Chögyal Namkhai Norbu

LONGSAL TEACHINGS

VOLUME EIGHT

Shang Shung Edizioni

Lotsawa Series
278E

This publication is intended for those who have already received the Dzogchen transmission from Chögyal Namkhai Norbu

© 2008 Shang Shung Edizioni
58031 Arcidosso GR-Italy
tel: 0564 966039
e-mail: shangshunged@tiscali.it
Website: http://shop-it.shangshunginstitute.org

IPC - [redacted] - Approved by the International Publications Committee of the Dzogchen Community founded by Chögyal Namkhai Norbu

Chögyal Namkhai Norbu

LONGSAL TEACHINGS

VOLUME EIGHT

Translated from Tibetan and edited
by Adriano Clemente
With the kind help of the Author

Shang Shung Edizioni

CONTENTS

Preface 9

The Most Important Point of the Lama Gongdü 11
The History 13

The Upadesha on the Total Behavior of Equal Taste 27
The History 29
Root Text 109

The Outer, Inner, and Secret Practices of the Guru Wisdom Dakini 141
The History 143
The Secret Practice 151
The Outer Practice 187
The Inner Practice 213

The Dream of the Mandarava Cave 255

TRANSLATOR'S NOTE TO THE LONGSAL SERIES OF TEACHINGS

The Longsal Cycle or *The Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis (Klong chen 'od gsal mkha' 'gro'i snying thig*) is the collection of Chögyal Namkhai Norbu's discovered teachings. This series of publications contains translations of the original texts together with the histories of their discovery. The reader should be aware that in order to thoroughly understand and apply the teachings included in the texts, it is essential to rely upon the oral instructions of the transmission holder.

PREFACE

This eighth volume of teachings from the Longsal cycle contains upadeshas and instructions received through dreams over a period of time from 1959 to 2007.

The Most Important Point of the Lama Gongdü (*Bla ma dgongs 'dus kyi gnad gzer*) contains in a few words the essence of the famous cycle of teachings *Lama Gongdü*, in eighteen volumes, rediscovered by the great *tertön* Sangye Lingpa (1340-96).

The Upadesha on the Total Behavior of Equal Taste (*sPyod pa ro snyoms chen po'i man ngag*) contains extraordinary instructions on how to deal with the five emotions according to the Dzogchen path of self-liberation. The dreams relating to this upadesha are connected to the Mahaguru of Uddiyana Padmasambhava, to the author's uncle Khyentse Rinpoche Pawo Heka Lingpa (1910-1959/60), and to the ancient siddha of Uddiyana, Aryapalo.

The Outer, Inner, and Secret Practices of The Guru Wisdom Dakini (*Bla ma ye shes mkha' 'gro ma'i phyi nang gsang gsum las byang*), received in a single dream in 2007, contains the texts of the outer, inner and secret ways of applying the practice of the Guru Wisdom Dakini or Jñanadakini.

The Dream of the Mandarava Cave (*Mandā ra ba'i sgrub phug nang gi rmi lam*) also known as

The experiential instructions of Shrīndra (*shrīn dra'i nyams khrid*) is the account of two dreams in which the author witnessed a Ganapuja of Mandarava led by the yogini Shrīndra and received clarifications.

I wish to thank Steven Landsberg, Nancy Simmons, and Liz Granger for reviewing my English translation.

July 2008

Adriano Clemente

THE MOST IMPORTANT POINT OF THE *LAMA GONGDÜ*

བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་གནད་གཅེར༔

ༀ༔ ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔ བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་གནད་གཟེར༔

བྱོན་འབྱུང་།

ཤིང་མོ་ཡོས་ཀྱི་ལོ་ ¡ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༥ ཟླ་ ༣ ཆོས་གཞུང་ ¡ ཞིག་ལ། ང་རང་ཨི་ཏ་ལི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་ ༠ན་པོ་ལི་༠ ཞེས་པའི་གྲོང་ཚན་ ༠པོ་ཟུའོ་ལི་༠ ཞེས་བྱ་བར་གནས་སྡོད་བྱས་ཡོད་ཅིང་། མཁའ་འགྲོ་འདུ་བའི་ཉིན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཞོགས་པར། ཁོ་བོས་མགོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་གཏེར་ཆེན་སངས་རྒྱས་གླིང་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་མང་ཙམ་ཞིག་བཤད་པ་དང་། ཕྱི་དྲོར་ཁོ་བོ་ཕར་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་རྩེར་ཕྱིན་ཏེ། ཕག་ཤ་དུམ་གཅིག་དང་། བག་ལེབ། ཆང་ཤེལ་དམ་གང་བཅས་ལ་བརྟེན་ཏེ། སྐབས་བདེའི་ཚོགས་མཆོད་ཞིག་ཀྱང་ཕུལ་བ་དེ་དག་གི་རྐྱེན་གྱིས་ཨེ་ཡིན་སྙམས། གང་ལྟར་ཡང་ནུབ་དེ་ནུབ་ཀྱི་ནམ་ཐོ་རེངས་སུ་ཁོ་བོ་ལ་མནལ་ལམ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ནི།

ང་རང་རི་བོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ངོགས་སུ་ཡོད་འདུག་ཅིང་། དེར་ངོ་མི་ཤེས་ཤིང་ཆ་རྒྱུས་མེད་པའི་གྲྭ་པ་དང་ཨ་ནི།

ༀ From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein Is Contained

THE MOST IMPORTANT POINT OF THE *LAMA GONGDÜ*

THE HISTORY

In the Wood-Female-Hare year [around the middle of March 1975], while I was living in Pozzuoli near Naples, South Italy, on the morning of the special day in which the Dakinis assemble (the twenty-fifth) I spoke at length to my university students about the story of the great *tertön* Sangye Lingpa. In the afternoon I went to the top of a hill in front of my house and offered a simple Ganapuja with a piece of ham, bread, and a bottle of wine. Maybe because of this, that night in the early morning I had the following dream:

I was on the slope of a big mountain, where a large crowd of people – monks and nuns, yog-

རྣལ་འབྱོར་པ་ཕོ་མོའི་ཆས་ལུགས་ཅན། སྤྲུགས་པ་དང་ཁྲིམ་པ་ལྷ་བུའི་མི་ཚོགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་རི་བྲག་ཆེན་པོ་དེའི་ངོས་ནས་གྱེན་ཕྱོགས་སུ་འཛེགས་ཀྱིན་ཡོད་འདུག ང་རང་ཡང་མི་ཚོགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་དུ་སྒྱུ་འགྲོས་ལྷ་བུའི་རྩལ་གྱིས་ཡར་ཙམ་གྱིན་དུ་འཛེགས་ཏེ་ཕྱིན། ངའི་སེམས་སུ་མི་ཚོགས་འདི་རྣམས་རི་བོ་ཆེན་པོ་འདིར་འཛེགས་དོན་གང་ཡིན་ངེས་པར་དུ་རྟད་ཆོད་པ་ཞིག་དགོས་འདུག སྐམས་ཏེ། ཕོ་བོའི་ཉེ་ཕྱོགས་ན་གྲྭ་བ་སྐུ་གཞོན་ན་བཟའ་མཛེས་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ལ།

ཁྱེད་ཚོ་རི་བོ་འདིར་འཛེགས་དོན་གང་ཡིན།

ཞེས་དྲིས་པས། ཁོང་གིས་ཁྲིལ་བཀད་འདྲ་བ་ཞིག་བྱེད་ཀྱིན་ན་རེ།

ཁྱོད་རི་ལ་འཛེགས་དོན་གང་ཡིན་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་རི་ལ་འཛེགས་ནས་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད༔

ཅེས་ཟེར་ནས་མགྱོགས་པོར་ཕྱིན་སོང་། ཅུང་ཟད་ཙམ་ན་ཨ་ནེ་གཞོན་ནུ་མ་ཞིག་སླེབ་འོང་གི་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ལ་ཕོ་བོས་སྔར་ལྟར་དྲིས་པས། ཨ་ནེ་དེས་ཉམས་ཆུང་བའི་རྣམ་པ་དང་བཅས་ཏེ་ན་རེ།

ལགས་ང་ཚོ་རི་འདིའི་རྩེ་ལ་གཏེར་སྟོན་རྩ་ཆེན་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་སྐད་འདུག་པ་དེ་ཁུགས་ཙམ་ཞིག་མཇལ་དུ་འགྲོ་ཡིན༔

ins and yoginis, Ngakpas and householders – unknown to me and with whom I had no familiarity, were climbing up the side of the rock. I was walking along with them, as if following what everybody else was doing. Then I thought, "I have to find out why all these people are climbing this mountain!"

I asked a young monk nearby dressed in a fine robe, "Why are you all climbing this mountain?"

He ridiculed me, "If you don't even know the reason why we are climbing this mountain, what are you doing here?" and went quickly ahead.

After a while I saw a young nun approaching, so I asked her the same question. The nun replied in a humble manner, "We have heard that at the top of this mountain there is a very important *tertön*, and so we are going to pay a short visit to him."

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག དེ་ནས་ཡར་ཙམ་བསྐྱོད་པ་དང་། ངའི་འགྲམ་དེར་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་བསྐྱོད་བྱུང་བ་དེ་ལ།

རི་བོ་འདིའི་རྩེ་ལ་བཞུགས་པའི་གཏེར་སྟོན་རྩ་ཆེན་དེ་སུ་ཡིན་ཁྱེད་ཀྱིས་མཁྱེན་གྱི་ཨེ་ཡོད།

ཅེས་དྲིས་པས། ཁོང་གིས་མཛའ་བརྩེའི་རྣམ་པ་དང་བཅས་ཏེ།

གཏེར་སྟོན་རྩ་ཆེན་དེ་སངས་རྒྱས་གླིང་པ་རིན་པོ་ཆེ་རེད༔ ཁོང་གིས་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་སྐོར་གྱིན་བཞུགས་ཡོད་རེད༔ ཁྱེད་རང་ལ་ཆ་རྒྱུས་མེད་ན་ངས་ཁྱེད་ལ་རྒྱུས་ཤེས་ཞུའོ༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་ལ་གུས་ཞབས་དང་བཅས་ཏེ།

ང་ལ་གནས་འདིའི་ཆ་རྒྱུས་གང་ཡང་མེད། བཀའ་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ།

ཞེས་བྱུས་ནས་དལ་གྱིས་ཁོང་གི་ལྷན་དུ་རི་རྩེའི་བར་འཛེགས་ཕྱིན་པ་ཡིན། རི་བོ་དེའི་རྩེ་ཕྱོགས་དང་ཉེ་བའི་གནས་སུ་བྲག་རི་ངོས་འཇམ་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་རྩར་བསྐྱོད་པ་དང་། དེར་སྤང་ཐང་ཆུང་ངུ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་སྟེང་ཐོག་དེར་ད་སྔ་རི་ལ་འཛེགས་ཕྱིན་ཚད་

Then I went a little ahead, when a yogin arrived near me.

I asked him, “Do you know who the important *tertön* who dwells on the top of this mountain is?”

“The important *tertön* is Sangye Lingpa Rinpoche. He is turning the wheel of Dharma of the *Gongdü*. If you don’t know about it, I will inform you”, he replied cordially.

“I have no familiarity at all with this place. Thank you very much”, I answered him with respect, and continued climbing slowly together toward the top of the mountain.

At one point we reached a small meadow at the base of a smooth rock near the top of the mountain where everyone who had climbed up was now sitting, scattered here and there. The

ཐར་ཐོར་དུ་བསྡུད་ཡོད་འདུག་ལ། གྲྭ་པ་དང་ཨ་ནེ་དེ་ཚོ་ནི་བྲག་ངོས་དེ་ལ་ཁ་གདད་ཅིང་གྲལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་བསྒྲིགས་པས་སྐད་གདངས་ཆེ་ཙམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་གླིང་པའི་གསོལ་འདེབས་འདྲ་ཞིག་འདོན་གྱི་ཡོད་འདུག ང་ལ་གྲོགས་དན་གནང་མཁན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེས། ཡ་གེའི་བྲག་དཀྱིལ་དེར་ཕུག་པ་ཆེ་ཙམ་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ལ་མཛུབ་སྟོན་གནང་གིན་ཁོང་ན་རེ།

སངས་རྒྱས་གླིང་པ་ཡ་གེའི་བྲག་དཀྱིལ་གྱི་ཕུག་པའི་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་རེད༔

ང་ཚོས་འདི་ནས་ལྷུང་བཟུང་སྟེ་ཡ་གེའི་བྲག་དཀྱིལ་གྱི་ཕུག་པར་འགྲོ་དགོས་རེད༔

ད་ང་ཚོས་ལྷུང་སྐྱོར་བྱེད་དང༔

ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་དེ་འཕྲུལ་སར་བཞུགས་ནས་ལྷུང་སྐྱོར་གནང་མཛད་ཀྱི་འདུག ངས་གཡས་གཡོན་རྣམས་སུ་བལྟས་པས་དེར་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཕོ་མོ་མང་ཞིག་དང་། ཁྲིམ་པ་དང་སྔགས་པའི་ཆས་ཅན་འགའ་ཤས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷུང་སྐྱོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་འདུག ངའི་སེམས་སུ་ ངས་ལྷུང་སྐྱོར་སྦྱངས་ནསཉམས་ལེན་ཕྲན་བུ་བྱས་པ་དེས་འདི་ནས་བྲག་ཕུག་ཏུ་འགྲོ་ཐུབ་པའི་ནུས་པ་ཐོན་མི་ཐུབ་པ་ཐག་ཆོད། དེ་ལས་ངས་བླ་མ་སངས་

monks and nuns, seated facing towards the rock in two rows, one outer and one inner, were chanting loudly something that sounded like an invocation to Sangye Lingpa.

The yogin who was assisting me pointed his finger to a big cave located at the midpoint of the rock above:

"Sangye Lingpa dwells in that cave in the middle of the rock. To reach the cave we have to hold our breath. Let's practice pranayama now!"

He immediately sat on the ground and started to practice pranayama. Looking to my right and my left, I saw many yogins and yoginis, and some householders and Ngakpas, practicing pranayama. I thought, "I am certain that the little pranayama training and practice which I have done will not be powerful enough to allow me to go from here to that cave. It is more likely that I will reach the rock if I maintain the condition of equality of

རྒྱས་གླིང་པ་དང་ཐུགས་ཡིད་གཉིས་མེད་ཀྱིས་དུས་བཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ངང་ཉིད་བསྐྱངས་ན་བྲག་ཕུག་དེར་སླེབས་ཤས་ཆེ་ སྣམས་ནས་ངས་དེ་བཞིན་བྱས་པ་དང་། སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་བྲག་ཕུག་ཆེན་པོའི་ངོས་རྣམས་སུ་དགོངས་འདུས་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཁྲ་ལམ་མེར་གསལ་བའི་དབུས། ཤེལ་རྡོ་ཟུར་བརྒྱད་པ་ཞིག་གི་སྟེང་ན། གཏེར་ཆེན་སངས་རྒྱས་གླིང་པ་སྐུ་གཞོན་ནུའི་ཤ་ཚུགས་ཅན། དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཆགས་པ། སྐུ་ལ་རས་དཀར་གྱི་སྨད་གཡོགས། ཁ་དོག་སུམ་རིས་ཅན་གྱི་སྒོམ་ཐག་དང་། རུས་པའི་རྒྱན་དུ་མས་བརྒྱན་པ། དབུ་སྐྲ་ཕྱེད་བཅིངས་ཕྱེད་གྲོལ་བ། ཕྱག་གཉིས་ངལ་གསོའི་རྒྱ་ཅན་ཞིག་གི་འཁོར་དུ་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་རུས་པའི་རྒྱན་ཆས་ཅན་དུ་མས་བསྐོར་ནས་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པའི་མདུན་དྲུང་དེར་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག དུས་སྐབས་དེར་ཁོང་རྣམ་པས།

ཿམཿ མཿ ཀཽཿ ལིངཿ སཿ མནཿ ཏཿ

ཞེས་པའི་སྒྲ་དབྱངས་འདི་ཀུན་བཟང་ཀློང་དྲུག་གི་གདངས་སུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྒྱུར་ཏེ་ལེན་གྱི་ཡོད་འདུག རེ་ཞིག་ན་སྒྲ་དེའི་མཚམས་བཞག་ནས།

ཨཿ

the fourth time through the non-duality of Guru Sangye Lingpa's state and my mind."

I did this, and in that very instant I arrived before the great *tertön* Sangye Lingpa who was sitting upon an octagonal crystal at the center of a big cave, on whose walls the mandalas of the deities of the *Gongdü* were shining brightly. He had a youthful body, white with a reddish hue, and he wore a skirt of white cotton, a meditation belt of three colors, and many bone ornaments. His hair was half tied and half hanging loosely, and his hands settled in the mudra of relaxation. He was surrounded by many yogins and yoginis with bone ornaments. At that moment all of them were singing over and over with the melody of the Six Spaces of Samantabhadra:

MA MA KO LING SA MAN TA

At a certain point they stopped, and after sounding a long

A

ཞེས་པའི་གདངས་རིང་ཞིག་གི་ངང་ཉིད་དེ་ར་ཡུད་ཙམ་ཞིག་འཇམ་ཆིལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་ནས་བཞུགས་མཛོད་པའི་མཐར། གཏེར་ཆེན་སངས་རྒྱས་གླིང་པའི་ཞལ་སྔ་ནས།

འོ༔ རིགས་ཀྱི་བུ་རྣམས་གསོན་ཅིག༔ ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་བླ་མ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་གནད་ཀྱི་ཡང་སྙིང་འདུས་པའི་མན་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་སྦྱིན་པར་བྱའོ༔

ཨ༔

ཞེས་གསུངས་ཏེ་དལ་ཅིག་མཉམ་པར་བཞག་ནས་བཞུགས། སྐབས་དེར་ད་སྟོན་ཁོ་བོ་ལ་རིགས་གནང་མཁན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་དང་། ཁོང་གི་གྲོགས་མཆེད་འགའ་རྣམས་ལྷུང་སྦྱོར་ལ་བརྟེན་ཏེ་དེར་བསླེབས་སོང་།

ཅུང་ཞིག་ན་གཏེར་ཆེན་སངས་རྒྱས་གླིང་པས་ཤིན་ཏུ་དལ་ལ་འཇམ་པའི་གསུང་དབྱངས་ཤིག་གིས།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

༔དགོངས་པ་འདུས་པ་ཚིག་ལས་འདས༔
༔སྐད་ཅིག་རིག་པར་དགོངས་པ་འདུས༔
༔ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཨེ་མ་ཧོ༔
༔དགོངས་འདུས་ཆོས་ཀུན་ཡོངས་སུ་རྫོགས༔

ཨཿ ཨཿ ཨཿ

they remained silent in that state, relaxing in contemplation for a short time.

Then the great *tertön* Sangye Lingpa said, "Oh, noble students, listen! I am going to give you a special upadesha which contains the quintessence of the *Lama Gongdü*."

Then he sounded:

A

and remained for a brief time in contemplation. In that moment the yogin who had previously assisted me and some of his friends arrived there by means of the pranayama practice.

After a while the great *tertön* Sangye Lingpa, in a slow and pleasant voice, taught the following:

OṂ ĀḤ HŪṂ

The union of primordial states is beyond words.
In the instant Rigpa (all) primordial states are unified.
The single Thigle is marvelous.
All dharmas are perfected in the union of primordial states.

A A A

ཞེས་གསུངས་པའི་མོད་དེར། སངས་རྒྱས་གླིང་པའི་སྐུ་དེ་འོད་མཐིང་གའི་ཐིག་ལེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་། དེར་ཡོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་ཀུན་ནས་འུར་དིར་དིར་གྱིས་སངས་རྒྱས་གླིང་པའི་གསོལ་འདེབས་འདྲ་ཞིག་འདོན་གྱི་ཡོད་འདུག རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ངའི་གདོང་ལ་གཙེར་གྱིས་བལྟ་གནང་གི་འདུག་པས། ངས་འོད་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དེ་ལ་དམིགས་པ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གཏད་དེ་སྙིང་ཐག་པ་ནས།

སངས་རྒྱས་གླིང་པ་རིན་པོ་ཆེ། སླར་ཡང་སྤྲོན་གྱི་སྐུ་དེ་རུ་གཞིངས་སུ་གསོལ།

ཞེས་གསོལ་བ་ཕུ་ཚུགས་སུ་འདེབས་ཀྱིན་ཡོད་ངང་དེར་མནལ་ལས་སད་ཅིང་། རྨི་ལམ་གྱི་ཚུལ་དེ་གནད་དོན་ཅན་ཞིག་ཏུ་གོ་སྟེ། ཁོ་བོས་དེ་འཕྲུལ་དུ་དྲན་ཐོ་རགས་ཙམ་པ་འདི་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ།། །།

As soon as he had pronounced this, the body of Sangye Lingpa became a large Thigle of sky-blue light, while all the yogins and yoginis present started to chant, like the hum of a crowd, invocations to him. Since I noticed that some yogins and yoginis were staring directly at my face, I concentrated one-pointedly on the blue Thigle and prayed from the bottom of my heart:

"Sangye Lingpa Rinpoche! Please appear again in your body!"

While I was thus fervently praying, I woke up. I understood the dream was very significant and immediately wrote down these notes.

Sangye Lingpa

THE UPADESHA ON THE TOTAL BEHAVIOR OF EQUAL TASTE

སྤྱོད་པ་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་མན་ངག་བཞུགས༔

ༀ༔ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
སྤྲོད་པ་རོ་རྙོམས་ཆེན་པོའི་མན་ངག་བཞུགས༔

འབྱོན་འབྱུང་།

ས་མོ་ཕག་ལོ་ ༼ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩༽ སྟོན་ཟླ་ར་བའི་ཚེས་གཞུང་དུ། ཁོ་བོ་རུམ་བཏེགས་སུ་རྒྱལ་དབང་ཀརྨ་པའི་སྐུ་དྲུང་དུ་བཅར་ཏེ་ཞག་གྲངས་བདུན་ཕྲག་གཅིག་བསྡད་ཡོད་པའི་དགོང་ཐོ་རེངས་ཤིག་གི་མནལ་ལམ་དུ།

ང་རང་དགོན་གནས་གང་ཡིན་མ་ངེས་པ་ཞིག་གི་རྩོད་གྲྭ་ཚོམས་ཆེན་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་སྣ་མང་གི་དགེ་རྒྱལ་སློང་མང་ཞིག་འདུས་ནས་ཡོད་པའི་ལྷན་དུ་ཡོད་འདུག

ཁོང་རྣམ་པ་ནས་སྡོམ་གསུམ་ངོ་བོ་ཐ་དད་དང་མི་དད། གང་ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུད་དུ་སྡོམ་པ་གསུམ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ལྡན་དགོས་ལུགས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་རྩོད་པ་དྲག་ངར་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱག་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ལ། ཁོ་བོས་ནི་ཁོང་རྣམ་པའི་ཐུགས་བསམ་ལ་རྟོག་གཞིག་བྱེད་བཞིན་པས་འཇམ་ལྷོད་དེར་གནས་ཡོད་འདུག རེ་ཞིག་ན་གྲྭ་གཞོན་ཞིག་ཁོ་བོའི་དྲུང་དུ་བསླེབས་ཏེ། ཁོ་ན་རེ།

ཡ་གིའི་རི་ངོགས་ཀྱི་བྲག་ངོས་སུ་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཁྱེད་རང་གིས་ཀློག་ཤེས་པ་ཐལ༔

From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein Is Contained

THE UPADESHA ON THE TOTAL BEHAVIOR OF EQUAL TASTE

THE HISTORY

Around the middle of the first month of autumn of the Earth-Female-Boar year [1959] I paid a visit to Gyalwa Karmapa in Rumtek (Sikkim) for a week. One early morning I had the following dream:

I was inside the large debate hall of an unknown monastery, together with many novice and fully ordained monks of various schools who were assembled there. They were vehemently debating on topics such as whether the essence of the three vows is the same or different, and which is the way for a single individual to maintain all of the three vows in oneself. I was there in a relaxed mood, reflecting on their ideas.

At one point a young monk came to me and said (in a style used in logical debate), "You can

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་དེའི་ལན་དུ།

འདོད།

ཅེས་བྱས་པས། ཁོ་ན་རེ།

ཀློག་ཤེས་ན་བསླུག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཐལ༔

ཞེས་ཟེར་བ་ལ། ཁོ་བོས་ལན་དུ།

འདོད།

ཅེས་བྱས་པས། ཁོང་གིས།

འོ་ན་ངེད་གཉིས་ད་ལྟ་རང་བསླུག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཐལ༔ ཕྱི་ན་བར་ཆད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར༔

ཞེས་ཟེར་བ་ལ། ཁོ་བོས།

འདོད།

ཅེས་འདོད་གསུམ་གྱི་ལན་སྤྲད་རྗེས་སུ། ངེད་གཉིས་དལ་གྱིས་རྩོད་གྲྭ་དེ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པ་དང་།

གྲྭ་གཞོན་དེ་ན་རེ།

ཡ་གེའི་བྲག་ལོགས་སུ་ཡིག་འབྲུ་ཡ་མཚན་པོ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ངས་ཐེངས་མང་དུ་མཇལ་བྱུང་ནའང༔ དེ་ཀློག་ཤེས་མཁན་དང༔ དེ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་སུ་ཞིག་ཀྱང་འཕྲད་མ་བྱུང༔ ད་ལན་ངས་ཁྱེད་ཀྱི་མགུལ་པའི་མེ་ལོང་དེའི་ངོས་སུ་བྲག་ངོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུའི་ཐོག་མ་དེ་ཡོད་འདུག་པ་མཇལ་བྱུང་བ་དང༔ ཁྱེད་རང་ཡིག་འབྲུ་ཡ་མཚན་པོ་དེ་ཚོ་ལ་ཐུགས་རྒྱུས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་གོ་ནས་ཕྱི་ལོགས་སུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་ཡིན༔

surely read those letters on the rocky face of the mountain over there. You must understand this."

"I acknowledge this!"

"If you know how to read them, it is necessary to go there. You must understand this!"

"I acknowledge this!"

"Well then," he said, "the two of us have to go right now to read them, because if we delay, obstacles may arise. You must understand this."

"I acknowledge this!"

After I replied with these three acknowledgments, we slowly walked out of the debate hall.

The young monk then said, "Although I have seen those amazing letters on that rock face many times before, I have never met someone who could read them and took interest in them. This time I noticed on the *melong* around your neck the first of the letters which are on the rock, and I understood that you must be familiar with those amazing letters. Therefore I invited you to come outside. Excuse me."

དགོངས་དག༔

ཅེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་ལ།

འོ་ན་ངེད་གཉིས་ཡིག་འབྲུ་དེ་ཚོ་མཇལ་དུ་འགྲོ་དང་།

ཞེས་བྱས་ནས་ཕྱིན་པས། རྫོང་གྲྭའི་ཡར་ཐད་བྲག་རི་མཐོ་ཙམ་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་གཡམ་གྱི་བྲག་ལོགས་ངོས་འཇམ་པ་ཞིག་ཏུ། སློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་གི་རྩ་བའི་བརྡ་བྱང་དེ་དང་། དེའི་གཡམ་དུ།

༔ཤེལ༔དཀར༔ལྷུན༔པོའི༔རྩེ༔ལ༔

༔ཨུ༔རྒྱན༔མ༔ཧཱ༔གུ༔རུས༔

༔སྒྲོད༔པ༔རོ༔སྙོམས༔ཆེན༔པོའི༔

༔ཚོས༔ཀྱི༔འཁོར༔ལོ༔བསྐོར༔རོ༔

༔ཨཿ ལཿ ལཿ ཧོཿ ཨེཿ མཿ ཧོཿ

ཞེས་པ་འདི་རྣམས་གསལ་གྱི་ཡོད་འདུག ངས་ཚིག་འདི་རྣམས་ཚར་གཅིག་བཀླགས་མ་ཐག་ད་གའི་གྲྭ་གཞོན་དེ་ལ་བལྟས་པས། ཁོང་ཉིད་གནས་གྱུར་ཏེ་པྲ་མོ་ཏ་རྣམས་ཀྱི་ཆས་ལུགས་ཅན་གྱི་གཞོན་ནུ་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཡོད་འདུག ང་རང་ཙུང་ཟད་ཡ་མཚན་ཏེ།

ཁྱེད་རང་སུ་ཡིན།

ཞེས་དྲིས་པ་དང་། ཁོང་ན་རེ།

"Well then, let's go and read those letters," I said.

We went there and on the lower part of a high rocky mountain, in front of the debate hall, upon a smooth surface, I saw the root symbol of the *Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis*, followed by these lines:

On the peak of the White Crystal Mountain
The Mahaguru of Uddiyana
Is turning the wheel of Dharma
Of the *Total Behavior of Equal Taste.*
A LA LA HO E MA HO!

As soon as I read these words one time, I looked at the young monk, but he had become a young woman, dressed like a Pramoha. I was a little surprised. "Who are you?"

ལགས་ང་ནི་གནས་ཆེན་ཤེལ་དཀར་ལྷུན་པོའི་ཞིང་སྐྱོང་མ་ ○ས་ཀ་ར○ ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་ལ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ཨུ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུས་སྤྲོད་པ་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་ཆོས་འཁོར་བསྐོར་གནས་དེར་འཁྲིད་མཛོད་རོགས་གནང་དང་།

ཞེས་དྲིས་པས། ཁོང་གིས་ཞལ་འཛུམ་པའི་མདངས་དང་བཅས་ཏེ།

ཞབས་ཕྱི་ཞུ་དང་ཞུ༔ ངས་ཁྱེད་རང་གདན་འདྲེན་ཞུ་དོན་ཡང་དེ་ཡིན་ཨང༔ བྱས་ན་ངེད་གཉིས་འདིར་ཙུང་ཞིག་བཞུགས་ཏེ་རྡོ་རྗེའི་གླུ་ཞིག་གཏོང་དང༔

ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་བྱས་པས། རྡོ་རྗེའི་གླུ་མཇུག་རྫོགས་པ་དང་ངེད་གཉིས་ཤེལ་མཁར་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཅན་གྱི་བར་ཁྱམས་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག སྐབས་དེར་ཞིང་སྐྱོང་མ་ས་ཀ་རས།

ད་ངེད་གཉིས་འདི་ནས་ཕར་ཐེབས་དང༔

ཞེས་ཟེར་ནས་ཁྱམས་ཆེན་དེ་བརྒྱུད་ནས་ཤེལ་མཁར་དེའི་ཁང་མིག་ཅིག་ཏུ་ཁྲིད་བྱུང་། དེར་ཉལ་ཁྲི་འདྲ་བ་གྲུ་བཞི་པ། དར་སྔོན་པོའི་ཡོལ་བ་ཅན་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་ལོགས་གཅིག་ནས་སྒོ་ཕྱེས་ཏེ།

"I am Sakara, the guardian of the sacred place White Crystal Mountain".

"Please bring me to the place where the Mahaguru of Uddiyana is turning the wheel of Dharma of the *Total Behavior of Equal Taste*!" I requested her.

She smiled radiantly, "Of course I will help you! This is the reason why I invited you. Now let's stay here for a while and sing the Song of Vajra."

