

Śpiewy

*z przedmową, regułami świątyni
mistrza zen Seung Sahna
i polskim tłumaczeniem*

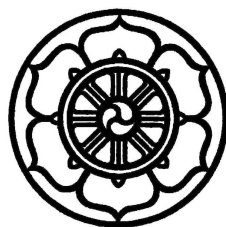


*Szkoła Zen
Kwan Um*

*Opracowanie 2006–2007 i 2010
Aleksandra Porter
Dorota Gawron*

*Redakcja techniczna i skład
Jarosław Brykalski
Marcin Woliński*

*© Copyright by Szkoła Zen Kwan Um w Polsce
Wydanie III poprawione
Warszawa 2010*



*Szkoła Zen Kwan Um w Polsce
ul. Małowiejska 22/24
04-962 Warszawa-Falenica
tel./fax: +48 22 872 05 52
www.zen.pl*

*Druk i oprawa: Sowa – Druk na życzenie
www.sowadruk.pl tel. +48 22 4318140*

Spis treści

Przedmowa.....	2
Poranna Pieśń Dzwonu.....	4
Wieczorna Pieśń Dzwonu.....	7
Chwała Trzem Klejnotom.....	8
Sutra Serca (po koreańsku).....	10
Sutra Serca (po polsku).....	12
Wielka Dharani.....	14
Sutra Tysiąca Oczu i Rąk.....	17
Kwan Seum Bosal.....	26
Sogamuni Bul.....	28
Dzi Džang Bosal.....	30
Namu Amita Bul.....	32
Hwa Um Song Džung.....	34
Ludzka droga.....	36
TŁUMACZENIE SUTR.....	37
Poranna Pieśń Dzwonu.....	38
Wieczorna Pieśń Dzwonu.....	40
Chwała Trzem Klejnotom.....	41
Sutra Tysiąca Oczu i Rąk.....	43
Dziesięć Wielkich Ślubowań.....	48
Cztery Wielkie Ślubowania.....	48
Schronienie w Trzech Klejnotach.....	49
Pięć i Dziesięć Wskazań.....	49
REGUŁY ŚWIĄTYNI MISTRZA ZEN SEUNG SAHNA.....	51

Numery sutr

Śpiewy poranne:

- 1 Poranna Pieśń Dzwonu
- 3 Chwała Trzem Klejnotom
- 4 Sutra Serca (po koreańsku)
- 5 Sutra Serca (po polsku)
- 6 Wielka Dharani

Śpiewy wieczorne:

- 2 Wieczorna Pieśń Dzwonu
- 3 Chwała Trzem Klejnotom
- 4 Sutra Serca (po koreańsku)
- 5 Sutra Serca (po polsku)
- 6 Wielka Dharani

Śpiewy specjalne:

- 7 Sutra Tysiąca Oczu i Rąk
- 8 Kwan Seum Bosal
- 9 Sogamuni Bul
- 10 Dži Dżang Bosal
- 11 Namu Amita Bul
- 12 Hwa Um Song Dżung



PRZEDMOWA

Medytacja śpiewu oznacza utrzymywanie nieporuszonego umysłu i postrzeganie dźwięku własnego głosu. Postrzeganie swego głosu oznacza postrzeganie swego prawdziwego ja, prawdziwej natury. Wtedy Ty i ten dźwięk jesteście jednością, co oznacza, że Ty i cały wszechświat jesteście nierozdzielni. W ten sposób postrzeganie naszej prawdziwej natury oznacza postrzeganie uniwersalnej substancji.

Kiedy regularnie śpiewamy, wzrasta siła naszego centrum. Kiedy mamy mocne centrum, możemy panować nad naszymi uczuciami, uwarunkowaniami i sytuacją.

W naszych ośrodkach zen ludzie razem mieszkają i wspólnie praktykują. Na początku każdy przybywa z mocnymi opiniami, silnymi upodobaniami i niechęciami. Dla wielu osób medytacja śpiewu wcale nie jest prosta. Pojawia się wiele myśli, niejasności, przyzwyczajęń i upodobań, wiele sprzecznych uczuć. Jednak kiedy wykonujemy medytację śpiewu poprawnie, wtedy postrzegamy dźwięk naszego głosu, a także inne głosy wokół nas i nasz umysł staje się jasny. W czystym umyśle nie ma upodobań i niechęci, tylko dźwięk głosu. Ostatecznie uczymy się, że medytacja śpiewu nie jest po to, by przynieść nam osobistą przyjemność czy dobre samopoczucie, ale po to żeby uczynić nasz kierunek jasnym. Naszym kierunkiem jest stać się czystym i osiągnąć oświecenie po to, by uratować wszystkie istoty od cierpienia.

Tak więc kiedy śpiewasz, postrzegaj dźwięk swojego głosu: Ty i wszechświat już staliście się jednym, cierpienie znika, pojawia się prawdziwe szczęście. Nazywamy to *nirwaną*. Jeżeli trwasz w stanie nirwany, twój umysł jest przejrzysty jak przestrzeń. Przejrzysty jak przestrzeń to znaczy czysty jak lustro. Pojawia się czerwień, jest czerwień. Pojawia się biel, jest biel. Ktoś jest szczęśliwy, ja jestem

szczęśliwy. Ktoś jest smutny, ja jestem smutny. Ktoś jest głodny, daj mu jeść. Nazwą tego jest *wielka miłość, wielkie współczucie, wielka droga bodhisattwy*. Oznacza to także *wielką mądrość*. To właśnie jest medytacja śpiewu, zen śpiewu.

Postrzeganie dźwięku oznacza, że wszystko co słyszysz jest uniwersalnym dźwiękiem: śpiew ptaków, odgłos burzy, szczekanie psów – wszystko to jest uniwersalnym dźwiękiem. Jeżeli nie masz umysłu, wszystko będzie postrzegane właśnie takim, jakie jest. Dlatego, jeżeli śpiewasz bez umysłu, twój śpiew także jest uniwersalnym dźwiękiem.

Jeśli masz „ja”, wtedy to jest „mój” dźwięk. Ale kiedy utrzymujesz umysł przejrzysty jak przestrzeń, wtedy czasem nawet szczekanie psa albo dźwięk samochodowego klaksonu spowoduje oświecenie. Bo w tym momencie ty i dźwięk stajecie się jednym. Kiedy ty i dźwięk stajecie się jednym, wtedy nie słyszysz dźwięku, wtedy stajesz się dźwiękiem.

Pewien sławny mistrz zen usłyszał tylko pianie koguta i osiągnął oświecenie. Inny mistrz zen zamiatał podwórze i kamień pchnięty miotłą uderzył głośno o kawałek bambusa – ten dźwięk wywołał oświecenie. On i dźwięk stali się jednym. Kwestia postrzegania dźwięku w praktyce zen jest naprawdę bardzo prosta. Każdy dźwięk może przynieść oświecenie. To, co istotne, to postrzegać dźwięk i stać się z nim jednym, bez separacji, bez tworzenia „ja” i „dźwięk”.

W momencie rzeczywistego postrzegania nie ma myśli, nie ma oddzielenia, jest tylko postrzeganie dźwięku. To bardzo istotny punkt nauczania. Tak więc podczas śpiewu postrzegaj Twój własny głos i głosy innych, po prostu postrzegaj dźwięk dzwonu czy moktaka i odetnij całe myślenie. Wtedy twój umysł mądrości będzie wzrastał, osiągniesz oświecenie i uratujesz wszystkie istoty.

Mistrz Zen Seung Sahn

PORANNA PIEŚŃ DZWONU



lon cza dżong-song bjon bop-ke
 czor-li ju-am szil ge mjong
 sam-do i-go pa do-san

il-cze dżung-seng song dżong-gak
 na-mu bi-ro gjo-dżu hła-dżang dża-dżon jon bo-ge dżi
 gum-mun po nang-ham dżi ok-czuk dżin-dżin hon ip
 czal-czal lol-ljung

szip-czo ku-man o-czon sa-szip-pal-cza il-sung lon-gjo
 na-mu de-bang-głang bul hła-om gjong
 na-mu de-bang-głang bul hła-om gjong
 na-mu de-bang-głang bul hła-om gjong
 dże-il gje jag-in jong-njo-dżi
 sam-se il-cze bul ung głan bop-ke song
 il-cze ju szim dżo
 pa dżi-ok dżin-on

na-mu a-ta szy-dżi-nam sam-mjak sam-mot-ta
 gu-czi-nam om a-dża-na ba-ba dżi-ri dżi-ri hum
 na-mu a-ta szy-dżi-nam sam-mjak sam-mot-ta
 gu-czi-nam om a-dża-na ba-ba dżi-ri dżi-ri hum
 na-mu a-ta szy-dżi-nam sam-mjak sam-mot-ta
 gu-czi-nam om a-dża-na ba-ba dżi-ri dżi-ri hum
 lon a dżin-seng mu bjol-ljom a-mi-ta bul dok sang su
 szim-szim sang gje ok-ho głang
 jom-njom bul-ri gum-sek sang a dżip jom-dżu bop-ke głan
 ho-gong li-sung mu bul głan

pjong-dung sa-na mu ha czo głan-gu so-bang a-mi-ta
na-mu so-bang de-gjo-dżu mu-rjang su jo-re 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



