

पूर्वागत भावना

लेखक
कुन्सिग छोक्यी नाङ्वा
(आठौं ग्याल्वाङ डुग्पा)



अनुवादक
लोचावा पुण्यप्रसाद पराजुली

प्रकाशक
गम्पोपा पुस्तकालय
श्री गौतम बुद्ध विहार
मञ्जुश्री बजार, स्वयम्भू, नेपाल
२०१९

लेखक	:	कुन्सिग छोक्यी नाङ्वा (आठौं ग्याल्वाङ डुग्पा)
अनुवादक	:	पुण्यप्रसाद पराजुली
सम्पादक	:	खेन्पो शेडुव तेन्जीन
धर्मदाता	:	लामा लोब्साङ शेराव डुग् थुग्जे छयोलिङ गोन्पा मुष्पा, दोलखा
संस्करण	:	तेस्रो (१००० प्रति)
आवरण चित्र	:	डुक्पा काग्यु शरणवृक्ष र त्रिधातु संसार
टाइपिङ	:	लोब्साङ सेराप लामा, सिङ्गे ग्याल्पो लामा
आवरण तथा लेआउट	:	राजेश बुढाथोकी
मुद्रण	:	हिमालयन डिजाइन तथा प्रिन्टिङ प्रेस बौद्ध, काठमाण्डौ । फोन नं. ०१-४४६१५५४ www.himalayanprint.com



भद्रकल्पका चौथो बुद्ध शाक्यमुनि



१. डुग्पा कार्ग्युका संस्थापक चाङ्पा ग्यारे येशे दोर्जे
२. छोजे गोछाङ्पा
३. ग्याल्वा लोरेपा

ད་ལམ་སྐྱབས་ཇི་ཁམས་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིགས་མེད་པར་ཉིན་གཉིད་
 མཚོག་གི་ཞལ་སྒྲན་དཔལ་འབྱུག་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱེད་རིམ་ལྔ་
 དགུ་སྟེ། འཕམ་དགོས་ཚོས་བཞི་དང་སྐྱབས་ཐབས་སྟོར་ལྟ། ཇི་ས་གནང་ཉེར་
 བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་གྲོལ་གྱི་གདམས་པ་ཐབས་ལོ་རྣམས་དང་། སྐྱབས་ཇི་
 ཁམས་བྲག་རིན་པོ་ཆེ་འཛིགས་མེད་དག་དབང་རྣམ་རྒྱལ་མཚོག་ནས། རྫོགས་
 པའི་སངས་རྒྱལ་ཀུན་མཁུལ་པར་བྱས་དཀར་པོ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྟེ་
 མཚོག་གི་གསུང་འབྲུམ་རིན་པོ་ཆེ་པོད་ཉེར་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལུགས་
 ལུང་བཅས། དད་ལྡན་སྟོབ་འབངས་རྣམས་ནས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་
 བཞིན། རྒྱལ་དབང་འབྲུག་པའི་གདན་ས་འབྲུག་ཨ་མི་ཏུ་རྟའི་རི་པོ་འདི་ཉིད་དུ་
 སྐྱབས་འཇུག་བཀྱིན་ཆེ་བའི་སྐྱབས་དང་བསྐྱུན། ཞལ་སྟོབ་རྣམས་ལ་འགྲུམ་སྟེལ་
 ལུ་ཆེད་དུ། ལྷག་བསམ་ཡངས་པ་འབྲུག་ཐུགས་ཇི་ཚོས་སྤྱིད་དགོན་གྱི་སྐྱམ་
 རྩོམ་ཐབས་ཤེས་པ་མཚོག་ནས་ཡོན་སྟོར་སྦྱིན་བདག་མཛད་དེ། ཚར་གངས་
 ཆེག་སྟོང་ཐམ་པ་ ༡༠༠༠ ཚོས་སྦྱིན་དུ་སྟེལ་གནང་བར་ཐུགས་ཇི་ཆེ་ཞེས་ལུ་རྒྱ་
 བཅས།

བལ་ལུལ་འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན་རང་བྱུང་མཚོད་ཉེན་རིན་པོ་ཆེ་གོ་མ་ས་
 ལ་གཞུང་ཉེ་འདབས། ལྷོ་གོ་ཉམ་བུ་མི་ཏུ་རའི་འབྲུག་གསུང་རབ་རྒྱུན་སྟེལ་
 ཁང་ནས། རྣམ་དཀར་གྱི་འདུ་གཉིད་པོ་མཁན་བཤད་སྐྱབས་བསྐྱུན་འཛིན་མིང་པས།
 ལྷོ་ལོ་༢༠༡༩ ལྷོ་བ་༥ པའི་ཆེས་ ༦ བཟང་པོར་དཔར་སྐྱབས་གསལ་བཤད་གྱི་
 རྒྱལ་དུ་བཀོད་པ་དགོའོ།།

प्रकाशकीय

ओं स्वस्ति

महान् तीर्थ लुम्बिनी उपवनमा जन्मनु भएका करुणामय शास्ताको रूपमा प्रख्यात यो भद्रकल्पका चौथो बुद्ध शाक्यमुनिको शासन रत्न अन्तर्गत श्रावकयान, महायान र वज्रयानका उपदेशहरू हिमवत क्षेत्रमा अत्याधिक मात्रामा फैलिएका छन् । त्यहाँ बुद्धका उपदेशहरू चार महान परम्पराहरूको नामले प्रख्यात छन् । तिनीहरू मध्येको एक लोकको नाथ मानिने काग्युपा परम्परा अन्तर्गत परमार्थ सार अर्थयुक्त श्रीमद् डुग्पा काग्यु धर्म शासनका शिरोमणि भविष्यका बुद्ध रोचन (मोपा) नामधारी लोकनाथ धर्मस्वामी चाङ्पा ग्यारे येशे दोर्जे नामले विख्यात हुनुहुन्छ । यो डुग्पा काग्यु परम्परामा हाल आवश्यक चार धर्मका इष्टदेव र पाँच साधना वर्ग गरी नौ वटा उत्पत्ति क्रमका अभ्यासहरू छन् भने सम्पन्नक्रम पाँच उपदेशहरूमा दृष्टि महामुद्रा, भावना नारोपाका षड्धर्महरू, चर्या समरसका ६ विषयहरू, फल सातवटा शकुनहरू तथा सबै सम्मिलित गम्भीर मार्ग गुरुयोग पर्दछन् । यी लगायतका सबै अभ्यासहरू गर्नुभन्दा अगाडि तयारीको रूपमा चार याममा पाठ गरिने पूर्वागतको विषयमा पहिलेका गुरुहरूले लेखेका लामा तथा छोटा पुस्तकहरू धेरै छन् ।

तिनीहरूमध्ये यहाँ आठौँ डुग्पा निर्माणकाय कुन्सीग छोक्यी नाङ्वाले रचना गर्नुभएको प्रख्यात ग्रन्थ “बोधि प्रकाशक मणि प्रदीप नामक चार पूर्वागतको संक्षिप्त व्याख्या आलम्बन पाठ” लाई धेरै इच्छुक व्यक्तिहरूको आवश्यकतालाई ध्यानमा राखी उनीहरूले अनुरोध गरेअनुसार लोचावा श्री पुण्यप्रसाद पराजुलीज्यूले नेपाली भाषामा अनुवाद गर्नुभएको पुस्तकलाई प्रकाशित गरिएको छ ।

हाल शरणनायक खाम्टुल रिन्पोछे जिग्मे पेमा न्यीङ्जेज्यूद्वारा श्रीमद् डुग्पा काग्यु परम्पराका इष्टदेवका उत्पत्ति क्रमका नौ देवअन्तर्गत हाल आवश्यक चार धर्म र पाँच साधनालाई प्रमुख मानी विपाक मोक्षका २८ अनुज्ञा (जेनाङ्) उपदेशहरू दिने तथा शरणनायक खाम्ढाग रिन्पोछे जिग्मे डावाङ नाम्यालज्यूबाट सम्यक संबुद्ध सर्वज्ञ पेमा कार्पो छयोग्ले नाम्याल विरचित ग्रन्थमालाका २४ ठेलीहरूको आगम श्रद्धालु शिष्यहरूले अनुरोध गरेअनुसार प्रदान गर्नेक्रममा जिनेन्द्र (ग्याल्वाङ) डुग्पाको केन्द्र डुग अमिताभको यस पर्वतमा पाल्नुभएका शिष्यहरूका लागि डुग थुग्जे छोलिङ गोन्पाका लामा लोब्साङ शेरावज्यूले आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराउनु भएकाले एक हजार प्रति पुस्तकहरू धर्मदान स्वरूप अर्पण गरिन्छ ।

नेपालको आर्य स्वयंभू स्तूप गोमसालगन्धको निकटमा रहेको श्री गौतम बुद्ध विहारको ग्रन्थ प्रकाशक संस्थाको तर्फबाट कुशल धर्ममा लागेको खेन्पो शेडुव तेन्जीनद्वारा सन् २०१९ मे ६ मा लेखिएको हो ॥ मङ्गलम् ॥

पूर्वागत अभ्यास तथा डुकपा काग्यु परिचय

लोचावा पुण्यप्रसाद पराजुली

नेपालकै लुम्बिनी उपवनमा आजभन्दा लगभग २६ सय वर्ष अगाडि एक राजकुमारको रूपमा जन्मनु भएका सिद्धार्थ गौतम भारतको बोधगयामा ३५ वर्षको उमेरमा बोधिज्ञान प्राप्त गरेपछि बुद्ध बन्नुभयो । उहाँ जन्मजात बुद्ध नभएर आफ्नै प्रयासले त्यो शान्त अवस्थामा पुग्नु भएकाले सही तरीकाले प्रयास गर्ने जोसुकै व्यक्ति पनि बुद्ध बन्न सक्छ । बुद्ध पदमा पुग्नको लागि धेरै उपायहरू बुद्ध स्वयंले देखाउनु भएको छ । विभिन्न व्यक्तिको क्षमता र संस्कार अनुसारका उपदेशहरू बुद्धले देखाउनु भएकाले बाहिरबाट हेर्दा भिन्न खाले तौर तरीकाहरू बौद्ध समाजमा देखिए पनि सार रूपमा सबैको लक्ष्य संसारको दुःखसागरबाट मुक्त भएर शान्त बुद्धत्व प्राप्त गर्नु नै हो । बोधिज्ञानरूपी प्रज्ञाको विकासको लागि उपायरूपी करूणाको पनि साथ साथै अभ्यास गर्नुपर्छ । आँखारूपी प्रज्ञा र शरीररूपी उपायको संयुक्त अभ्यासबाट नै बुद्ध बन्न सकिन्छ ।

