





Avalokiteshvara

ĀRĀDHANĀ TISARANA & PANCASILA
PERMOHONAN TUNTUNAN PERLINDUNGAN & PANCASILA BUDDHIS

Hadirin / Umat :

Okasa ahang Bhante,
tisanarena saddhing, pancasiladhammang yacami.
Anuggahang katwa, silang detha me Bhante.

Dutiyampi Okasa ahang Bhante,
tisanarena saddhing, pancasiladhammang yacami.
Anuggahang katwa, silang detha me Bhante.

Tatiyampi Okasa ahang Bhante,
tisanarena saddhing, pancasiladhammang yacami.
Anuggahang katwa, silang detha me Bhante.

*Perkenankanlah Bhante,
saya memohon lima sila beserta tiga perlindungan.
Anugerahkanlah padaku sila itu, Bhante.*

*Kedua kalinya Bhante, perkenankanlah
saya memohon lima sila beserta tiga perlindungan.
Anugerahkanlah padaku sila itu, Bhante.*

*Ketiga kalinya Bhante, perkenankanlah
saya memohon lima sila beserta tiga perlindungan.
Anugerahkanlah padaku sila itu, Bhante.*

Bhikkhu :

Yamahang wadami tang wadetha.

Ikutilah kata yang saya ucapkan.

Hadirin / Umat :

Ama, Bhante.

Ya, Bhante.

Bhikkhu :

Namo tassa bhagawato arahato sammāsambudhassa. (3x)

*Terpujilah Sang Bhagawa, Yang Mahasuci, Yang telah mencapai Penerangan Sempurna.
(tiga kali)*

Hadirin / Umat : (mengulang yang diucapkan bhikkhu)

Bhikkhu :

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

Tatīyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Tatīyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.
Tatīyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

*aku berlindung kepada Buddha.
aku berlindung kepada Dhamma.
aku berlindung kepada Saṅgha (baca: Sang-gha).*

*Untuk kedua kalinya, aku berlindung kepada Buddha.
Untuk kedua kalinya, aku berlindung kepada Dhamma.
Untuk kedua kalinya, aku berlindung kepada Saṅgha.*

*Untuk ketiga kalinya, aku berlindung kepada Buddha.
Untuk ketiga kalinya, aku berlindung kepada Dhamma.
Untuk ketiga kalinya, aku berlindung kepada Saṅgha.*

Hadirin / Umat : (mengulang yang diucapkan bhikkhu)

Bhikkhu :

Saranagamanang paripunnang.

Saranagamanang telah lengkap diberikan.

Hadirin / Umat :

Ama, Bhante.

Ya, Bhante.

Bhikkhu :

- 1) Pāṇātipātā veramaṇī sikkhā-padam samādiyāmi.
 - 2) Adinnādānā veramaṇī sikkhā-padam samādiyāmi.
 - 3) Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhā-padam samādiyāmi.
 - 4) Musāvādā veramaṇī sikkhā-padam samādiyāmi.
 - 5) Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhā-padam samādiyāmi.
- Aku bertekad akan melatih diri menghindari pembunuhan makhluk hidup.
 - Aku bertekad akan melatih diri menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan.
 - Aku bertekad akan melatih diri menghindari perbuatan asusila.
 - Aku bertekad akan melatih diri menghindari ucapan yang tidak benar.
 - Aku bertekad akan melatih diri menghindari segala minuman keras yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran.

Hadirin / Umat : (mengulang yang diucapkan bhikkhu)

Bhikkhu :

Imani pancasikkhapadani.
Slena sugating yanti.
Silena bhogasampada.
Silena nibbuting yanti.
Tasma silang wisodhaye.

Ini adalah lima pelatihan sila.
Dengan merawat sila, tercapai alam bahagia.
Dengan merawat sila, diperoleh kekayaan (lahir dan batin)
Dengan merawat sila, tercapai padamnya kilesa.
Oleh karena itu, rawatlah sila dengan sempurna.

Hadirin / Umat :

Sadhu, sadhu, sadhu.

Baiklah, baiklah, baiklah!

ĀRĀDHANĀ DHAMMADESANĀ

Permohonan Mengajar Dharma

Brahmā ca lokādhipatī sahampati
Katanjalī andhivaram āyācatha:
Santīdha sattāpparajakkha-jātikā
Desetu Dhammaṃ anukampimaṃ pajam.

Brahma Sahampati, penguasa dunia ini
Merangkap kedua tangannya (beranjali) dan memohon:
Ada makhluk-makhluk yang memiliki sedikit debu di mata mereka;
Ajarkanlah Dhamma demi kasih sayang kepada mereka.

སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་ བསྐྱེད་ རྩི་

REFUGE & BODHICITTA PRAYER

皈依及發菩提心文
(Palms joined at your heart 合掌當胸)
(Sambil beranjali)

། སངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོགས་རྣམས་ལ།

SANG GYĚ CHHO DANG TSHOG KYI CHHOG NAM LA.

桑傑 卻當 措及 措南_母 拉

諸佛正法賢聖僧

To the Buddhas, the Dharma and the Sublime Assembly.

Aku berlindung kepada semua Buddha, Dharma, Sangha yang mulia

བྱང་ལྷུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མ་ཆེ།

JANG CHHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHHI.

章初_不 巴督 達尼 甲_不 宿 氣

直至菩提永皈依

I take refuge until I have accomplished the enlightened state.

Aku berlindung hingga aku mencapai pencerahan sempurna

བདག་གི་སྤྱིར་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

DAG GI JHIN SOG GYII PEI SO NAM KYII.

達給_以 敬索 吉貝 索南_母 極

以我所修諸功德

By the merit of accomplishing generosity and other perfections,

Melalui jasa kebajikan yang kuperoleh dari merampungkan 6 Paramita

འགོ་ལ་མན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་སོག་ ལྷན་གསུམ།

DRO LA PHEN CHHIR SANG GYĚ DRUB PAR SHOG.

多_若 拉 片缺_母 桑傑 度_如 巴_母 索克

為利有情願成佛

May I achieve Buddhahood for the benefit of all sentient beings.

Semoga aku merealisasi keBuddhaan demi manfaat semua makhluk hidup

*Recite three times.
(唸 三 遍)*

ལྷ་བསྐྱེད་ཀྱི།

VISUALIZATION OF THE DEITY

觀想本尊

(Visualisasi terhadap Yidam)

ཕྱོད་གསལ་མཉམ་པར་བྱས་སེམས་ཅན་གྱི།

DAG SOG KHA KHYAB SEM CHEN GYI.

達索 卡甲_不 現_母 欠 級

我與虛空衆生頂

I and all sentient beings as vast as space,

Aku dan semua makhluk hidup yang jumlahnya seluas langit,

སྤྱི་གཙུག་པད་དཀར་རྒྱ་བའི་སྟེང་།

CHI TSUG PE KAR DHA WEI TENG.

吉索 別卡_爾 打威 廷

月輪蓮花上 ལྷི་ '舍' 字

Above everyone's head is a white lotus and moon disc.

Di atas kepala masing-masing terdapat sekuntum teratai putih dan piringan bulan.

ལྷི་ལས་འཕགས་མཚོགས་སྤྱན་རས་གཟིགས།

HRI LË PHAG CHHOG CHEN RË ZIG.

舍利_利 列 帕卓 欠列 息

ལྷི་ (舍) 化觀世音菩薩

And on top of that is a ལྷི་ (HRI), which transforms into Chenrezig.

dengan bija aksara HSRI di atasnya yang lalu menjelma menjadi Chenrezig.

དཀར་གསལ་ལ་འོད་ཟེར་ལྷ་ལྷན་འཕྲོ།

KAR SAL Ö ZER NGA DEN TRO.

嘎薩_爾 哦色_爾 阿電 拓

身白放射五色光

He appears in a white-coloured body, radiating the five colour lights.

Tubuh Beliau putih cemerlang dan memancarkan cahaya lima warna.

མངོས་འདྲམ་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས།

ZÈ ZÜM THUG JEI CHEN GYII ZIG.

則尊_母 突傑 見幾 息

含笑悲憫視衆生

He gazes with compassionate eyes and loving smile.

