*Ханбрүл Ринбүчи*

**Зүрхийг Гэгээрүүлэгч**

*хэмээх судар оршвой*

**ГАДААД БЭЛТГЭЛИЙН ЗЭРЭГ**

***1. Хэл Адислах***

*Улаан өнгийн РАМ үсэг хэлэн дээрээ байгаагаар төсөөлөн доорхи тарнийг уншихад РАМ үсэг улайссан төмөр мэт гэрэлтэн эгэлийн хэл ярианы сөрөг бүхнийг ариусгаж байна хэмээн төсөөлнө.*

**УМ А АА И ИИ У УУ РИ РИИ ЛИ ЛИИ Э ЭЭ О ОЙ АМ АА СУ ХА**

**КА КХА ГА ГХА НГА | ЦА ЧА ЗА ЖА НЯА | ТА ТХА ДА ДХА НА |**

**ТА ТХА ДА ДХА НА | ПА ПХА БА БХА МА | ЯА РА ЛА ВА ША |**

**ША СА ХА КША | СУ ХА**

*\Эдгээр үсгүүдийг хүссэний хирээр олонтаа давтана.\*

***2. Сэтгэлээ Ариусгах***

*Хэсэг зуур азнан байж бүхий л юмс үзэгдэл хоосон мөн чанартайг өөртөө сануулна. Тэд таны бодож байгаа шигээр өөрөөсөө бүтэж оршдоггүй билээ. Энэхүү ухамсартайгаар бүхий л үзэгдлийг хоосонд нь буцааж уусгаад чадвал Базарсадын зуун үсэгт тарнийг чадахгүй бол богино тарнийг чадахын хирээр олонтаа давтан уншина.*

**УМ БАЗАРСАДУ ХУМ**

***3****.* ***Багшаа Холоос Дуудах***

*Тохьтой байдлаар сууж бишрэнгүй сэтгэлээр өөрийн энэ амьдралдаа дадлага бясалгал хийх боломж олгосонд багшдаа хязгааргүй талархах сэтгэлийг үүсгэнэ. Тэгээд дараах үгсийн утгыг дотроо тунгаан, чадвал дүрслэл үүсгэн байж ийнхүү уншина:*

Авралын дээд ачит багш та анхааран сонсож ажаамуу, би бээр танд өөрийг өргөмүү,

Өөрийн энэ гуйвшгүй итгэл бишрэлээ ч өргөмүү,

Энэрэлт Багшаа, миний гэх болгон би өөрөө хүртэл цөм таных болой.

Бишрэх сэтгэлийн минь голт зүрхнээ орших лянхуа цэцгэн суудалд машид заларсан сүр төгөлдөр, хязгааргүй энэрэлт лам багш та хамаг чөлөөлөгч нарын биелэл буюу. Цэвэр тунгалаг гол судлаар минь өгсөж зулай дээр минь солонгон гэрлээр хүрээлүүлэн заларна уу. Бурханлагийн шинж найргууд бүрэн бүрдсэн таны лагшин машид баясгалантай агаад гэрэл цацруулан, таны мэргэн зарлиг эргэлзээний хар үүлсийг хөөн зайлуулах хийгээд таны ариун таалал саруул билгүүн, энэрэл хайраар ямагт дүүрэн буюу, Таныгаа би ийнхүү залж мөргөмүү. Итгэл бишрэлт шавь намайгаа энэхэн хоромд адислан соёрх.

Үйлийн эрхээр сансарт хүлэгдээд муу авьяасаар эзэмдүүлэн азгүй хувь тавилан эдэлж байнам. Би бээр таван хорыг залгин төржээ. Энэхүү төгсгөлгүй хуурмаг заяаг хувирган язгуурын мөн чанараа энэхэн хоромд илрүүлэх болоосой.

Язгуур хийгээд дамжлагын лам нар дор мөргөмүү

Хүслийг гүйцээгч урсгал дор мөргөмүү

Ариун урсгалын дамжуулгыг адислаж хайрла

Адислал бүхэн зүрхэнд минь шингэх болтугай

Зүрх сэтгэлд хурсан харанхуйг зайлуулан соёрх

Мэдлэг ухамсар минь ариун Ном лугаа хамт орших болтугай

Бясалгал дадлага минь зорьсон үйлсдээ батжих болтугай

Замд тохиолдох бэрхшээл бүхэн амирлах болтугай

Төөрөгдөл бүхэн язгуурын билиг билгүүнээр солигдох болтугай.

*\Багшаа бишрэн дээдлэх сэтгэлээ мэдрэн хэдэн хором чимээгүй бясалгана.\*

***4. Огоорлын Дөрвөн Сэтгэлийг Тунгаах***

**Үйлийн Үрийн Шалтгаан ба Үр Дагавар**

Хорвоо ертөнц дөрвөн махбодоос ургах хийгээд сарних лугаа үйлийн үрийн шалтгаан ба нөхцлүүд бүхнийг захирдаг болой. Би өөрийн жаргал хийгээд зовлонгийн шалтгааныг бүтээдэг ажээ. Зөв зүйтэй алхмыг би сонгодог ч болоосой.

**Сансарт Эргэлдэн Оршихын Уршиг**

Ядрахаа мэдэхгүй бал цуглуулах зөгий, зулын галд татагдах эрвээхэй эсвэл өөшийг яаран залгих загас адил хор нь эм мэт үзэгдэх хорвоогийн жаргал гэдэг зовлонгийн далайд биднийг живүүлдэг болой. Хорвоог би хурдхан  шиг огоорох юмсан.