czong-san czop-czop mi-ta-gul
czang-he mang-mang dżong-mjol gung

mul-mul jom-ne mu ga-e

ki-gan song-dżong hak-tu hong 

na-mu a-mi-ta bul



san-dan dżong-ja dżła mu-on

dżok-czong njo-jo bon dża-jon

ha-sa so-pung dong-nim ja

il-song han-an-nju dżang-czon 

na-mu a-mi-ta bul



łon gong bop-kje dże dżung-seng

dong-im-mi-ta de łon-he

dżin mi-re dże-do dżung seng

dża-ta il-szi song bul-do 

na-mu a-mi-ta bul



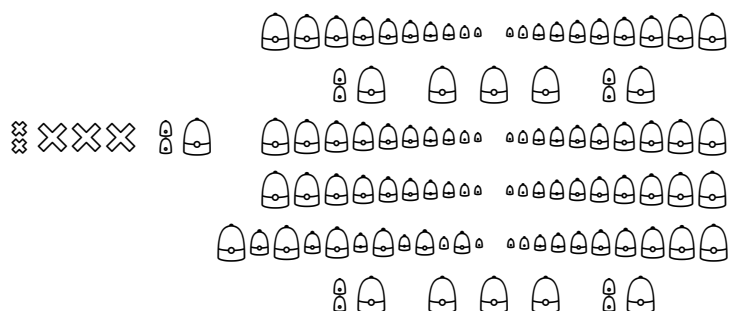
na-mu so-bang dżong-to gung-nak se-gje

sam-szim-njung-man-ok il-szib-il-man

gu-czon-o-bek dong-mjong dong-ho

de-dża de-bi a-mi-ta bul

na-mu so-bang dżong-to gung-nak se-gje
 bul-szin dżang-głang 
 sang-ho mu-bjon gum-sek-klang-mjong
 bjon-dżo bop-kje
 sa-szip par-lon do-tal dżung-seng
 bul-ga-sol bul-ga-sol-czon
 bul-ga-sol hang-ha-sa bul-czal mi-dżin-su
 do mak-czug-li mu-han guk-su
 sam-beng-njuk-szim-man-ok 
 il-szib-il-man gu-czon-o-bek
 dong mjong dong-ho de-dża de-bi
 a-dung do-sa kum-sek jo-re
 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-szim mi-mjo dżin-on da-nja-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 - a - a



WIECZORNA PIEŚŃ DZWONU



mun dżong-song
 bon-ne dan
 dżi-hje dżang
 bo-ri seng ni-dżi ok 

czul sam-gje
 łon song-bul
 do dżung-seng
 pa dżi-ok dżin-on 

om ga-ra dżi-ja sa-ba-ha
 om ga-ra dżi-ja sa-ba-ha 
 om ga-ra dżi-ja sa-ba-ha-   a - a - a



CHWAŁA TRZEM KLEJNOTOM

ge-hjang džong-hjang he-hjang
 he-tal-hjang he-tal-dži-
 -gjon-hjang
 glang-mjong un-de dżu-bjon bop-ke gong-jang szy-bang
 mu-rjang bul bop sung
 hon-hjang dżin-on
 om ba-a-ra to-bi-ja hum
 om ba-a-ra to-bi-ja hum
 om ba-a-ra to-bi-ja hum
 dżi-szim gi-mjong-ne
 sam-gje do-sa sa-seng dża-bu szy-a bon-sa
 so-ga-mu-ni bul
 dżi-szim gi-mjong-ne
 szy-bang sam-se dże-mang czar-he
 sang-dżu il-cze
 bul-ta-ja dżung
 dżi-szim gi-mjong-ne
 szy-bang sam-se dże-mang czar-he
 sang-dżu il-cze
 dal-ma-ja dżung
 dżi-szim gi-mjong-ne
 de-dżi mun-su-sa-ri bo-sal
 de-heng bo-hjon bo-sal
 de-bi kwan-se-um bo-sal
 de-łon bon-dżon dżi-dżang bo-sal
 ma-ha-sal

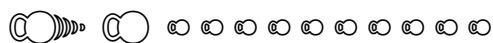
dži-szim gi-mjong-ne
 jong-san dang-szi su-bul-bu-czok
 szip-te dże-dża szim-njuk song
 o-bek song dok-su song ne-dži ㊦
 czon-i-bek dże de a-ra-han
 ㊦ mu-rjang song dżung ㊦

dži-szim gi-mjong ne
 so gon dong-dżin gub-a he-dong
 jok-de dżon-dung dże-de-dżo-sa ㊦
 czon-ha dżong-sa il-cze mi-dżin-su dże-de
 ㊦ son-dži-szik ㊦

dži-szim gi-mjong ne
 szi-bang sam-se dże-mang czar-he ㊦
 sang-dżu il-cze
 ㊦ sung-ga-ja dżung ㊦

ju lon mu-dżin sam- ㊦
 -bo de-dża de-bi
 su a dżong-ne mjong hun-ga pi-rjok ㊦
 lon-gong bop-ke dże dżung-seng dża-ta il-szi
 ㊦ song bul-to ㊦

SUTRA SERCA (PO KOREAŃSKU)



ma-ha ban-ja ba-ra-mil-ta szim gjong

kwan-dża-dże bo-sal

heng szim ban-ja ba-ra-mil-ta

szi dżo-gjon o-on ge-gong

do il-cze go-ek

sa-a-ri-dża sek-bul-i-gong

gong-bul-i-sek

sek-dżuk-szi-gong

gong-dżuk-szi-sek

su-sang-heng-szik jok-bu-jo-szi

sa-ri-dża szi-dże-bop-gong-sang

bul-seng-bul-mjol

bul-gu-bu-dżong

bu-dżung-bul-gam

szi-go gong-dżung-mu-sek

mu su-sang-heng-szik

mu an-i-bi-sol-szin-li

mu sek-song-hjang-mi-czok-pop

mu-an-ge ne-dżi

mu-li-szik-ge

mu-mu-mjong jok mu-mu-mjong-dżin

ne-dżi mu-no-sa jong-mu-no-sa-dżin

mu go-dżim-mjol-do

mu-dżi jong-mu-duk-i mu-so duk-ko

bo-ri-sal-ta li ban-ja ba-ra-mil-ta go-szim-mu ga-e

mu-ga-e-go mu-ju-gong-po
 ɭon-ri dʒon-do mong-sang gu-gjong jol-ban
 sam-se dʒe-bur-ui ban-ja ba-ra-mil-ta
 go-duk-a-njok-ta-ra sam-mjak sam-bo-ri
 ko-dʒi ban-ja ba-ra-mil-ta szi-de-szin-dʒu

szi-de-mjong-dʒu szi-mu-sang-dʒu
 szi-mu-dung-dung-dʒu nung-dʒe-il-cze-go
 dʒin-szil bul-ho go-sol ban-ja ba-ra-mil-ta dʒu
 dʒuk-sol-dʒu-lal

a-dʒe a-dʒe ba-ra-a-dʒe ba-ra-sung-a-dʒe mo-dʒi sa-ba-ha
 a-dʒe a-dʒe ba-ra-a-dʒe ba-ra-sung-a-dʒe mo-dʒi sa-ba-ha
 a-dʒe a-dʒe ba-ra-a-dʒe ba-ra-sung-a-dʒe mo-dʒi sa-ba-ha

㊦ ma- ㊦ ha ban-ja

㊦ ba-ra-mil-ta ㊦ szim gjong ㊦

SUTRA SERCA (PO POLSKU)



MAHA Pradźnia Paramita Hridaja Sutra

Bodhisattwa Awalokiteśwara,
praktykując głęboko Pradźnię Paramitę,
postrzega pustkę wszystkich pięciu skandh
i uwalnia się od wszelkiego cierpienia i niepokoju.

Siariputro, forma nie jest różna od pustki,
pustka nie jest różna od formy.
To, co jest formą, jest pustką,
a to, co pustką – formą.
To samo dotyczy odczuć, postrzeżeń, tendencji
i świadomości.

Siariputro, wszystkie dharmy są puste;
nie pojawiają się ani nie znikają,
nie są skalane ani czyste,
nie zwiększają się ani nie zmniejszają.

Dlatego w pustce nie ma formy,
odczuć, postrzeżeń, tendencji i świadomości.

Nie ma oczu, uszu, nosa, języka, ciała ani umysłu.
Nie ma barw, dźwięków, zapachów, smaków, dotyku
ani przedmiotów umysłu.

Nie ma sfery wzroku
i dalej aż do sfery świadomości umysłu.
Nie ma niewiedzy ani kresu niewiedzy
i dalej aż do starości i śmierci,
nie ma też kresu starości i śmierci.

Nie ma cierpienia, jego przyczyny,
jego unicestwienia i ścieżki.
Nie ma mądrości ani osiągnięcia,
ani niczego do osiągnięcia.

Dlatego dla bodhisattwy
zagłębionego w Pradźni Paramicie
umysł nie jest przeszkodą.
Gdy nie ma przeszkód,
żaden lęk nie istnieje.
Przekraczając wszystkie błędne poglądy,
przebywa on w nirwanie.

Wszyscy buddowie trzech czasów
polegają na Pradźni Paramicie
i osiągają Annutara Samjak Sambodhi.

