

長壽佛修持儀軌

Tata Ritual Sadhana Buddha Amitayus



滿
足
成
就
佛
陀
智
慧



一
切
衆
生
無
上
福
田



Maha Mula Acarya Lian Sheng

[Maha Guru Lian Sheng \(Lu Sheng-Yen\)](#) adalah perintis Zhen Fo Zong ([True Buddha School](#)) yang dilahirkan pada tahun 1945 (Imlek tanggal 18 bulan 5) di Chiayi, Taiwan. Beliau juga di kenal sebagai Maha guru mula/mulacarya/ grandmaster dan juga guru silsilah oleh umat Zhen Fo Zong. Maha guru Lian Sheng memiliki 4 silsilah guru yaitu: Biksu Liao Ming.- sekte Nyingmapa, Sakya Zheng Kong Lama - sekte Sakyapa, Maha Ratna Dharma Raja Karmapa ke-16 - sekte Kargyupa, Tuten Dhargay Rinpoche - sekte Gelugpa.

Zhen Fo Zong ([真佛宗](#)) adalah sekte yang berkembang paling cepat di seluruh dunia dalam dua dekade terakhir ini, dewasa ini terdapat 5 juta lebih murid diseluruh dunia yang [bersarana](#) dgn beliau, lebih dari dari 400 lokasi cetiya cabang dan pusat pembabaran Dharma terbesar merata di setiap pelosok dunia, telah berdiri lebih dari 30 Maha Vihara. Semua ini dijalankan oleh murid sendiri secara sukarela, dan juga telah banyak Rinpoche lain yang berguru pada beliau seperti: mantan ketua parlemen Tibet, Kasur Jigme L.Rinpoche, Tuten Gyatso Rinpoche, Tsampa Rinpoche, dan lain-lain. Sejak tahun 1989, beliau selalu membabarkan Dharma dan menolong para insan di berbagai pelosok dunia.

Maha guru Lian Sheng juga telah menulis lebih dari 200 buku (tercatat di tahun 2009). Buku-buku yang di tulis beliau mencakup topic tentang agama budha tantra, Budha Zen, Tao dan Feng Sui. Ada beberapa buku tersebut telah di terjemah dalam bahasa indonesia, inggris dan banyak bahasa lain.



Informasi Penting

Tata cara sadhana ini disalin dan dipublikasikan oleh [Vihara Vajra Bhumi Sriwijaya](#) (聖輪雷藏寺). Tata cara sadhana ini di buat berdasarkan standard tata cara sadhana dalam bahasa mandarin yang di peroleh dari situs True Budha School. Siapapun yang ingin melaksanakan sadhana ini, harus terlebih dahulu:

- bersarana dengan Maha Mula Acarya Lian Sheng untuk mendapatkan pemberkatan silsilah.
- menerima abhiseka khusus untuk melaksanakan sadhana ini dari Maha Mula Acarya Lian Sheng

Pemberkatan khusus untuk melaksanakan sadhana ini dapat di peroleh dengan salah satu cara di bawah ini :

- Mendapatkannya langsung dari Maha Mula Acarya Lian Sheng dengan mengikuti upacara yang Beliau pimpin dimana Beliau akan memberikan abhiseka khusus untuk melaksanakan sadhana ini.
- Konsultasi dengan Vajra Acarya.
- Menulis surat permohonan abhiseka khusus untuk melaksanakan sadhana ini kepada Maha Mula Acarya Lian Sheng. Surat tersebut di tujukan ke **Master Sheng-Yen Lu**, 17102 NE 40th Court, Redmond, WA 98052-5479, U.S.A.

Terjemahan untuk membaca sutra dan mantra yang terdapat dalam tata cara ini, diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan Han Yu Pin Yin. Hal ini tidak menjamin pelafalan pembacaan mantra/sutra akan berbunyi 100% sama dengan yang di ajarkan oleh Maha Mula Acarya Lian Sheng.

Maka dari itu, sadhaka yang ingin melakukan sadhana ini dianjurkan untuk:

- Mendapatkan tape rekaman suara asli Maha Mula Acarya untuk berlatih dari vihara Zhen Fo Zong terdekat di kota anda.
- Mengunjungi vihara terdekat di kota anda untuk mengikuti kebaktian dan keterangan lebih lanjut.
- Konsultasi langsung dengan Pandita, Bhikhu atau Vajra Acarya.

Tata cara sadhana ini boleh diprint tetapi TIDAK UNTUK DIPERJUAL BELIKAN. Penyalinan dan publikasi dari tata cara sadhana ini dilakukan oleh team pengurus situs vihara. Terima kasih kepada:

- HR dan kawan kawan atas penyalinan, penyusunan dan pemasangan sadhana ini di situs vihara

Doa dan Gatha Penyaluran Jasa:

Memohon Adhistana Maha Mula Acarya Lian Sheng, para Buddha, Bodhisattva, dan para pelindung dharma.