Beliau memandang dengan Pandangan Mata Welas Asih dan Senyum Kasih Sayang

ཐུག་བཞིའི་དང་པོ་ཐལ་སྤྱར་མངོད།

CHHAG ZHII DANG PO THAL JAR ZED.

插吸 當波 塔佳_母 則

四臂原二前合掌

He has four arms. The first two are folded in prayer.

Beliau berlengan empat, dua lengan pertama sedang beranjali

འོག་གཉིས་ཤེལ་སྤྱང་པད་དཀར་བསྐྱམས།

ÖG NYII SHEL TRENG PED KAR NAM.

哦_亮呢 稍廷 別嘎_母 南_母

下二晶珠（右）白蓮花（左）

The lower two hold a crystal rosary (right) and a white lotus (left).

Dua lengan lainnya memegang seuntai Mala Kristal (kanan) dan setangkai Teratai Putih (kiri)

དར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲུས།

DAR DANG RIN CHHEN GYEN GYII TRË.

達當 忍欠 堅機 特_列

絲綢珍寶嚴其身

He is arrayed in silks and jewels.

Beliau dihiasi permata dan busana sutera

རི་དྭགས་ལྷགས་པའི་སྤྱོད་གཡོགས་གསོལ།

RI DAG PAG PEI TOD YOG SOL.

立達 拔別 多喇 所

肩披鹿皮為上衣

He wears an upper robe of antelope skin

Dengan jubah kulit rusa

འོད་དཔག་མེད་པའི་དབུ་རྒྱུ་ཙམ།

Ö PAG MED PEI Ü GYEN CHEN.

哦拔 美北 屋堅 干

無量光佛為頂嚴

His head is adorned with Amitabha, Buddha of Boundless Light.

**Kepala Beliau bermahkotakan Buddha Amitabha,
Buddha Cahaya Tanpa Batas**

འབས་གཉིས་དྲི་ཇི་ལྷིལ་ཀྱང་བཞུགས།

ZHAB NYII DO JEI KYIL TRUNG ZHUG.

莎不你 多傑 究通 淑

雙腳金剛跏趺坐

His two feet are in the vajra posture.

Kedua Kaki-Nya dalam postur vajra

དྲི་མེད་རྒྱབ་རྒྱུ་བརྟེན་པ།

DRI MED DA WAR GYAB TEN PA.

帝不美 打哇 佳不 甸巴

無暇明月為背光

A stainless moon is his backrest.

Dengan bulan tanpa noda sebagai sandaran

སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་དྲོ་བོར་གྱུར།

KYAB NĚ KUN DÜ NGO WOR GYÜR.

甲不涅 困都 思哦窩 組爾

彼為總集皈依處

He is the essence of all those in whom we take refuge.

Beliau adalah intisari semua sumber perlindungan kita

བདག་དང་སེམས་ཅན་ ཐམས་ཅད་ གྱིམ་མགྱིན་ གཅིག་ཏུ་ བཀོལ་བ་འདྲེས་པ་ཡང་ བསམ་པ་ལ།

(With palms joined at your heart, make the following prayer, thinking that all beings are praying with you as if in a single voice.)

(合掌放胸，觀想一切衆生隨我同聲唸誦下偈)

(Sambil beranjali, lakukan doa berikut, sambil membayangkan semua makhluk ikut berdoa seakan-akan dalam satu suara.)

རྩོམ་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་སྐྱམ་དོག་དཀར།

JO WO, KYON GYII MA GÖ KU DOG KAR.

左我 瓊級 瑪過 庫奪 優

無暇聖者身白淨

Lord, not stained by any fault, white in colour.

Yang Arya, yang tidak ternoda oleh kesalahan apapun, putih dalam warna

ཚོགས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་དབྱེ་ལ་བརྒྱན།

ZOG SANG GYË KYII Ü LA GYEN.

佐桑 傑級 屋拉 堅

圓滿彌陀為頂嚴

An Omniscient Buddha is his crown ornament,

Yang bermahkotakan Buddha Maha Tahu

མུགས་ཇེ་སྐྱུན་གྱིས་འགོ་ལ་གཟིགས།

THUG JHE CHEN GYII DRO LA ZIG.

督接 欠基 多拉 息

慈眼悲憫視衆生

Gazing compassionately on all beings,

Yang selalu memandang semua makhluk dengan penuh Welas Asih

མུན་རས་གཟིགས་ལ་ཕྱག་འཚེལ་ལོ། | རེ་མེ་ཅི་རུ་བསག

CHEN RË ZIG LA CHHAG TSHAL LO.

欠熱 息拉 插沙 洛

觀音菩薩我頂禮

To You, Chenrezig, All-seeing One, I prostrate.

KepadaMu, Chenrezig, sang Pelihat Segalanya, murid bersujud

Recite as many times as you wish

(隨力多誦)

(Lafalkan sebanyak yang anda inginkan)

ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི།

THE SEVEN BRANCH PRAYER

七支淨供祈請文

འཕགས་པ་སྐུན་རས་གཟིགས་དབང་དང་།

PHAG PA CHEN RĚ ZIG WANG DANG.

帕巴 欠熱 息王 當

至尊聖者觀世音

Arya Avalokiteshvara and

Kepada Arya Avalokitesvara dan

ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པ་ཡི།

CHHOG CHU DÜ SUM ZHUG PA YI.

卓初 度順 東巴 依

十方三世一切佛

the ten directions and three times

Semua Buddha dan Bodhisattva

རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་བམས་ཅད་ལ།

GYAL WA SĚ CHĚ THAM CHED LA.

嘉哇 些傑 趨傑 拉

諸大尊勝佛菩薩

Victorious Buddhas and Bodhisattvas

dari sepuluh penjuru dan tiga masa

ཀུན་ནས་དྲང་བས་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

KUN NĚ DANG WĚ CHHAG TSAL LO.

坤涅 當威 插沙 洛

我悉虔誠皈命禮

I sincerely prostrate

Dengan tulus murid bersujud

མེ་རྟོག་བདུག་སྒྲོམ་མར་མེ་དྲི།

ME TOK DÜG PÖ MAR ME DRI.

美奪 督波 瑪_{མེ}美 帝_ལ

華香燈明及塗香

Flowers, incense, lights, perfume,

Bunga, dupa, pelita, wewangian

ཁོ་ལ་ཟས་རྩེ་ལ་མོ་ལ་སོགས་པ།

ZHAL ZÈ ROL MO LA SOG PA.

莎_{མེ} 色 若莫 拉索 巴

飲食音樂諸妙供

food, music, and other offerings,

Makanan, alunan Musik dan persembahan lainnya,

ངོ་མཚན་ལྟུང་ཡིད་ཀྱིས་སྤུལ་ནས་འབུལ།

NGÖ JOR YID KYI TRÜL NE BUL.

མོ་འཇུག་མཚན་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་།

意緣實設皆供養

both real and imagined, I offer.

baik nyata maupun hasil imajinasi, murid persembahkan

ཁོ་ལ་གསལ་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ།

PHAG PEI TSOG KYII ZHÈ SU SOL.

怕貝 措基 些蘇 索

諸聖總集哀納受

All of you assembled Noble Ones, please accept them.

Kepada seluruh persamuan Arya, mohon terimalah persembahan ini

ཐོག་མཚམས་ནས་ད་ལྟོ་བར།

THOG MA MED NÈ DA TEI BAR.

託瑪 滅涅 大蔘 巴

無始以來直至今

From beginningless time until now,

Dari masa waktu tanpa awal sampai sekarang

མི་དགེ་བཅུ་དང་མཚམས་མེད་ལྷ།

MI GE CHU DANG TSHAM MED NGA.

米給 處當 參_母滅^思阿

所犯十惡五無間

I repent the ten non virtuous actions & the five actions of unlimited consequence

Murid mengakui sepuluh perbuatan buruk dan lima kejahatan terberat

སེམས་ནི་ཉེན་མེད་སྐད་བྱུར་པས།

SEM NI NYON MONG WANG GYUR PĚ.

現_母尼 永蒙 王組_母 貝

皆由諸毒障所使

When overpowered by the obscuring passions,

Saat murid dikuasai sepenuhnya oleh nafsu yang mengaburkan pandangan

ལྷིག་པ་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བཞི།

DIG PA THAM CHED SHAG PAR GYI.

