer egy szerzetes így szólt Dzsó Dzsú zen mesterhez:

– Én csak most léptem be a kolostorba. Kérlek, taníts!

– Reggeliztél? – kérdezte Dzsó Dzsú.

– Igen – válaszolta a szerzetes.

– Akkor menj, mosd el a csészédet!

A szerzetes azonnal megvilágosodott.

1. *Mit ért el a szerzetes?*

2. *Ha te lennél a szerzetes, és Dzsó Dzsú azt mondaná: „Menj és mosd el a csészédet!”, mit felelnél?*

## **III. Szong Ám szólítja mesterét**

Szong Ám zen mester mindennap szólította magát:

– Mester! – És válaszolt is rá:

– Igen!

– Tisztának kell maradnod!

– Igen!

– Soha ne engedd, hogy mások becsapjanak, sehol, semmikor!

– Igen! Igen!

1. *Szong Ám mindennap szólította magát és válaszolt is rá – két tudat. Melyik a valódi mester?*

## **IV. Bódhidharmának nincs szakálla**

Hok Ám zen mester megkérdezte tanítványát:

– Miért nincs Bódhidharmának szakálla?

1. *Mi Bódhidharma eredeti arca?*

2. *Megkérdezlek: Miért nincs Bódhidharmának szakálla?*

## **V. Hjáng Om: Fenn fán**

Hjáng Om zen mester, amikor megkérdezték, mi a zen, így válaszolt:

– Olyan, mint amikor egy ember fogaival kapaszkodva lóg egy fa ágáról. Keze és lába össze van kötve, így nem éri el sem az ágat, sem a fát. Egy másik ember a fa alatt áll, és megkérdezi tőle: „Miért jött Bódhidharma Kínába?” Ha kinyitja a száját, hogy válaszoljon, leesik a fáról és szörnyethal. Ha nem válaszol, nem teljesíti kötelességét és megölik.

1. *Ha te lennél a fán, hogy maradnál életben?*

## **VI. Hamut a Buddhára**

Valaki cigarettázva bejön a zen központba. Füstöt fúj és hamut szór a Buddhára.

1. *Ha ekkor ott lennél, mit tennél?*



## VII. Ko Bong három kapuja

1. A nap az égből mindenhová ragyog. Miért takarja el egy felhő?
2. Mindenkit követ az árnyéka. Hogyan nem lépsz rá az árnyékkodra?
3. Az egész világ lángokban áll. Miféle elmélyültség szabadította meg a megégestől?

## VIII. Dok Szán viszi az evőcsészéjét

Egy napon Dok Szán zen mester belépett a Dharma Terembe, kezében az evőcsészéivel. Szol Bong, a házfőnök, meglátta és így szólt:

– Öreg mester, a harangot még nem kongatták meg, a dobot még nem ütötték meg. Hová mész kezekben a csészéiddel?

Dok Szán szó nélkül megfordult és visszatért a szobájába.

Szol Bong elmondta ezt a szerzetesvezetőnek, Ám Du-nak, aki megjegyezte:

– Dok Szán nagymester még nem értette meg a utolsó szót.

Ez Dok Szán fülébe jutott, és Ám Du-ért küldetett.

– Nem értesz velem egyet? – kérdezte.

Ezután Ám Du a mester fülébe sűgött. Dok Szán megkönnyebbült.

A következő nap, amikor Dok Szán dharma beszédet tartott a gyülekezet előtt, valóban más volt, mint azelőtt. Ám Du a Dharma-terem elejébe ment, hangosan kacagott, összecsapta kezeit és így szólt:

– Nagy öröm! Az öreg mester megértette az utolsó szót! Mostantól senki sem mérhető hozzá!