Semoga Jasa dan Kebajikan:

- Memperindah tanah suci para Buddha
- Menghilangkan malapetaka dan bencana
- Menyebarkan benih kebajikan bagi semua makhluk hidup
- Mengikis karma buruk dan menambah berkah serta prajna
- Membalas empat budi besar
- Menolong makhluk yang ada di tiga alam sengsara

Semoga mereka yang mendengarkan, melafalkan dan melatih sadhana ini:

- Dapat bertekad untuk membangkitkan kebodhian sampai di akhir penghidupan ini
- Bersama-sama lahir di alam Sukhavatiloka dan kelak mencapai kebudhaan

Om Guru Lian Sheng Siddhi Hum

Informasi lebih lanjut:

- Zhen Fo Zong (True Buddha School) pusat kunjungi: www.tbsn.org
- Informasi alamat Vihara Zhen Fo Zhong terdekat di kota anda:
http://www.shenlun.org/more/menu_download/alamat_vhr_diindo.pdf
- Biografi Maha Acarya Lian Sheng dalam Bahasa Indonesia:
<http://www.shenlun.org/biografi/grand-master-lu/>
- Informasi bersarana dengan Maha Acarya Lian Sheng dalam bahasa indonesia kunjungi:
<http://www.shenlun.org/pendaftaran/sarana/>

Vihara Vajra Bhumi Sriwijaya (聖輪雷藏寺)

Jalan sayangan Lrg. Rumah Kuning Lama No. 619 Palembang

Telp. (0711) 350 798 Fax. (0711) 320 124

Email : contactus@shenlun.org

Situs : <http://www.shenlun.org>

Blog : <http://blog.shenlun.org>

Facebook : <http://www.facebook.com/ViharaVajraBhumiSriwijaya>

Youtube : <http://www.youtube.com/j1ngen>



Tata Ritual Sadhana Buddha Amitayus (長壽佛修持儀軌)



先祈求根本傳承加持：先觀空，次觀想根本傳承上師蓮生活佛住頂放光加持，持「根本傳承上師心咒」七遍，祈求修法圓滿。

Diawali dengan memohon adhistana Mula Silsilah: pertama-tama bervisualisasi sunya, dilanjutkan dengan bervisualisasi Mula Guru Buddha Hidup Lian Sheng menetap di atas kepala memancarkan cahaya memberkati, japa "Mantra Hati Mula Guru" 7 kali untuk memohon kesempurnaan bersadhana.

再作四無量心觀。作驚醒手印：拍掌兩下，再交加彈指。

Zuo si wu liang xin guan.

Kemudian bervisualisasi Catur Apramana. Mudra Pembukaan: tepuk tangan dua kali, lalu menyilangkan tangan dan memetik jari.

觀想真佛宗根本傳承：

Guan xiang zhen fo zong gen ben chuan cheng

南摩大日如來 南摩佛眼佛母 南摩蓮花童子 南摩蓮生活佛
 Nan mo da ri ru lai, nan mo fo yan fo mu, nan mo lian hua tong zi, nan mo lian sheng huo fo

觀想根本傳承上師與諸佛菩薩放光加持，唸：

Guan xiang gen ben chuan cheng shang shi yu zhu fo pu sa fang guang jia chi. nian

唵。古魯蓮生悉地吽。(7x)

Om gu lu lian sheng xi ti hum.(7x)

一、 唸清淨咒 **Japa mantra pembersihan**

Nian qing jing zhou

Pembersihan Mulut: 唵。修利修利。摩訶修利。修修利。梭哈。

Om. xiu li xiu li. mo he xiu li. xiu xiu li. suo ha

Pembersihan Jasmani: 唵。修哆利。修哆利。修摩利。修摩利。梭哈。

Om. xiu duo li. xiu duo li. xiu mo li. xiu mo li. suo ha

Pembersihan Pikiran: 唵。哇日羅旦。訶賀斛。

Om. wa ri luo da. he he hu.

Mantra Dewa bhumi: 南摩三滿哆。母馱南。唵。度嚕度嚕地尾。梭哈。

Nan mo san man duo. mu duo nan. om.du lu du lu di wei. suo ha.