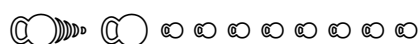
Dlatego wiedz, że Pradźnia Paramita
jest wielką transcendentną mantrą,
wielką jaśniejącą mantrą,
najwyższą mantrą,
niezrównaną mantrą,
chroniącą przed wszelkim cierpieniem,
prawdziwą i bez błędu.

Dlatego głoś mantrę Pradźni Paramity,
głoś mantrę, która brzmi:

Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.
Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.
Gate gate paragate parasamgate bodhi

☪☪☪☪ svaha ☪☪

WIELKA DHARANI



szin-mjo džang-gu de-da-ra-ni
 na-mo-ra da-na da-ra ja-ja
 na-mak ar-ja ba-ro-gi-dže se-ba-ra-ja
 mo-dži sa-da-ba-ja
 ma-ha sa-da-ba-ja
 ma-ha gha-ro-ni-ka-ja
 om sal-ba-ba-je su da-ra-na
 ga-ra-ja da-sa-mjong
 na-mak-ka-ri-da-ba
 i-mam ar-ja ba-ro-gi-dže
 se-ba-ra da-ba ni-ra-gan-ta
 na-mak ha-ri-na-ja ma-bal-ta
 i-sa-mi sal-bal-ta sa-da-nam
 su-ban a-je-jom sal-ba bo-da-nam
 pa-ba-mar-a mi-su-da-kam da-nja-ta
 o-om a-ro-ge a-ro-ga
 ma-dži-ro-ga dži-ga-ran-dže
 he-he-ha-re ma-ha mo-dži sa-da-ba
 sa-ma-ra sa-ma-ra ha-ri-na-ja
 ku-ro-ku-ro kal-ma sa-da-ja sa-da-ja
 do-ro-do-ro mi-jon-dže
 ma-ha mi-jon-dže da-ra da-ra
 da-rin na-ri se-ba-ra dža-ra dža-ra
 ma-ra-mi-ma-ra a-ma-ra
 mol-dže-je he-he ro-ge se-ba-ra
 ra-a mi-sa-mi na-sa-ja
 na-be sa-mi sa-mi na-sa-ja

mo-ha-dżara mi-sa-mi
 na-sa-ja ho-ro-ho-ro ma-ra-ho-ro
 ha-re ba na-ma-na-ba
 sa-ra sa-ra szy-ri szy-ri
 so-ro so-ro mot-cza mot-cza
 mo-da-ja mo-da-ja
 me-da-ri-ja ni-ra gan-ta
 ga-ma-sa nal-sa-nam
 ba-ra-ha-ri-na-ja

ma-nak sa-ba-ha
 szy-ta-ja sa-ba-ha
 ma-ha-szy-ta-ja sa-ba-ha
 szy-ta-ju-je se-ba-ra-ja sa-ba-ha
 ni-ra-gan-ta-ja sa-ba-ha
 ba-ra-ha mok-ka szing-ha
 mok-ka-ja sa-ba-ha

pa-na-ma ha-ta-ja sa-ba-ha
 dża-gu-ra jok-ta-ja sa-ba-ha
 sang-ka som-na-ne mo-da-na-ja sa-ba-ha
 ma-ha-ra gu-ta da-ra-ja sa-ba-ha
 pa-ma-sa gan-ta i-sa-szy cze-da
 ha-ri-na i-na-ja sa-ba-ha

mia-ga-ra dżal-ma ni-ba
 sa-na-ja sa-ba-ha na-mo-ra
 da-na-da-ra ja-ja na-mak ar-ja
 ba-ro gi-dże se-ba-ra-ja

ॐ ॐ ॐ sa-ba-ha ॐ

ŚPIEWY SPECJALNE



SUTRA TYSIĄCA OCZU I RĄK



a-gum il-szin-dzung
 dżuk-hjon mu-dżin-szin
 bjon-dże kwan-um de-song-dżon
 ir-il mu-su-rje

om ba-a-ra mi 
 om ba-a-ra mi 
 om  ba-a-ra mi 



dżong gu-op dżin-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-ne-le an-li-dże-szin dżin-on
 na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro dżi-mi sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro dżi-mi sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro dżi-mi sa-ba-ha
 ke-gjong-gje
 mu-sang szim-szim mi-mjo-bop
 bek-czon man-gop nan-dżo-u
 a-gum mun-gjon duk-su-dżi
 łon-he jo-re dżin-szir-ui
 ge bop-czang dżin-on
 om a-ra-nam a-ra-da
 om a-ra-nam a-ra-da
 om a-ra-nam a-ra-da

czon-su czon-an kwan-dża-dże bo-sal
 kłang de-łon man mu-e de-bi-szim
 de da-ra-ni gje-czong
 ke-su kwan-um de-bi-dżu
 łol-ljok hong-szim sang-ho-szin
 czon-bi dżang-om bo-ho-dži
 czon-an kwan-mjong bjon-głan-dżo
 dżin-szir-o-dżung son-mir-o
 mu-li szim-ne gi-bi-szim
 sok-rjong man-dżok dże-hi-gu
 jong-sa mjol-cze dże-dże-op
 czol-ljong dżung-song dong-dża-ho
 bek-czon sam-me don-hon-su
 su-dži szin-szi kłang-mjong-dang
 su-dži szim-szi szin-tong-dżang
 se-czok dżin-ro łon-dże-he
 czo-dżung bo-ri bang-pjon-mun
 a-gum czing-song so-głi-e
 so-łon dżong-szim szir-łon-man

na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a sok-czi il-cze-bop
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a dżo-duk dži-he-an
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a sok-to il-cze-dżung
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a dżo-duk son-bang-pjon
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a sok-sung ban-ja-son
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a dżo-duk łol-go-he
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a sok-duk kje-dżong-do
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a dżo-dung łon-dżok-san
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a sok-he mu-li-sa
 na-mu de-bi kwan-se-um, łon-a dżo-dong bop-song-szin

a-jak hjang-do-san, do-san dża-cze-dżol
 a-jak hjang-hła-tang, hła-tang dża-so-mjol
 a-jak hjang-dži-ok, dži-ok dża-go-gal
 a-jak hjang-a-kli, a-kli dża-po-man
 a-jak hjang-su-ra, ak-szim dża-dżo-bok
 a-jak hjang-czuk-seng, dża-duk-de-dži-he

na-mu	kwan-se-um	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	de-se-dži	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	czon-su	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	jo-ui-rjun	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	de-rjun	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	kwan dża-dże	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	dżong-czi	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	man-lol	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	su-lol	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	gun-da-ri	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	szip-il-mjon	bo-sal ma-ha-sal
na-mu	dże de	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

szin-mjo dżang-gu de-da-ra-ni

na-mo-ra da-na da-ra ja-ja
 na-mak ar-ja ba-ro-gi-dże se-ba-ra-ja
 mo-dži sa-da-ba-ja
 ma-ha sa-da-ba-ja
 ma-ha ga-ro-ni-ka-ja

om sal-ba-ba-je su da-ra-na
ka-ra-ja da-sa-mjong
na-mak-ka-ri-da-ba
i-mam ar-ja ba-ro-gi-dže
se-ba-ra da-ba i-ra-gan-ta
na-mak ha-ri-na-ja ma-bal-ta
i-sa-mi sal-bal-ta sa-da-nam
su-ban a-je-jom sal-ba bo-da-nam
ba-ba-mar-a mi-su-da-kam da-nja-ta
o-om a-ro-ge a-ro-ga
ma-dži-ro-ga dži-ga-ran-dže
he-he-ha-re ma-ha mo-dži sa-da-ba
sa-ma-ra sa-ma-ra ha-ri-na-ja
ku-ro-ku-ro kal-ma sa-da-ja sa-da-ja

do-ro-do-ro mi-jon-dže
ma-ha mi-jon-dže da-ra da-ra
da-rin na-re se-ba-ra dża-ra-dża-ra
ma-ra-mi-ma-ra a-ma-ra
mol-dže-je he-he ro-ge se-ba-ra
ra-a mi-sa-mi na-sa-ja
na-be sa-mi sa-mi na-sa-ja
mo-ha-dża-ra mi-sa-mi
na-sa-ja ho-ro-ho-ro ma-ra-ho-ro
ha-re ba na-ma-na-ba
sa-ra sa-ra szy-ri szy-ri so-ro so-ro mot-cza mot-cza
mo-da-ja mo-da-ja
me-da-ri-ja ni-ra gan-ta ka-ma-sa nal-sa-nam
ba-ra-ha-ra-na-ja

