ҮХЛИЙН ТУХАЙД ЗӨВЛӨХ НЬ

Эрхэм Дээд Гарчэн Ринбүүчийн айлдвар дээр үндэслэн эмхэтгэсэн хөтөлбөр

Англи хэлэнд орчуулж эмхэтгэн бэлтгэсэн Ина Бэйлэр

Дрикүн Дарма Сурьяа Төв

АГУУЛГА

Номын тухай товч үг
Мөнх бусын тухай товч айлдвар болон үхлийг хүлээн авах нь
Үхэх үед Амитаба бурханыг төсөөлөн бодох
Амитаба бурханы дүр зураг
Үхэхийн өмнөх ба үхэх үе
Үхсэний дараа
Адгуус амьтадын тухайд
Шингэлтийн зэргүүд

ХАВСРАЛТ

Харсанаар гэтлэх Тарни
Хүрсэнээр гэтлэх Тарни
Хүрсэнээр гэтлэх Ма-ни Тарни
Номын чанарын пова
Нэгэн Үзүүрт Сэтгэлийн Далай хэмээх Зуурдын Ерөөл
Самандбадрын Ерөөл
Хүслийг хангагч хэмээх Дэважингийн Ерөөл
Дэважинд төрөхийн Ерөөл

Дрикүн Дарма Сурьяа Төв (Drikung Dharma Surya Center)

Англи хэлнээс орчуулсан Д.Энхмаа. АНУ, Виржиния 2023 он

Орчуулагчийн зөвшөөрөлгүйгээр хэвлэн оршруулах, худалдахыг хориглоно.

Номын тухай товч үг

Уг гарын авлага номонд Гарчэн Ринбүчийн хайрласан хэрхэн үхэх тухай заавар зөвлөмжүүдийг багтаасан билээ. Энэхүү үнэ цэнэтэй зөвлөгөө нь Бурхан Багшийн ном сургаалд үндэслэн, тэр дундаа Бардо Тойдол хэмээх судрын дагуу, хүмүүст амьдралынх нь сүүлийн мөчид туслах зорилгоор өргөл болгож буй ном юм. Өгүүлсэн дэс дарааллын хувьд эхэнд нь үхэхийн өмнөх үе, үхэл явагдаж буй үе болон үхсэний дараах цаг үе тус бүрт үг хэл, бие махбодь, сэтгэлийг хэрхэн зохимжтой чиглүүлэх тухай зөвлөмж, мөн үхлийн шингэлтийн зэргүүдийг товчхон үзүүлсэн хэсгийг агуулсан болно. Төгсгөлд нь зарим зураг, ерөөл залбиралуудыг хэн бүхэнд хэрэг болох болов уу хэмээн хавсаргасан буй.

Англи орчуулга болон эмхэтгэн бэлтгэх ажлыг Ина Бэйлэр гүйцэтгэсэн бөгөөд Си Жи Ондек, Дан Кларке нар хянан тусалсан.
Энэ номыг бэлтгэсэн, хэвлэсэн, түгээсэн, өөрөө уншсан, бусдад уншиж өгсөн, гартаа барьсан, харсан, ухаарч хэрэгжүүлсэн бүгдийн буяны үр нь сансар орчилоор дүүрэн хязгааргүй олон хамаг амьтдад цаглашгүй их ач тусыг авчрах болтугай!

Мөнх бусын тухай товч айлдвар, үхлийг хүлээн авах нь

(Гарчэн Ринбүчийн тайлбар)

Бид хэзээ нэгэн өдөр үхэх нь тодорхой бөгөөд хэн ч энэхүү тавилангаас зугтаж чадахгүй билээ. “Бодьсадвын гучин долоон гарын авлага” номонд айлдахдаа “Ухамсар бол энэ биеийн хувьд түр зуурын гийчин нь юм. Бие хэмээх буурчийн газраас хэзээд хөөгдөн гарах болно” хэмээсэн билээ. Бид үхэхэд бүхий л зүйлсээ орхино, тиймээс энэ амьдралд хэтэрхий шунан зуурах ямарваа учир шалтгаан байхгүй юм. Та өөрөөсөө “Хэрэв одоо үхэх болбоос би үхэлд бэлэн байна уу, үгүй юү? Мөнх бусыг үзүүлэх тухай заавар зөвлөгөө надад чухал хэрэгтэй юү?” хэмээн асуугаад үзээрэй.

Энэ хөтөлбөр зааврыг сонссоноор, үхлийн агшинд бидний ухамсар буюу сүнс маань толгойн оройгоор л гарах ёстой юм байна шүү гэдгийг бид баттай мэдэж авах болно. Хэрвээ үүнийг урьдчилаж мэдээгүй бол бид уур дүргүйцэл, хүсэл шунал, үл мэдэхүй мунхаг, атаа гэх мэт буруу сэтгэлүүдээр үймрэн тэнэсээр одох болно шүү дээ. Ийм төөрөгдөлт төлөв байдал нь биднийг өөрийн жолоодлогогүй болгодог. Тийнхүү бид өөрийн удирдлагагүй, сөрөг сэтгэхүйнхээ эрхэнд хөтлөгдсөөр үхэх агшиндаа биеийн аль нэг ариун бус үүдээр (хүний биенд байдаг найман ариун бус сүвийн аль нэгээр) биеэс гарч дахиад л энэлэл зовлонт орчлонд төрөл авах болдог.

Бүхий л жаргалан зовлонгууд болбоос шалтгаан ба түүний үр дагавараас (үйлийн үр) шүтэлцэн үүсдэг. Тиймээс бидэнд одоо байгаа өчүүхэн цаг мөчийг ч болов утга учиртай өнгөрүүлэх нь тун эгзэгтэй чухал асуудал юм шүү.

Бид үзсэн зовлон бэрхшээл, туулсан бодит туршлагынхаа үндсэн дээр л Бурхан Багшийн ном сургаалд улам итгэлтэй болж байдаг. Энэ орчлонгийн уг мөн чанар нь зовлон л юм. Бүхий л зовлонгийн үндэс нь би-д барихуй бөгөөд өөртөө зууралдан барьсан энэхүү хатуу баримтлалыг зөвхөн хайр энэрэл, бодь сэтгэлээр л сулруулж эвдэж чадна. Улам улам олон хүн асрал хайр, нигүүлсэлийг хөгжүүлэх тусам энэ дэлхий илүү дээр болно шүү дээ. Нинжин сэтгэлтэй үхэхээс илүү чухал зүйл гэж хаа ч байхгүй. Бид бүгдээрээ үхэхдээ авч явбаас зохих цорын ганц зүйл бол энэ л юм. Хэн өөрөөсөө илүү бусдыг бодсон өгөөмөр сэтгэлтэй үхэж байна түүнийг Гурван Эрдэнэ хамгаална.

Зовлон, өвдөлт бол үндсэндээ бие махбодид л тохиолддог зүйл. Бие болбоос сэтгэл дээр тогтсон түйтгэр буюу зуршил авъяасуудаар бүтээгдсэн бөгөөд мөн чанар нь мөнх бус, хуран цугласан (хуран үүдсэн) үзэгдэл юм. Бид бол бие биш. Физик биеийн ая тухтай байдалд дурлан хоргодох, ая тухгүй байдалд дургүйцэх зэрэг нь сэтгэлийн эндүүрэл юм. Үхсэний дараа бидэнд физик бие байхгүй болох авч үүнтэй зэрэгцэн бүр ч их хүчтэй зуурдын зовлон гээчийг үзэх болно. Харин энэ амьдралд шунах, дүргүйцэх зэрэг эндүүрлийг амьд ахуйдаа хаяж орхиж чадваас үхсэний дараа зуурдын санаанд багтамгүй аймшигт үзэгдлийг үзэхгүй байх бүрэн боломжтой. Ийм учраас, амьдралын зүүд мэтийн мөн чанарыг дахин дахин бодож эргэцүүлэх нь үнэхээр чухал байдаг юм. Нисванис буюу сэтгэлийн сөрөг хөдлөлийн угийн хоосон мөн чанарыг амьд ахуйдаа танин мэдэх чадвартай бол үхсэн хойноо ч зуурдын төлвийн хоосон чанарыг таних боломжтой.
Хэрэв та нисванисд найр тавин дураар нь дургиулж олиггүй үйлийн үр хураасаар байвал сэтгэлд суусан муу ул мөрүүдийн улмаас үхсэний дараах зуурдын аймшигт үзэгдлүүд танд бодитой болж харагдана.

Амьдрал бол түргэн зуур үзэгдээд өнгөрөх зүүд лугаа адил юм. Үхэх унтах хоёр ч адил. Зөвхөн бие л үхдэг, харин сэтгэл үхдэггүй. Бид нисванисын мөн чанарыг таньж мэдээгүй учраас ирээдүйн биеэ бүтээж байдаг. Бид тоолшгүй олон удаа дахин дахин төрж үхсээр л байдаг. Харин аливаа урган үзэгдэж буй юмс үзэгдэл бүхнийг үнэнд эс зууран бариваас бидний сэтгэл хязгааргүй чөлөөт болж Ухааныг баригч үхэл үгүйн хутагт хүрдэг юм. Энэ талаар зөвхөн мэдлэг олж авснаар зовлонт орчилоос гэтэлж чадахгүй, зовлон бол ердөө атраг бодол, дадал зуршил гэдгийг бодит бясалгал туршлагаар таних хэрэгтэй. Олон төрөлд зуршиж хэвшин шир мэт болсон муу авъяаст бодлуудыг дахин гарч ирэхгүй болтол нь дадуулж бясалгасан бодит амсуургаас л үхэл болбоос маш хатуу хэвшсэн ягшмал бодол төдий юм байна гэсэн танин мэдэл төрөх болно. Хэрэв бодлуудыг үнэнд баримтлахгүй болбоос үхэл үгүй ядамын лагшинг олох болно. Үхэл ирэх үед үүнийг санаарай.

Бидний цорын ганц бөгөөд үргэлжийн үнэн нөхөр болбоос Гурван Эрдэнэ, лам багш, ядам бурхан л юм. Ертөнцийн бусад садан нөхөд бүгд түр зуурынх бөгөөд бид үхэхдээ тэднээс хэнийг нь ч хань болгон дагуулж чадахгүй билээ. Тиймээс сөрөг бодлуудыг орхиод багш, ядамд залбир. Мөн үхлийн тухай их санаа зовох шаардлагагүй, дэмий санаа зовох нь зовлонг улам л нэмэхээс өөр тусгүй. Буруу муу бодлуудаа урвуулж оронд нь Дарь Эх юмуу аль нэгэн ядам бурханыг бод. Бид бүхэн хэзээ нэгэн өдөр үхэх нь гарцаагүй бөгөөд яг хэзээ вэ гэдэг нь тодорхойгүй билээ. Харин үйлийн үр боловсрох цагт энэ бие төгсгөл болох нь бол тов тодорхой. “Үхэх цаг арай ч болоогүй ээ” гэх юмуу, эсвэл “ийм цагт үхэж болохгүй” хэмээн үхлийг бид буцааж чадахгүй билээ. Бидэнд ямар ч сонголт байхгүй, учир нь бид үйлийн үрийн эрхээр явдаг. Хэрвээ цаг нь болоогүй бол та үхье гэж хүссэн ч үхэхгүй. Тиймээс, санаа зовох нь ямар ч хэрэггүй бөгөөд үйлийн үр жамаараа болохыг хүлээн зөвшөөрсөн нь дээр.

Миний хувьд үхэх цагт ухамсарыг шилжүүлэх Потидын (Phowa-пова) дадуулгыг хоёр шаттай бясалгадаг: нэг дэх буюу хамгийн чухал нь “Бодьсадвын гучин долоон гарын авлага” дээр суурилсан асрал хайр Бодь сэтгэлийн потид. Хоёр дах нь, сэтгэлийн байгаль зөнгөөрөө чанарт орших Дармакаяа Подитыг (-р хуудас) бясалгадаг. Би шавь та нарт, ер хамаг амьтдад туслахын тулд Дарь Эхийг өдөр шөнөгүй цаг үргэлжид бясалгадаг. Хэрэв та Дарь Эхийн тарнийг цөөн хэдэн удаа ч болов уншваас миний бясалгалтай нэгдэж би танд тусалж чадна. Та ямар нэгэн дадуулга бясалгал хийдэггүй байлаа ч ялгаагүй миний залбирал ерөөл танд хүрэх боловч та өөрөө бас хичээхгүй бол ач тусаар тааруухан, хүч муутай болно шүү дээ. Тэгэхээр та өөрөө ямар нэгэн юм хийх л хэрэгтэй. Эрдэнэт хүний төрлийг авах нь өглөө нүд нээн сэрэхтэй адил, үйлийн үр болбоос нэгэн өдрийн амьдралтай адил, үхэл мөнх бус бол орой унтахаар хэвтэхтэй адил гэдгийг байнга санаж байгаарай. Маанийн үрэл зэрэг адисдэтласан үрлийг хүртэж байгаарай. Шөнө бүр нэг ширхэг үрэл хэлэн дороо хийгээд унтаж байгаарай. Би бээр та бүхэн тэргүүтэй хамаг амьтдад туслахын тухайд мянга мянган Дарь Эхийг зүг бүхэнд илгээн бясалгадаг билээ.