二、 唸召請咒 **Japa mantra pengundangan**

Nian zhao qing zhou

唵。啞吽。梭哈 (三遍)

Om. a hum. suo ha (3 kali)

一心虔誠奉請 Dengan setulus hati memohon (Vandana) :

南摩根本傳承上師 蓮生活佛

Na mo gen ben chuan cheng shang shi lian sheng huo fo

南摩大白蓮花童子

Na mo da bai lian hua tong zi

南摩華光自在佛

Na mo hua guang zi zai fo

南摩真佛宗歷代傳承祖師

Na mo zhen fo zong li dai chuan cheng zu shi

南摩長壽佛

Na mo chang shou fo

(各地分堂可按照自己壇城所供奉的諸佛、菩薩、金剛護法，依次奉請)

Ge di fen tang ke an zhao zi ji tan cheng suo gong feng de zhu fo, pu sa, jin gang hu fa, yi ci feng qing

十方三世一切諸佛。一切菩薩摩訶薩。南摩摩訶般若波羅蜜多。

Shi fang san shi yi qie zhu fo, yi qie pu sa mo he sa. Na mo mo he bo re bo luo mi duo.

三、 大禮拜 **Maha Namaskara**

Da li bai

一拜根本傳承上師及十方三世一切佛：

Yi bai gen ben chuan cheng shang shi ji shi fang san shi yi qie fo

Pertama, bernamaskara kepada Mula Guru dan sepuluh penjuru Buddha dengan Mudra Jinajik.



(佛龕手印)

(Mudra Jinajik)

用佛龕手印觀想前上方有根本傳承上師，歷代傳承祖師，八大本

尊，十方三世一切諸佛，一切菩薩摩訶薩，一切護法金剛，護法龍天。如繁星密密，遍佈虛空。

Bervisualisasi di hadapan terdapat Mula Guru, para guru silsilah, 8 Maha Yidam dan sepuluh penjuru Buddha, Bodhisattva Mahasattva, Vajra Dharmapala dan para makhluk suci lainnya bagaikan bintang-bintang yang memenuhi jagad raya.

用手印觸天心，觀想根本傳承上師天心放一道白光進入自己天心。

Dengan mudra menyentuh kening, bervisualisasi kening Mula Guru memancarkan cahaya putih ke cakra kening sendiri.

用手印觸喉嚨，觀想根本傳承上師喉部放一道紅光進入自己喉嚨。

Dengan mudra menyentuh tenggorokan, bervisualisasi tenggorokan Mula Guru memancarkan cahaya merah ke cakra tenggorokan sendiri.

用手印觸心輪，觀想根本傳承上師心輪放一道藍光進入自己心輪。用手印再觸天心，散印。觀想自己身體趴到地上，普禮根本傳承上師及十方諸佛。

Dengan mudra menyentuh cakra hati, bervisualisasi cakra hati Mula Guru memancarkan cahaya biru ke cakra hati sendiri. Lalu sentuhkan mudra ke kening, lepas mudra. Bervisualisasi diri sendiri secara fisik bernamaskara di lantai, bernamaskara kepada Mula Guru dan sepuluh penjurur Buddha.

二 拜 諸 菩 薩 ： 用 蓮 花 手 印

Er bai zhu pu sa yong lian hua shou yin

Kedua, bernamaskara kepada Para Bodhisattva dengan Mudra Padma

如前觀想。用手印拜法亦如前。

普禮一切菩薩摩訶薩。

Cara dan visualisasi seperti di atas.

Bersujud kepada Para Bodhisattva Mahasattva.



(蓮花手印)

(Mudra Padma)

三 拜 護 法 金 剛 ： 用 三 叉 杵 手 印

San bai hu fa jin gang yong san cha chu shou yin

Ketiga, bernamaskara kepada Para Dharmapala dengan Mudra Trisula

如前觀想，用手印拜法亦如前。

普禮一切護法金剛，護法龍天。

Cara dan visualisasi seperti di atas.

Bersujud kepada Para Vajra Dharmapala dan Dewa Naga.



(三叉杵手印)

(Mudra Trisula)

四 稽 首 ： 用 平 等 手 印

Si qi shou yong ping deng shou yin

Keempat dengan Mudra Samaropa

用手印一揖，觸天心散印。

Dengan mudra menyentuh kening lalu lepas mudra.

(有關「大禮拜」的觀想細節，請閱『密教大光華—細說真佛密法完整修持儀軌』第20頁。)



(平等手印)

(Mudra Samaropa)

四、大供養 Mahapuja

Da gong yang

結供養印：Jiegong yang yin

二無名指相背立，二中指伸直相叉。二小指伸直相叉，右食指勾左中指。左食指勾右中指，左大拇指按右小指。右大拇指按左小指，結印置胸前。觀想完後觸天心散印。



(供養手印)

(Mudra Persembahan)

Membentuk mudra persembahan

Kedua jari manis tegak saling membelakangi. Kedua jari tengah dan kedua jari kelingking bersilang. Jari telunjuk kanan mengait jari tengah kiri, jari telunjuk kiri mengait jari tengah kanan. Jempol kanan menekan jari kelingking kiri, jempol kiri menekan jari kelingking kanan. Mudra diletakkan di depan dada. Usai bervisualisasi mudra menyentuh kening lalu lepas mudra.