ma-nak sa-ba-ha
 szy-ta-ja sa-ba-ha
 ma-ha-szi-ta-ja sa-ba-ha
 szy-ta-ju-je se-ba-ra-ja sa-ba-ha
 ni-ra-gan-ta-ja sa-ba-ha
 ba-ra-ha mok-ka szing-ha
 mo-ka-ja sa-ba-ha
 ba-na-ma ha-da-ja sa-ba-ha
 dża-ga-ra-jok-ta-ja sa-ba-ha
 sang-ka som-na-ne mo-da-na-ja sa-ba-ha
 ma-ha-ra gu-ta da-ra-ja sa-ba-ha
 ba-ma-sa gan-ta i-sa-szi cze-da
 ka-rin-na i-na-ja sa-ba-ha
 ma-ka-ra dżal-ma ni-ba
 sa-na-ja sa-ba-ha na-mo-ra
 da-na-da-ra ja-ja na-mak ar-ja
 ba-ro gi-dże se-ba-ra-ja
 sa-ba-ha
 il-se dong-bang gjol-do-rjang
 i-se nam-bang duk-czong-rjang
 sam-se so-bang gu-dżong-to
 sa-se-buk-bang jong-an-gang
 do-rjang czong-dżong mu-ha-je
 sam-bo czol-ljong gang-cza-dżi
 a-gum dżi-song mjo-dżin-on
 lon-sa dża-bi mil-ga-ho
 a-sok so-dżo dże-ag-op
 gje-ju mu-szi tam-dżin-czi
 dżong-szin gu-i dżi-so-seng
 il-cze a-gum ge-czam-he

na-mu czam-dże op-czang bo-sung dżang-bul
bo-kłang-łang hła-rjom dżo-bul
il-cze hjang hła dża-dże rjong-łang-bul
bek-ok hang-ha-sa gjo-dżong-bul
dżin-li dok-bul
gum-gang gjon-gang so-bok-ke-san-bul
bo-głang-lol-dżon mjo-um dżon-łang-bul
hłan-hi-dżang man-ni-bo-dżok-bul
mu-dżin-hjang sung-łang-bul
sa-dża lol-bul
hłan-hi dżang-om dżu-łang-bul
dże-bo-dang ma-ni sung-głang-bul
sal-seng dżung-dże gum-il czam-he
tu-do dżung-dże gum-il czam-he
sa-um dżung-dże gum-il czam-he
mang-o dżung-dże gum-il czam-he
gi-o dżung-dże gum-il czam-he
jang-sol dżung-dże gum-il czam-he
ak-ku dżung-dże gum-il czam-he
tam-e dżung-dże gum-il czam-he
dżin-he dżung-dże gum-il czam-he
czi-am dżung-dże gum-il czam-he
bek-kop-czok-czip-dże
il-njom don-tang-dżin
jo-hła bun-go-czo
mjol-dżin mu-ju-jo
dże-mu dża-song dżong-szim-gi
szim-jang mjol-szi dże-jong-mang
dże-mang szim-mjol jang-gu gong
szi-dżung mjong li dżin czam-he

czam–he dżin–on

om sal–ba mot–cza mo–dżi sa–da–ja sa–ba–ha
 om sal–ba mot–cza mo–dżi sa–da–ja sa–ba–ha
 om sal–ba mot–cza mo–dżi sa–da–ja sa–ba–ha

dżung–dże gong–dok–dzi
 dżok–czong szim–sang–song
 il–cze dże–de–nan
 mu–nung czim–szi–in
 czon–sang gum–in–gan
 su–bok–jo bul–dung
 u–cza jo–i–dżu
 dżong–heng–mu–dung–dung

na–mu czil–gu–dżi bul–mo–de dżun–dże bo–sal
 na–mu czil–gu–dżi bul–mo–de dżun–dże bo–sal
 na–mu czil–gu–dżi bul–mo–de dżun–dże bo–sal

dżong bop–ge dżin–on

om nam
 om nam
 om nam

ho szin dżin–on

om czi rim
 om czi rim
 om czi rim

kwan–se–um bo–sal

bon-szim mi-mjo juk-dża de-mjong-łang dżin-on

om ma-ni ban-me hum

om ma-ni ban-me hum

om ma-ni ban-me hum

dżun-dże dżin-on

na-mu sa-da-nam sam-mjak sam-mot-ta

gu-czi-nam da-nja-ta

om dża-re dżu-re dżun-dże sa-ba-ha bu-rim

om dża-re dżu-re dżun-dże sa-ba-ha bu-rim

om dża-re dżu-re dżun-dże sa-ba-ha bu-rim

a-gum dżi-song de-dżun-dże

dżuk-bal bo-ri-głang-de-łon

łon-a dżong-he sok-łon-mjong

łon-a gong-dok ke-song-czi

łon-a sung-bok bjon-dżang-om

long-gong dżung-seng song-bul-do

jo-re szip-de bar-łon-mun

łon-a jong-ni sam-ak-do

łon-a sok-dan tam-dżin-czi

łon-a sang-mun bul-bop-sung

łon-a kun-su gje dżong-he

łon-a hang-su dże-bur-hak

łon-a bul-te bo-ri-szim

łon-a gjol-dżong seng-an-jiang

łon-a sok-kjon a-mi-ta

łon-a bun-szin bjon-dżin-czal

łon-a kłang-do dże-dżung-seng

bal sa-hong so-lon
 dzung-seng mu-bjon so-lon-do
 bon-ne mu-dzin so-lon-dan
 bom-mun mu-rjang so-lon-hak
 bul-do mu-sang so-lon-song

dza-song dzung-seng so-lon-do
 dza-song bon-ne so-lon-dan
 dza-song bom-mun so-lon-hak
 dza-song bul-do so-lon-song

lon-i bar-lon-i
 gi-mjong-ne sam-bo
 na-mu sang-dzu szy-bang-bul
 na-mu sang-dzu szy-bang-bop
 na-mu sang-dzu szy-bang-sung
 na-mu sang-dzu szy-bang-bul
 na-mu sang-dzu szy-bang-bop
 na-mu sang-dzu szy-bang-sung
 na-mu sang-dzu szy-bang-bul
 na-mu sang-dzu szy-bang-bop ㊤
 ㊤ na- ㊤ mu sang-dzu
 ㊤ szy-bang-sung ㊤

KWAN SEUM BOSAL



na-mu bul-ta bu-dzung glang-nim bop-he
 na-mu dal-ma bu-dzung glang-nim bop-he
 na-mu sung-ga bu-dzung glang-nim bop-he

na-mu bo-mun szy-hjon lol-ljok
 hong-szim de-dża de-bi

kwan-se-um bo-sal
 kwan-se-um bo-sal...(powtarzamy)

kwan-se-um bo-sal
 mJOR-op-dżang dżin-on
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha

lon song-czi dżin-on
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum

bul-sol so-dże kil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dżi ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om-ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 dżit-ta dżit-ta dżi-ri dżi-ri ppa-da ppa-da
 son-dżi-ga szy-ri-je sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szi-ri-e sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szi-ri-e sa-ba-ha

 bo głol dżin-on
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha

 bo-ho-hjang dżin-on
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum

☉ czal-czin szim-njom ka-su-dži
 ☉ de-he dżung-su ka-um dżin
 ☉ ho- ☉ gong ga-rjang pung ga ge
 ☉ mu- ☉ nung dżin-sol
 ☉☉☉ bul gong-dok ☉

☉

SOGAMUNI BUL



na-mu bul-ta bu-dżung ㊦ głąng-nim bop-he ㊦
 na-mu dal-ma bu-dżung ㊦ głąng-nim bop-he ㊦
 na-mu sung-ga bu-dżung ㊦ głąng-nim bop-he ㊦

㊦ na-mu ㊦ sam-gje ㊦ do-sa ㊦ sa-seng
 ㊦ dża-bu ㊦ szy-a ㊦ bon-sa

so-ga-mu-ni bul
 so-ga-mu-ni bul...(powtarzamy)

㊦ so-ga-mu-ni bul
 czon-sang czon-ha mu-jo-bul
 szy-bang se-gje jong-mu-bi
 se-gan so-ju a-dżin-gjon
 il-cze mu-ju jo-bul-cza
 ㊦ go- ㊦ a il-szim ㊦ gli-mjong dżong-nje ㊦ ㊦ ㊦ ㊦
 mJOR-op-dżang dżin-on
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha

lon song-czi dżin-on
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum

bul-sol so-dże kil-sang da-ra-ni
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dżi ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om-ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 dżit-ta dżit-ta dżi-ri dżi-ri ppa-da ppa-da
 son-dżi-ga szy-ri-je sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-e sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-džiga szy-ri-e sa-ba-ha

bo głol dżin-on
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha

bo-ho-hjang dżin-on
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum

㊤ czal-czin szim-njom ka-su-dži
 ㊤ de-he dżung-su ka-um dżin
 ㊤ ho- ㊤ gong ga-rjang pung ga ge
 ㊤ mu- ㊤ nung dżin-sol
 ㊤ ㊤ ㊤ bul gong-dok ㊤

㊤

DŽI DŽANG BOSAL



na-mu ju-mjong gjo-dżu dzi-dżang bo-sal
 na-mu nam-bang hła-dżu dzi-dżang bo-sal
 na-mu de-łon bon-dżon dzi-dżang bo-sal

na-mu nam-bang hła-dżu ju-mjong
 gjo-dżu de-łon bon-dżon

dzi-dżang bo-sal
 dzi-dżang bo-sal...(powtarzamy)

dzi-dżang bo-sal
 mJOR op-dżang da-ra-ni
 om ba-ra ma-ni da-ni sa-ba-ha
 om ba-ra ma-ni da-ni sa-ba-ha
 om ba-ra ma-ni da-ni sa-ba-ha