We sang it, and at the end of the Song of Vajra I realized we had arrived inside a long corridor in a transparent crystal palace. In that moment Sakara, the guardian of sacred places, said, "Let's go ahead", and after crossing the corridor, she led me to a room in which there was something that resembled a square bed with a canopy of blue silk. She opened it on one side, and said, "Come inside!"

I entered and there was nothing but a multicolored mattress. As soon as we found ourselves

འདིའི་ནང་དུ་ཕེབས་དང༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ང་དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཕྱིན་པས། དེར་དར་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་འཕྱོལ་གདན་ཞིག་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག་ཀྱང་མི་འདུག་ཅིང་། ངེད་གཉིས་ནང་དུ་བསླེབས་མ་ཐག་མོས་ངའི་མགུལ་དུ་འཁྱུད་ཅིང་འོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ལ། སྐབས་དེར་ང་རང་གི་སེམས་སུ་ གཞོན་ནུ་མ་འདིས་ཆགས་པ་སྤྱོད་འདོད་དེ་ང་འདིར་ཁྲིད་ཡོད་པ་འདྲ། གང་ལྟར་ཡང་ཁོང་རང་སྤྲུལ་སྒྱུར་ནུས་མཁན་གྱི་ཞིང་སྐྱོང་མ་ཞིག་རེད་འདུག་པས། ཁོང་ལ་བདེ་སྟོང་གི་མན་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ཐག་ཆོད་ སྙམས་ནས་ངས་ཁོང་ལ་དམ་དུ་འཁྱུད་ཅིང་འོ་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཆགས་པ་སྤྱོད་གྲབས་བྱས་པའི་མོད་དེར་ཕྱིར་སྒྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་བཅས་ཏེ་ཉལ་ཁྲི་འདྲ་བ་དེ་ས་སྟེང་དུ་བབས་པའི་ཟོ་འདྲ་བ་ཞིག་བྱུང་། སྐབས་དེར་གཞོན་ནུ་མ་དེས།

ད་ངེད་གཉིས་བསླེབས་སོང༔ ཕྱིར་ཕེབས་དང༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ང་རང་དེར་ཁོང་གི་ལྟན་དུ་ལྟག་ཙམ་ཞིག་སྟོད་ཀྱིན་བདེ་སྟོང་གི་རོ་མྱོང་འདོད་པ་ཞིག་བྱུང་བས་ཁོང་ལ་ད་དུང་དམ་དུ་འཁྱུད་དེ་བསྡད་པ་དང་། ཁོང་ན་རེ།

ཆགས་པ་མེད་པ་དེ་ཆགས་པ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་ནམ༔

inside, she began to hug and kiss me. I thought, "It seems this girl has brought me here because she wants to make love. Whatever the case might be, since she is a guardian who has the power of transformation, she must definitely possess a special upadesha on Bliss and Emptiness."

Therefore, I embraced her tightly, kissed her, and was also ready to make love to her. In that very moment, I heard a thundering sound and at the same time I felt as if the bed had fallen to the ground.

The young woman said, "We have arrived! Let's go out!"

As I had the desire to stay a little longer to taste Bliss and Emptiness with her, I continued to embrace her tightly.

"Isn't total passion the absence of attachment?" she asked me.

ཞིས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་གི་བརྡ་དེ་ལེགས་པར་གོ་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏུ།

འོ་ལེགས་སོ། ངེད་གཉིས་མགྱོགས་པོར་ཕེབས་དང་།

ཞིས་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་འཐོན་པ་དང་། ཤེལ་བྲག་དཀར་པོ་ཕལ་ཆེར་གངས་རིའི་ལྷུན་པོ་འདྲ་བ་ལ། ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་འཇའ་ཚོན་གྱི་རྣམ་པ་ལྷ་བུའི་རང་འོད་ལྷམ་མེར་འབར་བ་ཞིག་ཏུ་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག དེ་ནས་གོམ་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་བརྐྱལ་བའི་རྗེས། བྲག་སྒོ་ཟླ་གམ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་ནང་དུ་ཕྱིན་པས། ནང་ཁོངས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ལ་འཇའ་ཚོན་ལྷ་བུའི་ཤེལ་འོད་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་ཕྱོགས་ཀུན་ནས་ལམ་ལམ་དུ་མཆེད་ཅིང་འཕྲུགས་པའི་དབུས་དེར་ཤེལ་རྡོ་དམར་སྨུག་ཟླ་གམ་འདོམ་ཕྱེད་ཙམ་གྱིས་མཐོ་བའི་ཁྲི་སྟེགས་ཞིག་གི་སྟེང་དུ། རྣལ་འབྱོར་པ་སྐུ་གཞོན་ནུ། ཕལ་ཆེར་དགུང་གྲངས་ཉི་ཤུ་ཙམ་པ། དབུ་སྐྲ་མཐིང་ནག་ཟལ་བུར་འཕྱུངས་པ། ཅུང་ཟད་སྒྲི་བོར་བཅིངས་པའི་ཁོངས་གསེང་དུ་རྡོ་རྗེ་དང་མེ་ལོང་ཆུང་ངུས་མཚན་པ། སྐུ་ལ་དར་མཐིང་དམར་གྱི་ན་བཟའ་བཞེས་པ་ཞིག་གིས། འཁོར་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་རུས་པའི་རྒྱན་ཆས་ཅན་བཅུ་ཕྲག་ཙམ་ཞིག་ལ། སྔགས་ཤིག་གི་ཕན་ཡོན་གསུང་གིན་བཞུགས་

I understood perfectly what she meant, and replied immediately, “Oh yes! Let’s hurry!” and we went out.

We had arrived at a white crystal rock similar to a snow mountain, vividly shining in all directions with its own natural light in rainbow-like forms. After walking a few steps further, we traversed the big, half-moon shaped entrance of a cave. The inside was spacious and dazzling with rainbow-like, crystal multicolored light from all directions. In the center, upon a throne of dark red crystal, half-moon in shape and half a fathom high, a young yogin, maybe twenty years old, was sitting. He had dark blue matted hair hanging loose, with a small part of it tied on the crown of the head, ornamented with a Vajra and small mirror, and was wearing a violet silk garment. He was explaining the benefits of a particular mantra to a retinue of some ten yogins and yoginis with bone ornaments.

ཡོད་འདུག ངོད་གཉིས་དེར་བསླེབས་པ་དང་། ཁོང་གིས་གསུང་འཕྲོ་བཅད་དེ།

འོ༔ ཀློང་ཆེན་རོལ་པའི་རྡོ་རྗེ༔ ཁྱེད་འདིར་ཕེབས་པ་ལེགས་སོ༔

ཞེས་དགྱེས་ཉམས་ཀྱི་ཚུལ་དང་བཅས་ཏེ་ཁོ་བོ་ངོ་མཁྱེན་པའི་རྣམ་པ་གསལ་པོར་བསྟན་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག ངས་ལག་གཉིས་ཀྱི་ཐལ་མོ་སྙིང་ཁར་སྦྱར་ནས་སྐུ་མདུན་དུ་བཙར་བ་དང་། ཁོང་གིས་ང་ལ་དབུ་ཐོད་ཅིག་གནང་ནས།

ད་འོ་ན་ཆོས་གྲལ་དུ་བཞུགས་མཛོད་དང༔ ངོད་རྣམས་རྡོ་རྗེ་གླུའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ༔

ཞེས་གསུངས་འདུག ངོད་གཉིས་སྐུའི་མདུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གདན་ལ་འཁོད་ཟིན་པ་དང་། དེར་ཡོད་བླ་སློབ་ཚང་མའི་ཕྱག་གཡས་པ་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་པས་སྙིང་ཁར་འཛོག་ཅིང་། ཕྱག་གཡོན་པ་རྣམས་མདུན་དུ་གཏད་དེ་སྐྱབས་སྦྱིན་གྱི་རྒྱ་ལྟར་འཆའ་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་ནས་ཕྱག་གཉིས་གོ་ལྡོག་པ་ཙམ་ལས་ཕྱོགས་འདྲ་བའི་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་རྡོ་རྗེའི་གླུ་ཞིག་ལེན་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག རེ་ཞིག་ན་ངའི་སེམས་རྟོག་ཏུ་ འདི་ཨུ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུ་རང་ཨེ་ཡིན། ཁོ་བོ་ལ་ཆ་རྒྱུས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ནི་རེད་

The moment we arrived he stopped teaching, and with a joyful expression said, "Oh! Longchen Rolpai Dorje! Welcome here!" showing clearly that he knew me.

Joining my palms at the heart, I went to stand before him.

He placed his forehead against mine and said, "Well, now sit down in the row. We are going to practice the Yoga of the Song of Vajra."

We sat on the ground in front of him, and then master and students placed their right hand at the heart in a mudra (of homage), with their left hand facing outside as in the mudra of giving protection. The women placed their hands in the same mudras, but with the opposite hands. In this way they sang the Song of Vajra. After a while I thought, "Is he really the Mahaguru of Uddiyana? He must be someone who knows me, but who?"

འདུག་ལ། སུ་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྣམ་གྲིན་ཡོད་ངང་དེར་སློབ་དཔོན་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་དེའི་ཞལ་སྔ་ནས།

ཨོཾ༔ རིགས་ཀྱི་བུ་རྣམས༔ ང་ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་སྤྱོད་པ་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་གདམས་པ་བསྟན་པར་བྱའོ༔

ཨཿ

ཞེས་པའི་གདངས་རིང་གི་ངང་ཡུད་ཙམ་བཞུགས་རྗེས་སུ།

༔མཉྫིན་ ས་ ཐྐུ་ ལི་ ད་ ཡ་ པ༔

༔ཨ་དི་ཀུན་བཟང་སྤྱོད་པ་ནི༔

༔འཁོར་བའི་ཆོས་ལས་འབྲས་པ་མིན༔

༔ཇི་སྙེད་རྣལ་མའི་ངང་ཉིད་དེར༔

༔ཇི་བཞིན་ཉིད་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིན༔

ཞེས་སོགས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་མང་ཞིག་གསུང་གིན་ཡོད་ངང་དེར་ཁ་བོ་མནལ་ལས་སད་ཅིང་། སད་རྗེས་སུ་ཁ་བོས་མནལ་ལམ་དེ་གསལ་བར་དྲན་གྱི་ཡོད་འདུག་མོད། ཚིགས་སུ་བཅད་པ་ནི་དེ་ཙམ་ཞིག་ལས་དྲན་མ་གསོས་པར་ལུས་སོ། ཨ་ཙ་མ།། ། ། ། །

While I was thinking, the great yogin and master said:

"Oh! Noble students! Now I will give you the teaching on the *Total Behavior of Equal Taste*."

He sounded a long

A

and remained for some time in that state. Then he started with:

MASMIN SA GHU LI TA YA PA

The Ati behavior of Samantabhadra does not mean escaping from the phenomena of samsara. Whatever exists is applied in one's behavior as it really is in the authentic condition…

While he was thus teaching many verses, I awoke. In that moment I clearly remembered my dream, but I could recollect only the verses quoted above. Alas!

ས་མོ་ལུག་ལོ་ །ཕྱི་༡༩༧༩ ཟླ་ ༡༡ ཚེས་ ༨། ལ། རྒྱལ་འབྲིལ་ཨ་མི་རི་ཁའི་རྒྱལ་ཁབ་ནུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ ○ཀ་ལི་ཕོར་ནི་ཡ་○ ཞེས་པའི་གྲོང་ཁྱེར་○སན་ཧྥྲན་སིསྐོ་○ ཞེས་བྱ་བར་རྫོགས་ཆེན་འདུས་སྡེའི་རི་མཚམས་ཚུགས་ཡོད་པའི་དགོང་དེའི་ནམ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ།

ཁོ་བོས་རི་མཚམས་པ་རྣམས་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་ཀུན་བཟང་གི་སྤྱོད་པ་ཇི་ལྟར་སྤྱད་དགོས་ཚུལ་སྟོན་གྱི་ཡོད་འདུག་ལ། སྐབས་དེར་ཁོ་བོས་དེ་སྟོན་གྱི་རྨི་ལམ་ཞིག་ན་ཨུ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུ་ཡིན་སྐད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་སྐྱ་གཞོན་ནུ་ཞིག་གི་དྲུང་ནས་ ○སྤྱོད་པ་རོ་སྙོམས་ཀྱི་མན་ངག་○ ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ཐོབ་ནའང་། ཁོ་མནལ་སད་དུས་སུ་མན་ངག་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དེ་རྣམས་འགའ་ཞིག་ལས་དྲན་མ་གསོས་པའི་ཚུལ་དེ་གསལ་བར་དྲན་གསོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ལ། ད་ལྟ་ཁོ་བོས་རི་མཚམས་པ་རྣམས་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་ཀུན་བཟང་གི་སྤྱོད་པ་ཇི་ལྟར་སྤྱད་དགོས་ཚུལ་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་འདིའང་རྨི་ལམ་གྱི་སྣང་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་ཟིན་ཅིང་། ཁོ་བོའི་སེམས་སུ་ངས་ད་ལན་ ○སྤྱོད་པ་རོ་སྙོམས་ཀྱི་མན་ངག་○ ཅེས་པའི་དཔེ་དེ་གང་དུ་བཞུགས་པ་རྩད་ཆོད་ངེས་པ་ཞིག་དགོས་འདུག

In the Earth-Female-Sheep year [on the eighth of November 1979], while I was leading a Dzogchen Community retreat in San Francisco, California, the United States of America, in the early morning I had the following dream:

I was explaining to the participants in the retreat the way in which in Dzogpa Chenpo one should apply the behavior of Samantabhadra. In that moment I remembered clearly that in a past dream I had received an extraordinary teaching called *The Upadesha on the Behavior of Equal Taste* from a young yogin said to be the Mahaguru of Uddiyana, and also that upon awakening I had been able to recollect only a few verses of the upadesha. I also recognized that the present situation, in which I was teaching the people in the retreat the way to apply the behavior of Samantabhadra in Dzogpa Chenpo, was a dream. I thought to myself, "This time I definitely have to find out where the book of *The Upadesha on the Behavior of Equal Taste* is!"

ཨང་ སྐམས་པ་དང་། སྐད་ཅིག་གིས་ཁོ་བོའི་སྣང་བ་ལིང་གིས་འགྱུར་ཏེ། ང་རང་གཅིག་པུ་ཤེལ་བྲག་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་འོད་ཟེར་ལམ་ལམ་དུ་འཕྲོ་བའི་ཕུག་པ་ཤེལ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ལ། ཕུགས་ཕྱོགས་སུ་ཤེལ་བྲག་མཐིང་ཁ་ངོས་ཤེལ་ཏུ་འཛམ་པ་ཞིག་གི་ངོགས་སུ། གསེར་ཞུན་མས་བྲིས་པ་ལྷ་བུའི་རང་བྱོན་གྱི་ཡིག་འབྲུ་མང་པོ་ཁྲ་ཐར་རེ་མཛལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག ངའི་སེམས་སུ་ ཤེལ་བྲག་ངོས་ཀྱི་ཡིག་འབྲུ་རང་བྱོན་འདི་ཚོ་སྒྲོད་པ་རོ་སྐོམས་ཀྱི་མན་ངག་ཡིན་ལས་ཆེ་ཨང་ སྐམས་ཏེ་མགྱོགས་པོར་དེའི་ཉེ་དྲུང་དུ་ཕྱིན་ནས་ཞིབ་པར་མཛལ་བས་དེ་རང་དུ་ཡོད་འདུག ང་རང་དགའ་ཐག་ཆོད་དེ་མྱུར་བར་ཤེལ་བྲག་གི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་བདེ་བར་བསྡད་དེ་བློ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དེ་རྣམས་རེ་བཞིན་དལ་གྱིས་ཀློག་གིན་ཡོད་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

འཿ ཨཿ ཧཿ ཤཿ སཿ མཿ

ཿཨ་ཏི་ཀུན་བཟང་སྒྲོད་པ་ནིཿ
ཿའཁོར་བའི་ཆོས་ལས་འགྲོས་པ་མིནཿ
ཿཇི་སྙེད་རྣལ་མའི་ངང་ཉིད་དེ་རཿ
ཿཇི་བཞིན་ཉིད་དུ་སྒྲོད་པ་ཡིནཿ

In one instant my vision completely changed, and I found myself alone inside a huge cave of crystal rock vividly shining with multicolored lights. In its innermost part, upon a smooth sky-blue surface of crystal rock I saw many self-originated letters, distinctly clear, as if written with molten gold.

I thought, "These self-originated letters on the crystal rock must certainly be *The Upadesha on the Behavior of Equal Taste*!" and I hurried closer. When I looked at them thoroughly, I discovered it to be so. With great joy I quickly sat down comfortably in front of the crystal rock, and with one-pointed concentration I started to read slowly the following verses:

'A A HA SHA SA MA

The Ati behavior of Samantabhadra does not mean escaping from the phenomena of samsara. Whatever exists is applied in one's behavior as it really is in the authentic condition.

༔སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཆོས་མ་ལུས༔
༔ཀུན་བཟང་རྒྱན་དུ་མ་གྱུར་མེད༔
༔དེ་ཕྱིར་བླང་དོར་མཚམས་བཅག་ཏེ༔
༔ཏིང་འཛིན་ཆེན་པོར་ལ་བཟླའོ༔
༔སྒོ་གསུམ་འདུ་བྱེད་ཅི་ཡང་རུང༔
༔རིག་པའི་ཀློང་དུ་མ་གྱུར་མེད༔
༔དེ་ཕྱིར་རིག་པར་རོལ་པའི་རྩལ༔
༔ངང་ཉིད་ཀློང་དུ་འདྲེས་པར་བྱ༔
༔བུང་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔དབང་པོ་མཆོག་བསྒྲུབ་རང་ངོ་རིག༔
༔རི་དྭགས་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔ཟབ་དོན་རྟོགས་པ་རང་ཐག་ཆོད༔
༔སེང་གེ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔རང་གྲོལ་བརྟུལ་ཞུགས་གདེངས་དང་ལྡན༔
༔སྨྱོན་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔རེ་དོགས་ཀུན་ཟད……………………༔
༔ཇི་སྲིད་གཉིས་སྣང་དབང་གྱུར་པ༔
༔དེ་སྲིད་དྲན་ཤེས་རྒྱུན་བརྟན་པས༔
༔སྤྱོད་ལམ་རྣམ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཀུན༔
༔རང་གྲོལ་ལམ་ཁྱེར་གནད་ལ་གཞོལ༔

Of all phenomena of the universe and its beings, of samsara and nirvana, there is nothing which is not an ornament of Samantabhadra. Therefore one should go beyond the limits of accepting and rejecting, transcending all in total contemplation.

Of all the actions of the three gates, there is nothing which is not part of the dimension of Rigpa. Therefore one should integrate in this condition the Tsal energy of the manifestation of Rigpa.

Behaving like a bee, one should acquire the supreme capacity and discover one's state.

Behaving like a deer, one should realize the profound meaning and not remain in doubt.

Behaving like a lion, one should possess the confidence of the resolute conduct of self-liberation.

Behaving like a madman, all hopes and fears exhausted...

As long as one is subject to dualistic vision, one should devote oneself to the main point of the practice of self-liberation in all four aspects of behavior through a stable continuity of presence and awareness.

༔ཉིན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་སྐབས་དུས་ཀུན༔
༔སྒོ་གསུམ་རྣལ་མའི་ཚུལ་ཤེས་པས༔
༔གཡེང་བ་མེད་པའི་དྲན་རིག་རྒྱུན༔
༔ཏིང་འཛིན་གཤིས་དང་འདྲེས་པར་བྱ༔
༔དབང་ལྔའི་ཡུལ་དུ་ཤར་བ་ཡི༔
༔འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་རུང་ལ༔
༔གཉིས་རྟོག་ཞེན་མེད་རང་གྲོལ་གྱིས༔
༔ཡུལ་སྣང་..................................༔
༔ཚོགས་དྲུག་བདག་གཞན་བཟང་དང་ངན༔
༔སླང་དོར་དགའ་སྡུག་རེ་དོགས་སོགས༔
༔གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་རིག་ཐོག་དེར༔
༔མཉམ་པར་བཞག་པས་རང་སར་གྲོལ༔
༔གོམས་པའི་སྟོབས་ལྡན་རྣལ་འབྱོར་པར༔
༔སྣང་རྟོག་ཅི་དང་ཅི་ཡང་རུང༔
༔མཚོ་ལ་ཁ་བ་བབས་པ་བཞིན༔
༔ཤར་དང་གྲོལ་བ་དུས་མཉམ་འགྱུར༔
༔དང་པོའི་ལས་ཅན་སུ་རུང་གིས༔
༔སྣང་རྟོག་རིག་ཐོག་གཅེར་བལྟས་པས༔
༔རྩོལ་མེད་རང་སར་གྲོལ་བ་ནི༔
༔ཉི་དང་བ་མོ་འཕྲད་པ་བཞིན༔

In all circumstances of daily behavior, being aware of the authentic situation of the three gates, one should maintain undistracted presence and integrate with the state of contemplation.

Since every enjoyment that arises as the object of the five senses self-liberates without any dualistic concept or attachment to it, objective vision...

(All of) the six aggregates, self and others, good and bad, accepting and rejecting, pleasure and pain, hope and fear, and so forth, self-liberate in their own place when one remains in contemplation in the recognition that they are equal and non-dual.

For a yogin who has the power of familiarity, whatever vision or thought appears, arising and liberation occur at the same time, like snow falling on a lake.

For a beginner, a vision or thought self-liberates without effort in its own condition through direct observation the moment it is noticed, like dew touched by the sun.

༔མཚན་དུས་སྙིང་ཁར་ཐིག་ལེའི་དབུས༔

༔ཨ་དཀར་གསལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག༔

༔ཡང་ན་སེམས་རྟོག་གང་ཤར་བའི༔

༔རིག་པ་དེ་ཐོག་ལྟོད་ཀྱིས་གློད༔

༔ཡིངས་མེད་ངང་དུ····················༔

༔ལྷུགས་པའི་གཤིས་དེར་གཉིད་ཁུག་ན༔

༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་མངོན་གྱུར་ཏེ༔

༔རྨི་ལམ་རང་བྱན་ཆུད་པར་འགྱུར༔

༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏིང་ངེ་འཛིན༔

༔ཇི་བཞིན་རྒྱུད་ལ་འབྱོངས་པའི་ཚེ༔

༔སྒོ་གསུམ་འཁྲུལ་པའི་རྒྱུན་ཆད་ཅིང༔

༔ལྷུན་གྲུབ་འོད་སྐུར་གྲོལ་བར་ངེས༔

༔ཐོ་རངས་སྙིང་ཁའི་ཐིག་ལེའི་ཨ༔

༔གསལ་སྣང་ངང་ནས་སད་པའམ༔

༔གསལ་འདེབས་ཏ་སྒྲས་ལྷུང་རེ་བསང༔

༔རིག་པ་ནམ་མཁར་ཨར་གཏད་བྱ༔

༔ཕྱི་ནང་དབྱིངས་རིག་གཉིས་མེད་གཤིས༔

༔ཀུན་བཟང་ཀླ་མའི་དགོངས་པ་དང༔

༔རང་རིག་མཉམ་པའི་ཨ་དཀར་ཀློང༔

༔ཐུགས་ཡིད་བསྲེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ༔

At night one should visualize a white A in the center of a Thigle at the heart and remain in contemplation; or relax in the presence of whatever thought arises in the mind.

If one falls asleep without distraction... in a relaxed condition, natural clear luminosity manifests, and dreams are perfectly mastered.

When one has genuinely trained in the contemplation of natural clear luminosity, the continuity of illusion of the three gates is interrupted and liberation in the self-perfected dimension of light is certainly achieved.

In the early morning one should awaken with the clear presence of the A in the Thigle at the heart; or one should refresh its presence, exhale the stale air with the sound HA, and direct one's Rigpa in the space in front of oneself (Namkha Arted).

In the state of non-duality between the outer and the inner – the ultimate dimension (Ying) and Rigpa –, in the expanse of the white A where the state of Guru Samantabhadra and one's Rigpa are the same, one should apply the Yoga of unification of the (Guru's) primordial state with one's mind.

༔རྣམ་ཀུན་འཁྲུལ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཀུན༔
༔རིག་པ་སྣང་ཅིག་མ་ཡི་ཀློང་༔
༔ཁྲིགས་ཆོད་རང་ཤར་རང་གྲོལ་དུ༔
༔ཡིངས་མེད་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་བསྐྱང་༔
༔ཇི་སྲིད་མཉམ་རྗེས་རིས་ཆད་པ༔
༔དེ་སྲིད་རང་གྲོགས་རང་བསྐུལ་དེ༔
༔རྟག་ཏུ་དྲན་ཤེས་མི་འབྲལ་བས༔
༔སྤྱོད་པའི་གནད་ལ་མཁས་པར་བྱ༔

ཞེས་པའི་མཚམས་འདིར་བསླེབས་པ་དང་། རི་མཚམས་པ་འགའ་ནས་སྣང་སྲ་བརྟོན་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཁོ་བོ་མནལ་ལས་སད། སྐབས་དེར་ནམ་ལངས་ནས་ཕྱི་ཙམ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་འདུག ང་དེ་འཕྲལ་མལ་ནས་ལངས་ཏེ་ཞོགས་ཇ་ར་ཕྱིན་ཅིང་། ཞོགས་ཇ་གྲུབ་རྗེས་ཙུང་ཞིག་ན་དེ་ཉིན་གྱི་ཆོས་ཐུན་དབུ་ཚུགས། ཆོས་ཐུན་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྱོད་པའི་སྐོར་བསྟན་དགོས་འགའ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་། ཁོ་བོས་རྨི་ལམ་གྱི་ཚུལ་དེ་གསལ་བར་དྲན་གསོས་བྱུང་། ཁོ་བོས་གུང་ཚིགས་ཆར་མ་ཐག་ཏུ་རྨི་ལམ་གྱི་ཚུལ་དེ་དྲན་ཐོ་བཀོད་པས། ཤེལ་བྲག་གི་ངོས་སུ་བཞུགས་པའི་དཔེ་གང་བཀླགས་པ་དེ་རྣམས་ལས། ཚིག་ཀང་འགའ་ཞིག་དྲན་ལེགས་པོར་མ་གསོས་པ་མ་གཏོགས་ཕལ་ཆེར་

In general one should continue without distraction, like a river flowing, in the state where all illusory thoughts – the moment they arise – self-liberate in total relaxation (Tregchöd) in the expanse of instant Rigpa.

As long as the separation between contemplation and post-contemplation exists, one should be one's own helper: without ever parting from presence and awareness, one should become adept in the main point of behavior.

When I reached this point, the loud voices of some participants in the retreat awakened me. It was already some time after dawn. I immediately arose and went to have breakfast. When my breakfast was over, after a short time I started the daily session of teaching. During the session, at one point I had to explain something about behavior and in that moment I clearly remembered my dream. Then, as soon as the midday meal was over, I wrote it down. I was able to complete almost all of the text that I had read on the crystal rock, except for a few lines which I could not re-

ཡི་གེའི་རིས་སུ་བཀོད་ཐུབ་ཙམ་བྱུང་ནའང་། ད་དུང་འགྲོས་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་མང་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྣམས་ནི་བློ་ཡུལ་དུ་ལུས་པས། བློ་ཡིད་ཤིན་དུ་ཕམ་སྙེ་གནས་པ་ལས། གཞན་བྱ་ཐབས་མ་བྱུང་བར་ལུས་སོ།། ཨ་ཙ་མ།། །། །།

member clearly. However, since I was aware that there were still many other verses, I felt very regretful, without knowing what to do. Alas!

ས་མོ་སྤྲུལ་ཟླ་ ༣ ཚེས་ ༣༠ །ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༥ །
ལ། ང་རང་ ○ཨ་ལི་མཀྟ○ ཞེས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡུལ་གྲོང་○ཕྟའི་བུཀྲ་ ཞེས་བྱ་བའི་ཉེ་ཕྱོགས་ ○ཐླིན་པེན་○ཞེས་པར་རི་མཚམས་ཤིག་བགྱིད་བཞིན་གནས་ཡོད་པའི་ནམ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ། གངས་རི་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ཁྲོད་ན་ངའི་ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔལ་པོ་ཧེ་ཀ་སླིང་པ་བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་མཇལ་བའི་ཆེད་དུ། ང་རང་གཅིག་པུ་དལ་གྱིས་གྱེན་ཕྱོགས་སུ་འཛེགས་ཀྱི་ཡོད་འདུག རེ་ཞིག་ན་ཁ་བོ་ཐང་ཆད་དེ་གྱེན་དུ་འགྲོ་མ་ནུས་ཤིང་། རྡོ་ཕ་ལྷང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཉེ་དྲུང་དེར་འཁུམས་ནས་བསྡད་ཡོད་པ་ལ། སློ་བུར་དུ་ངའི་ཉེ་འགྲམ་དེར་བོད་དབུས་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་མ་འདྲ་བ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག བུ་མོ་དེ་ན་རེ།

ཁྱེད་རང་གནས་འདིར་ཕེབས་དོན་གང་ཡིན༔

ཞེ་འདྲི་གི་འདུག ངས་ཁོང་ལ།

ངས་ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔལ་པོ་ཧེ་ཀ་སླིང་པ་གངས་ཁྲོད་འདི་ན་བཞུགས་ཡོད་པ་ཤེས་ཏེ་ཁོང་མཇལ་དུ་འོངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ནའང་ད་ལྟ་ཁ་བོ་ཐང་ཆད་དེ་གྱེན་དུ་འཛེགས་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག ཅེས་བྱས་པས། ཁོང་ན་རེ།

On the twentieth day of the third month in the Earth-Female-Snake year [on the fifth of May 1989], while I was leading a retreat in Schlenpen, near Freiburg, South Germany, in the early morning I had the following dream:

I was alone, climbing slowly to visit my uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa at the midpoint of a high snow-covered mountain. At a certain point I felt so tired that I could not go on, so I crouched near a big boulder to rest. All of a sudden a beautiful girl, apparently from Central Tibet, approached me. "Why have you come to this place?" she asked.

"Knowing that my uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa lives on this snow mountain, I have come to visit him. However, now I am tired and cannot proceed further."

ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔའ་བོ་ཧེ་ཀ་སླིང་པ་གངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྙིང་ན་བཞུགས་ཡོད་མ་རེད༔

ཁོང་གངས་ཁྲོད་ཀྱི་ནང་ན་བཞུགས་ཡོད་རེད༔   ཁྱེད་རང་འདི་ནས་གྱེན་དུ་འཛེགས་དགོས་ཀྱི་མ་རེད༔

ཅེས་ཟེར་གྱི་འདུག   ངས་ཁོང་ལ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔའ་བོ་ཧེ་ཀ་སླིང་པ་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཨེ་མཁྱེན།

ཞེས་དྲིས་པས།   ཁོང་ན་རེ།

ཤེས་དང་ཤེས༔ ང་ནི་ཁོང་གི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་ཕོ་ཉ་མ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཨང༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག   ངས་ཁོང་ལ།

འོ་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ང་ཁོང་གི་དྲུང་དུ་འཁྲིད་མཛོད་དང་། ཞེས་བསྐུལ་མ་བྱས་པས།   ཁོང་ན་རེ།

འོ་ལགས་སོ༔   བྱས་ན་ངེད་གཉིས་རླུང་རྡོ་རྗེ་མའི་གྲོགས་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཕེབས་དང༔

ཞེས་ཟེར་ནས།   ཁོང་གིས་ངག་ནས་དལ་གྱིས་ ཡུཾ་ ཡུཾ་ ཡུཾ་ ཞེས་པ་འདི་ལན་གྲངས་བཅུ་ཙམ་ཞིག་བཟླས་སོང་བ་དང་།   གློ་བུར་དུ་རླུང་འཚུབས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་ནང་ངེད་གཉིས་འཐུམ་འགྲོ་གི་ཡོད་འདུག ང་ལ་ཞེད་སྣང་ཙུང་ཞིག་བྱུང་ནས་ཁོང་ལ་དམ་དུ་འཐོམས་

“Your uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa no longer lives on this snow mountain. He dwells inside the mountain. There is no need for you to climb any further”.

“Do you know where my uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa dwells?”

“Certainly I know. I am one of the assistants who obey his command.”

“Well then, please take me to him” I implored.

“All right! Let’s go there with the assistance of Wind Dorjema.”

After she slowly pronounced YAM YAM YAM about ten times, a cyclone suddenly manifested and we traveled wrapped inside it. I was a bit afraid and held tightly to her. For about ten

པ་དང་། སྐར་ཆ་བཅུ་ཙམ་པ་ན་འཛམ་ཆེལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ངེད་གཉིས་ཤེལ་བྲག་ཐར་ཐོར་གྱི་གསེབ་ཏུ་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་མེ་ཏོག་གེས་ཕྱུར་བུར་ཁེངས་པའི་ལྗོན་ཤིང་མང་དུ་ཡོད་པའི་གནས་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་ཏུ་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག དེ་ནས་ཕར་ཙམ་ན་ཤེལ་བྲག་མཐིང་ཁ་ཕལ་ཆེར་རྒྱ་གར་གྱི་གནས་ཆེན་ས་ར་ན་ཐའི་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོའི་ཚད་ཙམ་པ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག སྐབས་དེར་གནས་སྐྱོང་མ་དེས་ཤེལ་བྲག་དེ་ལ་མཛུབ་མོ་ཀེར་ཏེ་ན་རེ།

ངེད་གཉིས་ཤེལ་བྲག་འདིའི་ནང་དུ་འགྲོ་དགོས༔ ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔའ་བོ་ཧེ་ཀ་གླིང་པས་དེར་གསུང་ཆོས་གནང་མཛད་ཀྱི་ཡོད་རེད༔

ཅེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངེད་གཉིས་ཤེལ་བྲག་མཐིང་སྔོན་དེའི་སྒོ་བརྒྱུད་དེ་ནང་དུ་ཞུགས་ཕྱིན་པ་དང་། རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་བའི་ཤེལ་བྲག་གི་ཤུག་པ་ཕྱི་གསལ་ནང་གསལ་ཅན་དེའི་ཤུགས་ཕྱོགས་ན་རང་བྱུང་ཤེལ་གྱི་ཁྲི་སྟེགས་དེ་ཙམ་མི་མཐོ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་སྐུ་གཞོན་ནུ། ཕལ་ཆེར་དགུང་གྲངས་ཉི་ཤུ་ཙམ་པ། དབུ་སྐྲ་མཐིང་ནག་ཟིལ་བུར་འཕྱུངས་ཤིང་། ཅུང་ཟད་སྤྱི་བོར་བཅིངས་པའི་ཕོང་གསེངས་སུ་རྡོ་རྗེ་དང་། མི་ལོང་གི་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པ།

seconds we traveled in silence, and then we arrived in a pleasant place with many trees full of multicolored flowers among crystal rocks scattered everywhere. A short distance away there was a sky-blue crystal rock almost the size of the big stupa at Sarnath, a sacred place in India.

In that moment the guardian assisting me pointed her finger at the crystal rock, "We have to enter this crystal rock. Your uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa is teaching there now."

We crossed the entrance of the blue crystal rock and entered a spacious cave of transparent crystal. In its innermost part a young yogin, maybe twenty years old, was sitting upon a natural, low throne of crystal. He had dark blue matted hair hanging loose, with a small part of it tied on the crown of the head ornamented with a vajra

སྐུ་ལ་དར་མཐིང་གསལ་གྱི་ན་བཟའ་བཞེས་པ།   ད་སྔོ་
ཐིངས་གཅིག་ཨུ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུ་ཡིན་སྐད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་
པ་ཞིག་མཇལ་སྐྱོང་བ་དེ་འདྲ་ལ་ཁད་པ་ཞིག་གིས། འཁོར་
དུ་རྣལ་འབྱོར་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་རུས་པའི་རྒྱན་ཆས་
དང་ལྡན་པ་བཅུ་ཕྲག་གསུམ་ཙམ་འདུས་ནས་ཡོད་འདུག་
པའི་ལྷན་དུ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཞིག་སླུ་དབྱངས་སུ་ལེན་གྱིན་
བཞུགས་ཡོད་འདུག   ངེད་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་པ་དེའི་ཉེ་
ཕྱོགས་སུ་བསླེབས་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་ཞལ་རས་
འཛུམ་ཙམ་དང་བཅས་ཏེ། ཕྱག་གཡས་ཀྱིས་ངེད་གཉིས་
མདུན་ངོས་ཀྱི་གདན་ལ་སྡོད་བསྐུལ་གནང་མཛད་ཀྱི་
འདུག ངེད་གཉིས་མགྱོགས་པོར་གདན་ལ་འཁོད་དེ་ཁོང་
རྣམ་པའི་ལྷན་དུ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སླུ་དབྱངས་སླངས་པས།
དབྱངས་ཀྱི་འགྲོས་ནི་ནམ་རྒྱུན་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བེད
་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་རང་ཡིན་འདུག   ངས་ཞིང་
སྐྱོང་མ་དེ་ལ་ཤུབ་བུའི་ངག་ལམ་ནས། རྣལ་འབྱོར་པ་
འདི་ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔའ་བོ་ཧེ་ཀ་གླིང་པ་ཨེ་རེད།
ཅེས་དྲིས་པས།   ཁོང་གིས།

ལགས་རེད༔

ཅེས་ཟེར་གྱི་འདུག   སྐབས་དེར་ང་རང་གི་སེམས་
སུ་ རྣལ་འབྱོར་པ་འདི་ནི་ངའི་ཞང་མཁྱེན་བརྩེ་དཔའ་

and mirror, and was wearing a sky-blue silk garment. He looked similar to the yogin said to be the Mahaguru of Uddiyana, whom I had met once before in my dream. He was singing the hundred-syllable mantra together with a retinue of some thirty yogins and yoginis with bone ornaments.

When we arrived near the yogin, he smiled and with his right hand waved at us to sit down on the ground in front. We hurried there and joined them in singing the hundred-syllable mantra. I noticed the melody was the same that we generally use.

Then I whispered to the guardian, "Is this yogin my uncle Khyentse Pawo Heka Lingpa?"

"Yes, he is", she replied.

In that moment I thought, "This yogin absolutely does not look like my uncle Khyentse Pawo

བོ་ཏེ་ཀ་སླིང་པ་གཏན་ནས་འདྲ་གི་མི་འདུག གང་ཡིན་ནམ་ སྣམས་ཏེ་ལྷོད་དེར་གནས་པ་ཡིན།

ནམ་ཞིག་ན་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་གླུ་དབྱངས་དེ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་དེའི་ཞལ་ནས་ ཨ ཞེས་ལྷོད་ལ་འཇམ་ཞིང་དལ་ལ་རིང་བ་ཞིག་གསུངས་པ་དང་ལྷན་དུ་དེར་འདུས་པ་ཀུན་ནས་ཨའི་སྒྲ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདོན་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག ང་རང་གི་སེམས་སུ་ ཁོང་རྣམ་པས་ཨ་དཀར་ཟླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་སྐངས་དང་།   ངེད་ཙག་རྫོགས་ཆེན་འདུས་སྡེ་བ་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་སྐངས་འདྲ་བ་ལ་ཨང་སྣམས་ཤིང་དགའ་ཚོར་དང་བཅས་པས་ཨའི་སྒྲ་ལྷན་དུ་བཏོན་ཏེ་ཨ་དཀར་ཟླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན། ཨའི་སྒྲ་རྒྱུན་གྱི་ངང་སྐར་མ་ལྔ་ཙམ་གྱི་རིང་ལྷོད་དེར་གནས་པའི་མཐར། རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་གསུང་དབྱངས་སྐན་ལ་འཇམ་པ་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་འདི་སྐད་དུ།

འཿ ཨཿ ཧཿ ཤཿ སཿ མཿ

ཿཨ་ཏི་ཀུན་བཟང་སྤྱོད་པ་ནིཿ
ཿའཁོར་བའི་ཆོས་ལས་འབྲོས་པ་མིནཿ
ཿཇི་སྙེད་རྣལ་མའི་ངང་ཉིད་དེརཿ
ཿཇི་བཞིན་ཉིད་དུ་སྤྱོད་པ་ཡིནཿ

Heka Lingpa. How can this be?" and I remained relaxed.

When the hundred-syllable mantra ended, the yogin gently sounded in a relaxed way a long slow A. At the same time, all those assembled sounded it together.

I thought, "Their way of practicing the Guruyoga of the White A is exactly the same as the one we use in the Dzogchen Community!" and with a feeling of joy I also sounded the A and applied the Guruyoga of the White A. After we relaxed in the state of the A sound for about five minutes, the yogin, with a pleasant and melodious voice, taught the following:

'A A HA SHA SA MA

The Ati behavior of Samantabhadra does not mean escaping from the phenomena of samsara. Whatever exists is applied in one's behavior as it really is in the authentic condition.

༔སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཆོས་མ་ལུས༔
༔ཀུན་བཟང་རྒྱན་དུ་མ་གྱུར་མེད༔
༔དེ་ཕྱིར་སླང་དོར་མཚམས་བཅག་ཏེ༔
༔ཏིང་འཛིན་ཆེན་པོར་ལ་བཟླའོ༔
༔སྒོ་གསུམ་འདུ་བྱེད་ཅི་ཡང་རུང༔
༔རིག་པའི་ཀློང་དུ་མ་གྱུར་མེད༔
༔དེ་ཕྱིར་རིག་པར་རོལ་པའི་རྩལ༔
༔ངང་ཉིད་ཀློང་དུ་འདྲིས་པར་བྱ༔
༔བུང་བ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔དབང་པོ་མཆོག་བསྒྲུབ་རང་ངོ་རིག༔
༔རི་དྭགས་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔ཟབ་དོན་རྟོགས་པ་རང་ཐག་ཆོད༔
༔སེང་གེ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔རང་གྲོལ་བརྟུལ་ཞུགས་གདེངས་དང་ལྡན༔
༔སྨྱོན་པ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༔རེ་དོགས་ཀུན་ཟད་སྣང་རིག་འདྲེས༔
༔ཇི་སྲིད་གཉིས་སྣང་དབང་གྱུར་པ༔
༔དེ་སྲིད་དྲན་ཤེས་རྒྱུན་བརྟན་པས༔
༔སྤྱོད་ལམ་རྣམ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཀུན༔
༔རང་གྲོལ་ལམ་ཁྱེར་གནད་ལ་གཞོལ༔

Of all phenomena of the universe and its beings, of samsara and nirvana, there is nothing which is not an ornament of Samantabhadra. Therefore one should go beyond the limits of accepting and rejecting, transcending all in total contemplation.

Of all the actions of the three gates, there is nothing which is not part of the dimension of Rigpa. Therefore one should integrate in this condition the Tsal energy of the manifestation of Rigpa.

Behaving like a bee, one should acquire the supreme capacity and discover one's state.

Behaving like a deer, one should realize the profound meaning and not remain in doubt.

Behaving like a lion, one should possess the confidence of the resolute conduct of self-liberation.

Behaving like a madman, all hopes and fears exhausted, one should integrate vision and Rigpa.

As long as one is subject to dualistic vision, one should devote oneself to the main point of the practice of self-liberation in all four aspects of behavior through a stable continuity of presence and awareness.

༄ཉིན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་སྐབས་དུས་ཀུན༔
༄སྒོ་གསུམ་རྣལ་མའི་ཚུལ་ཞིས་པས༔
༄གཡེང་བ་མེད་པའི་དྲན་རིག་རྒྱུན༔
༄ངིང་འཛིན་གཞིས་དང་འདྲེས་པར་བྱ༔
༄དབང་ལྔའི་ཡུལ་དུ་ཤར་བ་ཡི༔
༄འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་རུང་ལ༔
༄གཉིས་རྟོག་ཞེན་མེད་རང་གྲོལ་གྱིས༔
༄ཡུལ་སྣང་གསལ་སྟོང་རིག་པར་གྲོལ༔
༄ཚོགས་དྲུག་བདག་གཞན་བཟང་དང་ངན༔
༄བླང་དོར་དགའ་སྡུག་རེ་དོགས་སོགས༔
༄གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་རིག་ཐོག་དེར༔
༄མཉམ་པར་བཞག་པས་རང་སར་གྲོལ༔
༄གོམས་པའི་སྟོབས་ལྡན་རྣལ་འབྱོར་པར༔
༄སྣང་རྟོག་ཅི་དང་ཅི་ཡང་རུང༔
༄མཚོ་ལ་ཁ་བ་བབས་པ་བཞིན༔
༄ཤར་དང་གྲོལ་བ་དུས་མཉམ་འགྱུར༔
༄དང་པོའི་ལས་ཅན་སུ་རུང་གིས༔
༄སྣང་རྟོག་རིག་ཐོག་གཅེར་བལྟས་པས༔
༄རྩོལ་མེད་རང་སར་གྲོལ་བ་ནི༔
༄ཉི་དང་བ་མོ་འཕྲད་པ་བཞིན༔

In all circumstances of daily behavior, being aware of the authentic situation of the three gates, one should maintain undistracted presence and integrate with the state of contemplation.

Since every enjoyment that arises as the object of the five senses self-liberates without any dualistic concept or attachment to it, objective vision liberates itself in clear and empty Rigpa.

(All of) the six aggregates, self and others, good and bad, accepting and rejecting, pleasure and pain, hope and fear, and so forth, self-liberate in their own place when one remains in contemplation in the recognition that they are equal and non-dual.

For a yogin who has the power of familiarity, whatever vision or thought appears, arising and liberation occur at the same time, like snow falling on a lake.

For a beginner, a vision or thought self-liberates without effort in its own condition through direct observation the moment it is noticed, like dew touched by the sun.

༔མཚན་དུས་སྙིང་ཁར་ཐིག་ལེའི་དབུས༔
༔ཨ་དཀར་གསལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག༔
༔ཡང་ན་སེམས་རྟོག་གང་ཤར་བའི༔
༔རིག་པ་དེ་ཐོག་ལྷོད་ཀྱིས་གློད༔
༔ཡིངས་མེད་རིག་པའི་ངང་ཉིད་དུ༔
༔ལྷུགས་པའི་གཤིས་དེར་གཉིད་ཁུག་ན༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་མངོན་གྱུར་ཏེ༔
༔རྨི་ལམ་རང་བྱན་ཆུད་པར་འགྱུར༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏིང་ངེ་འཛིན༔
༔ཇི་བཞིན་རྒྱུད་ལ་འབྱོངས་པའི་ཚེ༔
༔སྒོ་གསུམ་འཁྲུལ་པའི་རྒྱུན་ཆད་ཅིང༔
༔ལྷུན་གྲུབ་འོད་སྐུར་གྲོལ་བར་ངེས༔
༔ཐོ་རངས་སྙིང་ཁའི་ཐིག་ལེའི་ཨ༔
༔གསལ་སྣང་ངང་ནས་སད་པའམ༔
༔གསལ་འདེབས་ཧ་སྒྲས་རླུང་རོ་བསང༔
༔རིག་པ་ནམ་མཁར་ཨར་གཏད་བྱ༔
༔ཕྱི་ནང་དབྱིངས་རིག་གཉིས་མེད་གཤིས༔
༔ཀུན་བཟང་བླ་མའི་དགོངས་པ་དང༔
༔རང་རིག་མཉམ་པའི་ཨ་དཀར་སློང༔
༔ཐུགས་ཡིད་བསྲེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ༔

At night one should visualize a white A in the center of a Thigle at the heart and remain in contemplation; or relax in the presence of whatever thought arises in the mind.

If one falls asleep without distraction in the state of Rigpa in a relaxed condition, natural clear luminosity manifests, and dreams are perfectly mastered.

When one has genuinely trained in the contemplation of natural clear luminosity, the continuity of illusion of the three gates is interrupted and liberation in the self-perfected dimension of light is certainly achieved.

In the early morning one should awaken with the clear presence of the A in the Thigle at the heart; or one should refresh its presence, exhale the stale air with the sound HA, and direct one's Rigpa in the space in front of oneself (Namkha Arted).

In the state of non-duality between the outer and the inner – the ultimate dimension (Ying) and Rigpa – in the expanse of the white A where the state of Guru Samantabhadra and one's Rigpa are the same, one should apply the Yoga of unification of the (Guru's) primordial state with one's mind.

༔རྣམ་ཀུན་འཁྲུལ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཀུན༔
༔རིག་པ་སྐད་ཅིག་མ་ཡི་ཀློང༔
༔ཁྲིགས་ཆོད་རང་ཤར་རང་གྲོལ་དུ༔
༔ཡེངས་མེད་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་བསྐྱང༔
༔ཇི་སྲིད་མཉམ་རྗེས་རིས་ཆད་པ༔
༔དེ་སྲིད་རང་གྲོགས་རང་བསྐུལ་དེ༔
༔རྟག་ཏུ་དྲན་ཤེས་མི་འབྲལ་བས༔
༔སྐྱོད་པའི་གནད་ལ་མཁས་པར་བྱ༔
༔ཉོན་མོངས་ཀུན་རྟོག་གང་སྐྱེས་པ༔
༔དེ་ཀུན་རང་མཚན་ལྷན་ན་ཡང༔
༔བློ་འདས་རིག་པའི་ངང་ཉིད་དུ༔
༔མཚན་ཉིད་ཅིར་ཡང་དམིགས་སུ་མེད༔
༔མཚན་ཉིད་ཡོངས་བྲལ་སྐད་ཅིག་མ༔
༔རིག་པ་དེ་ཐོག་མཉམ་གནས་ན༔
༔ཉོན་མོངས་བྱེ་བྲག་ཅིར་ཡང་རུང༔
༔རང་གྲོལ་ཡེ་ཤེས་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ༔
༔སུ་ཞིག་རང་གྲོལ་མཐུ་མེད་པ༔
༔ཀུན་རྟོག་རྐྱེན་ལ་རག་ལས་ཕྱིར༔
༔ཆགས་སྡང་རྨོངས་རྒྱལ་ཕྲག་དོག་པའི༔
༔ཉོན་མོངས་ལམ་ཁྱེར་གནད་ལ་གཞོལ༔

In general one should continue without distraction, like a river flowing, in the state where all illusory thoughts – the moment they arise – self-liberate in total relaxation (Tregchöd) in the expanse of instant Rigpa.

As long as the separation between contemplation and post-contemplation exists, one should be one's own helper: without ever parting from presence and awareness, one should become adept in the main point of behavior.

All thoughts of emotions which arise possess their specific characteristics; nevertheless, none of these characteristics exist in the state of Rigpa beyond conceptual mind.

If one remains evenly in the state of instant Rigpa which is beyond all characteristics, the various emotions are self-perfected as the wisdom of self-liberation.

Those who have no capacity for self-liberation, since they depend on the secondary causes of thoughts, should apply the specific methods of practice related to the emotions of attachment, anger, ignorance, pride, and jealousy.

༔འདོད་ཆགས་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་རྒྱལ༔
༔ཆགས་ཡུལ་ཕོ་ལ་མཛེས་མ་དང༌༔
༔མོ་ལ་དཔའ་བོ་ཡིད་ལ་མཛའ༔
༔རྙེད་ན་མཚན་ཉིད་ལྡན་པར་བརྟེན༔
༔གཞན་དུ་དམ་ཉམས་གྲིབ་དང་བྲལ༔
༔མོས་ལྡན་གསང་སྔོ་འཆོལ་མི་སྤྱོད༔
༔ཡིད་འོང་ཆགས་པ་སློང་ནུས་དང༌༔
༔བདེ་བ་བསྐྱེད་ནུས་དག་དང་སྦྱོར༔
༔དག་གསལ་དཔའ་བོ་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔འཁྲིལ་སྦྱོར་འཁྲུད་དང་འོ་ལ་སོགས༔
༔འདོད་པའི་སྒྲུ་རྒྱལ་ཇེ་སྙིད་པས༔
༔རང་ཁམས་ཐིག་ལེ་གཡོ་བར་བསྐུལ༔
༔འདོད་ཆགས་བདེ་བར་འབར་བའི་ཕྱིར༔
༔རྡོ་རྗེ་པདྨ་ཆེས་ཆེར་བསྒྲུབ༔
༔ཐིག་ལེ་མཚན་མའི་རྒྱར་གཡོས་ཆེ༔
༔བརྗོད་བྲལ་རྟོག་མེད་བདེ་ཉམས་འབར༔
༔འཆོར་ཉེན་བྱུང་ན་བསྒྲུབ་འཕྲོ་བཤོལ༔
༔ཧཱུྃ་དཀར་ཐིམ་བདབ་འོག་རླུང་འཐེན༔

Concerning the way to apply attachment as the path, a male should find a beautiful woman and a female an attractive Pawo, if possible endowed with all characteristics, as the objects of passion.

Otherwise, one should unite with someone who has no defilement caused by damaged samaya, who is interested (in the practice), does not violate the bounds of secrecy, is pleasing and capable of arousing passion, and has the capacity to increase the sensation of pleasure.

The pure and luminous Pawo and consort should set in motion their Dhatu, the Thigle, by means of whatever amorous arts such as embracing, hugging, clasping, kissing, and so forth.

In order to make passion blaze as pleasure, one should rub the Vajra in the Padma with great vigor. When the Thigle reaches the base of the sexual organ, an experience of ineffable and nonconceptual pleasure develops.

If one feels the danger of losing (the semen), one should pause, plug (the specific place) with a white HŪṂ, and pull up the lower air.

༔དེ་ཡིས་བདེ་ཉམས་ངང་བསྐྱིང་ཞིང༔
༔དྭངས་མ་མི་ཉམས་ཟིན་འགྱུར་ལ༔
༔བདེ་བ་ཆུང་ན་དལ་བསྲུབ་ནས༔
༔འདོད་པའི་སྒྲུ་རྩལ་སྣ་ཚོགས་བསྟེན༔
༔བདེ་གསལ་ཉམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད༔
༔རིག་པ་གསལ་རྗེན་ཤར་བ་ལས༔
༔གཡོ་བ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་དུ༔
༔སྙིགས་མ་འཕོས་ན་བདེ་ཉམས་རྒྱས༔
༔རིག་པ་ཟང་ཐལ་ཆེན་པོའི་ངང༔
༔དྭངས་མ་འཚོར་དུ་མི་སྲིད་ལ༔
༔སྲུ་ཞིག་དྭངས་མ་འཚོར་གྱུར་པ༔
༔ཏིང་འཛིན་རྩལ་དུ་མ་ཕེབས་རྟགས༔
༔ཡབ་ཡུམ་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བའི་ཉམས༔
༔དེ་ཀའི་རིག་ངོ་རྗེན་རྟིག་གེ༔
༔བདེ་གསལ་འཛིན་མེད་ངང་སྐྱོང་བ༔
༔འདོད་ཆགས་བདེ་བར་འཆར་བ་ཡིན༔
༔མི་བཟོད་ཐིག་ལེ་འཚོར་སྣམས་ཆེ༔
༔འོག་རླུང་དྲག་འཐེན་ཏེ་ཀ་ཀྱི་སྒྲ༔
༔ཕྲ་ལ་རིང་བ་གང་མཆམས་ཀྱིས༔
༔ཐིག་ལེ་སྟོང་སྒྲོན་གནས་སུ་འདྲེན༔

In this way the experience of pleasure will be prolonged, and the pure essence, without being impaired, will be maintained. If the sensation of pleasure diminishes, one should resume the movement and apply various amorous arts.

When the essence of the experience of pleasure and clarity arises naked and clear as Rigpa and one does not move from this condition, if the impurity leaks, the sensation of pleasure increases.

It is not possible to lose the pure essence in the state of totally unimpeded Rigpa. If the pure essence is lost, it is a sign that contemplation has not been genuinely stabilized.

If one maintains the vivid, naked presence of the experience of pleasure arising from the union of Yab and Yum, without grasping at the concept of pleasure or clarity, attachment itself manifests as bliss.

If one has the feeling that the Thigle is about to be lost and can no longer hold it, one should lead it to the lamp of the empty Thigle by pulling up the lower air strongly and sounding a long light HIK according to one's circumstance.

༔ལྷུང་བཟུང་ལུས་དང་ཡན་ལག་དཀྲུགས༔
༔བདེ་ཉམས་ལུས་ལ་བཀྲམས་པ་ཡིས༔
༔ཟག་བཅས་ཐིག་ལེ་རང་གནས་ཁྲིམས༔
༔ཟག་མེད་བདེ་བ་ཁོང་ནས་འཆར༔
༔དུས་དེར་རྩལ་འབྱོར་ཡབ་ཡུམ་ལ༔
༔རྗེས་ཆགས་རྟོག་པ་མི་མངའ་བས༔
༔བདེ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཉམས༔
༔བདེ་སྟོང་རིག་པའི་ཀློང་དུ་གྲོལ༔
༔སྨོངས་པ་འདོད་ཆགས་སྲིད་པས་བཅིངས༔
༔བདེ་ཡལ་སྡུག་བསྔལ་འཁོར་བར་འཁྱམས༔
༔རྩལ་འབྱོར་འདོད་ཆགས་འཛིན་མེད་སྤྱོད༔
༔ཆགས་བྲལ་བདེ་སྟོང་རྒྱུན་དུ་ཤར༔
༔ཀུན་རྫོབ་ཐིག་ལེ་མི་ཉམས་པས༔
༔ལུས་ཡངས་ཚེ་རིང་གཞོན་ཉམས་རྒྱས༔
༔དོན་དམ་ཐིག་ལེར་ཞེན་མེད་པས༔
༔ཉོན་མོངས་རྣམ་གྲོལ་བདེ་ལ་རོལ༔
༔ཞི་སྟོང་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔
༔ཞི་སྟོང་སྐྱེ་ཡུལ་དགྲ་བོ་སོགས༔
༔གང་ཡིན་མདུན་དུ་གསལ་བཏབ་ཏེ༔
༔ཞི་སྟོང་སྐྱེ་བའི་བསམ་སྦྱོར་བརྩམ༔

One should hold the breath and shake one's body and limbs. (In this way) the sensation of pleasure spreads through the body so that the material Thigles settle in their seats, and undefiled, nonmaterial bliss arises from within.

In that moment Yab and Yum practitioners have no thoughts of passion, and thus the experience of pleasure beyond attachment self-liberates in the expanse of blissful and empty Rigpa.

Fools are bound by the craving of passion, thus their pleasure vanishes and they wander in the samsara of suffering. The Yogin enjoys passion without grasping at it, so that bliss and emptiness, beyond attachment, manifest as an ornament.

In the relative (sense), since the Thigle is not impaired, one's body becomes light, longevity increases, and a youthful appearance develops. In the absolute (sense), by having no attachment to the Thigle, emotions self-liberate and bliss is enjoyed.

Concerning the way to apply anger as the path, one should visualize in front of oneself the object of one's anger, such as one's enemy, and so on, and engage in thoughts that arouse anger.

༔ཉམ་ཞིག་ཞི་སྣང་སྐྱེ་བའི་ཚེ༔

༔.......................................༔

༔ལུས་ལ་དྲོད་ཟིལ་ཆེར་བསྐྱེད་ཅིང༔

༔དྲོད་ཁམས་སྙིང་ཁར་འདུས་པར་འགྱུར༔

༔དྲོད་དེ་འདུས་མདོའི་ཀུན་དྷ་མར༔

༔ཧཱུྃ་ཡིག་དམར་ནག་འབར་བར་བསྲེ༔

༔སྐྱེད་བྱེད་ཁ་སྦྱོར་བུམ་ཅན་བསྐྱིལ༔

༔རྒྱ་མཚོའང་སུམ་མདོའི་ཧཱུྃ་ལ་གཏད༔

༔ཧཱུྃ་ལས་མེ་འབར་དམར་ཉུག་མཆེད༔

༔ལུས་ཀུན་མེ་ཡི་ཕུང་པོར་དམིགས༔

༔སྐེད་པ་གཡས་དང་གཡོན་གཙུ་ལ༔

༔བུམ་ཅན་བསྐྱུར་བས་ཞི་སྣང་གྲོལ༔

༔སྐྱིལ་འཁེབས་མེ་ཡི་ཚྭ་ཚྭ་འཕྲོ༔

༔སྣང་བའང་མེ་ཡི་ཀློང་གསལ་ན༔

༔བདུན་ཕྲག་གཅིག་གམ་གཉིས་གསུམ་གྱིས༔

༔རྟལ་འབྱོར་གཏུམ་མོའི་དྲོད་ཆེན་སྐྱེ༔

༔གསལ་ལ་ངོས་བཟུང་བྲལ་བའི་ངང༔

༔རང་ལུས་དྲོད་དུ་འུར་གྱིས་འབར༔

༔དྲོད་ཡལ་ཡང་ཡང་བསྐྱུར་བ་ཉི༔

༔ཞི་སྣང་དྲོད་དུ་བཟུང་བ་ཡིན༔

When anger arises ... develops heat in the body, and (this) heat concentrates at the heart region.

(Then one should) unify this heat with a dark-red letter RAM blazing in the Kundharma at the junction, hold the air in closed Kumbhaka at the generating (chakra), and direct the ocean on the RAM at the junction of the three (channels).

(Then) one should imagine that a red current of fire develops from the RAM, and that one's whole body becomes a flaming heap. By turning the sides to the right and to the left and repeating the Kumbhaka holdings, anger self-liberates.

Performing Beps in the lotus position, (one should imagine that) sparks of fire spread (from one's body), and that (outer) vision, too, is a dimension of fire. (In this way) in one, two, or three weeks, the yogin will develop the great heat of Tummo.

In a state of clarity, impossible to identify, one's body blazes with tumultuous heat. If the heat disappears, one should repeat (this practice) again and again (until) anger is stabilized as heat.