觀想供養：Visualisasi Persembahan

Guan xiang gong yang

觀想壇城前的供品，變化成一橫排，

Guan xiang tan cheng qian de gong pin, bian hua cheng yi heng pai

再變成一平面，無量無邊。然後再變成充

zai bian cheng yi ping mian wu liang wu bian ran hou zai bian cheng chong

滿虛空宇宙。全部誠心供養給根本傳承

Man xū kong yu zhou qūan bu cheng xin gong yang gei gen ben chuan cheng

上師，歷代傳承祖師，八大本尊，十方

Shang shi, li dai chuan cheng zu shi, ba da ben zun, shi fang

三世一切諸佛，一切菩薩摩訶薩，

San Shi yi qie zhu fo yi qie pu sa mo he sa

一切護法金剛，護法龍天。

yi qie hu fa jin gang hu fa long tian

Bervisualisasi persembahan yang ada di atas meja altar berubah menjadi sebaris, lalu menjadi sebidang yang tak terbatas luasnya, kemudian berubah memadati seluruh jagad raya. Dengan sepenuh hati semuanya dipersembahkan kepada Mula Guru, para Guru silsilah, 8 Maha Yidam dan sepuluh penjuru Buddha, Bodhisattva, Mahasattva, Vajra Dharmapala, dan Dewa Naga.

(有關「大供養」的觀想細節，請詳閱『密教大光華—細說真佛密法完整修持儀軌』第38頁。)

唵 供養贊： Japa Pujian Persembahan

Nian gong yang zan

須彌四洲並日月。	化諸珍寶供養佛。
Xū mi si zhou bing ri yue	hua zhu zhen bao gong yang fo
種種珍奇諸功德。	消業速速證菩提。
Zhong zhong zhen qi zhu gong de	xiao ye su su zheng pu ti

Empat benua di Gunung Semeru serta surya dan candra.

Berubah menjadi aneka mustika untuk dipersembahkan kepada para Buddha.

Semoga dengan jasa-jasa yang berharga ini.

Dapat melenyapkan karma buruk hingga segera mencapai ke-Buddha-an.

唵 供養咒： Japa Mantra Persembahan

Nian gong yang zhou

唵。	沙爾娃。	打他架打。	衣打木。	古魯
Om	sha er wa	da ta jia da	yi da mu	gu lu
拉那。	面渣拉。	襟。	尼裏耶。	打耶咪。
la na	mian zha la	gan	ni li ye	da ye mi

五、 四皈依咒 Mantra Catur Sarana

Si gui yi

觀想灌頂： Bervisualisasi Abhiseka

Guan xiang guan ding

觀想根本傳承上師， 歷代傳承祖師，

Guan xiang gen ben chuan cheng shang shi li dai chuan cheng zu shi

一切諸佛。法寶。僧寶， 結合起來成為大

yi qie zhu fo fa bao seng bao jie he qi lai cheng wei da

白光。給自己灌頂。

Bai guang gei zi ji guan ding

Bervisualisasi Mula Guru, para Guru silsilah, para Buddha, Dharma, Sangha melebur menjadi cahaya putih dan mengabhiseka diri sendiri.

唵 四皈依咒（三遍）： Japa Mantra Catur Sarana

Nian si gui yi zhou (3x)

南無古魯貝。	南無不打耶。	南無達摩耶。	南無僧伽耶。
Na mo gu lu bei	na mo bu da ye	na mo da mo ye	na mo seng qie ye

(有關「皈依」及傳承依止力的開示，請詳閱『密教大光華—細說真佛密法完整修持儀軌』第50頁。)

六、披甲護身 Simabandhana

Pi jia hu shen

結三叉杵手印：放在額前。

Jie san cha chu shou yin fang zai e qian

Membentuk mudra Trisula: diletakkan di depan kening.

唸咒：**Japa Mantra:**

Nian zhou

唵。波汝藍者利。(七遍)

Om bo ru lan zhe li (7x)



(三叉杵手印)

(Mudra Trisula)

觀想防護：Visualisasi Perlindungan

Guan xiang fang hu

觀想壇城供奉的護法金剛，變化四尊，在前、後、左、右空中，護持自己。用手印印額頭，喉、心、左肩、右肩，然後觸天心散印。

Bervisualisasi Vajra Dharmapala yang di altar berubah menjadi 4 sosok yang melindungi diri sendiri di depan, belakang, kanan dan kiri diri sendiri. Dengan mudra menyentuh kening, tenggorokan, ulu hati, pundak kiri, pundak kanan, kemudian kening lalu lepas mudra.

