

## HAN NYA SHIN GYŌ

Traslitterazione e traduzione parola per parola  
a uso di chi voglia conoscere il significato dei singoli ideogrammi.

NOTE. La sillaba TSU tra parentesi non si pronuncia ma si assimila alla sillaba seguente, raddoppiandola.  
I caratteri sono tipografici e non calligrafici.

### 仏説摩訶般若波羅蜜多心經

MA KA	HAN NYA	HA RA MI TA	SHIN	GYŌ
grande	saggezza	Paramita	cuore	Sutra
<i>Great</i>	<i>Wisdom</i>	<i>Paramita</i>	<i>Heart</i>	<i>Sutra</i>

### 觀自在菩薩行深

KAN JI ZAI	BO SATSU	GYŌ	JIN
Avalokiteshvara	Bodhisattva	pratica	profonda
<i>Avalokiteshvara</i>	<i>Bodhisattva</i>	<i>practice</i>	<i>deep</i>

### 般若波羅蜜多時照見

HAN NYA	HA RA MI TA	JI	SHŌ	HAN[KEN]
Prajña	Paramita	(quando)	realizzare	vedere
<i>Prajña</i>	<i>Paramita</i>	<i>(when)</i>	<i>realize</i>	<i>see</i>

### 五蘊皆空度一切苦厄

GO	UN[ON]	KAI	KŪ	DO	I(TSU)SAI	KU YAKU
cinque	skandhas	tutto	vuoto	attraversare	ogni	sofferenza
<i>five</i>	<i>skandhas</i>	<i>all</i>	<i>empty</i>	<i>go across</i>	<i>every</i>	<i>suffering</i>

### 舍利子色不異空空

SHA RI SHI	SHIKI	FU	I	KŪ	KŪ
Shariputra	forma	non	differente	vuoto	vuoto
<i>Shariputra</i>	<i>form</i>	<i>no</i>	<i>different</i>	<i>emptiness</i>	<i>emptiness</i>

### 不異色色即是空

FU	I	SHIKI	SHIKI	SOKU	ZE	KŪ
non	differente	forma	forma	è	il	vuoto
<i>no</i>	<i>different</i>	<i>form</i>	<i>form</i>	<i>is</i>	<i>the</i>	<i>emptiness</i>

## 空即是色受想行

KŪ	SOKU	ZE	SHIKI	JU	SŌ	GYŌ
vuoto <i>emptiness</i>	è <i>is</i>	la <i>the</i>	forma <i>form</i>	sensazioni <i>Feelings</i>	percezioni <i>perceptions</i>	istinti <i>impulses</i>

## 識亦復如是舍利子

SHIKI	YAKU BU	NIYO	ZE	SHA RI SHI
consapevolezza <i>consciousness</i>	anche <i>also</i>	come <i>like</i>	questo <i>this</i>	Shariputra <i>Shariputra</i>

## 是諸法空相不生不滅

ZE	SHO HŌ	KŪ SŌ	FU	SHŌ	FU	METSU
questo <i>this</i>	tutto <i>everything</i>	carattere originale <i>original character</i>	non <i>not</i>	nato <i>born</i>	non <i>not</i>	estinto <i>extinguished</i>

## 不垢不淨不增不減

FU	KU	FU	JŌ	FU	ZŌ	FU	GEN
non <i>not</i>	macchiato <i>defiled</i>	non <i>not</i>	puro <i>pure</i>	non <i>non</i>	aumento <i>increase</i>	non <i>not</i>	diminuzione <i>decrease</i>

## 是故空中無色無受想

ZE KO	KŪ CHŪ	MU	SHIKI	MU	JU	SŌ
pertanto <i>therefore</i>	non-vuoto <i>in-emptiness</i>	non <i>no</i>	forma.. <i>form..</i>	non <i>no</i>	sensazioni <i>feelings</i>	percezioni <i>perceptions</i>

