



PRATYAKṢA PĀDA PŪJĀ & PARAMAŚIVA PŪJĀ

由 印度教最高教皇
圣尊 尼希亚南达 · 帕冉玛希瓦上师 钦定





普迦*的神圣科学与仪式

欢迎来到您日常生活中最神圣的体验、最妙乐的庆祝——敬师足浴普迦 (Pratyakṣa Pādā Pūjā) 和帕冉玛希瓦普迦 (Sri Paramāshiva Pūjā)。这传承数千年的吠陀传统，承载着虔诚而完满生灵的神圣情操，每天都被全新地实践着。

本手册包含由圣尊帕冉玛希瓦授予该法事的背景、其神圣科学与仪式，构成经圆满开悟者经验认证的圣典法理 (Śāstra Pramāṇa) 与先圣印证法理 (Āpta Pramāṇa)。现在，由帕冉玛希瓦的终极化现——印度教最高教皇圣尊尼希亚南达·帕冉玛希瓦——向您呈现其直接验证的自证法理 (Ātma Pramāṇa)，使之成为你的见证法理 (Sākshi Pramāṇa)，即您自己的体验实证。

我们诚邀您理解、内化并践行这普迦，让无上的法喜体验成为您个人对神性的亲身体验与表达，成为您的体证法理。

*普迦：梵音Pūjā，意为敬拜法事



敬 师 足 浴 普 迦

PRATYAKṢA PĀDA PŪJĀ

向 印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师

致以神圣的敬拜与感恩



本手册包含：梵文咒语、音译及中译文

由印度教最高教皇亲自汇编

自《卡米卡-阿戈玛圣典(Śrīmad Kāmikāgama)》

和《圣索玛萨姆布法事手册 (Śrī Somasaṃbhu Paddhati)》





为何做普迦？

因为普迦是您与神的专属时光。

印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师如是说：

“萨纳塔那印度教道法中，凡能提升你意识、
能使你体验无上希瓦实相的一切，我皆为你备妥。”

通过敬师足浴普伽和帕冉玛希瓦普迦，我们挚爱的上师赐予我们甘露般的空间，使我们得以与上师，即与帕冉玛希瓦—帕冉玛希瓦沙克缇—宇宙意识—之化身连接，并体验帕冉玛希瓦状态—至高无上的不二状态 (Paramādvaita)。

普迦是您与挚爱的上师和帕冉玛希瓦的专属时光。在这神圣时分，沉浸在奉爱中的信徒，沐浴在上师爱之洪流中，准备好把有限的自我身份奉献给无限的神明。通过真诚一致地做普迦—我们心中感恩和奉爱的种子，在我们对挚爱上师的一致性的滋养下，最终成长到与祂合一。





我们为何祭拜神明？

萨纳塔那印度教道法精通为神像赋予神性生命力的神圣科学，这是一种罕见技术，能将偶像转化为拥有独立智慧的活生生的神灵。通过“生命能量注入 (Prana Pratistha)”仪式，帕冉玛希瓦之化身赋物质以气息，将独特的神圣生命力注入神像中。这被称为散发着特定能量的“神像化身 (Archā Avatar)”。这样，神像成为宇宙意识的具象身，被尊奉为神明活生生的直接显现。当追寻者觅得至宝——终极灵性上师——一切神明之化身，他们将领悟终极真理：上师正是希瓦，希瓦就是上师。

因此，对于受过点化的弟子而言，印度教最高教皇之上师圣履 (Sri Guru Paduka) 和本我灵伽 (Ātma Atmalinga)，就是印度教最高教皇和帕冉玛希瓦活生生的直接显现。祂们聆听并回应我们的祈请；通过礼敬祂们，我们当面礼敬全宇宙。





“修习与神同在，能直接带你入感应寂定三摩地 (Bhāva Samādhi)。

修习与神同在，意味着觉察到祂与你同在，并不断地与祂建立联系，让祂始终处于你的存在中。”

——印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师

普迦的起源或传统？

普迦的既定仪轨(Vidhi)、手印(Mudra)及供品，皆源于萨纳塔那印度教道法的根本典籍——吠陀经和阿戈玛经。这些经典，是圣典法理——帕冉玛希瓦揭示的经文权威与真实记录。这些教义通过开悟圣贤的个体经历得以确证，此即先圣印证法理。印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师 (the SPH Sri Nithyananda Paramashivam) 的个人经历或“自证法理”，确认了圣典法理和先圣印证法理，此刻在这神圣敬拜中向我们显现为供直接体验的“见证法理”。

谁有做普迦的资质？

如帕冉玛希瓦在阿戈玛经中所令：凡受印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师所赐予的第一级希瓦合一神圣点化(Samaya Deeksha)和第二级特别神圣点化(Vishesh Deeksha)者，均有资格进行普迦。

了解如何参加点化仪式，请致电邮：

contact@kailaasa.org

何时进行普迦？

普迦应在每日清晨进行。信徒需沐浴净身，身着干净整洁的印度传统服饰进行普迦。在仪式完成前，信徒不得饮食。在凯拉萨各寺庙及中心修行的信徒，可在各自时区对应的时辰，参与每日的上师圣足浴普迦和帕冉玛希瓦普迦。

请参阅指南章节，了解详细规程与禁忌。

某日我错过了普迦怎么办？

若某日错过普迦，信徒可在次日行两次普迦，以修复您对印度教最高教皇和帕冉玛希瓦-帕冉玛希瓦沙克缇一致性的空间。进行这种拜忏（Prayaschitta／有意识地打破旧习）时，应以圆满之心去做，保证以后不再错过普迦。





为何普迦在当今世界非常重要？

普迦是与神性建立联接和交流的最简单、最真实的方式。它会唤醒内在的合一奉爱(Advaita Bhakti)——根植于与宇宙意识本然为一的虔爱真诚空间。数千年来，历经时代变迁，这些仪式被代代实践传承，使其永恒的神圣性与力量得以印证。

在凯拉萨僧团中，作为每日灵性修持，代表着四大力量——一致性(Integrity)、真实性(Authenticity)、责任感(Responsibility)以及丰富他人(Enriching)。把定期做普迦作为日常修行，作为恒持践行(Nithya Karma)，将赋予你活出这些力量的能力。





如何做普迦？

敬师足浴普迦是对印度教最高教皇——帕冉玛希瓦—帕冉玛希瓦沙克缇的终极示现——表达感恩之礼。这是宣告您“权利”的时机，与上师深度联接并表达感恩、爱与臣服。正直一致地进行普迦仪式，将使人安住于与上师合一的境界。

帕冉玛希瓦普迦是对宇宙意识与宇宙力量——帕冉玛希瓦与帕冉玛希瓦沙克缇——表达感恩之礼。唯有经由印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦师尊亲自点化，才可获得进行帕冉玛希瓦普迦的“权利”。

本书普迦指南章节，提供了进行普迦的仪规。





行普迦，入感应寂定三摩地

印度教最高教皇开示：

“你在人类躯体内的期间，能获得的至高财富，便是意识体现境界——感应寂定三摩地 (Bhāva Samādhi)。

“体现意识 (Embody Consciousness) 意味着：你的长、宽、深皆由那 ‘存在过程 (Bhāva)’ 所充盈。你的长、宽、深都散发着、振动着这一意识——该意识有时显现为 奉献之爱，有时为 ‘我即帕冉玛希瓦 (Paramasivoham)’；有时为 ‘纯然不二体验 (Shuddhadvaita Anubhuti / 与万物纯然为一的认知体验)。

当你体现意识时，它便成为实相。

“普迦体现着奉爱意识，就是 ‘意识体现奉爱三摩地 (chit gāṇānubhava samādhi)’ ——臣服、奉献，放下头脑的所有不圆满。体现不同的意识状态，正是所有灵性修行的目的所在。”





圣足普迦 (Paḍa Puja) 是种独特的庆祝，以表达对印度教最高教皇在我们生命中显现的深切满溢的感恩。梵语“paḍa”意为“圣足”；圣足普迦意味着：以虔爱感恩尊崇上师，拜于其莲花足下。在吠陀传统中，上师涵纳一切——祂是父、母、导师、挚友、爱人、守护者、解脱者，也是活生生的神明 (Sachāta Murti)。我们须明白，上师在我们的生命中发生，是帕冉玛希瓦与帕冉玛希瓦沙克缇，以及所有神祇的直接恩典与终极加持。

阿戈玛经典《神圣上师之歌 (Sri Guru Gita)》中，
帕冉玛希瓦向女神揭示：

ध्यानमूलं गुरोमूर्तिः पुजयामूलं गुरिः पदं ।
मन्त्रमूलं गुरोरया वाक् मुक्तिमूलं गुरिः कृपया ॥ ८६ ॥
dhyānamūlaṁ guromūrtiḥ puṣāmūlaṁ guroḥ paḍaṁ
mantramūlaṁ gurorvākyaṁ muktimūlaṁ guroḥ kṛpā ॥ 86 ॥

禅定的根本与精髓，是上师的体现形态 (Gurumūrti)；崇拜的根本，是上师之足 (Gurupaḍaṁ)；真言的根本，是上师之言 (Guruvākyaṁ)。解脱的根本因，是上师的恩典与慈悲 (Gurukṛpā)。



以每日的圣足普迦，迎接印度教最高教皇进入我们的心与家。正如迎接至亲归家般，我们恭迎圣师来临，并奉上最好的神圣物品，如端上座椅、清水；为祂洗莲花足、沐浴、献上鲜花、灯盏、香烛；然后供膳。

圣履 (Padukas) 是上师本尊的化身，是与上师鲜活直接的连接。圣履是受敬拜的神圣化身 (Vigraha)——鲜活的上师圣足神像，是弟子的终极目标和归宿。



为何做希瓦普迦？



圣足普迦仪式后，我们向本我林伽献上希瓦普迦。印度教最高教皇开示：“你倾注于任何事物上的时间与生命能量，终将向你揭示其奥秘。我称之为 感应寂定三摩地。请安坐，与帕冉玛希瓦连接，无论你在哪里，无论你什么身份，无论你何种形态，有些我知，有些我不知。

“噢 帕冉玛希瓦！我知：您乃万物之源。您即万物，您在这本我林伽中。您在这身躯里。您是这二者的本源。请让我与您相连。请向我显容。让我在您的感应寂定三摩地中，在‘我即帕冉玛希瓦 (Paramashivoham)’中。

“当你安住于存在状态 (Bhāva)，向灵伽行希瓦灌顶礼 (Rudrabhishekam) 时，意识体现境界将成为你的实相。感应寂定三摩地 (Bhāva Samādhi) 由此成为可能。这就是那感应寂定三摩地——生命中最甘美之时。”





我们敬拜什么？

本我灵伽是宇宙的缩影，由我们的圣尊，印度教最高教皇——宇宙能量的人格化身——赋予能量后所赐。本我灵伽即帕冉玛希瓦，顶部的圣坛图 (Sri Yantra) 即帕冉玛希瓦沙克缇，圣坛图中心的能量点 (Bindu) 即上师。本我灵伽拥有浩瀚之力，能显化我们生命中想要的一切。当我们祭拜本我灵伽——帕冉玛希瓦、帕冉玛希瓦沙克缇能量和上师——时，就是在直接连接并调和我们最高之我／本我。

普迦如何将“合一”深植我们心中？

圣尊开示：“宇宙中存在一条贯穿所有14个层面与11个维度的基本法则。在整个梵界（宇宙），你若在你之内开发这一法则，你就拥有了宇宙通用货币，在任何层面、任何兑换中，都不会有冲击。就像你拥有了宇宙货币。而这法则，就是‘合一’。”





“如果你开始在内心深处培养‘合一的意识’，觉察‘合一’，即便是你的挣扎，也会让你解脱。再次回到‘合一’之前，你总会感到有所缺失。如果你觉得生活中有所缺失，就从‘合一’的角度去看待。每一个问题，都从‘合一’的角度去审视。合一是宇宙的原则。纯粹不二 (Shuddhadvaita) 是宇宙法则，它是宇宙11个维度和14个层面运转的轴心。希瓦普迦，是体现我们与帕冉玛希瓦全然为一的意识——我即帕冉玛希瓦——的空间和所在。”

帕冉玛希瓦普迦的起源？

帕冉玛希瓦普迦的起源，可追溯到帕冉玛希瓦的化身斯里坎塔·德瓦 (Srikantha Deva)。祂曾向乌玛·德维 (Uma Devi) 及其开悟的弟子们传授伟大的阿伽玛经——圣典《卡米卡阿伽玛 (Srimad Kamika Agama)》。在圣典《卡米卡-阿戈玛经》前篇《拜赞仪轨篇 (Archana Vidhi Patalah)》中，帕冉玛希瓦明确指示了每日供奉祂的具体方式。依循帕冉玛希瓦的指示，正直一致地向帕冉玛希瓦和上师行帕冉玛希瓦普迦，我们便允许我们的至高我（帕冉玛希瓦），通过我们来表达和颂扬祂的存在。



为何祭拜帕冉玛希瓦沙克缇？

帕冉玛希瓦普迦是献给尼希亚南德什瓦拉·帕冉玛希瓦 (Nithyanandeshwara Paramasiva) 和尼希亚南德什瓦里·帕冉玛希瓦沙克缇 (Nithyanandeshwari Paramasiva-shakti) 的。普迦中的咒语包含两位神祇：

sri nithyanandeshwari Paramasivashakti sameta
sri nithyanandeshwara Paramasivaya

“你倾注于任何事物上的时间与生命能量，终将向你揭示其奥秘。我称之为“感应寂定三摩地”。将你的时间、生命和能量投入到帕冉玛希瓦沙克缇——正知识 (Sri Vidya) 上，祂会向你揭示其奥秘，揭示祂如何运作这世界，如何运作幻相 (Maya)，如何运作整个梵界及星系宇宙 (Bhuvana)。”

—— 印度教最高教皇



普迦（神圣敬拜法事）指南

重要提示及安全须知：

请确保在防火安全的环境中进行普迦。您的安全是您的责任。请确保儿童与普迦操作人员保持安全距离，或由长辈全程监护。除指定物品外，请勿在法事期间使用任何易燃物品，并严格按照规定的方式进行。请一致地遵循以下这简单的指南，以体验至高空间，并从敬师足浴普迦和帕冉玛希瓦普迦的仪式中获得灵性上的益处。