**Эрдэнэт Хүний Төрлийг Олохын Эрхэм**

Эрдэнэт хүний заяаг олох даанч амаргүй бөгөөд зүрх сэтгэлдээ үүнийг ухаарваас үүрдийн жаргалыг олох болой. Харин дэмий үрж дуусгавал ховор боломж устаж үгүй болох. Энэхүү эрдэнийн шимийг амсах үйлсэд хичээл зүтгэлээр зорих юмсан.

**Үхэл Хэзээ Ирэх Тодорхойгүй**

Салхинд ганхсан лааны дөл мэт хүний амьдрал даанч хэврэг. Үхэл хэзээ ирэх нь огтоос тодорхойгүй агаад түүнд хүргэх шалтгаан дэндүү олон билээ. Аврагдана гэх баталгаа хаа ч үгүй. Тийм учраас би Номыг авлага болгон дадуулах үйлсээ яав ч хойш нь тавьж болохгүй, яг одоо эхлэх хэрэгтэй.

*\Хорвоог огоорсныхоо дараагаар бид гэгээрэлд хүрэхээр зорих болно. Энэ түвшинд бид ганцаараа явах бололцоогүй билээ. Тиймээс бид аврал одуулна. Өөрийгөө эхлээд чөлөөлөхийн тулд аврал одуулах гэж юу болохыг сайтар тунгаан бодож Бурханы Номоос салалгүй төгс барилдлагатай байж зүүднээсээ сэрэхийн тулд яах хэрэгтэйгээ бодон хэдэн минут бясалгаарай.\*

**ДОТООД БЭЛТГЭЛИЙН ЗЭРЭГ**

**\1\ *Гадаад Гурван Эрдэнэ***

*Эхлээд бид буяны хотол чуулганыг уламжлал ёсоор дотроо төсөөлөн доорхи мөрүүдийг уншихдаа Бурханы чанаруудыг сэтгэлдээ сэргээн санана:*

Замыг заагч, төөрөгдлийг арилгагч, дайснаа дарагч, сэрсэн нэгэн дор авралыг одуулмуй. Өөрийн хяналтгүй төрөл аван үхэх, өвдөх, өтлөх хийгээд үхэхийн зовлонг эцэс төгсгөлгүй эдлэх энэхүү сансрын хүрднээс намайг аварч хайрла.

*Одоо Номын чанарыг дотроо ухамсарлах  зууртаа:*

Хоёр үнэний мөн чанараар амьтныг чөлөөлөгч Ном дор авралыг одуулмуй. Ариун номын их далайгаас амсан сэрүүцэж сэтгэлээ захиран номхотгоход минь тусалж хайрла.

*Хутагт Хуврагуудын чанарыг дотроо дүрсэлж гүйцмэгцээ:*

Үнэнийг ухамсарлагч аугаа чөлөөлөгч, ариун Номыг даган баригч буяны садан Аръяа Хуврагууд дор авралыг одуулмуй. Итгэл, бишрэл, зүтгэл, анхаарал, хайр, энэрэл, төвлөрөл хийгээд билиг оюуныг хөгжүүлэхэд минь тусалж хайрла.

***\2\ Дотоод Гурван Эрдэнэ***

*Эхлээд бидний болор тунгалаг мөн чанарын маань илэрхийлэл Лам Багшаа бодон:*

Гэгээрсэн бүхний биелэл цог төгөлдөр Лам багшдаа итгэлийг одуулмуй. Нууц Тарнийн сургаалыг ухамсарлахад минь надад тусалж хайрла.

*Дараа нь бидний Ядмын төлөөлөл Цагийн хүрдэнд мөргөж:*

Бүхий л Ядам Бурхадын биелэл Цагийн хүрдэн дор итгэлийг одуулмуй. Очирт хөлгөний гүнзгий замын хоёр шимийг надад хүртээж хайрла.

*Дараа нь биднийг дадлага бясалгалд урамшуулагч амирлангуй хүчний төлөөллийг дотроо санан байж:*

Кэчари орны охин тэнгэрүүд, огторгуйгаар аялагч тарнийн аймгийхан, бүхий л ханд дагинас нарт итгэлийг одуулмуй. Хэмжээлшгүй нууцын ухамсарлахуйд нэвтрэхэд тусалж хань нөхөд болох ажаамуу.

*Одоо биднийг төөрөгдлөөс маань хамгаалах догшин хүчийг төлөөлүүлж:*

Үнэн Номын Сахиус Хилэнтний чуулган дор итгэл одуулмуй. Гадаад хийгээд дотоод бүхий л төөрөгдлийг арилгаж хайрла.

***\3\ Нууц Гурван Эрдэнэ***

*Судланд аврал одуулахдаа тэдгээрийг гол судланд хурааснаар бүхий л бодлуудын цаана гарна гэсэн үг болохыг санан байж:*

Нарийн биений 72,000 судалнууд дор итгэлийг одуулмуй. Бурханы хувилгаан лагшин тэд болохыг ухамсарлаж хувиргахад минь надад тусалж хайрла.

*Дараа нь хийнүүддээ мөргөл үйлдэхдээ тэдгээрийн гүйдлийг зогсоон үзэгдлээс зуурах муу авьяас, зуршилт үйлийн барилдлагуудыг тасдана хэмээн санан байж:*

Нарийн биений 72,000 хийнүүд дор итгэлийг одуулмуй. Бурханы төгс жаргалангийн лагшин тэд болохыг ухамсарлаж хувиргахад минь надад тусалж хайрла.

*Эцэст нь, дусалнууддаа мөргөхдөө бүх дусалнуудаа нэгэн цэгт хурааж хоёрдмол үзлийг тасдан цаглашгүй ахуйн хоёргүй төлөвтөө саатна хэмээн санаж:*

Нарийн биений улаан хийгээд цагаан 72,000 дусалнууд дор итгэлийг одуулмуй. Бурханы үнэн Номын лагшин тэд болохыг ухамсарлаж хувиргахад минь надад тусалж хайрла.