बुद्ध धर्ममा बुद्धत्व प्राप्तिमा दुई धारहरू छन् । पहिलो धारमा दान, शील, क्षान्ति (सहनशीलता), वीर्य (उत्साह), ध्यान र प्रज्ञा पारमिताहरूको व्यवस्थित रूपमा अभ्यास गरिन्छ । पारमिताहरूको अभ्यासमा खुला रूपले जोड गरिने भएकाले यस्तो मार्गलाई पारमितायान वा सूत्रयान भनिन्छ । यसमा गुह्य अभ्यासमा जोड नदिइने भएकाले खुला मार्ग मानिन्छ । अर्को धारमा प्रवेश गर्न शुद्ध सिद्ध परम्परागत गुरुबाट अभिषेक (वाङ् वा देखा) लिनुपर्छ । यस्तो परिपाटीमा गुरु र शिष्यहरूको बीचमा प्रत्यक्ष सम्पर्क भई गुप्त रूपमा अभ्यास गरिन्छ । अभिषेक नपाएका व्यक्तिहरूसँग खुला रूपमा चर्चा नगरिने भएकाले यस्तो मार्गलाई गुह्यमन्त्र वज्रयान भनिन्छ । इष्टदेवहरूको अभ्यास मार्फत छिट्टै बुद्धत्व प्राप्त गराउने मार्ग भएकाले यसका लागि मजवुत जग र पर्याप्त तयारीको आवश्यकता पर्छ । मूल अभ्यास इष्टदेव (यिदाम्) अभ्यास वा चित्त स्वरूप बोध गराउने विशेष विषयना भएकाले यसको तयारीको लागि पहिले गरिने अभ्यासहरूलाई पूर्वागत अभ्यास (डोन्डो) भनिन्छ ।

पूर्वागत अभ्यासलाई पनि भगवान बुद्धका खुला सूत्रहरूमा आधारित बाह्य वा सामान्य पूर्वागत र केही गुह्य प्रकृतिका अभ्यासमा आधारित भित्री वा असामान्य पूर्वागत गरी दुई भागमा बाँडिएको पाइन्छ । बाहिरी पूर्वागतमा संसारमा आसक्त मनलाई धर्मतर्फ फर्काउने चार आधारभूत अभ्यासहरू पर्दछन् । दुर्लभ र अमूल्य मानव जूनीको महत्व बुझेर यसलाई सदुपयोग गर्ने संकल्प नै पहिलो अभ्यास हो ।

यस्तो दुर्लभ मानव चोला स्थायी छैन, नाशवान छ भनेर अभ्यास गराई हाल्न तत्पर गराउने मृत्यु र अनित्यको हर्दम चिन्तन नै दोस्रो अभ्यास मानिन्छ । मरेपछि आफ्नो चित्त सन्तान (मन) मा सञ्चित कुशल वा अकुशल कर्मको छापको आधारमा नरक, प्रेत, पशु, मानव, असुर र देवको रूपमा जन्म हुन्छ भने विश्वास पैदा गराउने चिन्तन तेस्रो अभ्यास हो । कुशल र अकुशल कर्मको आधारमा जुन अवस्थामा जन्मे पनि शारीरिक तथा मानसिक दुःख मात्र छ र त्यस्तो दुःखसागरमा फसेपछि उम्कन सकिन्न भन्ने पक्का विश्वास पैदा गराई संसारको कुनै पनि अवस्थामा जन्मन नचाहने वैराग्य भावना पैदा गराउने अभ्यास चौथो अभ्यास हो । यी चार तथ्यहरूमा बारम्बार सोच विचार गरेपछि सांसारिक क्रियाकलापमा आसक्ति घटी सही धर्मको अनुशरण गरी दुःखमय भवसागरबाट तर्ने विचार मनमा पैदा हुन्छ ।

संसारलाई दुःखको रूपमा महसुस गरेर यसबाट सदाका लागि तर्नको लागि तरिसकेको र तार्न तत्पर व्यक्तिको सहारा लिनुपर्ने हुन्छ । दुःखबाट आक्रान्त भई यसको कारण पत्ता लगाई दुःखबाट मुक्त भएको तथा अरूहरूलाई पनि यसबाट मुक्त गराउन तल्लीन व्यक्ति बुद्ध भएकाले उहाँको शरणमा गएर उहाँको मार्ग अनुशरण गर्ने प्रक्रियालाई बौद्ध जगतमा शरणगमन भनिन्छ । बुद्धलाई पथ प्रदर्शक, उहाँले सिकाएको धर्मलाई मार्ग र उहाँका अनुयायीहरूलाई सहयात्रीको रूपमा लिएर बुद्ध रत्न, धर्म रत्न र संघ रत्नको रूपमा यी तीन रत्नहरूको शरणमा जानु पहिलो भित्री पूर्वागत अभ्यास हो । यसका लागि विभिन्न श्लोकहरू पाठ गर्दै ढोग (छयाग) गर्ने पनि गरिन्छ । दुवै मिलाएर एक लाख पल्ट गर्ने गरिन्छ भने गुरुयोगको बेलामा साष्टाङ्ग ढोग अलग पनि गरिन्छ ।

आफु मात्र संसारको दुःखबाट मुक्त हुने प्रयास नगरी सम्पूर्ण प्राणीहरूलाई

दुःखबाट सदाका लागि मुक्त गरी स्थायी शान्तिरूपी बुद्धत्व अवस्थामा पुर्याउने संकल्प लिनुलाई बोधिचित्त उत्पाद भनिन्छ । संकल्प लिनुलाई प्रणिधि बोधिचित्त भनिन्छ भने दान, शील, क्षान्ति, वीर्य, ध्यान र प्रज्ञा पारमिताको अभ्यास नै गर्न थाल्नु प्रस्थान बोधिचित्त हो । पूर्वगत अभ्यासको क्रममा प्रणिधि बोधिचित्तको श्लोकलाई एक लाख पल्टसम्म दोहोर्याएर वज्रयान बुद्ध धर्मलाई परहितको लागि केन्द्रित गराउने प्रयास गरिन्छ । यो पुस्तकमा शरण गमन र बोधिचित्तलाई संयुक्त रूपमा लिएर एक लाख पाठ गरिन्छ । यसका लागि बोधिचित्तलाई व्याख्या गरिएका निर्देशन पुस्तकहरूको सही अध्ययन गर्नुपर्छ । त्रिरत्न शरणगमन र बोधिचित्तको अभ्यास पारमितायान वा सूत्रयानकै आधारभूत र मूल अभ्यास भएकाले यिनीहरूलाई खुला अभ्यासकै क्रममा राख्न सकिन्छ ।

वज्रसत्व ध्यान जप, मण्डल अर्पण र गुरुयोग चाहिँ वज्रयानकै विशेष अङ्गहरू भएकाले गुह्य रूपमा राखिएको हुनाले सार्वजनिक रूपमा प्रस्तुत गरिन्न । वज्रयानका गम्भीर उपायहरूको अभ्यास गर्नका लागि उपयुक्त पात्र बन्ने क्रममा यी तीन अभ्यासहरू गरिन्छ । हाम्रो चित्त सन्तानमा जम्मा भएका पहिले हामीले नै गरेका अकुशल कर्महरूको छापलाई केही हदसम्म शोधन गर्न वज्रसत्व इष्टदेवलाई आफ्नो शिरमाथि भावना गरी शताक्षरी मंत्रलाई कम्तीमा एक लाख पल्ट जप गरिन्छ । यस भावना क्रममा वज्रसत्वलाई शिरमाथि सम्झने आश्रय बल, पहिले गरेका अकुशल कर्महरूको प्रायश्चित्त गर्ने पश्चाताप बल, फेरि त्यस्तो कर्म नदोहोर्याउने प्रतिवद्धता सहितको प्रत्यापत्ति बल र वज्रसत्वबाट निस्केको ज्ञान अमृतले आफ्ना पाप निकालेको प्रतिपक्ष बल जस्ता चार बलहरूको समुचित प्रयोग गरिन्छ । सही हिसाबले प्रायश्चित्त गरेमा सफा नहुने कुनै पनि अकुशल कर्म नहुने भएकाले वज्रसत्व भावना गरी शोधन गर्नाले चित्त सन्तान (मन) निर्मल भई इष्टदेव भावनाको लागि सुयोग्य पात्र भइन्छ ।

बुद्धत्व प्राप्तिको लागि पुण्यसंभार अपरिहार्य कुरा भएकाले छोटो समयमा धेरै पुण्य कमाउनको लागि मण्डलमा सारा ब्रम्हाण्ड र यहाँका वैभव रहेको भावना गरेर गुरु तथा त्रिरत्नलाई चढाइन्छ । सुगन्धित अन्नहरूको प्रयोग गरेर हातले सैंतीस तथा सात थुप्रा लगाउँदै मुखले पाठ गर्दै मनले चढाएको सम्झदै एक लाख पल्ट अभ्यास गर्नुपर्छ ।

अन्तमा गुरुको अधिष्ठान लिएर उहाँको ज्ञान चित्तसँग हाप्रो अज्ञान चित्त मिलाउने अभ्यासलाई गुरुयोग भनिन्छ । आफ्नो वज्रयान गुरुलाई बुद्ध वज्रधरको रूपमा भावना गरेर अन्य परम्परा गुरुहरूले घेरेको सम्भार क्षेत्र सम्झेर कुनै श्लोक एक लाख पल्ट पाठ गरिन्छ । यसरी पाँच वा चार पूर्वागत अभ्यासलाई सही हिसाबले भावना गरेर पाँच वा चार लाख पल्ट जपेपछि वज्रयान गुरुबाट अभिषेक लिई मन्त्र जप गर्न प्रोत्साहन गरिन्छ । डुग्पा काग्यु परम्परामा चाहिँ चार लाख पल्ट (वुम्शी) गर्ने चलन छ । त्यसपछि विभिन्न पुजाहरू गर्ने अधिकार प्राप्त हुन्छ । जुनसुकै कर्मकाण्ड गर्ने लामा गुरुले यसरी बाहिरी र भित्री पूर्वागत अभ्यास सकेर गुफावास अभ्यास सम्पन्न गर्नुपर्ने हुन्छ भने सम्पूर्ण प्राणीहरूको हितको लागि बुद्ध बन्न चाहने साधकले पनि यही क्रमले पूर्वागत अभ्यास गरेकै हुनुपर्छ ।

हिमाली क्षेत्रमा प्रचलित न्यीड्मा, काग्यु, साक्या र गेलुग जस्ता परम्पराहरूमा पूर्वागत अभ्यासका लागि विभिन्न सिद्ध तथा विद्वान वज्राचार्य गुरुहरूका ग्रन्थहरूका प्रयोग गरिन्छ । प्रस्तुत पुस्तकका लेखक हिमाली क्षेत्रमा व्यापक रूपमा फैलेको डुग्पा काग्यु परम्पराका एक प्रमुख गुरु आठौँ डुकछेन मिफाम कुन्सीग छोक्यी नाड्वा (सन् १७६७-१८२२) हुनुहुन्छ । उहाँले छोटो र लामो ग्रन्थको रूपमा पूर्वागत अभ्यास देखाउनु भएको छ । अहिलेको व्यस्त समयमा सबै अड्गले पूर्ण भएको यो छोटो अभ्यास पुस्तिका उपयोगी हुनेछ ।