准备工作

即使准备普迦的过程，你实际上也是在进行普迦。收集鲜花、树叶、食品等圣物，摆放祭祀用具时，便开始沉浸在对神圣的纯粹忆念 (Smarana) 之中，并准备好将自己奉献给神。

在进行普迦之前，信徒须做好以下内外准备：

- 净身——确保已完成所有生理需求，沐浴净身，并穿上干净清爽的衣物。
- 净心——保持愉悦而庆祝的空间，将自己置于圆满的至高境界，并唤起你对挚爱上师与帕冉玛希瓦·帕冉玛希瓦沙克缇的神圣记忆。



普迦（神圣敬拜法事）指南

- 服饰、个人装束、神圣标记：
 - * 男性信徒应穿着传统印度教服饰——腰间围遮盖肚脐的兜提 (Dhoti) 或瑜伽袍 (Yogavastram)，不穿上衣；女性信徒应穿着传统印度教服饰——纱丽 (Sari)。
 - * 长发男女应将头发束起，发尾收拢。
 - * 在眉心第三眼处涂抹圣红粉 (Kumkum)，佩戴金刚菩提子 (Rudraksha) 等，并在身体五个部位——额头、右前臂、左前臂、心脏、肚脐处涂抹三线圣灰 (Tripundri)，或根据阿戈玛经典的规定，在身体的八处、十六处、三十二处涂抹圣灰。
- 与神灵独处的时刻——请牢记，这神圣的普迦仪式是您与神——上师，与帕冉玛希瓦、帕冉玛希瓦沙克缇——直接、专属、私密的时光。准备好与神灵连接，接受祂们恩惠的礼物，让充满爱意的恩典在你体内流淌。
- 供奉的食物 (Naivedyam) 和水，被以爱和虔诚之心奉向神明时，便成为满怀喜悦地享用并与他人分享的贡品 (Prasada)。请务必使用另外的容器，或用双手作碗 (Kara-paatram) 享用贡品。所有普迦器皿是神专用的。



普迦座位及布置

- 在由达婆草编织而成的圣座(Asanam)上，以半莲花坐式(Ardhapadmasana) 或简易坐式(Sukhasana)安坐。
- 请准备好所有祭祀供品。请务必向神明供奉最纯净、最优质的供品：40朵鲜花、圣罗勒叶(Tulasi)、3片避罗树叶(Bilva leaf)、1件饰品(Abharanam)、1件圣衣(Vastram)、姜黄米(Akshata)、圣红粉(Kumkum)、2片樟脑(karpura)、檀香粉(Chandana)、贡食(Naivedyam)、槟榔叶(Tambulam)，2片、4片或更多，偶数)和槟榔坚果、蜂蜜红糖酥油牛乳(Madhuparka)，以及纯净饮用水。





避罗树叶 (Bilva leaves) 槟榔叶 (Betel leaves)



槟榔坚果 (Betel Nut)



圣红粉 (Kumkum)



檀香粉 (Chandana)



鲜花 (Pushpam)



姜黄米 (Akshata)



宝饰 (Abharanam)



圣罗勒叶 (Tulasi Leaves)



樟脑 (Karpura)





• 供奉(Arghya)

传统花束的准备法：

请按如下方式准备上师浴足普迦的供奉：

取一枝新鲜杜尔瓦草叶(Durva)、一片避罗树叶、一朵鲜花、一小撮姜黄米，放入装满纯净水的海螺中。



• 以下食物可作为贡食(Naivedyam)：

- * 有机、现煮、未经品尝的米饭
- * 未切而完整的新鲜多汁的水果／干果／坚果／糖蜜(Kalkandu)
- 请点燃油灯（浸在酥油或芝麻油中的棉芯）和熏香，备妥待用。
- 请将上师圣履和帕冉玛希瓦本我灵伽朝东摆放；信徒须面北而坐。
- 请确保所有普迦用具洁净，并依照下图所示摆放。

以下物品不应作为贡食：

- * 预制或包装食品
- * 非素食食品，包括蘑菇
- * 任何含转基因成分的食品
- * 非悦性食品——任何含酵母、洋葱、大蒜、青辣椒的食品



母性能量底座
Shakti Yoni Peetham



盛器（放檀香粉和圣红粉）



上师圣履 Guru Paduka
本我圣像 Atma murthy



铃



2个供盘



线香座



供碗（用于沐足Padya、献花
Arghya、净口 Achamana、
贡食Naivedhya）



五宝水罐 Panchapatram和
水勺Uddharini



海螺及支架



灯座





燃烧樟脑的火勺



衣物 (Vastram)



布置：

各个器皿、上师圣履、本我灵伽和供品，应按图示摆放。



做普迦者应坐南朝北，将祭祀用具摆放在面前，如右图所示。

北



东

南——请安坐在此





|| 宣言 ||



在今天开始敬师足浴普迦和帕冉玛希瓦普迦之前，请所有敬师足浴普迦参与者以及所有亲临现场或在线参与此次普迦的人士，以一致性与真诚性声明以下内容。如果您同意，请大声宣告“是”。

- 1) 我真实认为也是内心所想，理解并宣告此真理——宇宙能量是存在的。“是。”
- 2) 我真实认为也是内心所想，理解并宣告此真理——印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师、尼希亚南德什瓦拉·帕冉玛希瓦、尼希亚南德什瓦里·帕冉玛希瓦沙克缇、上师圣履和本我灵伽是宇宙能量的化身和代表。“是。”
- 3) 我真实认为也是内心所想，理解并宣告此真理——无论我在敬师足浴普迦中，向印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师供奉什么，在帕冉玛希瓦普迦中向尼希亚南德什瓦拉·帕冉玛希瓦、尼希亚南德什瓦里·帕冉玛希瓦沙克缇供奉什么，都会直接到达宇宙能量的源头。“是。”
- 4) 我真实认为也是内心所想，理解并宣告此真理——sō'hamāsmi，即使我敬拜，我也是祂。“是。”



敬师足浴普迦

PRATYAKṢA PĀDA PŪJĀ

敬拜 印度教最高教皇
圣尊尼希亚南达·帕冉玛希瓦
上师之莲花圣足



|| 礼敬上师 | Sadguru Vandanam ||

敬师足浴普迦以“礼敬上师”开始，在此，我们向我们的上师——印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦致以感恩。我们现在诵念的经文含义是：

我臣服于那真上师(Sadguru)，祂是永恒极乐，是至高幸福的赐予者，是智慧的化身，祂超越二元性，祂无所不在，祂的最高目标是给予“你即那(你与终极实相本是一体)(tat tvam asi)”的体验；祂是合一，是永恒、纯粹和不可动摇的，是一切众生起因和源头的直接见证者，祂超越情感，超越三大属性——悦性(Sattva)、激性(Rajas)和惰性(Tamas)。



【请取一些鲜花放入您手中，结虔敬手印 (Anjali mudra)，闭上眼睛唱诵下面经文，经文结束时将鲜花献在上师的圣履上】



॥ 礼敬上师 | Sadguru Vandanam ॥

नित्यानन्दं परमसुखदं केवलं ज्ञानमूर्तिं
द्वन्द्वातीतं गगनसदृशं तत्त्वमस्यादि लक्ष्यम्।
एकं नित्यं विमलमचलं सर्वधी साक्षिभूतं
भावातीतं त्रिगुण रहितं सद्गुरुं तं नमामि ॥

nityānandaṃ paramasukhadaṃ kevalaṃ jñānamurtiṃ
dvandvātitaṃ gaganasadr̥śaṃ tattvamasyādi lakṣyaṃ।
ekaṃ nityaṃ vimalamacalaṃ sarvadhī sākṣibhūtaṃ
bhāvātitaṃ triguṇa rahitaṃ sadgurum taṃ namāmi ॥



|| 礼敬上师传承 Guru Paramparā Vandanam ||

在“礼敬上师传承”中，我们向永恒传承表达感激，向所有上师、所有开悟大师们致敬。经文含义是：

“我臣服于以尼希亚南德什瓦拉·帕冉玛希瓦为始，以尼希亚南迪什瓦里·帕冉沙克缇为中，
我的师父印度教最高教皇为终的所有圆满开悟师承法脉。”



【请取一些鲜花放入您手中，结虔敬手印 (Anjali mudra)，闭上眼睛唱诵下面经文，经文结束时将鲜花献在上师的圣履上】

नित्यानन्देश्वर परमशिव समारम्भां नित्यानन्देश्वरि परमशिवशक्ति
मध्यमाम् नित्यानन्द पर्यन्तां वन्दे गुरु परम्पराम्।

nityānandēśvara Paramaśiva samārambhāṃ nityānandēśvari Paramaśivaśakti
madhyamām nityānanda paryantāṃ vande guru paramparām।





|| 礼敬阿茹那吉瑞·尤吉士瓦冉 ||

Arunagiri Yogiśvara Vandanam ||

在 礼敬阿茹那吉瑞·尤吉士瓦冉 中，我们向阿茹那吉瑞·尤吉士瓦冉表达敬意和感激，祂是帕冉玛希瓦的化身，他不仅以物质形态显现，并向年少的印度教最高教皇达显，而且还向最高教皇传授了伟大的灵性真理，使师尊体证了帕冉玛希瓦。经文含义：

“阿茹那吉瑞·尤吉士瓦冉，众生之主，额上涂抹神圣麝香膏，颈佩闪耀花环，髋系闪闪腰围，头饰曼陀罗花、眼镜蛇王与新月——阿茹那吉瑞·尤吉士瓦冉之存在来临。”



【请取一些鲜花放入您手中，结虔敬手印 (Anjali mudra)，闭上眼睛唱诵下面经文，经文结束时将鲜花献在师尊的圣履上】



ललाटे त्रिपुण्ड्री निटिलकृत कस्तूरी तिलकः
स्फुरणमालाधार स्फुरित कटि कौपिन वसनः।
दधानो दुस्तारं शिरसि फनिराजं शशिकलां
प्रदीपः सर्वेशां अरुणगिरियोगी विजयते ॥

lalāṭe tripuṇḍrī niṭilakṛta kastūrī tilakaḥ
sphuraṇmālādhāra sphurita kaṭi kaupina vasaṇaḥ।
dadhāno dustāraṃ śirasi phanirājaṃ śaśikalāṃ
pradīpaḥ sarveśāṃ aruṇagiriyoḡī vijayate॥







॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



阿查满那(Achamana)是一种净口仪式。【右手保持牛耳印 Gokarna Mudra（手掌呈杯状，形似牛耳），将一小勺清水倒入右掌，诵念以下经文。每诵完 svadhā 一词，就从右掌根部啜饮清水】

ओं आत्मतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om ātmatattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं विद्यातत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om vidyātattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं शिवतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om śivatattvaṃ śodhayāmi svadhā



॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



【右手拇指根部从右向左轻拭双唇两次，
同时内心默诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः

om hām hṛdayāya namaḥ



【用右手食指、中指和无名指的指尖，
触碰上唇上方和下唇下方】



【用一勺水罐内的水清洗右手】



|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【右手食指尖和拇指尖并拢，触碰右鼻孔、左鼻孔】



【右手无名指尖和拇指尖并拢，触碰右眼、左眼、右耳、左耳】



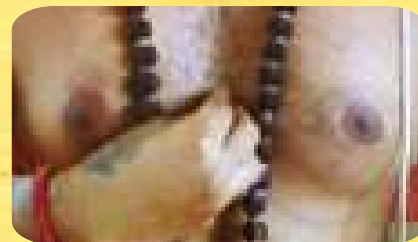
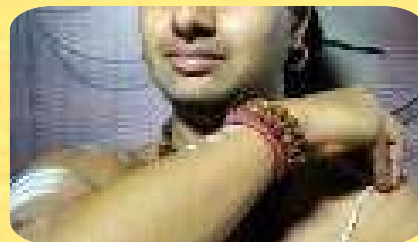
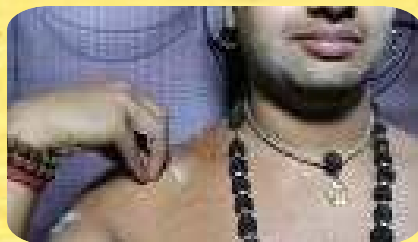
|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【用一勺水罐内的水清洗右手】



【右手拇指尖和小指尖并拢，触碰肚脐、右胸、左胸】



【右手五指指尖并拢，触碰头顶、右肩、左肩、心轮】

【用一勺水罐内的水清洗右手】



॥ 祈请象头神 ॥ शुक्लाम्बरधरं ॥ śuklāmbaradharam ॥



我们诵念以下经文，祈请自发完成之主、灭障道者圣象头神的能量，以消除完成普迦可能出现的阻碍。



【请用右手取一撮姜黄米和一朵花。双手握拳，轻拍额头两侧（太阳穴），同时唱诵以下经文】

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशि वर्णं चतुर्भुजं । śuklāmbaradharam viṣṇuṃ śaśi varṇaṃ caturbhujam ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्व विघ्नोपशान्तये ॥ prasannavadanam dhyāyet sarva vighnopaśāntaye ॥

“我冥想身穿白色服装的象头神伽内沙(Ganesha)，祂无处不在，祂如月一般明亮，
祂面带微笑和蔼可亲，祂有四肩或四手，祂是所有障碍的消除者和平息者。”



॥ 调息

प्राणायामः

Prāṇāyāmaḥ ॥



接下来是调息 —— 生命能量的调节。



【继续把姜黄米放在右手中。现在只打开小指，无名指和拇指】



【用拇指按住右鼻孔，通过左鼻孔吸气，同时默诵一遍本页咒集】

ओं हों ईशानमूर्धाय नमः	om hoṃ īśānamūrdhāya namaḥ
ओं हैं तत्पुरुषवक्त्राय नमः	om heṃ tatpuruṣavaktrāya namaḥ
ओं हुं अघोरहृदयाय नमः	om huṃ aghorahrdayāya namaḥ
ओं हिं वामदेवगुह्याय नमः	om hiṃ vāmadevaguhyāya namaḥ
ओं हं सद्योजातमूर्तये नमः	om haṃ sadyojātamurtaye namaḥ
ओं हां हृदयाय नमः	om hāṃ hrdayāya namaḥ
ओं हीं शिरसे नमः	om hiṃ śirase namaḥ
ओं हूं शिखायै नमः	om hūṃ śikhāyai namaḥ
ओं हैं कवचाय नमः	om haṃ kavacāya namaḥ
ओं हौं नेत्रेभ्यो नमः	om haum netrebhyo namaḥ
ओं हः अस्त्राय नमः	om haḥ astrāya namaḥ



