

Die Zufluchtzeremonie

(in der Suttanta Gemeinschaft)

1. Die Verehrung des Buddha

(Kandidat/in kniet und spricht erst auf Deutsch, dann auf Pāli:)

Ehre sei dem Erhabenen, dem Vollendeten, dem vollkommen Erwachten. 3x

Namo tassa bhagavato arahato sammā-sambuddhassa. 3x

2. Das Gelübde der fünf Trainingsregeln (*pañca sīlāni*)

(Erst auf Deutsch alleine:)

(1) Ich will mich darin üben, Lebewesen nicht zu schaden.

(2) Ich will mich darin üben, den Besitz anderer zu respektieren.

(3) Ich will mich darin üben, verantwortlich mit Sexualität umzugehen.

(4) Ich will mich darin üben, ehrlich und wohltuend zu sprechen.

(5) Ich will auf berauschende Mittel, die träge machen, verzichten.

(Durch Nachsprechen:)

(1) *Pāṇātipātā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.*

(2) *Adinnādānā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.*

(3) *Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.*

(4) *Musāvādā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.*

(5) *Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.*

Leiter: *Imāni pañca sikkhā-padāni.* - Dies sind nun deine fünf Trainingsregeln.

3. Die Zufluchtsformel

(alleine:)

Ich nehme meine Zuflucht beim Buddha.

Ich nehme meine Zuflucht beim Dhamma.

Ich nehme meine Zuflucht beim Sangha.

Zum zweiten Mal ...

Zum dritten Mal ...

(durch Nachsprechen:)

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Dutiyam-pi

Tatīyam-pi

Leiter: *Ti-saraṇa-gamaṇaṃ niṭṭhitaṃ.* - Dies ist nun deine Zuflucht!

Kandidat/in: *Āma bhante.* - Ja, so ist es, Herr.

Die Gemeinschaft sagt zusammen: *Saddhu, saddhu, saddhu.*