## 行識無眼耳鼻舌

GYŌ	SHIKI	MU	GEN	NI	BI	ZE(TSU)
istinti <i>impulses</i>	consapevolezza <i>consciousness</i>	non <i>no</i>	occhio <i>eye</i>	orecchio <i>ear</i>	naso <i>nose</i>	lingua <i>tongue</i>

## 身意無色聲香味觸

SHIN	NI	MU	SHIKI	SHŌ	KŌ	MI	SOKU
cuore <i>body</i>	mente <i>soul</i>	no <i>no</i>	colore <i>colore</i>	suono <i>suono</i>	odore <i>odore</i>	sapore <i>sapore</i>	tatto <i>tatto</i>

## 法無眼界乃至

HŌ	MU	GEN	KAI	NAI SHI
oggetto della mente <i>object of mind</i>	no <i>no</i>	occhio <i>eye</i>	mondo <i>world</i>	fino ad arrivare <i>until-come-to</i>

## 無意識界無無明

MU	I SHIKI	KAI	MU	MU MYŌ
non <i>no</i>	consapevolezza <i>consciousness</i>	mondo <i>world</i>	non <i>no</i>	ignoranza <i>ignorance</i>

## 亦無無明盡乃至無老

YAKU	MU	MU MYŌ	JIN	NAI SHI	MU	RŌ
anche <i>also</i>	non <i>no</i>	ignoranza <i>ignorance</i>	annientamento <i>annihilation</i>	fino ad arrivare <i>until-come-to</i>	non <i>no</i>	vecchiaia <i>old age</i>

## 死亦無老死盡無苦

SHI	YAKU	MU	RŌ	SHI	JIN	MU	KU
morte <i>death</i>	anche <i>also</i>	non <i>no</i>	vecchiaia <i>old age</i>	morte <i>death</i>	annientamento <i>annihilation</i>	non <i>no</i>	causa <i>cause</i>

## 集滅道無智亦無得

SHŪ	METSU	DŌ	MU	CHI	YAKU	MU	TOKU
sofferenza <i>suffering</i>	Nirvana <i>Nirvana</i>	via <i>path</i>	non <i>no</i>	saggezza <i>wisdom</i>	anche <i>also</i>	non <i>no</i>	realizzazione <i>attainment</i>

## 以無所得故菩提薩埵依

I	MU	SHO TOK(U) KO	BO DAI SA(TSU) TA	E
perché <i>because</i>	non <i>no</i>	realizzazione <i>attainment</i>	Bodhisattva <i>Bodhisattva</i>	dipende da <i>depends on</i>

## 般若波羅蜜多故心無罣礙

HAN NYA	HA RA MI TA	KO	SHIN	MU	KE(I) GE
Prajña <i>Prajña</i>	Paramita <i>Paramita</i>	perché <i>because</i>	mente <i>mind</i>	non <i>no</i>	ostacolo <i>obstacle</i>

## 無罣礙故無有恐怖遠離

MU KE(I) GE	KO	MU	U	KU FU	ON RI
non ostacolo	perché	non	esiste	paura	oltrepassare

*no obstacle*      *because*      *no*      *exist*      *fear*      *go beyond*

### 一切顛倒夢想究竟涅槃

I(TSU)SAI    TEN DŌ    MU SŌ    KU GYŌ    NE HAN  
tutte            perturbatrici    opinioni    raggiungere    Nirvana  
*all*            *upsetting*    *views*    *attain*    *Nirvana*

### 三世諸佛依般若波羅蜜多

SAN ZE    SHO BUTSU    E            HAN NYA    HA RA MI TA  
tre mondi    tutti    i Buddha    dipendono da    Prajña    Paramita  
*three worlds*    *all*    *Buddhas*    *depend on*    *Prajña*    *Paramita*

### 故得阿耨多羅三藐

KO            TOKU            A            NOKU            TA RA            SAN MYAKU  
pertanto    raggiungere    suprema    perfetta    illuminazione    Sanma  
*therefore*    *attain*            *supreme*    *perfect*    *enlightenment*    *Samma*