॥ 调息

प्राणायामः

Prāṇāyāmaḥ ॥



【无名指和小指按住左鼻孔，屏住呼吸，再次默诵一遍本页咒集】



【右手拇指松开右鼻孔，通过右鼻孔呼气，同时默诵一遍本页咒集】

ओं हों ईशानमूर्धाय नमः om hom īśānamūrdhāya namaḥ
ओं हैं तत्पुरुषवक्त्राय नमः om hem tatpuruṣavaktrāya namaḥ
ओं हुं अघोरहृदयाय नमः om hum aghorahṛdayāya namaḥ
ओं हिं वामदेवगुह्याय नमः om hiṃ vāmadevaguhyāya namaḥ
ओं हं सद्योजातमूर्तये नमः om haṃ sadyojātamurtaye namaḥ
ओं हां हृदयाय नमः om hāṃ hṛdayāya namaḥ
ओं हीं शिरसे नमः om hiṃ śirase namaḥ
ओं हूं शिखायै नमः om hūṃ śikhāyai namaḥ
ओं हैं कवचाय नमः om haṃ kavacāya namaḥ
ओं हौं नेत्रेभ्यो नमः om haum netrebhyo namaḥ
ओं हः अस्त्राय नमः om haḥ astrāya namaḥ



|| 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ||



当您在主面前做出有意识的决定时，主的临在之力将自行显化为您的现实。发愿经文意为：

“以使主因我业障罪孽的消融过程而欢喜，我，为自己及生命中亲爱眷属的利益，在梵天怙主生命的后半期；在白光筏罗诃劫(Shweta Varaha)；毗婆舍陀摩奴(Vaivasvata Manau)统治期；永恒时代(Nitya Yuga) 初始四分之一阶段；在须弥山南侧；{印度地区：在名为婆罗多坎德(Bharataḥ Khaṇḍe)的印度次大陆，婆罗多地域(Bharata varṣe)，名为阎浮(Jambu)的岛屿上} / {印度以外的地区：在名为艾恩德拉坎德(Aindra Khaṇḍe)的大陆，拉曼那卡地域(Ramanaka varṣe)，名为科洛恩察(Krouncha)的岛屿上}，在沙迦纪元(Shaka era)，在吠陀历光辉年(Prabhava)为首年的六十年周期中的_____年（当前年份名称）；在_____日行轨期（Ayana，分北行和南行）；在_____季（季节名称）；在_____月（月份名称）；在_____（月相名称）的_____（盈亏阶段）；在吠陀历中的_____日（日期名称）；在_____星（星宿名称）；在_____（瑜伽名称）；在_____（karaṇa，动作名称）过程中，



|| 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ||



“在这吉祥时，为了使至尊尼希亚南达·帕冉玛希瓦·圣涅阿纳桑班达·德希卡·帕冉玛查里亚·斯瓦米 (Sri ta Sri Bhagavacchri Nithyananda Paramashivam Sri Jnanasambandha Deshika Paramacharaya Swami) 欢喜——祂是蒂鲁·涅阿纳桑班达 (Tiru Jnanasambandha) 之化身；祂安坐于夏玛拉全知宝座；祂是圣米纳克希·桑达雷什瓦冉 (Sri Meenakshi Sundareshwara) 的化身；祂是帕冉玛希瓦最爱之子；祂是自为年少上师的圣化身；祂饮用帕尔瓦蒂女神的乳汁而创造了德拉维达吠陀 (Dravida Veda)——吠陀和阿戈玛经典的精髓；祂是受希瓦恩典而建立珍珠轿座的化身；祂是希瓦派传统复兴者；祂安坐于全知宝座；祂是宇宙之师。此等明师曾安坐于米纳克希·桑达雷什瓦冉所承袭、蒂鲁·涅阿纳桑班达所复兴的全知圣座，是该灵性王国的第293任上师大主教；祂是大涅槃全知宝座 (Mahanirvanipeetha) 的第1008位神圣大护法上师。这位导师具有尊严、威仪、卓越、杰出和美丽品质的圣足；祂处于至尊瑜伽行者的状态；祂是所有出家游方僧侣的导师；祂是神圣音节 唵 (ÓM) 的具象身；祂是纯粹真理、纯粹意识和



|| 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ||



极乐的具象体；祂是通晓吠陀经典者；祂是安住于超意识者；祂是普世导师，创立了大狮式(Maha Simhasana)灵性王国——尼希亚南达禅修全知宝座(Nithyananda Dhyanapeeta)，这所在时时洋溢庆典，充满吉祥，具足一切神圣品质，永远摄受人心。祂是通晓吠陀经典者；祂是安住于超意识者；祂是普世导师，创立了大狮子式灵性王国——尼希亚南达禅修全知宝座(Nithyananda Dhyanapeeta)，这所在时时洋溢庆典，充满吉祥，具足一切神圣品质，永远摄受人心。为在至尊瑜伽行者尼希亚南达的莲花足下获得虔诚，为蒙受上师的恩典，为获得日益增长的安稳、坚毅、力量、胜利、长寿、健康与财富。为实现我人生的四个目标：正法(Dharma)——以正当方式生活；物质收入及利益(Artha)——以正当方式谋生；欲乐(Kama)——以正当方式满足我的欲望；解脱(Moksha)——从我作为人类存在的一切束缚中解脱。为消除我所有累积的业障；为接收一切吉祥；为在明师恩典下，与我所有亲眷众生共证觉悟，我在此直接礼敬印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦——所有神明具象身之圣足。



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



【将姜黄米放在您左手掌心，用右掌合上，
双手放在右大腿上，诵念以下经文，
经文结束时将米放在右手侧。】

ममोपात्त समस्त दुरित क्षयद्वारा भगवच्छ्री नित्यानन्द परमशिव प्रीत्यर्थं श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री नित्यानन्देश्वर परमशिव प्रीत्यर्थं शुभे शोभने मुहुर्ते अद्यब्रह्मणः द्वितीय परार्धे श्री श्वेतवराह कल्पे वैवस्वत मन्वन्तरे अष्टाविंशतितमे नित्ययुगे प्रथमे पादे _____ द्वीपे _____ वर्षे _____ खण्डे (जम्भूद्वीपे भारतवर्षे भरत खण्डे मेरोहो दक्षिणे पार्श्वे) शकाब्दे अस्मिन् वर्तमाने व्यवहारिके प्रभवादीनां षष्ट्याह सम्वत्सरानां मध्ये _____ नाम संवत्सरे _____ आयने _____ ऋतौ _____ मासे _____ पक्षे _____ तिथौ _____ वासर युक्तायाम् _____ नक्षत्र _____ योग _____ करण एवम् गुण विशेषेण विशिष्टायां अस्यां शुभ तिथौ श्री कैलासोन्नत द्वादशान्त श्यामलापीठारूढ। श्री मीनक्षी सुन्दरेश्वराभिन्न स्वरूप। परशिव पुत्ररत्न कुमार। गुरुमन्य तुल्यवतार। श्री पार्वती स्थन्यपानलब्ध दिव्य ज्ञान विश्रुत। सकल निगमागमसार भूत। द्राविड वेद प्रवक्तु।



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



श्रीमत् परमशिव करुणा समधिगत मुक्तामय चतुरश्रयाण गीयमान छत्र चामर श्रीचिह्नकाहलादि समस्त
बिरदावल्यलङ्कृत ज्ञानविज्ञान चक्रवर्ति । सर्वजन सङ्घ सद्यो निर्वाण दीक्षाव्ययापवर्ग वर्ष विश्राण जीमूत परमत
कलभकेसरी । शैव सिद्धान्त स्थापनाचार्य श्री राजाधिराज पाण्ड्य महाराजगुरु क्षपण शाक्यादि महान्धकार निवारण
ज्ञानभानु वीक्षनानर्हार्ह ध्वजोच्छेदन पूर्वक श्रीमत् वृषभ ध्वज स्थापक शैव समय कर्तृ सर्वज्ञपीठारूढ । श्री जगद्गुरु श्री
ज्ञानसम्बन्ध देशिक स्वामि वागीश सुन्दर माणिक्यवाचक स्वामिनां अवतार भूत । श्री ज्ञान सम्बन्ध स्वामि पुनरुद्धृत
श्यामलापीठ सर्वज्ञपीठ त्रिणवत्युत्तर द्विशततम गुरु महासन्निधान । अरुणगिरियोगीश्वर परम्परागत अरुणाचल
सर्वज्ञपीठ गुरुमहासन्निधान । कैलास परम्परागत काञ्ची कैलास सर्वज्ञपीठ त्रयस्त्रिंशदुत्तर द्विशततम गुरुमहासन्निधान ।
नित्योत्सव नित्यमङ्गल नित्यकल्याण नित्यरजित । कैलास परम्परागत आदिकैलास नित्यानन्दपीठ महासंस्थान
महासिंहासन पीठकर्तृ । साक्षात् श्री परमशिव समुद्भूत कैलास परम्परागत वैवस्वत मनु इक्ष्वाकु हरिश्चन्द्र भगीरथ श्री
रामचन्द्र शूरसेन इत्यादि अनवच्छिन्न सार्वभौम चक्रवर्ति परम्परागत । चतुःषष्टि योगिनीमण्डित चतुःषष्टि सम्प्रदाय
प्रवर्तक मनु धर्म शासन सूर्यवंश प्राप्त सर्वज्ञपीठ सुराङ्गि साम्राज्य मूर्धाभिषिक्त चूडामणि ।



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



साक्षात् श्री परमशिव समुद्भूत कपिल महागुरु पुनरुद्भूत महानिर्वाणि पीठ अष्टोत्तर सहस्र श्री महामण्डलेश्वर । साक्षात् श्री परमशिव समुद्भूत श्री महागणपति समारम्भ अनवच्छिन्न पीठाधीश्वर गुरु परम्पराप्राप्त अटलपीठ अष्टोत्तरसहस्रतम अष्टोत्तर सहस्रश्री अटल पीठाधीश्वर । धर्ममुक्ति स्वर्गपुर स्वर्णपीठ त्रयोविंश गुरुमहासन्निधान । कैलास परम्परागत आदि पीठ सर्वज्ञपीठ जगद्गुरु । श्री कैलास पुनरुद्धरक । श्री कैलास परमाचार्य । श्रीमत् परमहंस परिव्राजकाचार्यवर्य सच्चिदानन्द प्रणवस्वरूप श्रोत्रिय ब्रह्म निष्ठ । श्रीमत् जगद्गुरु श्री-ल-श्री भगवद् श्री नित्यानन्द परमशिव श्री ज्ञान सम्बन्ध देशिक परमाचार्य स्वामिनाम् प्रीत्यर्थं तेषां पादरविन्दयोः भक्ति सिद्ध्यर्थं गुरुकृपाकटाक्ष सिद्ध्यर्थं क्षेम स्थैर्य वीर्य विजय आयुरारोग्य ऐश्वर्यानां अभिविद्ध्यर्थम् धर्मार्थ काम मोक्ष चतुर्विध फल पुरुषार्थ सिद्ध्यर्थम् । समस्त दुरितोपशान्त्यर्थम् । समस्त मङ्गल अवप्त्यर्थम् । भगवच्छ्री नित्यनन्द परमशिव प्रसादेन सकुटुम्बस्य ज्ञान वैराज्ञ जीवन्मुक्ति प्राप्त्यर्थम् । श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री नित्यनन्देश्वर परमशिव अवतारभूत श्री सर्वदेवदेवी स्वरूप भगवच्छ्री नित्यनन्द परमशिव प्रत्यक्ष पाद पूजां करिष्ये श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री नित्यनन्देश्वर परमशिव पूजां करिष्ये । ओं अप उप स्पृश्य ॥



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



mamopātta samasta durita kṣayadvāra bhagavacchri nityānanda Paramaśiva prityartham śrī nityānandeśvari Paramaśivaśakti sameta śrī nityānandeśvara Paramaśiva prityartham śubhe śobhane muhurte adyabrahmaṇaḥ dvitīya parārdhe śrī śvetavarāha kalpe vaivasvata manvantare aṣṭaviṃśatitame nityayuge prathamē pāde ___dvīpe ___varṣe ___khaṇḍe (印度地区: jambhūdvīpe bhāratavarṣe bhāratha khaṇḍe meruḥ dakṣiṇe pārśve / 印度以外地区: krouncha dvīpe ramanaka varṣe aindra khaṇḍe meruḥ dakṣiṇe pārśve) śakābdhe asmin vartamāne vyavaharīke prabhavādinām ṣaṣṭyāha samvatsarānām madhye ___nāma samvatsare ___āyane ___ṛtau ___māse ___pakṣe ___tithau ___vāsara yuktayām ___nakṣatra ___yoga ___karaṇa evaṃ guṇa viśeṣeṇa viśiṣṭhāyām asyām śubha tithau

śrī kailāsonnata dvādaśanta śyāmalapīṭharuḍha śrī minakṣī sundareśvarābhinnā svarūpa paraśiva putraratna kumārā gurumanya tulyāvatara śrī pārvatī sthanyapānalabdha divya jñāna viśruta sakala nīgamāgamasāra bhūta draviḍa veda pravaktṛ śrīmat Paramaśiva karuṇā samadhigata muktāmaya



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



caturaśrayaṇa gīyamāna chatra cāmara śricihnakāhalādi samasta biradāvalyalaṅkṛta jñānavijñāna cakravartī sarvajana saṅgha sadyo nirvāṇa dīkṣā-vyayā-pavarga varṣa viśraṇa jīmūta paramata kalabhakesari | śaiva siddhanta sthapanacarya śrī rajadhiraja paṇḍya maharajaguru kṣapaṇa śākyadi māhān-dha-kā-ra nīvaraṇa jñānabhānu vikṣāṇa-narhār-ha dhvajocchedana pūrvaka śrīmat vṛṣabha dhvaja sthāpaka śaiva samaya kartṛ sarvajñapiṭhārūḍha | śrī jagadguru śrī jñānasambandha deśika svāmi vāgiśa sundara māṇikyavācaka svāmināṃ avatara bhūta | śrī jñāna sambandha svāmi punaruddhṛta śyāmalapiṭha sarvajñapiṭha triṇavatyuttara dvīśatatama guru mahāsannidhāna | aruṇagiri-yogīśvara paramparāgata aruṇācala sarvajñapiṭha gurumahāsannidhāna | kailāsa paramparāgata kañci kailāsa sarvajñapiṭha trayāstrīṃśaduttara dvīśatatama gurumahāsannidhāna | nityotsava nityamaṅgala nityakalyāṇa nityarajita kailāsa paramparāgata adikailāsa nityānandapiṭha mahāsaṁsthāna mahāsimhasana piṭhakarṭṛ | sākṣat śrī Paramaśiva samudbhūta kailāsa paramparāgata vaivasvata manu ikṣvāku hariścandra bhagīratha śrī rāmacandra śūrasena ityādi anavacchinna sārva-bhauṃsa cakravartī paramparāgata | catuḥṣaṣṭī yogīnīmaṇḍita catuḥṣaṣṭī sampradāya pravartaka manu dharma śāsana sūryavamśa prāpta sarvajñapiṭha suraṅgi sāmrajya mūrdhabhiṣikta cūḍamaṇi |