Үхэх үед Амитаба бурханыг дүрслэн бясалгах нь

(Гарчэн Ринбүчийн тайлбар)

Бид хэзээ нэг өдөр энэ наснаас нөхцөөд хаана төрөх тухайд өөрийн бодолтой байж Дэважинд төрөх зоригдол агуулан Амитаба бурханд үргэлжид залбирч байваас зохино. Амитаба бурханд залбирахын тулд Амитаба бурханы том дүр сэлт таны гэрт заавал байх албагүй. Үнэн хэрэгтээ бол зургаан зүйл амьтан лугаа тэнцүү тоолшгүй олон Амитаба бурхад бий. Та бүхэн гадаад түвшиндээ Амитаба бурханы нирманакаяа дүрийг (дүрсээр харж болох хувилгаан дүр гэсэн үг) орой дээрээ төсөөлөн бодоорой. Дотоод түвшинд бол хамаг амьтдын сэтгэл, таны өөрийн сэтгэл ч нэгэн адил бурхан мөн. Харин төсөөлөн бясалгахад гадаад нирманакаяа дүр нь илүү чухал. Амитаба бурханыг дүрслэн бодохын ашиг тус нь юу вэ?

Зогчэнгийн номонд зааснаар бидний сэтгэл анхнаасаа асар ариун, толь мэт бөгөөд Бурхан Багшийн айлдсанчлан хамаг амьтад анхнаасаа бурхан юм. Ингэж бодож байгаа сэтгэл бол бурхан (буддха) юм. Сэтгэл болбоос үзэгдэж баригдах үгүй: тунгалаг бөгөөд хоосон. Гэхдээ юу ч үгүй гэсэн үг биш, учир нь тунгалаг. Бас ямар нэгэн зүйл биш, учир нь хоосон, яг л толь лугаа адил. Ийм болохоор хэрэв та Амитаба бурханд итгэл сүжигтэй, түүнийг агшин зуурд ч санаж чаддаг бол тэр агшинд сэтгэл тань Амитаба болж байгаа юм. Харин та бээр Би гэж бодоод Би-дээ атгаглаж байвал, бүхий л муу авъяас, карма бүгд эхлэлгүй цагаас өөрт чинь хуран цуглаж сансарт тэнүүчлэх шалтгаан чинь болсоор байх болно. Үүнийг л ухаарвал та будда, эс ухаарваас сансарт тэнүүчлэгч төрөлхтөн.

Та үхэх үедээ Амитаба бурханд итгэл сүжиг дүүрэн байвал, Амитаба бурханыг санах төдийд, Амитаба бурханыг орой дээр дүрслэн бодох төдийд таны сэтгэл Амитаба болоод Дэваажингийн үзэгдэл аяндаа ургана. Амитаба бурханы цаглашгүй гэрэл аяндаа Дэваажинг дэлгэн үзүүлнэ, энэ талаарх та бүгдийн эргэлзээг таслахын тухайдад би тайлбарлан ярьж байгаа юм. Хэрэв Амитабад итгэх таны итгэл сүжиг зүрхний угаас баттай аваас хожим өөрийгөө үхэж буйг мэдрэх үед ердөө Амитабагаа л бодоорой. Ухамсар биеийг орхин гарах агшинд ухамсар тань Амитаба болсноор та Дэваажинд төрнө. Үүнийг л ойлгох хэрэгтэй юм шүү.

Энэ бүгдийг сайтар дадал зуршил болгохын тулд Амитабагийн дүр зургийг ашиглах, Дэваажингийн ерөөл залбиралыг унших зэргийг үйлдэж байх нь зүйтэй. Сэтгэлийн байгаль мөн чанарыг тольтой зүйрлэсэн явдал бол дээрх бүгдийг тайлбарлан ойлгуулахын тулд юм. Номын нөхөд садангууд минь Амитабад итгэл сүжгээ бататган хөгжүүлж, Амитабаг үргэлж санаж байгаарай, учир нь та ямар бодолтой үхлээ ч Амитаба үзэгдэх болно шүү. Та Амитабаг бодох л юм бол тэрээр урган үзэгдэнэ гэдэгт огтхон ч эргэлзээ үгүй билээ.

Зураг 1: Гэрлэн хүрээн дэх Амитаба бурхад

Үхэхийн өмнө болон үхэх явцад

Доор жагсаасан материалуудыг Гарчэн Ринбүчи санал болгосон бөгөөд үхэлд бэлдэх талаар таньд төрж болох асуултуудад хариулт өгч чадна. Жагсаалтад байгаа материалуудыг бүгдийг нь бүрдүүлэх шаардлагагүй гэдгийг анхаарна буй заа. Чухамдаа дэлгэрэнгүй жагсаалт тавьсны учир нь эдгээрийн аль байгаа нь хэн нэгэнд үхлийн үед нь ихэд тус болж чадах тул хэрэгжүүлбэл зохистой.

Энэхүү айлдварын үед Гарчэн Ринбүчи үхэж буй хүний онцгой нөхцөл байдалд тохиромжтой, хэрэг болох зүйлсийг санал болгосон юм.
Санал болгож буй материалууд:

- Амитаба бурханы дүр, өөрийн язгуурын багшийн зураг
- Үзсэнээр гэтлэх тарни, хүрсэнээр гэтлэх тарни бүхий бугуйвч
- Үзсэнээр гэтлэх тарнийг хэвлэсэн зураг
- Хүрсэнээр гэтлэх тарни ба Ум ма ни бад ма хум тарнийг хэвлэсэн зураг
- Номын чанарын подит
- Зуурдын ерөөл (хавсралт хэсэгт бий)
- Самандбадрын ерөөл (хавсралт хэсэгт бий)
- Гарма Чагме Ринбүчийн Дэважингийн ерөөл (хавсралт хэсэгт бий)
- Дэважинд төрөх ерөөл (хавсралт хэсэгт бий)
- Хүрсэнээр гэтлэх тарни сэлтийг хэвлэсэн номын хөнжил
- Амитабагийн тарнийг уншсан аудио бичлэг
- Гарчэн Ринбүчийн потид хөтөлсөн аудио бичлэг

Амар тайван орчныг бүрдүүлэх

Насан эцэслэж буй хүний байрлаж буй өрөөнд хийд орны төрх байдалтай таатай орчныг бий болговоос сайн. Тухайн хүний нүдэнд ил харагдахуйц тохиромжтой байрлалд Амитаба бурханы дүр, язгуурын багшийнх нь зургийг байрлуулаарай. Нас эцэслэж буй хүний тэргүүн баруун зүг рүү чиглэж байхаар орыг нь байрлуулах хэрэгтэй. Хэрвээ боломжтой бол биеийг нь баруун хажуугаар нь харуулж хэвтүүлнэ, боломжгүй бол зүгээр. Өрөөнд орж ирж буй хүмүүс өрөөний зай багтаамжыг дүүргэж болохгүй, мөн нигүүлсэхүй сэтгэлтэй байж сэтгэл хөдлөлөө хянах хэрэгтэй (чадахгүй бол өрөөнөөс гарах нь зүйтэй). Амибата бурханы тарнийн бичлэгийг нас эцэслэж буй хүний орой хавьцаа өөрт нь сонсогдож байхаар намдуухан дуугаар тавиарай, энэ нь ухамсарыг толгойн орой руу хандуулахад туслах зорилготой. Бусад чимээ шуугианыг аль болох гаргахгүй байх, эсвэл маш зөөлөн дуугарваас зохино. Хүж, арц уугиулж болохгүй, үхэж буй хүнд сатаарал болно.

Маанийн хүрд

Хэрвээ нас эцэслэж буй хүн маанийн хүрд эргүүлдэг, түүндээ их дуртай байсан бол хүрдийг нь толгойн тушаа нь тавиад хүрд нь тэнд байгаа гэдгийг өөрт нь сануулаарай. Ийнхүү хүрдийнхээ тухай санахын төдийд толгойн оройдоо мэдэмсэр нь сэргэж ухамсар зөв цэгт очсоноор яг үхэх агшинд оройгоор гарахад бэлэн болно.

Харсанаар гэтлэх

Насан эцэслэж буй хүн харсанаар гэтлэх тарни бүхий бугуйвчийг гартаа зүүсэн байвал тун сайн. Бугуйвчийн гадагш харсан тал нь харсанаар гэтлэх тарнийг товойлгон хийсэн байгаа, дотор талд нь хүрснээр гэтлэх тарнийг бэдэртүүлэн хийсэн байгаа. Хэрэв тухайн хүнд бугуйчийг зүүх боломжгүй байвал ядаж хүрснээрээ гэтлэх тарнийг амьсгал хураахын өмнө ба дараа нь гарт нь юмуу биенд нь хүргэхийг хичээгээрэй. Хэрэв шаардлагатай бол ойр байгаа хүмүүс нь өөрийнхөө бугуйвчийг тасалж аваад хэрэглээрэй. Эхлээд дотор талд байгаа тарнийг хүргэнэ, дараа нь гадагш харсан талд байгаа тарнийг биенд нь хүргээрэй.

Гэтэлгэх тарни нь ямар ч хэлбэр дүр байдлаар байж болно. Хэрвээ бугуйвч байхгүй бол тарнийн зураг байсан ч адилхан тус болно.

Амитаба бурханд болон багшид соёрхол талбих нь

Байдал тодорхой болсон үед, насан эцэслэж буй хүн өөрийн чадвараа бүрэн алдахын өмнө язгуурын багшдаа соёрхол талбин өөрийн сэтгэлийг багшийн таалал буюу билгүүн ухаантай нэгтгэн уусгаж, хамаг амьтанд зоригдсон нинжин сэтгэл төрүүлэн сэтгэлээ уугуул

байгаль төлөвт аян зөнгөөр нь талбина. Амитаба бурханд болон багшдаа ийнхүү чимээгүйхэн залбирна:

Амитаба, Элбэрэлт багш минь уу! Яг одоо энд намайг болгоон соёрхо. Би бээр таны зүрхэнд шингэх болтугай, түүний тулд аливаа сөрөг бүхнийг арилган ариусгая. Тань лугаа адил болоод Дэважинд төрөн бусад амьтдыг өөд татая.

Хэрэв нас эцэслэж буй хүн Амитабаг санаж л байвал тэр хүнд өөр юу ч хэрэггүй. Учир нь Амитаба болон багш нь аль хэдийн дэргэд нь түүнийг хамгаалж байгаа гэсэн үг. Тэдний үйлс нь тухайн хүн өөрөө багш, бурханаа бодож байна уу үгүй юу гэдгээс л шалтгаалдаг юм. Бидний ихэнхи нь үхэх үедээ үүнийг санаж чаддаггүй, тиймээс гэтлэхүйн тухайд маш төвөгтэй болдог. Тиймээс нас эцэслэж буй хүн Амитаба юмуу өөр аль нэгэн ядам бурхан, эсвэл багшийгаа санаж л байвал гэтлэхэд тун боломжтой.

Дэважингийн ерөөл

Гарчэн Ринбүчи айлдахдаа, Дэважинд төрөх ерөөлийг бид насан туршдаа бүр дадал зуршил болтол, үхээд тэнд очино гэсэн итгэл төгөлдөр болтлоо унших хэрэгтэй хэмээн зөвлөдөг. Дэважингийн ерөөлийн жижигхэн ном бол таны Дэважинд нэвтрэх паспорт тань юм шүү. Ерөөлд дурдагдаж буй утгатай нийцүү явдлаар явж сэтгэлдээ дадуулга бясалгал агуулж явах нь Дэважинд төрөх уг шалтгааныг бүтээнэ. Уг ерөөлийг өөрөө эсвэл бусдаар уншуулан дуу хураагуурт бичиж авбал байнга сонсох, сонсгох боломжтой болно гэж Гарчэн Ринбүчи санал болгосон билээ. Зарим нь өдгөө өөрөө уншиж чадаж байвч хожим уншиж чадахгүй болох үедээ бичлэг тавиад сонсож байваас сэтгэлд сайн ул мөр тогтох болно.

Үг ярианы тухайд

Үхлийн явцад хүний мэдрэхүйнүүд ажиллахаа больж эхлэх бөгөөд энэ байдал гаднаа өөрийгөө илэрхийлж харилцаанд оролцож чадахгүй байгаагаар илэрнэ. Мэдрэхүйнүүдээс хамгийн сүүлд сонсгол хураагдана. Тэр үед насан эцэслэж буй хүнд эерүү зөөлнөөр, онцгой шилжих аялалд тулж ирж буйг нь сануулан анхаарал санаа зоригдлоо зөв чиглүүлэх зааварчлага өгнө. Энэ бүгдийг зүүн чихэнд нь дуулгавал үр дүнтэй шүү. Ямар зааварчлага өгөх вэ гэвэл:

Толгойн орой дээрээ Амитаба бурханыг төсөөлөн бод, анхаарлаа орой лугаа чиглүүлж Амитаба юмуу эсвэл мөн л орой дээрээ залран буй багшийнхаа зүрхэнд нийлэн уус. Багштай нь нэгэн мөн чанартай Амитаба бурханд залбираарай хэмээн сануулан хэлнэ. Энэ зааварчлагыг санах мэдэмсэртэй байх явдалд нь Амитаба бурханы тарнийн бичлэг тус болно. Хэрэв нас барж буй хүн өөрийн Багшдаа, Дарь Эх гэх мэт ямар нэг бурханд сүжиг бишрэл сайтай бол багшийнх нь зураг юмуу шүтдэг бурхан шүтээнийг нь харуулахад л хангалттай. Түүнчлэн тухайн хүний сэтгэл машид амгалан, эрх чөлөөтэй, энэрэл нигүүлсэлээр дүүрэн байхад туслах нь туйлын чухал бөлгөө.