七、唸高王觀世音真經 Japa Sutra Raja Agung Avalokitesvara

◀南摩觀世音菩薩 ◎ 南摩佛。南摩法。

Na mo guan shi yin pu sa na mo fo na mo fa

南摩僧。佛國有緣。佛法相因。常樂我淨。

na mo seng fo guo you yuan fo fa xiang yin chang le wo jing

有緣佛法。南摩摩訶般若波羅蜜是大神咒。

you yuan fo fa na mo mo he bo yue bo luo mi shi da shen zhou

南摩摩訶般若波羅蜜是大明咒。

na mo mo he bo yue bo luo mi shi da ming zhou

南摩摩訶般若波羅蜜是無上咒。

na mo mo he bo yue bo luo mi shi wu shang zhou

南摩摩訶般若波羅蜜是無等等咒。南摩淨光

na mo mo he bo yue bo luo mi shi wu deng deng zhou na mo jing guang

秘密佛。法藏佛。獅子吼神足幽王佛。
 mi mi fo fa zang fo shi zi hou shen zu you wang fo
 佛告須彌燈王佛。法護佛。金剛藏
 fo gao xū mi deng wang fo fa hu fo jin gang zang
 獅子遊戲佛。寶勝佛。神通佛。藥師琉璃光
 shi zi you xi fo bao zheng fo shen tong fo yao shi liu li Guang
 王佛。普光功德山王佛。善住功德寶王佛。
 wang fo pu guang gong de shan wang fo shan zhu gong de bao wang fo
 過去七佛。未來賢劫千佛。千五百佛。
 guo qū qi fo wei lai xian jie qian fo qian wu bai fo
 萬五千佛。五百花勝佛。百億金剛藏佛。
 wan wu qian fo wu bai hua sheng fo bai yi jin gang zang fo
 定光佛。六方六佛名號。東方寶光月殿月妙
 ding guang fo liu fang liu fo ming hao dong fang bao guang yue dian yue miao
 尊音王佛。南方樹根花王佛。西方皂王神通
 zun yin wang fo nan fang shu gen hua wang fo xi fang zhao wang shen tong
 焰花王佛。北方月殿清淨佛。上方無數精進
 yan hua wang fo bei fang yue dian qing jing fo shang fang wu shu jing jin
 寶首佛。下方善寂月音王佛。無量諸佛。
 bao shou fo xia fang shan ji yue yin wang fo wu liang zhu fo
 多寶佛。釋迦牟尼佛。彌勒佛。阿閼佛。
 duo bao fo shi jia mou si fo mi le fo a chu fo
 彌陀佛。中央一切眾生。在佛世界中者。
 mi tuo fo zhong yang yi qie zhong sheng zai fo shi jie zhong zhe
 行住於地上。及在虛空中。
 xing zhu yū di shang ji zai xū kong zhong
 慈憂於一切眾生。各令安穩休息。
 ci you yū yi qie zhong sheng ge ling an wen xiu xi

晝夜修持。心常求誦此經。能滅生死苦。

zhou ye xiu chi xin chang qiu song ci jing neng mie sheng si ku

消除諸毒害。南摩大明觀世音◎

xiao chu zhu du hai na mo da ming guan shi yin

觀明觀世音。高明觀世音。開明觀世音。

guan ming guan shi yin gao ming guan shi yin kai ming guan shi yin

藥王菩薩。藥上菩薩。文殊師利菩薩。

yao wang pu sa yao shang pu sa Wen shu shi li pu sa

普賢菩薩。虛空藏菩薩。地藏王菩薩。

pu xian pu sa xu kong zang pu sa di zang wang pu sa

清涼寶山億萬菩薩。普光王如來化勝菩薩。

qing liang bao shan yi wan pu sa pu guang wang ru lai hua sheng pu sa

念念誦此經。七佛世尊。即說咒曰：◎

nian nian song ci jing qi fo shi zun ji shuo zhou yue

離婆離婆帝。求訶求訶帝。陀羅尼帝。

li po li po di qiu he qiu he di tuo luo ni di

尼訶囉帝。毗黎你帝。摩訶伽帝。真陵

ni he la di pi li ni di mo he qie di zhen ling

乾帝。梭哈。◎ (七遍)

qian di suo ha (7x)

八、唵往生咒 (七遍) Japa Mantra Penyeberangan (7 kali)

Nian wang sheng zhou (7x)

南摩阿彌多婆夜，哆他伽多夜，哆地夜他，

Na mo a mi duo po ye duo ta qie duo ye duo di ye ta

阿彌利都婆毗，阿彌利多，悉耽婆毗，

a mi li dou po pi a mi li duo xi dan po pi

阿彌利哆，毗迦蘭帝，阿彌唎多，毗迦蘭哆，

a mi li duo pi jia lan di a mi li duo pi jia lan duo

伽彌膩，伽伽那，枳多伽利，梭哈。(七遍)

qie mi ni qie qie na zhi duo qie li suo ha (7x)