*\Энэ гурван түвшний итгэл одуулах залбирлыг нэг юмуу гурван удаа уншина. Аврал одуулалтыг гол дадлагаа болгож байх үед чадахын хирээр олонтаа уншиаарай.\*

Лам, Ядам, Бурхан, Ном, Хувраг, Дагинас, Номын Сахиус нугуд дор мөргөмүү, намайг адислан соёрх.

*Хотол чуулганыхан бүгд гэрэлд уусан би хийгээд хамаг амьтанд баясангуйгаар шингэж ороход сэтгэлийн унаган төлөвтөө би тэгш агуулан удаанаар саатан орших болтугай.*

**БОДЬ СЭТГЭЛ ҮҮСГЭХ**

*Одоо Их Хөлгөний өвөрмөц гүнзгий дадлагад орох болно. Хэрвээ та буяны хотол чуулганаа сэтгэлдээ дүрсэлсээр байгаа бол шууд үргэлжлүүлнэ. Тиймгүй бол хотол чуулганы Бурхад бодьсадва нарыг дахин төсөөлөлдөө үүсгэн залаад өөрийн амь биеийг үл хайрлах болзол үгүй бодийн сэтгэлийг төрүүлэх дадлагадаа орно.*

**\1\ Цаглашгүй Дөрвөн Сэтгэл**

Хамаг амьтан он цаг орон зайн туршид миний хайрт эцэг эх, үр хүүхэд, хань нөхөр болон найз нөхөд явлаа. Тэд намайг энхрийлэн асарч халамжлан энэрч ирсэн, би тэдэнд өртэй хүн билээ. Тэд маань жаргалыг ээнэгшин хүсэвч жаргалын шалтгааныг хэрхэн бүтээхээ мэдэхгүй, зовлон хийгээд тааламжгүй үр дагаварт хүргэх шалтгааныг л бүтээх юм даа. Тэд маань зовлонгоос зайлсхийвч зовлонгийн шалтгааныг хэрхэн орхихоо мэдэхгүй, тэдний зүтгэл зүрхний угийн мөрөөдөлтэй нь даанч зөрчилдөх юм даа. Хамаг амьтныг гэх хязгааргүй нигүүсэх сэтгэлийн надад төрүүлж хайрла.

Миний хайрт хамаг амьтан жаргалан хийгээд түүний шалтгаан лугаа төгөлдөр болтугай

Миний хайрт хамаг амьтан зовлон хийгээд түүний шалтгаанаас эгнэгт хагацах болтугай

Миний хайрт хамаг амьтан зовлонгүй амгалан лугаа хэзээд бүү хагацах болтугай.

Миний хайрт хамаг амьтан шунал хорсол хийгээд алагчлал үгүй тэгш сэтгэлээр орших болтугай.

**\2\ Хариу Үл Хүсэх Бодийн Дээд Сэтгэл**

Эх болсон зургаан зүйл хамаг амьтан, миний хайртай хүмүүс, найз нөхөд, надад хор хүргэсэн болон миний танихгүй бүх хүмүүс цөмөөрөө Бурханы хутагийг олох болтугай. Тэднийг чөлөөлөх үүргийг би өөртөө хүлээн авч, үүнд хүрэх цорын ганц зам бол би өөрөө эхлээд сэрж, хэмжээ хязгааргүй, юутай ч эгнэшгүй ариун, амь бие үл хайрлах бодь сэтгэлийг төрүүлэх хэрэгтэйг ухааран, зургаан бараамид хийгээд дөрвөн төрлийн өглөгийг төгөлдөржүүлсүгэй. Үүний тусын тулд би бээр хамгаас чухаг дээдийн Очирт Хөлгөний замын чадварлаг болоод гүнзгий оньс түлхүүр болсон зааварчилгаанууд дээр төгс төвлөрөн бясалгасугай.

*\Үүнийг чадахын хирээр олонтаа уншина.\*

Хамаг амьтны тусын тулд төгс гэгээрсэн Бурханы хутагт хүрэх хүртлээ Очирт хөлгөний гүнзгий замыг авлага болгон дадуулсугай.

*\Үүнийг чадахын хирээр олон давтана.\*

*Буяны хотол чуулганыхан бүгд “сайн байна” гэж хэлэх мэт баясангуйгаар гэрэлд хайлаад дараа нь надад уусан шингэлээ.*

*\Хэдхэн хором ч болсон нигүүсэл энэрлийг өөртөө төрүүлж чадсандаа баясаж тэр байдлаа хадгалан нэг хэсэгтээ чимээгүй сууна.\*

*Дараа нь зориулга ерөөлөөр төгсгөнө.*

Бодийн дээд эрдэнийн сэтгэл төрөөгүй нэгэнд нь төрөх болтугай

Төрсөн нэгэнд нь эс доройтож  улам бүр өөдөө арвидах болтугай.

Энэ буяны шимээр хамаг амьтан буян хишиг саруул оюуны чинадад хүрч

Бурханы хоёр лагшинг олох болтугай.

**БАЗАРСАДЫН АРИУСГАЛ**

***|1\ Дүрслэл***

**УМ СУМБАВА ШУДДА САРВА ДАРМА СУМБАВА ШУДДО ХУМ**

Намайг оролцуулаад бүх оршихуй хоосон чанарын үнэн төлөвтөө урвалаа.