संभोगकाय बुद्ध वज्रधरका गम्भीर महामुद्रा पद्धतिका उपदेश भारतीय महासिद्धहरू तिलोपा र नारोपा हुँदै तिब्बती अनुवादक तथा सिद्धहरू मार्पा (१०१२-१०९९) मार्फत तिब्बत पुगे । मार्पाले आफ्नो मूल उपदेश हिमाली क्षेत्रका प्रसिद्ध सिद्ध तथा कवि मिलारेपा (सन् १०४०-११२३) लाई प्रदान गर्नुभयो । मिलारेपाले ती उपदेशहरू नेपालको हिमाली क्षेत्रका गुफाहरूमा बसेर कठोर तपस्या गरी सिद्ध गर्नुभयो ।

मिलारेपाका प्रमुख चेला गाम्पोपा सोनाम रिन्छेन (सन् १०७९-११५३) का चार प्रमुख चेलाहरू फाङ्गु दोर्जे ग्याल्पो (सन् १११०-११७०), कर्मपा दुसुम ख्येन्पा, वारोम्पा दार्मा वाङ्छुग र छाल्पा चोन्डु डागपाले चार प्रमुख गुम्बाहरू बनाई तिलोपा मार्फत प्रसारित बुद्ध उपदेश प्रचार गरे । गाम्पोपाका भतिजा ओनगोन

छुलठीम न्यीड्पोबाट प्रचलित परम्परालाई दाग्पो काग्यु भनिन्छ भने यी चार गुरुहरूमा आधारित परम्पराहरूलाई चार मुख्य काग्यु परम्परा भनिन्छ । यिनीहरूमध्ये फाग्मो डुपाका आठ शिष्यहरूले डिगुड, ताग्लुड, ठोफु, लिड्रे, मारछाड, येल्पा, यासाड र शुम्सेव जस्ता आठ अन्य काग्यु परम्पराहरू शुरूवात गरे । महामुद्रा तथा नारोपाका षड् धर्महरूको अभ्यासबाट धेरै गुरुहरूले परमार्थ सिद्धि अर्थात् महामुद्रा सिद्धि हासिल गरिसकेका छन् ।

फाग्मो डुपाका शिष्य लिङ् रे पेमा दोर्जे (सन् ११२८-११८८) का पनि शिष्य चाङ्पा ग्यारे (सन् ११६१-१२११) सन् १२०६ मा तिब्बतमा गुम्बा बनाउने ठाउँमा पुग्दा ९ वटा डुगहरू (Dragon) गर्जेर माथि उडे । त्यसलाई शकुन (तेन्डेल) सम्झेर गुम्बाको नाम नै डुग राखियो भने उहाँको धर्म परम्पराधर शिष्यहरूलाई डुग्पा भन्न थालियो । उहाँको भतिजा ओन्रे दार्मा सेङ्गेको परम्परालाई भार डुग भनिन्छ । त्यस्तै ग्याल्वा गोएछाङ्पाको परम्परालाई तोए डुग र लोरेपाको परम्परालाई मे डुग भनिन्छ । हाल यी तीन परम्पराहरू भुटान, लद्दाख लगायत भारतका उत्तरी भेग, तिब्बत र नेपालको विभिन्न भागमा प्रचलित छन् । त्यसैगरी युरोप, अमेरिका, पूर्वी एशियाका विभिन्न देशहरूमा यो परम्परा व्यापक रूपमा फैलिएको छ ।

यो परम्पराको उत्पत्तिक्रम अभ्यासमा वज्रसत्त्व, अक्षोभ्य, अमितायुस र अवलोकितेश्वर सम्मिलित हाल आवश्यक चार धर्म (ठाल्गो छोशी) यिदामहरू प्रयोग गरिन्छ । त्यस्तै चक्रसंवर, वज्रवाराही, सहज चक्रसंवर, वज्रपाणी र काकस्या महाकाललाई पाँच साधना वर्ग (डुब्थाव कोर्डा) वर्गमा राखिन्छ । यी नौ यिदामदेवहरू अभ्यास यो परम्पराको विशेषता हो । सम्पन्नक्रमका पाँच उपदेशहरूमा दृष्टि महामुद्रा (छाग्या छेन्पो), भावना नारोपाका षड्धर्महरू (नारोछोडुग), चर्या समरसका ६ विषयहरू (रोन्योमकोर्डुग), फल सातवटा शकुनहरू (तेन्डेलराब्दुन) तथा सबै सम्मिलित गम्भीर मार्ग गुरुयोग (लामे नाल्जोर) पर्दछन् ।

बौद्ध, काठमाण्डौ

डोन्डो शिज्योर ग्यी ठिमिग् डाग्दोन् न्युङ् डुर पेल्वा
इयाङ्छुब् नाडजे नोर्वुई डोन्मे श्युग् ।

(बोधि प्रकाशक मणि प्रदीप नामक चार पूर्वागतहरूको
संक्षिप्त व्याख्या आलम्बन पाठ)

द्रष्टव्यः

यस ग्रन्थमा भएका ठूला अक्षरका हरफहरू स-स्वर वाचन गर्नुहोला । कोष्ठमा
भएका सामाग्रीहरू भावनाका लागि मात्र हुन्, पाठ गर्नुपर्दैन ।

कार्ग्यु रिन्पोछेला छयागछाल लो ।

कार्ग्यु रत्नलाई वन्दना गर्छु ।

ग्याल्वा जीक्याङ् ग्याल्से छुल । जीङ्जे रोल्पा साम्येपे ।

बुद्ध नै भए तापनि बोधिसत्वको रूप देखाएर करुणाको अपार लीलाद्वारा

श्येन्द्योन जेपा लामे श्याव् । घुङ्पे दुङ्धो ज्यीन्यी लोब् ॥

अरूहरूको हित गरेका गुरुको चरणमा आदरपूर्वक ढोग गर्छु, दिनोस् आशीर्वाद ।

(यहाँ सम्पूर्ण सद् धर्महरूको प्रवेशद्वार चार पूर्वागत भावनाहरूलाई संक्षेपमा पद्यको रूपमा लेखिएको छ ।

सुरूमा क्षणसम्पदयुक्त देहप्राप्तिको कठिनाई आदि कुरा मनमा लिएर यस्तो पाठ गर्ने ।)

(गुरु वन्दना)

पाल्देन् चावै लामा रिन्पोछे ।

हे श्रीमद् मूल गुरु रत्न !

दाग्यी जीङ्गार् पेद्माई सेउडु ला ।

मेरो हृदयको पद्म केशरमा

डाल्वा मेपार् ताग्पार् श्युग्ने क्याङ् ।

अलग नभइकन सदा रहेर

कुसुङ् थुक्की ज्यीन्यी लाब्तु सोल ॥

मेरो काय, वाक र चित्तलाई अधिष्ठित गर्नुहोस् ॥

(मानव देहको दुर्लभता भावना)

धाल्ज्योर् दीनी शीन्तु जेपार् का ।

क्षणसम्पद युक्त यो मानव देह पाउन गाह्रो छ ।

धारे थोब्दी धोन्मे मी तोङ्वार् ।

हाल यस्तो पाएको बेला व्यर्थमा खेर नफाली

ज्यीगतेन् ज्यावा कुन्ले लोदोग् ते ।

सारा लौकिक कामहरूबाट मन हटाएर

धाम्छोई छुल्श्यान् डुब्पार् ज्यीन्यी लोब् ॥

सही किसिमले धर्म अभ्यास गर्न दिनोस् अधिष्ठान ॥

(कर्मफल र संसारप्रति विरक्ति भावना)

गेदीग् लेडे लुमे ज्येपा पोइ ।

पुण्य र पाप रूपी कर्मको फल अकाट्य छ । कर्ताको

कुन्शयीई सेम्टेड् कार्नाग् डेमीन् छयीर् ।

आलय विज्ञानमा सेतो र कालो कर्मको विपाक हुने भएकोले

ग्युडे लाड्दोर् ठाशयीब् ज्येपा धाड् ।

कर्म र फलको ग्रहण र त्यागलाई राम्ररी जाँचेर

खोवार् श्येन्लोग् क्येवार् ज्यीनयी लोब् ॥

संसारप्रति विरक्ति जगाउन दिनोस् अधिष्ठान ॥

(शरणगमन र बोधिचित्तको निर्देशिका जस्तै गरी शरणक्षेत्र अगाडि सम्झेर)

राड्द्युन् नाम्खार् सेग्यी साशयी ऊ ।

आफ्नो अगाडि आकाशमा सुवर्ण भूमि बीचमा

दुइचीई ग्याछो कार्धाड् याड्पे क्यील् ।

स्वच्छ, सेतो विशाल अमृतसागरको बीचमा

पागसाम् शीड्छेन् ग्येपे ऊजी दु ।

विस्तृत ठूलो कल्पवृक्षको बीचमा

रिन्छेन् ठीपे जीदाई देनयी तेड् ।

रत्नगद्दी माथिको पद्म, सूर्य र चन्द्रको आसनमाथि

चावै लामा साङ्गे कुनयी डोइ ।

सारा बुद्धका स्वरूप मूल गुरु

नाम्पा दोरछाड् ग्याल्वे ग्येन्कोइ जोग् ।

सम्भोगकाय रूपी वज्रधरको रूपमा हुनुहुन्छ ।

ग्युदेन् लामा राब्ज्याम् छोग्क्यी कोर् ।
अनगिन्ती परम्परा गुरुहरूको गणले घेरिनु भएको छ ।

द्युन्दु चोम्देन् खोर्लो दोम्पा ला ।
अगाडि भगवान् चक्रसंवरलाई

पाग्ये ग्युदेई क्यील्खोर् ल्हायी कोर् ।
अपरिमित तन्त्र मण्डलका देवहरूले घेरेका छन् ।

येसु थुब्वाङ् साङ्गे छोग्चे धाङ् ।
दायाँ मुनिन्द्र बुद्ध गण सहित छन् ।

ग्याब्तु युम्छेन् धाम्छो लेग्बाम् छोग् ।
पछाडि प्रज्ञापारमिता स्वरूप ग्रन्थहरू छन् ।

योन्दु च्येन् रेसीग्वाङ् छोग्क्यी चोर् ॥
बायाँ मुल अवलोकितेश्वरलाई

ज्याङ्सेम् जेन्थोइ घेन्दुन् छेन्पोई कोर् ।
बोधिसत्व, श्रावक महासंघले घेरेका छन् ।

छोक्छाम् भार्नाङ् जाहोइ सेर्ग्यी लोङ् ।
विदिशाको अन्तरिक्षमा इन्द्रधनुषी रश्मीहरू भरिएकोमा

पाओ खाडो येशे सुङ्गे दे ।
वीर डाकिनी ज्ञान रक्षकको गण सहित

क्याब्जुल थाम्चे टीन्फुङ् ठीग्शीन् साल् ॥
सम्पूर्ण शरण विषय मेघ समान प्रकाशित छन् ॥

(शरणगमन र बोधिचित्त पाठ)

दाग्धाङ् थाये डोवा थाम्चे क्यी ।

म लगायत सम्पूर्ण सत्वका

क्याब्गोन रेसा श्येन्मे ख्येशे लोङ् ।

शरणनाथ अरू कोही छैन र आशा अरूमा छैन भन्ने चित्तद्वारा

ज्याङ्छुब् भार्दु घुङ्पे क्याब्सु छी ।

बोधि पर्यन्त शरणमा जान्छु ।

लामे ज्याङ्छुब् सेम्छोग् क्येपार् ग्यी ॥

अनुत्तर श्रेष्ठ बोधिचित्त उत्पाद गर्छु ॥ (३ पल्ट पाठ गर्ने)