### 三菩提故知般若波羅蜜多

SAN BO DAI    KO            CHI            HAN NYA    HA RA MI TA  
Sambodhi    pertanto    sapere    Prajña    Paramita  
*Sambodhi*    *therefore*    *know*    *Prajña*    *Paramita*

### 是大神咒 是大明咒

ZE    DAI            JIN[SHIN]    SHU            ZE    DAI            MYO            SHU  
il    grande    inesplicabile    mantra    il    grande    splendente    mantra  
*the*    *great*    *unexplainable*    *mantra*    *the*    *great*    *shining*    *mantra*

### 是無上咒 是無等等咒

ZE    MU JŌ            SHU            ZE    MU TŌ DŌ            SHU  
il    supremo    mantra    l'    incomparabile    mantra  
*the*    *supreme*    *mantra*    *the*    *incomparable*    *mantra*

### 能除一切苦真實不虛

NŌ            JO            I(TSU) SAI    KU            SHIN JITSU    FU    KO  
capace di    cancellare    tutte            sofferenze    vero            non    falso  
*able to*    *erase*            *all*            *suffering*    *true*            *not*    *false*

## 故說般若波羅蜜多咒

KO	SETSU	HAN NYA	HA RA MI TA	SHU
<i>pertanto therefore</i>	<i>proclamare proclaimed</i>	<i>Prajña Prajña</i>	<i>Paramita Paramita</i>	<i>mantra mantra</i>

## 即說咒曰

SOKU	SE(TSU)	SHU	WATSU
<i>e and</i>	<i>proclamare proclaimed</i>	<i>il mantra mantra</i>	<i>dice: says:</i>

## 揭諦揭諦波羅揭諦波羅僧揭諦

GYA TE(I) GYA TE(I) HA RA GYA TE(I) HA RA SŌ GYA TE(I)

## 菩提薩婆訶般若心經

BŌ JI SO WA KA HAN NYA SHIN GYŌ

## TRADUZIONE

Immerso nella saggezza suprema davanti a monaci e bodhisattva riuniti, Kannon (Avalokitesvara) bodhisattva della compassione, risponde all'allievo Shariputra insegnando la dottrina del vuoto.

Oh Shariputra, la forma non è che vuoto, il vuoto non è che forma;

ciò che è forma è vuoto, ciò che è vuoto è forma;

lo stesso è per sensazione, percezione, discriminazione e coscienza.

Tutte le cose sono vuote apparizioni, Shariputra.

Non sono nate, non sono distrutte, non sono macchiate, non sono pure;

non aumentano e non decrescono.

Perciò nella vacuità non c'è forma né sensazione, né percezione, né discriminazione, né coscienza;

Non ci sono occhi né orecchi, naso, lingua, cuore, mente;

Non ci sono forma né suono, odore, gusto, tatto, oggetti;

né c'è un regno del vedere,  
e così via fino ad arrivare a nessun regno della coscienza;  
non vi è conoscenza, né ignoranza,  
né fine della conoscenza, né fine dell'ignoranza,  
e così via fino ad arrivare a né vecchiaia né morte;  
né estinzione di vecchiaia e morte;  
non c'è sofferenza, karma, estinzione, via;  
non c'è saggezza né realizzazione.

Dal momento che non si ha nulla da conseguire, si è un bodhisattva.

Poiché ci si è interamente affidati alla prajna paramita,  
la mente non conosce ostacoli;  
dal momento che la mente non conosce ostacoli  
non si conosce la paura, si è oltre il pensiero illusorio,  
e si raggiunge il Nirvana.

Poiché tutti i Buddha

del passato, del presente e del futuro

si affidano interamente alla prajna paramita, conseguono la suprema illuminazione.

Sappi dunque che la prajna paramita è il grande mantra,  
il mantra più alto,  
il mantra supremo e incomparabile,  
capace di placare ogni sofferenza.

Ciò è vero.

Non è falso.

Perciò io recito il mantra della prajna paramita,

Che dice:

Gate, gate, paragate, parasamgate, bodhi, svaha!

(andate, andate, andate insieme all'altra sponda, completamente sull'altra sponda, benvenuto risveglio!)