łon song-czi dżin-on
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum

bul-sol so-dże kil-sang da-ra-ni
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dżi ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om-ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 dżit-ta dżit-ta dżi-ri dżi-ri ppa-da ppa-da
 son-dżi-ga szy-ri-je sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-e sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-džiga szy-ri-e sa-ba-ha

bo głol dżin-on
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha

bo-ho-hjang dżin-on
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum

㊦ czal-czin szim-njom ka-su-dži
 ㊦ de-he dżung-su ka-um dżin
 ㊦ ho- ㊦ gong ga-rjang pung ga ge
 ㊦ mu- ㊦ nung dżin-sol
 ㊦ ㊦ ㊦ bul gong-dok ㊦



NAMU AMITA BUL



na-mu bul-ta bu-dzung ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦
 na-mu dal-ma bu-dzung ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦
 na-mu sung-ga bu-dzung ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦ ㊦

㊦ na-mu ㊦ so-bang ㊦ de-gjo-dzu ㊦ mu-rjang
 ㊦ su ㊦ jo-re ㊦ bul

na-mu a-mi-ta bul
 na-mu a-mi-ta bul...(powtarzamy)

na-mu a-mi-ta bul
 mjo-r-op-dżang dżin-on
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha

lon song-czi dżin-on
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum

bul-sol so-dże kil-sang da-ra-ni

na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dzi ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om-ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 dżit-ta dżit-ta dżi-ri dżi-ri ppa-da ppa-da
 son-dżi-ga szy-ri-je sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-e sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-e sa-ba-ha

 bo głol dżin-on
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha

 bo-ho-hjang dżin-on
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum

☉ czal-czin szim-njom ka-su-dži
 ☉ de-he dżung-su ka-um dżin
 ☉ ho- ☉ gong ga-rjang pung ga ge
 ☉ mu- ☉ nung dżin-sol
 ☉☉☉ bul gong-dok ☉☉

☉☉

HWA UM SONG DŽUNG



na-mu hła-um he-sang ㊦ jok-sek dze-czon-džung ㊦
 na-mu hła-um he-sang ㊦ pal-bu sa-lang-džung ㊦
 na-mu hła-um he-sang ㊦ ho-bop son-szin-džung ㊦

㊦ na-mu ㊦ hła-um ㊦ he-sang
 ㊦ dze-de- ㊦ song-džung

hła-um song-džung
 hła-um song-džung...(powtarzamy)

hła-um song-džung
 mJOR-op-džang džin-on
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha
 om a-ro-nuk-ke sa-ba-ha

lon song-czi džin-on
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum
 om a-mok-ka sal-ba-da-ra sa-da-ja szy-be-hum

bul-sol so-dze kil-sang da-ra-ni
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om-ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-je sa-ba-ha

na-mu sa-man-da mot-ta-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-dži-ga szy-ri-e sa-ba-ha
 na-mu sa-man-da mot-da-nam a-ba-ra-dži ha-da-sa
 sa-na-nam da-nja-ta
 om ka-ka ka-he ka-he hum-hum a-ba-ra
 a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra ba-ra-a-ba-ra
 džit-ta džit-ta dži-ri dži-ri ppa-da ppa-da
 son-džiga szy-ri-e sa-ba-ha

 bo głol dżin-on
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha
 om ho-ro ho-ro sa-ja mo-ke sa-ba-ha

 bo-ho-hjang dżin-on
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum
 om sam-ma-ra sam-ma-ra mi-ma-ra
 dża-ra-ma dża-go-ra ba-ra-hum

☉ czal-czin szim-njom ka-su-dži
 ☉ de-he dżung-su ka-um dżin
 ☉ ho- ☉ gong ga-rjang pung ga ge
 ☉ mu- ☉ nung dżin-sol
 ☉☉☉ bul gong-dok ☉☉

☉☉

LUDZKA DROGA

*Przychodzenie z pustymi rękoma,
odchodzenie z pustymi rękoma,
to jest ludzkie.*

Gdy się rodzisz, skąd przychodzisz?

Kiedy umierasz, dokąd odchodzisz?

Życie jest jak przepływający obłok, który się pojawia.

Śmierć jest jak przepływający obłok, który znika.

Przepływający obłok, sam w sobie pierwotnie nie istnieje.

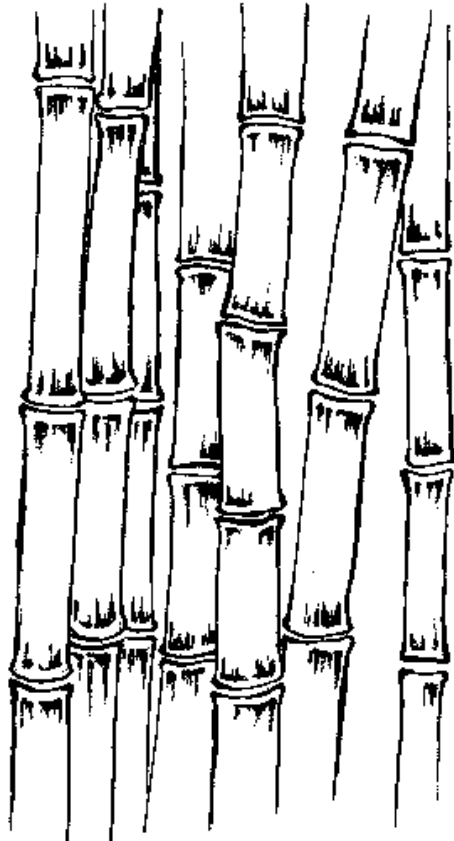
Życie i śmierć, przychodzenie i odchodzenie są również takie.

Jest tylko jedna rzecz, która zawsze pozostaje jasna.

Jest czysta i jasna, niezależna od życia i śmierci.

Zatem, czym jest ta jedna czysta i jasna rzecz?

TŁUMACZENIA SUTR



PORANNA PIEŚŃ DZWONU

Nasze intencje: niech dźwięk tego dzwonu rozprzestrzenia się po całym wszechświecie, niech rozjaśni piekło ciemnego metalu, niech ulży trzem krainom cierpienia, niech unicestwi piekło mieczy i przywiedzie wszystkie istoty do oświecenia.

Hold świętemu, współczującemu, czcigodnemu mistrzowi z Krainy Lotosu, wielkiemu Wajroczanie, Buddzie Światła.

Teraz recytujemy wersy z pieczołowicie chronionej złotej księgi i ukazujemy wysadzaną klejnotami skrzynię z jadeitową osią.

Wszystkie cząstki kurzu przenikają się wzajemnie. Chwila po chwili każda z nich jest pełna sama w sobie. Sto milionów dziewięćdziesiąt pięć tysięcy czterdzieści osiem słów stanowi całkowite nauczanie Jednego Wozu.

Chwała Wielkiemu Nieskończonemu Buddzie, twórcy sutry Awatamsaka (Hła Jen):

na-mu de-bang-głang bul hła-om gjong
(trzy razy)

Pierwszy wers:

Jeśli chcesz całkowicie zrozumieć wszystkich Buddów przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, powinieneś postrzegać naturę wszechświata jako stworzoną tylko przez umysł.

Mantra unicestwienia piekła:

na-mu a-tta szy-dži-nam
sam-mjak sam-mot-ta gu-czi-nam
om a-dża-na ba-ba dži-ri dži-ri hum
(trzy razy)

Ślubuję przez resztę życia utrzymywać swój umysł w jedności, bez rozkojarzenia przy Buddzie Amitabie – Buddzie nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni. Wszystkie umysły są na zawsze połączone z Jego jadeitową jasnością oświecenia. Żadna myśl nigdy nie wyłania się z Jego złotej postaci. Trzymając małą, postrzega On wszechświat z pustką jako osnową, w którym wszystkie zjawiska są połączone – wzajemnie związane.

Postrzeż i osiągnij Buddę Amitabhę z Zachodniego Raju. Stań się jednością z Wielkim Mistrzem Zachodniego Raju, Buddą *właśnie-tak-jak-to*, Buddą nieskończonego życia. Stań się Buddą nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni.

Błękitne góry o wielu grzbietach są domem Buddy. Rozległy ocean z wieloma falami jest pałacem stałości. Cokolwiek pojawia się, przyjmuj to bez przeszkód. Niewielu może dostrzec czerwoną głowę żurawia, który usiadł na sośnie. Stań się Buddą nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni.

Kiedy siedzisz w milczeniu w górskiej świątyni w cichą noc, niezmaczony spokój i cisza są pierwotną naturą. Dlaczego zachodni wiatr kołysze lasem? Samotny krzyk dzikiej gęsi wypełnia niebo. Stań się Buddą nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni.

Ślubując szczerze i otwarcie ze wszystkimi istotami świata, wkraczając razem w Ocean Wielkich Ślubowań Buddy Amitabhy, nieustannie ratując czujące istoty, Ty i ja jednocześnie osiągamy drogę Buddy. Stań się Buddą nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni.

Stań się jednym z Czystą Zachodnią Krainą, światem ostatecznego błogosławieństwa. Trzydzieści sześć miliardów osiemset osiemdziesiąt dziewięć tysięcy pięćset imion Buddy jest tym samym imieniem.

Wielka miłość, wielkie współczucie, Budda Amitabha.

Stań się jednym z Zachodnią Czystą Krainą, Światem ostatecznego błogosławieństwa.

To ciało Buddy jest nieskończone. Ta łaskawa twarz nie ma granic. A jego złota poświata świeci wszędzie, przenikając cały wszechświat.

