

## GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHA

Das Herz-Sutra gilt als einer der bekanntesten buddhistischen Texte und steht als alt-japanische Übersetzung im Zentrum zahlreicher Zen-Schulen. Darin lehrt der Buddha Avalokiteshvara über die höchste Tugend auf dem Weg zur Erleuchtung: vollkommene Weisheit, auf Sanskrit *Prajnaparamita*, also das Wissen um die Leerheit aller Phänomene. Das Mantra ist der Schluss- und Höhepunkt des Sutras.



### Die Bedeutung der Silben

GATE bedeutet „gegangen“, den Übergang vom Leiden zur Befreiung vom Leiden.

PARA verstärkt GATE und bedeutet „bis zum anderen Ufer“, „den ganzen Weg“.

GAM verstärkt GATE und bedeutet „alle Lebewesen“, „die gesamte Sangha“.

BODHI bedeutet den erreichten Zustand von „Erleuchtung“ oder „Erwachen“.

SVAHA bedeutet „Möge die Bedeutung des Mantras in meinem Herzen Wurzeln schlagen!“, vergleichbar mit „Amen“ oder „Hallelujah“.