

DREIFACHE ZUFLUCHT

<p>Schwester: Bhante, please give us the Three Refuges, so my mind will become peaceful. Thank you.</p>	<p>Gruppe: Bhante, bitte gib uns die Dreifache Zuflucht, auf dass unser Geist friedvoll werde. Danke!</p>
<p>Bhante: Please sit with your backs straight, and calm your mind now repeat after me (<i>Nehmt eine aufrechte Sitzhaltung ein und beruhigt Euren Geist, nun sprecht mir nach</i>): I now take refuge in the Buddha.</p>	<p>Gruppe: Ich nehme nun Zuflucht zum Buddha.</p>
<p>Bhante: I now take refuge in the Dhamma.</p>	<p>Gruppe: Ich nehme nun Zuflucht zum Dhamma.</p>
<p>Bhante: I now take refuge in the Sangha.</p>	<p>Gruppe: Ich nehme nun Zuflucht zur Sangha.</p>
<p>Bhante: For the second time, I take refuge in the Buddha.</p>	<p>Gruppe: Ein zweites Mal nehme ich Zuflucht zum Buddha.</p>
<p>Bhante: For the second time, I take refuge in the Dhamma.</p>	<p>Gruppe: Ein zweites Mal nehme ich Zuflucht zum Dhamma.</p>
<p>Bhante: For the second time, I take refuge in the Sangha.</p>	<p>Gruppe: Ein zweites Mal nehme ich Zuflucht zur Sangha.</p>
<p>Bhante: For the third time, I take refuge in the Buddha.</p>	<p>Gruppe: Ein drittes Mal nehme ich Zuflucht zum Buddha.</p>
<p>Bhante: For the third time, I take refuge in the Dhamma.</p>	<p>Gruppe: Ein drittes Mal nehme ich Zuflucht zum Dhamma.</p>
<p>Bhante: For the third time, I take refuge in the Sangha.</p>	<p>Gruppe: Ein drittes Mal nehme ich Zuflucht zur Sangha.</p>