*\Бодолгүйн төлөвтөө хэдэн минут саатан сууна.\*

Нөхцөлт оршихуйн үнэн мөн чанар бол би-үгүй агаад бодол-үгүй ажгуу. Энэхүү сэтгэлийн төлөвтөө удаанаар саатан оршоод нэгэн үзүүрт төвлөрлөөр ариусгалыг бясалган Дүрст лагшин олохын буяныг хураах болтугай.

*Өөрийгөө эгэл нэгнээр харах зуурт миний зулай дээр ПАМ үсэг гарч үзэгдэн найман дэлбээт цагаан лянхуа болон хувирна. Түүний дээр А үсэг тодорсноо тэргэл саран дэвсгэр болон хувирлаа.*

*Саран дэвсгэрийн голд ХУМ үсэг гарч ирснээ таван талт цагаан очир болон хувирахад түүний голд мөн ХУМ үсэг тодорч үзэгдэнэ.*

*ХУМ үсэгнээс гэрэл цацарч гариг эрхэсийг тэр чигээр нь гийгүүлээд Аръяа бодьгалуудад хэмжээлшгүй тахилыг өргөлөө.*

*Гэрэл тэгснээ сансар орчлонг гийгүүлэн амьтны хамаг хилэнц нүглийг ариусгаад эргэн ХУМ үсгэнд уусан шингэлээ.*

*\Хэдэн хором саатна.\*

*Энэхүү дээдийн тахил хийгээд ариусгалын хүчээр ХУМ үсэг хослон гэгээрсэн Базарсадын дүрд хувирлаа.*

*Базарсадын лагшин цагаан, нэгэн нигур хоёр мутартай, баруун мутартаа очир зүүн мутартаа хонх барьжээ. Тэрбээр илбийн хос Важратопа лугаа эвцэлдэн хослон орохуйн Яб Юмын байдалтай сууна.*

*Важратопа лагшин цагаан бөгөөд махир хутга баруун мутартаа, гавал аяга зүүн мутартаа барьжээ. Тэд хоёулаа ясан болон эрдэнийн гоёл чимэгтэй бөгөөд өлмийгөө зөрүүлэн очир-лянхуа завилгаагаар суусан үзэгдэнэ. Хувиршгүй амгалан эцэг эхийн зүрхнээ нэвт шингэсэн үзэгдэнэ.*

*Тэдний духанд УМ*

*Тэдний хоолойд А*

*Тэдний зүрхэнд ХУМ*

*Тэдний хүйсэнд ХО үсэг тус тус тодорлоо.*

*Зүрхэн дэх ХУМ үсэгнээс арван зүгтээ гэрэл цацрахад Бурхад Бодьсадва нарын ариусгалын хүчит цагаан рашаан болон буцаж хураагдана. Рашаан Базарсад Яб-Юмын салшгүй нэгэн хэсэг болон хувирвай.*

*\Өөрийгөө дахин эгэл төрхтэй болсноор харж доорхи наманчиллыг уншина.\*

**ЖА ХУМ ВАМ ХО**

***\2\ Урьдын Бүх Хилэнцээ Наманчилах***

Төөрөгдлийг арилгагч, Базарсад Бурхан минь ээ, төрөл тэргүүлшгүй цагаас авахуулаад хураасан түйтгэр хилэнц бүхнийг минь ариусган арилгаж хайрла.

Тэргүүлшгүй цагаас авахуулаад өнөөг хүртэл гурван үүдээр дамжуулан шунал, хилэн, мунхаг гурван хорын түйтгэрээр арван хар, таван завсаргүй, ойрын таван нүгэл, дөрвөн хүнд хилэнц, найман буруу зан байдлыг зогсолтгүй хурааж иржээ.

Ангид гэтлэхийн санваар, Бодьсадвын андгай, тарнийн ёсны тангарагын унал доройтол, эцэг эх, багш хийгээд андгай өргүүлэгч зэрэгтээ үл зохилдох байдлаар хандсан аливаа хилэнц болгоноо илчлэн наманчилмуу.

Ялангуяа Лам багш Номын нөхөддөө ариун бус, шүүмжлэлтэй хандсан, үл хүндэлсэн, үл хайрласан буюу үнэнч бусаар хандсан, Гурван Эрдэнэ дор зохимжгүйг үйлдэн, Номыг орхигдуулсан, Хуврагийг зүй бусаар өөлөн шүүмжилж, хамаг амьтныг хохироосон бүхнээ тус тусад нь наманчилмуу.

***\3\ Ирээдүйд Нүгэл Үйлдэхээс Зайлсхийхээ Амлах***

Миний үйлдсэн бүхий л нүгэл хилэнцүүд түүний дотор мөн адилхан нүгэл үйлдэхэд бусдыг урамшуулсан хийгээд бусад зохисгүй алхмууд, Нирваан болон мэргэн Будда болохоос хязгаарлан буй бүх түйтгэрүүд, сансар орчлон хийгээд ялангуяа гурван муу заяанд төрөхөд хүргэх хилэнц түйтгэр алив бүхнээ бардам зангаа даран байж зүрхний угаас нуулгүй үнэнчээр илчлэн наманчилж, хойшид дахин хэзээ ч үйлдэхгүй хэмээн амлаж байнам.