(दण्डवत अभ्यास – अनन्त जीउहरू बनेको सम्झेर मुखले पाठ गर्दै ढोग गर्ने)

**मा नाम्खा धाङ् न्याम्पे सेम्चेन् थाम्चे लामा साङ्गे छोक्यी
कुला क्याब्सु छीओ ।**

आकाश समान सम्पूर्ण आमारूपी सत्वहरू गुरु धर्मकाय बुद्धको शरणमा जान्छौं ।

**मा नाम्खा धाङ् न्याम्पे सेम्चेन् थाम्चे लामा लोङ्च्यो जोग्पे
कुला क्याब्सु छीओ ।**

आकाश समान सम्पूर्ण आमारूपी सत्वहरू गुरु संभोगकायको शरणमा जान्छौं ।

**मा नाम्खा धाङ् न्याम्पे सेम्चेन् थाम्चे लामा थुग्जे टुल्पे कुला
क्याब्सु छीओ ।**

आकाश समान सम्पूर्ण आमारूपी सत्वहरू गुरु कारुणिक निर्माणकायको शरणमा जान्छौं ।

**मा नाम्खा धाङ् न्याम्पे सेम्चेन् थाम्चे लामा साङ्गे रिन्पोछेला
क्याब्सु छीओ ॥**

आकाश समान सम्पूर्ण आमारूपी सत्वहरू गुरु बुद्ध रत्नको शरणमा जान्छौं ।

(१ लाख पल्ट पाठ गर्ने)

(मनले सम्झेर संक्षिप्त सप्ताङ्ग पूजा गर्ने)

छयागछाल्वा धाङ् छोचीङ् शाग्पा धाङ् ।

वन्दना, पूजा, देशन

ज्येसु यीराङ् कुल्शयीङ् सोल्वा यी ।

अनुमोदना, अध्येषणा, याचनाद्वारा

गेवा चुङ्से दाग्यी चीसाग् पा ।

थोरै भए पनि जो पुण्य आर्जन गरेको छु,

थाम्चे जोग्पे ज्याङ्छुब् छीर् डोओ ॥

त्यो सबै सम्बोधिको लागि परिणामना गर्छु ॥

द्युन्यी यीदाम् छोग्शयीङ् ऐकोर् धु ।

अगाडिको इष्टदेव सम्भार क्षेत्रलाई दायौं घुमेर

ऊङ्क्यी लामा चोखोर् लाथीम् ते ।

बीचको गुरुमा लय हुन्छन् ।

थार्याङ् लामा होङ्शु राङ्ला तीम् ।

अन्तमा गुरु रश्मीमा लय भई आफूमा मिल्नुहुन्छ ।

थुग्यी ऐर्मे लोङ्दु न्याम्पार् श्याग् ॥

गुरुचित्त र आफ्नो मन अभेद भएको स्वभावमा समाहित भएँ ॥

(पापावरण शोधक वज्रसत्त्व भावना र जप)

राङ्गी च्यीओर् पेकार् दावे तेङ् ।

आफ्नो शिरमा सेतो पद्म र चन्द्रमाथि

हुँले दोर्जे सेम्पा कुदोग् कार् ।

हुँबाट सेतो वर्णको वज्रसत्त्व हुनुहुन्छ ।

दोर्डील् छयागे युम्छोग् जेम्मा मार् ।

वज्र घण्टा मुद्रामा रातो रंगकी उत्तम माता गर्वि

डीथोइ जीन्ख्युइ श्याब्जी दोर्क्यील् श्युग ॥

कर्तरी र कपाल धारी पिता अंगाली वज्रासनमा रहेकी छिन् ॥

जीकाहाङ् रिन्छेन् रूङ्ग्येन् धार्च्याङ् जे ।

दुवै रत्न र अस्थिका अलंकार तथा रेशमी वस्त्रद्वारा सुसज्जित

धाम्ये ऐर्मे साल्वे नेसुम् धु ।

समय र ज्ञानसत्व अभेद तीन स्थानमा

ओं आः हूँ छेन् थुग्सोक् डागक्यी कोर् ।

ॐ आः हूँ अंकित चित्तरूपी प्राण मन्त्रले घेरिएको

धेले दुइचीङ् ग्युन्बाब् दीगडीब् टुइ ॥

त्यसबाट आएको अमृत धाराले पाप आवरण शोधन हुन्छ ॥

“ओं वज्रसत्वसमयमनुपालय । वज्रसत्वत्वेनोपतिष्ठ । दृढो मे भव । सुतोष्यो मे भव । सुपोष्यो मे भव । अनुरक्तो मे भव । सर्वसिद्धि मे प्रयच्छ । सर्वकर्मसु च मे चित्तं । श्रेयः कुरु हूँ । ह ह ह ह होः भगवान् । सर्वतथागतवज्र मा मे मुञ्च । वज्रीभव महासमयसत्व आः ।” (सकेजति जप्ने)

गोन्पो दाग्नी मीशे मोङ्पा यी ।

हे नाथ ! मैले अज्ञान र मोहको कारणले

चावा यान्लाग धाम्छीग न्याम्छाग कुन् ।

मूल र अङ्ग समय तोडेको छु । ती सबै गरेकोमा

नोङ्ग्यो स्याग्सो ज्याङ्श्यीङ् धागजे सोल् ।

पश्चात्ताप सहित प्रायश्चित्त गर्छु । शोधन गरी शुद्ध बनाई दिनोस् ।

जेमे ऊग्युङ् जेथीम् न्याम्पार् श्याग् ॥

दोष छैन भन्ने आश्वासन दिई लय पछि समतामा रहन्छु ॥



वज्रसत्त्व

(दुई सम्भारहरू परिपूर्ण गर्ने मण्डल चढाउने बेलाको आलम्बन)

द्युनयी नाम्खार् रिन्छेन् रिराप् तेङ् ।

अगाडिको आकाशमा रत्नमयी सुमेरू माथि ।

नाछोग् पेमा दाब्शयी तेवा रू ।

चार पत्रे बहुरंगी पद्मको बीचमा

सेङ्गे ठीतेङ् लामा दोर्जे छाङ् ।

सिंहासन माथि गुरु वज्रधर

कार्ग्यु लामा कुनयी नाम्पे कोर् ॥

सारा कार्ग्यु परम्परागत गुरुहरूबाट घेरिनु भएको छ ॥

दाब्द्युन् लाङ्पोङ् ठीतेङ् यीदाम् छोग् ।

अगाडिको पत्रमा हस्ति आसनमा इष्टदेव गण छन् ।

ल्होछोग् तेतेग् ठीला साङ्गे कुन् ।

दक्षिण दिशामा घोडाको आसनमा सारा बुद्धहरू छन् ।

नुब्छोग् माज्ये ठीतेङ् धाम्छो छोग् ।

पश्चिम दिशामा मयुर आसनमा सद्गुरु समूह छन् ।

ज्याङ्दु खादीङ् ठीला च्येन्ने सिग् ॥

उत्तरमा गरुड आसनमा अवलोकितेश्वर छन् ।

छोग्छोक् घेदुन् छेन्पो खोर्चे क्यी ।

उत्तम गण भिक्षु महासंघ सहित रहेका छन् ।

भाछाम् कुन्ख्याब् येशे डाकी नी ।

विदिशामा सर्वव्यापी ज्ञान डाकिनी र

सुङ्गा धाम्चेन् मालुङ् ग्येश्युग् पा ।

समयधर धर्म रक्षकहरू प्रसन्न भईरहेका

डुब्बे क्यील्खोर् छोयुल् युक्की मीग् ॥
साधना मण्डलको पूजा सामग्री तुरुन्तै सम्झने ॥

(मण्डलार्पण-सैंतीस सामग्री अर्पण)

ओं वज्रभूमि आः हूँ ।

शयी नाम्पार् दाग्पा वाङ्छेन् सेर्गी सा शयी ।

विशुद्ध आधार महेन्द्र सुवर्ण भूमि छ ।

ओं वज्र रेखे आः हूँ ।

छी च्याग्रि खोर्युग् ग्यी कोर्वे ऊइसु हूँ ।

बाहिर फलामे चक्रवालले घेरिएको बीचमा हूँ छ ।

रिहिङ् ग्याल्पो रिराप् ।

पर्वतराज सुमेरु ।

शयार् लुङ् फाग्पो ।

पूर्व विदेह ।

ल्हो जाम्बु लीङ् ।

दक्षिण जम्बुद्वीप ।

नुब् बालाङ् च्यो ।

पश्चिम गोदानीय ।

ज्याङ् डामी जेन् ।

उत्तर कुरु ।

शयार्दु लुङ्धाङ् लुङ्फाग्

पूर्वमा देह, विदेह ।

ल्होर् डयाब् धाङ् डयाब् श्येन् ।

दक्षिणमा चामर, अपर चामर ।

नुब्तु योदेन् धाङ् लाम्छोग् डो ।

पश्चिममा शाठ र उत्तर मंत्रिण ।

ज्याङ्दु डामी जेन् धाङ् डामी जेन्यी दा ।

उत्तरमा कुरव र कौरव ।

रिन्पो छेयि रिओ ।

रत्नपर्वत ।

दोइजोइ भा ।

कामधेनु गाई ।

खोलो रिन्पोछे ।

चक्र रत्न ।

चुन्मो रिन्पोछे ।

स्त्री रत्न ।

लाङ्पो रिन्पोछे ।

हस्ति रत्न ।

मागपोन् रिन्पोछे ।

सेनापति रत्न ।

पागसाम्यी शीङ् ।

कल्पवृक्ष ।

मामोइ पे लोतोग् ।

नाभो अन्न ।

नोर्बु रिन्पोछे ।

मणि रत्न ।

लोन्पो रिन्पोछे ।

मन्त्री रत्न ।

ताछोग् रिन्पोछे ।

अश्व रत्न ।

तेर् छेन्पोइ बुम्पा

महानिधि कलश ।

गेगमोमा, ठेङ्वामा, लुमा, घार्मा, मेतोग्मा, दुगपोइमा,
लास्या, माला, गीता, नृत्या, पुष्पा, धूपा,