Czterdzieści osiem ślubowań, by uratować wszystkie istoty.

Nikt nie może potwierdzić, ani też zaprzeczyć. Nikt nie może potwierdzić, ponieważ Budda jest jak niezliczone ziarna piasku w Gangesie, albo nieskończone momenty w całym czasie, albo niezliczone drobiny kurzu, albo niepoliczalne źdźbła trawy. Niezliczona liczba.

Tłumaczenie Sutr

Trzydzieści sześć miliardów osiemset osiemdziesiąt dziewięć tysięcy pięćset imion Buddy jest tym samym imieniem.

Wielka miłość, wielkie współczucie, nasz pierwotny nauczyciel.

Hołd złotemu Tathagacie Buddzie Amitabie. Stań się Buddą nieskończonego czasu i nieograniczonej przestrzeni.

Mantra czystego pierwotnego umysłu:

om a–ri da–ra sa–ba–ha
(trzy razy)

WIECZORNA PIEŚŃ DZWONU

Dźwięk tego dzwonu odcina całe myślenie;
rośnie mądrość; pojawia się oświecenie;
piekło zostaje w tyle.

Trzy Światy zostają przekroczone.
Ślubuję stać się Buddą i wyzwolić wszystkich ludzi.

Oto Mantra Unicestwienia Piekła:

om ga–ra dži–ja sa–ba–ha
(trzy razy)

CHWAŁA TRZEM KLEJNOTOM

Niech słodki zapach naszego przestrzegania wskazań, naszej medytacji, naszej mądrości, naszego wyzwolenia i naszego poznania o wyzwoleniu – niech one wszystkie stworzą jaśniejący, podobny do chmury baldachim; niech przenikają one wszystkie cały wszechświat, głosząc chwałę niezliczonym buddom, dharmie i sanghom, we wszystkich dziesięciu kierunkach.

Mantra ofiarowania kadzidła:

om ba-a-ra to-bi-ja hum
(trzy razy)

Składamy hołd nauczycielowi trzech światów, kochającemu ojcu wszystkich stworzeń, naszemu pierwotnemu nauczycielowi, Buddzie Siakjamuniemu.

Składamy hołd istniejącemu wiecznie zgromadzeniu wszystkich buddów we wszystkich dziesięciu kierunkach, w przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, niezliczonych jak lądy i morza w sieci Pana Indry.

Składamy hołd wszystkim dharmom, istniejącym wiecznie, we wszystkich dziesięciu kierunkach, w przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, niezliczonym jak lądy i morza w sieci Pana Indry.

Składamy hołd: Mandźiuśremu – bodhisattwie wielkiej mądrości; Samantabhadrze – bodhisattwie wielkiego działania i niestrudzonego wysiłku; wielce współczującemu Bodhisattwie Awalokiteśwarze oraz temu, który jest panem wielu ślubowań – Bodhisattwie Ksitigarbhe.

Składamy hołd niezliczonym, pełnym współczucia i miłości członkom Sanghi, a szczególnie tym, którzy otrzymali osobiście przekaz od Buddy na Górze Gridhakuta¹ – dziesięciu wielkim uczniom, szesnastu świętym, pięciuset czcigodnym i wszystkim z tysiąca dwustu wielkim arhatom.

Składamy hołd tym wielkim patriarchom i nauczycielom, którzy przybyli z Zachodu na Wschód oraz tym, którzy dotarli do wybrze-

¹Góra Sępa

Tłumaczenie Sutr

ży Korei i przekazywali światło dharmy poprzez pokolenia. Składamy także hołd mistrzom naszej tradycji, uznanym przez wszystkie wieki oraz różnym niezliczonym nauczycielom duchowym i przyjaciółom.

Składamy hołd wszystkim niezliczonym członkom sanghi, wiecznie istniejącym we wszystkich dziesięciu kierunkach, w przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, niezliczonym jak lądy i morza w sieci Pana Indry.

Szczerze pragniemy, by te niewyczerpane Trzy Klejnoty przyjęły nasze oddanie z największą miłością i współczuciem i udzieliły nam duchowego wsparcia; pragniemy również razem ze wszystkimi istotami we wszechświecie osiągnąć drogę Buddy.



SUTRA TYSIĄCA OCZU I RĄK

Oto początek Sutry Tysiąca Oczu i Rąk.

Mantra, która oczyszcza całą złą karmę stworzoną przez mowę:

su-ri su-ri ma-ha-su-ri su-su-ri sa-ba-ha
(trzy razy)

Mantra, która raduje bogów pięciu kierunków:

na-mu sa-man-da mot-ta-nam om do-ro do-ro dži-mi sa-ba-ha
(trzy razy)

Śpiew otwierający sutrę:

Najwyższa, całkowita, cudowna Dharma Buddy może nie zostać doświadczona przez milion kalp. Jednak teraz, skoro szczęśliwie ją ujrzałem, usłyszałem i otrzymałem, ślubuję osiągnąć jej prawdziwe znaczenie.

Mantra otwierająca:

om a-ra-nam a-ra-da
(trzy razy)

Proszę Bodhisattwę Awalokiteśwarę, który zbawia ten świat swym tysiącem oczu i rąk, aby użył swej wszechogarniającej, doskonałej i pełnej współczucia dharani.¹

Składam pokłon Bodhisattwie Awalokiteśwarze, który posiada wielką moc i łagodny wygląd, używa każdego z tysiąca ramion żeby chronić ten świat, a świetlistość jego tysiąca oczu przenika każdą część tego świata.

Nieskazitelna mowa Awalokiteśwary naucza tajemnych znaczeń. Nieustannie ukazuje nam pusty, współczujący umysł. Awalokiteśwara spełnia nasze życzenia szybko i całkowicie usuwając całą złą karmę.

Gdy niebo, smok i święte istoty ochraniają nas ze współczuciem, Samjak Sambodhi – Najwyższe Oświecenie – zostanie osiągnięte.

¹ Dharani znaczy dosłownie „mieć wszystko” lub „odciąć się od wszystkiego”, tutaj oznacza posiadanie dobrej dharmy.

Nowo uzyskane ciało będzie jaśniejącą chorągwią; nowo uzyskany umysł będzie cudem. Z nowym ciałem i umysłem, pozbędziemy się całego kurzu tego świata i przekroczymy morze cierpienia, osiągając kierunek, który zaprowadzi nas do bramy przebudzenia.¹

Teraz, gdy przyjąłem Bodhisattwę przez zapamiętanie śpiewu, wszystkie moje życzenia zostaną spełnione.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie jak najszybciej do osiągnięcia wszystkich prawdziwych dharm.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie szybko do otwarcia oka mądrości.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie jak najszybciej do uratowania tego świata.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by dostarczyła mi jak najszybciej właściwych środków do osiągnięcia przebudzenia.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie na pokład okrętu mądrości.²

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by przeprowadziła mnie jak najszybciej przez ocean cierpienia.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by wprowadziła mnie jak najszybciej na ścieżkę wskazań.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie do natychmiastowego osiągnięcia nirwany.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie do natychmiastowego osiągnięcia domu pustki.

Z oddaniem powierzam się Kwan Se Um Bosal, by doprowadziła mnie jak najszybciej do stanu Buddy.

Jeśli pójde do piekła pełnego mieczy, miecze same rozpadną się na kawałki.

Jeśli pójde do piekła wrzącego metalu, wrzący metal sam wyparuje.

¹ Brama przebudzenia oznacza stan Buddy.

² Okręt mądrości – Pradźnia

Jeśli pójde do piekła nieskończonego cierpienia, cierpienie ustanie samo z siebie.

Jeśli pójde do świata głodujących duchów, zostanie zaspokojony ich głód.

Jeśli pójde do świata walczących demonów, demony same zaprzestaną walki.

Jeśli pójde do świata zwierząt, zwierzęta same z siebie osiągną wielką mądrość.

Teraz przyjmuję Kwan Se Um Bosal Mahasal.

Przyjmuję De Se Dzi Bosal Mahasal.¹

Przyjmuję Czön Su Bosal Mahasal.²

Przyjmuję Jo Li Rjun Bosal Mahasal.³

Przyjmuję De Rjun Bosal Mahasal.⁴

Przyjmuję Kwan Dża Dże Bosal Mahasal.⁵

Przyjmuję Dżong Czli Bosal Mahasal.⁶

Przyjmuję Man Łol Bosal Mahasal.⁷

Przyjmuję Su Łol Bosal Mahasal.⁸

Przyjmuję Gun Da Ri Bosal Mahasal.⁹

Przyjmuję Szip Il Mjon Bosal Mahasal.¹⁰

Przyjmuję Dże De Bosal Mahasal.¹¹

Przyjmuję Bonsa Amitabul.¹²

¹ Bodhisattwa działania, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

² Bodhisattwa z tysiącem rąk, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

³ Bodhisattwa trzymający Koło Skarbu – symbol Buddadharmy, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

⁴ Bodhisattwa trzymający Kosmiczne Koło, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

⁵ Bodhisattwa dający wolność, inna nazwa Kwan Se Um Bosal.