***\4\ Жинхэнэ Ариусгал***

*Чин сэтгэлийн гэмшилээ энэхүү эрхэм тарнийн үгстэй хамтруулан байх зуур цагаан охь хослон гэгээрсэн Базарсад Яб-Юмын лагшингаас хүчтэй асгаран бууж бие махбодыг дотор гадаргүй угаан доош урсахдаа хилэнц барцад, өвчин эмгэг, муу үйлийн үр хилэнц бүхнийг минь арилган ариусгалаа. Эдгээр хилэнцүүд хорхой аалз, өт батгана болон хувирч яндангийн хөө угаагдах мэт биеэс урсан гараад газрын хөрсөнд шингэнэ. Тэгээд амьтдын хүсдэг тааламжтай эд зүйлст хувирахад миний өр төлөөсний эзэд бүгдийн хэрэгцээг хангахад зарцуулагдлаа. Миний бие одоо болор мэт тунгалаг болоод шидэт цагаан охиор дүүрлээ.*

**УМ ШРИ БАЗАР ХЭРУГА САМАЯ МАНУПАЛАЯ|БАЗАР ХЭРУГА ТЭНОПА|ТИШТА ДИДХО МЭБАВА| СУТОКАЯЁО МЭБАВА| АНУРАКТО МЭБАВА| СУПОКАЁО МЭБАВА| САРВА СИДИ МЭ ПРА ЯТЧА| САРВА КАРМА СУЦАМЭ| ЦИТАМ ЦЭРЯН КУРУ ХУМ|ХА ХА ХА ХА ХО| БАГАВАН БАЗАР ХЭРУГА МАМЭ МУНЦА| ХЭРУГА БАВА МАХА САМАЯ САДУ А ХУМ ПАД.**

*100 үсэгт урт тарнийг аль болох олон давтвал сайн боловч мөн богино хэлбэрээр ч уншсан бас болно.*

**УМ БАЗАРСАДУ ХУМ**

***\5\ Дадлагын Төгсгөл***

Аугаа хамгаалагч минь ээ, мунхагийн төөрөлдсөн сэтгэлээр ариун самаягаа доройтуулан зөрчжээ би. Энэрэнгүй Лам Базарсад минь ээ, хамаг барцад хилэнцийг ариусгаж намайг хамгаалан соёрх. Их Очирыг атгагч, энэрэхүй сэтгэлийн их гуу сан, хамаг амьтныг чөлөөлөгч тандаа авралыг би одуулмуй.

Би бээр бие, хэл сэтгэл гурваараа үйлдсэн бүхий л нүгэл, түүний дотор үндсэн хийгээд салбар сахилуудын унал болгоноо илчлэн наманчилмуу. Төрөл тэргүүлшгүй цагаас авахуулаад сансарт хураасан бүхий л хилэнц түйтгэр, унал доройтол зэргийг арилгаж саад тотгор бүхнийг зайлуулж  хайрла.

Базарсадын Яб-Юм машид баясангуйгаар цагаан саранд уусаж миний зулайн хүрдэнгээр нэвтрэн орлоо. Базарсадын гэгээн лагшин, зарлиг ба таалалтай миний бие хэл сэтгэл салшгүй нэгэн боллоо.

Энэ буяны шимээр би нэн даруй Базарсад Яб-Юмын хутагт хүрч

Энэ орчлонгийн нэг ч амьтныг хоцроолгүй ариусган нигүүсэх болтугай

Энэ буяны шимээр хамаг амьтан билиг билгүүн буян хишгийн чинадад хүрч

Гэгээрлийн хоёр лагшинг олох болтугай

***Хоёр Чуулганыг Хураахын төлөө Мандал Өргөх***

*Та уламжлалт эх бичигт дүрсэлсэн ёсоор мандал өргөх буяны хотол чуулганыг өмнийн огторгуйдаа дүрслээд доорхи залбирлыг уншина. Таны гол дадлага бол язгуурын лам багшаа гэгээрсэн хотол чуулганы биелэл болгон харж мандлаа  өргөнө:*

***\1\ Буяны Хотол Чуулганыг Залах***

Үүрийн цолмон адил хормын төдийд гэгээрүүлэх чадалтай

Эрдэнэ мэт энэрэлт Лам Очирдарь багшдаа мөргөмүү. Энэрлийн дээд багш та Бурхан, Ном, Хуврагийн биелэл билээ, та бол бүгдийг бүтээгч нэгэн билээ. Тандаа л би авралыг одуулмуй. Та бээр хоёр түйтгэрийг арилгаж хоёр чуулганыг төгөлдөржүүлсэн нэгэн бөлгөө. Та бол амгалан энхийн эх булаг, Хутагтын зам дахь амирлуулагч Номын шим нь билээ. Тиймээс танд итгэлийг ийн одуулмуу.

*\хэсэг зуур чимээгүй сууна\*

*Одоо 9 юмуу 37 хив бүхий мандлын аль нэгийг өргөж болох боловч гол дадлагаа болгон дараахь мөрүүдийг уншина:*

Огторгуй мэт уужим, од сар гариг эрхэс, дэлхий ертөнц дэх ой шугуй, мод ургамал, цэцэгсийн талбараас авахуулаад гол горхи далай тэнгис хүртэл, амьтай болгоныг тэвэртээ багтаан, энэхүү гайхамшигт хийгээд үзэсгэлэнтэй бүхнийг Хувилгаан лагшинт орныг бүтээхийн төлөөнөө мандал болгон өргөмүү.

Амин хүч, махан бод цаг үргэлж урган төлжих хийгээд өсөн олшрох юутай гайхамшиг. Миний бие махбод таван цул зургаан савнаас бүтсэн бөлгөө. Энэхүү биеэр бүтсэн үзэсгэлэнт мандлыг дотоодын Ядам Бурхадад тахил болгомуу. Дотоодын чуулганыг үүгээр би ухамсарлах болтугай.

Миний хамгаас нууц хийгээд нарийн судал болоод дуслууд, бүхий л хэлбэрээс хэтийдсэн бөгөөд үнэнхүү ариун, энэхүү машид гүнзгий нууцын чуулганыг язгуурын дээд Ядам Бурхадад өргөмүү. Үнэн Номын лагшинт сэнтийд хүрэх хувьслыг надад хайрлан соёрх.