滴巴 趙_母傑 夏巴_母 級

一切我今皆懺悔

With all the other sins I have committed, I confess,

dengan penuh ketulusan, murid bertobat atas semua kesalahan ini

ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་གྱུང་རྒྱལ་སེམས།

NYEN THÖ RANG GYAL JHANG CHHÜB SEM.

延拖 讓佳 掌處_布 現_母

聲聞緣覺菩薩眾

The Sravakas, Pratyekabuddhas, Bodhisattvas,

Para Shravaka, Pratyeka Buddha, Bodhisattva,

སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པས།

SO SO KYE WO LA SOG PĚ.

唆唆 傑我 拉索 貝

乃至一切衆生等

ordinary people and so forth

serta semua makhluk biasa lainnya

དུས་གསུམ་དག་བཅི་བསགས་པའི།

DÜ SÜM GE WACHI SAG PEI.

度順_母 格哇 級薩 貝

三世所集之善業

Whatever merit that they have gathered during the three times

Apapun jasa kebajikan yang telah mereka kumpulkan selama tiga masa

ཁོ་མོ་དེ་རྣམས་ལ་ནི་བདག་ཡི་རང་།

SOD NAM LA NI DAG YI RANG.

所南_母 拉尼 達依 讓

我皆隨喜諸功德

I rejoice in all their merits

Murid bersukacita atas jasa kebajikan tersebut

ཁོ་མོས་སྤྲོ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་།

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG.

現_母建南_母級桑_母巴當

衆生所發修道心

To cater to sentient beings aptitude

Untuk melayani kemampuan bawaan makhluk hidup

ལོ་ཡི་རྩེ་བྱ་གཞི་ལྡབར།

LO YI JHE DRAG JHI TA WAR.

洛依 解札_拉 級達 哇_母

智力根機各差異

and mental capacity,

serta kapasitas mental mereka,

ཚེ་རྒྱུད་ལྷན་མོང་ཐེག་པ་ཡི།

CHHE CHHÜNG THUN MONG THEG PA YI.

缺充 吞夢 帖巴 依

現為大乘與小乘

in the form of the greater, lesser and common vehicles.

Mohon putarkanlah roda Dharma yang sesuai,

ཚོམ་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་དུ་གསོལ།

CHHÖ KYI KHOR LO KOR DU SOL.

卻級 扣洛 過 度 索

一切法輪皆勸轉

Please turn the wheel of Dharma accordingly
dalam bentuk kendaraan besar, kecil, dan biasa

འཁོར་བའི་སྲིད་མ་སྤོང་བར།

KHOR WA JHI SID MA TONG BAR.

扣 哇 幾 西 瑪 東 巴

直至輪迴有盡日

Until Samsara is completely emptied
Hingga Samsara benar-benar kosong

མྱ་ངན་མི་འདའ་ཐུགས་རྗེ་ཡིས།

NYA NGEN MI DHA THUG JHE YII.

𑖀 呀 言 彌 達 突 皆 依

切莫入滅於涅槃

Please do not pass into Nirvana. With compassion for
Semoga para Buddha tidak masuk dalam Nirvana.

འཇུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚོར་བྱིང་བ་ཡི།

DÜG NGAL GYA TSOR JHING WA YI.

度 克 𑖀 阿 佳 錯 經 哇 依

悲憫苦海衆生故

those who are drowned in the oceans of Samsara

Atas welas asih terhadap mereka yang tenggelam di dalam lautan Samsara

ཤེས་པ་ཅན་རྣམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

SEM CHEN NAM LA ZIG SU SOL.

現 建 南 拉 悉 蘇 索

啓請諸佛慈憫視

please look after these sentient beings.

Mohon jagalah semua makhluk ini

ཁདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསགས་པ།

DAG GII SO NAM CHI SAG PA.

達給 梭南_乃 級薩 巴

願我所集諸功德

May whatever merits I have accumulated

Semoga jasa kebajikan apapun yang telah murid kumpulkan

ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

THAM CHED JHANG CHHÜB GYUR GYUR NĚ.

湯_母傑 章初_布 組_爾組_爾 呢

迴向衆生成佛因

Become a cause for the Enlightenment of all beings

menjadi sebab bagi Pencerahan semua makhluk

རིང་པོར་མི་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཡི།

RING POR MI THOG DRO WA YI.

玲波_爾 彌託 多哇 夷

願我証得正覺時

On reaching Enlightenment myself

Dalam pencapaian Pencerahan murid sendiri,

འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་གྱུར་ཅིག།

DEN PEI PAL DU DAG GYÜR CHIG

電北 巴_爾都 達組_爾 級

速具度生之德行

may I develop, without delay, the qualities of a saviour of beings

Semoga murid dapat menumbuhkembangkan, tanpa tertunda, berbagai kualitas yang ada pada diri penyelamat semua makhluk

SUPPLICATION TO CHENREZIG

觀世音祈請文

། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བླ་མ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO LA MA CHEN RĚ ZIG.

索哇 跌_不 所 喇嘛 欠熱 息

祈請上師觀世音

I pray to You, Guru Chenrezig

Murid berdo'a kepadaMu, Guru Chenrezig

། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཡི་དམ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO YI DAM CHEN RĚ ZIG.

索哇 跌_不 所 夷旦_母 欠熱 息

祈請本尊觀世音

I pray to You, Yidam Chenrezig

Murid berdo'a kepadaMu, Yidam Chenrezig

། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འཕགས་མཚོ་གསུན་རས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO PHAG CHHOG CHEN RĚ ZIG.

索哇 跌_不 所 帕卓 欠熱 息

祈請至尊觀世音

I pray to You, Perfect Noble One Chenrezig

Murid berdo'a kepadaMu, Yang Maha Mulia Chenrezig

། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་སྐབས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO KYAB GON CHEN RĚ ZIG.

索哇 跌_不 所 甲_不 貢 欠熱 息

祈請怙主觀世音

I pray to You, Lord Protector Chenrezig

Murid berdo'a kepadaMu, Maha Pelindung Chenrezig

། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བྱམས་མགོན་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

SOL WA DEB SO JHAM GON CHEN RĚ ZIG.

索哇 跌_不 所 將_母 貢 欠熱 息

祈請大悲觀世音

I pray to You, Lord of Love Chenrezig

Aku berdo'a kepadaMu, Yang Maha Welas Asih Chenrezig

ཐུགས་རྗེས་བཟུངས་ཤིག་རྒྱལ་བ་ཐུགས་རྗེ་ཅན།

THÜG JĒ ZUNG SHIG GYAL WA THUG JE CHEN.

督傑 送悉 嘉哇 督傑 建

大悲至尊祈憶念

Hold with your compassion, the Compassionate Victorious One

Sang Pemenang yang penuh Welas Asih, berwelasasihlah

ཁྱམས་མེད་ཀྱོམ་བ་གྲངས་མེད་འབྲུམས་གྱུར་ཅིང་།

THA MED KHOR WA DRANG MED KHYAM GYUR CHING.

他滅 扣_母哇_得 曠滅 參_母 珠_母 青

衆生無始飄輪迴

From time without beginning, beings have wandered in Samsara,

Dari masa tidak berawal, para makhluk telah mengembara dalam samsara

ཁོ་མེད་དུག་བསྐྱེད་ལྡོང་བའི་འགྲོ་བ་ལ།

ZÖ MED DUG NGAL NYONG WEI DRO WA LA.

索滅 督_母阿_母 尼用威 多_若 哇 拉

受盡難忍諸苦惱

undergoing unendurable suffering,

mengalami derita yang tak tertahankan,

ཁོ་ལོ་མེད་པོ་ཀྱེད་ལས་སྐྱབས་གཞན་མ་མཆིས་ལོ།

GÖN PO KHYED LÉ KYAB ZHEN MA CHII SO.

貢波 缺列 甲_希先 瑪氣 梭

捨尊此外無救帖

They have no protector other than You.

Mereka tidak ada pelindung selain diriMu

ལྷན་མཁུན་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ།

NAM KHYEN SANG GYĒ THOP PAR JHIN GYII LOB.

南_母干 桑結 託巴_母 今機 洛_不

祈請加持証菩提

Please bless them that they achieve the Omniscient state of Buddhahood

Anugerahkan berkahMu agar mereka mencapai tingkatan keBuddhaan yang maha tahu

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LË NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed
Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

ཁི་སྤང་དབང་གིས་དམྱལ་བར་སྐྱེས་གུར་ཏེ།

ZHE DANG WANG GII NYAL WAR KYË GYUR TE.