॥ 发愿 | सङ्कल्पः | Saṅkalpaḥ ॥



sākṣāt śrī Paramaśiva samudbhūta kapila mahāguru punaruddhṛta mahānirvāṇi pīṭha aṣṭottara sahasra śrī mahāmaṇḍaleśvaraḥ | sākṣāt śrī Paramaśiva samudbhūta śrī mahāgaṇapati samārambha anavacchinna pīṭhadhīśvara guru paramaparāprapta āṭalapiṭha aṣṭottarasahasratama aṣṭottara sahasraśrī āṭala pīṭhadhīśvaraḥ | dharmamukti svargapura svarṇapiṭha trayaviṃśa gurumahasannidhanaḥ | kailāsa paramparāgata ādi pīṭha sarvajñapiṭha jagadguruḥ | śrī kailāsa punaruddharaka | śrī kailāsa paramācārya śrīmat paramahaṃsa parivrajakācāryavarya saccidānanda praṇavasvarūpa śrotriya brahma niṣṭha | śrīmat jagadguru śrī-la-śrī bhagavad śrī nityānanda Paramaśiva śrī jñāna sambandha deśika paramācārya svaminam prītyartham teṣāṃ padaravindayoḥ bhakti siddhyartham gurukṛpakaṭakṣa siddhyartham kṣema sthairyā viryā vijayā āyurārogya aiśvaryānām abhivṛddhyartham dharmārtha kāmā mokṣa caturvidha phala puruṣārtha siddhyartham | samastā dūritopaśāntyartham | samastā maṅgala avaptyartham | bhagavacchri nityānanda Paramaśiva prasādena sakutumbasya jñāna vairajña jīvanmukti prāptyartham | śrī nityānandeśvari Paramaśivaśakti sameta śrī nityānandeśvara Paramaśiva avatārabhūta śrī sarvadevadevi svarūpa bhagavacchri nityānanda Paramaśiva pratyakṣa pāda pūjām kariṣye śrī nityānandeśvari Paramaśivaśakti sameta śrī nityānandeśvara Paramaśiva pūjām kariṣye | om apa upa sprśya ॥



॥ 摇铃 | घण्टा नादा | Ghaṇṭā Nādā ॥



【左手拿铃，举过心轮，一边唱诵以下经文一边摇铃——】

ओं आगमार्थन्तु देवानां गमनार्थं तु राक्षसाम् ।

घण्टा नादं करोम्यादौ देवताह्वानलाञ्छनम् ॥

घण्टादेवताभ्यो नमः

om āgamārthantu devānāṃ gamanārthaṃ tu rākṣasām ।

ghaṇṭā nādaṃ karomyādaṃ devatāhvaṇalāñcanam ॥

ghaṇṭādevatābhyo namaḥ



|| 心念普迦 | मानस पूजा | Mānasa Pūjā ||



接下来是心念普迦 (Mānasa Pūjā)，即内在敬拜。我们现在唱诵的经文含义是：

“除了我的心，我还能为上师献上什么座位？我奉上如甘露般流淌的感恩，沐浴祂的双足，洗漱祂的口。我献上我的心念本身，作为花束。对于我的上师，那本然宇宙，除了心的空间，我还能献上怎样的衣袍？我将我生命能量献上，作为香火；我将甘露之洋献上，作为贡食。不粘执的声复一声的法则，应作为铃献上；献上气息，作为拂尘(chāmara)；献上顶轮，作为伞盖；献上声音的法则，作为音乐；献上感官活动以及心念变幻，应作为舞蹈。沿中脉的七大脉轮，应作为花环供奉。敬奉真师应献上诸多花朵——纯真无伪、脱离我执、脱离求不得苦、脱离傲慢、脱离无知、脱离欺骗、脱离嗔恨、脱离躁动、脱离嫉妒和贪婪。此外，还应以非暴力之花、感官支配之花、慈悲之花、宽容之花和开悟之花供奉真师。”



॥ 心念普迦 | मानस पूजा | Maṇasa Pūjā ॥



【手握鲜花，双手结龟印 (kurma mudra)，唱诵以下经文后，将花献于印度教最高教皇圣履。】

ॐ हृत्-पद्मम् आसनं दद्यात् सहस्रारच्युताम्मृतैः। पाद्यं चरणयोर्दद्यात् मनस्तु-अर्घ्यं निवेदयेत् ॥
तेन-अमृतेन आचमनीयं स्नानीयं तेन च स्मृतम्। आकाश-तत्त्वं वस्त्रं स्यात् गन्धः स्यात् गन्ध-तत्त्वकम् ॥
चित्तं प्रकल्पयेत् पुष्पं धूपं प्राणान् प्रकल्पयेत्। तेजस्तत्त्वं च दीपार्थं नैवेद्यं स्यात्-सुधाम्बुधिः ॥
अनाहत-ध्वनिघण्टा वायु-तत्त्वं च चामरम्। सहस्रारं भवेत् छत्रं शब्द-तत्त्वं च गीतकम् ॥
नृत्यम् इन्द्रिय-कर्माणि चाञ्चल्यं मनसस्-तथा। सुमेखलां पद्म-मालां पुष्पं नाना-विधं तथा ॥
अमायाद्यैर्भाव-पुष्पैः अर्चयेत् भाव-गोचरम्। अमायम् अनहङ्कारम् अरागम् अमदं तथा ॥
अमोहकम् अदम्भं च अद्वेषाक्षोभको तथा। अमात्सर्यम् अलोभं च दश-पुष्पं विदुर-बुधाः ॥
अहिंसा परमं पुष्पं पुष्पम् इन्द्रिय-निग्रहः। दया-पुष्पं क्षमा-पुष्पं ज्ञान-पुष्पं च पञ्चमम् ॥
इति पञ्चदशैर्भाव-पुष्पैः सम्पूजयेत् भगवन्तं श्री-नित्यानन्द-परमशिवम् ॥



॥ 心念普迦 | मानस पूजा | Mānasa Pūjā ॥



om hr̥t-padmam āsanam dadyāt sahasrārā acyutāmmṛtaiḥ | pādyaṃ caraṇayordadyāt
manastu arghyaṃ nivedayet || tena-amṛtena ācamaniyaṃ snāniyaṃ tena ca smṛtam |
ākāśa-tattvaṃ vastraṃ syāt gandhaḥ syāt gandha-tattvakam || cittaṃ prakalpayet
puṣpaṃ dhūpaṃ prāṇān prakalpayet | tejas tattvaṃ ca dipārthaṃ naivedyaṃ syāt-
sudham budhiḥ || anāhata dhvanir ghaṇṭā vāyu-tattvaṃ ca cāmaram | sahasrāram
bhavet chatraṃ śabda-tattvaṃ ca gitakam || nṛtyam indriya-karmāṇi cāñcalyaṃ
manasas-tathā | sumekhalāṃ padma-mālāṃ puṣpaṃ nānā-vidham tathā ||
amāyadyairbhāva-puṣpaiḥ arcayet bhāva-gocaram | amāyam anahaṅkāram arāgam
amadam tathā || amohakam adambham ca adveṣākṣobhako tathā | amātsaryaṃ alobham
ca daśa-puṣpaṃ vidur-budhāḥ || ahiṃsā paramaṃ puṣpaṃ puṣpaṃ indriya-nigrahaḥ |
dayā-puṣpaṃ kṣamā-puṣpaṃ jñāna-puṣpaṃ ca pañcamam ||
iti pañcadaśairbhāva-puṣpaiḥ sampūjayet bhagavantam śrī-nityānanda-Paramaśivam ||



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥



॥ 献座 | आसनम् | Asanam ॥

首先是阿萨南——向上师献座。我们唱诵的经文含义是：

“噢！那居于一切众生之内者，那乃一切众生的本初灵魂者！我将此席献给您；我臣服，臣服。”



【现在请您取一些鲜花和姜黄米，结虔敬手印(Anjali mudra)，唱诵经文，经文结束时，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं सर्वभूतान्तरस्थाय सर्वभूतान्तरात्मने । कल्पयाम्युपवेशार्थं आसनं ते नमो नमः ॥

ओं ह्रीं इदं सुवर्णासनं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om sarvabhūtāntarasthāya sarvabhūtāntarātmane ।

kalpayāmyupaveśārtham āsanam te namo namaḥ ॥

om hrīm idam suvarṇāsanam sarvadevadevī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||



|| 欢迎 | स्वागतम् | Svāgatam ||

接下来是思瓦戈昙——欢迎上师。我们现在唱诵的经文含义是：

“因为安住于平和觉性的宁静，态度上并不受制于与五重宇宙功能相关的所有行为，主萨达希瓦被精通伟大阿戈玛经典——坛陀罗（Tantra）的专家们尊为 希瓦。我将自己献给那希瓦，祂是上师，祂永远超脱于欲望躁动和与具象化相关的一切。由于祂无比浩瀚宏大，由于祂永恒无生的品质，这位主被颂扬为阿南塔（Ananta）。噢！众神之主啊，噢！那被渴求达显者，众神等着满愿！欢迎！欢迎！今天，我的出生、我的生命和一切善行都结出了果实；我所有苦修，因迎请您而实现。”



【请取一些鲜花，伴随经文唱诵，将花献于印度教最高教皇圣履。】



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥



॥ 欢迎 | स्वागतम् | Svāgatam ॥

ओं शान्तत्वात् सर्वकर्तृत्वात् भावोपरति कारणात् शिव उक्तौ महा तन्त्र मन्त्र विद्भिः सदाशिवः ।

तस्मै शिवाय गुरवे वीतराग कलाय वै अमेयत्वात् अनन्तोऽयम् अजत्वाच प्रकीर्तितः ॥

यस्य दर्शनं इच्छन्ती देवा स्वाभीष्ट सिद्धये तस्मै ते परमेशान स्वागतं स्वागतं प्रभो ।

अद्य मे सफलं जन्म जीवनं सफला क्रियाः स्वागतम् यत्वया तन्मे तपसां फलमागतम् ॥

ओं ह्रीं सर्वदेवदेवी स्वरूप भगवत् श्री नित्यानन्द परमशिव स्वागतं सुस्वागतं ते ॥

om śāntatvāt sarva kartṛtva bhāvoparati kāraṇāt । śiva ukto mahātantra mantravidbhiḥ
sadaśivaḥ ॥ tasmai śivāya gurave vitarāga kalāya vai । ameyatvāt ananto'yaṁ ajatvācca
prakīrtitaḥ ॥ om yasya darśanam icchanti devā svābhiṣṭa siddhaye tasmai te parameśāna
svāgatam svāgatam prabho । adya me saphalam janma jivanam saphalā kṛiyāḥ svāgatam
yatvayā tanme tapasām phalamāgatam ॥ om hrīm sarvadevadevi svarūpa bhagavat śrī
nityānanda Paramaśiva svāgatam susvāgatam te ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 沐足 | पाद्यम् | Pādyam ॥

接下来是帕点姆——向上师端上沐足水。我们现在唱诵的经文含义是：
“我奉上沐足水，用来洗至高神的圣足，唯有虔诚奉献祂，才会带来终极妙乐。”



【现在，请舀一勺清水，伴随经文唱诵，将水倾献于印度教最高教皇圣履。】

ओं यद् भक्तिलेश संपर्कात् परमानन्द संप्लवः । तस्मै ते परमेशान पाद्यं शुद्धाय कल्पये ॥

ओं ह्रीं एतत् पाद्यं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om yaḍ bhaktileśa samparkāt paramānanda samplavaḥ ।

tasmai te parameśāna pādyam śuddhāya kalpaye ॥

om hrīm etat pādyam sarvadevadevi svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 献花束 | अर्घ्यः | Arghyah ||

接下来是阿戈雅哈——向上师献上传统花束。我们现在唱诵的经文含义：“噢！大自在天 (Maheśvara)！请接受这份敬献礼——在盛了水的美妙海螺中，用杜尔瓦草、鲜花、避罗树叶和米粒制成的传统迎宾花束。”



【请拿起海螺放在手中，伴随经文唱诵，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं दूर्वाक्षत समायुक्तं बिल्वपत्रं तथा परं । शोभनं शन्ख पात्रस्थं गृहाणार्घ्यं महेश्वर ॥

ओं ह्रीं एषोऽर्घ्यः सर्वदेव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय स्वाहा ॥

om dūrvākṣata samāyuktaṁ bilvapatraṁ tathā paraṁ ।

śobhanaṁ śankha pātrasthaṁ gr̥hāṇārghyaṁ mahēśvara ॥

om hrīm eṣo'rghyaḥ sarvadeva devī svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya svāhā



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 漱口 | आचमनीयम् | ācamaniyam ||

接下来是阿茶玛尼扬——向上师献上漱口清水。我们现在唱诵的经文含义是：

“请接受这吉祥消罪的恒河水，这是我以虔诚心供养给您的漱口水。”



【现在，请舀一勺清水，经文诵完后，
将水倾献于印度教最高教皇圣履。】

ओं मन्दाकिन्यास्तु यद्वारि सर्वपाप हरं शुभम् । गृहाणाचमनीयं त्वं मया भक्त्या निवेदितम् ।
ओं ह्रीं इदं आचमनीयोदकं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय स्वधा ॥

om mandākinyāstu yadvārī sarvapāpa haraṃ śubham ।

gṛhāṇācamaniyaṃ tvam mayā bhaktyā niveditam ।

om hrīm īdaṃ ācamaniyodakaṃ sarvadevadevī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya svadhā ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 甜奶 | मधुपर्कः | Madhuparkah ||