Амитаба, ядам бурхан, лам багшид ариун сүжигтэй байх нь гэтлэхүйн түлхүүр билээ. Будда Амитаба, ядам, багшид зуун хувь итгэл төгс байхаас илүү өөр юу ч хэрэггүй.

Та дуу хоолой, хэл яриагаар насан эцэслэж буй хүнд хэрхэн тусалж болох вэ гэвээс:

- Пова хөтөлбөр, хэрхэн дүрслэн бясалгахыг дуудан унших
- Гарчэн Ринбүчийн дармакаяа пова зааварчлагыг дуудан унших
- Шингэлтийн зэргүүдийг дуудан унших (-р хуудсыг хар)
- Сэтгэлийн уугуул байгаль төлвийг сануулах
- Зуурдын ерөөл болон Гүндүсамуугийн (Самандбадрын) ерөөлийг дуудан унших

Эдгээрийг нас барж буй хүнийхээ толгойн орой тушаа уншаад Амитабагийн тарнийг намуухнаар үргэлжлүүлэн тавиарай.
Сударт өгүүлснээр бол үхэж буй хүн ухамсартайгаар найман ариун бус үүдийг хааж бясалгах хэрэгтэй байдаг ч үхэж буй хүнд тэдгээр найман үүдний тухай огт дурдахгүй байх нь хамгийн сайн арга. Ухамсар найман үүднүүдийн тухай бодож анхаарлаа тийш хандуулах нь үхэх үед сарнил болж болзошгүй тул зөвхөн оройн үүдэнд анхаарлаа хандуулах нь илүү сайн үр дүнтэй. Бидний ихэнхид маань үхэх үедээ найман үүднийг хаах бясалгал хийх хэмжээний бат тогтвортой самади байддаггүй.

Үхэж буй хүний мэдрэхүйн мэдлүүд ямар нэгэн хэмжээнд ажилласаар байдаг тул түүнд тусалж буй хүмүүс сэтгэл бодлыг нь үймүүлэхгүйн тулд маш болгоомжтой байваас зохино. Биенд нь хүрэх, ярих зэргээр мэдрэхүйд нь нөлөөлж болохгүй. Тэр ч бүү хэл үхэж буй хүний дэргэд дуугарч ярихдаа хөл хавьцаа болон бүсэлхийнээс доош хэсэгт нь ойр байж болохгүй, учир нь нас эцэслэж буй хүний анхаарал хаана чимээ гарч байгаа газар буюу биеийнхээ доод хэсэг рүү шилжих гэмтэй. Үхэж буй хүний анхаарлыг зөвхөн толгойн орой руу нь чиглүүлэх, орой дээр нь Амитаба юмуу Жанрайсиг бурхан, эсвэл сүжиглэдэг лам багш нь байгаа гэдгийг сануулахад цаг үргэлж туслах ёстой юм шүү. Туслагч хүмүүс зөвхөн түүний толгой оройн түвшин хавьцаа зогсох, ярих нь зүйтэй. Хэдийгээр нас барж буй хүний эрхтний мэдлүүд хэдийн хураагдаж орчин тойрноо бүрэн мэдрэхээ байсан ч гэсэн сонсох мэдрэхүй хамгийн сүүлд хураагддаг тул өрөөнд ярьж буй хүмүүсийн яриа, бусад дуу чимээ түүнийг үймрүүлэх, тайван байдалд нь саад болох мөн толгой нь эргэж болох талтайг анхаараарай.

Ялангуяа үхэхийн яг өмнө мөчид хүний ухамсар маш мэдрэмтгий болдог тул ямар нэг гэнэтийн, хүчтэй явдал болон огцом сэтгэл хөдлөлийн илэрхийлэл зэрэг нь үхэж буй хүний сэтгэлийг үймрүүлэх аюултай. Тийм учраас, өрөөнд байгаа хүмүүс болон гэр бүл ойр дотны хүмүүс нь ил далдаар уйлж мэгшихгүй байх нь чухал. Энэлж гашуудсан үг яриа хэлэх, уйлах зэрэг нь үхэж буй хүнийг хайртай хүмүүстээ хорогдон уягдах сэтгэлийг чангатгаж оюун санааны төлвийг нь сөрөг байдалд оруулах гэмтэй. Бидний сэтгэлийн төлөв байдал үхэхийн яг өмнөх агшинд ухамсрыг хэрхэн чиглүүлсэн тэр дагуу үхсэний дараа хөтлөгдөн явах болно. Тийм учраас л дуу чимээ элдэв үймцээнгүй амар амгалан орчин тойрныг бүрдүүлэх хэрэгтэй байдаг юм. Үр ашиггүй яриа ярих, сөрөг сэтгэл хөдлөл гаргахгүй байх ёстой. Бурханы ном буюу дарма болбоос чухам үхлийн үед хамгийн их ач тус болдог тул бүхий л үг яриа номтой л холбоотой байх ёстой. Бусад элдэв яриа чимээг тэвчих хэрэгтэй.

Үхлийн мөч

Гадаад амьсгал зогсож үхлийн мөч ирэхэд пова уншлагийн бичлэгийг тавиарай. Амьсгал зогсож болзошгүй шинж илэрснээс хойш бичлэгийг хэрэглэхэд бэлэн байлгах хэрэгтэй. Чухал мөчид ухамсрыг оройн титэмд чиглүүлэхийн тулд бичлэгийг толгойн орой дээр, чихэнд нь ойр дуугаргана. Ер нь ийм бичлэгийг үхлийн мөчид болон дараа байнга хэрэглэнэ гэдгийг мартаж болохгүй. Сүжигтэй хүнд маш их тус болно. Мөн лам багш биетээр залрах боломжгүй үед утсаар холбогдож болно, гол нь тухайн агшинд багшийг санах нь л тун чухал юм шүү.
Үхэх агшинд баримтлах хамгийн гол чиг шугам бол лам багштай заавал холбогдох явдал юм.

Цогцосын тухайд зааварчлага

Ойр дотны хүмүүс нь үхэж буй хүний ухамсарыг оройн хүрдэнд чиглүүлэхээр туслаж байх үедээ биенд нь огт хүрч болохгүй, шаардлагатай бол зөвхөн толгойн оройд нь маш зөөлөн хүрч болно. Үхэх дөхсөн хүний хүрэлцэхүйн мэдрэмж маш өндөр байдаг. Амьсгал хураах нь гарцаагүй болсон тохиолдолд оройн үснээс зөөлөн татаж болно. Хүч гаргаж огтхон ч болохгүй, хүчлэвэл зочих айх магадлал өндөр.
Хэрвээ тухайн хүн өөрөө хүсвэл өөрт нь анхааруулж байгаад маш зөөлөн хөнгөхөөн товчхон цэвэрлэж өгч болно. Ер нь болбол хүрэхгүй байх нь дээр.

Үхлийн дараа

Үг ярианы тухайд

Пова номын уншлагыг сонсгож дууссаны дараа Амитабагийн тарнийн бичлэгийг үргэлжлүүлэн тавиарай. Мөн Дэважинд төрөхийн ерөөлийг өөд болоочийн толгойн тушаа унших хэрэгтэй, тарнийг ч сонсгох хэрэгтэй.
Дараагийн дөчин ес хоногт Дэважингийн урт ерөөл эсвэл Гүндүсамбуун (Самандбадрын) ерөөлийг өдөр бүр унших хэрэгтэй. Хамгийн багадаа нас барсан өдрөөс тоолон 49 хоногийн доторх долоо хоног бүрийн төгсгөлд заавал уншина. Учир нь зуурдад долоо хоног тутамд үхэх үзэгдэл явагдаж зарим нь эхний долоо хоногтоо гэтэлж хамгийн удаандаа 49 хоногтоо гэтэлдэг учиртай.

Цогцосын хувьд

Хэрвээ цогцосын хөл гар нугарсан байдалтай байвал тэнийлгэх хэрэгтэй болно, тийм тохиолдолд хөл гарт хүрэхээсээ өмнө толгойн оройд нь эхэлж хүрнэ. Боломжтой бол тэргүүнийг нь баруун зүг рүү харуулж чандарлах, оршуулах нь зүйтэй.

Сударт заахдаа нас барснаас хойш цогцосонд гар хүрэлгүй, хөдөлгөлгүй 3 хоног байлгах ёстой гэж заадаг. Ихэнхи тохиолдолд үхсэний даруй дор сүнс биеэс гардаг хэмээн Гарчэн Ринбүчи тэмдэглэн хэлсэн. Гэсэн ч цогцост зөвхөн шаардлагатай тохиолдолд маш болгоомжтойгоор хүрэх нь зүйтэй.
Гарчэн Ринбүчи хэлэхдээ нэгэнт ухамсар биеэс гарсаны дараа бол цогцост хүрэх нь сүнсийг аль үүдээр гарахад нөлөөгүй болсон байна гэсэн. Сүнс буюу ухамсар нь ер нь бол үйлийн үрийн хүчээр автоматаар түлхэгдэн гардаг ба үхэх цаг үед хэн нэгний хүрсэн газраар (үйлийн үрийн сүв буюу үүдүүдийн нэгээр) гардаг тул биед хүрэх нь нэгэн багахан хүчин зүйл л юм.
Хэрэв та бүхэнд “Номын хөнжил” байвал түүгээр нас эцэслэж буй хүний биеийг бүтээнэ, үүнд тухайлан төдийд өдийд гэхгүй бөгөөд заавал амьсгал хураахыг хүлээх шаардлагагүй. “Номын хөнжил” гэдэг нь хүрсэнээр гэтэлгэх увдис бүхий тарни номын үсгийг хэвлэсэн даавуу юмуу цаасан бүтээлгийг хэлнэ. Бүтээхдээ тарни номын үсэгтэй талыг нь дотогш харуулж бүтээнэ. Хэрвээ цогцосыг хайлуулах бол номын хөнжлийг хамт шатаах шаардлагагүй. Харин цогцосыг хайлуулсны дараа чандартай хамт байрлуулж болно. Энэ тохиолдолд номын үсэгтэй талыг гадагш харуулна. Хэрвээ оршуулах газрын дүрэм журмын дагуу номын хөнжлийг хурааж авсан бол сүүлд нь та дахин нэг хөнжилөөр үнсийг ороож болно.
Хэрвээ үзсэнээр, хүрсэнээр гэтэлгэх тарни бүхий бугуйвч талийгаачийн гарт байсан бол аль болох цогцосонд үлдээхийг бодоорой.

Эрхтэний донорын тухай

Үхээд биеийн эрхтэнээ бусдад хандивлах нь бидний ухамсарт маш тустай хандлага юм. Эрхтэнээ хандивлах нь ямар нэгэн гэм хортой болох вий гэж битгий бодоорой. Жинхэнэ гэм хор бол бидний хувиа хичээгч сэтгэл л юм. Өөрийгөө бодитой оршин буй гэгч үзэл баримтлал болбоос биднийг сансар хорвоод тэнүүлсээр байгаа, бидний өдий болтол орчлонгоос гэтлээгүй байгаагийн шалтгаан юм. Орчлонгоос гэтлэх эсэх нь амиа бодох үзэл, би-д барих чанга баримтлалыг хэр зэрэг сулруулж буйгаас хамаарна. Үхэл ирэхэд бусдын тусад биеэ өргөх нь сүүлчийн бөгөөд үлэмж их буянт үйл бөгөөд энэ бол бодьсадвын явдал болой. Эрхтэнээ хандивлах нь таны бие цогцосыг хэрхэхийг үл тоон бусдыг өөрөөсөө илүүд үзэж буй сайхан сэтгэл юм. Ялангуяа Их Хөлгөний номтон болбоос нэгэнт орхих биеийг чухал шаардлагатай хүнд нь өгч туслах хүсэлтэй байваас зохино.