༔ཉམ་ཞིག་འབྱིན་འཇུག་དགོས་པའི་ཚེ༔
༔ངག་ནས་ཧཱུྃ་གི་སྒྲ་དལ་བས༔
༔ལྷོད་ཀྱིས་གློད་ལ་རླུང་དང་སེམས༔
༔འདུས་མདོའི་མི་ལ་རང་སར་བསྡིམ༔
༔རང་ལུས་མི་གོང་གསལ་བ་ལ༔
༔མངོན་ཞེན་སྒྲིབ་པ་ཡོངས་བྲལ་བས༔
༔ཀ་དག་གཤིས་སུ་མཉམ་བཞག་ནས༔
༔ཞི་སྣང་གསལ་སྟོང་ཁྲོད་དུ་གྲོལ༔
༔རྨོངས་པ་སྣང་བར་ཨ་འཐས་པས༔
༔འཐབ་རྩོད་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་མེད་སྨྱོང༔
༔རྣལ་འབྱོར་ཞི་སྣང་ཁྲོད་ཀྱི་ངང༔
༔ཞེན་མེད་གསལ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཤར༔
༔གནད་འདིས་ཁྲོད་བསྐྱེད་འཇུ་སྟོབས་ཆེ༔
༔ལུས་ཀྱི་སྟོབས་རྒྱས་སྒྲུལ་པར་དབང༔
༔ཁྱད་པར་རླུང་རིག་ཞེན་མེད་པས༔
༔ཞི་སྣང་རྣམ་གྲོལ་ཁྲོད་དུ་འབར༔
༔གཏི་མུག་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔
༔དུས་གསུམ་རྟོག་པའི་རྗེས་མི་འབྲང༔
༔ཤེས་པ་མཛོད་སྤུར་རྩེ་གཅིག་གཏད༔
༔གཟའ་གཏད་བྲལ་བར་ལྷན་ནེར་བཞག༔

When the necessity to exhale and inhale arises, one should (exhale and) relax completely by sounding a slow RAM; (then one should inhale imagining that) one's mind and prana are absorbed in the fire at the junction (of the channels).

(At this point) one's body is clearly felt as a mass of heat, completely beyond the obstacles caused by attachment to its concreteness. Therefore, by remaining in contemplation in the state of primordial purity, anger self-liberates as the heat of emptiness and clarity.

Fools are strongly conditioned by anger, and thus experience unbearable conflicts and suffering. For the Yogin, anger is the condition of heat which manifests as the wisdom of clarity and emptiness beyond attachment.

This method develops heat, increases the digestive power and bodily strength, and the capacity of miraculous manifestation. In particular, since there is no attachment to prana and presence, anger self-liberates and blazes as heat.

Concerning the way to apply ignorance as the path, without following thoughts of the three times, one should concentrate one-pointedly between the eyebrows, and (then) relax quietly without fixating on any concept.

༔གཏི་སྨུག་གཉིད་དུ་ཕེབས་པའི་ཚེ༔
༔བདེ་བའི་མལ་ལ་ལུས་ཀྱི་གཞོགས༔
༔ཕོ་གཡས་མོ་གཡོན་འོག་ཏུ་བསྙེན༔
༔སྤྲོས་མཐོ་སྣང་ཁམས་དྭངས་སར་ཉལ༔
༔སྣང་སེམས་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད༔
༔སྙིང་ཁར་འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེའི་སྒྲོང༔
༔ཨ་དཀར་རང་འོད་གསལ་བ་ལ༔
༔དྲན་ཤེས་གཏད་དེ་གཉིད་དུ་ལོག༔
༔དེ་ཚེ་རྟོག་མེད་ཆོས་ཉིད་ངང༔
༔རང་བྱུང་རིག་པའི་འོད་གསལ་གདངས༔
༔འགག་མེད་ལྷན་ནེར་གནས་པ་ཡི༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏིང་འཛིན་སྐྱེ༔
༔རིག་པ་རྩེ་གཅིག་མི་གནས་པར༔
༔རྨི་ལམ་འཁྲུལ་པའི་དབང་གྱུར་ན༔
༔ཨ་ཡིས་སྣང་རིག་མཁར་འཕེན་པས༔
༔གསལ་རིག་རྩལ་མར་ཅི་བདེར་བཞག༔
༔ངང་ཉིད་དེ་ལས་མི་གཡེལ་བས༔
༔གཉིད་དུ་ལོག་ན་འཁྲུལ་རྒྱུན་ཆད༔

At the time of falling asleep (into the state of) ignorance, one should lie down on a comfortable bed – males on their right side, females on their left – with a high pillow and in a place with good ventilation.

(Then) one should direct one's presence on a white A at the heart shining with its own natural light inside a five-colored Thigle as the essence of the unification of prana and mind, and fall asleep.

In that moment, in the condition of Dharmata beyond thoughts, the contemplation of natural light arises in which the Dang of clear luminosity of self-originated Rigpa continues quietly without interruption.

If there is no one-pointed presence of Rigpa and thus one is subject to illusory dreams, one should (sound) A and project one's prana and presence into space to eliminate sleepiness, and sit in Tsogpu clasping one's knees (to the chest).

(Then) one should relax at ease in authentic presence and clarity without following thoughts of the three times. If one falls asleep without wavering from this condition, the continuity of illusion comes to an end.

༔འཁྲུལ་སྣང་རྨི་ལམ་ཤར་ན་ཡང་༔
༔རྨི་ལམ་ཉིད་དུ་ངོ་ཤེས་ཤིང་༔
༔བསྒྱུར་སྤྲུལ་ཉམས་ཀྱི་གནད་ལྡན་པས༔
༔འཁྲུལ་པ་ཞིག་པའི་རྐྱེན་དུ་འགྱུར༔
༔ཁྱད་པར་ཀུན་རྟོག་སྣ་མ་འགགས༔
༔རྨི་ལམ་རྟོག་པ་མ་ཤར་གོང་༔
༔རང་རིག་འོད་གསལ་རྟོག་མེད་ཉམས༔
༔རིག་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་གྲོལ༔
༔རྨོངས་པ་གདི་མུག་དབང་གྱུར་དེ༔
༔གཉིད་ཀྱིས་འཐུམས་ནས་འཁོར་བར་འཁྱམས༔
༔རྣལ་འབྱོར་གདི་མུག་རིག་སྟོང་ཀློང་༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཉིད་དུ་གྲོལ༔
༔གནད་འདིས་ལུས་ངག་རྩོལ་མེད་བདེ༔
༔ཤེས་རྒྱུད་རྣམ་དག་མངོན་ཤེས་འཆར༔
༔ཁྱད་པར་དུས་གསུམ་འཁྲུལ་རྟོག་ཀུན༔
༔རིག་སྟོང་འོད་གསལ་ཀློང་དུ་གྲོལ༔

ཞེས་པའི་བར་གསལ་དག་སྒྲོས་གསུམ་དང་ལྡན་པས་གསུང་སོང་ལ། མཚམས་དེར་བསླེབས་པ་དང་མགྲོན་ཁང་གི་ལས་བྱེད་པ་ཚོས་འུར་ཚོམ་འགའ་ཞིག་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་དེ་ཁོ་བོ་མཉལ་ལས་སད་ཅིང་། སྐབས་དེར་

Even though illusory dreams arise, one recognizes that one is dreaming. Since one possesses the experiential methods for transforming and multiplying, (dreams) become a secondary cause for dissolving illusion.

In particular, immediately after a thought has ceased and before the arising of (another) dream-thought, the experience of clear luminosity of one's Rigpa beyond thoughts self-liberates in the wisdom of presence and emptiness itself.

Fools are subject to ignorance, and wrapped in sleep, wander in samsara. For the yogin, ignorance self-liberates in natural clear luminosity in the expanse of presence and emptiness.

He continued speaking until this point with clarity, purity, and elegance. In that moment, I was awakened by some workers shouting in

ནམ་ཡང་ལངས་ཀྱི་ཡོད་འདུག སྐབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཁོ་བོ་ མནལ་སད་མ་ཐག་ཏུ་རྨི་ལམ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚུལ་དེ་གསལ་པོར་དྲན་གསོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ལ། ངས་དེ་འཕྲལ་དུ་ཤོག་སྒྲུག་བཙལ་ཏེ་དྲན་ཐོ་རགས་ཙམ་ཞིག་བཀོད་པས། ཚིག་རྐང་པ་ཁ་ཤས་ཤིག་དྲན་གསོས་མ་ཐུབ་པ་ཙམ་ལས། ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མན་ངག་ཕལ་མོ་ཆེ་དྲན་གསོས་ཐུབ་པ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་བཞིན་ཡི་གེའི་རིས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་ཉིན་ཉིན་གུང་ཚོས་ཐུན་གྱི་མཇུག་དེར།

ཨ་ལི་མཀྱའི་མོ་སྨན་ཇོགས་ཆེན་འདུས་སྡེ་བ་ ○ གེ་བི་རེལ་○ ཞེས་བྱ་བ་དེས་ཤེལ་རྡོ་མཐིང་སྔོན་སོར་གསུམ་ཙམ་ཟུར་དྲུག་དང་ལྡན་པ། ནང་ལོགས་སུ་ཟུར་གསུམ་གྱི་རིས་ཡོད་པ། ཆེ་ཆུང་ཙམ་མ་གཏོགས་ཁོ་བོས་མནལ་ལམ་དུ་མཐོང་བའི་ཤེལ་བྲག་དེ་དང་ཕྱོགས་འདྲ་བ་ཞིག་ཁོ་བོ་ལ་སྟེར་བྱུང་བ་དེའང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་ཏུ་གོ། ཁོ་བོས་ད་སྔ་ཐེངས་གཉིས་སུ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མན་ངག་འདི་མཇལ་སྐྱོང་ཞིང་། དེ་སྐབས་རྣམས་སུ་དྲན་ཐོ་རགས་ཙམ་རེའང་བཀོད་ཡོད་ཅིང་། ཁོ་བོ་སླར་ཨི་ཏ་ལི་ཡར་བསླེབས་དུས་སུ་དྲན་ཐོ་སྔ་ཕྱི་རྣམས་གོ་བསྒྱུར་བས། ཚིག་རྐང་

the guesthouse. The day was dawning, and fortunately, as soon as I awoke, I remembered my dream. I immediately searched for paper and pen and started to write some rough notes. Since I had the impression I could remember most of this extraordinary upadesha, except for a few lines, I wrote it all down.

That day at noon, after the teaching session, Gabriele, a German woman from the Dzogchen Community, gave me a blue hexagonal crystal, three fingers in size, with the design of a triangle inside; except for the size it was similar to the one I had seen in my dream. I understood this to be a very auspicious sign.

I had already met this extraordinary upadesha twice, and both times I had written down notes. Therefore, when I returned to Italy, I compared the old versions with the new and edited the text as well as I could, supplementing some lines that

ཚད་པ་རྣམས་ཁ་བསྐང་ཐུབ་པ་སོགས་ལེགས་ཆ་
ཅི་རིགས་ཤིག་ཐོན་ནའང་། ད་དུང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མན་
ངག་དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་མ་ཐུབ་སྐབས་བློ་སེམས་ཁོང་དུ་
ཚུད་དེ་གནས་དགོས་པ་བྱུང་ངོ་།། ཨ་ཙ་མ།། །། །།

were missing, and so forth. But since this extraordinary upadesha was not yet complete, I could do nothing but remain with a feeling of sadness. Alas!

ས་མོ་ཡོས་ལོ ༼ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༧ ནས་ ༡༩༽ བར། ལྷོ་ཨ་མེ་རི་ཁའི་རྒྱལ་ཁབ་མེཀྶི་ཀོའི་ཡུལ་གྲོང་ ○ཏླཱི་ཀོ○ ཞེས་བྱ་བའི་མགྲོན་ཁང་ཆེན་པོ་ ○ཆེར་རོ་་དེ་་ལ་་མི་སིའོན༽ ཞེས་པའི་ནྲོས་གར་ཁང་དུ།

ཕྱོགས་མཐའི་འཁོར་སློབ་མང་ཞིག་འདུས་བྱུང་བ་དེ་རྣམས་ལ་ཁོ་བོས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྔོན་དངོས་ཅི་རིགས་སློབ་སྟོན་བྱས་ཤིང་། ཕྱི་ཚེས་ ༣༠ གཟའ་ཟླ་བའི་ཉིན་ངེད་ཅག་གནས་ཡུལ་དེའི་རི་རྩེའི་མགྲོན་ཁང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཁྲུས་བྱས། མཐོང་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་གནས་ཡུལ་དེར་ཁོ་བོས་ནམ་མཁའ་ཨར་གཏད་བྱས་ཏེ་རེ་ཞིག་གནས་པ་དང་། དེ་སྔོན་ཞིག་ན་སྨུན་མཚམས་སུ་ཡོད་དུས་སུ་མྱོང་བ་བྱུང་བའི་་སྣང་ཆ་འདྲ་བ་ཞིག་མངོན་སྣང་བྱུང་བ་དེའི་རྐྱེན་གྱིས་ཨེ་ཡིན་སྙམས། གང་ལྟར་ཡང་དེ་དགོང་ནམ་ཐོ་རེངས་སུ་ཁོ་བོ་ལ་བྱུང་བའི་མནལ་ལམ་དུ།

ང་དང་ངའི་སློབ་མ་བོད་མི་དང་། རྒྱ་མི། ཕྱི་གླིང་བ་བཅུ་གྲངས་ཤིག་བཅས་ཡུལ་གང་ཡིན་མ་ངེས་མོད། ཡུལ་ཁམས་དེར་ཆེས་སྔ་བའི་དུས་ཤིག་ན་ཤམ་བྷ་ལའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་བཞེངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་བྱིན་ཅན་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་མཇལ་བའི་ཆེད་དུ། ངམ་གྲོག

In the Earth-Female-Hare year [from the fifteenth to the seventeenth of September 1999], while I was in Taxco, a town in Mexico, I gave teachings on the preliminary and the main practice of Dzogpa Chenpo to many local and foreign students assembled in the theater of a big hotel called Cerro de la Mision. On the twentieth, a Monday, we went to a hotel on the mountain top and I took a bath. The place had a vast, open view, so I practiced Namkha Arted. After a while, a vision appeared which was similar to one I had previously had during a dark retreat. Maybe because of this, that night, in the early morning, I had the following dream.

I and about ten of my students – Tibetan, Chinese, and Westerners – were in an unknown place where we knew there was a powerful statue of Buddha that had been erected by a king of Shambhala in ancient times. In order to visit that statue we walked across a desolate plain full of ravines. At a certain point we arrived at a river;

ཅན་གྱི་ཐང་ཆེན་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ང་བ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་འགྲོ་གི་ཡོད་འདུག རེ་ཞིག་ན་ངེད་ཅག་རྣམས་རྒྱ་ཀླུང་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་བསླེབས་ཤིང་། ཚང་མ་ཐང་ཆད་ནས་ཡོད་འདུག་སྟབས། ངེད་ཅག་མི་རེ་བཞིན་གྱིས་རྒྱ་མང་ཙམ་རེ་བཏུང་ནས་དེར་བསྡད་ཡོད་པ་ལ། ཕར་ཙམ་ནས་དབུ་སྐྲ་ཐོར་ཅོག་ཏུ་བཅིངས་པ། སྐུ་ལ་ཨང་རག་དང་རས་རྒྱན་གསོལ་བ། ཕལ་ཆེར་དགུང་གྲངས་སུམ་ཅུ་ནས་བཞི་ཅུ་ཙམ་པ། ཕྱག་ན་ཁ་ཊྭཱཾ་ག་བསྣམས་པ་ཞིག་དཔལ་གྱིས་ངེད་ཅག་གི་ཁ་ཕྱོགས་སུ་ཕེབས་འོང་གི་ཡོད་འདུག ངས་དེར་ཡོད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་རྣམས་ལ་བོད་སྐད་དང་། དབྱིན་སྐད་དུ།

ཁོང་གནས་ཡུལ་བྱིན་ཅན་འདིའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས་པ་འདུག ངེད་ཅག་གིས་ཁོང་ལ་གནས་ཡུལ་འདིའི་སྐོར་བཀའ་འདྲི་ཞུ་དང་།

ཞེས་བྱས་ནས་བསྡད་པ་དང་། ཙུང་ཞིག་ན་ཁོང་ངེད་ཅག་གི་འགྲམ་དུ་བསླེབས་ནས། ངེད་ཅག་རྣམས་ལ་ཞལ་འཛུམ་པའི་མདངས་སྟོན་གྱིན་བོད་ནུབ་ཕྱོགས་པའི་སྐད་ལུགས་ལྷ་བུ་གོ་དཀའ་ཙམ་པ་ཞིག་ཏུ་ན་རེ།

ཨ་ཁ་ཁཿ གནའ་དུས་སུ་ཡིན་ན་གནས་ཡུལ་འདིར་ཨུ་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་དངཿ ཤམ་བྷ་ལའི་རྒྱལ་པོ་

since everybody was tired, we stopped and each of us drank much water. Then in the distance we saw someone walking slowly in our direction. His hair was tied in a topknot, he wore *anrag* shorts and bone ornaments, looked between thirty and forty years of age, and held a khatwanga (trident). I said to my friends, both in Tibetan and in English, "He must certainly be a yogin from this sacred place. Let's ask him some questions about it."

After a while he arrived near us, and smiling he said in a sort of Western Tibetan dialect, a little difficult to understand, "What a pity! In ancient times there were many sacred monuments to visit

ཉམས་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་རྟེན་བྱིན་ཅན་མང་པོ་མཇལ་དུ་ཡོད་མོད༔

དེང་དུས་སུ་ལུང་པ་ཚང་མ་ཁ་ཆེས་ཁེངས་ཤིང་། ཁོང་ཚོས་གནའ་བོའི་རྟེན་གསུམ་བྱིན་ཅན་ཡོད་ཚད་གཏོར་བཤིགས་བྱས་པ་ཡིན་སྟབས༔ ད་ལྟ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་གཅིག་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་ལུས་མེད༔ ཁྱེད་ཉམས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་དེ་མཇལ་དུ་འོངས་པ་ཡིན་པ་ཐག་ཆོད༔

ཅེས་གསུངས་ཀྱི་འདུག ངས་ཁོང་ལ།

ལགས་ཡིན། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་དེ་འདི་ནས་ཐག་རིང་ཐུང་ཇི་ཙམ་ཞིག་ན་བཞུགས་ཡོད་རེད།

ཅེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པས། ཁོང་ན་རེ།

ཨ་ཙེ༔ སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་དེ་འདི་ནས་ཉིན་ཞག་གསུམ་ལྷག་ཙམ་གྱི་གནས་སུ་ཡོད༔ ཁྱེད་ཉམས་ཡུལ་འདིར་འགྲོ་འགྲུལ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད༔ ཁོང་ཚོ་ཡུལ་མི་ཁ་ཆེ་བ་ཚོས་མཐོང་ན་དེ་འཕྲལ་དུ་ཉེས་པ་སློག་ཐོག་ཏུ་གཏོང་བ་ཐག་ཆོད་པ་རེད༔

ཅེས་ཧ་ལས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གསུངས་འདུག ངེད་ཅག་གང་དུ་ཡོད་པའི་ཆུ་ཀླུང་དེའི་ཕར་ཕྱོགས་ས་ཐག་དེ་ཙམ་མི་རིང་བ་ན། རི་བྲག་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེར་ཁོང་གིས་ཕྱག་མཛུབ་བཙུགས་ནས་འདི་སྐད་དུ།

in this place which had been erected by the kings of Uddiyana and Shambhala. However, these days the whole country is full of Muslims, and since they have destroyed all the ancient sacred objects which were the three supports (of Body, Voice, and Mind), nothing has remained except one statue of Buddha. I imagine you have come to visit that statue."

"Yes, we have" I replied. "How far is that Buddha statue from here?"

"My goodness!" he said surprised, "That Buddha statue is at a distance of more than three days. You cannot travel in this country. If the local Muslims see you, they will immediately put you to death!"

Then he pointed to a rocky hill on the other side of the river, not far from where we were,

རང་རེས་ཆུ་འདི་བཙལ་ཏེ་མགྱོགས་པོར་ཕར་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་བྲག་འདིའི་ནང་ཁོངས་སུ་ངའི་སྡོད་གནས་ཡོད་པ་དེར་འགྲོ་དང༔ ཁྱེད་རྣམ་པ་ལ་སྲོག་སྐྱོན་འོང་གི་མ་རེད༔

ཅེས་གསུངས་འདུག ངོད་རྣམས་དེ་མ་ཐག་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་དེ་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་ཅིང་། ངོད་རྣམས་རི་བྲག་དེ་དང་ཉེ་བར་བསླེབས་པའི་ཚེ། མར་ཙམ་ནས་ཁ་ཆེ་ཧ་པ་བཙུ་གྲངས་ཤིག་ང་ཚོའི་ཕྱོགས་སུ་འོང་གི་ཡོད་འདུག་ལ། ངོད་རྣམས་མགྱོགས་མྱུར་དུ་ཕྱིན་པས་རི་བྲག་དེའི་རྩ་བར་བྲག་ངོས་འཇམ་ལ་མཐོ་བ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་ཉེ་དྲུང་དུ་བསླེབས། སྐབས་དེར་རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་བྲག་ངོས་སུ་སྡིག་མཛུབ་བསྟན་ཏེ། ཨོཾ་ཨཱཿ ཧཱུྃ་ ཞེས་གསུངས་སོང་བའི་མོད་དེར་ཧཱུྃ་སྒྲ་འདྲ་བ་ཞིག་དང་བཅས་ཏེ་བྲག་དེར་སྒོ་ཟུར་གསུམ་པ་ཞིག་གཡས་གཡོན་དུ་བྱེ་སོང་།

ངོད་རྣམས་དེ་འཕྲུལ་ནང་དུ་ཞུགས་ཤིང་། ངོད་ཅག་ནང་དུ་ཞུགས་ཟིན་མ་ཐག་སླར་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་བྲག་ངོས་སུ་སྡིག་མཛུབ་བསྟན་ཏེ། ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ་ ཞེས་གསུངས་སོང་བའི་མོད་དེར་ཧཱུྃ་སྒྲ་འདྲ་བ་ཞིག་དང་བཅས་ཏེ་བྲག་སྒོ་དེ་ཐལ་གྱིས་བསྡམས་སོང་། ནང་དེར་རིན་པོ་ཆེ་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་བྲག་ཕུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཁྱོན་ཡངས་ཤིང་རང་འོད་ལྷམ་མེར་གསལ་བ་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་པའི་

"Let's cross this river and get quickly to my place inside that rocky hill. You won't have to fear for your life."

We immediately followed him in that direction. When we arrived near the rocky hill, we saw about ten Muslim horsemen coming towards us from below. We hurried and reached a smooth, high surface at the base of the rocky hill. In that moment the yogin pointed the threatening mudra at the rocky surface, and as soon as he sounded OṂ ĀḤ HŪṂ, a triangular door in the rock opened on the right and left sides with a HŪṂ-like sound. We entered immediately. When we were all inside, the yogin once again pointed the threatening mudra at the rocky surface, and as soon as he sounded OṂ ĀḤ HŪṂ, the door instantly closed with a HŪṂ-like sound.

Inside I saw an extraordinary and amazing place, a large, spacious cave made of precious materials of different colors, vividly shining with

གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་འདུག རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་ངེད་ཅག་ཕར་ཕར་ཁྲིད་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་ལྟར། ངེད་རྣམས་ཁོང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་སྟེ་ཕྱིན་ཅིང་། ངས་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ལ་གུས་ཚུལ་དང་བཅས་པས།

གྲུབ་རྗེ་དམ་པ་ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་ལ་གང་ཞུ་གི་ཡོད།

ཅེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པས། ཁོང་ན་རེ།

སྔོན་དུས་ཨུ་རྒྱན་གྱི་རིག་པ་འཛིན་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་རྣམས་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་དེ་སྐབས་སུ་ངའི་མིང་ལ་ ༠ཨེནྡྲ་པ་ལོ་༠ ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད་ལ༔ དེང་དུས་སུ་ངའི་མིང་ལ་ ༠ཛྙཱ་ན་སིདྡྷི་༠ ཞེས་ཟེར་གྱི་ཡོད༔

ཅེས་གསུངས་འདུག ཡང་ངས་ཁོང་ལ།

ཁྱེད་ཀྱི་བཞུགས་གནས་ཡ་མཚན་པོ་འདིའི་མཚན་གང་ལགས།

ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་པས། ཁོང་ན་རེ།

གནས་འདི་ནི་དེང་དུས་ཀྱི་ ༠ཨུ་ཊི་ཡ་ན་༠ ཞེས་བྱ་བ་དེ་རེད༔

ཅེས་གསུང་མཛད་ཀྱི་འདུག ངས་ལག་གཉིས་ཀྱི་ཐལ་མོ་སྙིང་ཁར་སྦྱར་ནས།

སྐུ་མཁྱེན། ངེད་རྣམས་ཐུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ།

ཞེས་ཞུས་པས། ཁོང་གིས་ཞལ་འཛུམ་མདངས་དང་བཅས་ཏེ་ན་རེ།

its own natural light. The yogin led us further and further inside, and we followed him. I asked him with respect, "Supreme Siddha, what is your name?"

"In the past, in the time of the male and female Vidyadharas of Uddiyana, I was known as Aryapalo. Now my name is Jñānasiddhi."

"What is the name of your amazing place?"

"Today this place is called Uddiyana".

I joined my palms at the heart, and pleaded, "Please! Accept us with your compassion."

He smiled, "Well then, I will bring you before

འོ་ན་ངས་ཁྱེད་རྣམས་དཔལ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐུགས་རྗེན་གྱི་དྲུང་དུ་བྱིན་རླབས་ཞུ་རུ་ཁྲིད་ཆོག༔ ངེད་ཅག་དེར་ཕེབས་དང༔

ཞེས་གསུངས་ནས་གཞོགས་གཡས་ངོས་ནས་ཕར་ཕར་ཁྲིད་མཛད་ཀྱི་འདུག རེ་ཞིག་ན་བྲག་གཡས་ངོས་དེར་ཤེལ་བྲག་གི་སྒོ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་བརྒྱུད་དེ་ནང་དུ་བསྙེབས་པ་དང་། དེར་ཤེལ་བྲག་ལས་གྲུབ་པའི་ཚོམས་ཆེན་ཞིག་གི་དབུས་སུ། དྭངས་ཤེལ་གྱི་པད་སྟོང་མི་ཚད་ལས་མཐོ་ཙམ་པ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཤེལ་དཀར་གྱི་རྡོ་རྗེ་མི་ཚད་ཙམ་པ་ལས་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་པའི་འོད་ཟེར་ཐར་ཐར་དུ་འཕྲོ་བ་དེ་འདྲ་བ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ན་རེ།

འདི་ནི་དཔལ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐུགས་རྗེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་རེད༔ ད་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་རླབས་ཞུས་ཤིག༔

ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཁོང་ཕར་ཙམ་ན་ཤེལ་རྡོའི་སྟེགས་ཤིག་ཡོད་འདུག་པའི་སྟེང་དེར་བཞུགས་མཛད་སོང་། ངེད་རྣམས་དེ་མ་ཐག་ཐུགས་རྗེན་དེའི་མདུན་ངོས་ཀྱི་ས་གཞིར་བསྡད་དེ་ ཨ་ ཞེས་པ་ནས་བཙམས་ཏེ་རྡོ་རྗེའི་སྒྲ་ཞིག་གིས་གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་ངང་སྐྱོང་གིན་བསྡད།

the Mind-support of Shri Vajrasattva to receive its blessing. Let us go."

Then he led us along the right side, until we passed through an entrance of crystal rock. Inside, in the center of a big hall also made of crystal rock, upon a lotus stem of pure crystal taller than a human being, there was a vajra of white crystal, human size, radiating multicolored rays of light in all directions.

The yogin said, "This is a special support of the Mind of Shri Vajrasattva. Now you should all ask for a blessing!" and went to sit on a crystal stool nearby.

We immediately sat down on the ground in front of the support of the Mind. Beginning with A, we sang the Song of Vajra maintaining the state of non-dual contemplation. When the song

ཀླུ་མཇུག་རྫོགས་པ་དང་ད་གའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་གང་དུ་བཞུགས་འདུག་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་བལྟས་པས། གང་དུའང་སྣང་དུ་མི་འདུག དཔལ་རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཐུགས་ཏེན་གྱི་རྒྱབ་ངོས་ཀྱི་བྲག་ལོག་དེ་ར་ཁ་དོག་མཐིང་ཞུན་གྱིས་བྲིས་པ་ལྟ་བུའི་བརྡ་བྱུང་ ཅ ཡིག་འདྲ་ལ་ཁད་པ་ཤད་ཟླ་ཚེས་དང་བཅས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་ཐོག་དྲངས། དེའི་གཤམ་དུ་བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་ཨེ་ཡིན་སྙམས་པའི་ཡིག་འབྲུ་མང་པོ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་པ་མཇལ་གྱི་འདུག ཁོ་བོ་དལ་གྱིས་དེ་ར་ཕྱིན་ཏེ་ལེགས་པར་མཇལ་བས། བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་འབྲུ་སྒྲོས་ལེགས་ཤིང་། བར་ཚིགས་ཐིག་ལེ་ཉིས་རྩེགས་དང་། མཚམས་གཅོད་གཏེར་ཚེགས་ཅན་ཞིག་ཏུ་དེ་སྔོན་ཐེངས་འགར་ཁོ་བོ་ལ་ཐོབ་མྱོང་བ་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་གདམ་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དེ་རྣམས་གསལ་བར་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

ended, I looked in all directions to see where the yogin was, but he was nowhere to be found.

On the back of the Mind-support of Shri Vajrasattva I saw the symbolic letter similar to CA with the vertical stroke and crescent moon ornament on top, quite big in size and as if written with molten azurite, followed by many syllables apparently in Tibetan Uchen. I slowly approached it and looked carefully. I saw many verses in excellent Tibetan Uchen character with two dots, one on top of the other, separating each syllable, and the Terma sign at the end of the line. They contained the special teaching on the principle of behavior that I had already received a few times before. These are the verses:

ཧཱུྃ༔

འཿ ཨཿ ཧཿ ཤཿ སཿ མཿ

༔ཨ་ཏི་ཀུན་བཟང་སྨོན་པ་ནི༔

༔འཁོར་བའི་ཆོས་ལས་འགྲོས་པ་མིན༔

༔ཇི་སྲིད་ཉལ་མའི་ངང་ཉིད་དེར༔

༔ཇི་བཞིན་ཉིད་དུ་སྨོན་པ་ཡིན༔

༔སྣང་སྲིད་འཁོར་འདས་ཆོས་མ་ལུས

༔ཀུན་བཟང་རྒྱན་དུ་མ་གྱུར་མེད༔

༔དེ་ཕྱིར་སྣང་དོར་མཚམས་བཀལ་ཏེ༔

༔ཏིང་འཛིན་ཆེན་པོར་ལ་བཟླའོ༔

༔སྒོ་གསུམ་འདུ་བྱེད་ཅི་ཡང་རུང༔

༔རིག་པའི་ཀློང་དུ་མ་གྱུར་མེད༔

༔དེ་ཕྱིར་རིག་པར་རོལ་པའི་རྩལ༔

༔ངང་ཉིད་ཀློང་དུ་འདྲེས་པར་བྱ༔

༔བྱང་བ་ལྷ་བུའི་སྨོན་པ་ཡིས༔

༔དབང་པོ་མཆོག་བསྒྲུབ་རང་ངོ་རིག༔

༔རི་དྭགས་ལྷ་བུའི་སྨོན་པ་ཡིས༔

༔ཟབ་དོན་རྟོགས་པ་རང་ཐག་ཆོད༔

[**ROOT TEXT**]

'A A HA SHA SA MA

The Ati behavior of Samantabhadra does not mean escaping from the phenomena of samsara. Whatever exists is applied in one's behavior as it really is in the authentic condition.