九、 加唵根本傳承上師心咒 Jia nian gen ben chuan cheng shang shi xin zhou

Ditambah dengan Japa Mantra Hati Mula Guru

唵	。	咕	。	嚕	。	蓮	。	生	。	悉	。	地	。	吽	。
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Om		gu	lu		lian	sheng		xi	di		hum				
----	--	----	----	--	------	-------	--	----	----	--	-----	--	--	--	--

十、 結印及觀想 **Membentuk Mudra dan Visualisasi**

Jie yin ji guan xiang

結印：Membentuk Mudra

Jie yin

雙手結「定印」：

Shuang shou jie 「ding yin」

kedua tangan membentuk “Mudra Dhyana”

長壽佛印——右手在上，左手在下，大姆指相觸，即「定印」也

Tangan kanan berada di atas, tangan kiri berada di bawah, kedua jempol bertemu.

**(梵文)：些**

(Bhs. Sanskerta): Xie



(Mudra Buddha Amitayus)



觀想：先觀空。唵觀空咒：

Guan xiang : xian guan kong. nian guan kong zhou

Visualisasi: Bervisualisasi kekosongan. Japa mantra visualisasi kekosongan:


唵	。	司	。	巴	。	瓦	。	速	。	達	。	沙	。	爾	。	瓦	。	打	。	爾	。	嘛	。	司	。	巴	。	瓦	。	速	。	朵	。	杭	。	(三遍)
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	------

Om	.	si	ba	wa.		su	da.		sha	er	wa.		da	er	ma.		si	ba	wa.		su	duo	hang		(3x)
----	---	----	----	-----	--	----	-----	--	-----	----	-----	--	----	----	-----	--	----	----	-----	--	----	-----	------	--	------

觀想虛空中出現月輪，月輪中有紅色【】子。【】子旋轉放光，變成一尊長壽佛。長壽佛身紅色，一頭二臂，雙手結定印，定印上有甘露寶瓶，觀想甘露寶瓶放光三度，灌頂行者，行者業障全消，壽命增長。

Bervisualisasi Di atas samudera, langit cerah tak berawan, cakra chandra terbit dari permukaan samudera, di tengah cakra chandra terdapat bijaksana xie berwarna merah, memancarkan cahaya merah. Kemudian bijaksana tersebut berubah menjadi Buddha Amitayus. Buddha Amitayus mempunyai badan yang berwarna merah, satu kepala dan sepasang tangan serta membentuk mudra dhyana. Di atas mudra tersebut terdapat sebuah patra yang di dalamnya terdapat amrta.

Bervisualisasi amrta tersebut memancarkan tri cahaya memberkati sadhaka. Segala karma buruk sadhaka terkikis, mendapatkan umur yang panjang.

或者觀想寶瓶內有【】子放白光，召請所有佛菩薩，金剛護法降入瓶內裏面，轉化成為甘露，然後長壽佛移到頭頂上，以寶瓶來為行者加持，寶瓶內的白色清涼甘露，就進入行者身體，充滿全身四肢百骸。

Bervisualisasi di dalam patra terdapat bijaksana xie berwarna putih memancarkan cahaya putih, memohon kehadiran dari para Buddha Bodhisattva dan Dharmapala untuk masuk ke dalam patra tersebut, setelah itu semua berubah menjadi amrta.

Kemudian Buddha Amitayus memberkati sadhaka dengan menuangkan amrta berwarna bening ke kepala sadhaka hingga amrta tersebut memenuhi seluruh tubuh. Tubuh sadhaka menjadi bersih.

十一、持長壽佛心咒

Chi chang shou fo xin zhou

Japa Mantra Hati Buddha Amitayus

持唵珠觀想：(雙手持唵珠置胸前，唵時用大拇指撥珠。)左手觀想成金剛鈴，右手觀想成金剛杵，佛頭珠觀想成多寶佛塔，四粒間珠觀想成四大天王，穗鬚觀想成蓮花手(佛手)。串珠的線觀想成金剛薩埵本性的白光繞一圈。持咒時每撥一粒珠子都觀想成一尊長壽佛，來到自己前面。

Bervisualisasi penggunaan japamala: (kedua tangan memegang japamala di depan dada, memindahkan japamala dengan ibu jari.) Bervisualisasi tangan kiri menjadi Genta, tangan kanan menjadi Vajra, kepala japamala menjadi pagoda Buddha, 4 butir pemisah menjadi

Catur Maharajakayika, rumbai japamala menjadi tangan teratai (tangan Buddha), benang japamala menjadi cahaya sifat asal Vajrasattva. Setiap memindahkan satu biji japamala visualisasikan setiap butir japamala berubah menjadi sesosok Buddha Amitayus yang muncul di hadapan diri sendiri.