Сэтгэлийн тухай

Үхсэний дараа ухамсар зуурдын төлөвт сэрэх үед физик биеийн хязгаарт баригдахаа больсон байх тул ухамсар урьдынхаасаа хамаагүй илүү тод тунгалаг болсон байна. Тийм учраас нас барагчийн хувьд таван мэдрэхүйн илэрхийллээс илүү амьд үеийн санаа бодол нь маш чухал байдаг. Зуурдын ухамсар нь ойр дотны хүмүүсийнхээ сэтгэлийг ил мэднэ. Ард үлдэгсэд нь талийгаачийн тухайд урьдын адил ердийнхөөр нь бодож болохгүй бөгөөд талийгаачид хорогдсон зууралдсан сэтгэлтэй байж болохгүйг анхаарах хэрэгтэй. Харин,

талийгаачийг Жанрайсиг, Амитаба эсвэл Дарь Эх лугаа адил бодвоос зохино. Тийнхүү ядам бурханыг төсөөлөн бодсоноор ухамсар нь зуурдад сэрэхдээ ядамын хүчээр үтэл нойрноос сэрж гэтэллээ хэмээн бодох ба энэ нь хий хоосон төсөөлөл биш юм. (Тиймээс ч монголчууд талийгаач болохыг бурхан боллоо хэмээн ярьдаг) Бид өөрийн дадуулга бясалгалын хүчээр зуурдын ухамсарыг гэтлэхэд нь туслах боломжтой.

Талийгаачийн ард үлдэгсэд өмнө дурдсан тарни, ерөөлүүдийг өөрсдөө унших, эсвэл сүм хийдэд уншуулж болно. Аль аль нь тус ихтэй ч ялангуяа өөрсдөө унших нь илүү тустай, учир нь та бүгдийн хооронд асрал хайрын хүчит холбоос бий бөгөөд өөрсдөө залбирал ерөөл уншсанаар энэрэн нигүүлсэх сэтгэл илүү хөгждөг юм. Зуурдын ухамсар нь маш тодорхой хурц байх тул гэр бүл, найз нөхдийнхөө сэтгэлийн хандлагыг маш сайн мэдрэнэ. Талийгаачийн эд хөрөнгийг хуваахад санаа зовох, сөрөг бодол санаа агуулах, залбирал ерөөлийг хуурмаг гүйцэтгэх зэрэг нь зуурдын ухамсарыг тавгүйтүүлж төрөл доош унах маш муу үр дагаварыг авчирах тул үлдэгсэд өөрсдийн санаа сэдэлдээ анхаарах хэрэгтэй. Тиймээс зуурдын ухамсарт туслах залбирал, тарни, ерөөлийг уншихдаа маш цэвэр ариун, нинжин чин сэтгэлээр гүйцэтгэх нь тун чухал. Хайр энэрэл гэдэг бол талийгаачид туслаж чадах нэн чухал нандин хүчин зүйл бөгөөд талийгаачийг таньдаггүй нэгэн ч гэсэн энэрэнгүй сэтгэлийнхээ хүчээр зуурдын ухамсарт тус болж чаддаг нь гайхамшигтай яа. Тийм учраас л хүмүүс Ринбүчид өөрсдийн хайртай хүмүүсийнхээ хойдохыг даатгадаг бөгөөд Ринбүчийн их энэрэн нигүүлсэхүйн хүчээр залбирал ерөөл нь аялан очиж зуурдад төөрөгсөдийг хөтөлдөг билээ.

“Жанчог” хэмээх номын үйл

Жанчог буюу “Үхэгсэдэд туслах бичээс” хэмээх номын үйлийг талийгаач нарын тусад үйлдэж болно. Аврал одуулахын санваар хүртсэн болон үнэнхүү энэрэнгүй чин сэтгэлийн зоригдол бүхий хэн ч энэ номын үйлийг хийж болно, унших ая данг нь мэдэхгүй байсан ч хамгийн чухал нь бодь сэтгэлийн үүднээс үйлдвээс зохино. Зуурдын дөчин ес хоногийн долоо долоо хоног бүрт Жанчог уншвал сайн. Лам хуврагууд хийд орондоо болон тухайн айлын гэрт уншдаг. Нас нөгцөгсөд болон өвчнөөр энэлэн буй хүмүүсийн төлөө нийлж цуглан залбирах нь хуврагуудын үүрэг билээ.

Зарим хийдүүд энэ зан үйлийг тогтмол үйлддэг. Тийм хийдүүдэд хүндээр өвдсөн болон талийгаач болсон хүний нэрийг өгч даатгаж болно. Өглөө өдрийн цагаар амьд байгаа хүмүүст сан тавьж, үдэш нас барагсадад зориулан сүр уугиулдаг.

Жанчог судрыг төвөд, англи хэлээр үзэхийг хүсвэл дараах линкээр орно уу: http://garchen.tw/English/Sadhana

Амьтадад хэрхэн туслах

Ерөнхий заавар

Мал болон бусад адгуус амьтдад мааний үрэл өгч болно, мөн хүрсэнээр гэтэлгэх тарнийг ямар ч хэлбэрээр хэрэглэж болно. Жишээ нь: номын хөнжил, хэвлэмэл тарни, сахиус, бугуйвч гэх мэт.
Боломжтой бол үхэж буй болон үхсэн мал, амьтны толгойг баруун зүгт харуулаарай. Нохой болбоос зөнгөөрөө баруун тийш толгойгоо хандуулан үхдэг гэж Ринбүчи нэгэнтээ айлдсан байна. Мөн Амитабагийн тарни, ерөөл залбиралыг чихнийх нь ойр сонсгох хэрэгтэй. Мал, амьтанд туслаж буй хүн өөрөө Жанрайсигийн тарни маани, Амитабагийн тарнийг олон уншаад бие рүү нь үлээж тарнийн адистэд хүргэж болно. Мөн дахин адгуусны доод төрөл авалгүй, хүний төрлийг олж төрөх, дэважинд төрөх ерөөл өргөөрэй.

Зөвшөөрсний дагуу бүрмөсөн унтуулах

Хэрвээ мал, амьтан урт наслаж ихэд доройтсон юмуу эсвэл маш их зовиуртай эдгэршгүй хүндээр өвчилсөн тохиолдолд эмчийн санал болгосны дагуу бүрмөсөн унтуулах тарилга хийх нь тухайн амьтны зовлонг нимгэлэх сайн арга юм. Гэхдээ ийм шийдвэрийг гагцхүү үнэнхүү нигүүлсэх сэтгэл дээр үндэслэн гаргаваас зохино. Бусад ерөнхий зүйлсийг өмнө ярьсан зааврууд тай адилаар дараагийн төрөлд нь туслах үйлүүдийг сайтар хийгээрэй.

Бусад адгуус амьтад

Шоргоолж, шумуул, жоом болон орон байранд юмуу бусад газар хүнд сөрөг нөлөө үзүүлж болох амьтадыг устгал хийх тохиолдолд өмнө заасны дагуу тэдгээр амьтдад сайн төрлийг олоход нь тус болох арга хэмжээг авах хэрэгтэй.

Үхсэн амьтдын хүүрийг хэрхэх тухай

Мал болон бусад үхсэн адгуус амьтныг чандарлах шаардлагагүй, зэрлэг амьтан ч байсан тэжээвэр ч байсан ялгаагүй хүүрийг өөр амьтдад хоол болгон өргөх нь хамгийн сайн арга. Хэрэв үхсэн амьтны бие зам дээр байхтай тааралдвал хүндлэлтэй нинжин сэтгэлээр хандан замаас холдуулж тавиарай. Тэгээд Жанрайсиг, Амитаба бурхадын тарнийг уншаад хүүр рүү үлээх болон сайн төрөлд хүргэж болох бусад мэддэг арга хэмжээгээ аваарай.

Үхлийн шингэлтийн зэргүүд

Нөгчих үеийн зуурд

Бүдүүн элементүүд (махбодууд)

Үхэх мөч дөхсөний тэмдэг болж гадаад бие дүрсийг бүрдүүлэгч дөрвөн махбод нэг нэгэндээ шингэн хураагдана. Шороон махбод шингэхэд үхэж буй хүн бие болон үе гишүүнээ хөдөлгөж дийлэхээ болино. Түүний дараа усан махбод шингэнэ. Ам, хамраас ус шингэн гарч сүүлдээ хатаж хуурайшина. Гал махбод шингэхэд биеийн илч дулаан буурсаар хөрнө, бие өнгө зүсээ алдана. Хий махбод хамгийн сүүлд хураагдана. Гадаад амьсгал хүндэрч амьсгалахад төвөгтэй болсоор зогсоно. Ийнхүү гадаад бие үхнэ. Ухамсар огторгуйд шингэнэ.

Энэ үед дотоод амьсгал хараахан тасраагүй байх ба судал, хий, дуслын хураалт явагдаж эхэлнэ. Биеэр түгсэн хийн энерги хураагдсанаар цагаан дуслыг оройд, улаан дуслыг хүйсэнд барьж тогтоох зүйл үгүй болно. Харах, сонсох, үнэрлэх, амтлах, хүрэлцэх таван мэдрэхүй буюу эрхтэний тийн мэдлүүд ерөнхий тийн мэдэлдээ хураагдаж гадна орчныг танин мэдэх чадвар алга болно.

Үзэгдэл, түгээмэл, чухал олохуй

Бүдүүн түвшинд судал, хий, дуслын шингэлт явагдсаны дараах шингэлтийн явцыг үзэгдэл, түгээмэл, чухал олохуй гэж нэрлэдэг. Ихэнх хүний хувьд энэ үе шат маш түргэн явагдаж өнгөрдөг.

Анханд, тухайн бодгалын тийн мэдэл буюу ухамсар үзэгдэлд шингэнэ. Цагаан дусал оройгоос доош бууж зүрхэнд ирэхэд эцгийн дуслаас төрсөн шуналын төлөв байдал арилна. Цагаан дусал бууснаар сэтгэлд яг л намрын тэнгэрт сарны туяа тусах мэт тод цагаан үзэгдэл ургана. Зэрэглээ мэт бүүдгэр мананцарын байдалд орвол цагаан үзэгдэл ургалаа хэмээн таниарай.

Дараа нь, үзэгдэл нь түгээмэлд шингэнэ. Улаан дусал дээш өгсөж зүрхэнд ирэхэд эхийн өндгөн эсээс төрсөн уурын төлөв байдал арилна. Улаан дусал өгссөнөөр сэтгэлд тооноор нар дусах мэт тод улаан үзэгдэл ургана. Галт хорхой шиг очис нэг гялалзаж нэг алга болж гялбалзана. Зуурдын ерөөлд (-р хуудас) шунахуй цагаан дусалтай хамт, уур нь улаан дусалтай хамт амирламуй гэсэн буй. Олонх сударт үүнийг эсрэгээр нь шунахуй улаан дусалд, догшин нь цагаан дусалд шингэнэ гэж бичсэн байдаг.

Үхлийн сүүлчийн хэсэгт түгээмэл нь чухал олохуйд шингэнэ. Цагаан, улаан хоёр дусал зүрхэнд нийлэх ба харанхуйгаас төрсөн мунхагийн төлөв байдал энд арилна. Сэтгэлд намрын шөнийн тэнгэр мэт хар үзэгдэл ургана. Ухамсар нэг тунгалаг болж нэг бүүдгэр болно. Чухал олохуй нь тод гэгээн гэрэлд шингэх ба чухам энэхүү тод гэгээн гэрлийг таних тэр агшинд сансараас гэтэлж дармакаяа

болно. Үүнийг үхлийн эхний зуурдад будда буюу бурхан болох гэж хэлдэг. Харин тод гэрлийг таниагүй нэгний хувьд ухаангүй балартсан байдалд ойролцоогоор гурван хоног хагас өдөр байдаг.

Зүрхэнд цагаан улаан дусал нийлэх энэ үйл явцыг ердийн ухаанаар бол эхийн хэвлийд эцгийн цагаан эс, эхийн улаан эстэй нийлэх мэдрэмжтэй зүйрлэж болно. Амгалан-хоосны тэр агшинд ухамсар балартаж замхраад дахин гарч ирнэ (бодол, төсөөлөл, айдас гэх зэрэг ухамсарын үйлдлүүд эргээд ургана гэсэн үг).

Номын чанарын зуурд

Гурав хагас хоногийн дараа сэтгэл гүн нойрны байдлаас Номын чанарын зуурдад шилжинэ. Энэ үед язгуурын таван бурхан бясалгалын таван өдрийн турш үзэгдэнэ. (Бясалгалын нэг өдөр гэж бид сэтгэлийн уугуул төлөвт хэр удаан байж чадах тэр хугацааг хэлнэ. Жнь, хэрэв уугуул сэтгэлийн төлөвт таван минут оршиж байвал бясалгалын нэг өдөр нь таван минуттай тэнцэнэ).
Эхний өдөр Бирузана бурхан хөх өнгийн гэрлээр үзэгдэнэ, хоёр дох өдөр Базарсад цагаан гэрлээр, гурав дах өдөр Раднасамбава шар гэрлээр, дөрөв дэх өдөр нь Амитаба улаан гэрлээр, тав дах өдөр Амогасиди бурхан ногоон гэрлийн байдлаар ургана. Эдгээр таван өнгийн гэрлийн үзэгдлийг Ригба буюу суурь сэтгэлийн тод гэрэл хэмээн таних хэрэгтэй.

Ядам бүр хоёр янзын гэрэлтэй үзэгдэнэ, нэг нь маш хурц гялгалзсан гэрэлтэй бөгөөд тэр нь жинхэнэ ядам нь, нөгөө нь бүдэг тааламжтай гэрэлтэй бөгөөд түүнийг дагавал самсарад хөтлөнө. Эгэл бодгалууд хурц гэрлээс дайчиж тааламжит бүдэг гэрлийг зөнгөөрөө дагаснаар самсарад төрдөг. Хэрэв хурц гэрлийг ядам хэмээн таниваас Төгс жаргалангийн лагшинд урван гэтлэх болно.