***\2\ Мандал өргөх богино хувилбар***

Гурван цагийн туршид би хийгээд хамаг амьтны бие, хэл сэтгэлээрээ хураан хуримтлуулсан буянаар бүтсэн энэхүү эрдэнийн мандал, бодитоор бүтээсэн болон бодолдоо дүрсэлсэн Самантабадрын үүлэн тахилыг Лам Гурван Эрдэнэ дор өргөмүү. Энэрэх сэтгэлээ хүлээн авч, авснаар намайг адислан соёрх.

**ГҮРҮ ЯДАМ РАДНА МАНДАЛА ХАМ НИРЯА ТАЯАМИ**

*\Бодолгүйн төлөвт саатан нэг хэсэг чимээгүй бясалган сууна.\*

***\3\ Зориулга***

Энэ буяны шимээр би нэн даруй буян хишиг саруул оюуны чинадад хүрч

Хамаг амьтны тусын тулд Бурханы хоёр лагшинг олох болтугай.

**ГҮРҮ ЙОГ – АМГАЛАН ЭНХИЙН ҮҮД**

*Энэ бол цаг багатай хүмүүст зориулсан багшийн егүзэрийн богино хэмжээний дадлага юм. Хэрвээ та илүү нарийвчилсан дадлага хийх хүсэлтэй байгаа бол бусад Жонангийн мастеруудын бичсэн гүрү йогийн дадлагуудтай үүнийг хавсруулж бас болно.*

***\1\. Дүрслэл***

**УМ НАМО ГҮРҮ БУДДА БОДИСАДУ САНГАЯА**

Саруул оюун, энэрэл нигүүслийн их гуу сан, язгуурын бурхан Очирдарь багш, мэргэн будда Долбубагийн дүрээр үзэгдэгч түүнээ мөргөмүү. Шинэхэн дэлбээлсэн лянхуа цэцгэн сэнтийдээ солонгон хүрээ татуулан зулайн дээр минь заларч хайрла. Сүр жавхаа төгөлдөр дүр,  энэрэл хайрын мэлмий, эрдэнэ мэт багш гадна дотно нууц гурван авралын гол эх булаг агаад өөрийгөө таних ухамсарлахуйн дотоод үнэн Номын лагшин билээ. Эрдэнэ мэт лам аа, та бидний нэгдэл салшгүй нэгэн бөлгөө.

Нууцлаг ариун  Шамбалын орон, Гучин-таван Номын Хаад, ертөнц дээрх хутагт хувилгаад, түүн дотроо Шидтэн Душава, Душава Нива, Банчен Дава, До Лозова, Лама Лхажэ, Лама Юмо цаашлаад Цагийн хүрдний урсгал, аугаа Гүмбэн Түгжэ Цонду болон  зүйрлэшгүй нандин урсгал дамжлагын бүхий л дайчин баатруудаас эхлүүлээд миний өөрийн язгуурын Гүрү Ханбрүл Жампэл Лодой хүртэл бүгдэд нь бишрэнгүйгээр мөргөмүү.

Өнгөрсөн цагийн гэгээрсэн бурхад буйд миний сэтгэл номхорч амжсангүй ээ, энэ цагийн Бурхад бодьсадва нарыг үзэх буян надад хүрэлцсэнгүй ээ. Аугаа их энэрэхүй хайраар аврагч нь гэвэл ганц та л намайг орхисонгүй байна. Хязгааргүй бишрэх сэтгэлээр таныгаа би залъю.

Ачит багш таныгаа олдог би юутай азтай. Бахдан талархаж барахгүй нь. Таныгаа би зүрхнийхээ голтод дээдлэн тахья. Энэхүү бишрэлдээ би ухаалаг, сэрэмжтэй хичээнгүй байя. Дээдийн чөлөөлөгч багш та ариун авшгаа надад хайрлаач.

Дээдлэх сэтгэлээр би таныхаа үйлсийг Номоор харья. Хязгааргүй бишрэлээр заасан болгоныг тань эргэлзэлгүй дагая. Энэхүү шийдвэрээ хэзээ ч алдахгүй хэмээн андгайлья. Энэ бол миний амьдралын хамгийн чухал зорилт мөн. Ариунаар үзэхүй бишрэл хоёрыг зүрхэндээ дээдлэн явмуу би.

*\Бодолгүйн төлөвт хэсэг саатна.\*

***\2\ Дөрвөн авшгийг хүртэхүй.***

Цагаан өнгийн УМ үсэг ламын духанд тодорсноо гэрэл цацруулан туяарч миний духны хүрдэнд уусан шингэлээ. Хүрэлцэхүйн ариун авшгийг хүртэж, сэрүүн үеийн саад бэрхшээл арилан, Хувилгаан лагшин илрэх хөрөнгө суух болтугай.

*\Бодолгүй төлөвт хэсэг саатна.\*

Улаан өнгийн А үсэг ламын хоолойд тодорсноо гэрэл цацруулан туяарч миний хоолойн хүрдэнд уусан шингэлээ. Амтлахуйн ариун авшгийг би хүртэж, зүүдний үеийн бүхий л саад бэрхшээл арилан Төгс жаргалангийн лагшин илрэх хөрөнгө суух болтугай.

*\Бодолгүй төлөвт хэсэг саатна.\*

Хар өнгийн ХУМ үсэг багшийн зүрхэнд тодорсноо гэрэл цацруулан туяарч миний зүрхний хүрдэнд уусан шингэлээ. Эвцлийн хувьсал бүхий ариун авшгийг хүртэж гүн нойрны үеийн саад бэрхшээл арилан үнэн Номын лагшин илрэх хөрөнгө суух болтугай.