咒語：Mantra

Zhou yü

嗡。阿媽惹尼。祖溫底耶。梭哈。（一〇八遍）

Om. a ma re ni. zhu wen di ye. shuo ha (108 x)

十二、入三摩地 Memasuki Samadhi

Ru san mo di

(請詳閱蓮花童子相應法之九節佛風、入我我入觀、數息觀。)

(Bacalah 9 Tahap Pernafasan Buddha, Visualisasi Memasuki Diriku dan Diriku Memasuki, Visualisasi Menghitung Pernafasan di dalam Sadhana Padmakumara Yoga)

十三、加持其他心咒 Japa mantra hati lainnya

jia chi qi ta xin zhou

嗡。阿彌爹哇。些。

Om a mi die wa xie

(阿彌陀佛心咒)

(Mantra Hati Amitabha Buddha)

嗡。嗎呢。叭咪。吽。

Om ma ne bai mi hum

(觀世音菩薩心咒)

(Mantra Hati Avalokitesvara Bodhisattva)

嗡。鉢囉摩。寧陀寧。梭哈。

Om bo la mo ning tuo ning suo ha

(地藏王菩薩滅定業真言)

(Mantra Ksitigarbha Pengikis Karma Tetap)

嗡。哈哈。微三摩耶。梭哈。

Om ha ha ha wei san mo ye suo ha

(地藏王菩薩心咒)

(Mantra Hati Ksitigarbha Bodhisattva)

嗡。者禮主禮。準提。梭哈。

Om zhe li zhu li zhun ti suo ha

(準提佛母心咒)

(Mantra Hati Cundi Bhagawati)

嗡。針巴拉。查冷查那耶。梭哈。

Om zhen ba la cha leng cha na ye suo ha

(黃財神心咒)

(Mantra Hati Jambhala Kuning)

嗡。阿。吽。別炸。咕嚕。貝嗎。悉地吽。些。

Om a hum bie zha gu lu bei ma xi di hum xie

(蓮華生大士心咒)

(Mantra Hati Padmasambhava Bodhisattva)

嗡。阿。吽。咕嚕貝。啞訶薩沙嗎哈。蓮生。悉地。吽。

Om a hum gu lu bei ya he sa sha ma ha lian sheng xi di hum

(蓮花童子根本心咒)

(Mantra Hati Padmakumara)

爹雅他。唵。別卡子也。別卡子也。媽哈別卡子也。

die ya ta om bie ka zi ye bie ka zi ye ma ha bie ka zi ye

辣炸娑摩伽德黑。梭哈。

(藥師佛心咒)

la cha sha mo qie de hei suo ha

(Mantra Hati Bhaisajyaguru Buddha)

十四、唵佛（三遍）Japa nama Buddha (3 kali)

Nian fo

南摩三十六萬億一十一萬九千五百同

Na mo san shi liu wan yi yi shi yi wan jiu qian wu bai tong

名同號阿彌陀佛。（三遍）

ming tong hao a mi tuo fo (3x)

Namo Amitabha Buddhaya dalam nama agung berjumlah tiga ratus enam puluh triliun seratus sembilan belas ribu lima ratus. (3x)

十五、迴向 Menyalurkan Jasa

Hui xiang

長壽如來大灌頂。

業消延命福慧增。

Chang shou ru lai da guan ding.

Ye xiao zheng ming fu hui zeng.

佛子有緣常相請。

密密綿綿壽無疆。

fo zi you yuan chang xiang qing.

Mi mi mian mian chang wu jiang.

願同唵佛者，同生極樂國，上報四重恩，

Yuan tong nian fo zhe tong sheng ji le guo shang bao si cong en

下濟三途苦，見佛了生死，如佛度一切。

xia ji san tu ku jian fo liao sheng si ru fo du yi qie

弟子○○○今依此作迴向。

di zi _____ jin yi ci zuo hui xiang

願將修法功德迴向給根本傳承上師，

Yuan jiang xiu fa gong de hui xiang gei gen ben chuan cheng shang shi

祈願師佛常住世間，不入涅槃，永轉法輪，

Qi yuan shi fo chang zhu shi jian bu ru nie pan yong zhuan fa lun

佛體安康。恭祝大家身體健康，萬事如意，

fo ti an kang gong zhu da jia shen ti jian kang wan shi ru yi

道心堅固，逢凶化吉。

dao xin jian gu feng xiong hua ji

願一切所求的願望都得到圓滿。

yuan yi qie suo qiu de yuan wang dou de dao yuan man

願一切災難退散。 唵！

Yuan yi qie zai nan tui san wun!