Төрөл авахын зуурд

Номын чанарын зуурдад гэтлэж чадахгүй бол цаашид төрөл авахын зуурд үргэлжилнэ. Төрөл авахын зуурдад бид амьд байсан үеийнхтэй адилхан мэдрэхүйн авъяасуудыг тээсэн зуурдын бие буюу сүнсэн биетэй байна. Энэ үед ухамсар тодорхой, үхсэнээ мэдсэн байх тул маш их энэлэн шаналана. Зуурдын долоо хоног тутамд үхлийн зовлонг дахин дахин амсдаг. Тиймээс бид зүрхний угаас гэтлэхийг хүсэж Амитаба бурхан болон Дэважингийн тухай санаваас гурав дах зуурдад ч гэтлэх боломж байж болно. Ийм л учир шалтгааны улмаас хайртай дотны хүнээ өнгөрсөний дараа 49 хоногийн туршид Дэважингийн ерөөлийг тасралтгүй уншиж ерөөж байх нь чухал байдаг юм.
Хэрвээ түрүүний хоёр зуурдад гэтлэж чадаагүй бол сүнс үйлийн үрийн салхинд орь ганцаар өөрийн эрхгүй туугдан хийсч шинэ биеийг эрэн хайж эхлэнэ. Ирээдүйн төрөх газар нь ч үзэгдэж эхлэнэ.

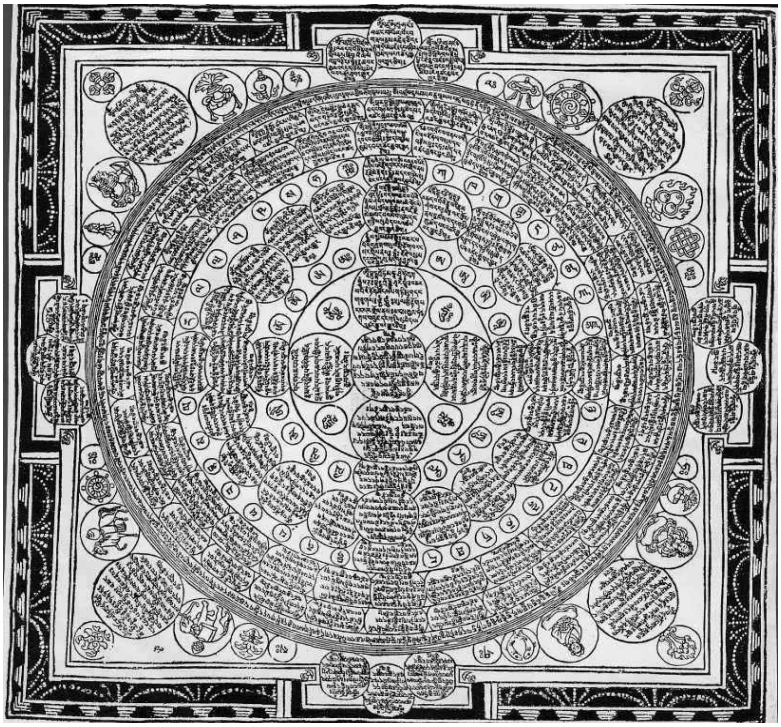
- Тамд төрөх бол түлэгдсэн модны хожуулууд, бэрдэд төрөх бол утаан үзэгдлүүд ургах бөгөөд там ба бэрдэд төрөх бол бидний толгой уруугаа харсан мэт санагдана.

- Адгуусны төрөлд төрөх бол цус, асурт төрөх бол цас бороо үзэгдэх бөгөөд бидний толгой нүүр хөндлөн хэвтээ байдалтай санагдана.
- Тэнгэр, хүний төрөл авахаар бол цагаан туяа харагдаж толгой дээшээ босоо байна.
- Хүсэлт тэнгэрийн төрөл авахаар бол тааламжтай хөгжүүн мэдрэмж төрнө.
- Дүрст тэнгэрийн оронд төрөхөөр бол гэрэлд татагдан дурлана.
- Дүрсгүй тэнгэрийн төрөл авахаар бол бид юу ч үгүй хов хоосонд татагдана.

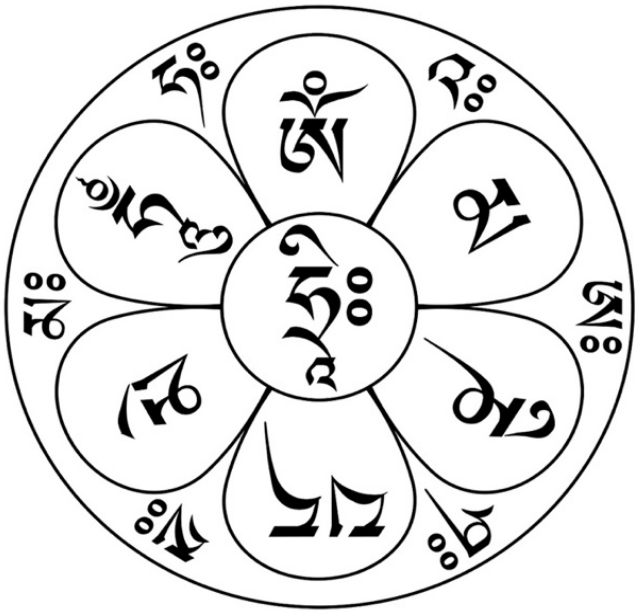
Тийнхүү ирээдүйн эцэг эхийнхээ дэргэд ирж тэдний нийлэлдэн байхыг харна. Тэр үед сөрөг хандлагатай байж огт болохгүйг санаснаар умайн үүдийг хаах хэрэгтэй. Хэрвээ бид сайн төрлийг авч багштай, номтой учрахыг хүсэж байваас эцэг эхийгээ их нэгдэлд орших яв юм ядам бурхад мөн хэмээсэн ариун үзлээр харах ёстой юм шүү.

Зураг 2: Харснаар гэтлэх тарни

Зураг 3: Хүрснээр гэтлэх тарни



Зураг 4: Хүрснээр гэтлэх тарни буюу Мани (УМ МАНИ БАДМЭ ХУМ)



Номын лагшингийн потид (Дармакаяа пова)

Гарчэн Ринбүчийн айлдвар

Эрхэм буяны садангууд минь,

Номын лагшингийн подит (Дармакаяа пова), Төгс Жаргалангийн лагшингийн потид (Самбогакаяа пова), Хувилгаан лагшингийн подит (Нирманакаяа пова) эдгээрийн ялгаа юу вэ гэвээс:

Хэн бээр, өөрийгөө болон бусдыг тус тусд нь боддог үзэл ойлголттой бол Төгс Жаргалангийн лагшингийн болон Хувилгаан лагшингийн подитыг дадуулах нь зүйтэй. Харин юмсын тусгаар бус чанарыг ойлгодог, өөр ба бусад нь сэтгэлийн түвшинд нэг гэдэг үзэл бодолтой хүн бол Номын лагшингийн подитыг дадуулна. Номын лагшингийн потид болбоос маш хүчирхэг арга билээ.

Бид угийн байгаль сэтгэлийг таньснаар үхлийн айдасгүй болно. Цаашид шунал, дургүйцлийн үүлээр түйтгэрлэгдэхгүй болно. Бидний ухамсар үүлнээс дээш гарна гэсэн үг. Сансар ба нирвааны үзэгдэлүүд үүл лугаа адил, тэд хоромхон зуур үзэгдэх хуран цугласан, нөхцөл шалтгаанаар үүсэж арилах мөнх бусын чанартай, задран эвдрэгч субьект юм.

Номын лагшин болбоос огторгуй лугаа адил хувиршгүй. Огторгуй хэзээ ч үүсэхгүй устахгүй, ирэхгүй, одохгүй, үргэлжид байгаагаараа л байна. Энэ л төрөлх мөн чанарыг нэгэн агшинд ч болов харах нь Махамудра юм. Бид бодь сэтгэлээ арвижуулснаар хайр энэрэлийг өвөрлөн хоосон чанарыг таньж, өөр ба бусад гэж тусгаар салангид оршихуй байхгүй гэдгийг мэдэх болно. Өөрт барих буюу би-д барихыг арилгах чадвар бидэнд бий. Энэ л үлэмжийн дээд пова юм.
Сэрэмж мэдэмсэр бол галтай адил: эхэндээ оч төдий байснаа эцэсдээ дүрэлзэн асдаг. Гэсэн ч гал бол хэзээд гал л байдаг. Бид өөртөө угаас байдаггүй агуу дээд сэтгэлийг шинээр үүсгэн бий болгох гэж байгаа юм биш. Жинхэнэ мэдэмсэрийг нэгэн агшинд үзсэн бол түүнийгээ л дадуулах ёстой шүү. Хэзээ мэдэмсэр тасралтгүй тогтвортой болох цагт зовлон гэж угаас үгүй болохыг мэдсэн их баясгалан, амгалангийн төлөвт хүрнэ.

Номын лагшингийн поваг дадуулахын тухайд бид, хамаг амьтад бээр - үнэн чанартаа тусгаар үл оршигч өөр ба бусдыг - тус тусдаа оршин байдаг хэмээсэн салангид хоёрт баригч үзлээр л самууран төөрч байдгийг таньсан - тусгаар хоёрт үл баригч төлөвт л зорьж бясалгах ёстой юм. Та бидний хоёрт үл барих бясалгалын төлвийн хүчээр олон олон амьтад гэтэлсэн, өөрсдийн хоёргүй түгээмэл сэтгэлээ таньсан, зарим нь асрал хайр, энэрэл нигүүлсэхүйн сэтгэлээ өсгөн дэвжээсэн юм. Иймээс л Номын Чанарын подит болбоос үнэхээр их ач тустай юмаа.

Та нэгэнтээ Номын Чанарын подитын дамжлагыг хүртсэн бол өөрөө бие даан бясалгах эрхтэй гэсэн үг.

Энэхүү дадуулгын уншлагыг Нягла Бадам Дүдүл найруулан бичсэн буй.

НЭГЭН ҮЗҮҮРТ СЭТГЭЛИЙН ДАЛАЙ ХЭМЭЭХ ЗУУРДЫН ЕРӨӨЛ ОРШВОЙ

Жигмэ Линба (1729-1798)

Гурван цагийн бурхан бүхний мөн чанар, миний лам их эрдэнэ минь,
Горил хүсэл үгүй намайг нигүүлсэнгүйн тааллаараа болгоогтун.
Би бээр мунхагийн зузаан үүлэнд халхлагдан орчлонд тэргүүлшгүй цагаас
Үйл нисванис, хилэнцийн хүчинд нэрвэгдсээр ирлээ.

Лам багшийг гутаасан, үл ойшоосон хийгээд
Очирт ах, эгч, дүүсэд уур хилэнг төрүүлэн,
Нууц тарнийн тангараг самаяаг доройтуулсан зэрэг элдэв гэмийг үйлдэв би.
Юуг ч эс атгаглан, гэмээ үл нуун өнөөдөр би бээр алдаа эндэл бүхнээ наманчилан үйлдэе!

Урьд өмнө би таны зарлигийг үл тоомсорлож, тэр мэт хилэнц уналаа ч эс ариусгасан ба
Энэ нас минь энэ ертөнцийг орхих цагт тамын зовлонгийн тэсэшгүй галд шатах нь дамжиггүй.
Тэр цагт би бээр хэрхэх билээ дээ?

Эхлэл, төгсгөлгүй эндүүрлийн суурь, тогтуун амгалан дарматагаас
Бүхэн гарсан мунхагийн их мангасын нөхөр болсон төрлийн зуурд (шинай бардо) ургана.
Би бээр эдүгээ чөлөө, учрал бүрдсэн хүний биеийг олоод дээдийн номтой учирчээ.
Сонсох, санах, бясалгахын билиг ухаан төгс шүтээнийг олсон энэ насандаа
Магад гарах санаа, бодь сэтгэл, зургаан брамидын дээд мөрийг анхаарч авахгүй бол хожимдох тун болзоогүй.

Орчлонд тэнүүчлэгч амьтдад нөгчих цагийн зуурд (чихай бардо) хэмээх аюулт цаг бас бий.
Тэр цаг минь ирэхэд сөрөг муу нөхцөлд бус, цаг бусаар бус, хүчээр хорлогдолгүйгээр үхэх минь болтугай.
Ухамсар огторгуйд холилдох үед гэгээн гэрлийг алдалгүй таньж анхны сууриндаа гэтлэх минь болтугай!

Миний урьдын дадуулга, самадийн хүч сулын улмаас тийнхүү гэтлэж эс чадваас,
Ариун бус найман үүдийг хааж ариун нээлхий брахмаг (цанбүг) нээгтүн!
Маш нарийн хийг хөлөглөн ухамсарыг юүлэх хөтөлбөрийг ёсоор нь даган хичээснээр
Видяадара Хажодын ухааныг баригчийн ариун дагшин оронд төрөх минь болтугай!