*\Бодолгүй төлөвт хэсэг саатна.\*

Шар өнгийн ХО үсэг багшийн хүйсэнд тодорсноо гэрэл цацруулан туяарч миний хүйн хүрдэнд шингэн ууслаа. Бурханлаг ухамсарлахуйн ариун авшгийг хүртэж, хоёрдмол үзлийн төөрөгдөл бүхэн арилан, сарнишгүй язгуурын Бурхан болох хөрөнгө суух болтугай.

*\Бодолгүй байдалд хэсэг саатна.\*

***\3\ Зориулга***

Сүр төгөлдөр лам багшийн хэлсэн хийсэн болгонд хормын төдий ч би бүү эргэлзэх болтугай.

Зан төлөв ая байдлыг нь үргэлж тустай буянтайд харж адистидыг ямагт хүртэж байх болтугай.

Энэ нас, зуурдын төлөв, ирэх төрөлдөө ч гадаад лам багшаа миний дотоод ухамсар хэмээн харья.

Өөрийгөө таних дотоод ухамсарлахуйг ч лам багшаа хэмээн ойлгоё.

Тааламжит хоосон дүрсний энэ үзэгдлээс би хэзээ ч үл хагацах болтугай.

Хэрвээ үйлийн аливаа нэгэн лай тотгор чөлөөлөгдөх замыг минь саатууллаа гэхэд энэрэлт ламдаа биширсэн энгүй барилдлагатай эгэлгүй нэгэн болон төрж, Номыг бахдан судалснаар их тамганы гэгээрэлд саадгүй хурдан хүрэх болтугай.

**Дүйнхорын Өөрийн Үүсгэл**

*\1\ Дүрслэл*

*Урьд бидний дадуулан үйлдсэн ёсоор итгэл одуулан Бодь сэтгэлийг үүсгэн сэтгэлээ бэлтгэж дуусмагц доорхи тарнийн уншина:*

**УМ ШУНЯТА ЖАНА БАЗАР СУМБАВА АТМАКО ХАМ**

     УМ, би хоосон чанарын ухамсарлахуйн очирт язгуурын төлөвт умбах авай.

Гэнэт  хоосон огторгуйгаас би өөрөө аяндаа Дүйнхор бурхан болон төрлөө. Би лянхуа, сар, нар, раху, калагнийн дэвсгэр дээр зогсох бөгөөд тэр нь дөрвөн махбод хийгээд сууринаасаа илүүтэй өргөн уудам Сүмбэр уулын орой дээр байрлах ажгуу. Миний лагшин хөх өнгөтэй, нэгэн нигур хоёр мутартай, гурван мэлмийтэй, илбийн хос Вишвамата лугаа эвцэлдэн, хонх очир хоёрыг цээжиндээ зөрүүлэн барьсан байна.  Миний хүзүү гурван өөр өнгөтэй байхын гол нь хар баруун тал улаан зүүн тал нь цагаан бөгөөд гуна, ража, саттва нарыг тус тус даран номхотгосныг бэлэгдэнэ.

Миний зүүн цагаан өлмий бүтээлийн тэнгэр Ишварагийн зүрхийг дэвслэн нугарсан байдалтай, баруун улаан өлмий хүслийн тэнгэр Камедевагийн зүрхийг дэвслэн сунгасан байдалтай үзэгдэнэ. Миний тэргүүнд хавирган сар үзэгдэхээс гадна хүслийг гүйцээгч чандмань эрдэнийн чимэгтэй, өтгөн үсээ дээр зангидсан байна.

Би очирт чимэглээр гоёсон  байх ба биеийн доод хэсгийг барын арьсан нөмрөгөөр халхалсан байх нь бардам занг төгс арилгасныг илэрхийлэх ажээ. Миний мутар бүгд өөр өнгө бүхий хуруунуудтай бөгөөд хурууны үенүүд мөн өөр өнгөтэй ажээ. Титэмний минь орой дээр Очир язгуурт Базарсад бурхан заларсан байх ба нэгэн цагт өөрийн мөн чанараа илрүүлэхийг түүгээр бэлэгдэн, дээд хоёр соёогоо гарган ярзайлгаж цус хурсан гурван мэлмийгээ эргэлдүүлэх миний лагшинаас цацрах гэрэл таван өнгийн галан хүрээ үүсгэн нигуртаа хилэн таашаал хоёрыг зэрэг тодруулсан зогсоно.

Би Вишваматаг тэвэрсэн байх ба түүний лагшин алтан шаргал өнгөтэй, нэгэн нигур хоёр мутартай, гурван мэлмийтэй. Баруун мутартаа махир хутга зүүн мутартаа гавлын ясан аяга барьсан байх бөгөөд зүүн өлмийгөө сунгаж баруун өлмийгөө ялигүй нугалан, надтай хослон орохуйн байдалтай эвцэлдэн зогсоно. Тэр нүцгэн байх бөгөөд ясаар урласан таван төрлийн чимгээр гоёж үсний талыг зангидан үлдсэнийг нь сул унжуулсан байх нь хоосон дүрсний амгалан таашаалыг бүрнээ илэрхийлэх ажгуу.

Яб-Юмын духны хүрдэнд тарнийн УМ, хоолойд А, зүрхэнд ХУМ, хэвлийд ХО, нууцын эрхтэнд СУ, зулайд ХА үсэг тус тус тодорлоо.

Миний зүрхнээс гэрэл гадагш цацарч ертөнцийг бүхлээр нь Бурханы орон болгон хувиргахад хамаг амьтад Цагийн хүрдний хот мандал дахь тоогүй олон Ядам Бурхад болон хувирлаа.