(有關「迴向」的觀想及細節，請詳閱『密教大光華—細說真佛密法完整修持儀軌』第172頁。)

十六、唵百字明咒（三遍） Japa mantra Sataksara (3 kali)

唵。 別炸薩多沙嘛雅。 嘛奴巴拉耶。 別炸薩多爹奴巴的叉。
Om bie zha sa duo sha ma ya ma nu ba la ye bie zha sa duo die nu ba de cha

遮左咩巴哇。 蘇多卡欲咩巴娃。 蘇浦卡玉咩巴哇。
zhe zuo mie ba wa su duo ka yu mie ba wa su pu ka yu mie ba wa

晏奴囉多咩巴哇。 沙爾娃。 司地。 咩不囉也叉。 沙爾娃。 加爾麻。
yan nu luo duo mie ba wa sha er wa si di mie bu luo ye cha sha er wa jia er ma

蘇渣咩。 即打木。 司里任古魯咩。 哈哈。 哈哈。 呵。 巴加問。
su zha mie ji da mu si li ren gu lu hum ha ha ha ha he ba jia wen

沙爾娃。 打他架打。 別炸嘛咩門查。 別至巴哇。 嘛哈沙媽耶。
sha er wa da ta jia da bie zha ma mie men cha bie zhi ba wa ma ha sha ma ye

薩多。 啞咩呬。
sa duo a hum pei.

十七、大禮拜 Mahanamaskara

一拜根本傳承上師及十方三世一切佛：

Yi bai gen ben chuan cheng shang shi ji shi fang san shi yi qie fo

Pertama, bernamaskara kepada Mula Guru dan sepuluh penjuru Buddha dengan Mudra Jinajik.

用佛龕手印觀想前上方有根本傳承上師，歷代傳承祖師，八大本尊，十方三世一切諸佛，一切菩薩摩訶薩，一切護法金剛，護法龍天。如繁星密密，遍佈虛空。

Bervisualisasi di hadapan terdapat Mula Guru, para guru silsilah, 8 Maha Yidam dan sepuluh penjuru



(佛龕手印)
(Mudra Jinajik)

Buddha, Bodhisattva Mahasattva, Vajra Dharmapala dan para makhluk suci lainnya bagaikan bintang-bintang yang memenuhi jagad raya.

用手印觸天心，觀想根本傳承上師天心放一道白光進入自己天心。

Dengan mudra menyentuh kening, bervisualisasi kening Mula Guru memancarkan cahaya putih ke cakra kening sendiri.

用手印觸喉嚨，觀想根本傳承上師喉部放一道紅光進入自己喉嚨。

Dengan mudra menyentuh tenggorokan, bervisualisasi tenggorokan Mula Guru memancarkan cahaya merah ke cakra tenggorokan sendiri.

用手印觸心輪，觀想根本傳承上師心輪放一道藍光進入自己心輪。用手印再觸天心，散印。觀想自己身體趴到地上，普禮根本傳承上師及十方諸佛。

Dengan mudra menyentuh cakra hati, bervisualisasi cakra hati Mula Guru memancarkan cahaya biru ke cakra hati sendiri. Lalu sentuhkan mudra ke kening, lepas mudra. Bervisualisasi diri sendiri secara fisik bernamaskara di lantai, bernamaskara kepada Mula Guru dan sepuluh penjuru Buddha.

二 拜 諸 菩 薩 ： 用 蓮 花 手 印

Er bai zhu pu sa yong lian hua shou yin

Kedua, bernamaskara kepada Para Bodhisattva dengan Mudra Padma

如前觀想。用手印拜法亦如前。

普禮一切菩薩摩訶薩。

Cara dan visualisasi seperti di atas.

Bersujut kepada Para Bodhisattva Mahasattva.



(蓮花手印)

(Mudra Padma)

三 拜 護 法 金 剛 ： 用 三 叉 杵 手 印

San bai hu fa jin gang yong san cha chu shou yin

Ketiga, bernamaskara kepada Para Dharmapala dengan Mudra Trisula

如前觀想，用手印拜法亦如前。

普禮一切護法金剛，護法龍天。

Cara dan visualisasi seperti di atas.

Bersujut kepada Para Vajra Dharmapala dan Dewa Naga.



(三叉杵手印)

(Mudra Trisula)

四稽首：用平等手印

Si qi shou yong ping deng shou yin

Keempat dengan Mudra Samaropa

用手印一揖，觸天心散印。

Dengan mudra menyentuh kening lalu lepas mudra.

(有關「大禮拜」的觀想細節，請閱『密教大光華—細說真佛密法完整修持儀軌』第20頁。)



(平等手印)

(Mudra Samaropa)

十九、唵圓滿咒

Japa mantra paripurna

Nian yuan man zhou

唵。部林。(三遍) Om bu lin. (3 kali)

唵。嗎呢。叭咪。吽。 Om mani padme hum.

作遣散手印：拍掌兩下，再交加彈指。

Mudra Penutupan: tepuk tangan 2 kali, lalu menyilangkan tangan sambil memetik jari.

修法圓滿。如意吉祥。

Sadhana selesai dengan sempurna.