些當 汪^格以^尼雅 哇^音 傑組^音 爹

皆由衆生 嗔恚力

under the influence of anger, beings are born in the hell
di bawah pengaruh kemarahan, para makhluk lahir ke alam neraka

ཁོ་གང་སྤྱད་བསྔལ་སྤོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

TSHA DRANG DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

薩^得曠 督^悉阿^尼用威 現^音 千 南^音

墮受地獄寒熱苦

and experience the suffering of heat and cold.
dan mengalami derita panas dan dingin.

ལྷ་མཚོག་ཞེད་ཀྱི་དྲུང་དུ་མྱེ་བར་ཤོག།

LHA CHOG KHYED KYI DRUNG DU KYE WAR SHOG.

拉卓 缺幾^得容都 傑哇^音 索

願生圓滿本尊前

May they all be born in your presence, Perfect Deity
Semoga mereka semua terlahir dihadapanMu, Yidam yang Sempurna

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུྂ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 吽 吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LE NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed

Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

མེད་སྤྱིའི་དབང་གིས་ཡི་དུགས་གནས་སུ་སྐྱེས།

SER NEI WANG GII YI DAG NĚ SU KYĚ.

設_母内 旺^格以 夷達 涅蘇 傑

皆由衆生貪吝力

under the influence of misery, beings are born in the realm of the hungry ghost
di bawah pengaruh kekikiran, para makhluk lahir ke alam setan kelaparan

འགྲོས་སྐྱོམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

TRĚ KOM DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

哲貢_母 督^恩阿^尼用威 現_母干 南_南

墮受餓鬼飢渴苦

and experience the suffering of hunger and thirst.
dan mengalami derita lapar dan haus.

ཞིང་མཚོག་པོ་ཏཱ་ལ་རུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ZHING CHHOG PO TA LA RU KYE WAR SHOG.

形卓 波達 拉汝 傑哇_母 索

願皆往生普陀刹

May they all be born in your perfect realm, the Potala

Semoga mereka semua lahir di alam sempurnaMu, Potala

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཏཱྲཱ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 咩 吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LË NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed

Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

ཁ་དྲི་མུག་དབང་གིས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་གུར་ཏེ།

TI MUG WANG GII DÜ DOR KYE GYUR TE.

滴目旺^格以 杜多^若 傑組^爾 爹

皆由衆生愚痴力

under the influence of ignorance, beings are born as animals

di bawah pengaruh ketidaktahuan, para makhluk lahir sebagai binatang

ཁྱོད་སྐྱུ་གསུལ་བསྔལ་རྒྱུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

LEN KUK DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

連谷^克 督^恩 阿^尼 用威 現^母 干南^母

墮受畜牲闇鈍苦

and experience the suffering of dullness and stupidity

dan mengalami derita ketidaktahuan dan kebodohan

འཇོག་པོ་མཉེད་ཀྱི་དྲུང་དུ་ཀྱེ་འག་ཤོག།

GON PO KHYED KYI DRUNG DU KYE WAR SHOG.

貢波 缺幾^得 容度 傑哇^爾 索

願生怙主觀音前

May they all be born in your presence, Protector

Semoga mereka semua lahir di hadapanMu, wahai Sang Pelindung

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུྂ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 吽 吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LË NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed

Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

འདྲོད་ཆགས་དབང་གིས་མི་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེ།

DO CHHAG WANG GII MI YI NË SU KYË.

多擦旺^{མི}以米依 逆蘇傑

皆由衆生貪執力

under the influence of desire, beings are born in the realm of the human beings

di bawah pengaruh nafsu keterikatan, para makhluk lahir ke alam manusia

འབྲེལ་ཕྱོད་སྤྱད་སྤྱུག་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

DREL PHONG DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

帖^{མི}碰 督^{མི}阿^{འུ}用威現^{མི}干南^{མི}

墮受人道無暇苦

and experience the suffering of struggle in wordly activities and poverty

dan mengalami derita perjuangan aktivitas duniawi dan kemiskinan

འབྲིང་མཚོགས་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

ZHING CHHOG DE WA CHEN DU KYE WAR SHOG.

形作 嚟哇 干都 傑哇 索

願生西方極樂國

May all beings be born in your perfect realm, the Dewachen

Semoga semua makhluk lahir ke alam sempurnaMu, Dewachen

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧུྂ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 咩 吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LĚ NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed
Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

ཐ་ག་དོག་དབང་གིས་ལྷ་མིན་གནས་སུ་སྐྱེས།

TRAG DOG WANG GII LHA MIN NĚ SU KYĚ.

塔奪旺^མ以 拉命 涅蘇 傑

皆由衆生嫉妒力

under the influence of jealousy, beings are born in the realm of demigods
di bawah pengaruh iri hati, para makhluk lahir ke alam asura

འཇབ་ཚོད་སྲུག་བསྐྱེད་ལྡོད་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

THAB TSOD DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

塔^མ措^མ督^མ阿^མ用^མ威^མ現^མ干^མ南^མ

墮受修羅爭鬥苦

and experience the suffering of fighting and quarrelling
dan mengalami derita perkelahian dan pertengkaran

པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

PO TA LA YI ZHING DU KYE WAR SHOG.

波達 拉依 興都 傑哇 索

願生普陀山淨土

May they all be born in your realm, the Potala
Semoga mereka semua lahir ke alamMu, Potala

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 咩 吽

ཐོག་མེད་དུས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པའི་མཐུས།

THOG ME DÜ NE LË NGEN SAG PEI THÜ.

托滅 杜涅 列言 薩貝 徒

無始所集諸惡業

Since beginningless time, compelled by their negative karma committed
Sejak masa tidak berawal, didorong oleh karma buruk yang dilakukan

ང་རྒྱལ་དབང་གིས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་སྐྱེ།

NGA GYAL WANG GI LHA YI NE SU KYË.

阿甲 旺 以 拉依 涅蘇 傑

皆由衆生驕慢力

under the influence of pride, beings are born in the realm of gods.
di bawah pengaruh kesombongan, para makhluk lahir ke alam dewa

ཤོ་རྩུང་སྤུག་བསལ་ལྷོང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས།

PHO TUNG DUG NGAL NYONG WEI SEM CHEN NAM.

坡東 督 阿 用威 現 干南

墮受天福變異苦

and experience the suffering of transmigrating and falling
dan mengalami derita perpindahan dan jatuh ke alam yang lebih rendah

པོ་ཏ་ལ་ཡི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

PO TA LA YI ZHING DU KYE WAR SHOG.

波達 拉依 興都 傑哇 索

願生普陀山淨土

May they all be born in your realm, the Potala
Semoga mereka semua lahir ke alamMu, Potala

ཨོ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUNG.

嗡 嘛 呢 叭 吽 吽

ཁདག་ནི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་མཇམས་ཅད་དུ།

DAG NI KYE ZHING KYE WA THAM CHED DU.

達尼 給興 給哇 湯_母 傑 都

我願生生世世中

May I in all my rebirths,

Semoga murid di seluruh kelahiran ulangku,

ལྷན་རལ་གཟིགས་དང་མཛད་པ་མཚུངས་པ་ཡིས།

CHEN RĚ ZIG DANG DZED PA TSUNG PA YII.

欠熱 息當 則拔 松巴 依

恆如 觀音 菩薩 行

act in the same manner as Chenrezig

bertindak dalam cara yang sama seperti Chenrezig

ལ་དག་ཞིང་གི་འགྲོ་རྒྱུ་མཇམས་སྒྲོལ་བ་དང་།

MA DAG ZHING GI DRO NAM DROL WA DANG.