नाङ्साल्मा, डीछाब्मा, जीमा,

दीपा, गन्धा, सूर्य,

दावा, रिन्पोछेइ दुग्, छोग्ले नाम्पार् ग्येल्वे ग्याल्छेन् ।

चन्द्र, रत्न छत्तरी, सर्वदिग्विजयी ध्वज ।

ऊइसु ल्हाधाङ् मीयी पाल्ज्योर् फुन्सुम् छोग्पा माछाङ् वा

बीचमा देव र मनुष्यका धन, श्री सम्पन्नता अपूर्णता रहित

मेपा छाङ्शयीङ् यीदु ओङ्वा धाङ् चेपा दीजी

पूर्णता प्राप्त रूपमा मनोहर छन् ।

ढीन्चेन् चावा धाङ् ग्युपार् चेपे पाल्देन् लामा धाम्पा नाम्धाङ् ।
यी सबै सामग्री कृपालु मूल तथा परम्परागत श्रीमद् सद्गुरुहरू,
यीदाम् क्यील्खोर् ग्यी ल्हाछोग् कोन्छोग् रिन्पोछे नाम्पा सुम् ।
इष्टदेव मण्डलका देव गण, त्रिरत्न,
धुङ्सुम् ग्यी ग्याल्वा सेधाङ् लोब्मार् चेपा नाम्ला बुल्वार् ग्यीओ ।
बोधिसत्व र शिष्य सहितका त्रिकालका बुद्धहरूलाई चढाउँछु ।
थुग्जे डोवे द्योन्दु श्येसु सोल् । श्येने ज्यीन्यी लाब्तु सोल् ।
करूणाले गर्दा जगतको हितको लागि लिनुहोस् । लिएर मलाई अधिष्ठित गर्नुहोस् ।
गुरु इदं रत्न मण्डल कं निर्यातयामि ॥

(सात थरी सामग्री अर्पण)

साश्यी पोङ्क्यी ज्युग्शीङ् मेतोग् टाम् ।
गन्ध जल लिपेर फूल जडेको भूमि छ ।
रिराप् लीङ्श्यी जीदे ग्येन्पा दी ।
मेरु, चार द्वीप, सूर्य, चन्द्रले अलंकृत यसलाई
साङ्गे श्यीङ्दु मीग्ते बुल्वा यी ।
बुद्ध क्षेत्रको रूपमा सम्झेर चढाएको हुनाले
डोकुन् नाम्दाग् श्यीङ्दु च्योपार् श्योग् ॥
सबै सत्वहरूले विशुद्ध क्षेत्रको रूपमा भोग गरून् ॥

(१ लाख पल्ट चढाउने)

दोइठो तीमुग्, दुग्गी कुन्लाङ् पे ।

राग, द्वेष र मोह रूपी विषबाट जागेका

लुइङाग् यीसुम् जेच्योद् कुन्थोल् स्याग् ।

जीउ, बोली र मनका सबै दुराचारको प्रायश्चित गर्छु ।

लेग्जे कुन्ला यीराङ् डोवे खाम् ।

सारा सुचरितहरू अनुमोदन गर्छु । व्यक्तिको क्षमता अनुसार

झिश्यीन् थेगछोग् छोखोर् कोर्कुल् श्यीङ् ।

उत्तम यानको धर्मचक्र प्रवर्तन गर्न प्रार्थना गर्छु ।

न्याडेन मीदा तेन्शुग् सोल्वार् ग्यी ।

परिनिर्वाणमा नगई सदा रहन याचना गर्छु ।

गेवा लामे ज्याङ्छुब् छेन्पोर् डो ।

आफ्ना सारा पुण्य अनुत्तर महाबोधिको लागि परिणामना गर्छु ।

छोग्श्यीङ् राङ्थीम् टोइमे डाङ्दु श्याग् ॥

सम्भार क्षेत्र आफूमा लय हुन्छ । निष्प्रपंच स्वभावमा रहन्छु ।



वज्रधर



वज्रवाराही

(चौथो अधिष्ठान प्रवेशको लागि गुरुयोग)

राङ्गी जेचुन् नाल्ज्योर् मायी कुर् ।

आफै भट्टारिका योगिनीको कायमा प्रकट भएँ ।

साल्वे च्यीओर् ठीपे जीदेई तेङ् ।

शिरको गद्दीमाथिको सूर्य र चन्द्रमाथि

ग्याल्कुन् डोओ लामा दोर्जे छाङ् ।

सारा बुद्धहरूका स्वरूप गुरु वज्रधर हुनुहुन्छ ।

सीज्यीन थुग्जे सील्छेन् पाग्मे पा ।

तेजस्वी र अपार करुणाको महाथोपाले युक्त,

छाग्जी थाब्शे सुङ्जुग् दोर्डील् जीन् ।

दुवै हातमा उपाय र प्रज्ञा युगनद्ध प्रतीक वज्र र घण्टा लिएका छन् ।

ग्येन्धाङ् छालुग् छेन्पे योङ्जोग् शीङ् ।

अलंकार, वस्त्र, लक्षण र अनुव्यञ्जन परिपूर्ण

दाग्ला ग्येपे श्याल् रे जुम्कार् यो ।

म प्रति प्रसन्न भई मुस्काई रहेको

येशे ओसेर् खाख्याब् राप्बार् श्युग् ॥

ज्ञानरश्मी आकाश भर प्रकाशित गरिरहेको छ ॥

(महामुद्रा परम्परा गुरु प्रार्थना)

रिग्येइ वाङ्छ्युग् दोर्जे जीन् ।

सय कुलका अधिपति वज्रधर ।

तील्दुङ् यश भद्र धाङ् ।

तिल्लीपाद, यश भद्र (नारोपा)

छोक्यी लोडोइ थोइपा गे ।

मार्पा धर्ममति, श्रवणानन्द मिलाले

दाग्गी जीङ्पोइ द्योन्थोङ् चोल् ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

घेलोङ् छोजे फागडु धाङ् ।

भिक्षु जीवक (गाम्पोपा), फाग्डोपा,

पेमा दोर्जे चाङ्पा ग्या ।

पेमा दोर्जे, चाङ्पा ग्यारे,

ओन्धाङ् श्योन्नु जीमे छेन् ।

ओन्रे, शोन्नु सेङ्गे र न्यीमा सेङ्गेले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

सेङ्गे शेराप् पोङ्क्या पा ।

सेङ्गे शेराव, पोङ्क्यापा,

चुसुम् कुन्ना दोररिन् पा ।

चुसुम्पा सेङ्गे ग्याल्पो, (जाम्याङ्) कुन्ना सेङ्गे, दोर्जे रिन्छेन,

लोडोङ् ख्येन्चे तोग्देन् ग्यी ।

लोडो सेङ्गे, ख्येन्चे तोग्देनले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

लोछोग् नाम्खे नाल्ज्योर् पा ।

लोडो छोग्देन्, नाम्खा नाल्ज्योर,

ग्याल्वे वाङ्धाङ् डुकपा जे ।

नाथ डुग्पा ग्याल्वाङ्, कुन्ना पाल्जोर ।

छोक्यी डाक्पा याब्से क्यी ।

छोक्यी डाग्पा पिता पुत्रले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

ग्याल्वा नाम्क्यी थुग्जे नी ।

बुद्धहरूको करुणा

दाग्चाग् नाम्धाङ् थुन्शुग् पा ।

हामीसँग अनुकूल हुने गरी रहेका

जेचुन् लामा पेकार् जीन् ।

भट्टारक गुरु पेमा कार्पोले

दाग्ग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

रिन्छेन् पाल्साङ् ल्हाचे वा ।

रिन्छेन् पाल्साङ्, ल्हाचे डावाङ् साङ्पो,

जोग्पे साङ्गे पाग्साम् वाङ् ।

सम्यक् सम्बुद्ध पाग्साम् वाङ्पो,

छ्याग्दोर् नोर्बु याब्से क्यी ।

छ्याग्दोर् नोर्बु पिता पुत्रले

दाग्ग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरा सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

तुल्शुग् च्योजे राङ्रीग् श्याब् ।

व्रतचर्यावान राङ्रीग्ज्यू

सीश्यी चुग्थेन् मीफाम् वाङ्

भवशान्त शिरोमणि मिफाम् वाङ्पो,

जाम्याङ् ठीन्ले राब्तेन् ग्यी ।

जामयाङ् ठीन्ले राब्तेन्ले

दाग्ग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

छेधाङ् येशे पाग्मे पे ।

अपार आयु तथा ज्ञानका

वाङ्छयुग् रिगग्याई ख्याब्दाग् छे ।

अधिपति सय कुलका महाधिपति

यीश्यीन नोर्बु जे लामे ।

चिन्तामणि समान नाथ गुरु छेवाङ् नोर्बुले

दाग्गी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

धाम्पे गोन्यी जेसुङ् श्यीङ् ।

सद्नाथको अनुशरण गरेका

ज्याङ्छुब् च्योपे ल्हाग्साम् चेन् ।

बोधिचित्तको आशय युक्त

काग्यु ठिन्ले शीङ्ताङ् दे ।

काग्यु ठिन्ले शिङ्ताले

दाग्गी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

देवा छेन्पोङ् राङ्श्यीन् कु ।

महासुख स्वभावकाय भएका

डेन्छोग् ठिन्ले यारफेल् धाङ् ।

उत्तम नायक ठिन्ले यारफेल,

मीफाम् छोक्यी नाङ्वा यी ।

मीफाम् छोक्यी नाङ्वाले

दाग्गी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

जाम्पाल् येशे डुब्पा धाङ् ।

मञ्जुश्री, येशे डुब्पा

मिफाम तेन्पे न्यीमे श्याव् ।

मिफाम तेन्पे न्यीमाज्यू

डेधोन छोक्यी ग्याछोई ।

डेधोन छोक्यी ग्याछोले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्चोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ॥

डेन्छोग छोक्यी न्यीन्जे पाल ।

उत्तम नायक छोक्यी न्यीन्जे,

मिफाम येशे नाङ्वा धाङ् ।

मिफाम येशे नाङ्वा,

दोखाम तेन्पे न्यीमा यिई ।

दोखामका तेन्पे न्यीमाले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ।

डुव्पे वाङ्छुग शाक्याश्री

सिद्धेश्वर शाक्यश्री,

ग्याल्वा मिफाम छोक्यी वाङ्

जिन मिफाम छोक्यी वाङ्छुग,

ग्याल्से फागछोग दोर्जेई

जिनपुत्र फागछोग दोर्जेले

दाग्यी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ।

ठुल्शयीग् पेमा छोक्यी ग्याल् ।

ठुल्शयीग् पेमा छोग्याल,

ग्याल्वाङ् गेलेग् वाङ्पो धाङ् ।

जिनेन्द्र गेलेग् वाङ्पो,

डेन्छोग मिफाम शेडुव् क्यी ।

उत्तम नायक मिफाम शेडुव्ले

दाग्गी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ।

च्यीचुग् जीदे देन्तेङ् दु ।

शिरको सूर्य चन्द्र आसनमा

छेचिग् साङ्गे तेर्जे पे ।

एकै जन्ममा बुद्ध बनाउने

ढीन्चेन् चावै लामा यी ।

कृपालु मूल गुरुले

दाग्गी जीङ्पोङ् धोन्थोङ् चोल ॥

मेरो सारको अर्थलाई देखाउनुहोस् ।

देतार् ग्युपे लामार् सोल्ताब् पे ।

यसरी परम्परागत गुरुको वन्दनाद्वारा

मोङ्गुङ् थुधाङ् क्याब्नाम् चेछेन् ग्यी ।

श्रद्धा र आदरको बल र कृपाले शरणदाता

दाग्ला ज्यीन्लाब् छेदु येने मार् ।

मलाई अधिष्ठान दिन दाहिनै तर्फबाट

रिम्पे ओङ्शु चावै लामार् थिम् ॥

क्रमशः गुरुहरू रश्मी भई मूल गुरुमा मिल्नुहुन्छ ॥

(गुरुयोग पाठ)