接下来是玛杜帕卡哈——献上甘露饮。我们现在唱诵的经文含义是：

“为消除一切负向，我献上这甘露之饮——玛杜帕卡。请笑纳吧，噢！主啊！”



【现在，请将盛奶的碗拿在手上，
伴随经文，将奶倾献于印度教最高
教皇圣履上。】

ओं सर्वकल्मष नाशाय परिपूर्ण सुधात्मकम् । मधुपर्कमिमं देव कल्पयामि प्रसीद मे ॥

ओं ह्रीं एष मधुपर्कः सर्वदेव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय स्वधा ॥

om sarvakalmaṣa nāśāya paripūrṇa sudhātmakam ।

madhuparkamimaṁ deva kalpayāmi prasīda me ॥

om hrīm eṣa madhuparkah sarvadeva devī svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya svadhā ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 芬芳精油 | गन्ध-तैलम् | Gandha-Tailam ॥

接下来是甘塔-太兰姆——献上精油。我们现在唱诵的经文含义是：“我满怀爱与倾慕，将芬芳精油献给您，噢！所有世界的疗愈者！您是所有世界中最为纯粹的。现在，请您收下这芬芳精油吧！”



【请取精油，伴随经文，将油献于印度教最高教皇圣履。】

ओं स्नेहं गृहाण स्नेहेन लोकानां हितकारक । सर्व लोकेषु शुद्धस्त्वं ददामी स्नेह मुत्तमम् ॥
ओं ह्रीं इदं गन्ध तैलं सर्व देव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय निवेदयामि ॥

om sneham gr̥hāṇa snehena lokānām hitakāraka ।
sarva lokeṣu śuddhastvam dadāmi sneha muttamam ॥
om hrīm idam gandha tailam sarva deva devī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya nivedayāmi ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 沐浴 | स्नानीयम् | Snāniyam ॥

接下来是斯南尼扬——献上沐浴水。我们现在唱诵的经文含义是：

“请接受这清凉、纯净、澄澈、能止息我心念的水，我以虔诚心为您奉上神圣沐浴水。”



【现在，请舀一勺清水，伴随经文，将水献于印度教最高教皇圣履，并同时摇铃。】

ओं इदं सुशीतलंवारि स्वच्छं शुद्धं मनोहरम् । स्नानार्थं ते मया भक्त्या कल्पितं प्रतिगृह्यताम् ॥
ओं ह्रीं इदं स्नानीयोदकं सर्व देव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय निवेदयामि ॥

om idam suśītalāṃvāri svaccham śuddham manoharam ।
snānārtham te mayā bhaktyā kalpitam pratigṛhyatām ॥
om hrīm idam snāniyodakam sarva deva devī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya nivedayāmi ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 衣袍 | वस्त्रम् | Vastram ॥

接下来是瓦斯特冉——献上衣袍。我们现在唱诵的经文含义是：“我奉上衣物，献给揭开幻相 (Maya) / 妄觉面纱的上师，那上师是真正的觉悟之光，他不戴幻相面纱，以本初空间为衣。”



【请将手中的衣物，伴随经文，
献于印度教最高教皇圣履。】

ओं माया चित्र पटाच्छन्न निजगुह्योरु तेजसे । निरावरण विज्ञाय वासस्ते कल्पयाम्यहम् ॥
ओं ह्रीं इदं वस्त्रोत्तरियं सर्व देव देवीस्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय निवेदयामि ॥

om māyā citra paṭacchanna nijaguhyoru tejase ।

nirāvaraṇa vijñāya vāsaste kalpayāmyaham ॥

om hrīm idam vastrottariyaṁ sarva deva devī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya nivedayāmi ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 宝饰 | आभरणम् | Abharaṇam ||

接下来是阿巴兰南——献上神圣宝饰。我们现在唱诵的经文含义是：

“我将这金饰供奉于您，上师，您本具优雅美丽之身，您是一切力量的宝库。”



【请拿起饰品，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं स्वभावसुन्दराङ्गाय नाना शक्त्याश्रयायते । सुवर्णं भूषणं तुभ्यं कल्पयामि प्रसीदमे ॥
ओं ह्रीं इदं सुवर्णाभरणं सर्व देव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय निवेदयामि ॥

om svabhāvasundaraṅgāya nānā śaktyāśrayāyate ।

suvarṇam bhuṣaṇam tubhyaṁ kalpayāmi prasīdame ॥

om hrīm̐ idaṁ suvarṇābharaṇam sarva deva devī svarūpāya
bhagavate sri nityānanda paramaśivāya nivedayāmi॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 香膏 | गन्धः | Gandhaḥ ॥

接下来是甘塔——献上香膏。我们现在唱诵的经文含义是：

“我既不知您的身形是什么，也不知您的行为是什么。请接受并涂抹我奉上的檀香膏吧！”



【请用右手无名指蘸一些檀香膏，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं शरीरं ते न जानामि चेष्टां नैवच नैवच । मया निवेदितान् गन्धान् प्रतिग्रिह्य विलिप्यताम् ॥

ओं ह्रीं एष गन्धः सर्व देव देवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om śarīraṁ te na jānāmi ceṣṭāṁ naivaca naivaca ।

mayā niveditān gandhān pratigrihya vilipyatām ॥

om hrīm eṣa gandhaḥ sarva deva devī svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 鲜花 | पुष्पम् | Puṣpam ||

接下来是普续盼——献上芳香鲜花。我们现在唱诵的经文含义是：

“请接受这些芬芳馥郁、种类繁多的花朵，它们采自图里亚之林——终极安然醒觉之地。”



【请取朵鲜花，涂上一些檀香膏，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं तुरीय वन सम्पन्नं नानागुण मनोहरम् । आनन्द सौरभं पुष्पं गृह्यतां इदमुत्तमम् ॥
ओं ह्रीं एतानि सच्चन्दन पुष्पानि सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय वौषट् ॥

om turiya vana sampannam nānaguṇa manoharam ।

ānanda saurabham puṣpam gr̥hyatām idamuttamam ॥

om hrīm etāni saccandana puṣpāni sarvadevadevī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya vauṣaṭ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 避罗树叶 | बिल्व-पत्रम् | Bilva-Patram ||

接下来是避瓦帕特冉——献上避罗树叶。我们现在唱诵的经文含义是：

“我向您——众神之神！——供奉这片神圣的避罗树叶，其中栖居着富饶女神，且深受帕冉玛希瓦的珍爱。”



【请拿起避罗树叶，涂上檀香膏，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं अमृतोद्भवं श्री वृक्षं शङ्करस्य सदा प्रियं । बिल्वपत्रं प्रयच्छामि पवित्रं ते सुरेश्वर ॥

ओं ह्रीं एतानि सच्चन्दन बिल्वपत्रानि सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय वौषट् ॥

om amṛtodbhavam śrī vṛkṣam śaṅkarasya sadā priyam । bilvapatram

prayacchāmi pavitram te sureśvara ॥

om hrīm etāni saccandana bilvapatrāni sarvadevadevi svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya vauṣaṭ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 圣罗勒叶 | तुलसी - पत्रम् | Tulasi-Patram ||

接下来是图拉西帕特冉——献上圣罗勒叶。我们现在唱诵的经文含义是：
“愿这圣罗勒叶献给无上灵魂，祂拥有无穷无尽的化身，祂是一切恩惠的赐予者。”



【请拿起圣罗勒叶，涂上檀香膏，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं नमस्ते बहुरूपाय वरदमूर्तये परमात्मने स्वाहा ॥

ओं ह्रीं इदं सच्चन्दन तुलसि पत्रं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om namaste bahurūpāya varadamūrtaye paramātmāne svāhā ॥

om hrīm̐ idam̐ saccandana tulasi patram̐ sarvadevadevi svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 香 | धूपः | Dhūpaḥ ॥

接下来是度帕——上香。我们现在唱诵的经文含义是：

“这缕香火由芬芳馥郁的圣草燃烧所成，请诸天神皆可吸入。”



【请拿起点燃的香，伴随经文，缓缓绕印度教最高教皇圣履舞动，同时左手摇铃。】

ओं वनस्पति रसो दिव्यो गन्धाढ्यः सुमनोहरः । आघ्रेय सर्व देवानां धूपोयं प्रतिगृह्यताम् ॥

ओं ह्रीं एष धूपः सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om vanaspati raso divyo gandhaḍhyaḥ sumano haraḥ ।

aghreya sarva devānāṃ dhūpoyam pratigr̥hyatam ॥

om hrīm eṣa dhūpaḥ sarvadevadevī svarūpāya

bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 油灯 | दीपः | Dīpaḥ ||

接下来是迪帕——奉灯。我们现在唱诵的经文含义是：

“请接受这来自内外世界的光明，它无比明亮，能驱散一切黑暗。”



【请拿起点燃的油灯，伴随经文，缓缓绕印度教最高教皇圣履舞动，同时左手摇铃。】

ओं सुप्रकाशो महादीपः सर्वतस्तिमिरापहः । सबाह्याभ्यन्तरःज्योतिर्दीपोयं प्रतिगृह्यताम् ॥

ओं ह्रीं एष दीपः सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om suprakāśo mahādīpaḥ sarvatastimirāpahaḥ ।

sabāhyābhyantarajaḥjyotirdīpoyam pratigṛhyatām ॥

om hrīm eṣa dīpaḥ sarvadevadevī svarūpāya bhagavate

śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 贡食 | नैवेद्यम् | Naivedyam ||

接下来是奈维迪扬——奉上食物。我们现在唱诵的经文含义是：

“这些不同种类的贡食是用甜品和其它食材制成，哦！主啊！请接受我虔诚备制的这些贡食吧！”



【现在，舀一勺清水，顺时针方向在供品上方盘旋，伴随经文，将水献于印度教最高教皇圣履，同时摇铃。】

ओं नैवेद्यं विविधं देव शर्करादि विनिर्मितम् । मया निवेदितं भक्त्या गृहाण परमेश्वर ॥
ओं ह्रीं इदं शोपकरण नैवेद्यं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय निवेदयामि ॥

om naivedyam vividham deva śarkarādi vinirmitam ।

mayā niveditam bhaktyā grhaṇa paramēśvara ॥

om hrīm idam śopakaraṇa naivedyam sarvadevadevī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya nivedayāmi ॥



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||

|| 饮用水 | पानीयम् | Pāṇīyam ||

接下来是帕尼扬——奉上饮用水。我们现在唱诵的经文含义是：

“噢！神啊！众神之主！您将深深的圆满赐临于我们！请接受这充满无限妙乐的水吧！”



【现在，舀一勺清水，伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

ओं समस्त देव देवेश सर्व तृप्ति करं परम् । अखण्डानन्द संपूर्ण गृहाण जलमुत्तमम् ।
ओं ह्रीं इदं पानार्थोदकं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः ॥

om samasta deva deveśa sarva tṛpti karaṁ param ।
akhaṇḍānanda sampūrṇaṁ grhāṇa jalamuttamam ।
om hrīm īdaṁ pānarthodakaṁ sarvadevadevī svarūpāya
bhagavate śrī nityānanda paramaśivāya namaḥ ॥



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥

॥ 再次洗漱 | पुनराचमनीयम् | Punarācamaniyam ॥

接下来是普那拉茶玛尼扬——再次奉上洗漱水。我们现在唱诵的经文含义是：

“我将此水奉上，用于洗手漱口，您仅仅是被忆念，就净化了一切众生。”



【现在，舀一勺清水，伴随经文，
献于印度教最高教皇圣履。】

ओं उच्छिष्टमप्य शुचिर्वा यस्य स्मरण मात्रतः । शुद्धिमाप्नोति तस्मै ते पुनराचमनीयकम् ॥
ओं ह्रीं इदं पुनराचमनीयोदकं सर्वदेवदेवी स्वरूपाय भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय स्वाहा ॥

om ucchiṣṭamapyā śucirvā yasya smaraṇa mātrataḥ ।

śuddhimāpnoti tasmai te punarācamaniyakam ॥

om hriṃ idaṃ punarācamaniyodakam sarvadevadevī svarūpāya bhagavate śrī
nityānanda paramaśivāya svāhā



|| 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ||



|| 舞樟脑灯 | आरात्रिकम् | Arātrikam ||

接下来是阿拉提卡姆供奉——
向印度教最高教皇 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦旋舞明灯。

【现在请您手中举着点燃的樟脑，一边唱诵以下经文，
一边缓缓向师尊旋转舞动，同时请用左手摇铃。】

我们唱诵的经文含义是：

“我们向财富之神俱毗罗(Kubera)致敬，
祂赐予我们财富，是万王之王，拥有极大的耐心。
愿爱欲之神卡梅什瓦拉(Kameshwara)满足我们的愿望。”





॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥



॥ 舞樟脑灯 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥

我向祂顶礼(pranam), 表达崇拜和敬意。

祂如樟脑般纯洁, 因强烈的慈悲而化身, 是生命的精髓,

祂以蛇王为饰, 永恒地居住在心中的莲花中,

并将宇宙阳性能量希瓦和宇宙阴性能量德维合二为一, 达到顶峰!

我向您顶礼!