Of all phenomena of the universe and its beings, of samsara and nirvana, there is nothing which is not an ornament of Samantabhadra. Therefore one should go beyond the limits of accepting and rejecting, transcending all in total contemplation.

Of all the actions of the three gates, there is nothing which is not part of the dimension of Rigpa. Therefore one should integrate in this condition the Tsal energy of the manifestation of Rigpa.

Behaving like a bee, one should acquire the supreme capacity and discover one's state. Behaving like a deer, one should realize the profound meaning and not remain in doubt.

༄སེང་གེ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༄རང་གྲོལ་བརྟུལ་ཞུགས་གདིངས་དང་ལྡན༔
༄སྨྱོན་པ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་ཡིས༔
༄རི་དྭགས་ཀུན་ཟད་སྣང་རིག་འདྲེས༔
༄ཛེ་སྲིད་གཉིས་སྣང་དབང་གྱུར་པ༔
༄དེ་སྲིད་དྲན་ཤེས་རྒྱུན་བརྟན་པས༔
༄སྤྱོད་ལམ་རྣམ་བཞིའི་གནས་སྐབས་ཀུན༔
༄རང་གྲོལ་ལམ་ཁྱེར་གནད་ལ་གཞོལ༔
༄ཉིན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་སྐབས་དུས་ཀུན༔
༄སྒོ་གསུམ་རྣལ་མའི་ཚུལ་ཤེས་པས༔
༄གཡེང་བ་མེད་པའི་དྲན་རིག་རྒྱུན༔
༄ཧིང་འཛིན་གཤིས་དང་འདྲེས་པར་བྱ༔
༄དབང་ལྔའི་ཡུལ་དུ་ཤར་བ་ཡི༔
༄འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཐུང་ལ༔
༄གཉིས་རྟོག་ཞེན་མེད་རང་གྲོལ་གྱིས༔
༄ཡུལ་སྣང་གསལ་སྟོང་རིག་པར་གྲོལ༔
༄ཚོགས་དྲུག་བདག་གཞན་བཟང་དང་ངན༔
༄གླང་དོར་དགའ་སྡུག་རི་དྭགས་སོགས༔
༄གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་རིག་ཐོག་དེར༔
༄མཉམ་པར་བཞག་པས་རང་སར་གྲོལ༔

Behaving like a lion, one should possess the confidence of the resolute conduct of self-liberation. Behaving like a madman, all hopes and fears exhausted, one should integrate vision and Rigpa.

As long as one is subject to dualistic vision, one should devote oneself to the main point of the practice of self-liberation in all four aspects of behavior through a stable continuity of presence and awareness.

In all circumstances of daily behavior, being aware of the authentic situation of the three gates, one should maintain undistracted presence and integrate with the state of contemplation.

Since every enjoyment that arises as the object of the five senses self-liberates without any dualistic concept or attachment to it, objective vision liberates itself in clear and empty Rigpa.

(All of) the six aggregates, self and others, good and bad, accepting and rejecting, pleasure and pain, hope and fear, and so forth, self-liberate in their own place when one remains in contemplation in the recognition that they are equal and non-dual.

༄གོམས་པའི་སྟོབས་ལྡན་རྣལ་འབྱོར་པར༑
༄སྣང་རྟོག་ཅི་དང་ཅི་ཡང་རུང༑
༄མཚོ་ལ་ཁ་བ་བབས་པ་བཞིན༑
༄ཤར་དང་གྲོལ་བ་དུས་མཉམ་འགྱུར༑
༄དང་པོའི་ལས་ཅན་སུ་རུང་གིས༑
༄སྣང་རྟོག་རིག་ཐོག་གཅེར་བལྟས་པས༑
༄རྩོལ་མེད་རང་སར་གྲོལ་བ་ནི༑
༄ཉི་དང་བ་མོ་འཕྲད་པ་བཞིན༑
༄མཚན་དུས་སྐྱིང་ཁར་ཐིག་ལེའི་དབུས༑
༄ཨ་དཀར་གསལ་ལ་མཉམ་པར་བཞག༑
༄ཡང་ན་སེམས་རྟོག་གང་ཤར་བའི༑
༄རིག་པ་དེ་ཐོག་ལྟོད་ཀྱིས་གློད༑
༄ཡེངས་མེད་རིག་པའི་ངང་ཉིད་དུ༑
༄ལྷུགས་པའི་གཉིས་དེར་གཉིད་ཁུག་ན༑
༄རང་བཞིན་འོད་གསལ་མངོན་གྱུར་ཏེ༑
༄རྨི་ལམ་རང་བྱུང་ཆུད་པར་འགྱུར༑
༄རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏིང་ངེ་འཛིན༑
༄ཇི་བཞིན་རྒྱུད་ལ་འབྱོངས་པའི་ཚེ༑
༄སྒོ་གསུམ་འཁྲུལ་པའི་རྒྱུན་ཆད་ཅིང༑
༄ལྷུན་གྲུབ་འོད་སྐུར་གྲོལ་བར་ངེས༑

For a yogin who has the power of familiarity, whatever vision or thought appears, arising and liberation occur at the same time, like snow falling on a lake.

For a beginner, a vision or thought self-liberates without effort in its own condition through direct observation the moment it is noticed, like dew touched by the sun.

At night one should visualize a white A in the center of a Thigle at the heart and remain in contemplation; or relax in the presence of whatever thought arises in the mind.

If one falls asleep without distraction in the state of Rigpa in a relaxed condition, natural clear luminosity manifests, and dreams are perfectly mastered.

When one has genuinely trained in the contemplation of natural clear luminosity, the continuity of illusion of the three gates is interrupted and liberation in the self-perfected dimension of light is certainly achieved.

ཿཐོ་རངས་སྙིང་ཁའི་ཐིག་ལེའི་ཨཿ
ཿགསལ་སྣང་ངང་ནས་སད་པའམཿ
ཿགསལ་འདེབས་ཏ་སྒྲས་ལྷུང་རོ་བསངཿ
ཿརིག་པ་ནམ་མཁར་ཨར་གདད་བྱཿ
ཿཕྱི་ནང་དབྱིངས་རིག་གཉིས་མེད་གཤིསཿ
ཿཀུན་བཟང་བླ་མའི་དགོངས་པ་དངཿ
ཿརང་རིག་མཉམ་པའི་ཨ་དཀར་སློངཿ
ཿཐུགས་ཡིད་བསྲེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བྱཿ
ཿརྣམ་ཀུན་འཁྲུལ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཀུནཿ
ཿརིག་པ་སྐད་ཅིག་མ་ཡི་སློངཿ
ཿཁྲིགས་ཆོད་རང་ཤར་རང་གྲོལ་དུཿ
ཿཡེངས་མེད་ཆུ་བོའི་རྒྱུན་བཞིན་བསྐྱངཿ
ཿཇི་སྲིད་མཉམ་རྗེས་རིས་ཆད་པཿ
ཿདེ་སྲིད་རང་གྲོགས་རང་བསྐྱལ་ཏེཿ
ཿརྟག་ཏུ་དྲན་ཤེས་མི་འབྲལ་བསཿ
ཿསྤྱོད་པའི་གནད་ལ་མཁས་པར་བྱཿ
ཿཉོན་མོངས་ཀུན་རྟོག་གང་སྐྱེས་པཿ
ཿདེ་ཀུན་རང་མཚན་ལྷན་ན་ཡངཿ
ཿབློ་འདས་རིག་པའི་ངང་ཉིད་དུཿ
ཿམཚན་ཉིད་ཅིར་ཡང་དམིགས་སུ་མེདཿ

In the early morning one should awaken with the clear presence of the A in the Thigle at the heart; or one should refresh its presence, exhale the stale air with the sound HA, and direct one's Rigpa in the space in front of oneself (Namkha Arted).

In the state of non-duality between the outer and the inner – the ultimate dimension (Ying) and Rigpa –, in the expanse of the white A where the state of Guru Samantabhadra and one's Rigpa are the same, one should apply the Yoga of unification of the (Guru's) primordial state with one's mind.

In general one should continue without distraction, like a river flowing, in the state where all illusory thoughts – the moment they arise – self-liberate in total relaxation (Tregchöd) in the expanse of instant Rigpa.

As long as the separation between contemplation and post-contemplation exists, one should be one's own helper: without ever parting from presence and awareness, one should become adept in the main point of behavior.

All thoughts of emotions which arise possess their specific characteristics; nevertheless, none of these characteristics exist in the state of Rigpa beyond conceptual mind.

༔མཚན་ཉིད་ཡོངས་བྲལ་སྐད་ཅིག་མ༔
༔རིག་པ་དེ་ཐོག་མཉམ་གནས་ན༔
༔ཉོན་མོངས་བྱེ་བྲག་ཅི་ར་ཡང་ རུང༔
༔རང་གྲོལ་ཡེ་ཤེས་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ༔
༔སུ་ཞིག་རང་གྲོལ་མཐུ་མེད་པ༔
༔ཀུན་རྟོག་རྐྱེན་ལ་རག་ལས་ཕྱིར༔
༔ཆགས་སྣང་རྨོངས་རྒྱལ་ཕྲག་དོག་པའི༔
༔ཉོན་མོངས་ལམ་ཁྱེར་གནད་ལ་གཞོལ༔
༔འདོད་ཆགས་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔
༔ཆགས་ཡུལ་ཕོ་ལ་མཛེས་མ་དང༔
༔མོ་ལ་དཔའ་བོ་ཡིད་ལ་མཛའ༔
༔རྙེད་ན་མཚན་ཉིད་ལྡན་པར་བརྟེན༔
༔གཞན་དུ་དམ་ཉམས་གྲིབ་དང་བྲལ
༔མོས་ལྡན་གསང་སྒོ་འཆོལ་མི་སྤྱོད༔
༔ཡིད་འོང་ཆགས་པ་སློང་ནུས་དང༔
༔བདེ་བ་བསྐྱེད་ནུས་དག་དང་སྦྱོར༔
༔དག་གསལ་དཔའ་བོ་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔འཁྲིལ་སྦྱོར་འཁྱུད་དང་འོ་ལ་སོགས༔
༔འདོད་པའི་སྒྱུ་རྩལ་ཇི་སྙེད་པས༔
༔རང་ཁམས་ཐིག་ལེ་གཡོ་བར་བསྐུལ༔

If one remains evenly in the state of instant Rigpa which is beyond all characteristics, the various emotions are self-perfected as the wisdom of self-liberation.

Those who have no capacity for self-liberation, since they depend on the secondary causes of thoughts, should apply the specific methods of practice related to the emotions of attachment, anger, ignorance, pride, and jealousy.

Concerning the way to apply attachment as the path, a male should find a beautiful woman and a female an attractive Pawo, if possible endowed with all characteristics, as the objects of passion.

Otherwise, one should unite with someone who has no defilement caused by damaged samaya, who is interested (in the practice), does not violate the bounds of secrecy, is pleasing and capable of arousing passion, and has the capacity to increase the sensation of pleasure.

The pure and luminous Pawo and consort should set in motion their Dhatu, the Thigle, by means of whatever amorous arts such as embracing, hugging, clasping, kissing, and so forth.

༔འདོད་ཆགས་བདེ་བར་འབར་བའི་ཕྱིར༔
༔རྡོ་རྗེ་པདྨ་ཆེས་ཆེར་བསྒྱུབ༔
༔ཐིག་ལེ་མཚན་མའི་རྩར་གཡོས་ཆེ༔
༔བརྗོད་བྲལ་རྟོག་མེད་བདེ་ཉམས་འབར༔
༔འཆོར་ཉེན་བྱུང་ན་བསྒྱུབ་འཕྲོ་བཤོལ༔
༔ཧཱུྃ་དཀར་ཐིམ་བཏབ་འོག་རླུང་འཐེན༔
༔རྒྱ་མཚོ་གྲེན་བསྒྲིག་ཟླ་འཚུ་བསྒྲིམ༔
༔རླུང་སེམས་ཐིག་ལེའི་སྒྲོན་མར་གཏད༔
༔དེ་ཡིས་བདེ་ཉམས་ངང་བསྐྱིང་ཞིང༔
༔དྭངས་མ་མི་ཉམས་ཟིན་འགྱུར་ལ༔
༔བདེ་བ་ཆུང་ན་དལ་བསྒྱུབ་ནས༔
༔འདོད་པའི་སྒྱུ་རྩལ་སྣ་ཚོགས་བསྟེན༔
༔བདེ་གསལ་ཉམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད༔
༔རིག་པ་གསལ་རྗེན་ཤར་བ་ལས༔
༔གཡོ་བ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་དུ༔
༔སྙིགས་མ་འཕོས་ན་བདེ་ཉམས་རྒྱས༔
༔རིག་པ་ཟང་ཐལ་ཆེན་པོའི་ངང༔
༔དྭངས་མ་འཆོར་དུ་མི་སྲིད་ལ༔
༔སུ་ཞིག་དྭངས་མ་འཆོར་གྱུར་པ༔
༔ཏིང་འཛིན་རྩལ་དུ་མ་ཕེབས་ཏགས༔

In order to make passion blaze as pleasure, one should rub the Vajra in the Padma with great vigor. When the Thigle reaches the base of the sexual organ, an experience of ineffable and non-conceptual pleasure develops.

If one feels the danger of losing (the semen), one should pause, plug (the specific place) with a white HŪṂ, pull up the lower air, turn the ocean upward, tighten the muscles of the legs, and direct the prana and mind on the lamp of the Thigle.

In this way the experience of pleasure will be prolonged, and the pure essence, without being impaired, will be maintained. If the sensation of pleasure diminishes, one should resume the movement and apply various amorous arts.

When the essence of the experience of pleasure and clarity arises naked and clear as Rigpa and one does not move from this condition, if the impurity leaks, the sensation of pleasure increases.

It is not possible to lose the pure essence in the state of totally unimpeded Rigpa. If the pure essence is lost, it is a sign that contemplation has not been genuinely stabilized.

༔ཡབ་ཡུམ་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་བའི་ཉམས༔
༔དེ་ཀའི་རིག་ངོ་རྗེན་ཧྲིག་གེ༔
༔བདེ་གསལ་འཛིན་མེད་ངང་སྐྱོང་བ༔
༔འདོད་ཆགས་བདེ་བར་འཆར་བ་ཡིན༔
༔མི་བཟོད་ཐིག་ལེ་འཚོར་སྙམས་ཆེ༔
༔འོག་ལྷུང་དྲག་འཐེན་ཧིཀ་ཀྱི་སྒྲ༔
༔ཕྲ་ལ་རིང་བ་གང་མཚམས་ཀྱིས༔
༔ཐིག་ལེ་སྟོང་སྒྲོན་གནས་སུ་འདྲེན༔
༔ལྷུང་བཟུང་ལུས་དང་ཡན་ལག་དཀྲུགས༔
༔བདེ་ཉམས་ལུས་ལ་བཀྲམས་པ་ཡིས༔
༔ཟག་བཅས་ཐིག་ལེ་རང་གནས་ཁྲིམས༔
༔ཟག་མེད་བདེ་བ་ཁོང་ནས་འཆར༔
༔དུས་དེར་རྣལ་འབྱོར་ཡབ་ཡུམ་ལ༔
༔རྗེས་ཆགས་རྟོག་པ་མི་མངའ་བས༔
༔བདེ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཉམས༔
༔བདེ་སྟོང་རིག་པའི་ཀློང་དུ་གྲོལ༔
༔རྨོངས་པ་འདོད་ཆགས་སྲིད་པས་བཅིངས༔
༔བདེ་ཡལ་སྡུག་བསྔལ་འཁོར་བར་འཁྱམས༔
༔རྣལ་འབྱོར་འདོད་ཆགས་འཛིན་མེད་སྤྱོད༔
༔ཆགས་བྲལ་བདེ་སྟོང་རྒྱུན་དུ་ཤར༔

If one maintains the vivid, naked presence of the experience of pleasure arising from the union of Yab and Yum, without grasping at the concept of pleasure or clarity, attachment itself manifests as bliss.

If one has the feeling that the Thigle is about to be lost and can no longer hold it, one should lead it to the lamp of the empty Thigle by pulling up the lower air strongly and sounding a long light HIK according to one's circumstance.

One should hold the breath and shake one's body and limbs. (In this way) the sensation of pleasure spreads through the body so that the material Thigles settle in their seats, and undefiled, nonmaterial bliss arises from within.

In that moment Yab and Yum practitioners have no thoughts of passion, and thus the experience of pleasure beyond attachment self-liberates in the expanse of blissful and empty Rigpa.

Fools are bound by the craving of passion, thus their pleasure vanishes and they wander in the samsara of suffering. The yogin enjoys passion without grasping at it, so that bliss and emptiness, beyond attachment, manifest as an ornament.

༔ཀུན་རྫོབ་ཐིག་ལེ་མི་ཉམས་པས༔
༔ལུས་ཡང་ཚེ་རིང་གཞོན་ཉམས་རྒྱས༔
༔དོན་དམ་ཐིག་ལེར་ཞེན་མེད་པས༔
༔ཉོན་མོངས་རྣམ་གྲོལ་བདེ་ལ་རོལ༔
༔ཞི་སྟོང་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་རྩལ༔
༔ཞི་སྟོང་སྐྱེ་ཡུལ་དགྲ་བོ་སོགས༔
༔གང་ཡིན་མདུན་དུ་གསལ་བཏབ་ཏེ༔
༔ཞི་སྟོང་སྐྱེ་བའི་བསམ་སྦྱོར་བརྩམ༔
༔ནམ་ཞིག་ཞི་སྟོང་སྐྱེ་བའི་ཚེ༔
༔སྟོང་ཟིལ་འབར་བ་མི་ཁམས་ཀྱིས༔
༔ལུས་ལ་དྲོད་ཟིལ་ཆེར་བསྐྱེད་ཅིང༔
༔དྲོད་ཁམས་སྙིང་ཁར་འདུས་པར་འགྱུར༔
༔དྲོད་དེ་འདུས་མདོའི་ཀུན་དྷ་མར༔
༔ཧཱུྃ་ཡིག་དམར་ནག་འབར་བར་བསྒྲེ༔
༔སྐྱིད་བྱེད་ཁ་སྦྱོར་བུམ་ཅན་བསྐྱིལ༔
༔རྒྱ་མཚོའང་སུམ་མདོའི་ཧཱུྃ་ལ་གཏད༔
༔ཧཱུྃ་ལས་མེ་འབར་དམར་ཉུག་མཆེད༔
༔ལུས་ཀུན་མེ་ཡི་ཕུང་པོར་དམིགས༔
༔སྙིད་པ་གཡས་དང་གཡོན་གཙུ་ལ༔
༔བུམ་ཅན་བསྒྱུར་བས་ཞི་སྟོང་གྲོལ༔

In the relative (sense), since the Thigle is not impaired, one's body becomes light, longevity increases, and a youthful appearance develops. In the absolute (sense), by having no attachment to the Thigle, emotions self-liberate and bliss is enjoyed.

Concerning the way to apply anger as the path, one should visualize in front of oneself the object of one's anger, such as one's enemy, and so on, and engage in thoughts that arouse anger.

When anger arises, the fire element of (this) blazing hatred develops heat in the body, and (this) heat concentrates at the heart region.

(Then one should) unify this heat with a dark-red letter RAM blazing in the Kundharma at the junction, hold the air in closed Kumbhaka at the generating (chakra), and direct the ocean on the RAM at the junction of the three (channels).

(Then) one should imagine that a red current of fire develops from the RAM, and that one's whole body becomes a flaming heap. By turning the sides to the right and to the left and repeating the Kumbhaka holdings, anger self-liberates.

༔སྐྱིལ་འབིབས་མེ་ཡི་ཚྭ་ཚྭ་འཕྲོ༔
༔སྣང་བའང་མེ་ཡི་སློང་གསལ་ན༔
༔བདུན་ཕྲག་གཅིག་གམ་གཉིས་གསུམ་གྱིས༔
༔རྣལ་འབྱོར་གདུམ་མོའི་དྲོད་ཆེན་སྐྱེ༔
༔གསལ་ལ་ངོས་བཟུང་བྲལ་བའི་ངང༔
༔རང་ལུས་དྲོད་དུ་འུར་གྱིས་འབར༔
༔དྲོད་ཡལ་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་ནི༔
༔ཞི་སྟང་དྲོད་དུ་བཟུང་བ་ཡིན༔
༔ནམ་ཞིག་འབྱིན་འཇུག་དགོས་པའི་ཚེ༔
༔ངག་ནས་རྃ་གྱི་སྒྲ་དལ་བས༔
༔ལྷོད་ཀྱིས་གློད་ལ་རླུང་དང་སེམས༔
༔འདུས་མདོའི་མེ་ལ་རང་སར་བསྟིམ༔
༔རང་ལུས་མེ་གོང་གསལ་བ་ལ༔
༔མངོན་ཞེན་སྒྲིབ་པ་ཡོངས་བྲལ་བས༔
༔ཀ་དག་གཤིས་སུ་མཉམ་བཞག་ན༔
༔ཞི་སྟང་གསལ་སྟོང་དྲོད་དུ་གྲོལ༔
༔སྦྱོངས་པ་སྟང་བར་ཨ་འཐས་པས༔
༔འཐབ་རྩོད་སྡུག་བསྔལ་བཟོད་མེད་སྐྱོང༔
༔རྣལ་འབྱོར་ཞི་སྟང་དྲོད་ཀྱི་ངང༔
༔ཞེན་མེད་གསལ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཤར༔

Performing Beps in the lotus position, (one should imagine that) sparks of fire spread (from one's body), and that (outer) vision, too, is a dimension of fire. (In this way) in one, two, or three weeks, the yogin will develop the great heat of Tummo.

In a state of clarity, impossible to identify, one's body blazes with tumultuous heat. If the heat disappears, one should repeat (this practice) again and again (until) anger is stabilized as heat.

When the necessity to exhale and inhale arises, one should (exhale and) relax completely by sounding a slow RAM; (then one should inhale imagining that) one's mind and prana are absorbed in the fire at the junction (of the channels).

(At this point) one's body is clearly felt as a mass of heat, completely beyond the obstacles caused by attachment to its concreteness. Therefore, by remaining in contemplation in the state of primordial purity, anger self-liberates as the heat of emptiness and clarity.

Fools are strongly conditioned by anger, and thus experience unbearable conflicts and suffering. For the yogin, anger is the condition of heat which manifests as the wisdom of clarity and emptiness beyond attachment.

༔གནད་འདིས་དྲོད་བསྐྱེད་འཇུ་སྟོབས་ཆེ༔
༔ལུས་ཀྱི་སྟོབས་རྒྱས་སྒྱུལ་པར་དབང༔
༔ཁྲིད་པར་རླུང་རིག་ཞེན་མེད་པས༔
༔ཞི་སྡང་རྣམ་གྲོལ་དྲོད་དུ་འབར༔
༔གཏི་སྨུག་ལམ་དུ་ཁྲིར་བའི་ཚུལ༔
༔དུས་གསུམ་རྟོག་པའི་རྗེས་མི་འབྲང༔
༔ཤེས་པ་མཛོད་སྤྱུར་རྩེ་གཅིག་གཏད༔
༔གཟའ་གཏད་བྲལ་བར་ལྷན་ནེར་བཞག༔
༔གཏི་སྨུག་གཉིད་དུ་ཐེབས་པའི་ཚེ༔
༔བདེ་བའི་མལ་ལ་ལུས་ཀྱི་གཞོགས༔
༔ཕོ་གཡས་མོ་གཡོན་འོག་ཏུ་བསྙེན༔
༔སྔས་མཐོ་རླུང་ཁམས་དྭངས་སར་ཉལ༔
༔རླུང་སེམས་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད༔
༔སྙིང་ཁར་འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེའི་ཀློང༔
༔ཨ་དཀར་རང་འོད་གསལ་བ་ལ༔
༔དྲན་ཤེས་གཏད་དེ་གཉིད་དུ་ལོག༔
༔དེ་ཚེ་རྟོག་མེད་ཆོས་ཉིད་ངང༔
༔རང་བྱུང་རིག་པའི་འོད་གསལ་གདངས༔
༔འགག་མེད་ལྷན་ནེར་གནས་པ་ཡི༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏིང་འཛིན་སྐྱེ༔

This method develops heat, increases the digestive power and bodily strength, and the capacity of miraculous manifestation. In particular, since there is no attachment to prana and presence, anger self-liberates and blazes as heat.

Concerning the way to apply ignorance as the path, without following thoughts of the three times, one should concentrate one-pointedly between the eyebrows, and (then) relax quietly without fixating on any concept.

At the time of falling asleep (into the state of) ignorance, one should lie down on a comfortable bed – males on their right side, females on their left – with a high pillow and in a place with good ventilation.

(Then) one should direct one's presence on a white A at the heart shining with its own natural light inside a five-colored Thigle as the essence of the unification of prana and mind, and fall asleep.

In that moment, in the condition of Dharmata beyond thoughts, the contemplation of natural light arises in which the Dang of clear luminosity of self-originated Rigpa continues quietly without interruption.

༔རིག་པ་རྩེ་གཅིག་མི་གནས་པར༔
༔རྨི་ལམ་འཁྲུལ་པའི་དབང་གྱུར་ན༔
༔ཨ་ཡིས་རླུང་རིག་མཁར་འཛིན་པས༔
༔གཉིད་བསང་ཙོག་པུ་པུས་མོར་འཁྱུད༔
༔དུས་གསུམ་རྟོག་རྗེས་མི་འབྲང་བར༔
༔གསལ་རིག་རྣལ་མར་ཅི་བདེར་བཞག༔
༔ངང་ཉིད་དེ་ལས་མི་གཡོལ་བས༔
༔གཉིད་དུ་ལོག་ན་འཁྲུལ་རྒྱུན་ཆད༔
༔འཁྲུལ་སྣང་རྨི་ལམ་ཤར་ན་ཡང༔
༔རྨི་ལམ་ཉིད་དུ་ངོ་ཤེས་ཤིང༔
༔བསྒྱུར་སྤྲུལ་ཉམས་ཀྱི་གནད་ལྡན་པས༔
༔འཁྲུལ་པ་ཞིག་པའི་རྐྱེན་དུ་འགྱུར༔
༔ཁྱད་པར་ཀུན་རྟོག་སྔ་མ་འགགས༔
༔རྨི་ལམ་རྟོག་པ་མ་ཤར་གོང༔
༔རང་རིག་འོད་གསལ་རྟོག་མེད་ཉམས༔
༔རིག་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཉིད་དུ་གྲོལ༔
༔རྨོངས་པ་གཏི་མུག་དབང་གྱུར་དེ༔
༔གཉིད་ཀྱིས་འཐུམས་ནས་འཁོར་བར་འཁྱམས༔
༔རྣལ་འབྱོར་གཏི་མུག་རིག་སྟོང་སྐྱོང༔
༔རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཉིད་དུ་གྲོལ༔

If there is no one-pointed presence of Rigpa and thus one is subject to illusory dreams, one should (sound) A and project one's prana and presence into space to eliminate sleepiness, and sit in Tsogpu clasping one's knees (to the chest).

(Then) one should relax at ease in authentic presence and clarity without following thoughts of the three times. If one falls asleep without wavering from this condition, the continuity of illusion comes to an end.

Even though illusory dreams arise, one recognizes that one is dreaming. Since one possesses the experiential methods for transforming and multiplying, (dreams) become a secondary cause for dissolving illusion.

In particular, immediately after a thought has ceased and before the arising of (another) dream-thought, the experience of clear luminosity of one's Rigpa beyond thoughts self-liberates in the wisdom of presence and emptiness itself.

Fools are subject to ignorance, and wrapped in sleep, wander in samsara. For the yogin, ignorance self-liberates in natural clear luminosity in the expanse of presence and emptiness.

༔གནད་འདིས་ལུས་ངག་རྩོལ་མེད་བདེ༔
༔ཞེས་རྒྱུད་རྣམ་དག་མངོན་ཞེས་འཆར༔
༔ཁྱད་པར་དུས་གསུམ་འཁྲུལ་རྟོག་ཀུན༔
༔རིག་སྟོང་འོད་གསལ་ཀློང་དུ་གྲོལ༔
༔ང་རྒྱལ་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔
༔ནད་ཀུན་རྩ་བ་ངར་འཛིན་ལ༔
༔འགྲོ་ཀུན་ནད་དང་སྡུག་བསྔལ་བསྒིམས༔
༔དེ་ཡིས་གང་ནར་ལྷངས་སེ་འདུས༔
༔ན་སར་ཐལ་ལྷུག་བྲབ་པའི་རྣག༔
༔དེ་གར་ཕཊ་ཡིག་ནག་པོ་གསལ༔
༔མགྲིན་པའི་རླུང་སེམས་གཅིག་དྲིལ་བས༔
༔ནད་རྣག་མ་ལུས་གཅིག་ཏུ་སྡུད༔
༔དུས་དེར་ན་སར་ལག་པས་མཉེ༔
༔རླུང་སེམས་བུམ་ཅན་ཁ་སྦྱོར་བཟུང་༔
༔མགོ་ལུས་ཡན་ལག་ཉིང་ལག་སྤྲུགས༔
༔ནད་ཀུན་ཕཊ་སྒྲས་བཀུག་ལ་འདུར༔
༔དེ་ཡང་ཚད་པའི་ནད་རིགས་ཀུན༔
༔ཕཊ་སྒྲ་དྲག་པོས་མཁའ་ལ་གཏོར༔
༔ནད་ཀུན་སེར་ཆིལ་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ༔
༔རོ་སྙོད་བསིལ་གྱིས་ཁེངས་པར་མོས༔

Through this method one's body and voice remain healthy without any effort, consciousness is purified, and clairvoyance arises. In particular, all illusory thoughts of the three times self-liberate in the expanse of clear luminosity of presence and emptiness.

Concerning the way to apply pride as the path, one should dissolve in one's ego, which is the root of all illnesses, the illnesses and sufferings of all beings, (and imagine) that they are unified in the place where one feels pain.

(Then) one should slap the place where there is pain and visualize a black letter PHAṬ at that spot. By unifying the prana of the throat with the mind, all illnesses and pains should be absorbed there.

In that moment one should massage the place where there is pain, hold the prana and mind in kumbhaka unification, shake one's head, body, limbs, and minor parts, and summon and subdue all illnesses with the sound PHAṬ.

In this regard, all illnesses due to heat should be scattered in space with the strong sound of PHAṬ. One should imagine that all illnesses exit (one's body) as a yellowish (vapor) and that the upper part of one's body is filled with coolness.