馬達 興^格以 多_若 南_母 多_若 哇 當

救度 衆生 離濁 世

By this means, may all beings be liberated from the impure realms, and

Melalui cara ini, semoga semua makhluk terbebas dari alam tidak murni, dan

གསུང་མཚོག་ཡིག་དུག་ཕྱོགས་བརྒྱུ་རྒྱས་པར་ཤོག།

SUNG CHHOG YIG DRUG CHHOG CHUR GYĚ PAR SHO

宋作 夷^得入 卓竹_爾 傑巴_爾 索

六字 明咒 傳十 方

may the perfect sound of your six-syllable mantra pervade the ten directions

Semoga suara agung sempurna mantra enam bija aksaraMu berkumandang di sepuluh penjuru

པམགས་མཚོག་ལྷོད་ལགས་ལ་བ་འདེབས་པའི་མཁུས།

PHAG CHHOG KHYED LA SOL WA DEP PEI THÜ.

帕卓 缺拉 索哇 跌貝 突

以我 虔求 觀音力

By the power of this prayer to you, Most Noble and Perfect One,

Melalui kekuatan doa kepadaMu ini, Yang Paling Mulia dan Sempurna

ཁདག་གི་གཏུལ་གུར་གུར་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས།

DAG GI DUL JAR GYUR PEI DRO WA NAM.

達^格以杜佳_爾組_爾貝多_若哇南_母

願我 能度 有情衆

may all beings under my guidance, observe

semoga semua makhluk yang berada dalam bimbingan murid,

ལས་འབྲས་ལྟར་ལེན་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན།

LĚ DRĚ LHUR LEN GE WEI LĚ LA TSON.

烈得_列 鹿蓮 給威 烈拉 松

深信 因果 精勤 修

the law of karma and practice the Dharma diligently

menaati hukum karma dan mempraktikkan Dharma dengan tekun

འགྲོ་བའི་དོན་དུ་ཚེས་དང་ལྷན་པར་སྒོག།

DRO WEI DON DU CHHO DANG DEN PAR SHOG.

May they practice the Dharma for the benefit of beings.

多_若 威頓 度車 當店 巴_爾 索

信受 佛法 利衆生

May they practice the Dharma for the benefit of beings

Semoga mereka mempraktikkan Dharma demi manfaat semua makhluk

དེ་ལྟར་རྩེ་གཅིག་གསལ་བ་བྱས་པས།

DE TAR TSE CHIG SOL TAB PĚ.

爹達_爾些際索達_而貝

如是一心祈求力

By having prayed like this with one pointed mind

Setelah berdoa seperti ini dengan pikiran terpusat

འཕགས་པའི་སྤྱ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

PHAG PEI KU LĚ Ö ZER TRÖ.

帕北庫烈哦些_爾托_若

聖尊淨身放光明

light shining from the Noble One's Form,

Tubuh Suci Chenrezig Memancarkan Sinar Cahaya

མ་དག་ལས་སྤང་འབྲུལ་སེས་སྤངས།

MA DAG LE NANG TRUL SHE JHANG.

瑪達烈囊突_如些張

不淨迷幻業相除

removes all impure karmic appearances due to confusion

melenyapkan semua penampakan karmik kotor yang disebabkan oleh kebingungan

ཕྱི་སྤྱོད་བདེ་བ་ཕྲ་གྱི་ཁིང་།

CHI NÖ DE WA CHEN GYI ZHING.

極諾嘜哇建格_以興

外境悉成極樂國

the outer realm becomes the realm of bliss (Dewachen)

Alam di luar diri pun berubah menjadi alam bahagia (Dewachen)

ནང་བཟུང་སྐྱེ་འགྲོའི་ལུས་ངག་སེམས།

NANG CHÜ KYE DRÖ LU NGAG SEM.

囊炬傑多^若路^思阿現^得

衆生身語意三業

The essence which is sentient beings body, speech and mind

Esensi yang merupakan tubuh, ucapan dan pikiran semua makhluk

ལྷན་རལ་གཟིགས་དབང་སྐྱབས་ལྷན་ཐུགས།

CHEN RE ZIG WANG KU SUNG THUG.

欠熱 息汪 固宋 督

皆成 觀音身語意

transforms into Avalokiteshvara's body, speech and mind

Berubah menjadi Tubuh, Ucapan dan Pikiran Chenrezig

ནང་གྲགས་རིག་སྣང་དབྱེར་མེད་གུར།

NANG DRAG RIG TONG YER MED GYUR.

囊達力東也滅組^爾

相聲無別於明空

Appearances and sounds be inseparable from clarity and emptiness

Penampakan dan suara menyatu dalam kejernihan dan kekosongan

ཨོཾ་མ་ཎི་པདྨེ་ཧཱུྃ།

OM MANI PADME HUNG.

唵 嘛 呢 叭 吽 吽

Recite as many times as you can

(儘量持誦)

(Lafalkan sebanyak yang anda inginkan)

མཐར་འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པའི་རང་ངོར་མཉམ་པར་གསལ།

Finally, let the mind remain absorbed in its own essence, without making distinction between subject, object and action.

將自心安住於本然境界的自性本體中。即是停止一切妄念，反觀自性，不起作者（能作）、受者（所作）及對待之事（所作業）此三者之分別心（三輪體空）。

Akhirnya biarkan pikiran tetap terserap ke dalam esensinya sendiri, tanpa membedakan subyek, obyek, dan tindakan.

ཁདག་གཞན་གྲུབ་སྐྱེ་འཕགས་པའི་སྒྲ།

DAG ZHEN LÜ NANG PHAG PEI KU.

達先 路囊 帕北 固

自他身相皆觀音

Self and others' forms appear in the form of Avalokiteshvara
Wujudku dan makhluk lain tampak dalam wujud Chenrezig

ལྷ་གྲགས་ཡི་གོ་བྱུག་པའི་དབྱེངས།

DRA DRAG YI GE DRÜG PEI YANG.

得_立札以給突_入北陽

一切音聲六字明

All the play of the sound is the melody of the Six Syllable,
Semua suara yang terdengar adalah melodi Enam Bija Aksara,

འཇམ་རྟོགས་ཡི་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྫོང་།

DREN TOG YE SHE CHEN PÖ LONG.

典_興仁奪 依希 遷波 隆

所起心念皆大智

All that arises in the mind is the great expanse of wisdom
Semua yang muncul di pikiran adalah kebijaksanaan yang maha luas

དགེ་བའདི་ཡིས་ལྷུར་དུ་བདག

GE WA DI YII NYUR DU DAG.

給哇地以^尼有度達

以此修持之功德

Through the virtue of this practice may I quickly

Melalui jasa kebajikan dari latihan ini semoga aku secepatnya

འཇུག་རས་གཟིགས་དབང་འགྲུབ་གྱུར་ནས།

CHEN RE ZIG WANG DRUB GYUR NĚ.

欠熱息汪^得如^希組^爾涅

願我速成觀世音

achieve the state of Avalokiteshvara

mencapai tingkatan Chenrezig

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA.

^多羅哇級姜馬鹿巴

遍度一切諸衆生

Without leaving any single being behind,

Tanpa meninggalkan satu makhluk pun

དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG.

嗒以薩拉過拔索

同登彼岸盡無餘

May I lead them to that state

Semoga aku dapat membimbing mereka ke keadaan batin tersebut

འདི་ལྟར་སྒྲོམ་བརྒྱལ་བ་གྱིས་པའི་བསོད་ནམས་གྱིས།

DI TAR GOM DĚ GYII PEI SO NAM KYII.

地達宮_母墜級北所南_母級

以此修誦功德力

By the merit of these meditation and recitations,

Melalui jasa kebajikan dari meditasi dan pelafalan mantra ini,

འདག་དང་བདག་ལ་འབྲེལ་ཐོགས་འགྲོ་བ་ཀུན།

DAG DANG DAG LA DREL THOG DRO WA KUN.

達當達拉_母列託多_若哇坤

願我有緣之衆生

May all sentient beings including myself and those related to me

Semoga semua makhluk termasuk diriku dan mereka yang berkaitan denganku

མི་གཙང་ལུས་འདི་བོར་བ་གྱུར་མ་ཐག།

MI TSANG LÜ DI BOR WA GYUR MA THAG.

密藏路滴波_爾哇組_爾瑪塔_克

捨棄不淨此身時

immediately upon leaving our imperfect bodies

segera setelah meninggalkan tubuh kotor kami

འདད་བ་ཅན་དུ་བརྗེས་ཏེ་སྐྱེ་བར་ཤོག།

DE WA CHEN DU ZÜ TE KYE WAR SHOG.