Тэр мэт бодийн сэтгэлээр подитын ёсыг баримтлан сүнсээ хөтлөж эс чадваас,
Шороон махбод шингэхэд биеэ ч захирч үл дийлэн үе гишүүд минь хөдлөхгүй болно.
Усан махбод шингэхэд ам хамраас шүлс нус урсан гоожино.
Гал махбод шингэхэд ам, хамар, хатаж хорчийно.
Хий махбод шингэхэд амьсгал хүнд ширүүн болж үе гишүүд үлбэгэр сулбагар болно.
Нүд бүрэлзэн, үүл бүрхэх мэт болж харах эртхэн хаагдан, нүдний бөмбөлөг, алим ухархайндаа ширгэнэ.

Тэр цагт утаан үзэгдэл, зэрэглээ, галт хорхой нисэх мэт гялбалзсан оч үзэгдэх
Бас зулын дөл анивчих мэт үзэгдлүүд сэтгэлд минь ургана.
Нарийн таван хий (амь баригч, урвуу арилгагч, тэгш гүйгч, дээш гүйгч, түгээмэл гүйгч хий) хураагдсанаар таван махбод шингэж
Сүнс буюу анхны билгүүний дусал БИНДУ бүрэн тусдаа болж биеэс ангижрах болно.
Таван мэдрэхүйн тийн мэдлүүд сэтгэлийн тийн мэдэлдээ хураагдахад
Энэ амьдралд хорогдох хүсэл шунал миний сэтгэлд бүү төрөх болтугай,
Ачит багшийн захиасыг санаж чадах болтугай!

Судал, хий, дусал гурав нь биеийн бүдүүн хэв шинжит чанараас огоот ангижрахын цагт
Маш нарийн түвшинд ухамсар эцэсдээ хураагдан
Үзэгдэл, түгмэл, чухал олохуйн гурван сэтгэлд дараалчлан шингэх болно.

Эцгээс олсон цагаан дусал доош буухын цагт
Хүсэл шуналын шинжит дөчин атгаг бодлууд зогсон
Хамт төрсөн сэтгэл болох сүнс буюу ухамсар үзэгдлийн мөн чанарт шингэнэ.
Тэр цагт намрын тунгалаг огторгуйд сарны гэрэл тодорхойяа гийх мэт цагаан үзэгдэл ургахуйд түүнийг
Миний өөрийн сэтгэлийн мөн чанар цагаан мөрийн үзэгдэл хэмээн таних болтугай!

Эхээс олсон улаан дусал дээш хөөрөхийн цагт
Уурын мөн чанарын ёзоор гучин гурван атгаг бодлууд хаагдан
Үзэгдлийн мөн чанар түгмэлийн мөн чанарт шингэнэ.
Тэр цагийн шинж нь тооноор нарны туяа цацрах мэт улаан үзэгдэл ургахуйд түүнийг
Миний өөрийн сэтгэлийн мөн чанар улаан мөрийн үзэгдэл хэмээн таних болтугай!

Цагаан, улаан хоёр дусал зүрхэнд уулзахын цагт
Мунхагийн харанхуйгаас төрсөн долоон атгаг бодлууд бүрэн хаагдаж
Түгмэлийн чанарын сэтгэл чухал олохуйн мөн чанарт сэтгэлд шингэж,
Намрын түнэр харанхуй шөнө мэт хар үзэгдэл ургаснаар ухаан балартахуй цагт
Дурьдан санахуйн хурц гэрлээр чухал олохуйн гэгээн гэрэлтэй сүлэлдэн
Асар уужим номын агаарт бурханы хутгийг олох минь болтугай!

Хэрэв дурьдал мэдэмсэр сулхан бол ухаан балартсанаар юуг ч санаж эс чадна,
Тэр цагт бүхний суурь номын чанарын агаарт сэрж, үхлийн үеийн тунгалаг тодорхой ба атгаг үгүй тод гэгээн гэрлийг илэрхийеэ онох болтугай!

Тийн номын лагшин Дармакаяад холилдон дотоод уугуул уудмыг барьж эс чадваас
Машид нарийн сэтгэл ба маш нарийн хий эглийн байдал руу буцна.
Чухал олохуйгаас түгмэл, түгмэлээс үзэгдлийн сэтгэл эргэж ургана.
Ийнхүү мөн чанарын зуурдад (чойнид бардо) ормуй.
Тэр цагт би бээр ТЭГЧОД буюу тас цавчих ухаанаар анхны, асар ариун, бүхэнд түгээмэл суурь чанарыг илт таних болтугай!

Тэрхүү суурь чанарын гэгээн гэрэлт үзэгдэл таван өнгөөр солонгорон
Машид гоёмсог магнаг торго дэлгэсэн мэтээр ургах цагт түүнийг,
ТОДГАЛ (алслах буюу нэвтрэн өнгөрөх) бясалгалыг урьд дадуулсанд шүтээд
Үнэн мөн чанаргүй миний л өөрийн тусгал хэмээн ухаарах болтугай!

Тэр даруйдаа номын чанарт арилах минь болтугай!

Хэрэв гэгээн гэрэл замхран одсоноор тэндээс гэтлэж эс чадваас,
Зуун бурхадын үзэгдэл аймшигт дуу чимээ, олон гэрлийг гялбалзуулан ургана.
Арилсан бурхадын лагшин дүрээс цочиж сүрдэн түгших үедээ
Арслангийн чихмэлийг арсланд эндүүрэх мэт өөрийн сэтгэл хэмээн мэдээд
Айдас самууралгүй итгэл төгөлдөр болтугай!

Бясалгалын тав хоногийн туршид таван язгуурын бурхадтай нигуур учрахын цагт
Бурхадын тунгалаг лагшин ба өөрийн гэгээн гэрлийн шүтэн барилдлагаар
Тод гэрлийн ухамсард нийлэн орох минь болтугай!
Тийн орохуйд бурхадын гэрэлт дүрс ч надад шингэснээр
Би бээр эхийнхээ өвөрт асах нялх хүү мэт гэтлэх минь болтугай!

Тэрхүү хослон орохуй нь анхны билгүүнд шингэхүй дор
Гэгээн гэрлийн бөмбөлөг дуслууд (биндү) солонгорон үзэгдэх нь
Дөрвөн билгүүний туяа хамт ургасных агаад түүнийг
Доржсэмбэ бурханы нууц зам мөр хэмээн таниад,
Өөрийн ухааны суурийг тогтоон барих болтугай!

Билэг билгүүн аян зөндөө болох ахуйд:
Бурхадын лагшин, Анхны билгүүн, Их нигүүсэл, Их гэрэл, Хамаг туйлшралаас чөлөөт,
Салангид хоёргүй, Ариун (анхны билгүүний үүд) болон Ариун бус (сансарын үүд) эдгээр
Билгүүний найман их үүд нээгдмүй.

Суурийн их үзэгдэл нь сууриасаа давалгаалж буй бус, харин
Сансар нирвааны орох ба зугтах ухамсарын өөрийнх нь эрчмээр ургаж буй гэдэгт
Санаа хөдөлшгүй хэвээр ахуй болтугай.

Тэндээс, урьд дадуулсан үүсгэлийн зэргийн бясалгалаар
Маш нарийн хий, маш нарийн сэтгэлээр нарийн бие бүтэж,
32 билэг чанар, 80 найраг эгшиг төгөлдөр ядам бурханы лагшинг үзмүй.
Тэр нь ч гэгээрлийн таван гишүүнт эрдмийн биелэл мөн.

Зуурдад Төгс Жаргалангийн Лагшинтай холилдон нийлснээр
Бурханы илбийн лагшинд босох минь болутгай!

Алин тэр цаг дор итгэл сүжигт сэтгэлийг маш гүнзгий төрүүлээд,
Таван дурьдалт баталгаа, зургаан илт мэдэл, үл мартахын хүчийг олоод увидас аньсуудыг тодхон санах болтугай!
Ачит лам багшийн ачийг санан дурдая!
Намайг болгоон, нигүүлслийн таалалдаа дагуулан бариач!
Ядам бурхадаа санан бишрэе!
Нигууpаа үзүүлэн болгоогооч!

Ариун үзэл, төвлөрөл, төрөл авахын нууц увидасуудыг санах минь болтугай!
Урьдын төрлүүд, өөрийн үхэл, ирээдүйн төрлүүдээ ч санах болтугай,
Бусдын санаа бодол, далд үзэгдлүүдийг ч илхэнээ мэдэх болтугай,

Зургаан зүйл амьтны төрөл, орон газруудыг нь үзэн, эрхтэн ариусч рид хувилгаан, илт мэдэлтэй болтугай.
Урьд сонссон тоолшгүй олон номууд сэтгэлд яг түүнчлэнгээр тодорхойяа буух болтугай!

Гэтлэхүйн учигт машид эгзэгтэй энэ л мөчид асар соргог мэдэмсэрээр,
Эс бүтээгдсэн хоосон чанарт анхны цэвэр билгүүнийг нүцгэнээр нь шууд таних болтугай.
Өөрийн уугуул чанарыг таньсныг эцэслэн шийдээд гэтлэхүйд итгэл төгс болтугай!

Товчилбоос, номын чанарын зуурдад ямарваа хязгаар гэж үгүй болой,
Эргэцүүлэн шалгагч эзэн хийгээд эргэцүүлэн шалгах оршихуй хэмээх ч үгүй болой,
Үгүй болой хэмээх бодол санаа ч аян зөндөө арилах болтугай.
Номын чанарын (мөн чанарын) зуурд болбоос гэтлэхгүйн уугуул өлгий мөн.

Тийнхүү идэр залуу хумхын биеийг олоод зөнгөөр оршихуйн уугуул агаараас
Хувилгаан лагшингийн дүрээр эргэн ирж амьтны тусыг агуу ихээр бүтээх болтугай,
Сансарыг ёзооройр нь хооослох болтугай!

Тэнд гэтэлж эс чадаад миний сэтгэлд дахин төрөхийн зуурд (сэрэдви бардо) ургах үед
Миний нарийн ухамсарын зуурдын биенд нэрийн төдий дөрвөн цогц (амсуурга, хуран мэдэл, хуран үйлдэхүй, тийн мэдэхүй),
Эртхэний хуран мэдэл, дүрст биеийн сэтгэлийн авьяас бэлэг бүгд байна.
Тэр үед, өөрийгөө үхсэн болохыг тодорхойяа санах авай.

Тэрхүү гэтлэхүй болон дахин төрөл авахын яг завсарт би бээр салхинд хийсэх өд адил
Машид хөнгөн болоод үйлийн үрийн салхинд өөрийн эрхгүй туугдан
Өрөвдөлтэйяа цаг ирэхэд айдас хүйдэс, алмайран будангуйрах долоо долоо хоногийн
Мөчлөгүүд дараалан үргэлжилж үхлийн дараах энэлэл зовлонгийн
Өтгөн мананд төөрч шинэ төрлийг хайн элдэв зовлонг амсах болмуй.

Тэр цагт Дээдийн баясгалант орон (Омбар Гава буюу Абхирати), Сүр жавхлант
Энхжингийн орон (Дэважин буюу Сухавати), Цог төгөлдөр Бадам давхарласан орон,
Үйл Гүйцсэн орон болон төв дунд нь Машид бадарсан Галан уулын орон эдгээр
Таван арилсан орнууд аяндаа илт үзэгдэх ба би бээр тэр орнуудад
Эргэлзээ үгүйгээр зорчоод гэтлэх минь болтугай!

Хэрэв авшгаар эс боловсрогдон, мэдэмсэрийн хүчээр үнэнийг харж чадаагүй аваас
Дараагийн төрөл авах газрын тус тусын байдал шинжүүд үзэгдэж эхэлнэ.
Тамын орны шатсан хувхай хожуулууд, бирдийн орны утаа манан үзэгдвэл
Хоёулангийнх нь үед толгой минь уруугаа харсан мэт санагдмуй.
Адгуусны орны цус нөж, асурын орны аадар цас тэргүүтэн харагдах ахуйд өөрийгөө хэвтээ хөндлөн байдалтайгаар мэдрэнэ.
Тэнгэр болон хүмүүний орны цагаан үзэгдлийг үзвээс миний толгой өөдөө бие босоо байдлаар санагдах амой.

Хүсэлт тэнгэрийн оронд ч зургаан төрөл орон байх ба тэдгээрийн байдал нь
Мэдрэхүйн таашаал төрүүлэм гайхамшигт эд зүйлс үзэгдэх бөлгөө.
Дүрст тэнгэрийн орны шинж нь машид тааламжит яруу гэрэл,

Дүрсгүй тэнгэрийн орны шинж нь этгээд жигтэй хов хоосон байдал бий болмуй.

Энэ мэт зургаан зүйл амьтны орны алинд төрөл авах тэр газрын шинж тэмдэг нь надад үзэгдэх болму. Ялангуяа, хүний төрөл авах болбоос өөрийн эцэг эх хоёрыг лавтай учрахыг үзээд эс тачаах, эс дургүйцэх хийгээд хиргүй ариун үзлээр харж чадах минь болтугай!