༔གྲང་བའི་ནད་རིགས་ཛི་སྙེད་ཀུན༔

༔ཕཊ་སྒྲ་དྲག་པོས་ཐུར་དུ་འདྲེན༔

༔ནད་ཀུན་སྦོ་དམར་འོག་སྒོར་ཐོན༔

༔རོ་སྨད་མི་རུ་འབར་བར་མོས༔

༔རླུང་གི་ནད་རིགས་ཛི་སྙེད་ཀུན༔

༔ཕཊ་སྒྲ་འཇམ་པོས་བསང་ཞིང་སྦྱང༔

༔ནད་ཀུན་རང་སར་འཇའ་ལྟར་ཡལ༔

༔ལུས་ཀུན་བདུད་རྩིས་ཁེངས་པར་མོས༔

༔ཕོལ་བུའི་ནད་རིགས་གང་ཡང་རུང༔

༔ཕཊ་སྒྲས་ན་སར་ཐད་ཀར་གཏོར༔

༔ནད་ཀུན་དུ་བ་བཞིན་དུ་ཐོན༔

༔རང་ལུས་སྟོང་གསལ་འོད་དུ་འབར༔

༔དུས་དེར་ལུས་ཀྱི་ན་ཚ་དང༔

༔བདེ་སྡུག་རེག་བྱ་ཡོངས་ཟད་ཅིང༔

༔རྟོག་མེད་དྭངས་པའི་ཤེས་ཉམས་བཅས༔

༔ང་རྒྱལ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གྲོལ༔

༔སྨོངས་པར་ནད་ལ་ངར་བཟུང་བས༔

༔རང་ཐོག་འཁྲིལ་ཏེ་སྡུག་ལ་སྤྱོད༔

༔རྣལ་འབྱོར་འཛིན་མེད་བཏང་སྙོམས་ངང༔

༔མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཆོར་སྟོང་ཤར༔

All illnesses due to cold should be pulled downwards with the strong sound of PHAṬ. One should imagine that all illnesses exit through the lower door as a reddish-blue (vapor), and that the lower part of one's body blazes with fire.

All illnesses due to the Air (element) should be purified and eliminated with the gentle sound of PHAṬ. One should imagine that all illnesses disappear in their own place like a rainbow, and that all parts of the body are filled with nectar.

All specific illnesses should be eliminated directly in (their own) place of illness through the sound PHAṬ. (One should imagine that) all illnesses exit like smoke, and that one's body blazes with light, empty and clear.

In that moment the illnesses of the body and the physical sensations of pleasure and pain completely come to an end, while pride self-liberates in the state of absolute equality with an experience of limpid consciousness without thoughts.

Fools cling to an "I" when they are ill, coil themselves up, and experience suffering. For the yogin who is in a state of equanimity beyond grasping, the wisdom of equality, (the non-duality of) feeling and emptiness, arises.

༔གནད་འདིས་ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྦྱང༔
༔ཁམས་བདེ་ཚེ་རིང་དགེ་ལེགས་འཕེལ༔
༔ཁྱད་པར་ཞེན་མེད་ལམ་ཁྱེར་བས༔
༔ཕྲག་དོག་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔
༔རང་ཉིད་རིག་འཛིན་དྲག་པོར་གསལ༔
༔ཐུགས་ཀའི་ཛཿཡིག་ལྕགས་ཀྱུ་ཡིས༔
༔ཕྲག་དོག་ལྷ་འདྲེ་གང་རུང་བཀུག༔
༔སྣང་སྲིད་ལྷ་འདྲེའི་ཚོ་འཕྲུལ་རྩལ༔
༔འུར་འུར་ཤིག་ཤིག་གང་བྱུང་ཀུན༔
༔ཛཿཡིས་ཐུགས་སྒྲོག་ལ་བསྟིམ་ནས༔
༔གཉིས་མེད་མཉམ་པའི་ངང་དུ་བཞག༔
༔ལྷ་འདྲེའི་གཉིས་རྟོག་ཡོངས་ཞི་ནས༔
༔ཀུན་སྣང་ལྷ་ཡི་དཔལ་འཆར་ཞིང༔
༔གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་སྒྱུ་མའི་འཕྲུལ༔
༔རེ་དོགས་འཕྲང་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ༔
༔རུ་ངའི་ལྷ་འམ་འདྲེ་དེ་ལ༔
༔རླུང་རིག་དབྱེར་མེད་རྩེ་གཅིག་གཏད༔
༔ཛཿཡིས་ཚོས་དབྱིངས་མཁར་འཕངས་པས༔
༔འཇའ་བཞིན་དམིགས་མེད་ཀློང་དུ་ཡལ༔

This method purifies obstacles of the body, maintains good health, and increases longevity and prosperity. In particular, by applying non-attachment as the path, one self-liberates in the essence of the clear luminosity of Dharmata.

Concerning the way to apply jealousy as the path, one should visualize oneself as a wrathful Vidyadhara, and summon all the gods and demons of jealousy through the hook of the letter DZA at the heart.

(Sounding) DZA, all those magically potent gods and demons of the universe that have arrived in a noisy and frenzied manner are absorbed into the seed syllable. Then one should remain in non-dual contemplation.

(In this way) the dualistic thoughts of gods and demons are completely pacified. Thus all vision arises as the dimension of the deity, and (in this) magical manifestation which is clear, empty, and beyond grasping, one is liberated from the perilous passage of hope and fear.

Whatever malicious god or demon (exists for oneself), one should concentrate one-pointedly on it with (one's) prana and presence indivisible, and (sounding) DZA scatter it in the space of Dharmadhatu so that it vanishes like a rainbow in the expanse beyond concepts.

༔ཀ་དག་སྤྲོས་བྲལ་རྣལ་མའི་གཤིས༔
༔ཡེ་ཤེས་ཟང་ཐལ་ངང་བཞག་ན༔
༔བདག་དང་ལྷ་འདྲེའི་གཉིས་རྟོག་ཀུན༔
༔ཆོས་ཉིད་སྤྲོས་མེད་ངང་དུ་གྲོལ༔
༔སྐྱོངས་པ་གཟུང་འཛིན་ལ་ཞེན་པས༔
༔རང་གཞན་སྡུག་བསྔལ་འཁོར་བར་འཁྱམས༔
༔རྣལ་འབྱོར་ཕྲག་དོག་འཛིན་མེད་གཤིས༔
༔མཉམ་ཉིད་ལྷུན་གྲུབ་ཆེན་པོར་གྲོལ༔
༔གནད་འདིས་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་ཞིང༔
༔དངོས་གྲུབ་ཤུགས་འབྱུང་ཕྲིན་ལས་འགྲུབ༔
༔ཁྱད་པར་ཕྲག་དོག་གཉིས་འཛིན་གྱི༔
༔སྡུག་བསྔལ་ཀུན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ༔
༔མདོར་ན་བློ་རྟོག་བྱེད་སྤྱོད་ཀུན༔
༔དྲན་ཤེས་རྩེ་ཡིས་ཡོངས་ཟིན་པས༔
༔ཏིང་འཛིན་ཆེན་པོར་ལ་བཟླ་བ༔
༔དེ་ནི་ཨ་ཏིའི་རིག་པ་འཛིན༔
༔གང་དེ་བསྟན་པའི་སྲོག་འགྱུར་ཞིང༔
༔རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས་ན་གནས༔
༔འགྲོ་བའི་མགོན་སྐྱབས་མཚུངས་པ་མེད༔
༔བཀའ་སྐྱོང་རྣམས་ཀྱི་རྗེ་བོར་འགྱུར༔
ས༔ མ༔ ཡ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔

If one remains in the state of unimpeded wisdom, which is the authentic condition of primordial purity beyond conceptual constructs, all dualistic thoughts of oneself and gods and demons self-liberate in the non-conceptual condition of Dharmata.

Fools are attached to (the duality of) subject and object, and thus wander in samsara with the sufferings of themselves and others. For the yogin, jealousy self-liberates in totally self-perfected equality as the nature of non-grasping.

Through this method all interruptions are eliminated, siddhis manifest spontaneously, and spiritual activities are accomplished. In particular, one is completely liberated from all sufferings caused by the dualism of jealousy.

To summarize, by fully governing all thoughts and activities with presence and awareness, one transcends all in (the state of) total contemplation. Thus one becomes a Vidyadhara of Ati.

Such a (practitioner) becomes the life of the Teaching and lives among Vidyadharas and Dakinis, a peerless protector of beings and the lord of Dharmapalas.

SAMAYA GYA GYA GYA

ཞེས་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་འདི་རྣམས་བཞུགས་ཡོད་འདུག འོན་ཀྱང་ཁོ་བོས་གདམས་པའི་ཚིགས་བཅད་འདི་རྣམས་ཀློག་བཞིན་པའི་སྐབས་དེར་རྨི་ལམ་གྱི་སྣང་ཚུལ་ཡིན་པ་རང་ངོ་ཤེས་ཤིང་། ཉམས་ལེན་གྱི་ཚུལ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གནད་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ངེས་སུ་གོ་སྟེ། ཁོ་བོས་ལན་གྲངས་དགུ་བདུན་ཞིག་བསྐྱལ་ཏེ་བློ་འཛིན་ལེགས་པས་བྱས་ཤིང་། དུས་དེ་ཙམ་ཞིག་ན་གློ་བུར་གྱི་རྐྱེན་འགའ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཁོ་བོ་མནལ་ལས་སད། སད་པའི་དུས་སུ་ད་དུང་ཡང་ཇེ་ལྟར་བྱུང་བའི་རྨི་ལམ་དེ་ཉིད་དངོས་ཀྱི་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་ཚོར་གྱི་ཡོད་འདུག་ལ། སྐབས་དེར་ནམ་ཡང་ཕལ་ཆེར་ལང་གི་ཡོད་འདུག ཁོ་བོས་ཡ་མཚན་པའི་རྨི་ལམ་གྱི་ཚུལ་དེ་གསལ་བར་དྲན་གསོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་བཞིན། དེ་འཕྲལ་དུ་ཤོག་སྒྲུག་བཙལ་ཏེ་དྲན་ཐོ་བཀོད་པས། བློ་མ་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་ལས་བརྟེན་ཏེ། སྤྱོད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་གདམ་ངག་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དེ་ཀུན་ལྷག་ཆད་མེད་པ་ཡི་གེའི་རིས་སུ་བཀོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ངོ་॥ ཨི་ཐི་ཧཱུཿ ཨ་ལ་ལ་ཧོཿ ॥ ॥

While I was reading the verses of this teaching I became aware that I was dreaming, and understanding the great importance of this practice I read it six or seven times, and memorized it well. Then suddenly something awakened me. When I awoke, I still had the feeling as if all that I had experienced in my dream had really happened.

The day was almost dawning. Since I clearly remembered this amazing dream, I immediately searched for paper and pen and started to write down notes. Thanks to the compassionate energy and activity of the Guru Dakini, I was able to put into writing, without omissions or additions, all the verses of this teaching which explains the principle of behavior.

EMAHO! ALALAHO!

THE OUTER, INNER, AND SECRET PRACTICES OF THE GURU WISDOM DAKINI

བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལས་བྱང་བཞུགས༔

ཧཱུྃ༔ ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལས་བྱང་བཞུགས༔

༄༅ ༄༅ ༄༅

བྱུང་འབྱུང་།

མེ་མོ་ཕག་ཟླ་ ༡༠ ཚེས་ ༢ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༢ ཚེས་ ༢༤ ལ།

ཀོ་བོ་ཅག་གིས་་མཆ་རི་ཧའི་འདུ་ཁང་ཆེན་མོར་ཨུ་རྒྱན་མ་ཧཱ་གུ་རུའི་ཚེས་བཅུའི་ཚོགས་མཆོད་ཕུལ་བའི་དགོང་དེའི་ནམ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ།

ཀོ་བོ་གནས་གང་ཡིན་མ་ངེས་པའི་གླིང་ཁ་ཞིག་གི་ནང་བདེ་ལྷོད་དུ་སྡོད་ཅིང་། བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་སྔ་ཕྱི་ཐུན་གྱི་དབྱངས་ཧ་དེ་རྣམས་ལ་ཞིབ་ནན་དུ་སྦྱོང་བཏར་བྱེད་ཀྱིན་གནས་ཡོད་པ་ལ། གློ་བུར་དུ་གནས་དེར་སླན་བཙུན་པདྨ་དཔལ་འཛིན་མ་བསླེབས་ནས་ཡོད་འདུག ཁོང་ན་རེ།

ཉེ་སྔོན་དུ་གསང་ཆེན་ཨེ་ཡི་ཕུག་པར་ཚུགས་ཡོད་པ་ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་གི་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་དེ་རུ༔ དཔའ་བོ་དང་རྣལ་

ཧཱུཾ From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein Are Contained

THE OUTER, INNER, AND SECRET PRACTICES OF THE GURU WISDOM DAKINI

THE HISTORY

On the tenth day of the second month of the Fire-Female-Boar year [the twenty-eighth of March, 2007], in the assembly hall of Margarita we did a Ganapuja to celebrate the tenth day of the Mahaguru of Uddiyana. That night, in the early morning I had the following dream:

I was sitting relaxed in a park in an unknown place, carefully practicing the melodies of the morning and afternoon sessions of the Drubchen of Guru Jñanadakini. All of a sudden the Pramoha Padma Paldzinma arrived and told me, "Lately, during the Drubchen of Guru Jñanadakini of *The Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis*, held in the E Cave of the Great

འཁྱེར་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུབ་གཞུང་གི་དབྱངས་རྟ་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་གྱི་ཡོད་པའི་ཚུལ་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་མཁྱེན་ཡོད་འདུག་ཨང༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག　ངས་དེའི་ལན་དུ།

ངེད་ཅག་གིས་ཉེ་ཆར་བྱུང་བཀྲ་ཤིས་སྐར་དུ་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་འཛུགས་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེར་དགོས་གནད་ཆེ་བར་མཐོང་ནས། ཁྱོ་བོས་ཐུ་ཕྱི་ཕྱུན་གྱི་སྒྲུབ་གཞུང་སོ་སོའི་དབྱངས་རྟ་རྣམས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་དྲན་གསོས་བྱས་པ་ཡིན་ལ། ཕལ་ཆེར་གསལ་པོར་ངེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་འདུག　ཁྱོ་བོ་ལ་ལོ་གྲངས་བཅུ་ཕྲག་འགའ་ཤས་ཀྱི་སྔོན་རྗེས་སུ་ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་གི་ཆོས་བཀའ་ཐུགས་ཐིག་ཡིན་བཞིན་ནོར་བུ་དང་། བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་རྩ་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྲིན་ལས་སོགས་བཀའ་བབས་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱུང་བ་བཞིན། ཁྱོ་བོས་ཟབ་ཆོས་དེ་རྣམས་བསྟན་འགྲོའི་ཞབས་འདེགས་སུ་སྤེལ་རྒྱུ་བྱུང་ནའང་། ད་ལན་ཁྱོ་བོ་ལ་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་ལས་བྱུང་གི་བཀའ་བབས་བྱུང་བ་དེར། བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཕལ་ཆེར་ཐུགས་ཐིག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འདྲ་བ་

Secret, you learned precisely the way in which Pawos and Yoginis sing the melodies of the practice text."

I replied, "Considering this to be a great necessity for the Drubchen of Guru Jñanadakini that is soon going to take place in Tashigar Norte, I have trained meticulously in the melodies of the practice texts of the morning and afternoon sessions, and now I almost know them perfectly."

Then I asked, "During the last few decades I have received the transmission of various teachings belonging to *The Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis* such as *The Wish-Fulfilling Jewel, Thigle of the Mind* and *The Actions* related to the root-initiation of Guru Jñanadakini. I have also propagated these profound teachings as a service to the Dharma and sentient beings. However, now that I have received the practice text of the *Drubchen* of Guru Jñanadakini, I noticed that, of the two texts that it contains, *The Outer Practice of Guru Jñanadakini* is quite similar to *The Wish-Fulfilling Jewel,*

ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པ་དང་། ཀླུ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ནང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱུང་ཞེས་བྱ་བ་རྩ་དབང་གི་ཕྱིན་ལས་དང་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་འདུག་པར་བརྟེན། ཀླུ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་ལས་བྱུང་གསལ་པོར་བཞུགས་ཡོད་ངེས་སུ་འདུག་པ་དེ་རྣམས་ཁོ་བོའི་ལག་ཏུ་ཇི་ལྟར་འཐོབ་ཐུབ་ཀྱི་རེད།

ཅེས་དྲིས་པ་དང་། ཁོང་གི་ཞལ་རས་འཛུམ་བག་དང་བཅས་པས་འདི་སྐད་དུ།

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་གི་ཆོས་བཀའ་ཇི་སྙེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ཁྱེད་རང་ལ་བཀའ་བབས་པའི་མན་ངག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བརྟེན༔ ཁྱེད་རང་སྔར་གསང་ཆེན་ཨེ་ཡེ་ཕྱུག་པ་དེར་ཕེབས་ནས༔ ཀླུ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་སྐོར་ལས་བྱུང་ཡོངས་རྫོགས་ཁྱེད་རང་གི་ཕྱག་ཏུ་འོང་གི་རེད་ཨང༔ ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་ལ།

འོ་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་གནས་དེར་ཁྲིད་མཛོད་དང་།

ཞེས་བསྐུལ་མ་བྱས་པ་དང་། ཁོང་ན་རེ།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཐུགས་འདུན་དེར་གཏོད་དང༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ཁོང་གིས་ཁོ་བོ་ལ་ལན་དེ་སླས་ཟིན་མ་ཐག་པ་དང་། ཁོ་བོས་གསང་ཆེན་ཨེ་ཡེ་ཕྱུག་

Thigle of the Mind, while *The Inner Practice of Guru Jñanadakini* corresponds to *The Actions* related to the root initiation. Therefore, how can I obtain the three practices – outer, inner, and secret – of Guru Jñanadakini which certainly do exist?"

She smiled at me, "Since all the teachings of *The Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis* are exclusively upadeshas whose transmission belongs to you, if you go once again to the E Cave of the Great Secret you will be able to receive the outer, inner and secret practices of Guru Jñanadakini in their entirety."

"Well then, take me there," I pleaded.

"Direct your wish there!"

As soon as she finished talking, the wish to go to the E Cave of the Great Secret arose in my mind, and in that very instant my vision changed.

པར་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་བསམ་མནོ་ཡིད་ལ་ཤར་མ་ཐག་པའི་
དུས་སྐད་ཅིག་མ་དེ་ལ། ཁོ་བོའི་སྣང་ཆ་གནས་གྱུར་ཏེ།
ཁོ་བོ་ནི་ད་ཐུ་ཞིག་ན་རྒྱལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་མང་ཞིག་གིས་
བླ་མ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲུབ་ཆེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་
ཕུག་པ་ཆེན་པོ་དེར་ཡོད་འདུག་ཅིང་། ངའི་མདུན་
ཕྱོགས་ཤེལ་བྲག་གི་ངོས་དེར་ཐིག་ལེ་སུམ་རྩེགས་ཆེ་ལ་
བརྗིད་པ་ཞིག་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག་ཀྱང་སྣང་དུ་མི་འདུག
ཐིག་ལེ་སྙིང་མའི་རྒྱ་ཁྱོན་མཐིང་ཁ་དང་། ཐིག་ལེ་གཡས་
མ་སེར་པོ། ཐིག་ལེ་གཡོན་མ་དམར་པོར་ཡོད་འདུག

ཁོ་བོས་ཐིག་ལེ་སྙིང་མའི་རྒྱ་ཁྱོན་དུ་གསེར་ཞུན་མས་
འབུར་བྲིས་བྱས་པ་ལྟ་བུའི་བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་སྒྲོས་དག་
པ་དེར་ཇི་ལྟར་འཁོད་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྣམས་རིམ་བཞིན་
དུ་བཀླགས་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

I was in that same large cave where I had formerly seen many yogins and yoginis perform the Drubchen of Guru Jñanadakini. However, in front of me, on the wall of crystal rock, there was only a large elegant image of three Thigles. The inside of the upper Thigle was blue, the Thigle on the right was yellow, and the Thigle on the left was red. Inside the upper Thigle there were Tibetan letters in excellent Uchen script as if written in relief with molten gold. I read them one after the other. This is what was written:

ༀ༔ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་གསང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་
བྱང་བཞུགས༔

ན་མོ་གུ་རུ་གོ་མ་དེ་ཝི་ཡེ༔

༔མོས་ལྡན་སྟན་ལ་བདེར་འཁོད་ནས།
༔ལྷུང་རོ་དགུ་ཕྲུག་བསལ་བའི་རྫས༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རྡོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་དལ་ལ་འཇུག༔
༔སྐུ་ཡི་དལ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས༔
༔བསྐྱེད་པ་ལྷ་ཡི་གསལ་འདེབས་ནི༔

ཨ༔

༔ཀ་དག་སྟོང་པ་ཆེན་པོའི་མཁར༔
༔ཡེ་གཞིའི་རིག་གདངས་སྒྲ་འོད་ཟེར༔
༔འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེ་མཐིང་གུར་ཀློང༔
༔མཐིང་དམར་བཾ་ཡིག་རང་སྒྲ་ལྡིར༔
༔དཔག་ཡས་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས༔
༔རིག་འཛིན་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ༔
༔བྱིན་རླབས་འོད་ཞགས་ཚུར་འདུས་དེ༔
༔སྐད་ཅིག་ཡོངས་གྱུར་ཌཱཀྐི་ནི༔
༔མཁའ་འགྲོ་ཡོངས་འདུས་རྣལ་འབྱོར་མ༔
༔བདེ་ཆེན་གུ་ཧྱ་ཛྙཱ་ན་དང༔
༔གོ་མ་དེ་ཝི་གཉིས་མེད་སྐུ༔

[THE SECRET PRACTICE]

From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein Is Contained

The Secret Practice of the Guru Wisdom Dakini

NAMO GURU GOMADEVIYE

Having sat down comfortably, devoted (practitioners) should exhale the stale air nine times and then enter the dimension of the Three Vajras of Guru Jñanadakini.

As to the method for entering the dimension of the Body, this is the visualization of the deity for the generation (stage).

A

In the totally empty space of primordial purity, the sound, light, and rays of the Dang of Rigpa of the original base (manifest) as a violet BAM naturally resounding inside the sky-blue dimension of a five-colored Thigle.

Infinite rays spread in the ten directions activating the sacred commitments of all Vidyadharas and Enlightened Beings. When the blessings are reabsorbed like a lasso of light, we instantly transform ourselves into the Dakini: the yogini who is the union of all Dakinis, the non-dual form of Blissful Guhyajñāna and Gomadevi.

༔མཐིང་དམར་དགྱེས་ཆགས་བཞད་ཉམས་ལྡན༔
༔དབུ་སྐྲ་ཕྱེད་བཅིངས་རྡོ་རྗེས་མཚན༔
༔ཕྱེད་གྲོལ་རིགས་ལྔའི་ཟེར་ཐག་འཁྲིགས༔
༔ཕྱག་གཡས་གྲི་གུག་མཁའ་ལ་འཕྱར༔
༔གཡོན་པས་ཐོད་ཁྲག་ཐུགས་ཀར་འཛིན༔
༔སྐུ་ལ་དར་ཚོན་སྣ་ལྔ་དང༔
༔རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས༔
༔ཞབས་གཉིས་རྐྱང་སྐུམ་་འཁྱིང་ཉམས་བཅས༔
༔ཆོས་འབྱུང་པད་ཉིའི་གདན་ལ་བཞུགས༔
༔ཐུགས་ཀར་འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེའི་ཀློང༔
༔ཆོས་འབྱུང་དགའ་འཁྱིལ་ཉི་ཟླའི་སྟེང༔
༔ཀུན་བཟང་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་མེད་གདངས༔
༔ཐིག་ལེ་མཐིང་གསལ་གཟི་འོད་འབར༔
༔ཆོས་འབྱུང་ཟུར་དྲུག་དགའ་བ་འཁྱིལ༔
༔པདྨ་ཉི་ཟླའི་གདན་གྱི་སྟེང༔
༔གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་དང་ཆོས༔
༔ཤེས་ཡུལ་གཉིས་མེད་རྡོ་རྗེ་མ༔
༔སྔོ་ལྗང་དམར་སེར་དཀར་མཐིང་རྣམས༔
༔གཡོན་རིམ་ཆགས་ཞལ་གཙོ་མོར་ཕྱོགས༔
༔རྒྱན་ཆས་བཞུགས་སྟངས་མཉམ་པ་ཆེ༔
༔གཡོན་རྣམས་རང་རྟགས་འཛིན་པའོ༔

She is violet, joyful, and smiling, with her hair half tied and ornamented with vajra, half loose, and spreading (colored) rays of the Five Families. With her right hand she brandishes a curved knife in space; with the left she holds a kapala of blood at the heart.

Her body is adorned with five-colored silks and ornaments of jewels and bones. Upon a seat made of a (double) triangle, lotus, and sun she sits majestically with (her right) leg stretched forward and (her left) bent.

At the heart, inside a five-colored Thigle, upon a seat made of a (double) triangle, Gakhyil, and sun and moon, the non-dual Dang of Samantabhadra and Samantabhadri shines brightly as a sky blue Thigle.

On the six corners of the (double) triangle, upon a seat made of a Gakhyil, lotus, and sun and moon, (there are) the Vajranis (symbolizing) the non-duality of consciousness and its objects (which are) form, sound, smell, taste, touch and phenomena.

They are (respectively) blue, green, red, yellow, white and sky-blue in a counterclockwise direction, joyous and facing the main (Dakini at the center). Their ornaments and way of sitting are exactly the same as (the main Dakini) except for their left (hands) which hold their characteristic symbols.

༔དཀྱིལ་འཁོར་འོད་རིམ་འཕྲོ་བ་དང༔
༔འཕྲོ་བ་ཆེན་པོ་ཤིན་ཏུ་འཕྲོར༔
༔གནས་ཡུལ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱས་ཡོངས་སུ་གཏམས༔
༔གཙོ་འཁོར་གནས་གསུམ་ཐིག་ལེ་ཡི༔
༔ཨོཾ་དཀར་ཨཱཿདམར་ཧཱུྃ་མཐིང་དང༔
༔ལྟེ་བའི་བཾ་ཡིག་དམར་གསལ་ལས༔
༔དཔག་ཡས་འོད་དང་འོད་ཟེར་འཕྲོས༔
༔འོག་མིན་མཁའ་སྤྱོད་ཞིང་ཁམས་སོགས༔
༔གནས་ཡུལ་དག་པའི་གཞལ་ཡས་ནས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་ཚོགས་ཀུན༔
༔སྐད་ཅིག་ཉིད་དུ་སྤྱན་དྲངས་གྱུར༔
༔དད་མོས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོ་ཡིས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ༔
བཾ༔
༔འོག་མིན་པདྨ་དྲ་བའི་ཞིང༔
༔ཧུ་མ་ཐ་ལ་མཁའ་འགྲོའི་གྲོང༔
༔ལྷུན་རྫོགས་སྤྲུལ་པའི་གནས་མཆོག་ནས༔
༔སྐུ་གསུམ་མངོན་རྫོགས་ཡུམ་ཆེན་མོ༔
༔གོ་མ་དེ་ཝི་མཁའ་འགྲོའི་རྗེ༔
༔ཐུགས་རྗེའི་ཐུགས་དམ་རྗེས་དགོངས་ལ༔

The mandala manifests as circles of light which are the expansion (of the earth), the great expansion (of the solar system) and the total expansion (of the universe), completely filled with hundreds of millions of Pawos and Dakinis of the sacred places.

Infinite lights and rays spread from the white OṂ, the red ĀḤ and the blue HŪṂ in the (five-colored) Thigles at the three places and from the brilliant red BAM at the navel of the principal (Dakini) and her retinue. (In this way) all the divine hosts of wisdom Dakinis are instantly invited from the sacred places and pure abodes such as the Akanishtha and Kechara dimensions.

With devotion and intense longing, we activate the sacred commitment of the Jñanadakini:

BAM

From the lotus net dimension of Akanishtha,
From the Dakini abode of Dhumathala,
From the sacred place of self-perfected emanation,
Great Mother of the perfection of the three Kayas
Gomadevi, queen of Dakinis,
Remember your compassionate commitment.

༔བདག་ཅག་སྐལ་ལྡན་བུ་སློབ་རྣམས༔
༔བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཕྱིར་གཤེགས་སུ་གསོལ༔
༔གནས་མཆོག་འདི་རུ་བྱིན་ཕོབ་ལ༔
༔སྒྲུབ་མཆོག་བདག་ལ་དབང་བཞི་བསྐུར༔
༔བགེགས་དང་ལོག་འདྲེན་བར་ཆད་སོལ༔
༔མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྩོལ༔

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་བཾ་གུ་རུ་ཛྙཱ་ན་ཌཱ་ཀི་ནི་ཨེ་ཨ་ར་ལླི་ཛཿ

༔དམ་ཚིག་པ་དང་ཡེ་ཤེས་པ༔
༔གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་བརྟན་པ་ནི༔

ཨཱཿ

༔དབྱིངས་ནས་དྭངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷ༔
༔རིག་རྩལ་དམ་ཚིག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ༔
༔ལྷུན་གྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་འདིར༔
༔བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བརྟན་པར་བཞུགས༔

ཛཿ ཧཱུྃ་ བཾ་ ཧོཿ ཛྙཱ་ན་ས་མ་ཡ་ཏིཥྛ་ཨཱཿ

We, fortunate students,
Invite you to bless us.
Bless this supreme place
And confer the four empowerments upon us, supreme practitioners.
Eliminate obstacles, negative forces and interruptions.
Bestow the supreme and common siddhis upon us.

OṂ ĀḤ HŪṂ BAM GUHYA JÑĀNA
DHĀKKINI E A RA LLI JAḤ

For stabilizing the single taste of the non-duality of the Commitment and Wisdom (deities):

ĀḤ

You wisdom deities invited from the Ying dimension,
You who are the total symbol of samaya (manifesting) through the Tsal energy of Rigpa,
Remain stable in this total mandala of self-perfection
Until I reach Enlightenment!

JAḤ HŪṂ BAM HO
JÑĀNA SAMAYA TIṢHṬHA ĀḤ

༔རང་རིག་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རང་ཞལ་མཇལ་བའི་བརྡ་ཕྱག་ནི༔

ན་མོ༔

༔ཡེ་གྲོལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁར༔
༔ཡེ་ཤེས་རང་ཤར་ཌཱ་ཀི་ནི༔
༔ཡེ་རྫོགས་རང་ཞལ་མཇལ་བའི་བརྡར༔
༔ཡེ་དག་ཆེན་པོའི་ཕྱག་མཆོད་འབུལ༔

ཨ་ ཏི་ པུ་ ཧོ༔ པྲ་ ཏིཙྪ་ ཧོ༔

༔ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྲིན་ལ༔
༔མཉམ་པ་ཆེན་པོས་རོལ་པ་ནི༔

ཨོཾ་ ཨཱ༔ ཧཱུྃ༔

༔རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རོལ་རྩལ་ལས༔
༔རང་ཤར་ཟག་མེད་མཆོད་པའི་སྤྲིན༔
༔རང་བཞིན་ཉེར་སྤྱོད་འདོད་ཡོན་ལྔ༔
༔རང་གྲོལ་སྨན་རག་གཏོར་ཚོགས་འབུལ༔

ཨོཾ་བཛྲ་ཨརྒྷཾ༔ པདྱཾ༔ པུཥྤེ༔ དྷཱུཔེ༔
ཨ་ལོ་ཀེ༔ གནྡྷེ༔ ནཻཝིདྱ༔ ཤབྡ༔
རཱ་པ༔ ཤབྡ༔ གནྡྷེ༔ རཱ་ས༔
སྤརྴེ༔ དྷརྨཱ་དྷཱ་ཏུ༔ མ་ཧཱ་པཉྩ་ཨམྲིད༔
རཀྟ༔ བ་ལིཏྟ༔བོདྷི་ཙིཏྟ༔
མ་ཧཱ་སརྦ་པཱུ་ཛ་ཨ་ལ་ལ་ཧོ༔

The symbolic salutation upon seeing the face of the Jñanadakini of one's Rigpa:

NAMO

As a symbol of recognizing that the Dakini of
self-arisen wisdom
Is one's primordially perfect natural face
In the originally liberated space of Samantabhadri,
I salute and offer the great primordial purity.