嗒哇建都殊帖傑哇索_克

即刻化生極樂國

be born miraculously in the realm of bliss (Dewachen)

terlahir secara ajaib ke Dewachen

སྐྱེ་མ་ཐག་ཏུ་ས་བརྩུ་རབ་བསྐྱོད་ནས།

KYE MA THAG TU SA CHU RAB DRÖ NĚ.

給瑪塔都薩初拉_布多_若涅

生已剎那超十地

Directly after rebirth, may I cross the ten stages of Bhumi

Seketika setelah lahir di sana, semoga aku melampaui 10 Bhumi Bodhisattva

ལྷུལ་པས་ཕྱོགས་བརྒྱའི་གཞན་དོན་བྱེད་པར་ཤོག།

TRUL PEI CHHOG CHUR ZHEN DÖN JED PAR SHOG.

徒 北 卓 組 先 頓 借 巴 索

化身十方利有情

and manifest to benefit all sentient beings in the ten directions.

dan bermanifestasi demi manfaat semua makhluk di 10 penjuru.

འདོག་བའདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན།

GE WA DI YI KYE WO KUN.

給 哇 地 以 結 我 坤

以此功德善業力

Through these virtues, may all beings

Melalui jasa kebajikan ini, semoga semua makhluk

འསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་ཚྲོགས་ཏེ།

SO NAM YE SHĚ TSOG DZOG TE.

索 南 以 希 梭 措 爹

願 積 福 慧 二 資 糧

Complete the accumulations of merit and wisdom

Merampungkan akumulasi jasa dan kebijaksanaan

འསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི།

SO NAM YE SHĚ LĚ JUNG WEI.

索 南 以 希 烈 中 威

衆 生 福 慧 具 足 矣

Arising from these merit and wisdom,

Berkat jasa kebajikan dan kebijaksanaan tersebut

འདམ་པ་སྐྱེ་གཏིས་ཐོབ་པར་ཤོག།

DAM PA KU NYII THOB PAR SHOG.

當 巴 固 尼 託 巴 索

願 彼 得 証 報 化 身

may all achieve the two Supreme kaya.

Semoga semua makhluk mencapai 2 tubuh tertinggi.

ཁྱུང་རྒྱལ་སེམས་འདི་རིན་པོ་ཆེ།

JANG CHHUB SEM NI RIN PO CHHE.

章促_不先尼 令波切

殊勝菩提心妙寶

The precious bodhicitta

Karena Bodhicitta yang sangat berharga ini

མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གྱུར་ཅིག

MA KYË PA NAM KYË GYUR CHIG.

瑪給巴南 給久_爾級

諸未生起願生起

may this arise in those who have not arisen it.

semoga yang belum memilikinya sekarang, membangkitkannya

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་།

KYË PA NYAM PA MED PA DANG.

給巴娘_母巴咩巴當

已生者亦不退轉

May those who have it not degenerate

Semoga mereka yang sudah memilikinya tidak menghancurkannya

ཁོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་སོག

GONG NĚ GONG DU PHEL WAR SHOG.

功呢 功度 佩_爾哇索

祈願輾轉更增上

And may it ever grow and flourish

dan semoga Bodhicitta tersebut semakin tumbuh dan berkembang

DEWACHEN PRAYER
求生西方淨土發願文

(The abridged version of the prayer to be reborn in Dewachen)
(Versi doa singkat untuk terlahir kembali di Dewachen)

ཨམ་ཏཿ། རྩོམ་ཚུར་སངས་རྒྱལ་སྤྱད་བ་མཐའ་ཡས་དང་།

EMAHO, NGO TSAR SANG GYE NANG WA THA YE DANG

欸瑪賀，哦擦桑傑囊哇他耶當

奇妙哉！稀有難得無量光佛尊

E-MA-HO! The wondrous Buddha of Infinite Light,

E-MA-HO! Buddha Cahaya Tanpa Batas (Amitabha) yang menakjubkan,

ཀལ་ཡས་སུ་རྩོམ་བྱུག་སེ་ཚེ་ཤོ་དང་།

YĒ SU JO WO THUG JE CHHEN PO DANG.

夜蘇左我突借欠波當

右為尊者大悲觀世音

and to His right the Lord of Great Compassion (Chenrezig)

Di sebelah kananNya adalah Yang Maha Welas Asih (Chenrezig)

ཀལ་ཤོ་ན་དུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཚེ་བློ་བརྒྱལ་ལ།

YON DU SEM PA THU CHHEN THOB NAM LA.

用督先巴突欠托不南母拉

左為大力大勢至菩薩

and to His left the Bodhisattva of Great Power (Vajrapani);

Di sebelah kiriNya adalah Bodhisattva Kekuatan Agung (Vajrapani);

ཁངས་རྒྱལ་བྱུང་སེམས་དཔག་མེད་འཁོར་གྱིས་བསྐོར།

SANG GYĒ JHANG SEM PAG MED KHOR GYII KOR.

桑傑章現母巴咩扣爾即果

四周無量佛菩薩圍繞

all are surrounded by countless Buddhas and Bodhisattvas

Dikelilingi oleh Para Buddha dan Bodhisattva yang tak terhingga jumlahnya

ཁད་སྲིད་ངོ་མཚར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།

DE KYID NGO TSHAR PAK TU MED PA YI.

爹基 哦差 巴渡 咩巴 義

彼即無量稀有妙安樂

There is miraculous, immeasurable happiness and joy,

Ada kebahagiaan dan sukacita ajaib tanpa batas

ཁད་བ་ཅན་ཞེས་གྲུབ་འོ་ཞིང་ཁམས་དེར།

DE WA CHEN ZHĚ JA WEI ZHING KHAM DER.

爹哇 牽些 乍威 星康_母 爹

名為極樂世界之淨土

is the Buddha field called Dewachen

di alam Buddha yang disebut Dewachen

ཁད་གའི་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་གུར་མ་ཐག།

DAG NI DI NĚ TSHE PHÖ GYUR MA THAG.

達尼 地呢 切婆 組_爾 瑪 塔

願我此生命終之當下

Instantly, when I pass from this life,

Seketika setelah aku meninggal

སྐྱེ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཚོད་པ་རུ།

KYE WA ZHEN GYI BAR MA CHHOD PA RU.

借哇 先即 巴_爾 瑪 措巴 如

不為他生居中所阻斷

without taking another birth,

tanpa mengalami kelahiran ulang lain

དེ་རུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་མཐའི་ཞལ་མཐོང་ཤོག།

DE RU KYĚ NĚ NANG THEI ZHAL THONG SHOG.

爹如 借呢 囊爹 沙通 索

於彼生已願見彌陀佛

may I be born in Dewachen and see Amitabha's face

Semoga saya terlahir di Dewachen dan melihat wajah Buddha Amitabha

དེ་སྐད་བདག་གི་སྒྲིབ་ལམ་བཏབ་པ་འདི།

DE KED DAG GI MÖN LAM TAP PA DI.

爹給達^格以夢浪^母大巴地

我今如是發此誓願已

having made this aspiration prayer,

Setelah melakukan doa aspirasi

ཁྱོད་ཀྱིས་བཅུ་དྲུག་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐོར་སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས།

CHHOG CHÜ SANG GYË JANG SEM THAM CHED KYII.

措巨桑傑章現^母譚^母切寄

十方一切諸佛及菩薩

to all the Buddhas and Bodhisattvas of the ten directions.

kepada semua Buddha dan Bodhisattva di 10 penjuru

ཁོ་གོས་མེད་འགྲུབ་པར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

GEG MED DUB PAR JHIN GYII LAB TU SOL.

給咩督^如巴敬己辣^不度受

祈請無礙成就賜加持

may I be blessed with unhindered accomplishment

semoga aku diberkahi pencapaian yang tanpa rintangan

ཏཱ་ཤ། བཅུ་དྲུག་པ་ལམ་མ་གྲོ་རྒྱལ་ཡེ་ཤུ་ན།

TE YA THA PAN TSA DRI YA AWA BO DHA NA YE SO HA

爹雅打遍雜滴^立雅阿哇波打那夜所哈

ཨྲ། ལྷོགས་དུ་གྲལ་ལ་སྤྱོད་པ་བཅས་དགོངས་མཁོ།

CHHÖG DU GYAL WA SĚ CHĚ GONG.