साङ्गे कुन्दुइ लामा रिन्पोछे ।

सारा बुद्ध संग्रहित गुरु रत्न

धाम्छो कुन्दुइ छोजे रिन्पोछे ।

सारा सद्धर्म संग्रहित धर्म स्वामी रत्न

घेन्दुन् कुन्दुइ डेन्छोग् रिन्पोछे ।

सारा संघ संग्रहित नायक रत्न

चासुम् कुन्दुइ चिग्छोग् ग्याल्पो ला ॥

त्रिमूल संग्रहित एकमात्र राजालाई

सोल्वा देब्सो थुग्जे च्येनयी सिग् ।

प्रार्थना गर्छु करुणाले हेर्नुहोस् ।

मोइपे भुला धाता ज्यीनयी लोब् ।

श्रद्धावान पुत्रलाई अहिले नै अधिष्ठित गर्नुहोस् ।

क्याब्गोन रेसा श्येन्ना माछी पे ।

शरणको आशा अरूमा नभएकाले

ताग्पार् थुग्जे दाग्सोग् क्याङ्दु सोल् ॥

सदा करुणाले हामीलाई पालन गर्नुहोस् ॥ (३ पल्ट पाठ गर्ने)

साङ्गे कुन्दुइ चावै लामा ला ।

सारा बुद्ध संग्रहित मूल गुरुलाई

गोसुम् गुइपा छेन्पोइ सोल्वा देब् ।

काय, वाक, चित्तद्वारा आदरसाथ प्रार्थना गर्छु ।

दोइमे नेलुग् राङ्ङो शेपा धाङ् ।

अनादि प्रकृति स्वभावलाई आफैं जानेर

छेधाङ् डुब्पा न्याम्पार् ज्यीनयी लोब् ॥
आयु र साधना हजुर समान बनाउन दिनोस् आशीर्वाद ॥
लामा साङ्गे रिन्पोछेला सोल्वा देब् ॥
धर्मस्वामी बुद्ध रत्नलाई वन्दना गर्छु ।
छोजे साङ्गे रिन्पोछेला सोल्वा देब् ॥
धर्मस्वामी बुद्ध रत्नलाई वन्दना गर्छु । (१ लाख पल्ट पाठ गर्ने)

जेचुन् लामे कुयी नेशयी ले ।

भट्टारक गुरुको चार स्थानबाट

ओठोङ् दाग्यी नेशयीर श्रीम्युर् पे ।

रश्मी निस्केर मेरो चार ठाउँमा लय हुन्छ ।

डीब्शयी धाग्चीङ् कुशयी डोन्दु ज्ये ।

चार आवरण शोधन भई चार काय साक्षात होस् ।

लामा राङ्थीम् ऐर्मे न्याम्पार् शाग् ॥

गुरु आफूमा लय भई अभेद भएको अवस्थामा समाहित हुन्छु ॥

(पुण्य परिणामना)

गेवा दीयी जुर्दु दाग् ।

यो पुण्यले चाडै मैले

पाल्देन् लामा डुब्पुर् ने ।

श्रीमद् गुरु सिद्ध गरी

डोवा चीग्याङ् मालुङ् पा ।

एउटै प्राणी पनि नछाडी

ख्येक्यी साला गोङ्पार् शोग् ॥

तपाईंको अवस्थामा राख्न सकूँ ॥

क्येवा कुन्तु याङ्गुदाग् लामा धाङ् ।

हेरेक जन्ममा सदगुरुसंग

डाल्मे छोक्यी पाल्ला लोङ्च्यो चीङ् ।

अलग नभईकन धर्मको श्री भोग गरी

साधाङ् लाम्यी योन्तेन् राब्जोग् ते ।

भूमि र मार्गको गुण पूर्ण गरी

दोर्जे छाङ्ग्यी गोफाङ् जुर्थोब् शोग् ॥

वज्रधरको पद शीघ्र प्राप्त होस् ॥

जाम्पाल् पाओङ् जीतार् ख्येन्पा धाङ् ।

शुर मञ्जुश्रीको जस्तो ज्ञान छ

कुन्तु साङ्पो देयाङ् देश्यीन् ते ।

समन्तभद्रको पनि त्यस्तै छ ।

धेधाग् कुन्यी ज्येसु दाग्लोब् चिङ् ।

उहाँहरू सबैको अनुशरण गर्दै

गेवा दीदाग् थाम्चे राब्तु डो ॥

यी सबै पुण्य परिणामना गर्छु ॥

ज्याङ्छुब् सेम्छोग् रिन्पोछे ।

उत्तम बोधिचित्त रत्न

माक्ये पानाम् क्येग्युर् चिग् ।

पैदा नभएकामा पैदा होस् ।

क्येपा न्याम्पा मेपा धाङ् ।

पैदा भएकामा क्षति नहोस् ।

घोङ्ने घोङ्दु फेल्वार श्योग् ॥

उत्तरोत्तर फैलेर जाओस् ॥

क्येवार् धाम्पे छोला नेन्तेन् ग्यी ।

यो जन्ममा सद्धर्ममा निरन्तर लागौं ।

ज्याङ्छुब् छेन्पोई साला माछीन् भार् ।

महोबोधि भूमिमा नपुगेसम्म

भाछे दुइश्यीइ युल्ले ग्याल्वा धाङ् ।

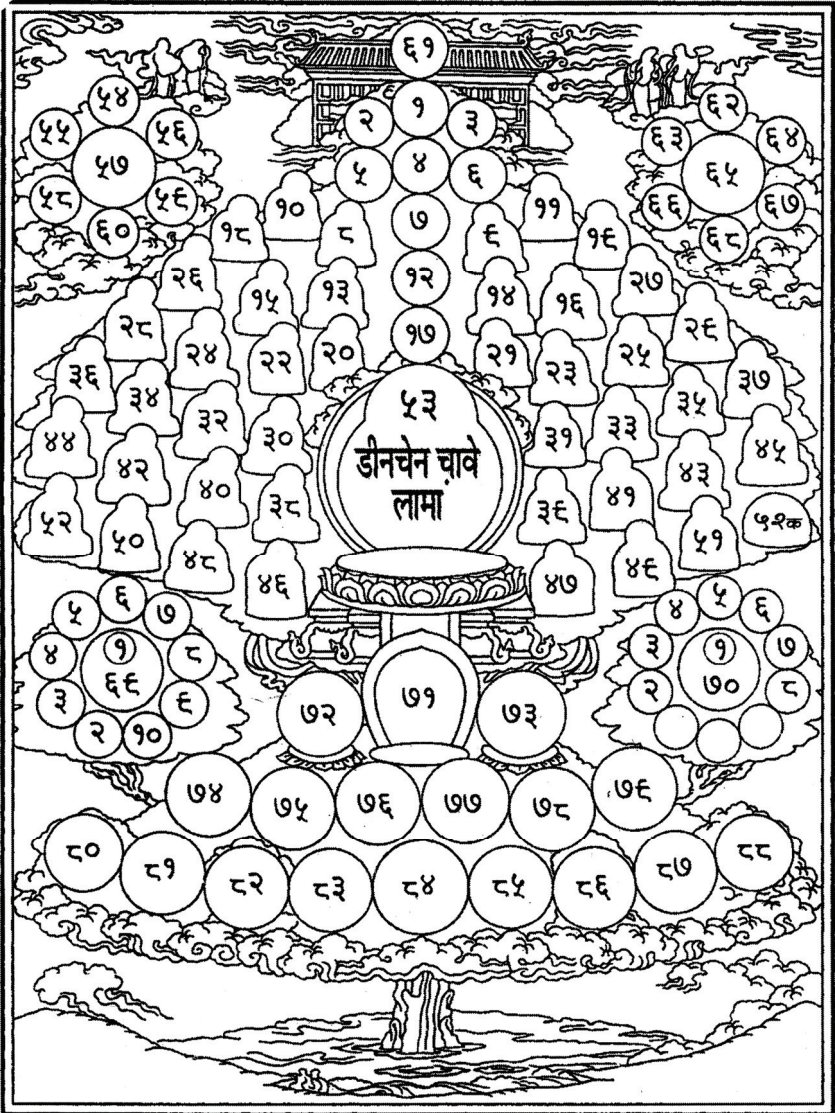
बाधक चार मारसंगको संग्राम जितौं ।

न्यामतोग् घोङ्दु फेल्वे टाश्यी शोग् ॥

अनुभूति र साक्षात्कार वृद्धिबाट मङ्गल होस् ॥

(चार याममा गरिने यो संक्षिप्त आलम्बन क्रमको पद्यात्मक पाठलाई गुह्यमंत्र वज्रयानको योगी काग्यु तेन्पे ग्याल्छेन ग्युर्मे योङ्दुव् धाम्छोई न्यीमाले मिलाएर लेखेको हुँ । यस पुण्यबाट आफू र अरूहरूको आयु तथा अभ्यासमा पूर्णता चाँडै परम् सिद्धि प्राप्त हुन सकोस् । खेन्पो सेडुप तेन्जिनको निर्देशनअनुसार नेपाली लोचवा पुण्यप्रसाद पराजुलीद्वारा महान बौद्ध स्तुप झ्यारूङखास्योर निकटमा अनुवाद गरिएको हो । कुनै त्रुटि भएमा गुरु, देव, डाकिनी र धर्मपालहरूले क्षमा गर्नुहोस् । विज्ञानले सुझाव दिनुहोस् ।)

॥ भवतु सर्वमङ्गलम् ॥



सम्भार वृक्ष

आवरण पृष्ठको सम्भार वृक्षअनुसार परम्परा गुरुहरु तथा देवगणहरुको सूची

- | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| १) वज्रधर (दोर्जेछाङ) | २) तील्ली शोराप साङ्पो |
| ३) नारो ज्ञान सिद्धि | ४) मारपा छोक्यी लोडोइ |
| ५) जेचुन मिलारेपा | ६) दाग्पो दाओइ श्योन्नु (गाम्पोपा) |
| ७) फाग्डु दोर्जे ग्याल्पो | ८) लीड्रे पेमा दोर्जे |
| ९) ग्यारे येशे दोर्जे (चाङ्पा ग्यारे) | १०) ओनरे दार्मा सेङ्गे |
| ११) छोजे श्योन्नु सेङ्गे | १२) ज्याङ्सेम् जीमा सेङ्गे |
| १३) दोरलीङ सेङ्गे शोराप | १४) पोङ्क्यापा सेङ्गे रिन्छेन् |
| १५) चुसुम सेङ्गे ग्याल्पो | १६) जाम्याङ कुन्गा सेङ्गे |
| १७) छोजे दोर्जे रिन्छेन | १८) जाम्याङ लोडोइ सेङ्गे |
| १९) न्याम्मे ख्येन्चे तोग्देन | २०) जाम्याङ येशे रिन्छेन |
| २१) डुबछेन लोडोइ छोग्देन | २२) डीन्चेन शोराप साङ्पो |
| २३) ठुल्श्रीग नाम्खे नाल्ज्योर | २४) ग्याल्वाङ् कुन्गा पाल्ज्योर |
| २५) डावाङ छोक्यी ग्याल्पो | २६) जाम्याङ छोक्यी डाक्पा |
| २७) कुन्पाङ शोराब ग्याछो | २८) कुन्ख्येन पेमा कार्पो |
| २९) सेम्पा रिन्छेन पेल्साङ् | ३०) ल्हाचेवा डावाङ् साङ्पो |
| ३१) ग्याल्वाङ् पागसाम् वाङ्पो | ३२) छ्याग्दोर नोर्बु |
| ३३) राङ्गिग् रेछेन | ३४) ग्यालवाङ् मीफाम वाङ्पो |
| ३५) ठीन्ले राम्नेन् | ३६) रिगजीन छेवाङ् नोर्बु |
| ३७) काग्यु ठीन्ले शीङ्ता | ३८) ठीन्ले यारफेल |
| ३९) कुन्सीग छोक्यी नाङ्वा | ४०) येशे डुब्पा |
| ४१) चोगडा तेन्पे जीमा | ४२) जीम्मे मीग्युर वाङ्ग्याल |
| ४३) छोक्यी जीन्ज्ये | ४४) शेज्या कुनख्येन |