⁶ Bodhisattwa symbolizujący czystość i spokój, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

⁷ Bodhisattwa z twarzą jak księżyc w pełni, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

⁸ Bodhisattwa z twarzą jak księżyc odbity w wodzie, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

⁹ Bodhisattwa dający moc, jedna z inkarnacji Kwan Se Um Bosal.

¹⁰ Jedenastoręka Kwan Se Um Bosal.

¹¹ Liczni, wielcy Bodhisattwowie.

¹² „Bonsa” oznacza pierwotny nauczyciel, Amitabha Budda, pierwotny Budda.

Tłumaczenie Sutr

Mantra Wielkiej Dharani, która nie jest tłumaczona
szin–mjo dżang–gu de–da–ra–ni...

Śpiew hołdujący Czterem Kierunkom:

Pierwszy, Bodhi-mandala została ustanowiona przez wymazanie złudzeń Wschodu.

Drugi, spokój został osiągnięty przez wymazanie cierpienia Południa.

Trzeci, Kraina Szczęśliwości została osiągnięta przez wymazanie pożądań Zachodu.

Czwarty, wieczna cisza i spokój zostały osiągnięte przez wymazanie zmysłowości Północy.

Śpiew wychwalający Bodhi-mandale:

Teraz, gdy każda część Bodhi-mandali jest wolna od zanieczyszczeń, trzy skarby i niebiański smok zstępują do niej.

Teraz, odkąd posiadam i nieustannie powtarzam cudowną mantrę, jestem chroniony przez wielkie współczucie.

RYTUAŁ SKRUCHY

Teraz żałuję, z głębi serca, za przewinienia, wielkie i małe, jakich się dopuściłem od niepamiętnych czasów, które były stworzone przez pożądania i spełnione przez ciało, usta i wolę.

Dwanaście wersów śpiewu skruchy i imiona dwunastu Bodhisattwów:

na–mu czam–dże op–czang bo–sung dżang–bul
bo–klang–lang hła–rjom dżo–bul...

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia zabierania życia.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia zabierania rzeczy mi nie danych.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia złego działania powodowanego żądzą.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia kłamstwa.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia próżnej mowy.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia obelżywej mowy.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia przewrotnej mowy.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia ciągłego nienasycenia.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia wzbudzania gniewu.

Teraz silnie żałuję poważnego przewinienia mojej niewiedzy.

Wszystkie nasze przewinienia zgromadzone przez setki kalp zostają całkowicie usunięte w jednej chwili tak jak ogień trawi suchą trawę, wypalając ją doszczętnie.

Nasze przewinienia nie mają własnej natury, a rozwijają się jedynie z naszych umysłów.

Jeśli nasze umysły znikną, wtedy nasze przewinienia również znikną.

Jedynym sposobem by wyrazić skruchę jest pozwolić zniknąć umysłowi razem z przewinieniami i osiągnąć pustkę.

Mantra skruchy:

om sal-ba mot-cza mo-dzi sa-da-ja sa-ba-ha
(trzy razy)

Jeśli z czystym umysłem naśladujesz szlachetne czyny Bodhisattwy Dżundże, nie powstaną żadne trudności i czy odrodzisz się jako budda w niebie, czy jako ludzka istota, szczęście buddy będzie zawsze z tobą.

Przyjmuję wielką Dżundże Bosal,¹ która jest matką siedmiu miliardów buddów.

Mantra oczyszczająca krainę dharmy:

om nam
(trzy razy)

Mantra ochronna:

om czi rim
(trzy razy)

Sześciosylabowa mantra, która ukazuje niezgłębiony pierwotny umysł Kwan Se Um Bosal:

om ma-ni ban-me hum
(trzy razy)

Mantra Bodhisattwy Dżundże:

om dża-re dżu-re dżun-dże sa-ba-ha bu-rim
(trzy razy)

¹ Bodhisattwa posiadająca magiczną moc.

Teraz, gdy ślubuję z oddaniem recytować wielką mantrę Dżundże i utrzymywać umysł bodhi, jestem pewien, że będę ukierunkowany ku praktyce przez samadhi oraz mądrość, i że ujrzę jasność, by spełniać miłosierne i szlachetne uczynki, osiągnąć zwycięskie powodzenie i stan Buddy razem z ludźmi tego świata.

DZIESIĘĆ WIELKICH ŚLUBOWAŃ

1. Będę się zawsze trzymał z dala od trzech złych ścieżek.
2. Szybko odetnę pożądanie, gniew i niewiedzę.
3. Będę zawsze słuchał Buddy, Dharmy i Sanghi.
4. Będę pilnie kultywował wskazania, medytację i poznanie.
5. Będę bezustannie pielęgnował naukę Buddy.
6. Nigdy nie porzucę umysłu oświecenia.
7. Będę zawsze odradzać się w sprzyjających warunkach.
8. Szybko ujrzę naturę Buddy.
9. Rozprzestrzenie się na cały wszechświat.
10. Dobrowolnie uratuję wszystkie istoty.

CZTERY WIELKIE ŚLUBOWANIA

1. Czujące istoty są niezliczone; ślubujemy je wszystkie wyzwolić.
2. Iluzje są nieprzebrane; ślubujemy je wszystkie wykorzenić.
3. Nauki są niewyczerpane; ślubujemy je wszystkie zgłębić.
4. Droga Buddy jest doskonała; ślubujemy ją osiągnąć.

SCHRONIENIE W TRZECH KLEJNOTACH

Przyjmuję Schronienie w Buddzie,
który jest obecny we wszystkich dziesięciu kierunkach.
Przyjmuję Schronienie w Dharmie,
która jest obecna we wszystkich dziesięciu kierunkach.
Przyjmuję Schronienie w Sandze,
która jest obecna we wszystkich dziesięciu kierunkach.

PIĘĆ I DZIESIĘĆ WSKAZAŃ

1. Ślubuję powstrzymywać się od zabierania życia.
Zabijanie wykorzenia w nas ziarno miłości i współczucia. Zabić innego, to żerować na przyjacielu i bliźnim. Pewnego dnia znajdziemy się w jednej z trzech krain cierpienia w zapłacie za nasze zabijanie. Za dawanie życia otrzymujemy ludzkie życie.
2. Ślubuję powstrzymywać się od brania rzeczy mi nie danych.
Branie rzeczy nam nie danych odcina korzenie cnoty i mądrości; to co łatwo osiągamy, łatwo też tracimy. Samo tylko pożądanie czegoś cudzego sprawi, że będziemy w przyszłości postawieni twarzą w twarz z odrodzeniem się w świecie zwierząt.
3. Ślubuję powstrzymywać się od działania powodowanego żądzą.
Nieskromność odcina źródło czystości. Nieczystość jest ostatecznie czystą Dharmakają. Spójrz lepiej na kociol gdzie znajdują się wszyscy, którzy złamią to wskazanie.
4. Ślubuję powstrzymywać się od kłamstwa.
Kłamstwo odcina ziarno Prawdy, a Niebiosa nie pozwalają na oszukiwanie tego co święte, ani okłamywanie świętych. Jeżeli kłamca uniknie piekła, gdzie wyrzywa mu się język, to odrodzi się jako ptak na skutek swego złego działania.
5. Ślubuję powstrzymywać się od brania środków odurzających umysł, które wywołują brak uwagi.
Alkohol odcina źródło mądrości, pokolenie za pokoleniem pozostajemy w otępieniu jak ktoś pijany. Budda uczy, że ktoś kto nie utrzymuje tych pięciu Wskazań, w przyszłym życiu utraci swą ludzką postać.
6. Ślubuję nie mówić o błędach innych ludzi.
7. Ślubuję nie wychwalać siebie i nie poniżać innych osób.
8. Ślubuję nie kierować się chciwością, lecz okazywać szczodrość.
9. Ślubuję nie wzbudzać gniewu, lecz utrzymywać umysł w harmonii.
10. Ślubuję nie oczerniać trzech klejnotów – Buddy, Dharmy i Sanghi.

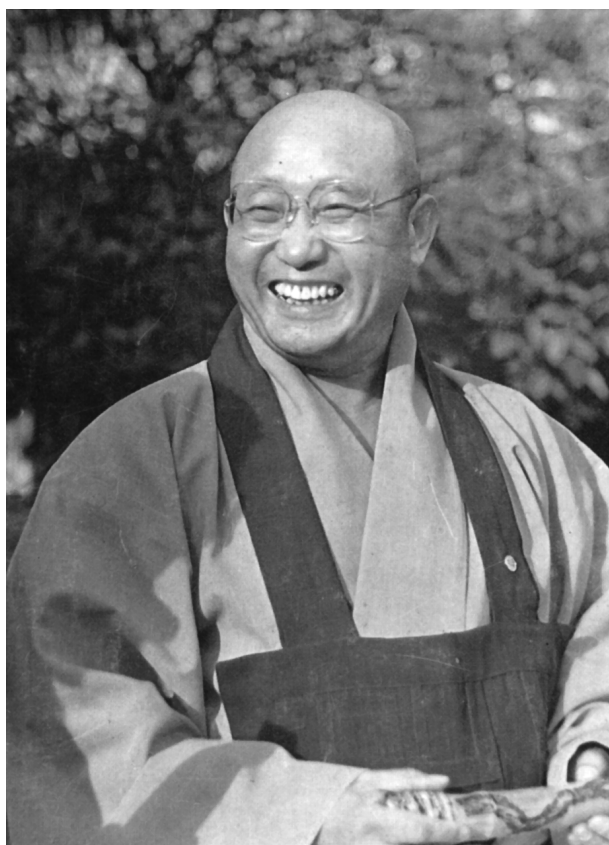
Tłumaczenie Sutr

11. Ślubuję być wiernym Buddzie.
12. Ślubuję być wiernym Dharmie.
13. Ślubuję być wiernym Sandze.
14. Ślubuję być szczodrym dla ludzi.
15. Ślubuję działać i mówić ze współczuciem.
16. Ślubuję działać z innymi, stać się jednym i osiągnąć Drogę Buddy.