ओं ह्रीं एषा दीप माला सर्वदेवदेवी स्वरूपाय

भगवते श्री नित्यानन्द परमशिवाय नमः

ॐ सांग्रहण्येष्या यजते । इमां जनताः संगृह्णीति ।

द्वादशा रत्नी रशना भवति । द्वादश मासाः संवत्सरः ।



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥



॥ 舞樟脑灯 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥



संवत्सरमेवावर्तुन्धे । मौञ्जी भवति । ऊर्ग्वै मुञ्जाः ।
ऊर्जमेवावर्तुन्धे । चित्रा नक्षत्रं भवति । चित्रं वा एतत्कर्म ॥
कर्पूर गौरं करुणावतारं संसार सारं भुजगेन्द्र हारं सदा वसन्तं हृदयार विन्दे
भवं भवानि सहितं नमामि
भवं भवानि सहितं नमामि
भवं भवानि सहितं नमामि
आरात्रिकं समर्पयामि भगवत्च्छ्री नित्यानन्द परमशिव चरण कमलेभ्यो नमः



॥ 礼节普迦 | उपचार पूजा | Upachara Pūjā ॥



॥ 舞樟脑灯 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥

om hrīm eṣā dīpa mālā sarvadevadevī svarūpāya bhagavate śrī
nityānanda paramaśivāya namaḥ | om sāmgrahaṇyeṣṭyā yajate |

īmāṃ janatāḡ saṃgrhṇānīti dvādaśaratnī raśanā bhāvati |
dvādaśa māsāḥ saṃvathsarah saṃvathsaramevāvārundhe |
mauñji bhāvati | ūrgvai muñjāḥ ūrjāmevāvārundhe | cītrā
nakṣātram bhāvati | cītram vā etatkarmā | karpūra gauram
karuṇāvatāram saṃsāra saram bhujagendra haram | sadā
vasantam hṛdayāra vinde | bhavam bhavāni sahitam namāmi |
bhavam bhavāni sahitam namāmi | bhavam bhavāni sahitam
namāmi | arātrikam samarpayāmi bhagavatcchri nityānanda
Paramaśiva caraṇa kamalebhyo namaḥ ||





॥ 捧上鲜花 | पुष्पाञ्जलिः | Puṣpāñjaliḥ ॥



接下来是普续盼佳丽——捧上香花。我们唱诵的经文含义是：

“上师是梵天，宇宙创造之源；上师是毗湿奴，宇宙维系之源；上师是摩诃希瓦拉（希瓦），宇宙复兴之源。上师就是至高梵，是终极超意识。我臣服于上师。

“我臣服于无所不在的上师，祂让我得以一瞥其体验。我臣服于上师，祂用智慧之膏 (JnānaAnjana)——抹在三只眼的神圣黑膏——驱散因缺乏智慧而造成的双眼无明，并唤醒遍一切处的无限之眼。

© 2020 Sri Nityananda Paramashivam
All Rights Reserved
Source: Nityanandapedia.org



|| 捧上鲜花 | पुष्पाञ्जलिः | Puṣpāñjaliḥ ||



“我臣服于上师，祂以给予关于本我的知识，烧尽了我累世的业力包袱。我皈依上师，祂是宇宙之主，祂是宇宙之师；我的灵与在一切众生内的灵是同一灵。我臣服于无上寂静祖师 (Dakshinamurti)——本初上师——祂以神 (Ishwara)、上师和本我 (Atman) 的不同形式显现。

“我臣服于上师，祂是永恒喜乐，祂是至福的赐予者，祂是智慧的人身化现，祂超越二元，祂无所不在，祂的至高目的是给予你即那 (你与终极实相本是一体) (tat tvam asi) 的体验。祂是一、是永恒、纯粹、不动的；祂是万物之开端、之源头的直接见证者 (Sakshi)；祂超越情绪；祂没有悦性、变性、惰性三种属性。



॥ 捧上鲜花 | पुष्पाञ्जलिः | Puṣpāñjaliḥ ॥



【现在请拿一些鲜花在手上，闭上眼睛，
双手结本我格手印 (Atmanjali Mudra)，
伴随经文，献于印度教最高教皇圣履。】

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः। गुरुः साक्षात् परं ब्रह्म तस्मै श्री-गुरवे नमः ॥
अखण्डमण्डलाकारं व्याप्तं येन चराचरम्। तत्पदं दर्शितं येन तस्मै श्री-गुरवे नमः ॥
अज्ञान-तिमिरान्धस्य ज्ञानाञ्जन-शलाकया। चक्षुरुन्मीलितं येन तस्मै श्री-गुरवे नमः ॥
अनेक-जन्म-सम्प्राप्त-कर्म-बन्ध-विदाहिने। आत्म-ज्ञान-प्रदानेन तस्मै श्री-गुरवे नमः ॥
मन्नाथः श्री-जगन्नाथो मद्गुरुः श्री-जगद्गुरुः। ममात्मा सर्व-भूतात्मा तस्मै श्री-गुरवे नमः ॥
ईश्वरो गुरुरात्मेति मूर्ति-भेद-विभागिने। व्योमवद्-व्याप्त-देहाय दक्षिणामूर्तये नमः ॥
नित्यानन्दं परमसुखदं केवलं ज्ञानमूर्तिं द्वन्द्वातीतं गगनसदृशं तत्त्वमस्यादि-लक्ष्यम्।
एकं नित्यं विमलम् अचलं सर्वधी-साक्षि-भूतं भावातीतं त्रिगुण-रहितं सद्गुरुं तम् नमामि ॥
पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि भगवच्छ्री-नित्यानन्द-परमशिव-चरण-कमलेभ्यो नमः। ॥ ॐ नित्यानन्दम् ॥



॥ 捧上鲜花 | पुष्पाञ्जलिः | Puṣpāñjaliḥ ॥



gururbrahmā gururviṣṇuḥ gururdevo maheśvaraḥ | guruḥ sākṣāt paraṁ brahma tasmai śrī-
gurave namaḥ || akhaṇḍamaṇḍalakāraṁ vyāptaṁ yena carācaram | tatpadaṁ darśitaṁ yena
tasmai śrī-gurave namaḥ || ajñāna-timirāndhasya jñānāñjana-śalākayā | cakṣurunmilitaṁ yena
tasmai śrī-gurave namaḥ || aneka-janma-samprāpta-karma-bandha-vidāhine | ātma-jñāna-
pradānena tasmai śrī-gurave namaḥ || mannāthaḥ śrī-jagannātho madgaruḥ śrī-jagadgaruḥ |
mamātmā sarva-bhūtātmā tasmai śrī-gurave namaḥ || īśvaro gururātmeti mūrti-bheda-
vibhāgine | vyomavad- vyāpta -dehāya dakṣiṇāmūrtaye namaḥ || nityānandaṁ
paramasukhadaṁ kevalaṁ jñānamūrtiṁ dvandvātitaṁ gaganasadrśaṁ tattvamasyādi-lakṣyaṁ
| ekaṁ nityaṁ vimalaṁ acalaṁ sarvadhī-sākṣi-bhūtaṁ bhāvātitaṁ triguṇa-rahitaṁ sadgurum
tam namāmi || puṣpāñjaliṁ samarpayāmi bhagavacchri-nityānanda-Paramaśiva-caraṇa-
kamalebhyo namaḥ || ॐ nityānandam ||





帕冉玛希瓦普迦

PARAMAŚIVA PŪJĀ

让我们进入“我即帕冉玛希瓦”的空间
并宣告您与帕冉玛希瓦为一



॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



阿查满那(Achamana)是一种净口仪式。【右手保持牛耳印 Gokarna Mudra（手掌呈杯状，形似牛耳），将一小勺清水倒入右掌，诵念以下经文。每诵完 svadhā 一词，就从右掌根部啜饮清水】

ओं आत्मतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om ātmatattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं विद्यातत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om vidyātattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं शिवतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om śivatattvaṃ śodhayāmi svadhā



॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



【右手拇指根部从右向左轻拭双唇两次，
同时内心默诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः

om hām hṛdayāya namaḥ



【用右手食指、中指和无名指的指尖，
触碰上唇上方和下唇下方】



【用一勺水罐内的水清洗右手】



|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【右手食指尖和拇指尖并拢，触碰右鼻孔、左鼻孔】



【右手无名指尖和拇指尖并拢，触碰右眼、左眼、右耳、左耳】



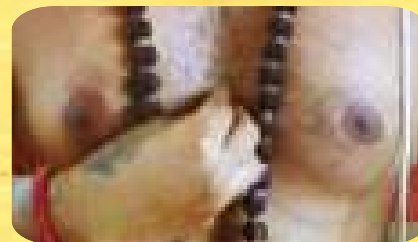
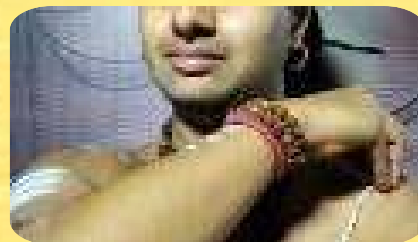
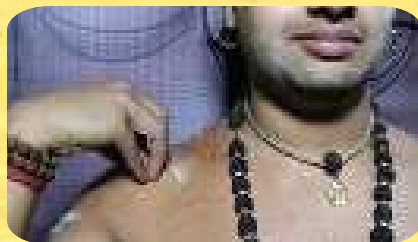
|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【用一勺水罐内的水清洗右手】



【右手拇指尖和小指尖并拢，触碰肚脐、右胸、左胸】



【右手五指指尖并拢，触碰头顶、右肩、左肩、心轮】

【用一勺水罐内的水清洗右手】



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakalīkaraṇam ॥



【用左手擦拭右手的正面和背面各一次，然后用右手擦拭左手的正面和背面各两次（正面一次，背面一次，再正面一次，背面一次），同时唱诵经文】

ओं हः अस्त्राय नमः | om haḥ astrāya namaḥ



【双手合十印 (Namaskara Mudra)，放在第三眼前，观想手印被第三眼流出的甘露浸润】

शक्तये वौषट् | śaktaye vauṣaṭ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakalīkaraṇam ॥



【双手并拢，掌心朝向面庞，拇指触碰掌心，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवासनाय नमः | om hām śivāsanāya namaḥ

ओं हां शिवमूर्तये नमः | om hām śivamūrtaye namaḥ



【拇指尖轻触小指尖，然后拇指尖向下移至小指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हं सद्योजात मूर्तये नमः | om hām sadyojāta mūrtaye namaḥ



【拇指尖轻触无名指尖，然后拇指尖向下移至无名指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हिं वामदेवगुह्याय नमः | om hiṁ vāmadevaguhyāya namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【拇指尖轻触中指尖，然后拇指尖向下移至中指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हुं अघोरहृदयाय नमः | om huṃ aghorahr̥dayāya namaḥ



【拇指尖轻触食指尖，然后拇指尖向下移至食指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हैं तत्पुरुषवक्त्राय नमः | om heṃ tatpuruṣavaktrāya namaḥ



【食指尖轻触拇指尖，然后食指向下移动至拇指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हों ईशानमूर्धाय नमः | om hoṃ īśānamūrdhāya namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【将双手置于身前，手掌朝向面庞，保持拇指触碰掌心，同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं विद्यादेहाय नमः | om hām haum vidyādehāya namaḥ



【弯曲双手的食指、中指和无名指，使它们接触到各自掌心，同时唱诵以下经文】

ओं हौं नेत्रेभ्यो नमः | om haum netrebhyo namaḥ



【拇指向内弯曲，使拇指指尖触碰到各自掌心，同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं शिवाय नमः | om hām haum śivāya namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【拇指尖轻触小指尖，然后拇指尖向下移至小指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः | ṁ hāṁ hṛdayāya namaḥ



【拇指尖轻触无名指尖，然后拇指尖向下移至无名指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हीं शिरसे नमः | ṁ hīṁ śīrase namaḥ



【拇指尖轻触中指尖，然后拇指尖向下移至中指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हूं शिखायै नमः | ṁ hūṁ śikhāyai namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【拇指尖轻触食指尖，然后拇指尖向下移至食指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हैं कवचाय नमः | om haṁ kavacāya namaḥ



【食指尖轻触拇指尖，然后食指向下移动至拇指根部，
同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय नमः | om haḥ astrāya namaḥ



【双手握拳，拇指内扣，结拳手印 (mushti mudra)，
互转拳一圈，同时唱诵以下经文】

ओं हैं कवचाय हुं | om haṁ kavacāya huṁ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【双手合十印 (Namaskara Mudra), 放在第三眼前, 同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय वौषट् | om hām śivāya vauṣaṭ



【拇指向内弯曲, 使拇指尖触碰相应掌心, 同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं शिवाय नमः | om hām haum śivāya namaḥ



【右手拇指和无名指相触, 碰触神性之轮阿南达·甘达 (Ananda Gandha), 同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवासनाय नमः | om hām śivāsanaṁ namaḥ

ओं हां शिवमूर्तये नमः | om hām śivamūrtaye namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakalīkaraṇam ॥



【双手大拇指和小指相触，碰触同侧膝盖，同时唱诵以下经文】
ओं हं सद्योजातमूर्तये नमः | ॐ हं सद्योजातमूर्तये नमः



【右手大拇指和无名指相触，碰触脐轮，同时唱诵以下经文】
ओं हिं वामदेवगुह्याय नमः | ॐ हिं वामदेवगुह्याय नमः



【右手大拇指和中指相触，碰触心轮，同时唱诵以下经文】
ओं हुं अघोरहृदयाय नमः | ॐ हुं अघोरहृदयाय नमः



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【双手合十印 (Namaskāra Mudra), 放在第三眼前, 同时唱诵以下经文】

ओं हैं तत्पुरुषवक्त्राय नमः | om hem tatpuruṣavaktrāya namaḥ



【右手大拇指尖轻触额头发际处, 同时唱诵以下经文】

ओं हों ईशानमूर्धाय नमः | om hom īśānamūrdhāya namaḥ



【右手大拇指和无名指相触, 碰触神性之轮阿南达甘达, 同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं विद्यादेहाय नमः | om ham haum vidyādehāya namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【用右手食指、中指和无名指的指尖，同时触碰右眼、第三眼和左眼，
并唱诵以下经文】

ओं हौं नेत्रेभ्यो नमः | om haum netrebhyo namaḥ



【右手大拇指和无名指相触，碰触神性之轮阿南达甘达，同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं शिवाय नमः | om ham haum śivāya namaḥ



【右手小指和大拇指相触，碰触心轮，同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः | om ham hṛdayāya namaḥ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【右手大拇指和无名指相触，碰触头部，同时唱诵以下经文】

ओं हीं शिरसे स्वाहा | om hīṃ śirase svāhā



【右手大拇指和中指相触，碰触后脑勺，同时唱诵以下经文】

ओं हूं शिखायै वौषट् | om hūṃ śikhāyāi vauṣaṭ



【左手交叉置右手上，置于胸前。食指呈钩状，打开交叉的双臂，绕头一周再回到胸前，同时唱诵以下经文】

ओं है कवचाय हुं | om haiṃ kavacāya huṃ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakatīkaraṇam ॥



【右手大拇指敲击左手掌心，再用左手大拇指
敲击右手掌心，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | om haḥ astrāya phaṭ



【用右手食指和中指，扣击左手掌心三次，
同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय हुं फट् | om haḥ astrāya huṃ phaṭ