1. *Mi volt a utolsó szó?*
2. *Mit sűgött Ám Du a mester fülébe?*
3. *Miben volt más a mester beszéde, mint korábban?*
4. *Ha te lettél volna Dok Szán és Szol Bong azt mondta volna, hogy a harangot még nem kongatták meg, a dobot még nem ütötték meg, mit feleltél volna Szol Bong-nak?*

## IX. Nám Cson megöli a macskát

Egy nap a Keleti és a Nyugati Csarnok szerzetesei összevesztek egy macskán. Ezt látva, Nám Cson mester megragadta a macskát az egyik kezével, kést vett a másikba, és így szólt:

– Ti! Mondjátok egy igaz szót, akkor megkímélem a macska életét. Ha nem, megölöm!

Senki sem tudott válaszolni. Nám Cson végül megölte a macskát. Este, mikor tanítványa, Dzsó Dzsú visszatért, Nám Cson elmesélte neki az esetet. Dzsó Dzsú levetette cipőjét, a fejére tette és távozott. Nám Cson így szólt:

– Ha itt lettél volna, megmenthettem volna a macskát.

1. *Nám Cson azt mondta: „Mondjátok egy igaz szót!” Mit tettél volna ekkor?*
2. *Dzsó Dzsú fejére tette a cipőjét. Mit jelent ez?*

## X. Az egér macskaeledelt eszik

Az egér macskaeledelt eszik, de a macskátál el van törve.

1. *Mit jelent ez?*

## Ráadás: Hárman mennek

Hárman mennek. Az egyik megcsördíti kardját, a másik integet, a harmadik előveszi a zsebkendőjét.

1. *Ha ott lettél volna, mi lett volna a helyes cselekedet?*
2. *Mi a kapcsolat?*
3. *Mi a helyzet?*

# Az Öt Fogadalom

## **Fogadom, hogy tartózkodom az élet elvételeitől.**

A gyilkolás kiirtja a szeretet és könyörület gyökereit. Valakit megölni annyi, mint barátainkat vagy rokonainkat felkoncolni. Egy napon, mikor megfizetünk gyilkos tettünkért, a három szenvedésteli birodalom egyikében találjuk magunkat, mivel csak az élet óvásával kaphatunk emberi életet cserébe.

## **Fogadom, hogy tartózkodom az oda nem adott dolgok elvételeitől.**

Az oda nem adott dolgok elvétele tövestül kitepi az erény és a bölcsesség gyökereit. Eképp jólétet szerezve elveszítjük a jólétet. A mások tulajdonára való pusztá vágy közelünkbe hozza az állati újraszületést.

## **Fogadom, hogy tartózkodom a testi vágyból történő házasságtöréstől.**

Az erkölcstelenség a tisztaság gyökereit irtja ki. A tisztátalanság végső soron a tiszta Dharmakája – nézz inkább a katlanra, mert abban vannak azok, akik az elkövetkezendő időkben megszegik ezt a fogadalmat.

## **Fogadom, hogy tartózkodom a hazugságtól.**

A hazugság az igazság gyökereit irtja ki. A Menny nem tűri a szentek rászedését, sem a jámbor emberek elleni csalást. Ha a hazudozó el is kerülné a poklot, ahol nyelvét kitepik, gonoszságáért madártestben való újraszületéssel fizet.

## **Fogadom, hogy tartózkodom a bódítószerektől.**

A bódítószerek a bölcsesség kezdeményeit vágják el, életeken át tompaságban maradunk, akár a részek. A Buddha azt tanítja, hogy aki ezen öt fogadalmat nem tartja meg, a jövőben elveszítheti emberi alakját.

**Templomunkat adományokból tartjuk fent.  
Kérünk, Te is segítsd működésünket,  
hogy minél több embernek segíthessünk!  
Köszönjük!**

Eredeti Fény Zen Közösség

eredetifeny.hu

eredetifeny@gmail.com

Youtube: chongan1008

Duna Takarékszövetkezet Bank: 58600575-11250450

Paypal: eredetifeny@gmail.com

Facebook: Won Kwang Sa Temple