- | | |
|------------------------------|---|
| ४५) तेन्पे जीमा | ४६) डुब्वाड शाक्या श्री |
| ४७) मीफाम छोवाड | ४८) फाग्छोग दोर्जे |
| ४९) ठीपोन पेमा छोग्याल | ५०) ग्याल्वाड गेलेग वाङ्पो |
| ५१) खेडुब् तेन्जीन् पेल्साङ् | ५२) शेडुब छोक्या जीन्ज्ये (थुम्से रिन्पोछे) |
| ५२क) श्री सेडडाक रिन्पोछे | ५३) डीन्चेन चावै लामा (मूलगुरु) |
| ५४) गुरु रिन्पोछे (पद्मसंभव) | ५५) शान्तरक्षित |
| ५६) छोग्याल ठीसोड देउचेन | ५७) अतीश दिपंकर |
| ५८) छोग्याल फाग्पा | ५९) जे गेदुन डुब्पा |
| ६०) श्याब्डुड डावाङ् नाम्याल | ६१) छोकु युम्छेन्मो (प्रज्ञा पारमिता) |
| ६२) रेछुङ् दोर्जे डाक्या | ६३) कर्मपा दुङ्सुम् ख्येन्या |
| ६४) श्याङ् चोनडुङ् डाक्या | ६५) डीगुङ् क्योब्मा |
| ६६) लोरे डाक्या वाङ्छयुक | ६७) गोइछाङ्पा गोन्पो दोर्जे |
| ६८) ताग्छाङ् डावाङ् डाक्या | ६९) दशै दिशाका बुद्धहरू |
| ७०) अष्ट बोधिसत्वहरू | ७१) चक्रसम्बर |
| ७२) श्वेत तारा | ७३) हरित तारा |
| ७४) वज्रकील | ७५) फाग्मो देन्जी श्याल्मा (वज्र वाराही) |
| ७६) हेवज्र | ७७) कालचक्र |
| ७८) महामाया | ७९) गुरु डाक्या |
| ८०) कुवेर (वैश्रवण) | ८१) जोङ्खा |
| ८२) यु डोन्मा | ८३) लेगोन ज्यादोङ् |
| ८४) चतुर्भुज महाकाल | ८५) महाकाली (पाल्देन ल्हामो) |
| ८६) छेरिङ्गा | ८७) ज्याग्पा मेलेन |
| ८८) गणेश | |

༡༡། །སློན་འགོ་བཞི་སློར་གྱི་མིང་དམིགས་ངག་འདོན་ཉུང་ཅུར་
སྐྱེལ་བ་བྱང་ཚུབ་སྤང་བྱེད་ལོར་བུའི་སློན་མེ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །དཀར་བརྒྱད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱང་རྒྱལ་སྐྱེས་ཚུལ། །སྤིང་རྗེའི་རོལ་བ་བསམ་ཡས་བས། །
གཞན་དོན་མཛད་པ་སྤྲོ་མའི་ཞབས། །ལྷུ་ལ་ལས་འདུད་དོ་བྱིན་གྱིས་རྣོབས། །

འདིར་དམ་པའི་ཚོས་མཐའ་དག་གི་འཇུག་སྐྱོ་སློན་འགོ་བཞི་སློར་གྱི་ཉམས་ལེན་མིང་དམིགས་
ཉུང་ཅུར་བསྐྱེས་ཏེ་ངག་འདོན་ཚོག་བཅད་དུ་སྐྱེལ་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཐོག་མར་དལ་འབྱོར་རྗེད་
དཀའ་སོགས་སྐྱོ་ལྷུ་ལ་དུ་གསལ་གདབ་ཅིང་ངག་ནས།

དཔལ་ལྡན་རྩ་བའི་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
བདག་གི་སྤྱིང་གར་བསྐྱེད་ཟེ་ལུ་འབྱུ་ལ། །
འབྲལ་བ་མེད་པར་རྟག་པར་བཞུགས་ནས་ཀྱང་། །
སྤྱི་གསུང་ཕྱགས་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། །

དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྗེད་པར་དཀའ། །
ད་རེས་ཐོབ་འདི་དོན་མེད་མི་གཏོང་བར། །
འདིག་རྟེན་བྱ་བ་ཀུན་ལས་སྐྱོ་སྤྲོ་གསེ། །
དམ་ཚོས་ཚུལ་བཞིན་སྤྲོ་བ་པར་བྱིན་གྱིས་རྣོབས། །

དག་སྟོན་ལས་འབྲས་བུ་མེད་བྱེད་བ་པོ་ལྟོ། །
ཀུན་གཞི་ལོ་མཁས་སྟོང་དཀར་ནག་འབྲས་སྟོན་གྱི་ལ། །
རྒྱ་འབྲས་སྟོང་དོར་ཕྱ་ཞིབ་བྱེད་བ་དང་། །
འཁོར་བར་ཞེན་ལོག་སྟེ་བར་གྱིན་གྱིས་རྩོམ་ས། །

དེ་ནས་སྐབས་འགྲོ་ལོ་མཁས་བསྟེན་གྱི་མིང་ལ་སྐབས་ལྷུ་གསལ་གདབ་བ་མི།
རང་མདུན་ནམ་མཁར་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལོ་དབུས། །
བདུད་རྩི་རྒྱ་མཚོ་དཀར་དྲངས་ཡངས་པའི་དགྱིལ། །
དཔག་བསམ་ཤིང་ཆེན་རྒྱས་པའི་དབུས་ཉིད་དུ། །
རིན་ཆེན་མི་བད་ཉི་ལྔའི་གདན་གྱི་སྟེང་། །

ཅ་བའི་སྐྱ་མ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་དངོས། །
ནམ་པ་དོར་འཆང་རྒྱལ་བའི་རྒྱན་བཀོད་རྩོགས། །
བརྒྱད་ལྡན་སྐྱ་མ་རབ་འབྲམས་ཚོགས་གྱིས་བསྐྱོད། །
མདུན་དུ་བཅོམ་ལྡན་འཁོར་ལོ་སྟོན་བ་ལ། །

དཔག་ཡས་རྒྱད་སྡེ་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཡིས་བསྐྱོད། །
གཡས་སུ་བྱུང་དབང་སངས་རྒྱས་ཚོགས་བཅས་དང། །
རྒྱབ་དུ་ཡུམ་ཆེན་དམ་ཚོས་སྐྱེགས་བམ་ཚོགས། །
གཡོན་དུ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་ཚོགས་གྱི་གཙོ་བོ། །

བྱང་སེམས་ཉན་ཐོས་དག་འདུན་ཆེན་པོས་བསྐྱོད། །
ཕྱོགས་མཚམས་བར་སྤང་འཇུག་འོད་ཟེར་གྱི་སྐྱོད། །
དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་སྤང་མའི་སྡེ། །
སྐྱབས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་སྤྲིན་བྱང་འབྲིགས་བཞིན་གསལ། །

བདག་དང་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །
སྐྱབས་མགོན་རེ་ས་གཞན་མེད་ཁྱེད་ཤེས་སྐྱོས། །
བྱང་ཚུབ་བར་དུ་གུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
ལྷ་མེད་བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །

ཞེས་སྐྱབས་སེམས་ལན་གསུམ།

དེ་ནས་རང་ལུས་ཀྱི་བཀོད་པ་དཔག་མེད་སྤྱལ་ནས་ཕྱག་འཚལ་བའི་མོས་པས།

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མ་སངས་
རྒྱས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མ་ལོངས་
སྟོད་རྫོགས་པའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མ་ཐུགས་རྗེ་
སྤྱལ་བའི་སྐྱེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱ་མ་སངས་རྒྱས་
དེན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

ཞེས་ཕྱག་སྟོང་ཕྱག་གཅིག་གམ་ཅི་ལུས་སུ་བཙལ་རྗེས།

ཡིད་ཀྱིས་ཀུན་ཏུ་དམིགས་པས་ཡན་ལག་བདུན་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཚོན་དེ། དག་ཏུ་ཚོག་བསྐྱས་པར།
ཕྱག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། །

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

དགེ་བ་རྩལ་བཅད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྤྱིར་བསྟོའོ། །

མདུན་གྱི་ཡི་དམ་ཚོགས་ཞིང་གཡས་བསྐྱོད་དུ།
དབུས་གྱི་སྤྲོ་མ་གཙོ་འཁོར་ལ་ཐིམ་སྟེ།
མཐར་ཡང་སྤྲོ་མ་འོད་ལྷ་རང་ལ་བསྟེན།
ཐུགས་ཡིད་དབྱེར་མེད་སྐྱོད་དུ་མཉམ་པར་བཞག།

། རྒྱུག་སྐྱིབ་སྐྱོད་བྱེད་དོར་སེམས་བསྐྱོམ་བཞུས་ལ།

རང་གི་སྐྱི་བོར་བད་དཀར་རྩེ་བའི་སྟེང་།
རྩེ་ལས་དོ་རྩེ་སེམས་དབའ་སྐྱུ་མདོག་དཀར།
དོར་དྲིལ་བྱུག་རྒྱས་ཡུམ་མཚོག་སྟེམས་མ་དམར།
གྱི་ཐོད་འདྲིན་འབྱུང་ཞབས་གཉིས་དོར་སྐྱིལ་བཞུགས།

གཉིས་ཀའང་རིན་ཚེན་རུས་རྒྱན་དར་དབྱེངས་མཛེས།
དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་གསལ་བའི་གནས་གསུམ་དུ།
ཨོ་ཨྲུཾ་རྩེ་མཚན་ཐུགས་སྟོག་སྟུགས་གྱིས་བསྐྱོད།
དེ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབ་རྟེན་སྐྱིབ་བཀུས།

སྒྲོལ་སྒྲོགས་རྟམ་བཏེགས་ཁྲིལ་སངས་རྒྱས་ཀུན། །
བུབ་སྒྲོགས་མ་བུའི་ཁྲི་སྒྲིང་དམ་ཚོས་ཚོགས། །
བྱང་དུ་མཁའ་ལྗིང་ཁྲིལ་སྒྲུན་རས་གཟིགས། །