Począwszy od tego życia, aż do osiągnięcia stanu Buddy, będę świadomie utrzymywał(a) te Wskazania i nie będę ich łamał(a).

Pragnę, żeby Buddowie byli świadkami, że nigdy nie odstąpię od tych Wskazań, woląc raczej oddać wpierw swoje życie.

REGUŁY ŚWIĄTYNI
MISTRZA ZEN SEUNG SAHNA



1. O utrzymywaniu umysłu Bodhi

Najpierw musisz podjąć zdecydowane postanowienie, by osiągnąć oświecenie i pomagać innym. Gdy już masz pięć lub dziesięć wskazań, wiedz, kiedy je utrzymywać, a kiedy można je łamać, kiedy są otwarte, a kiedy zamknięte. Pozwól odejść swojemu małemu ja i stań się swoim prawdziwym ja.

*W prawdziwej naturze
Nie ma tego i tamtego.
Wielkie okrągłe zwierciadło
nie ma upodobań i niechęci.*

2. O uwadze

Nie czepiaj się swoich opinii. Nie omawiaj swoich prywatnych poglądów z innymi. Czepianie się i bronienie swoich poglądów to niszczenie swojej praktyki. Odłóż wszystkie swoje opinie. To jest prawdziwy buddyzm.

Nie chodź tam, gdzie nie masz żadnej sprawy. Nie słuchaj gadania, które ciebie nie dotyczy.

Nie twórz złej karma, żądz, gniewu i niewiedzy.

*Jeśli w tym życiu
nie otworzysz swojego umysłu,
nie będziesz mógł strawić
nawet jednej kropli wody.*

3. O zachowaniu

Zawsze działaj z innymi. Nie stawiaj siebie ponad innych przez odmienne działanie. Arogancja nie jest dozwolona w świątyni.

Pieniądze i seks są jak złośliwy wąż. Odsuń te sprawy daleko od siebie.

W sali Dharmy przechodź za siedzącymi w medytacji. Podczas mów i ceremonii utrzymuj właściwą postawę i bądź stosownie ubrany. Nie rozmawiaj głośno i nie śmiej się na głos w sali Dharmy.

Jeśli masz sprawę poza świątynią, która spowoduje, że musisz opuścić ceremonie lub posiłki, powiadom o tym jedną z osób odpowiedzialnych za świątynię.

Szanuj starszych od siebie, kochaj młodszych. Utrzymuj swój umysł wielkim i otwartym.

Jeśli spotkasz chorych, kochaj i pomagaj im.

Bądź troskliwy wobec gości. Postępuj tak, by czuli się dobrze i zważaj na ich potrzeby.

Gdy szanowani ludzie odwiedzają świątynię, kłaniaj się im i zwracaj się do nich z szacunkiem.

Bądź uprzejmy. Zawsze przepuszczaj innych przed sobą.

Pomagaj innym ludziom.

Nie baw się w zagrywki z innymi ludźmi.

Nie plotkuj.

Nie używaj odzieży innych osób.

Nie czepiaj się świętych pism.

Nie śpij za dużo.

Nie bądź frywolny.

Pozwól, by starsi i bardziej szanowani ludzie usiedli przed tobą.

Nie omawiaj mało istotnych spraw świątyni z gośćmi.

Gdy odwiedzasz kogoś na zewnątrz świątyni, mów o niej dobrze.

Picie po to, by wywołać nieuwagę lub działanie spowodowane żądzą stworzy tylko powstanie złej karmy i zniszczy twoją praktykę. Musisz być silny i myśleć właściwie. Wtedy te pożądania nie skuszą cię.

Nie ludź się myśląc, że jesteś wielką i wolną osobą. To nie jest prawdziwy buddyzm.

Zważaj tylko na to, co robisz. Nie osądzaj działań innych.

Nie twórz złej karmy zabijania, kradzieży i żądz.

*Pierwotnie nic nie istnieje,
ale Budda praktykował nieporuszony
pod drzewem Bodhi przez sześć lat,
a przez dziewięć lat Bodhidharma siedział
milcząc w Sorim.
Jeśli potrafisz zburzyć mur swojej jaźni,
staniesz się nieskończony w czasie i przestrzeni.*

4. O mowie

Twój zły język doprowadzi cię do ruiny. Musisz trzymać korek w butelce. Otwieraj ją tylko wtedy, kiedy jest to konieczne.

Zawsze mów dobrze, jak Bodhisattwa. Nie używaj wulgarnego języka w świątyni.

Jeśli natkniesz się na dwoje walczących ze sobą ludzi, nie prowokuj ich słowami pełnymi gniewu. Raczej posłuż się dobrym słowem, by ułagodzić ich gniew.

Nie twórz złej karmy kłamstwa, przesadzania, wszczynania zatar-gów między ludźmi, czy przeklinania innych.

*Kiedys pewien człowiek przemówił niewłaściwie
i odradzał się jako lis przez pięćset żywotów.
Gdy usłyszał właściwą mowę, utracił swe lisie ciało.
Co to jest właściwa, a co niewłaściwa mowa?
Jeśli otworzysz usta, uderzę cię trzydzieści razy.
Jeśli zamkniesz usta, także uderzę cię trzydzieści razy.
Musisz uchwycić „głowę słowa” (kong-an) i nie puścić.
Pies szczeka: hau, hau, hau!
Kot miauczy: miau, miau, miau.*

5. O jedzeniu

Wybitny nauczyciel powiedział: „Dzień bez pracy, jest dniem bez jedzenia”.

Są dwa rodzaje pracy: wewnętrzna i zewnętrzna. Praca wewnętrzna to utrzymywanie czystego umysłu. Praca zewnętrzna to odcinanie egoistycznych pragnień i pomaganie innym.

Najpierw pracuj, potem jedz.

Jedz w milczeniu. Nie rób niepotrzebnych hałasów.

Kiedy jesz, zważaj tylko na siebie. Nie zajmuj się działaniami innych.

Przyjmuj z wdzięcznością to, co podano. Nie czepiaj się tego, co lubisz czy nie lubisz.

Nie szukaj satysfakcji w jedzeniu. Jedz tylko po to, by mieć siły do praktyki.

Choćbyś jadł dobre jedzenie przez całe życie, twoje ciało umrze.

Wielka droga nie jest trudna.

Po prostu odetnij wszelkie myśli o dobru i złu.

Sól jest słona.

Cukier jest słodki.

6. O praktyce formalnej

Podczas formalnej praktyki działaj razem z innymi.

Nie bądź leniwy.

Podczas śpiewów podążaj za rytmem mokta.

Podczas siedzenia zważaj na czugpi.

Dostrzeż prawdziwe znaczenie śpiewów i siedzenia i działaj zgodnie z nim.

Zrozum, że zebrałeś złą karmę, która jest jak wielka góra. Utrzymuj ten umysł gdy kłaniasz się ze skruchą.

Nasza karma nie ma własnej natury, lecz jest tworzona przez nasz umysł. Jeśli nasz umysł wygasa, nasza karma też będzie rozwiana.

Jeśli widzimy pustkę karmy i umysłu, nazywa się to prawdziwą skruchą. Klaniamy się po to, by ujrzeć prawdziwą naturę i pomóc innym.

*Gdy krzyczymy w dolinie:
wielki okrzyk – wielkie echo,
mały okrzyk – małe echo.*

7. O mowie Dharmy

Kiedy słuchasz słów mistrza zen, utrzymuj czysty umysł. Nie przywiązuj się do jego słów. Odetnij wszelkie myśli i przeniknij prawdziwe znaczenie jego mowy.

Nie myśl: „już mam wielkie zrozumienie; nie potrzebuję tej mowy”. To jest złudzenie.

Jeśli masz pytanie, postaw je mistrzowi zen, gdy skończy mówić.

Gdy wąż pije wodę, woda staje się jadem. Kiedy krowa pije wodę, woda staje się mlekiem. Jeśli czepiasz się niewiedzy, tworzysz życie i śmierć. Jeśli utrzymujesz czysty umysł, stajesz się Buddą.

*W wielkiej pracy życia i śmierci,
czas nie będzie na ciebie czekał.
Jeśli umrzesz jutro, jakie otrzymasz ciało?
Czy to wszystko nie jest najwyższej wagi?
Pośpiesz się! Pośpiesz się!
Błękitne niebo i zielone morze
Są pierwotną twarzą Buddy.
Dźwięk wodospadu i pieśń ptaka
Są wielkimi sutrami.
Dokąd idziesz?
Uważaj na swe kroki.
Woda płynie w dół ku morzu.
Obłoki wznoszą się ku niebiosom.*