ATI PUHO PRATIṢHTCA HO

The enjoyment of Samantabhadra's clouds of offerings in total equality:

OṂ ĀḤ HŪṂ

I present clouds of immaterial offerings
Manifesting from the Rolpa and Tsal energy of
self-originated wisdom,
The natural offerings and the five objects of enjoyment,
The Amrita medicine, blood, and the Torma of
self-liberation.

OṂ VAJRA ARGHAM PADYAM PUṢHPE DHUDPE ALOKE GHANDHE NAIVIDYA SHAPTA RŪPA SHAPTA GHANDHE RĀSA SPARṢHE DHARMĀDHĀTU MAHĀ PANCA AMRITA RAKTA BHALINGTA BODHICITTA MAHĀ SARVA PŪCAA LA LA HOḤ

༄ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ༔
༄དག་ཆེན་བསྟོད་ཕྱག་འཚལ་བ་ནི༔

ཧཱུྃ༔

༄རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༄རང་གྲོལ་སྐུ་གསུམ་རྣམ་འཕྲུལ་ཚོགས༔
༄རང་ཤར་ལྷུན་རྫོགས་དཀྱིལ་འཁོར་ལ༔
༄རང་སྣང་དག་པའི་བསྟོད་ཕྱག་འཚལ༔

ན་མོཿགུ་རུ་ཤ་ཡ་ཧོ༔

༄དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༄རྡོ་རྗེ་སྐུ་ཡི་དཔལ་འགྱུབ་པོ༔
༄བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༄གསུང་གི་དཔལ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས༔
༄གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱལ༔
༄རྫོགས་པ་འཕྲོ་འདུའི་ངང་བསྐྱེན་ནི༔

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

༄ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་གནས་གསུམ་གྱི༔
༄འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེར་ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ༔
༄དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་གསལ་བ་ལས༔
༄འོད་དང་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས༔
༄ཀློང་ཆེན་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་ཡིས༔
༄ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ་ཞིང་མཐུ་བྱིན་རྣམས༔

The praise and homage to the mandala of the Jñanadakini (with recognition of) total purity:

BAM

To the self-arisen and spontaneously perfect mandala
Of the self-originated Wisdom Dakini
And the hosts of manifestations of the three Kayas of self-liberation,
I offer praise and pay homage (recognizing) the purity of my vision.

NAMO PURUSHAYA HOḤ

In this way the dimension of the Vajra Body of the Jñanadakini is realized.

As to the method for entering the dimension of the Voice, this is the mantra recitation with the spreading and absorption for the completion (process) of the Tsal of the energy potentiality of non-dual wisdom.

OṂ ĀḤ HŪṂ

From the white OṂ, red ĀḤ, and blue HŪṂ, visualized in a five-colored Thigle at the three places of the Jñanadakini, light and rays spread in the ten directions. By activating the sacred commitment of the Vidyadharas and Dakinis of

༔འཇའ་འོད་ཐིག་ལེའི་རྣམ་པར་བྲོན༔
༔ལྷེ་བའི་སྒྲོག་ལ་སིབ་སིབ་ཐིམ༔
བཾ༔

༔ལྷེ་བར་ཆོས་འབྱུང་བསྐོལ་མའི་སྟེང༔
༔ཉི་མའི་གདན་ལ་ཐུགས་སྒྲོག་བཾ༔
༔དམར་གསལ་སྔགས་ཕྲེང་ཞལ་ནང་བསྣན༔
༔གཡོན་འཁོར་འཕྲོ་འདུའི་གནད་ཀྱིས་གཟེར༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཛཔ༔
༔ཡང་སྙིང་ཡི་གེ་བཅུ་གཅིག་པ༔
ཨོཾ་བཾ་གུ་རུ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་ཨཱཿཧཱུཾ༔
༔ཡང་ཟབ་ཐུགས་སྒྲོག་སྙིང་པོའི་ཛཔ༔
ཨོཾ་ བཾ་ ཨཱཿ ཧཱུཾ༔
༔གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཚོའི་ཛཔ༔
༔སྙིང་པོ་ཡི་གེ་བཅུ་གསུམ་པ༔
ཨོཾ་བཾ༔ཧ༔རི༔ནི༔ས༔སརྦ་ས་མ་ཡ་ཧཱུཾ་ཨཱཿ
༔ཛཔ་ཀྱི་ཡང་སྙིང་ཛེ་ཙམ་དུ༔
༔བཟླས་པའི་བཅུ་ཆ་སྲི་ཛཔ་དང༔
༔ཡང་ཟབ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔གསུང་གི་དལ་དུ་ཅི་ནུས་དྲིལ༔

the universe, their power and blessings descend in the form of rainbow lights and Thigles which gently dissolve in the life-force (syllable) at the navel.

BAM

At the navel, upon a double crossed triangle and a sun seat there is the life-force (syllable) BAM, shining red, with the mantra necklace facing inward and turning counterclockwise, which is put into action through the method of expansion and absorption.

The quintessential eleven-syllable mantra of the Guru Jñanadakini is:

OṂ BAM GUHYA JÑĀNA DHĀKKINI ĀḤ HŪṂ

The most profound life-force essential mantra is:

OṂ BAM ĀḤ HŪṂ

The thirteen-syllable mantra of the ocean of Dakinis of the three abodes is:

OṂ BAM HARINISA SARVA SAMAYA HŪṂ ĀḤ

The universal (thirteen-syllable) mantra should be recited one-tenth the quantity of the quintessential mantra, while the most profound mantra should be (recited and) integrated as much as possible in the dimension of the Voice of the Wisdom Dakini.

༔སྐལ་བཟང་དམ་ལྡན་གང་སུ་ཞིག༔
༔རྣལ་འབྱོར་མ་ཡི་དལ་གསུམ་དུ༔
༔མོས་པས་འཇུག་པ་དེའི་རྒྱུད་ལ༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་རླབས་ཞུགས༔
༔རྩལ་འདིར་མོས་པའི་སྐྱེས་ཕོ་མོ༔
༔དབང་པོའི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་ཡང༔
༔ཀུན་བཟང་དགོངས་པའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས༔
༔སྲིད་གསུམ་འཁོར་བའི་བཙོན་ལས་གྲོལ༔
༔ལས་སྐལ་དབང་པོ་མཆོག་ལྡན་རྣམས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་དལ་གསུམ་དུ༔
༔ཞུགས་པའི་མོད་དེར་ཚེ་སྔོན་གྱི༔
༔བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སད་པར་འགྱུར༔
༔དབང་འབྲིང་དལ་དུ་ཞུགས་པའི་མཐུས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྱུ་མའི་འཕྲུལ༔
༔མནལ་ལམ་མངོན་སུམ་ཞལ་མཇལ་ཞིང༔
༔དགོངས་རྒྱུད་ཉམས་རྟོགས་རྫོལ་བར་འགྱུར༔
༔འབྲིང་ཐ་མོས་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང༔
༔མནལ་ལམ་ཉམས་སྣང་གང་རུང་དུ༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་མཇལ་ཞིང༔
༔གསུང་ཐོས་དགོངས་རྒྱུད་བྱིན་རླབས་ཐོབ༔

Any fortunate individual who maintains the samaya and enters the three dimensions of the Yogini with devotion will receive the blessings of the Wisdom Dakini. Any devoted male or female, regardless of their level of capacity, will be liberated from the prison of samsara, the three realms of existence, through the power of truth of the state of Samantabhadra.

For individuals of supreme capacity, as soon as they enter the three dimensions of the Wisdom Dakini, the (spiritual) traces of past lives will completely reawaken.

Individuals of medium capacity, through the power of having entered the (three) dimensions, will meet an emanation of the Wisdom Dakini in dream or concretely, and experiences and knowledge (related to her) real state will spring forth in them.

Devoted individuals of the lowest of the medium capacity will meet the Wisdom Dakini and hear her voice either in a dream or in a vision, and obtain the blessings of (her real) state.

༔དབང་ཐ་མོས་པས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱང༔
༔སྨོན་བསགས་ལས་དབང་ཆེས་བཙན་པས༔
༔ཏིང་འཛིན་དལ་དུ་ཞུགས་པའི་མཐུས༔
༔བློ་གསལ་རིག་རྩལ་རྒྱས་པར་འགྱུར༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་དལ་གསུམ་གྱི༔
༔དགོངས་པར་སྨོངས་ཀྱང་དད་མོས་ཀྱིས༔
༔ལམ་འདིར་ཞུགས་ཤིང་ཇ་བྲ་བསྙེན་ལ༔
༔འབད་པས་ཀྱང་ནི་ཕན་བདེ་འཐོབ༔
༔གནས་སྐབས་ལུས་བདེ་གཟི་བཀྲག་རྒྱས༔
༔བློ་དབང་གསལ་ཞིང་འབྱུང་ཁམས་སྙོམས༔
༔ཡིད་སྤྲོ་བག་ཕེབས་རང་རྒྱུད་དུ༔
༔གཞན་ཕན་བྱམས་སེམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར༔
༔མཐར་ཐུག་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔སྤྲུལ་ཞིང་གནས་དང་ཉེ་གནས་སུ༔
༔བསམ་ཡས་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔ཚོགས་སུ་འདུས་པའི་སྐལ་བ་ཐོབ༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔ཕྱི་ནང་སྒྲུབ་གཞུང་ཐམས་ཅད་དུ༔
༔བྱིན་རླབས་འཇུག་རྟགས་གང་བསྟན་པ༔
༔དེ་ཀུན་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱོས༔

ས་ མ་ ཡ༔

Individuals of lower capacity with devoted aspiration, having entered the dimension of samadhi due to the strong power of (meritorious) karma accumulated in former lives, will develop mental clarity and the potentiality of knowledge.

Even those who are ignorant of the principle of the three dimensions of the Wisdom Dakini but enter this path with faith and devotion and apply themselves to the mantra recitation will obtain (temporary) benefit and (definitive) happiness.

As provisional (benefits), they will have a healthy body, a bright complexion, clear mind and senses, and the elements in harmony. Their minds will be happy and relaxed, and an altruistic Bodhichitta will arise in them. Ultimately, they will obtain the possibility to participate in the gatherings of infinite Pawos and Dakinis in the emanated dimensions of the Wisdom Dakini, in the (main) sacred places, and in the places frequently visited (by the Dakinis).

One should completely realize the signs of having received the blessings as explained in all the texts of the inner and outer sadhanas of the Guru Wisdom Dakini.

SAMAYA

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔ཐུགས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འཛུག་པའི་ཐབས༔
༔ཀ་དག་ལྷུན་གྲུབ་གཉིས་མེད་གདངས༔
༔རྫོགས་ཆེན་ངོ་སྤྲོད་ཅོག་བཞག་ཉེ༔
༔ཆོས་སྐུ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་དབྱིངས་ཀྱི་རྒྱལ༔
༔ལོངས་སྐུ་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་རྗལ༔
༔སྤྲུལ་སྐུ་གོ་མ་དེ་ཝི་ཤར༔
༔སྐུ་གསུམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཚུལ༔
༔རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔དོན་དུ་ཡེ་གནས་རང་བྱུང་རིག༔
༔སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདིའོ༔
༔ཡེ་གཞི་ཀ་དག་རང་བྱུང་རིག༔
༔སོ་མ་རང་བབས་རྣལ་མའི་གཤིས༔
༔སུས་ཀྱང་མ་བཅོས་མ་བསླད་པ༔
༔ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་རྒྱུར་མ་ཆད༔
༔སྤྲོས་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་དང་བྲལ༔
༔བསམ་དང་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས༔
༔དུས་བཞི་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་ངང༔
༔སྐད་ཅིག་མ་ཡི་ངོ་བོར་རིག༔

Concerning the method for entering the dimension of the Mind of the Guru Wisdom Dakini, (here follow the instructions on) the Chogzhag as direct introduction to Dzogchen, the Dang of non-duality of primordial purity and self-perfection.

Samantabhadri, queen of space, the Wisdom Dakini of the Dharmakaya, manifests as the Sambhogakaya Guhyajñana and the Nirmanakaya Gomadevi.

Although the Wisdom Dakinis of the three Kayas manifest in various forms, in reality they are the primordial self-originated Rigpa, this very Essence-Bodhichitta.

The self-originated and primordially pure Rigpa of the original Base – a state which is fresh, natural and authentic – has never been modified nor adulterated by anyone, and has never fallen into partiality or limitations.

Free from all the limitations of conceptual constructs, beyond the object of thought and expression, the condition of total equality of the fourth time is recognized as the essence of the instant.

༔རིག་པ་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་པའི༔
༔ངོ་བོ་སྟོང་ལ་རང་བཞིན་གསལ༔
༔ཐུགས་རྗེ་འགགས་མེད་ཉིད་རིག་པ༔
༔གཞི་ཡི་དུས་ཀྱི་སྐུ་གསུམ་ཡིན༔
༔སྐུ་གསུམ་རང་ངོ་རིག་པའི་ཀློང༔
༔གཟའ་གཏད་གྲོལ་བར་གནས་པ་ནི༔
༔ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཤིས་ཉིད་དུ༔
༔མ་བཅོས་མཉམ་པར་བཞག་ཅེས་བྱ༔
༔ཡི་གཞི་ལྷུན་གྲུབ་གཤིས་ཀྱི་གདངས༔
༔སྒྲ་འོད་ཟེར་དུ་གནས་པ་ཡང༔
༔གསལ་དག་རྟོགས་གྲོལ་མི་ལོང་ངོགས༔
༔སྣ་ཚོགས་སྣང་བརྟན་འཆར་དང་མཚུངས༔
༔བདག་གཞན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་རྟོག་གི༔
༔གཡེང་འཁྲུལ་གཞན་དབང་གང་གྱུར་པས༔
༔གཟུགས་བརྙན་བདེན་མེད་ཙམ་ཤེས་ཀྱང༔
༔ཞེན་ཆགས་སྒྲོགས་ལས་འགྲོལ་མི་སྲིད༔
༔སུ་ཞིག་ཡི་རྫོགས་ལྷུན་གྲུབ་གཤིས༔
༔ཚད་མེད་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་དུ༔
༔མངོན་སུམ་རང་ངོ་རིག་ཐོག་ཏུ༔
༔ཅོག་གེར་བཞག་པ་རྫོགས་པ་ཆེ༔

Rigpa is pure clarity or pure presence: its essence is empty, its nature is clear and its energy potentiality is without interruption. When (these three) are recognized, they are the three Kayas at the time of the Base.

Abiding without conceptual fixation in the expanse of recognition of the three Kayas as one's own state is said to be the "unmodified contemplation" in the condition of self-perfection.

The way the Dang of self-perfection of the primordial Base abides as sound, light and rays is similar to the arising of various reflections on the surface of a clear, pure, and limpid mirror.

When one is dominated by the distraction and illusion of dualistic thoughts of self and others, of subject and object, although one may know that the reflections are unreal, it is not possible to be liberated from the chain of attachment.

Whoever relaxes totally (Chogzhag) in direct recognition of one's state, in the nature of primordially complete self-perfection endowed with unlimited energy potentiality, (abides in) Dzogpa Chenpo.

༔ཇི་ལྟར་མེ་ལོང་ཉིད་ཀྱི་ངོར༔
༔གཟུགས་བརྙན་བཟང་ངན་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཤར་ཙམ་ལས༔
༔གཉིས་རྟོག་སྒྲོགས་ལས་རྣམ་གྲོལ་བཞིན༔
༔ཡེ་གཞིའི་རང་གདངས་རོལ་པ་རྩལ༔
༔ཇི་བཞིན་རང་ངོ་མ་རིག་ཅིང༔
༔གཉིས་འཛིན་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་པའི་མཐུས༔
༔འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འཁྱམས༔
༔ལས་སྣང་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་དྲུག་དང༔
༔ཕུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི༔
༔རྣམ་པར་ཤར་བ་དེ་ཀུན་ལ༔
༔དངོས་མཚན་བདེན་པར་ཞེན་པ་ཡིས༔
༔ཆགས་སྡང་ཉོན་མོངས་ལས་ཀུན་བསྐྱེད༔
༔ཉོན་མོངས་རྒྱུ་དྲུག་བྱེད་ལས་ཀྱིས༔
༔འབྲས་བུ་ལས་སྣང་རྣམ་པ་དྲུག༔
༔ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་ཤར་བ་ལ༔
༔འཁྲུལ་སྣང་འཁོར་བ་ཞེས་སུ་གྲགས༔
༔སུ་ཞིག་རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་གཤིས༔
༔རྟོགས་བྲལ་མེ་ལོང་བཞིན་གནས་པའི༔
༔རང་ངོ་མ་རིག་གཟུགས་བརྙན་ལ༔
༔ཡུལ་དུ་ཞེན་པ་ཇི་བཞིན་ནོ༔

This is akin to being released from the chain of dualistic thoughts when all good and bad reflections appearing in a mirror are (experienced) solely as a manifestation of the qualities of (the mirror) itself.

Because of not precisely recognizing the natural Dang, Rolpa and Tsal of the primordial Base as one's own state, and of being fettered by the chains of dualism, one wanders in samsara without interruption.

When karmic vision manifests in all the aspects of the six aggregate consciousnesses, the skandhas (aggregates), dhatus (sense constituents) and ayatanas (sense bases), and one becomes attached to them as if they had real marks of concreteness, attachment, anger, and (the other) emotions produce all karmas.

Through the function of the six emotions as the cause, the six karmic visions manifest without interruption as the effect. This is known as the samsara of illusory vision.

Whoever does not recognize one's own state – which is the nature of self-perfection similar to a limpid mirror – is like someone who becomes attached to the reflections (in a mirror) as if they were (real) objects.

༔ཡེ་གཞི་སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས༔
༔འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གཞི༔
༔ཇི་ལྟར་གཟུགས་བརྙན་འཆར་བའི་གཞི༔
༔གསལ་དག་རྟོགས་བྲལ་མེ་ལོང་བཞིན༔
༔མེ་ལོང་གཟུགས་བརྙན་ལས་མི་གཞན༔
༔གཟུགས་བརྙན་མེ་ལོང་ལས་མི་གཞན༔
༔གཟུགས་བརྙན་བཟང་ངན་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔མེ་ལོང་གཤིས་ལ་ཕན་གནོད་བྲལ༔
༔དེ་བཞིན་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན༔
༔སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལས་ཤར༔
༔གནས་ཀྱང་དེ་ཡི་ངང་གནས་ལ༔
༔འགག་ཀྱང་དེ་ཡི་ངང་དུ་འགག༔
༔དགེ་སྡིག་བཟང་ངན་རེ་དོགས་སོགས༔
༔བླང་དོར་གཉིས་འཛིན་ཆོས་སོ་ཅོག༔
༔ཡེ་གཞི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀློང༔
༔ཀུན་བཟང་ངོ་བོ་ཀ་ནས་དག༔
༔བྱུང་དང་གནས་དང་འགགས་པ་མེད༔
༔འདི་ཡིན་ངོ་བོ་བསྟན་དུ་མེད༔
༔བསམ་དང་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས༔

The Essence-Bodhichitta of the primordial Base, basis of all the phenomena of samsara and nirvana, is like a clear, pure, and limpid mirror – the base for the appearance of reflections.

The mirror is not different from the reflections. Reflections are not different from the mirror. Whatever good or bad reflections appear, they cannot benefit nor harm the mirror.

In the same way, all phenomena of samsara and nirvana arise from the Essence-Bodhichitta, remain in its condition, and cease in its condition.

All phenomena (related to) the dualism of accepting and rejecting, such as virtues and negativities, good and bad, hopes and fears, (manifest) in the expanse of the primordial Base-Bodhichitta.

The primordially pure essence of Samantabhadra does not arise, remain, or cease. It has no essence to be shown as "this is it". It transcends the object of thought and expression.

༔འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན༔
༔སྨུན་པའི་གཞི་བྲལ་ཉི་མ་བཞིན༔
༔ཉོན་མོངས་སྒྲིན་བྲལ་པདྨ་བཞིན༔
༔རང་བཞིན་འགྱུར་མེད་གསེར་ཞུན་བཞིན༔
༔ཁ་གཏིང་བྲལ་བ་རྒྱ་མཚོ་བཞིན༔
༔གཡོ་བ་མེད་པ་རི་རྒྱལ་བཞིན༔
༔རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ཆུ་བོ་བཞིན༔
༔དཔེ་ཡིས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་མཚོན་ཡང༔
༔རྟོགས་པའི་ཆ་ལ་མཚོན་དཔེ་བྲལ༔
༔བལྟ་དང་ལྟ་བྱེད་མ་གྲུབ་པའི༔
༔མཐའ་དབུས་ཕྱོགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཆེ༔
༔ཡེ་ནས་རང་ལ་གནས་པའི་གཤིས༔
༔ཇི་བཞིན་རིག་པ་རྟོགས་པ་ཆེ༔
༔ཨ་ཏི་ལྷུན་རྫོགས་སྐད་ཅིག་མའི༔
༔གཤིས་དེར་སུ་ཞིག་མཉམ་བཞག་པ༔
༔དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔དགོངས་པ་རྣལ་མར་གནས་པ་ཡིན༔
༔རྣལ་འབྱོར་རྒྱུན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་དུ༔
༔ལུས་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་རི་བོ་ལྟར༔
༔ངག་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་རྒྱ་མཚོ་ལྟར༔
༔ཡིད་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་སྐད་ཅིག་རིག༔
༔ཇི་ལྟར་སྣང་བཞིན་ཅོག་གེར་བཞག༔

Like space, it does not undergo changes. Like the sun, it has no basis for darkness. Like a lotus, it is free from the defects of emotions. Like gold, its nature is unchangeable. Like an ocean, it has neither top nor bottom. Like the highest mountain, it is immovable. Like a river, it is uninterrupted.

Examples can symbolize its partial aspects, but the totality is beyond examples.

To recognize precisely the total wisdom beyond borders, center, and directions, in which there is neither a subject nor an object of a point of view, as the state existing in oneself from the beginning is Dzogpa Chenpo.

Whoever relaxes in contemplation in the instant state of spontaneously perfect Ati, abides in the authentic state of knowledge of the Wisdom Dakini.

Regarding the daily attitude of the yogin, the Chogzhag related to the behavior of the body is similar to a mountain; the Chogzhag related to the behavior of the voice is similar to the ocean; the Chogzhag related to the behavior of the mind is instant Rigpa; whatever vision appears, one leaves it as it is.

༔རི་ལ་དབྱིབས་རྣམ་མཐོ་དམན་སོགས༔
༔གནས་སྐབས་རྐྱེན་ལས་མང་འབྱུང་བ༔
༔སུས་ཀྱང་འཚོས་སུ་མེད་པ་བཞིན༔
༔སྡོད་སྣངས་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔རླུང་གནད་མིག་གི་ལྷ་སྣངས་སོགས༔
༔དབང་པོའི་སྒོ་དང་འབྲེལ་ཆེ་ཡང༔
༔རྒྱ་མཚོར་རྒྱུ་སྐར་བཀྲ་བ་བཞིན༔
༔ལྷ་སྣངས་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔ཡིད་རྟོག་བཟང་ངན་གཉིས་འཛིན་སོགས༔
༔ཚོགས་དྲུག་ཡུལ་དུས་རྗེས་འབྲང་ཡང༔
༔སྐད་ཅིག་རིག་པ་མི་ལོང་བཞིན༔
༔དྲན་རྟོག་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔དག་དང་མ་དག་སྣང་བ་སོགས༔
༔ཡུལ་དུ་གཟུང་བྱ་མང་ན་ཡང༔
༔སྣང་བ་རིག་པའི་རྒྱན་ཆ་བཞིན༔
༔སྣང་བ་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔ངོ་བོ་ཡི་དག་སྟོང་པའི་ཀློང༔
༔མི་རྟོག་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔ཡི་གདངས་སྐད་ཅིག་རིག་པའི་གཤིས༔
༔ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་གདན་ལ་ཕེབས༔

Just like mountains, due to temporary factors, have many forms, heights, and so forth, which no one can change, do not modify your position but leave it as it is.

Although the method of breathing, the gaze, and so forth, are closely related to the sense doors, do not modify your gaze but leave as it is, just like an ocean in which stars and constellations vividly appear.

Although mental judgment, the dualism of good and bad, and so forth, follow after the objects of the six aggregates and time, do not modify your thoughts but leave them as they are in instant Rigpa similar to a mirror.

Although there are many pure and impure visions that can be perceived as objects, since vision is like an ornament of Rigpa, do not modify it but leave it as it is.

Through the experience of contemplation beyond thought in the primordially pure empty dimension of the essence, the condition of instant Rigpa as primordial Dang is established as the Manifest Dharmata.

༔རང་བཞིན་ཡེ་གྲུབ་གསལ་བའི་ཀློང་༔
༔ཀུན་སྣང་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔རོལ་པ་ཚད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་གཤིས༔
༔ཉམས་སྣང་གོང་འཕེལ་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ཐུགས་རྗེ་ཡེ་འཕྲུལ་འགགས་མེད་ཀློང་༔
༔བདེ་བའི་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔རྩལ་སྣང་དུ་མ་རོ་གཅིག་གཤིས༔
༔རིག་པ་ཚད་ཕེབས་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ལྷུན་གྲུབ་ཡེ་གྲོལ་དེ་ཉིད་ཀློང་༔
༔དབྱེར་མེད་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔གཉིས་མེད་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་གཤིས༔
༔ཆོས་ཟད་ཆེན་པོ་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ཇི་ལྟར་དྭངས་པའི་མན་ཤེལ་ལ༔
༔སྐབས་རྐྱེན་ཉི་ཟླའི་འོད་འཕྲད་ཚེ༔
༔འབྱུང་ལྔའི་དྭངས་མ་འཇའ་འོད་ལྔ༔
༔ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འཕྲོ་བ་བཞིན༔
༔ལྷུན་གྲུབ་སྒྲ་འོད་ཟེར་གྱི་གཤིས༔
༔འོད་ལྔའི་གདངས་སུ་ཤར་བ་ལ༔
༔རྐྱེན་སྣང་ལས་དབང་བསགས་པའི་མཐུས༔
༔རིགས་དྲུག་འཁོར་བའི་ལས་སྣང་གྲུབ༔

Through the experience of the all-illuminating contemplation in the primordially existing clear dimension of the nature, the condition of self-perfection as unlimited Rolpa is established as the Development of Experiences and Visions.

Through the experience of the contemplation of bliss in the primordially manifesting and uninterrupted dimension of the energy potentiality, the condition of the single flavor of the multiplicity of Tsal visions is established as the Full Maturation of Rigpa.

Through the experience of the contemplation of inseparability in the primordially liberated dimension of self-perfection, the condition of totally equal taste of non-duality is established as the Total Exhaustion of Phenomena.

When a limpid crystal is touched by the light of the sun or the moon as a temporary factor, the purity of the five elements spreads as five-colored lights in all directions.

In the same way, when the nature of self-perfection of sound, light, and rays manifests as the radiance of the five lights, the karmic vision of samsara of the Six Lokas appears through the accumulation of powerful karmas as the secondary factor.

༔ཇི་ལྟར་མན་ཤེལ་འོད་ཀྱི་ཚོགས༔
༔གནས་དུས་རྐྱེན་གྱིས་ཕྱིར་སྣང་ཡང༔
༔མན་ཤེལ་གཤིས་ལས་མི་གཞན་ཕྱིར༔
༔མན་ཤེལ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་བཞུགས༔
༔ལས་དབང་འཁྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཀུན༔
༔རྐྱེན་སྣང་ཚད་མར་མཐོང་ན་ཡང༔
༔ལྷུན་གྲུབ་གཤིས་ལས་མི་གཞན་ཕྱིར༔
༔ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ངོ་བོར་བཞུགས༔
༔ཨ་ཏི་ཇི་བཞིན་རྣལ་མའི་གཤིས༔
༔ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་ཐིག་ལེ་ཆེར༔
༔ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཡོངས་བརྫུམས་པས༔
༔ཟག་ཟད་འོད་སྐུ་མངོན་དུ་འགྱུར༔
༔ཐུན་མིན་གསང་བ་གབ་པའི་གནད༔
༔ལྷུན་གྲུབ་འོད་གསལ་རྒྱ་རུ་བཏབ༔
༔མན་ངག་ལྡ་མའི་ཞལ་ནས་ལོངས༔
༔སྐྱོང་བ་མངོན་དུ་ཐོན་པར་མཛོད༔
༔དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རྡོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་དཔལ་འགྲུབ་བོ༔
ས༔ མ༔ ཡ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔

Although the lights of the crystal manifest outside it because of the secondary factors of place and time, they are not different from the nature of the crystal and thus abide in the essence of the crystal itself.

(In the same way,) although the illusory traces of karmic vision are perceived as genuine because of secondary factors, they are not different from the nature of self-perfection and therefore abide in the essence of self-perfection.

By completely integrating the skandhas (aggregates), dhatus (sense constituents) and ayatanas (sense bases) in the total Thigle of Manifest Dharmata, which is the authentic Ati nature as it is, one's materiality will become exhausted and a body of light will be realized.

The uncommon, secret, and hidden methods are sealed in the luminous clarity of self-perfection. Receive the upadeshas from a master. Apply them to have concrete experience!

In this way the dimensions of the three Vajras of the Wisdom Dakini will be realized.

SAMAYA GYA GYA GYA

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔ ནཱ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་གསང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་རྫོགས་སོ༔

ཞེས་པ་འདི་ཀུན་འཁོད་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་ཁོ་བོས་ཐིག་ལེ་སེར་པོའི་ནང་དུ་ཨེནྡྲ་ནི་ལ་མཐིང་ཞུན་གྱིས་འབུར་བྲིས་བྱས་པ་ལྷ་བུའི་བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་སྒྲོས་དག་པ་དེར་ཇི་ལྟར་འཁོད་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྣམས་རིམ་བཞིན་དུ་བཀླགས་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

Thus Is Concluded

The Secret Practice of the Guru Wisdom Dakini

from

The Luminous Clarity of the Universe,

Heart Essence of the Dakinis.

This was written.