*\Нэгэн үзүүрт төвлөрлөөр дүрслэлээ хүссэний хирээр удаан бясалгаж болно.\*

*\2\ Тарни Тоолох хийгээд Дүрслэлээ Уусгах*

Дүйнхор бурханыг бүтээж гүйцмэгцээ Цагийн хүрдний зүрхэн тарни буюу ертөнцийн бэлэг тэмдгийг зүрхэн тус газартаа лянхуа, сар, нар, раху, калагнийн сэнтий дээр байрласнаар мөн дүрсэлнэ. Дараа нь дүрслэл дээрээ төвлөрөн байж тарниа уншиж эхэлнэ.

Эхлээд УМ, дараа нь цэнхэр ХА, ногоон ЧА, олон өнгөт МА, шар ЛА, цагаан ВА, улаан РА  тэгээд хар ЯА дүрслээрэй. Оройд нь цагаан хавирган сар, улаан нар ба хар хөх наду \жижиг дөл\ нарнаас урган гарч байгаагаар дүрсэлнэ.

**УМ ХАМ ЧА МА ЛА ВА РА ЯАН \СУХА\**

*\Энэ тарнийг чадах хирээр олон давтана.\*

Бясалгалын эцэст дүрслэл бүхэлдээ захаасаа эхлэн уусаж эцэг эхийн дүрхэн дэх ХУМ үсэгт хүрээд дараа нь ХУМ үсэг дороосоо эхэлж арилж гэрэлд уусан замхарна.

\3\ Зориулга Ерөөл

Энэ буяны шимээр би нэн даруй Дүйнхор ядам бурханыг бүтээн үйлдээд энэ орчлонгийн нэг ч амьтныг хоцроолгүй Цагийн хүрдний гэгээрэлийн замд хөтлөх болтугай!

*\*\Долби Гомбо буюу Дарнатын“Бурханлагт Хүрэх Шат”- Цагийн хүрдний Очирт хөлгөний гүнзгий сургаалын бэлтгэлийн ба ерөнхий гарын авлага” судрыг энд толилуулсан бөгөөд Жонангийн урсгалын аугаа лам нар болон тэдгээрийн зүрхэн хөвгүүдийн авлага болгон дадуулан үйлдсэн тэрхүү сургаалын шимийг ариун урсгалын уламжлалт зааварчилгаануудын хамтаар энд багтаасан болно.\*

**Очирт Зургаан Йогт Төгөлдөржих Ерөөл**

**УМ А ХУМ ХО ХАМ ЧА**

Бурханлаг чанарын хүчээр бодлын урсгалыг таслан зогсоож, гэгээн гэрлийн туяаны арван шинжийг үзэж, *Ангижрахуйн Йогт* хүрэх болтугай. Аврагч лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний ухамсар,  хэл яриа, дотоод хий гурав тогтворжих болтугай. Саруул билгүүн нэмэгдэж, дотоод шинжлэлийн амгалан хийгээд цэнгэл арвидсанаар *Тогтворжихуйн Йогт* хүрэх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний дотоод арван хий, хийгээд баруун зүүн хоёр судал гол судал авадутид орж нэгдэх болтугай. Дотоодын улалзсан гал туммог асааж зулайн хүрдний охь ХАМ үсгийг хайлуулснаар *Амин Хүчний* *Йогт* хүрэх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний цагаан дуслууд хураагдан духны хүрдэнд ирж тогтворжих болтугай. Дуслууд хайлахын цагт үл урвахын амгаланг амсан *Хураахуйн Йогт* хүрэх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний бүх хүрд хийгээд судлууд аугаа амгалангийн шижир охиор дүүрч, үзэсгэлэн гуа гурван ханийг төгс эзэмшсэнээр *Эргэн Цуглуулахуйн Йогт* хүрэх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний нарийн биений зургаан хүрднүүд ханьсашгүй дээдийн амгалан цэнгэлээр дүүрээд, хоёргүйн ухамсрыг илтэд оносноор *Уусгахуйн* *Йогт* хүрэх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл биелэгдэх болтугай!

Бурханлаг чанарын хүчээр миний бие йогийн энэ байрлалаас хэзээд бүү салах болтугай. Миний сэтгэл оюун, алдаагүй үнэн Номын оньсон түлхүүр болсон сургаалуудаас хэзээд үл хагацсанаар *Очирт Зургаан Йогийн* замыг би гүйцээх болтугай. Авралт лам багш хийгээд ариун урсгалыг залгамжлагч бүхний гэгээн адислал дор миний энэ ерөөл заавал биелэх болтугай!

***3. Зориулга Ерөөл***

Энэ буяны шимээр хамаг амьтан хорвоогийн утгагүй бодлыг эгнэгт орхин, очирт хөлгөний утга төгөлдөр замаар орон бясалгаж Цагийн хүрдний гэгээрэлд хүрэх болтугай!

Энэ буяны шимээр би нэн даруй Очирт Зургаан Йогийг төгөлдөржүүлэн, энэ орчлонгийн нэг ч амьтныг хоцроолгүй Цагийн хүрдний гэгээрлийн замд хөтлөх болтугай!

Энэ буяны шимээр хамаг амьтан буян хишиг билиг оюуны чинадад хүрч Бурханы хоёр лагшинг олох болтугай!

**УМ ЕЭ ДАРМА ХЭТУ ПРАБАВА ХЭТУН ТЭШАН ТАТАГАТО ХАЯАВАДАТ ТЭШАН ЧАЁО НИРДОХА ИВАМ ВАДИ МАХА ШРАМАНА ЕЭ СУХА.**