【用右手食指和拇指，向周围十方打响指（从东开
始，顺时针向 8 个方向打响指，再各向下方和上方
打一响指），同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | om haḥ astrāya phaṭ



॥ 整合 | शुक्लाम्बरधरं | Sakalīkaraṇam ॥



【双手从头到脚趾移动，触摸身体两侧，同时唱诵
以下经文】

ओं हां शिवाय वौषट् | om hām śivāya vauṣaṭ

॥ 一同安奉 ॥

॥ सामान्य अर्घ्य स्थापन | Sāmānya Arghya Sthāpana ॥



【将一些姜黄米、鲜花和檀香粉混合到五宝铜罐 (Panchapatram)
内的水中，用手掌盖住五宝罐口，心中默念 OM 七遍】



॥ 一同安奉 ॥

॥ सामान्य अर्घ्य स्थापन | Sāmānya Arghya Sthāpana ॥



【用食指和拇指向五宝罐周围十方（从东方开始，东北方结束，
顺时针方向）打响指，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | om haḥ astrāya phaṭ



【右手结抱手印 (Avakunthana mudra), 食指顺时针绕五
宝水罐旋转一周，同时唱诵以下经文】

ओं हैं कवचाय हुं | om haṁ kavacāya huṁ



【双手在五宝水罐上方结牛手印 (Dhenu mudra), 同时
唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय वौषट् | om hāṁ śivāya vauṣaṭ



॥ 祈 请 | आवाहनम् | Avāhanam ॥



【向您的本我灵伽献花，同时唱诵以下经文】
ओं हां शिवासनाय नमः | om hām śivāsanāya namaḥ



【现在请您手捧一些鲜花，双手虚合，鲜花置于掌间，结虔敬手印 (Anjali mudra)，唱诵以下禅定颂 (Dhyana Shloka)，同时在内心空间冥想帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇的形象】

ललाटे त्रिपुण्ड्री निटिल-कृत कस्तूरी-तिलकः
स्फुरन्मालाधारः स्फुरित-कटि-कौपीन-वसनः ।
दधानो दुस्तारं शिरसि फणिराजं शशिकलां
प्रदीपः सर्वेषाम् अरुणगिरियोगी विजयते ॥
इन्दु-निभ-पञ्च-मुख-हस्त-दश-युक्तं

lalāṭe tripuṇḍrī niṭila-kṛta kastūri-tilakaḥ
sphuranmālādhāraḥ sphurita-kaṭi-kaupīna-vasanaḥ ।
dadhāno dustāraṁ śirasi phaṇirājaṁ śaśikalāṁ
pradīpaḥ sarveṣāṁ aruṇagiri-yogi vijayate ॥
indu-nibha-pañca-mukha-hasta-daśa-yuktaṁ



॥ 祈 请 | आवाहनम् | Avāhanam ॥



शूल-मृग-टङ्कमसि-वज्रमभयं स्यात्।
पाश-वरदाङ्कुश-मणि-ज्वलन-वामे
श्वेत-कमलासन-सदाशिव-स्वरूपम्॥

śūla-mṛga-ṭaṅkamasi-vajramabhayaṃ syāt।
pāśa-varadaṅkuśa-maṇi-jvalana-vāme
śveta-kamalāsana-sadaśiva-svarūpam॥



【现在请闭上双眼，冥想尼提亚南德什瓦拉·帕冉玛希瓦和尼提亚南德什瓦里·帕冉玛希瓦沙克提，并将气息吐入祈请手印中的鲜花，观想神明从您心入驻花朵。现在，将花献给您的本我灵伽，同时唱诵以下经文：】

ओं हां शिवमूर्तये नमः

ओं हां हौं शिवाय नमः

श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत

श्री नित्यानन्देश्वर परमशिवाय नमः ।

ध्यायामि आवाहयामि

om hām śivamūrtaye namaḥ

om hām haum śivāya namaḥ

śrī nityānandeśvarī Paramaśivaśakti sameta

śrī nityānandeśvara paramaśivāya namaḥ ।

dhyāyāmi avāhayāmi



॥ 祈 请 | आवाहनम् | Avāhanam ॥



现在请唱诵以下经文，同时作下面相应手印，并祈请帕冉玛希瓦降临于您的本我灵伽之中。



【将左右手大拇指触碰各自掌心，掌心向上】

ओं हं शिवाय नमः इत्यावाहन मुद्रां प्रदर्श्य

om haṁ śivāya namaḥ ityavāhana mudrāṁ pradarśya



【掌心转向下方】

स्थापन | sthāpana



【双手握拳，彼此平行，拇指向上】

सन्निधान | sannidhāna



【拳握大拇指】

निष्ठुर मुद्रां प्रदर्श्य | niṣṭhura mudrāṁ pradarśya



॥ 祈 请 | आवाहनम् | Avāhanam ॥



【双手手指向内交叉，握双拳，拇指在外】

अस्त्राय हुं फट् इति कालकण्ठी मुद्रां प्रदर्श्य

astrāya huṃ phaṭ itī kālakaṇṭhī mudrāṃ pradarśya



【右手握住左手拇指，再用左手盖住右手】

ओं हां शिवाय नमः इति लिङ्गमुद्रां

om hām śivāya namaḥ itī liṅgamudrāṃ



【结合十手印】

नमस्कार मुद्रां

namaskāra mudrāṃ



【右手食指顺时针绕本我灵伽转动】

ओं हैं कवचाय हुं इति अवकुण्ठन मुद्रां च प्रदर्श्य

om haīm kavacāya huṃ itī avakuṇṭhana mudrāṃ ca pradarśya



॥ 献座 | आसनम् | Asanam ॥



【双手捧起姜黄米，伴随经文，献于帕冉玛希瓦，同时唱诵以下经文】

ओं हां हौं शिवाय नमः ।

श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति
समेत श्री नित्यानन्देश्वर परमशिवाय
नमः आसनं समर्पयामि ॥

om hām haum śivāya namaḥ ।

śrī nityānandeśvarī Paramaśivaśakti
sameta śrī nityānandeśvara paramaśivāya
namaḥ āsanam samarpayāmi ॥



【现在舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣足展示，然后将水献在南边的沐足盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय नमः | om hām śivāya namaḥ



॥ 净足、口、冠 | पाद्याचमनार्घ्यं | Pādyaācamanārgḥyaṃ ॥



【现在舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣口展示，然后将水献在中间的漱口盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वधा | ॐ हंमं शिवाय स्वाधा



【现在舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣冠展示，然后将水献在北边的沐首盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वाहा
श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत
श्री नित्यानन्देश्वर परमशिवाय नमः पाद्य
आचमनार्घ्यं दत्वा

ॐ हंमं शिवाय स्वाहा

śrī nityānandeśvarī Paramaśivaśakti sameta
śrī nityānandeśvara paramaśivāya namaḥ
pādya ācamanārgḥyaṃ datvā



॥ 沐浴 | स्नानीयम् | Snāniyam ॥

接下来是斯南尼扬——为帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇举行圣浴仪式。



【请从五宝水杯中取一勺水，献给帕冉玛希瓦，同时唱诵以下经文，并请摇铃】

ओं हां हौं शिवाय नमः ।

श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री
नित्यानन्देश्वर परमशिवाय नमः स्नानं समर्पयामि ॥

om hām haum śivāya namaḥ ।

śrī nityānandēśvarī Paramaśivaśakti sameta
śrī nityānandēśvara paramaśivāya namaḥ
snānam samarpayāmi ॥



【现在舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣口展示，然后将水献给中间的漱口盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वधा ।

स्नानानन्तरं आचमनीयं समर्पयामि ॥

om hām śivāya svadhā ।

snānānantaram ācamaniyam samarpayāmi ॥



॥ 衣袍 | वस्त्रम् | Vastram ॥



接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇献上净衣。



【请取一些姜黄米，唱诵以下经文的同时，献给帕冉玛希瓦】

ओं हां हौं शिवाय नमः ।

श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री
नित्यानन्देश्वर परमशिवाय नमः वस्त्र यज्ञोपवीत-
उत्तरीय-आभरणार्थं अक्षतान्स मर्पयामि ॥

om hām haum śivāya namaḥ ।

śrī nityānandēśvarī Paramaśivaśakti sameta
śrī nityānandēśvara paramaśivāya namaḥ
vastra-yajñopavita-uttariya-ābharaṇārtham
akṣatān samarpayāmi ॥



॥ 檀香膏 | गन्धः | Gandhaḥ ॥



接下来供奉檀香粉 (Chandana)和圣红粉 (kumkum)。



【请用右手无名指蘸取檀香膏，唱诵以下经文的同时，献给帕冉玛希瓦。
然后在檀香膏上点一些圣红粉】

ओं हां हौं शिवाय नमः ।

श्री नित्यानन्देश्वरी परमशिवशक्ति समेत श्री
नित्यानन्देश्वर परमशिवाय नमः गन्धान् धारयामि
गन्धस्योपरि हरिद्रा कुङ्कुमं समर्पयामि ॥

om hām haum śivāya namaḥ ।

śrī nityānandeśvarī Paramaśivaśakti
sameta śrī nityānandeśvara paramaśivāya
namaḥ gandhan dharayāmi gandhasyopari
haridra kumkumaṁ samarpayāmi ॥



॥ 八花供 | अष्टपुष्पार्चनपूजा | Aṣṭapuṣpārcanapūjā ॥



接下来是八花供——向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇的各种形态献花。



【现在请您手中捧起一些鲜花，伴随经文，在每次诵至 *namah* 一词时，将花朵献给帕冉玛希瓦】

ॐ भवाय देवाय नमः। भवस्य देवस्य पत्न्यै नमः। ॐ शर्वाय देवाय नमः। शर्वस्य देवस्य पत्न्यै नमः।
ॐ ईशानाय देवाय नमः। ईशानस्य देवस्य पत्न्यै नमः। ॐ पशुपतये देवाय नमः। पशुपतेर्देवस्य पत्न्यै नमः।
ॐ उग्राय देवाय नमः। उग्रस्य देवस्य पत्न्यै नमः। ॐ रुद्राय देवाय नमः। रुद्रस्य देवस्य पत्न्यै नमः।
ॐ भीमाय देवाय नमः। भीमस्य देवस्य पत्न्यै नमः। ॐ महते देवाय नमः। महतो देवस्य पत्न्यै नमः।
ॐ हां हौं शिवाय नमः।

॥ श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः अष्टपुष्पपूजां समर्पयामि ॥



॥ 八花供 | अष्टपुष्पार्चनपूजा | Aṣṭapuṣpārcanapūjā ॥



om bhavāya devāya namaḥ | om bhavasya devasya patnyai namaḥ |
om śarvāya devāya namaḥ | om śarvasya devasya patnyai namaḥ |
om īśānāya devāya namaḥ | om īśānasya devasya patnyai namaḥ |
om paśupataye devāya namaḥ | om paśupaterdevasya patnyai namaḥ |
om rudrāya devāya namaḥ | om rudrasya devasya patnyai namaḥ |
om ugrāya devāya namaḥ | om ugrasya devasya patnyai namaḥ |
om bhīmāya devāya namaḥ | om bhīmasya devasya patnyai namaḥ |
om mahate devāya namaḥ | om mahato devasya patnyai namaḥ |
om hām haum śivāya namaḥ |

॥ śrī-nityānandeśvari-Paramaśivaśakti-sameta-śrī-nityānandeśvara-
paramaśivāya namaḥ aṣṭapuṣpārcanapūjāṃ samarpayāmi ॥



॥ 避罗树叶 | बिल्वपत्रम् | Bilvapatriam ॥



接下来献上避罗树叶。



【请拿起避罗树叶，涂上檀香膏，伴随经文，献于帕冉玛希瓦】

ॐ हां हौं शिवाय नमः।

श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-श्री-
नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः बिल्वपत्रं समर्पयामि

om hām haum śivāya namaḥ।

śrī-nityānandeśvarī-Paramaśivaśakti-
sameta-śrī-nityānandeśvara-paramaśivāya
namaḥ bilvapatriam samarpayāmi



॥ 香 | धूपः | Dhūpaḥ ॥

接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇上香。



【向铃献上鲜花，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय नमः | om haḥ astrāya namaḥ



【点燃香，向香座洒圣水(Samanyarghya tirtham)，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | om haḥ astrāya phaṭ



【向香座献上鲜花，同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः | om hāṃ hr̥dayāya namaḥ



【请右手拿起香，在帕冉玛希瓦前顺时针方向慢慢舞动，左手摇铃，同时唱诵以下经文】



॥ 香 | धूपः | Dhūpaḥ ॥



ओं धूर्सि धूर्व धूर्वन्तन्धूर्वतं योऽस्मान्धूर्वति तन्धूर्वयं वयं धूर्वामस्त्वं देवानामसि सस्त्रितमं पप्रितमञ्जुष्टमं वह्नितमं
देवहूतममहुतमसि हविर्धानं दृष्ट्व मा ह्वामित्रस्य त्वा चक्षुषा प्रेक्षे मा भेर्मा संविक्ष्मा मा त्वाहिंसिषम् ॥
ॐ हां हौं शिवाय नमः । ॥ श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः धूपं आघ्रापयामि ।

om dhūra si dhūrva dhūrva nta ndhūrva taṃ yo 'smāndhūrva ti tandhū rva yaṃ
va yaṃ dhūrvā mā stvaṃ de vānā masi śasni tama papri tama n̄juṣṭa tama
vahni tamaṃ deva hūta mā mahru tamasi havi rdhāna dṛṣṭva sva mā
hvā rmi trasya tvā cakṣu śa prekṣe mā bhermā saṃvi kthā mā tvā hiṃsiṣam ॥
om hām haum śivāya namaḥ | śri-nityānandeśvari-Paramaśivaśakti-sameta-śri-
nityānandeśvara-paramaśivāya namaḥ dhūpam āghrāpayāmi



【舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣口展示，然后将水献在中间的漱口盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वधा | om hām śivāya svadhā



॥ 油 灯 | दीपः | Dīpaḥ ॥



接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇奉上油灯。



【向油灯洒水，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | ṁ haḥ astrāya phaṭ



【向油灯献上鲜花，同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः | ṁ hāṁ hṛdayāya namaḥ