Урьд ачит багш нараас хүртсэн бурхадын гурав дах авшгийн утгыг мэдсэн,
Дөрвөн янзаар төрөл авахуйг ариусгах бясалгалаас төрсөн амслага болон,
Үүсгэлийн зэргээр ариуссаны суурин дээр очирт хөлгөний явдлаар явсан
Эдгээрийн үрд дахин төрөл авахуйг хувилгаан лагшинд урвуулахын хүч надад төрөх болтугай!

Хэрэв авшгаар сэтгэлээ эс боловсруулсан,
Багшийн айлдсан хөтөлбөр зааврыг хэрэгжүүлээгүй,
Тангараг самаяа-г эс сахьсан;
Дөрвөн лагшингийн дөрвөн үрийг эс хольсон;
Гурван үүдээ ядам бурхан, тарни, номын чанарт дадуулаагүй;
Эсвээс ухамсарыг шилжүүлэх увдис аньсанд ижил дасал болоогүй аваас
Хий тэргүүтэн дөрвөн махбодын урвахуйн үйлээр дөрвөн их аймшигт дуу чимээ сонсогдох болно.
Гурван хорын гэмээр гурван аюулт муу заяаны төрөл ч бий болмуй.
Элдэв муу авьяасын гэмээр алуурчин зандалчингууд, ус, гал, зэрлэг араатан гэх мэт
Элдэв аймшигт үзэгдлүүд ургахад Чухаг Дээд Гуравт аврал одуулан
Буяны ёзоор алины хүч, бясалгал, тарни олон тоолсны хүч бүхэн аминд минь орох болтугай!
Чөлөө учрал бүхэн бүрдсэн дээд сайн шүтээн биеийг олох умай тэргүүтэнд ороод,
Урьдын сайн ерөөл, ариуслын хүчээр долоон эрдэм төгссөн дээд сайн төрлийг олох болтугай! (Сайн төрлийн долоон эрдэм: урт нас, эрүүл бие, үзэсгэлэн төгөлдөр, сайн хувьт, дээд язгуур, эд төгөлдөр, ухаан төгөлдөр)

Шүтээний дээд орон ачит багш мину, машид ариун ёс, явдлаар намайг удирдан дагуулан бариач. Ачит багшийн зарлигийг ёсчлон бүтээснээр бидний сэтгэл нийлэн нэг болтугай!

Язгуурыг баригч Бизадара Жигмэ Линба бээр зарлиглан бичив.
Буян болтугай!

(Зуурдын Ерөөлийг Англи хэлнээс орчуулсан Р.Алтантитэм)

САМАНДБАДРЫН ЕРӨӨЛ

Аяа гайхамшиг!
Үзэгдэл сансар ба хорвоо нирваан бүхэн
Үнэндээ нэгэн суурь, хоёр мөр, хоёр үр буй
Үүнийг л ухаарах хийгээд эс ухаарах риди болмуй
Үргэлжийн сайн Самандабадрын ариун ерөөлөөр
Үүссэн бүхэн Дармадатун саруул орд харшид
Үлдэлгүй илтэд туулаад бурхан болох болтугай,

Аливаа бүхний суурь хурж эс үйлдсэн чанар
Аяндаа өөрөө гарсан уужим гууг өгүүлэлтгүй
Арилаагүй сансар, арилсан нирваан хоёул нэргүй
Анхаарч үүнийг л ухаарваас сая бурхан болмуй
Асар мунхагаар амьтан харин сансарт тэнэмуй
Ахуй гурван орчлонгийн хамаг бүх амьтан
Алгасалгүй өгүүшгүй суурь утгаа ухаарах болтугай,

Угаас арилсан чанарт Самандбадра би бээр ч
Уг шалтгаан, нөхцөл нөлөөгүй суурь утга
Угтаа тэр л суурь, өөрөө гарсан ухаан чинь л
Уршигт гадна, доторын хачир, гүжирийн гэм зүүлтгүй
Уймрах мартамхай, будангуй нойр халдагдаагүй
Угаас арилсан цэвэр тул өөрөө үзэгдэх гэм гэж үгүй,

Уугуул чанараар хэвийн ахуй Савасанвидаад
Ужигт гурван сансар аюултай ч айх цочих хэрэггүй
Адармаат сэтгэлийг өдөөгч хүслийн тавд шуналтгүй
Атгаггүй сэтгэл өөрөө гарсан тэр ухаанд
Атгаад барих биет дүрс ба таван хор гэж үгүй,

Аливаа ухааны төрвөлтгүй, тод тал нь
Адил нэг чанартай ч таван билгүүнд салаалмуй
Ариуслын дээд таван билгүүн цагтаа боловсроод
Анхны бурхан таван язгуур болон бүтмүй
Ариун бурхадаас билиг хязгаарт дэлгэрч
Аяндаа дөчин хоёр бурхан гарч сая түгнэ
Таван билгийн хүч улам улам урган дэлгэрсээр
Тагтүн-дүгжүү хэмээх цусан ундаат жар болмуй,

Тиймээс л суурь ухаан үүнд эндүүрлийн хир үгүй
Анхны бурхан миний тавьсан энэ ерөөлөөр
Амьтан бүхэн, гурван орчлонд төрөгсөд болгон
Аяндаа өөрөө гарсан энэ билгийг ухаарч
Агуу их билиг хязгаар хүртлээ тэлэх болтугай,

Хувилгаан бие минь тасралтгүй хувилмуй
Хязгааргүй, зуун гольтоор тасралтгүй түгмой
Хувилгаан бүр номхтголд таарч элдвээр үзэгдмүй
Хамсүм хорвоогийн амьтад таалал ерөөлийн минь хүчээр
Хяслант зургаан зүйлийн төрлөөс салах болтугай,

Эндүүрэхдээ амьтад юун түрүүнд
Энэ суурь чанарыг ухаандаа эс ургуулмуй
Эгнэгт юу ч үл санан харлан дүйрэх чинь л
Эндүүрэлт мунхагийн шалтгаан мөн шүү
Анхаарч засалгүй түүнийг зөнд нь орхисноор
Айдсыг мэдрэх ба бүргэлзээ гармой
Аминч үзэл, хорсол дайсагнал тэнд төрмөй
Авяас зуршил зэргчлэн тэндээс бойжиж
Гаслант сансрын эргэлт сая ёсоор гармуй
Гарцаагүй түүнээс нисваанист сэтгэл дэлгэрч
Гай таригч таван хорын үйл хойшид үл тасармой
Гарцаагүй иймээс амьтны эндүүрэх шалтгаан нь
Гагцхүү дурьдалгүй мунхаг мөний тул
Бурхан миний ерөөлөөр
Бүхний ухаан өөрийгөө таних болтугай,

Хамтаар төрсөн мунхаг сэтгэл
Хайнга дурьдалгүй ухаан мөн
Хотолд нэрийдсэн мунхаг
Өвөр бусдыг хоёрт барина
Хамт төрсөн нэрийтгэл мунхаг хоёр
Хамаг амьтны эндүүрлийн суурь
Бурхан миний ерөөлөөр
Хорвоогийн бүх амьтан
Дурьдалгүйн бүрэнхийг арилж
Салаа ухааны булинарыг тунгааж
Ухааны чанарыг таних болтугай,

Салаа баримтлал эргэлзээ
Өчүүхэн шунал төрөхөд
Өтгөн зузаан авъяас төлжмуй,
Идээ, эдлэл, хувцас, орон ба нөхөд
Элдэв хүслийн тав ба асралт садан
Сэтгэлд таат шунахай хүсэлд энэлэх нь
Эгэл ертөнцийн эндүүрэл мөн бөгөөд
Эргэлзээт салаа барих баримтлах үйлд
Эгнэгт барагдах хязгаар гэж үгүй
Энэлгээт шуналын үр боловсрох цагт
Эргээд хүслээр энэлсэн бирдэд төрөөд
Эцэс төгсгөлгүй өлсөх ундаасах нь аюултай яа,

Бурхан миний ерөөлөөр
Хүслээр шунадаг амьтад
Хүслийн энэлэлийг чанагш үл тэвчин
Хомхой шуналыг янагш үл аван
Ухаанаа дор нь чөлөөлөөд
Ухаандаа эзэн болоод
Хотол ухааны билгийг олох болтугай,

Гадаад юмсын элдэв үзэгдэлд
Аюух сэтгэл багахан төрүүлж
Уурсах авьяасыг дэгжээснээр
Хорсол занал, хорлол, хөнөөл төрмүй
Хорт тэр сэтгэлийн үр боловсрох цагт
Халуун тамын гал үнэхээр зовлонтой
Бурхан миний ерөөлөөр
Буй зургаан зүйл хамаг амьтан
Уршиг тарих уур төрөх цагт
Авч гээлтгүй хэвэнд нь суллаад
Өөрийнхөө ухаанд эзэн болоод
Тод билгийг олох болтугай,

Бардам сэтгэл омог дүүрвээс
Бусадыг тэнсэн муушаамуй
Хатуу тэр омогт сэтгэлээр
Хэзээд өөрийг, өрөөлийг тэмцэлээр зовоомуй
Түүний боловсрох үйлийн үрээр
Тэндээсээ тэнгэрийн егүүдэх зовлонг амсана,

Бурхан миний ерөөлөөр
Бардам сэтгэл амьтанд төрвөл
Бушуу ухаанаа хэвэндээ болгож
Өөрийн ухаанд эзэн болоод
Тэгш чанарыг онох болтугай,

Хоёр баримтлал боожсон авъяасаар
Хотлыг муушааж өөрийг магтах
Тэрслэл, хонзон улам боожсоор
Тэнмцэлдэн алалдах Асурт төрнө
Адгийн тамд аюумшигт үрийг эдэлмой,
Бурхан миний ерөөлөөр
Тэнсэл тэмцлийг төрүүлэгчид
Тэнүүн сэтгэлийг олоод
Өөрийн ухаанд эзэн болоод
Торолтгүй үйлсийн билгийг олох болтугай,

Дурьдалгүй, тэгш, алгасрал гурваар
Бүрэг, будангуй, умартал болмуй
Ухаангүй, залхуу, мунхагаар
Авралгүй адгуусанд тэнэх үртэй,
Бурхан миний ерөөлөөр
Мунхагт живсэн харанхуйд
Тод дурьдалын гэгээ цацарч
Атгагүй билгийг олох болтугай,

Гурван орчлонгийн амьтад
Бүхний суурь бурхан надтай тэнцүү
Дурьдалгүй эндүүрлийн сууринд одож
Утгагүй үйлээр өдгөө явж
Зургаан үйл эндүү зүүд адил
Анхны бурхан мөний тул би
Зургаан зүйлийг хувилгаанаар номохтгоно
Самандабадрын ерөөлөөр
Хоцролгүй хамаг амьтан
Дармадатууд бурхан болох болтугай!

Аяа. Хожмын хүчит Егозаряа эндүүгүй өөрийн ухааныг тод тунгалаг болгож хүчит энэ ерөөлийг талбиснаар сонссон дуулсан амьтан гурван төрөлдөө бурхан болох болтугай. Нар сар хиртэх ба дуу цуурайтах газар хөдлөх ба эс бөгөөс өдөр шөнө солигдох, жил урван юүлэх цагт өөрийгөө Самандабадарт үүсгэн бясалгаад олонд дуулдахаар үүнийг өгүүлвээс гурван орчлонгийн амьтан егүзэр түүний ерөөлөөр зовлонгоос зэргээр гэтэлж эцэстээ бурхан болохыг номловой. Махасандхи Самандабадарын тааллыг нэвт үзүүлсэн тантраас Хүчит ерөөлийг талбиснаар хамаг амьтан бурхан эс болохын арга үгүйг заасан есдүгээр бүлгийг тухайлсан нь энэ бөлгөө.

(Самандбадрын ерөөлийг Төвөд хэлнээс орчуулсан У.Пүрэвсүх)

ДЭВАЖИНГИЙН ОРОНД ТӨРӨХ ЕРӨӨЛ

Насан хутгийг хайрлагч Аюуш Бурханы орон

Гайхамшигт үйлсээр бүгдэд
Үлэмжийн цогийг соёрхогч
Ганцхан дурдсан төдийд ч
Үхлийн эзнийг үргээгч
Тэгш нигүүлслээр амьтдыг
Үр мэт энхрийлэгч
Тэнгэр хүмүүний багш
Цаглашгүй настад мөргөе
Энэрэлт бурхан багш
Олон зуун удаа
Эрхэмсэг дээд орны
Охь манлайд өргөмжилсөн
Энхжингийн оронд төрөхийн
Эл хэдэн ерөөлийг
Элбэрэл журмын сэтгэлээр
Эвлүүлж холбон өгүүлье.
Авах, гээхийн учгийг
Мунхгийн манангаар халхалсан,
Амар заяаны амийг
Хорслын мэсээр хөнөөсөн,
Аюулт орчлонгийн гянданд
Шуналын цалмаар хүлэгдсэн,
Ахуй сансрын далайд
Үйлийн усаар автсан,
Өтлөх, өвдөх зовлонгийн
Түмэн давалгаанд нэрвүүлж,
Өршөөлгүй үхлийн матарт
Ахин дахин залгиулсаар
Өөд харшгүй зовлонгийн
Гачлант үүрэгт дарагдсан
Өмгөөлөх эзэнгүй би
Гаслан цурхиран дуудъя.
Эгээрэл хүслийг минь бүтээх
Итгэл найдвараа болгож
Энэлсэн амьтдыг аврагч
Мөнхийн гэрэлт Аминдаваа (Амитаба)
Эрх хүчин төгс
Үлэмжийн чанарт Арьяабал
Энэрэгч та бүхэндээ
Бишрэн залбирах аваас
Үй түмэн галавт
Хөөрхий биднийг тухайлж
Үлэмж хайраа ундраасан
Тангараг юугаа марталгүй

Жигүүртний хаан хангарьд
Тэнгэр огторгуйд дүүлэх шиг
Жигт хувилгаан хүчээр
Энд морилж хайрла!

