

GYOHATSU NENJU

Mains en gasshō

Busshō kabira **Jo do** makada
Seppō harana **nyu** metsu kuchira
Nyorai o **ryōki** **Gakon** toku futen
Gangu issai shū **To san rin ku** ja ku.

Ouvrir le bol

Shin jin pashin **birū sha no fu**
En mon ho shin ru**shā no fu**
Sen pai kashin shakya **mu ni fu**
To rai asan mirū **son bu**
Ji ho san shi ishī shi fu
Dai jin myo harin **ga kin**
Dai shin bun jusu **ri bu sa**
Dai jin fuen **bu sa**
Daihi kan shiin **bu sa**
Shi son bu sa mo ko sa
Mo ko hōja ho ro mi.

A « hakari » mains en shashu-zazen

Hitotsu ni wa, **kō** no **tashō** o hakari
kano **raisho** o hakaru.
Futatsu ni wa onore ga toku**gyō** no
zen ketto **hakatte** ku ni **ōzu**.
Mitsu ni wa **shin** o fusegi toga o hanaruru koto wa
tontō o **shū** to su.
Yotsu ni wa, masani **ryōyaku** o koto to suru wa
gyōko o **ryōzen** ga tame nari.
Itsutsu ni wa **jōdō** no tame no yue ni
ima kono jiki o uku.

Ino (à midi)

Jiten kijinshu **gokin suji kyu**
Suji **hen jihō** ishi **kijin kyu**.

Mettre la cuillère dans le bol

Jo bun san bo chu bun shion
Gekyū roku **do kai do kuyō**.

Tenir le bol à la hauteur du visage

Ikku idan issai aku
Niku ishu **issai zen**
Sanku ido shoshu **jo**
Kaigu jo butsu **do**.

Avant de boire le thé,
tenir le bol à la hauteur du visage

Gashi **sen passui**
Nyo **ten kan** ro mi
Seyo **kijin shu**
Shitsu **ryo** toku **bo man**
On makura **sai** sowaka.

Ino

Shishi **kai jiki kun jiren** kafu **jashī**
Shin shin jin cho ihi kishu **rinbu jo son**.