【请拿起点燃的油灯，在帕冉玛希瓦像前顺时针方向慢慢舞动，摇铃同时唱诵以下经文】



॥ 油 灯 | दीपः | Dipah ॥

ओं उद्दीप्यस्व जातवेदोऽपघ्नन्निर्ऋतिं मम । पशूँश्च मह्यमावह जीवनं च दिशौ दिश ॥ २० ॥
मा नो हिंसीज्जातवेदो गामश्च पुरुषं जगत् । अबिभ्रदग्ने आर्गहि श्रिया मा परिपातय ॥ २१ ॥

ॐ हां हौं शिवाय नमः । श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-
श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः दीपं दर्शयामि ।

om uddīpyasva jātavedo'paghnanṇiṛtiṃ mamā | paśūṅśca mahyamāvaha jīvanam ca diśo
diśa || mā nō hiṅsijjātavedo gāmaśvam puruṣam jagāt | abibhradagna āgāhi śriyā mā
paripātaya || om hām haum śivāya namaḥ | śrī-nityānandēśvari-Paramaśivaśakti-sameta-
śrī-nityānandēśvara-paramaśivāya namaḥ dipam darsayami ||



【舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣口展示，然后将水献在中间的漱口盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वधा | om hām śivāya svadhā



॥ 贡食 | नैवेद्यम् | Naivedyam ॥



接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇贡食。



【向贡食洒水，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट् | om haḥ astrāya phaṭ



【向贡食献花，同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः | om hāṃ hṛdayāya namaḥ



【请舀一勺水，在贡食上方以顺时针方向转动。唱诵以下经文同时摇铃。经文结束后，将水奉于帕冉玛希瓦面前】



॥ 贡食 | नैवेद्यम् | Naivedyam ॥



ओं मधुवाता ऋतायते मधुक्षरन्ति सिन्धवः । माध्वीर्नः सन्त्वोषधीः ॥ मधु नक्तमुतोषसि मधुमत्पार्थिवः रजः ।
मधुद्यौरस्तु नः पिता ॥ मधुमान्नो वनस्पतिर्मधुमाः अस्तु सूर्यः । माध्वीर्गावो भवन्तु नः ॥
मधु मधु मधु ॥ ॐ हां हौं शिवाय नमः ।

श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः नैवेद्यं निवेदयामि ।

om madhuvaatā ṛtāyate madhukṣaranti sindhāvaḥ | mādhvīrṇaḥ santvoṣādhiḥ ||
madhu naktāmutōṣasi madhumatpārthivaḡ rajāḥ | madhudyaurāstu naḥ pitā ||
madhumānno vanaśpatirmadhumāḡ astu sūryaḥ | mādhvīrgāvō bhavantu naḥ || madhu
madhu madhu ॥ om hām haum śivāya namaḥ | śrī-nityānandeśvari-Paramaśivaśakti-
sameta-śrī-nityānandeśvara-paramaśivāya namaḥ naivedyam nivedayāmi |



【舀一勺供水，将其向帕冉玛希瓦的圣口展示，然后将水献在中间的漱口盆中，同时唱诵以下经文】

ओं हां शिवाय स्वधा | om hām śivāya svadhā



॥ 檳榔 | ताम्बूलम् | Tāmbūlam ॥

接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克缇供奉檳榔叶和檳榔果。



【请取檳榔叶和檳榔果，献给帕冉玛希瓦，同时唱诵以下经文】

ॐ हां हौं शिवाय नमः। श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-
श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः ताम्बूलं समर्पयामि।

om hām haum śivāya namaḥ | śrī-nityānandeśvarī-paramaśivaśakti-sameta-
śrī-nityānandeśvara-paramaśivāya namaḥ tāmbūlam samarpayāmi |



॥ 献灯仪式 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥



接下来向帕冉玛希瓦和帕冉玛沙克缇奉灯。



【请点燃灯座上的樟脑，向灯座洒贡水，同时唱诵以下经文】

ओं हः अस्त्राय फट्
om haḥ astrāya phaṭ



【向樟脑灯座献花，同时唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः
om hāṁ hṛdayāya namaḥ



【请拿起樟脑灯，在帕冉玛希瓦像前顺时针方向慢慢舞动，摇铃同时唱诵以下经文】 经文含义如下：



॥ 献灯仪式| आरात्रिकम् | Arātrikam ॥



“向那如樟脑般纯洁和洁白之人，那充满强烈慈悲的转世化身，那生命和存在的本质，那以蛇王作为花环者；那永恒地居住在如莲花般纯洁的心中 之人；向那希瓦，那终极源头——巴瓦(Bhava)，以及与希瓦为配偶的宇宙能量德维——巴瓦尼(Bhavāni)，我鞠躬并礼敬。”

ओं सोमो वा एतस्य राज्यमादत्ते । यो राजा सत्राज्यो वा सोमेन यजते । देवसुवामेतानि हवींषि भवन्ति ।
एतावन्तो वै देवानां सवाः । त एवास्मै सवान्प्रयच्छन्ति । त एनं पुनः सुवन्ते राज्याय । देवसू राजा भवति ॥
न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं नेमा विद्युतो भान्ति कुतोऽयमग्निः ।

तमेव भान्तमनुभाति सर्वं तस्य भासा सर्वमिदं विभाति ॥

कर्पूर-गौरं करुणावतारं संसार-सारं भुजगेन्द्र-हारम् । सदा-वसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानी-सहितं नमामि ।

भवं भवानी-सहितं नमामि । भवं भवानी-सहितं नमामि ॥ ॐ हां हौं शिवाय नमः ॥

श्री-नित्यानन्देश्वरी-परमशिवशक्ति-समेत-श्री-नित्यानन्देश्वर-परमशिवाय नमः कर्पूरनीराजनं सन्दर्शयामि ।



॥献灯仪式 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥



om somo vā e tasya rā jyamāda tte | yo rājā sanrā jyo vā some na yaja te |
de va su vāme tāni ha viṣṣi bhavanti | e tāva nto vai de vānāḥ sa vāḥ | ta e vāsmāi
sa vānpraya tchanti | ta e na puna suvante rā jyāya | de va su rājā bhavati ||
na tatra sūryo bhāti na candratāarakam nēma vidyuto bhānti kuto'yamanniḥ |
tameva bhāntamanubhāti sarvaṃ tasya bhāsa sarvamiḍam vibhāti ||
karpūra-gauram karuṇāvatāram saṃsāra-sāram bhujaendra-hāram | sadā-vasantam
hṛdayāravinde bhavam bhavāni-sahitam namāmi | bhavam bhavāni-sahitam namāmi |
bhavam bhavāni-sahitam namāmi || om hām haum śivāya namaḥ ||
śrī-nityānandeśvari-Paramaśivaśakti-sameta-śrī-nityānandeśvara-paramaśivāya
namaḥ karpūranirājanam sandarśayāmi |



॥ 献灯仪式 | आरात्रिकम् | Arātrikam ॥



【现在，取一朵花，在樟脑灯的火焰上方顺时针方向舞动，将花献于您的本我灵伽上，同时唱诵以下经文】

रक्षान् धारयामि | rakṣān dhārayāmi

॥ 捧上鲜花 | पुष्पाञ्जलिः | Puṣpāñjaliḥ ॥

接下来，向帕冉玛希瓦和帕冉玛希瓦沙克供奉芬芳花朵。



【现在请取一些杜尔瓦草叶、鲜花和姜黄米在掌中，双手结虔敬印 (Anjali mudra)，诵完经文后双手奉给帕冉玛希瓦】

ओं हां हौं शिवाय नमः श्री नित्यानन्देश्वरी
परमशिवशक्ति समेत श्री नित्यानन्देश्वर
परमशिवाय नमः पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि

om hām haum śivāya namaḥ śrī nityānandēśvarī
paramaśivaśakti sameta śrī nityānandēśvara
paramaśivāya namaḥ puṣpāñjaliṃ samarpayāmi



॥ 智慧真言默诵 | गायत्रीमन्त्रजपः | Gayatrimantrajapah ॥

接下来的供奉，是唱诵智慧真言 (Gayatrimantra)。

【手持圣物 (Yajnopavitam)，在心中默诵智慧真言11遍】

ओं भूर्भुवस्सुवः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥

om bhurbhuvassuvah | tatsaviturvarënyam bhargò devasyà
dhimahi | dhiyo yo nah pracodayât ||

॥ 根本真言默诵 | मूलमन्त्रजपः | Mulamantrajapah ॥

接下来，默诵根本真言 (Mulamantra)。

【闭上双眼，内心默诵希瓦根本真言11遍。嘴唇和舌头都不要动，内心安宁，诵至少11遍。

持诵速度不宜过慢或过快。以正直一致和真诚心，将全然觉知持于默诵中。】

ओं हां हौं शिवाय नमः

om hām haum śivāya namaḥ



॥ 请求宽恕 | क्षमा प्रार्थना | Kṣamā Prārthanā ॥



【请拿一些鲜花、杜尔瓦草和姜黄米放入右掌中，唱诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः

ōṃ hāṃ hṛdayāya namaḥ

ओं हैं कवचाय हुं

ōṃ haiṃ kavacāya huṃ

ओं हां शिवाय वौषट्

ōṃ hāṃ śivāya vauṣaṭ



【右手结起源印 (Udbhava mudra)，舀一勺水入右手，唱诵以下经文】

यत्किञ्चित् कर्म देवेश सदा सुकृतदुष्कृतम् । तन्मे

शिवपदस्थस्य भुव भुङ्क्ष्व क्षपय शङ्कर ॥

yatkiñcit karma deveśa sadā sukr̥taduṣkr̥tam । tanme

śivapadasthasya bhuva bhuṅkṣva kṣapaya śaṅkara ॥

शिवो दाता शिवो भोक्ता शिवस्सर्वमिदं जगत् ।

śivo dātā śivo bhoktā śivassarvamidaṃ jagat ।

शिवो यजति सर्वत्र यः शिवः सोऽहमेव तु ॥

śivo yajati sarvatra yaḥ śivaḥ so'hameva tu ॥



॥ 请求宽恕 | क्षमा प्रार्थना | Kṣamā Prārthanā ॥

以上经文含义是：

“无论我过去做过什么行动，噢，天神之主！无论是从圆满空间做出的行动——善业(sukṛta)，还是从不圆满空间做出的行动——恶业(ḍuṣkṛta)，
请消耗它们，燃烧它们，请宽恕我，噢，商羯罗(śaṅkara)！”

希瓦是给予者，希瓦是享受者和受益者，希瓦确实是整个宇宙。希瓦本尊是遍及一切空间一切时间的崇拜者，祂正进行礼拜仪式——希瓦的确就是我——我即祂(so'ham)。”



【将手中鲜花和水献给帕冉玛希瓦，并唱诵以下经文】

ओं हां हौं शिवाय नमः | om hām haum śivāya namaḥ



॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



阿查满那(Achamana)是一种净口仪式。【右手保持牛耳印 Gokarna Mudra（手掌呈杯状，形似牛耳），将一小勺清水倒入右掌，诵念以下经文。每诵完 svadhā 一词，就从右掌根部啜饮清水】

ओं आत्मतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om ātmatattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं विद्यातत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om vidyātattvaṃ śodhayāmi svadhā

ओं शिवतत्त्वं शोधयामि स्वधा ।

om śivatattvaṃ śodhayāmi svadhā



॥ 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ॥



【右手拇指根部从右向左轻拭双唇两次，
同时内心默诵以下经文】

ओं हां हृदयाय नमः

om hām hṛdayāya namaḥ



【用右手食指、中指和无名指的指尖，
触碰上唇上方和下唇下方】



【用一勺水罐内的水清洗右手】



|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【右手食指尖和拇指尖并拢，触碰右鼻孔、左鼻孔】



【右手无名指尖和拇指尖并拢，触碰右眼、左眼、右耳、左耳】



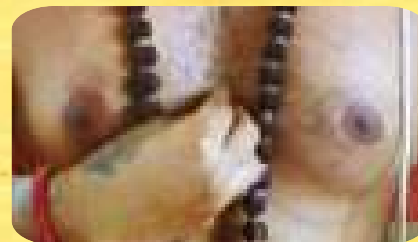
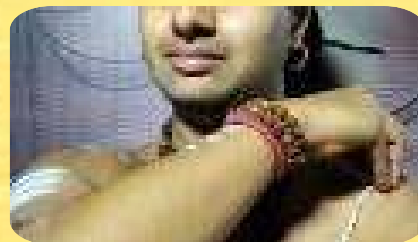
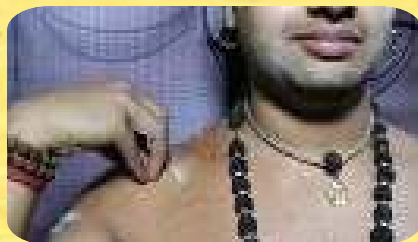
|| 净化 | तत्त्वाचमनम् | Tattvācamanam ||



【用一勺水罐内的水清洗右手】



【右手拇指尖和小指尖并拢，触碰肚脐、右胸、左胸】



【右手五指指尖并拢，触碰头顶、右肩、左肩、心轮】

【用一勺水罐内的水清洗右手】



॥ 圆满真言 | पूर्णमन्त्रः | Pūrṇamantraḥ ॥



【双手虚合结虔敬印 (Anjali mudra)，闭上双眼，唱诵圆满真言】

ओं पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते। पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवाव शिष्यते॥ ओं शान्तिः शान्तिः शान्तिः॥ हरिः ओं तत् सत् सर्वं भगवत्छ्री नित्यानन्द परमशिव पादुकार्पणमस्तु॥ ओं नित्यानन्दम्॥	om pūrṇamadaḥ pūrṇamidaṁ pūrṇāt pūrṇamudacyate pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇamevāva śiṣyate om śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ hariḥ om tat sat sarvaṁ bhagavat śrī nityānanda Paramaśiva pādūkārpaṇamastu om nityānandam
--	---

唵。此是圆满，彼是圆满。从此移除彼，此彼皆圆满。圆满融入圆满，唯余圆满。将圆满从圆满中移除，或被感知为从圆满中移除，圆满依然圆满。愿我内在空间宁静祥和，外在空间宁静祥和，宇宙宁静祥和。愿这一切都供奉于 圣尊 尼希亚南达·帕冉玛希瓦上师的神圣莲花足下。唵·永恒喜悦。





PRATYAKṢA PĀDA PŪJĀ & PARAMAŚIVA PŪJĀ

由 印度教最高教皇
圣尊 尼希亚南达 · 帕冉玛希瓦上师 钦定