Нас эцэслэх цаг минь тохиоход, өөрийн болоод бусдын өнгөрсөн, одоо, ирээдүйн сайн үйлс буян бүхний нэгдмэл хүчээр би ууган хоёр шавь тэргүүтэн ариун нөхдөөрөө хүрээлүүлсэн Аминдаваа (Амитаба) бурханыг ил тод үзэх болтугай.
Аяа, тэр цагт авралт тэднийг үзмэгц чин зүрхний сүсэг минь ундарснаар нажид зовлонг биеэр эдлэлгүй, ариун дэважинг сэтгэлдээ марталгүй амар тайван нөгчих болтугай.
Нас нөгчсөн даруйд найман их бодисадва хувилгаан шидээр залран ирж, Энхжингийн оронд хөтөч болон хүргэх болтугай. Энх мэндийн тэр оронд эрдэнийн лянхуа цэцгээс их хөлгөнийг дээдлэгч оюун билигтэн болон мэндлэх болтугай.
Мэндэлсэн даруйдаа тарни бясалгал, энэрэл хайр, суу заль төгөлдөр эрдмийн яндашгүй баян санг эзэмшиж, агуу их Аминдаваа тэргүүтэн арван зүгийн гэгээн бурхад, бодисадва нарыг баясган, их хөлгөний сургааль бошгыг хүртэх болтугай.
Тэр бүх сургааль номын утгыг зүй ёсоор ухаарч, агшин зуурт тоо томшгүй ертөнцөд хувилгаан хүчээр зорчин, бодь сэтгэлтний гайхамшигт замналыг гүйцэтгэх болтугай.
Ариун дагшин оронд мэндэлсэн ч тэсгэлгүй энэрэл нигүүлсэлдээ хөтлөгдөн, хувилгаан билгээр энэлэнгээт зовлонт орнуудад очиж, амьтан бүхэнд тус тусын ойлгох хэлээр нь буян номыг сэнхрүүлж, Бурхан багшийн баясгалан болсон гэгээрлийн замд оруулах болтугай.
Тэр бүх ялгуун үйлсийг даруй биелүүлэх үүднээс хязгааргүй олон амьтны тусын тулд төгс гэгээрсэн бурханы хутгийг түргэн зуур олох болтугай.
Үхэх цаг минь нэгэнт болбол
Үлэмж нөхдөө дагуулсан Аминдаваа
Үзэх нүдийг минь гийгүүлэн тодорч,
Өршөөл сүсгээр сэтгэлийг минь бялхааг.
Илбэ зуурдын үзэгдэл ургахад
Итгэлт найман бодисатва газарчилснаар,
Энхжинд мэндлээд хувилгаан хүчээр
Энэлэнт ертөнцийн амьтдыг аваръя.
Төгс дээд гэгээрэлд хүрч амжаагүй төрөл тутамдаа ч ариун сургаал номыг судалж эзэмших чөлөө учрал бүрдсэн сайн төрлийг олох болтугай.
Тэр төрөл нь өндөр язгууртны долоон зүйл өлзий буян төгөлдөр болтугай.
Орчил тутамд урьд төрлөө учирлан санах насан хутгийн зөн билгийг олох болтугай.
Төрөл бүртээ сансрын хүлээсний шимгүй хоосон чанарыг ухаарч, гэгээрлийн эрх чөлөө, баяр бахдалд сэтгэл булаагдан тэмүүлж, Бурхан багшийн замнал ёсоор эгэл амьдралаас татгалзан хувраг болох болтугай. Эрхэм номын амьдралд орсон үедээ сахил журмыг өчүүхэн ч хиртээлгүй, төгс төгөлдөр мөрдсөнөөр гэгээрэлд хүрсэн Минтүгба гэлэн мэт болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа төөрөгдөл, гэгээрлийн жам ёсыг угт нь тултал ухуулагч ном судрын үг, утга бүгдийг марталгүй тогтоох гайхамшигт ой билгийг олох болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа баатарлаг тэргүүтэн бясалгалын эрдэм, бодит нүд тэргүүтэн үзэхүйн увидас, хувилгаан билиг тэргүүтэн зөн билгийн чадавхийг эзэмших болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа зөв, бурууг өөрийн хүчээр ялгаж чадах үлэмжийн билгийг олох болтугай. Сансар, нирвааны маш нарийн хувь хэсгийг ч хольж хутгалгүй ялган таних тод билгийг олох болтугай. Оюож мэдээгүй буюу, буруу мэдсэн, эргэлзэж тээнэгэлзсэн санаа

төрсөн даруйд тэр бүхнийг няцааж чадах түргэн билгүүнийг олох болтугай.Бусдын үзэл бодлоор шалгуур хийлгүй Бурхан багшийн сургааль номын үг, утганд торолтгүй нэвтрэх гүн билгүүнийг олох болтугай.
Товчдоо, буруу цалгар оюун санааны бохирдлоос ангид оюун билгээр ариун сургаалын үг, утгыг нээн мэдсэнээр уран аргат суу билгийн үүднээс бодь сэтгэлтний замнал бүхний туйлд хүрсэн Богд Манзушри мэт болтугай.
Тэр мэтчилэн үлэмж, тод, түргэн, гүн билгүүнийг төвөггүй олсноор хувьтныг дагуулж, хуурамч номлогчдыг няцаан, хурц мэргэдийг баясгахын үндэс, ариун сургаальд тулгуурласан номлогч, тэмцэгч, туурвигч цэц мэргэний туйлд хүрэх болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа хувиа бодогч явцуу сэтгэлийг огоорч, бодь сэтгэлтний их үйлсээс хойргоших буюу шантрах санаа бүхнийг таягдан хаяж, бусдын төлөө чин зоригт, уран аргат энэрэл нигүүлслийн үүднээс бодь сэтгэлтний замнал бүхний туйлд хүрсэн богд Арьяабал мэт болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа өөрийн болооод бусдын сайн сайхныг бүтээхдээ шулмын хүчин, тэрс үзэлтэн бүгдийг няцааж, уран аргат чадлын үүднээс бодь сэтгэлтний замнал бүхний туйлд хүрсэн богд Очирваань мэт болтугай.
Төрөл тутамдаа залхуугүй хичээл зүтгэлээр гэгээрлийн замаар замнахдаа би анх бодь сэтгэл өвөрлөсөн цагаас агшин зуур ч зорилгоо умарталгүй, агуу их хичээнгүйн үүднээс төгс гэгээрэлд хүрсэн ханьцашгүй Шагжа омгийн хаан Шагжаан чадагч Бурхан багш мэт болтугай.
Төрөл тутамдаа бодь хутгийг бүтээхэд саад болох бие, сэтгэлийн өвчин энэлгээ бүхнийг дараад, алдрыг нь өгүүлсэн төдийд бие, хэл, сэтгэлийн зовиур бүхнийг анагааж чадах оточ Манал бурхан мэт болтугай.
Бас, төрөл тутамдаа аль хүссэн чинээгээр насалж, алдрыг нь дуудсан төдийд цаг бус үхлийн аюул бүгдийг даран чадах Цаглашгүй наст Аминдаваа бурхан мэт болтугай.
Насан хутагт минь элдэв зэтгэр тохиох цагт Цаглашгүй наст бурхан дөрвөн үйлсийн аль зохиох гэгээн дүрээ үзүүлэхүйеэ үзсэн даруйд амь насны тотгор амирлах болтугай. Учир тохиолд нийцүүлж ямарваа дүр үзүүлэвч түүнийг Аминдаваа бурхан мөн гэдгийг танин, чин үнэнчээр сүсэглэсний буянаар төрөл тутамд Аминдаваа бурхан миний багш болон учрах болтугай.
Бас, төрөл тутамд минь амьдрал, гэгээрлийн сайн сайхны ундрага болсон их хөлгөний эрдэмт багш намайг таалал баяслаар удирдан залах болтугай. Ивээлт багшийхаа залуур дор итгэл бишрэл урвалтгүй байж, үйл үйлдэл бүхнээрээ би баясгах болтугай. Таалалд нь нийцэхгүй үйлийг агшин зуур ч бүү үйлдэг.
Багш минь надад ариун номын охь шим бүхнийг дутаалгүй еэ хайрлах болтугай. Тэр бүгдийг утга чанарт нэвтэрч, оюун сэтгэлдээ хоногшуулснаар төгс төгөлдөр болтугай. Буруу номлогч, уруу татагчдын ятгалга нөлөөнд агшин зуур ч бүү автаг.
Төрөл тутамдаа үйлийн үрд итгэх итгэл, орчлонгийн хүлээснээс ангижрах эрмэлзэл, бодь сэтгэл, үнэн үзэл бүхнийг ой тойндоо шингээснээр шамдалгүй үргэлж санаж сэрэх болтугай.
Төрөл тутамд бие, хэл, сэтгэлээр үйлдсэн миний буян бүхэн бусдын тусыг цаглашгүй бүтээж, бурханлаг чанараа нээхийн үндэс болтугай.
Хэзээ гэгээрэх хүртлээ би
Гэгээн буянт төрлийг олоод,
Урьд насаа санан дурсч,
Номын амьдралаар амьдрах болтугай.
Тогтоол бясалгал, зөн билиг,
Ид шидийн эрдэм тоолшгүй,

Ухаан, хайр, чадал эгнэшгүй
Ариуслын туйлд хүрэх болтугай.
Цаг бусын үхэл ёрловол
Цаглашгүй наст бурханыг үзээд,
Үхэл эрлэгийн омгийг дарж,
Үхэлгүй хутгийг түргэн олог.
Итгэл Аминдаваа төрөл тутамд
Их хөлгөний багш минь болсноор
Бурханы заасан буянт замаас
Нэгэн агшин ч няцалгүй явтугай.
Буурай амьтдыг хөсөр орхисон
Аминч сэтгэлийг хэзээд цээрлэж,
Будилж төөрөлгүй уран аргаар
Бусдад туслахыг зорилго болгоё.
Аюулт бэрх үйлийн үртнүүд
Алдар нэрийг минь дурдсан төдийд
Амар жимэр золыг олж,
Ариуслын шатаар өгсөх болтугай.
Үлэмж сэтгэлтний үйлс замналаас
Үлгэр жишээлсэн энэ ерөөлөөр
Бурханы хүүгийн зам саадгүй,
Буян өлзий сэтгэлчлэн бүтэг.
Шагжаамүни, Аминдаваа, Майдар, Манзушри,
Очирваань, Арьяабал бурхад бодисатва нарын
Ивээл, барилдлага үнэний хүчээр
Эдгээр ерөөл түргэн биелэг.

(Дэважингийн ерөөлийг “Агнистийн гэгээ” цувралаас)

Дэважинд төрөх ерөөлийн хураангуй

Аяа гайхамшиг!

Өгүүлшгүй еэ гайхамшигт хязгааргүй гэрэлт бурхан ба

Өрнөө Богд их нигүүлсэгч Жанрайсиг хийгээд

Дорноо их хүчийг ологч Очирваани тэргүүтэн

Дээдийн бурхад бодьсадва нар тойрон хүрээлсэн

Энх амгалангаар жаргах сэтгэшгүй гайхамшигт

Энхжин хэмээх орон ертөнцөд

Эх болсон хамаг амьтан хэн бээр ч эндээс насан егүүтэх даруйдаа

Элдэв төрөлд төөрөн сааталгүйгээр

Хязгааргүй гэрэлт бурханы нүүрийг үзэх болтугай!

Энэхүү талбисан эрхэм сайн ерөөл минь

Элдэв саадгүйгээр түргэн бүтэхэд

Арван зүгийн хамаг бурхад бодьсадва нар адислан соёрхо оо!

Датяата бэнза дэеэ ава бода наеэ суха

(Орчуулсан П.Бадрал)

ЖАНЧУБ СЭМЧОГ РИНБҮЧЭ
МАЖЭЙ БАНАМ ЖЭЙ ЖҮРЧИГ
ЖЭЙБА НЯМБА МЭДБАР ЯН
ГОНЭ ГОНДҮ ПЭЛБАР ШОГ

ЭРДЭНИЙН ДЭЭД БОДИЙН СЭТГЭЛ
ТӨРӨӨГҮЙ НЭГЭНД ТӨРӨХ БОЛТУГАЙ,
ТӨРСӨН НЭГЭНД ЭС ДОРОЙТОЖ
УЛАМ ДЭЭШ АРВИДАХ БОЛТУГАЙ!