ཚོགས་མཚོག་དགོ་འདུན་ཚེན་པོ་འཁོར་བཅས་ཀྱི། །
བར་མཚམས་ཀུན་ཁྱབ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་ལོ། །
སྒྲུང་མ་དམ་ཅན་མ་ལུས་དགྲེས་བཞུགས་བ། །
སྒྲུབ་བའི་དགྲེས་འཁོར་མཚོད་ཡུལ་ཡུད་ཀྱིས་དམིགས། །

དེ་ནས་མཚུལ་སོ་བདུན་མ་འབྲུལ་བ་ནི།

ཚོ་བརྗོད་བྱ་མི་ཞུ་མྱོ།
གཞི་རྣམ་པར་དག་པ་དབང་ཚེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི།
ཚོ་བརྗོད་རེ་ཁེ་ཞུ་མྱོ།
སྤྱི་ལྷགས་རིའི་ཁོར་ཡུག་གིས་བསྐྱོར་བའི་དབུས་སུ་སྤྱོ།
རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ། །ཤར་ལུས་འཕགས་པོ། སྒྲོ་རྩམ་བུ་སྤྱིང།
བུབ་བ་ལང་སྒྲོད། བྱང་སྐྱེ་མི་སྒྲུབ།

ཤར་དུ་ལུས་དང་ལུས་འཕགས།

སྟོར་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན།

བྱབ་ཏུ་གཡོ་སྟོན་དང་ལམ་མཚོག་འགྲོ།

བྱང་དུ་སྐྱ་མི་སྟོན་དང་སྐྱ་མི་སྟོན་གྱི་ལྷ།

རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་།

འདོད་འདྲེའི་བ། མ་རྗེས་བའི་ལོ་ཉིག།

འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ།

བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྟོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ།

སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཉ་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། གཉེར་ཆེན་པོའི་བུམ་པ།

སྐྱེག་མོ་མ། འཕྲེང་བ་མ། སྐྱ་མ། གར་མ། མེ་ཉོག་མ། བདུག་སྟོས་མ།

སྤང་གསལ་མ། སྲི་ཆབ་མ། ཉི་མ། ལྷ་བ།

རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས། ཕྱོགས་ལས་རྣམ་བར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན།

ལེགས་མཛད་ཀུན་ལ་ཡི་རང་འགྲོ་བའི་ཁམས། །
རྩི་བཞིན་ཐེག་མཆོག་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བསྐྱུལ་ཞིང་། །

སྤངས་མི་འདའ་བརྟན་བཞུགས་གསོལ་བར་བགྱི། །
དགེ་བ་སྐྱེ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ། །
ཆོགས་ཞིང་རང་ཐེམ་སྟོས་མེད་ངང་དུ་བཞག། །

༥ བཞི་པ་ཕྱིན་སྐབས་འཇུག་པར་ཕྱིད་པ་སྐྱེ་མེད་ལྷན་འདོན་གྱི།

རང་ཉིད་རྩི་བཞིན་ལྷན་འགྲོར་མ་ཡི་སྐྱུར། །
གསལ་བའི་སྐྱེ་མེད་ཁྱི་བད་ཉི་ལྷའི་སྟེང་། །
རྒྱལ་ཀུན་རོ་པོ་སྐྱེ་མ་དོ་རྩི་འཆང་། །
གཟི་བྱིན་ཐུགས་རྩི་ཐེམ་ཆེན་དཔག་མེད་པ། །

ཕྱག་གཉེས་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་དོར་བྱིལ་འཛིན། །
རྒྱན་དང་ཆ་ཕྱགས་མཚན་དཔེ་ཡོངས་རྩོགས་ཤིང་། །
བདག་ལ་དགྲེས་བའི་ཞལ་རས་འཇུམ་དཀར་གཡོ། །
ཡི་ཤེས་འོད་ཟེར་མཁའ་ཁྲུབ་རབ་འབར་བཞུགས། །

ཕྱག་ཚེན་བརྒྱུད་པའི་གསོལ་འདེབས་ནི།

རིགས་བརྒྱའི་དབང་ཕྱག་རྟོ་རྟོ་འཛིན། །

ཉིལ་བརྟུང་ཡ་ལུ་ལྷ་བྱ་བྱ་དང། །

ཚོས་གྱི་སློ་བྱོས་ཐོས་པ་དགས། །

བདག་གི་སྟོང་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

དགེ་སྟོང་འཚོ་མཛད་པག་གྱུ་དང། །

བརྒྱ་རྟོ་རྟོ་གཙང་བ་རྒྱ། །

དཔོན་དང་གཞོན་ཅུ་ཉི་མའི་མཚན། །

བདག་གི་སྟོང་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

མེད་ཤེས་རབ་སྟོས་སྐྱུ་བ། །

བརྟུ་གསུམ་ཀུན་དགའ་དོར་རིན་བ། །

སློ་བྱོས་མཁུན་བཅེ་ཉོགས་ལྡན་གྱིས། །

བདག་གི་སྟོང་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

སྟོ་མཚོག་ནམ་མཁའའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །
རྒྱལ་བའི་དབང་དང་འབྲུག་པ་རྗེ། །
ཚོས་གྱི་གྲགས་བ་ཡབ་སྲས་གྱིས། །
བདག་གི་སྦྱིང་པོའི་དོན་མཐོང་སྦྱོལ། །

རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ནི། །
བདག་ཅག་རྣམས་དང་མ་ཐུན་བཞུགས་པ། །
རྗེ་བཙུན་སློམ་མ་བད་དཀར་འཇིག། །
བདག་གི་སྦྱིང་པོའི་དོན་མཐོང་སྦྱོལ། །

དེན་ཆེན་དཔལ་བཟང་ལྷ་ཅེ་བ། །
རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔག་བསམ་དབང། །
ཕྱག་དོར་ནོར་བུ་ཡབ་སྲས་གྱིས། །
བདག་གི་སྦྱིང་པོའི་དོན་མཐོང་སྦྱོལ། །

བརྟུལ་ལྷགས་སྟོད་མཛད་རང་རིག་ཞབས། །

སྲིད་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་མི་པམ་དབང། །

འཇམ་དབྱངས་འཕྲིན་ལས་རབ་བརྟན་གྱིས། །

བདག་གི་སྣོད་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

ཆོ་དང་ཡེ་ཤེས་དཔག་མེད་པའི། །

དབང་ཕྱུག་རིགས་བརྒྱའི་ཁྱབ་བདག་ཆེ། །

ཡིད་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་རྗེ་སྣེ་མས། །

བདག་གི་སྣོད་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

དམ་པའི་མགོན་གྱིས་རྗེས་བཟུང་ཞིང། །

བྱང་ཆུབ་སྟོད་པའི་ལྷག་བསམ་ཅན། །

བཀའ་བརྒྱད་འཕྲིན་ལས་ཤིང་ཉའི་སྟེས། །

བདག་གི་སྣོད་པོའི་དོན་མཐོང་སྟོལ། །

བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་སྐྱེ།
 འདྲེན་མཚོག་འཕྲིན་ལས་ཡར་འཕེལ་དང་།
 མི་ཤམ་ཚོས་ཀྱི་སྣང་བ་ཡིས།
 བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ།

འཇམ་དཔལ་ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པ་དང་།
 མི་ཤམ་བསྟན་པའི་ཉི་མའི་ཞབས།
 དེས་དོན་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡིས།
 བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ།

འདྲེན་མཚོག་ཚོས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་དཔལ།
 མི་ཤམ་ཡེ་ཤེས་སྣང་བ་དང་།
 མདོ་ཁམས་བསྟན་པའི་ཉི་མ་ཡིས།
 བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ།

གྲུབ་པའི་དབང་སྤྱད་ལྟུང་གྲི། །
རྒྱལ་བ་མི་པམ་ཚོས་ཀྱི་དབང་། །
རྒྱལ་སྲས་འཕགས་མཚོག་དྲེ་ཡིས། །
བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ། །

འཇུག་ཞིག་སྒྲུ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ། །
རྒྱལ་དབང་དགེ་ལེགས་དབང་པོ་དང་། །
འདྲེན་མཚོག་མི་པམ་བའད་སྤྱད་ཀྱིས། །
བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ། །

སྤྱི་གཙུག་ཉི་ཟླའི་གདན་སྣང་བྱ། །
ཚེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་སྣང་མཛད་པའི། །
དེན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་ཡིས། །
བདག་གི་སྣང་པོའི་དོན་མཐོང་སྣོལ། །

དེ་ལྟར་བརྒྱུད་པའི་སློབ་མར་གསོལ་བཏབ་པའི། །
མོས་གྲུས་མ་ཐུ་དང་སྐྱབས་རྣམས་བཅེ་ཆེན་གྱིས། །
བདག་ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཆེད་དུ་ཡས་ནས་མམ། །
རིམ་བས་འོད་ལྷུ་ཅ་བའི་སློབ་མར་ཐེམ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་སློབ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །
དམ་ཚེས་ཀྱི་འདུས་ཚོས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ། །
དགེ་འདུན་ཀྱི་འདུས་འབྲེན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །
ཅ་གསུམ་ཀྱི་འདུས་གཅིག་མཚོག་རྒྱལ་པོ་ལ། །

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་རྗེའི་སྐྱུན་གྱིས་གཟིགས། །
མོས་པའི་བྱུ་ལ་ད་ལྟ་བུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །
སྐྱབས་མགོན་རེ་ས་གཞན་ན་མ་མཆིས་པས། །
ཉག་པར་ཐུགས་རྗེས་བདག་སོགས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །ལན་གསུམ།

མཐར་བཟོ་བ་ནི།

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །

དཔལ་ལྷན་སློམ་ལྟུང་གྱུར་ནས། །

འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །

ཁྱེད་གྱི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སློམ་དང། །

འབྲལ་མེད་ཚོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང། །

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་ཉེ། །

དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག །

འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང། །

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཉེ། །

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སློབ་ཕྱིར། །

དགོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །

བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ། །
མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེས་ཀྱུར་ཅིག །
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

སྐྱེ་བར་དམ་པའི་ཚོས་ལ་ནན་ཏན་གྱིས། །
བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོའི་ས་ལ་མ་སྐྱིན་བར། །
བར་ཆད་བདུད་བཞིའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་དང་། །
ཉམས་ཉོགས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

དེ་ལྟར་སྐྱབ་བཞིའི་དམིགས་རིམ་ཉུང་ཅུའི་ཚོག་བཅད་དག་འདོན་འདི། གསང་མཉགས་དོ་རྩེ་ཐེག་
པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལྟ་བུར་བརྒྱུད་བཞུག་པའི་རྒྱལ་མཚན་འགྱུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དམ་ཚོས་ཉི་
མའི་ཕྱེས་སྐྱབ་གཅིག་ལ་ཤར་མར་སྲུག་བྲིས་སུ་བཞུར་བ་དགེ་བས་རང་གཞན་ཚོ་དང་སྐྱབ་པ་
མཐར་སྐྱིན་ཞིང་། མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱུར་དུ་སྐོབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །།

རྣམས་ལྟ་སྐྱབ་མཁྱེན་ལོ།།