湊度夾哇謝借功

祈請諸佛垂護念

May all the Buddhas and Bodhisattvas in the ten directions and three times be gracious to me,

Semoga seluruh Buddha dan Bodhisattva di sepuluh penjuru dan tiga masa mengasihani saya

རྩོགས་གཉིས་རྫོགས་ལ་རྗེས་ཡི་རང་།

TSHOG NYII DZOG LA JĚ YI RANG.

湊尼州拉傑宜讓

自他所積二資糧

I rejoice in the accomplishment of the two merits,

Saya bersukacita di dalam 2 jasa kebajikan yang telah dikumpulkan diriku dan makhluk lain

བདག་གིས་དུས་གསུམ་དགེ་བས་གསལ་བ་།

DAG GI DÜ SUM GE SAG PA.

達格以度孫給刹巴

三世所積諸功德

All the virtue that I have gathered in the three times,

Semua kebajikan yang telah saya kumpulkan dalam tiga masa

དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ་།

KON CHHOG SÜM LA CHOD PA BÜL.

恭綽松母拉錯巴布爾

我皆隨喜供三寶

I offer to the Three Jewels

Saya persembahkan kepada Triratna

རྒྱལ་པོའི་བསྐྱེད་པ་འཕེལ་གུར་ཅིག་ཅེག་ཅིག་།

GYAL WEI TEN PA PHEL GYÜR CHIG.

夾威店巴佩組爾即

願佛法教普昌盛

May the teachings of the Victorious One flourish

Semoga ajaran Buddha semakin berkembang

དགོ་བ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་བསྐྱེད་ཅིག་ཅིག་།

GE WA SEM CHEN KÜN LA NGO.

給哇現爾干困拉爾哦

功德迴向諸衆生

I dedicate this virtue to all sentient beings.

Kulimpahkan jasa kebajikan ini kepada semua makhluk

འགོ་ཀུན་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་གུར་ཅིག་ཅིག་།

DRO KUN SANG GYË THOB GYÜR CHIG.

多若困桑傑透不組爾即

願諸有情皆成佛

May sentient beings attain Enlightenment

Semoga semua makhluk mencapai Pencerahan

དགོ་ཅུ་ཐམས་ཅད་གཅིག་བསྐྱེད་ཏེ་།

GE TSA THAM CHED CHIG DÜ TE.

給差譚爾切七度爹

集此一切諸善根

May all this virtue gathered together

Semoga semua jasa kebajikan yang telah terhimpun ini

བདག་གི་རྒྱུད་ལ་སྐྱིད་གུར་ཅིག་ཅིག་།

DAG GI GYUD LA MIN GYÜR CHIG.

達格以久拉命組爾吉

成熟我之心相續

Ripen in my mindstream

menjadi matang di dalam arus batinku

སློབ་གཉིས་དག་ནས་ཚོགས་རྫོགས་ཏེ།

DRIB NYII DAG NĒ TSHOG DZOG TE.

滴立涅達呢錯索爹

淨除二障福德集

May the two obscurations be purified and accumulations perfected

Semoga dua obskurasasi termurnikan dan dua akumulasi menjadi sempurna

ཚོ་རིང་ནད་མེད་ཉམས་རྫོགས་འཕེལ།

TSHE RING NED MED NYAM TOG PHEL.

切玲呢咩娘多佩

增長壽康修與悟

May long life, health, spiritual practice and realization increase

Semoga usia panjang, kesehatan, latihan spiritual dan realisasi meningkat

ཚོ་འདིར་ས་བརྩ་འོན་གྱིར་ཕྱིན།

TSE DIR SA CHU NON GYÜR CHIG.

切地沙朱農組即

願我此生証十地

In this life may the tenth level be reached

Semoga dalam kehidupan ini tingkat Bhumi kesepuluh tercapai

ནམ་ཞིག་ཚོ་འཕོས་གྱིར་མ་ཐག།

NAM ZHIG TSHE PHÖ GYÜR MA THAG.

南惜切坡組瑪塔

當我此身命終時

Instantly, when we leave this life

Seketika setelah kita meninggalkan kehidupan ini

བདེ་བ་ཕྱ་དུ་སྐྱེ་གྱིར་ཕྱིན།

DE WA CHEN DU KYE GYÜR CHIG.

爹哇干都給組即

刹那往生極樂邦

may we be reborn in Dewachen

Semoga kita lahir di Dewachen

སྐྱེས་ནས་པདྨ་འབྲེ་བུ།

KYE NĚ PE MEI KHA CHHE TE.

給涅北咩卡借爹

化生盛開蓮花上

Once we are born there, may the lotus blooms

Begitu kita lahir di sana, semoga bunga teratai menjadi mekar

ལུས་རྗེན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཤོག།

LÜ TEN DE LA SANG GYĚ SHOG.

路店爹拉桑傑索

生已隨証妙佛果

and in that body, may we achieve Enlightenment

dan di dalam tubuh itu, semoga kita mencapai Pencerahan

བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་ནས་ཇི་བྲིད་དུ།

JHANG CHHÜB THOB NĚ JI SID DU.

章觸不托布呢即細度

直至輪迴有盡前

After reaching Enlightenment, until Samsara is empty

Setelah mencapai Pencerahan, hingga Samsara kosong

སྤྱལ་པས་འགྲོ་བ་འདྲེན་པར་ཤོག།

TRUL PEI DRO WA DEN PAR SHOG.

度貝多若哇田仁巴索

乘願再來度衆生

May we manifest in order to guide sentient beings

Semoga kita mewujudkan guna membimbing semua makhluk.

སམཛམ་པ། ལྷོ་ལྷོ།

SAMAYA GYA GYA GYA.

ཅེས་སྤྱལ་སྤྱི་འགྲུང་དོན་དགུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་པ་ལྷམ་སྟོང་ཟླ་བའི་ཡར་ཚེས་ལ་ཚོས་སྤྱ་སྤྱང་བམཐལ་ཡས་ཀྱིས་
བཀའ་ཐུལ་བཤོ།

This text was bestowed by the Dharmakaya Amitabha sometime between the first and the tenth day of the lunar moon during the Autumn season to Tulku Mingyur Dorje when he was twelve.

此法乃是阿彌陀佛法身於藏曆某秋天的初一至初十日之間的某一月夜，傳授給當年十二歲的圖庫（乘願轉世再來者）密優多傑 (Tulku Mingyur Dorje)。

DEDICATION

迴 向 文

Dedikasi / Pelimpahan Jasa

ལྷོ་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་བམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།

SO-NAM DI-YII THAM-CHED ZIG-PA NYID

所南 地宜 譚母傑 習巴 逆

迴向諸功德，我等能成道，

By this merit may all sentient beings gain Omniscience and become enlightened

Melalui jasa kebajikan ini, semoga semua makhluk memperoleh omniscience dan tercerahkan

ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱེ་རྣམས་པམ་བྱས་ནས།

THOB-NĚ NYĚ-PEI DRA-NAM PHAM-JĚ NĚ

透不呢 涅北 特拉南M胖M借 呢

降服諸惡力，

and having vanquished all negative influences

dan setelah melenyapkan semua pengaruh negatif

སྐྱེ་གན་འཆིའི་བ་རྣམས་འགྲུགས་པ་ཡི།

KYE-GA NA-CHI BA-LAB TRUG-PA YI

茄嘎 拿期 巴辣不 突M巴 衣

解脫諸有情

Liberate all beings from the ocean of existence

membebaskan semua makhluk dari samudra eksistensi

སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག། །།

SID-PEI TSO-LĚ DRO-WA DROL-WAR SHOG

西北 措列 多羅哇 多羅哇 索

免陷輪迴海，生老病死苦

which is troubled by the waves of birth, old age, sickness, and death

yang dipenuhi dengan gelombang kelahiran, usia tua, penyakit dan kematian

ཁྱད་ཚུབ་སེམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ།

JANG-CHHUB SEM-NI RIN-PO-CHE

章促不 先尼 令波 切

菩提心爲至妙寶

As Bodhicitta is so precious

Karena Bodhicitta sangat berharga

ལ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གུར་ཅིག།

MA-KYĚ PA-NAM KYE-GYUR CHIG

瑪借 巴南 借組 爾 級

善未生者願即生

May those without it now, create it

semoga yang belum memilikinya sekarang, membangkitkannya

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་།

KYĚ-PA NYAM-PA MED-PA DANG

借巴 娘 母 巴 咩 巴 當

已生慎勿令退失

May those who have it, not to destroy it

Semoga mereka yang telah memilikinya tidak menghancurkannya

གོང་རྣམས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

GONG-NĚ GONG-DU PHEL-WAR SHOG

功虐 功度 佩哇 索

並願輾轉益增勝

and may it ever grow and flourish

dan semoga Bodhicitta ini selalu tumbuh dan berkembang

དཔལ་ལྷན་གྱི་མ་ཞབས་པད་བརྟན་པ་དང་།

PAL-DEN LA-MA SHAB-PE TEN-PA DANG

巴電喇嘛沙貝店巴當

祈願至尊真上師，永恒高踞蓮座上。

Exalted Lama, may you remain firmly on your lotus seat,

Lama (Guru) yang mulia, semoga Anda tetap kokoh di singgasana terataiMu,

མཁའ་མཉམ་ཡོངས་ལ་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བ་དང་།

KHA-NYAM YONG-LA DE-KYID JUNG-WA DANG

卡娘母用拉爹級沖哇當

垂賜福樂遍十方

Bestowing bliss and happiness throughout the universe,

menganugerahkan sukacita dan kebahagiaan ke seluruh alam semesta

བདག་གཞན་མ་ལུས་ཚོགས་བསགས་སྐྱིབ་སྐྱུངས་ནས།

DAG-SHEN MA-LÜ TSOOG-SAG DRIB-JANG NE

達先馬魯措沙滴立章呢

普願吾等虛空際眾生，圓滿積集福慧、消除諸罪！

May I and all beings complete our accumulations and purify our obscurations,

Semoga aku dan semua makhluk merampungkan akumulasi kami dan mempurifikasi obskurasi kami

སྐུར་དུ་སངས་རྒྱལ་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

NYUR-DU SANG-GYE SA-LA GO-PAR SHOG

紐度桑傑沙拉過巴索

福德如海皆迴向，願共眾生速成佛

quickly to attain Enlightenment

secepatnya segera mencapai Pencerahan

|མངས་རྒྱལ་སྐྱབས་ལཱ་བཟོས་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།

SANG-GYE KU-SUM NYE-PEI JIN-LAB DANG

桑傑 固宋 涅貝 敬拉 當

以依止「諸佛圓滿清淨三身」之加持

By the blessing of the perfected three bodies of all Buddhas;

Melalui berkah dari ketiga tubuh sempurna semua Buddha

|ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་དང་།

CHHÖ-NYI MI-GYUR DEN-PEI JIN-LAB DANG

錯尼 米久 電北 敬拉 當

以依止「真實不變正法」之加持

By the blessing of the eternal truth of the Dharma teachings it self being

Melalui berkah dari kebenaran abadi (Dhamma yang mulia)

|དགེ་འདུན་མི་ཕྱིད་འདུན་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས།

GE-DUÑ MI-CHHE DUÑ-PEI JIN-LAB KYIE

根頓 米切 頓北 敬拉 級

以依止「僧眾信心不動搖」之加持

By the blessing of the wishes of the Sangha being unwavering.

Melalui berkah dari harapan Sangha yang tak tergoyahkan.

|ཇི་ལྟར་བསྔོན་བསྔོན་ལམ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

JI-TAR NGOE-WA MÖN-LAM DRUB-PAR SHOG

吉達 恩哦哇 蒙浪 度 巴 索

願將所有功德盡奉獻無餘

May this dedication prayer be accomplished

Semoga doa dedikasi ini tercapai

FOUR-ARM CHENREZIG

Chenrezig in Sanskrit means a great being who watches over sentient beings. He is the embodiment of bodhicitta of all Buddhas and Bodhisattvas. Compassion and wisdom are his greatest virtues and hence he is looked upon as a symbol of the most compassionate Bodhisattva. Chenrezig has special affinity with beings in the Samsara. He manifests into various forms to help beings who are varying kinds of needs. In Vajrayana, the most popular practices are the Four-Arm Chenrezig and the Thousand-arm Thousand-Eye Chenrezig. The Four-Arm Chenrezig who is adorned in silk and ornaments, depicts the solemn Samboghakaya: his white body represents purify and flawlessness, his two front arms are folded towards the chest and clasping a wish fulfilling gem, the other two arms are raised to shoulder level, with the right hand holding a crystal rosary which represents the continuous salvation of beings from Samsara, and the left hand holding a white lotus which represents the purification of all defilements. The four arms also represent the four activities of the Buddhas: pacifying, increasing, magnetizing and destroying. A doleskin drapes around the left shoulder, representing the compassionate pure mind. He wears a Five Dhyanis Buddhas Crown which signifies wisdoms of the five directions and he sits in a vajra posture to signify the unshakeable stage of meditation. In conclusion, the six decorations represent the accomplishment of the Six Paramitas. Sitting on the moon disc represents compassionate and skillful means and the lotus beneath the moon disc represents a state of purify.

The heart mantra of Chenrezig is OM MANI PADME HUNG. It is used to bless and purify the bad karma, bad conduct and obscurations of beings of the six realms in order to leave Samsara and approach the path of accomplishment. ॐ HRI is the seed syllable (every Buddha has its special practice which leads to liberation. Hence, every Buddha will manifest a special seed syllable). Chenrezig is easy to practice and is very effective; this practice is believed and practised by many great masters and we should always chant this mantra.

四臂白觀音

觀音菩薩在梵文里意即「觀視眾生的大能者」。祂是諸佛菩薩之菩提心所化現，慈悲及智慧正是觀音菩薩所有力量的精粹，因此被廣視為最具慈悲心的菩薩的象徵。觀音菩薩與娑婆世界眾生特別有緣。祂應個別情況的需求，以不同的形象救助眾生。在金剛乘中，最為人喜歡修習的法門是四臂觀音和千手千眼觀音。四臂觀音身著綢緞及纓絡的莊嚴報身相中，白色的身代表清淨無瑕，前兩臂合掌當胸，手持能滿足所有願望的如意寶珠，另外兩臂則高舉至肩膀：右手持水晶唵珠，代表不停地救度眾生脫離輪迴；左手持白蓮花，代表淨化一切煩惱；四臂又代表四種佛行一息、增、懷、誅。左肩披上一塊鹿皮，代表慈悲純正的心。頭頂上戴著的五方佛冠代表五方的智慧，雙腿作雙盤的金剛坐姿代表穩固禪定的境界。總括以上六種裝飾是代表六度萬行—「六度波羅密多」的成就。坐在月盤上代表慈悲方便的法門，月盤下的蓮花代表清淨的境界。

觀世音菩薩的心咒是六字大明咒—「唵嘛呢叭吽吽」，用以加持及淨化六道眾生的惡業、惡習及障礙而脫離輪迴之苦，走向六成就悉地。ॐ「舍」為種子字（每一佛都有一個特殊的法，是佛修持的緣起，因此每一佛都有一個特殊的種子字來顯現。）觀音法門不但易修，而且很有效驗；此法曾有許多學養俱優的大德信受奉行，我們應常持誦此咒。

Tibetan 藏文咒字						
Mantra 咒音	OM 嗡	MA 嘛	NI 呢	PAD 叭	ME 吽	HUNG 吽
Colour 顏色	White 白	Green 綠	Yellow 黃	Blue 藍	Red 紅	Black 黑
Six Paramitas 六度波羅密多	Meditation 禪定	Patience 忍辱	Discipline 持戒	Wisdom 般若	Generosity 布施	Diligence 精進
Symbol of the Deity 象征本尊之	Wisdom 智慧	Compassion 慈悲	Body, speech mind, quality and activity 身、口、意 事業及品質	Equanimity 平等	Bliss 大樂	Quality of Compassion 慈心的特質
Purifying 對治	Pride 傲慢心	Jealousy 妒忌心	Attachment 我執	Stupidity 愚痴	Greed 貪婪	Hatred 嗔心
Freed From 不再受生於	God Realm 天道	Asura Realm 阿修羅道	Human Realm 人道	Animal Realm 畜生道	Hungry Ghost Realm 餓鬼道	Hell Realm 地獄道