Inside the yellow Thigle there were also Tibetan letters in excellent Uchen script, as if written in relief with molten blue sapphire. I read them one after the other. This is what was written:

ཨོཾ༔ ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་
བཞུགས༔

ནཿམོཿགུཿརུཿཛྙཱཿནཿཌཱཀཱཿཌཱཀིཿནིཿཡེ༔
༔སྦྱོར་བ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ལས་བྱང་ལྷར༔
༔དངོས་གཞི་ཉིང་འཛིན་ལྷ་སྐུའི་དཔལ༔
༔བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་འདི་ལྷ་སྟེ༔

ཨཿ

༔ཀ་དག་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁར༔
༔ལྷུན་གྲུབ་མཚན་རྫོགས་གུར་ཁྱིམ་དབུས༔
༔པདྨ་ཉི་ཟླའི་གདན་གྱི་སྟེང༔
༔ཐུགས་སྲོག་ཧྲཱི་ཡིག་མཐིང་དམར་ཤར༔

ཧྲཱིཿ

༔སྣང་ཅིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས༔
༔ཀུན་བཟང་པདྨ་ཧེ་རུ་ཀ༔
༔དཔའ་བོ་མཐིང་དམར་གཟི་འོད་འབར༔
༔དགྱེས་ཆགས་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ༔

[THE OUTER PRACTICE]

From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein is Contained

The Outer Practice of the Guru Wisdom Dakini

NAMO GURU JÑĀNA DHĀKKA DHĀKKINIYE

All the preliminary phases of preparation are the same as in the (other) practices of the Wisdom Dakini. The main practice includes the generation stage of the dimension of the form of the deity for the Samadhi in the following way:

A

In the primordially pure space of Samantabhadri, in the center of a pavilion complete with all the self-perfected qualities, the seed syllable, a violet letter HRĪḤ, manifests on a seat made of lotus, sun and moon.

HRĪḤ

From the complete instant transformation (of the letter) Samantabhadra Padma Heruka (manifests) as a violet Pawo, shining brilliantly, with one face, two arms, and a joyful expression.

༔དབུ་སྐྲ་ཕྱེད་གྲོལ་ཕྱེད་གཙུག་བཅིངས༔
༔རྡོ་རྗེ་རིན་ཆེན་རྒོད་སྒྲོས་བརྒྱན༔
༔ཕྱག་གཉིས་སྣང་སྲིད་ཟིལ་གནོན་རྒྱ༔
༔ཐོད་བུམ་བཅས་པས་ཡུམ་ལ་འཁྱུད༔
༔སྐུ་ལ་རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན༔
༔དེ་རུ་ཀ་ཡི་ཆས་ཀུན་རྫོགས༔
༔ཞབས་གཉིས་ཕྱེད་སྐྱིལ་རྐྱང་སྐུམ་གྱིས༔
༔པདྨ་ཉི་ཟླའི་གདན་ལ་རོལ༔
༔ཡུམ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་དཀར་དམར་མདངས༔
༔དགྱེས་ཆགས་གཞོན་ནུའི་ལང་ཚོས་སྙེག༔
༔དབུ་རྒྱན་རིགས་ལྔའི་རྟགས་ཀྱིས་མཚན༔
༔ཕྱག་གཡས་གྲི་གུག་གཡོན་ནྲྀཏྟ༔
༔ཡབ་ལ་འཁྲིལ་ཞིང་མཉམ་པར་སྦྱོར༔
༔སྐུ་ལ་རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན༔
༔རྣལ་འབྱོར་དབང་མོའི་རྒྱན་ཆས་རྫོགས༔
༔ཕྱོགས་བཞིར་རིགས་བཞིའི་དཔའ་བོ་ནི༔
༔རྡོ་རྗེ་རིན་ཆེན་པདྨ་དང༔
༔ཀརྨ་རིགས་རྣམས་རང་རྟགས་བཅས༔
༔སོ་སོའི་ཡུམ་དང་མཉམ་པར་སྦྱོར༔

His hair is half loose and half tied on the top (of his head), ornamented with a vajra, jewels and a vulture feather. His (right) hand is in the mudra of the Subjugator of the Universe (Nangsid Zilnön), and with (his left) hand he holds a kapala with a (long life) vase and embraces his consort.

His body is perfected with ornaments of jewels and bones and all the adornments of a Heruka. With one leg stretched and the other bent in the half-crossed position, he sits on a lotus, sun, and moon throne.

The Wisdom Dakini, (who is) the Great Mother, has one face and two arms, and is white with a pinkish hue. She is joyous and charming, in the full bloom of youth, ornamented with a tiara containing the symbols of the five families.

With her right hand (she brandishes) a curved knife, with her left hand (she holds) a kapala, embracing the Yab in sexual union. Her body is adorned with ornaments of jewels and bones, and perfected with all the ornaments of the queen of yoginis.

At the four directions are the Pawos of the four families, Vajra, Ratna, Padma and Karma, with their specific symbols, in sexual union with their consorts.

༔ཐུགས་ཀར་འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེའི་ཀློང་༔
༔ཡེ་རྫོགས་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལྷ༔
༔ཀུན་གཞི་ཡིད་ཆོས་གནས་དག་པ༔
༔རིག་པ་ཀུན་བཟང་ཡབ་ཡུམ་ཤར༔
༔ཕྱི་རིམ་འཁོར་ལོ་རྩིབས་ལྔ་རུ༔
༔ཕུང་ལྔ་གནས་དག་རིགས་ལྔ་ལ༔
༔འབྱུང་ལྔ་གནས་དག་ཡུམ་ལྔ་འཁྲིལ༔
༔གཡས་ཕྱོགས་དབང་རྩ་རྣམ་པར་ཤེས༔
༔གནས་དག་ནང་སེམས་རྣམ་པ་བཞིར༔
༔ཡུལ་བཞི་གནས་དག་སེམས་མས་འཁྲིལ༔
༔གཡོན་ཕྱོགས་དབང་རྩ་དབང་པོ་རྣམས༔
༔གནས་དག་ཕྱི་སེམས་རྣམ་པ་བཞིར༔
༔དུས་བཞི་གནས་དག་སེམས་མས་འཁྲིལ༔
༔ལུས་གནས་དྲུག་ཏུ་རིགས་དྲུག་དང༔
༔ཉོན་དྲུག་གནས་དག་ཐུབ་པ་དྲུག༔
༔ཡན་ལག་རྣམ་བཞིར་ཤེས་བཞི་དང༔
༔ལྷ་བཞི་གནས་དག་སྒོ་བ་བཞི༔
༔སྐུ་ཡི་བ་སྤུའི་བུ་ག་ལ༔
༔ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་རྒྱུད་སྡེའི་ལྷ༔
༔ལྷུན་གྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས༔

At the heart, inside a five-colored Thigle manifests the primordially self-perfected deity, the Rigpa Samantabhadra Yab-Yum, which is the purified aspect of mind and phenomena in the all-ground.

In the outer zone, in the five spokes of the chakra, are the five Buddhas, purified aspects of the five aggregates, embracing the five consorts, purified aspect of the five elements.

In the channels of the senses on the right side are the four inner Bodhisattvas, purified aspects of the (sense) consciousnesses, embracing the four female Bodhisattvas, purified aspects of the (sense) objects.

In the channels of the senses on the left side are the four outer Bodhisattvas, purified aspects of the four senses, embracing the four female Bodhisattvas, purified aspects of the four times.

In the six places of the body are the six Munis, purified aspects of the six Lokas and the six emotions. In the four limbs are the four gate-keepers, purified aspects of the four consciousnesses and the four views.

The pores of the body entirely contain the self-perfected mandalas of the deities included in the pacifying, enriching, conquering, and wrathful series of tantras.

༔སྟོན་འཁོར་རྡོ་རྗེའི་གསང་གསུམ་ལས༔
༔འོད་ཟེར་འཕྲོ་འདུས་ཡེ་ཤེས་པ༔
༔སྤྱན་དྲངས་ཆུ་ལ་ཆུ་ཐིམ་བཞིན༔
༔གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་འདྲེས་པར་གྱུར༔

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲཱིཿབཾ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛ་ཛཿ ཛཿཧཱུྃ་བཾ་ཧོཿ
ཏིཥྛ་ཛྙཱ་ན་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཧོཿ ས་མ་ཡ་སྟྭཾ༔
ཀཱ་ཡ་ཝཱཀྐ་ཙིཏྟ་ཤྲཱི་ཧཱུྃ་ཨ་བྷི་ཥིཉྩ་ཨཿ

༔རིག་འཛིན་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔གསང་གསུམ་བྱིན་ཆེན་དབབ་པ་ནི༔

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ༔

༔ངོ་བོ་འགྱུར་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔ཆོས་སྐུ་ཀུན་བཟང་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔དགོངས་རྒྱུད་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས༔
༔ཐུགས་དམ་བསྐུལ་ལོ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲཱིཿབཾ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛྙཱ་ན་ཨ་བྷི་ཥ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ

From the three Vajra Secrets of the teacher and retinue, rays of light spread and reabsorb, inviting the Wisdom (deites) who integrate indissolubly (with one's manifestation) like water dissolving into water.

OṂ ĀḤ HŪṂ
OṂ ĀḤ HŪṂ HRĪ BAM
VAJRA SAMAYA JAḤ JAḤ
JAḤ HŪṂ BAM HOḤ
TIṢHṬHA JÑĀNA VAJRA SAMAYA HOḤ
SAMAYA STAM
KĀYA WĀKKA CITTA NRI BHRUM
ABHIṢHINCA A

This is the (invocation) for the descent of the great blessing of the Three Secrets of the Vidyadharas, Pawos and Dakinis:

OṂ ĀḤ HŪṂ

From the immutable state of the essence
(Manifests) the Dharmakaya Samantabhadra Yab and Yum
(Together with) hosts of Vidyadharas and Dakinis of the Direct Transmission:
Activating your samaya, I request you to bestow the great blessing!

OṂ ĀḤ HŪṂ HRĪ BAM VAJRA
SAMAYA JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

༔རང་བཞིན་འགག་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔ལོངས་སྐུ་དཔལ་ཆེན་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔བདེ་རྒྱུད་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས༔
༔ཐུགས་དམ་བསྐུལ་ལོ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲཱིཿབཾ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛྙཱ་ན་ཨ་ཥི་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ
༔ཐུགས་རྗེ་འཁྲུལ་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔སྤྲུལ་སྐུ་རིག་འཛིན་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔སྔན་རྒྱུད་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས༔
༔ཐུགས་དམ་བསྐུལ་ལོ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲཱིཿབཾ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛྙཱ་ན་ཨ་ཥི་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ
༔ཁྱབ་བདལ་དབྱིངས་ཀྱི་ངང་ཉིད་ནས༔
༔རིགས་བཞིའི་དཔའ་བོ་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔སྤྲུལ་འཁོར་བྱེ་བ་ས་ཡའི་ཚོགས༔
༔ཐུགས་དམ་བསྐུལ་ལོ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔

From the unceasing state of the nature
(Manifests) the Sambhogakaya Great Glorious One (Heruka) Yab and Yum
(Together with) hosts of Vidyadharas and Dakinis of the Symbolic Transmission:
Activating your samaya, I request you to bestow the great blessing!

OṂ ĀḤ HŪṂ HRĪ BAM VAJRA
SAMAYA JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

From the state beyond illusion of the energy potentiality
(Manifests) the Nirmanakaya Vidyadharas Yab and Yum
(Together with) hosts of Vidyadharas and Dakinis of the Oral Transmission:
Activating your samaya, I request you to bestow the great blessing!

OṂ ĀḤ HŪṂ HRĪ BAM VAJRA
SAMAYA JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

From the all pervasive state of the Ying dimension
(Manifest) the Pawos of the four families Yab and Yum
(Together with) hosts of millions and millions of emanations and retinues:
Activating your samaya, I request you to bestow the great blessing!

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲཱིཿབཾ་བཛྲ་ས་མ་ཡ་ཛྙཱ་ན་ཨ་ཁྱི་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ

ཛཿཧཱུྃ་བཾ་ཧོཿ ཛྙཱ་ན་ས་མ་ཡ་ཏིཥྛ་ལྷན༔

༔དམ་ཡེ་དབྱེར་མེད་བརྟན་བཞུགས་ནས༔

༔སེམས་དང་ལྷ་སྐུའི་གསལ་སྣང་གཉིས༔

༔རོ་མཉམ་གཉུག་མའི་གཤིས་གྲོག་ཏུ༔

༔མཉམ་པར་བཞག་པས་བརྟན་པར་བྱ༔

༔རང་རིག་རང་ཞལ་མཇལ་ཕྱག་ནི༔

ན་མོཿ

༔ཡེ་གྲོལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁར༔

༔ཡེ་ཡིན་ཀུན་བཟང་གཉིས་མེད་གཤིས༔

༔ཡེ་རྫོགས་རང་ཞལ་མཇལ་བའི་བདར༔

༔ཡེ་དག་ཆེན་པོའི་ཕྱག་མཆོད་འབུལ༔

ཨ་ཏི་པཱུ་ཧོཿ པྲ་ཏཱིཙྪ་ཧོཿ

༔ཀུན་བཟང་མཆོད་སྤྲིན་འབུལ་བ་ནི༔

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

OṂ ĀḤ HŪṂ HRĪ BAM VAJRA
SAMAYA JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ
JAḤ HŪṂ BAM HOḤ
JÑĀNA SAMAYA TIṢHṬHA LHAN

After the inseparability of the Commitment and Wisdom (deities) has been established, the equal taste of the mind and the clear manifestation of the form of the deity has to be stabilized by remaining in contemplation in the natural state.

The symbolic salutation upon seeing the face of one's Rigpa:

NAMO

As a symbol of recognizing that the non-dual nature of the primordially existent Samantabhadra
Is one's primordially perfect natural face
In the originally liberated space of Samantabhadri,
I salute and offer the great primordial purity.

ATI PUHOḤ PRATICCHA HOḤ

The presentation of Samantabhadra's clouds of offerings:

OṂ ĀḤ HŪṂ

༔རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རོལ་རྩལ་ལས༔
༔རང་ཤར་ཟག་མེད་མཆོད་པའི་སྤྲིན༔
༔རང་བཞིན་ཉེར་སྤྱོད་འདོད་ཡོན་ལྔ༔
༔རང་གྲོལ་སྨན་རཀ་གཏོར་ཚོགས་འབུལ༔

ཨོཾ་བཛྲ་ཨརྒྷཾ༔ པཱདྱཾ༔ པུཥྤེ༔
དྷཱུཔེ༔ ཨཱ་ལོ་ཀེ༔ གནྡྷེ༔ ནཻཝིདྱ༔ ཤབྡ༔
རཱུ་པ༔ ཤབྡ༔ གནྡྷེ༔ རཱ་ས༔ སྤརྴེ༔
དྷརྨ་དྷཱ་ཏུ༔ མ་ཧཱ་པཉྩ་ཨམྲི་ཏ༔
རཀྟ༔ བ་ལིཾཏ༔ མ་ཧཱ་སརྦ་པཱུ་ཛ་ཧོ༔

༔གཉིས་དབྱེར་མེད་པའི་བསྟོད་ཕྱག་ནི༔

ན་མོ༔

༔ཡེ་གཞི་ལྷུན་གྲིས་གྲུབ་པའི་གཤིས༔
༔ཡེ་རྫོགས་ལྷུན་གྲུབ་རོལ་རྩལ་རྣམས༔
༔ཡེ་ནས་འདུ་འབྲལ་གཉིས་མེད་པར༔
༔ཡེ་གྲོལ་རྫོགས་པའི་བསྟོད་ཕྱག་འཚལ༔

ན་མོ་པུ་རུ་ཤ་ཡ་ཧོ༔

༔དེས་ནི་དེང་འཛིན་ལྷ་སྐུའི་དལ༔
༔བསྐྱེད་་པ་སྐུ་ཡི་དལ་འགྲུབ་བོ༔

ས་ མ་ ཡ༔

I present clouds of immaterial offerings
Manifesting from the Rolpa and Tsal energy of self-originated wisdom,
The natural offerings and the five objects of enjoyment,
The Amrita medicine, blood, and the Torma of self-liberation.

OṂ VAJRA ARGHAM PADYAM PUṢHPE DHUDPE ALOKE GHANDHE NAIVIDYA SHAPTA RŪPA SHAPTA GHANDHE RĀSA SPARṢHE DHARMĀDHĀTU MAHĀ PANCA AMRITA RAKTA BHALIMTA MAHĀ SARVA PŪCA HOḤ

The praise and homage of non-duality:

NAMO

To the primordially self-perfected energy manifestations
In the self-perfected state of the primordial Base,
Who are primordially beyond the duality of union and separation,
I offer praise and pay homage recognizing their primordial liberation.

NAMO PŪRUSHAYA HOḤ

In this way the dimension of the Body of the generation (stage), the dimension of the form of the deity for samadhi, is realized.

SAMAYA

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔གསུང་གི་དཔལ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔སྒྲོག་སྙིང་ཛ་བྲ་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི༔

ཧྲཱིཿཔཾ༔

༔ཡབ་ཀྱི་ཐུགས་དབུས་ཟླ་བའི་གདན༔
༔དགའ་འཁྱིལ་སྙིང་དུ་ཧྲཱིཿམཐིང་དམར༔
༔ཡུམ་གྱི་ལྟེ་བར་ཉི་མའི་གདན༔
༔ཆོས་འབྱུང་དབུས་སུ་པཾ་ཡིག་དམར༔
༔སྔགས་ཕྲེང་དམར་གསལ་ཡིག་འབྲུའི་ཞལ༔
༔ཕྱིར་བསྟན་ཧྲཱི་ཡིག་གཡས་སུ་བསྐོར༔
༔ནང་བསྟན་པཾ་ཡིག་གཡོན་དུ་བསྐོར༔
༔འོད་ཟེར་འཕྲོ་འདུས་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི༔
༔རྒྱལ་ཀུན་མཐུ་དབང་བྱིན་བཅུད་སྡུད༔
༔ཐུགས་རྗེའི་གཟི་བྱིན་འབར་བར་མོས༔

༔ཡེ་ཤེས་མཁའའགྲོའི་སྒྲོག་སྙིང་ཛ་བྲ༔
ཨོཾ་ཧྲཱིཿཔཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱ་ཀི་ནི་ཧ་རི་ནི་ས་ཨཱཿཧཱུྃ༔

༔ཉམས་རྟགས་མངོན་དུ་མ་གྱུར་བར༔
༔ཏིང་འཛིན་གཟེར་དང་ལྡན་པས་བསྙེན༔

Concerning the method for entering the dimension of the Voice of the Guru Wisdom Dakini, this is the way to recite the essential life-mantra of the Guru Wisdom Dakini:

HRĪḤ BAM

At the center of the heart of the Yab, upon a moon seat, there is a violet HRĪḤ on a Gakhyil. At the navel of the Yum, upon a sun seat, there is the red letter BAM in the center of a (double) triangle.

The mantra necklace, with the luminous red syllables facing outside, turns clockwise around the letter HRĪḤ. Facing inside, it turns counterclockwise around the letter BAM.

Through the spreading and reabsorbing of light rays, the power, capacity, blessing and essence of all the Victorious Ones of all times and directions are gathered, (while) one imagines that the splendor of one's potentiality is increasing.

The essential life-mantra of the Wisdom Dakini is:

OṂ HRĪḤ BAM JÑĀNA DHĀKINI
HARINISA ĀḤ HŪṂ

Recite it (maintaining) the main point of samadhi until the experiential signs manifest.

༔མཁའ་འགྲོའི་སྒྲོག་གི་ཡང་སྙིང་ཛ་བྲཱུ༔

ཧྲཱིཿཔཾ༔

༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་མཁའ་གསང་ནས༔
༔སྤྲགས་ཕྲེང་སྐར་མདའ་བཞིན་དུ་ཐོན༔
༔ཡབ་ཀྱི་རྡོ་རྗེའི་བུ་གར་ཞུགས༔
༔སྦྱགས་སྒྲོག་ཧྲཱིཿཡིག་གཡས་སུ་བསྐོར༔
༔ཡབ་ཀྱི་རྡོ་རྗེའི་རྩེ་ནས་ཐོན༔
༔ཨུམ་གྱི་མཁར་ཞུགས་པཾ་གཡོན་བསྐོར༔
༔སླར་ཡང་མགལ་མེའི་འཁོར་ལོ་བཞིན༔
༔སྤྲགས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ལྷང་ལྷང་དུ༔
༔རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་དྲག་འཁོར་བས༔
༔བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་འབར་བར་མོས༔

ཨོཾ་ཧྲཱིཿཔཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱ་ཀི་ནི་ཨཱཿཧཱུྃ༔

༔ཀློང་རྟགས་མངོན་དུ་མ་གྱུར་བར༔
༔ཏིང་འཛིན་གཟེར་དང་ལྡན་པས་བསྙེན༔
༔དགོངས་པ་ཆིག་དྲིལ་སྒྲོག་སྙིང་ཛ་བྲཱུ༔

ཧྲཱིཿཔཾ༔

༔ཡབ་ཉིད་བདེ་བས་ཆིལ་གྱིས་ཞུ༔
༔སྦྱགས་སྒྲོག་ཧྲཱིཿལ་ལམ་གྱིས་ཐིམ༔
༔ཧྲཱིཿཡང་སྤྲགས་ཕྲེང་དང་འགྲོགས་ཏེ༔
༔ཨུམ་གྱི་སྦྱགས་ཀར་ལྷམ་མེར་གསལ༔

The quintessential life-mantra of the Dakini:

HRĪḤ BAM

From the secret space of the Wisdom Dakini the mantra necklace issues forth like a shooting star and enters the orifice of the vajra of the Yab. It turns clockwise around the seed-syllable HRĪḤ and comes out from the tip of the Vajra of the Yab.

(Then) it enters the space of the Yum and turns counterclockwise around the BAM. Again, imagine that (the necklace) turns faster (and faster) without interruption like a whirling firebrand while the (natural) sound of the mantra vividly resounds, so that the wisdom of total bliss increases.

OṂ HRĪḤ BAM JÑĀNA DHĀKINI ĀḤ HŪṂ

Recite it (maintaining) the main point of samadhi until the signs manifest in actual experience.

The essential life-mantra that unifies all primordial states:

HRĪḤ BAM

The Yab completely melts through (the power of) bliss and suddenly disappears into the seed-syllable HRĪḤ, (then) the HRĪḤ together with the mantra necklace appears vividly at the heart of the Yum.

༔སྲིགས་ཕྲེང་འགལ་མེ་འཁོར་བ་བཞིན༔
༔ཧྲཱི༔ཡིག་གཡས་བསྐོར་པཾ་གཡོན་བསྐོར༔
༔འཕྲོ་འདུའི་ཟེར་གྱིས་བདེ་བར་གཤེགས༔
༔རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་མཐུ་ཀུན༔
༔འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེའི་རྣམ་པར་བྱོན༔
༔རྡོ་རྗེ་གསུམ་དུ་ཐིམ་པར་མོས༔

ཨོཾ་ཧྲཱི༔པཾ་ཨཱ༔ཧཱུྃ༔

༔དགོངས་པ་ཆིག་དྲིལ་སྙིང་རྩ་ལ༔
༔ཡང་སྙིང་བརྒྱ་ཕྲག་སྲོག་སྙིང་ཇབ༔
༔བརྒྱ་ཕྲག་ཕྱེད་ཙམ་རིགས་འགྲེ་ཞིང༔
༔ལུས་དཀྱིལ་བཙུ་ཆ་རེ་ཙམ་བཟླ༔
༔འདི་ནི་ཟབ་གནད་མན་ངག་གི༔
༔དབང་ཁྲིད་རྒྱལ་བཞིན་ཐོབ་པ་ཡི༔
༔རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོས་གསང་བའི་ལམ༔
༔ཇི་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱལ་ཡིན༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
།ཕྱི་སྒྲུབ་གནད་ཀྱི་མན་ངག་ལ༔
༔བརྟེན་ཏེ་གཞན་དོན་གང་བརྩམ་པར༔
།སྲོག་སྙིང་ལུས་དཀྱིལ་བཟླས་པས་འགྲུབ༔
༔རྡོ་རྗེའི་ལུས་དཀྱིལ་ཇབ་བསྙེན་ནི༔

The mantra necklace, like a whirling firebrand, turns clockwise around the HRĪḤ and counterclockwise around the BAM. Through the rays that spread and reabsorb, imagine that all the blessings and powers of the Sugatas, Vidyadharas and Dakinis descend in the form of rainbow (shafts), rays, and Thigles which dissolve in the Three Vajras.

OṂ HRĪḤ BAM ĀḤ HŪṂ

If the mantra that unifies all primordial states is recited one thousand times, the quintessential mantra should be recited one hundred times and the essential life-mantra fifty times, while the mantra for the body mandala should be recited ten times.

This is the way to practice precisely the secret path for yogins and yoginis who have correctly received the initiation and instructions of the profound and essential upadesha.

Whatever altruistic action is to be undertaken on the basis of the essential upadesha of the outer practice of the Guru Wisdom Dakini, it will be accomplished by reciting the essential mantra of the body mandala.

The mantra for the Vajra body mandala is:

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཧྲོ་ཧྲི་ཙིཏྟ་མ་ཎྜ་སུ་ཁ་ཛྙ་ན་ཧྲ་དུ་ཨཿ
ཨོཾ་རུ་ལུ་རུ་ལུ་ཧཱུྃ་བྷྱོ་ཧཱུྃ༔
༔སྒྲུབ་རྟགས་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི༔
༔མཁའ་འགྲོའི་བྱིན་རླབས་ཞུགས་པ་དང༔
༔བསྙེན་སྒྲུབ་རྟགས་ཚད་ཇི་སྙེད་ཀུན༔
༔མངོན་སུམ་མྱོང་རྟོགས་ཐུབ་ངེས་འབྱུང༔
༔དབང་པོ་མཆོག་རབ་རྡོ་རྗེའི་དཔལ༔
༔འདི་རུ་ཞུགས་འཕྲུལ་ཚེ་སྔོན་གྱི༔
༔བག་ཆགས་སད་ཅིང་སྣང་ཤེས་ཉམས༔
༔རྟོགས་པའི་རྩལ་ཁ་རྒྱས་པར་འགྱུར༔
༔དངོས་ཉམས་རྨི་ལམ་གང་རུང་དུ༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔སྒྲུ་འཕྲུལ་མངོན་སུམ་ཞལ་མཇལ་ཞིང༔
༔གསུང་ཐོས་དགོངས་རྒྱུད་ཉམས་རྟོགས་རྫོལ༔
༔དབང་འབྲིང་དད་མོས་ལྡན་པ་ཡིས༔
༔ཟབ་ལམ་འདི་རུ་ཞུགས་ཚད་ཀུན༔
༔ཚེ་འདིར་སེམས་དགེ་བག་དྲོ་ཞིང༔
༔ཞེན་མེད་བྱམས་སྙིང་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱས༔
༔འཆི་ཁ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མས༔
༔སྣ་འདྲེན་ཆོས་ཉིད་བར་དོ་རུ༔
༔ཡེ་ཤེས་མ་བུ་ངོ་འཕྲོད་དེ༔

OṂ ĀḤ HŪṂ BODHICITTA MAHĀSUKHA
JÑĀNA DHATU A
OṂ RULU RULU HŪṂ BHYO HŪṂ

As signs of accomplishment, all the (indicated) signs of having received the blessings of the Guru Wisdom Dakini and of having fulfilled the approach and accomplishment (phases) will be definitely and directly experienced in oneself.

For individuals of supreme capacity, as soon as they enter this Vajra dimension, the (spiritual) traces of past lives will reawaken and the power of experiences – of visions and sensations – and knowledge will develop. They will directly meet an emanation of the Jñanadakini and hear her voice, in actuality, as a (visionary) experience, or in a dream, while experiences and knowledge (related to her) real state will spring forth.

All devoted individuals of medium capacity, once they have entered this profound path, will experience mental virtue and happiness in this life, while non-attachment, loving kindness and compassion will spontaneously develop. At the moment of death they will be escorted by the Wisdom Dakini and in the Bardo of the Dharmata they will recognize the meeting of the mother and

།ཀུན་བཟང་གདོད་མའི་ས་རུ་གྲོལ༔

༔དབང་ཐ་མོས་པས་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱང༔

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔

༔བྱིན་རླབས་དབང་གིས་ཟིན་རྒྱུན་་གྱིས༔

༔སྒྲིབ་བྱང་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྡན་འགྱུར༔

ས་ མ་ ཡ༔

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔

༔ཐུགས་ཀྱི་དལ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ༔

༔ནང་སྒྲུབ་གནད་ཀྱི་མན་ངག་བཞིན༔

༔ཉམས་ལེན་གནད་དུ་ཐེབས་ངེས་བྱ༔

༔དེས་ནི་ལས་སྐལ་ལྡན་པ་རྣམས༔

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔

༔ལྷུན་གྲུབ་རྡོ་རྗེའི་དལ་གསུམ་དུ༔

༔འཇུག་ཅིང་གྲོལ་ཚུལ་ངེས་པའོ༔

༔རྗེས་སྤྱོད་ལམ་དུ་ཁྱེར་བའི་ཚུལ༔

༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ལས་བྱང་དུ༔

༔བསྟན་བཞིན་དགོངས་ཀློང་ལ་བཟླ་བ༔

༔འདི་ནི་རྣལ་འབྱོར་ཡང་སྙིང་ངོ༔

ས༔ མ༔ ཡ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔

son wisdoms, and be liberated in the primordial ground of Samantabhadra.

Individuals of lower capacity with earnest aspiration, having been touched by the blessing and the empowerment of the Guru Wisdom Dakini, will be purified of their obstacles and become (potentially) beneficial to all those whom they will meet.

SAMAYA

Concerning the way to enter the dimension of the Mind of the Guru Wisdom Dakini, one should definitely and precisely apply the practice according to the crucial upadesha given for the inner practice.

By virtue of this, fortunate individuals will certainly enter the three self-perfected Vajra dimensions and become liberated.

As to the way to apply the path in (all) subsequent (daily) behaviors, one should transcend everything in the expanse of the primordial state as taught in the practice texts of the Guru Wisdom Dakini. This is the quintessence of Yoga.

SAMAYA GYA GYA GYA

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔

ལྔ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཕྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་རྫོགས་སོ༔

ཞེས་པ་འདི་ཀུན་གསལ་པོར་འཁོད་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་ཁོ་བོས་ཐིག་ལེ་དམར་པོའི་ནང་དུ་མཚལ་ཙོག་ལ་མ་ཞུན་མས་འབུར་བྲིས་བྱས་པ་ལྷ་བུའི་བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་སྒྲོས་དག་པ་དེར་ཇེ་ལྷར་འཁོད་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ནམས་རིམ་བཞིན་དུ་བཀླགས་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

Thus Is Concluded

The Outer Practice of the Guru Wisdom Dakini

from

The Luminous Clarity of the Universe,
Heart Essence of the Dakinis.

All this was written clearly.

Inside the red Thigle there were also Tibetan letters in excellent Uchen script, as if written in relief with molten vermillion. I read them one after the other. This is what was written:

ཧཱུྃ༔ ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ནང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་
བྱང་བཞུགས༔

ན་མོ་གུ་རུ་གོ་མ་དེ་ཝི་ཡེ༔

༔མོས་ལྡན་སྟན་ལ་བདེར་འཁོད་ནས༔
༔ལྷུང་རོ་དགུ་ཞུག་བསལ་བའི་རྗེས༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རྡོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་དལ་ལ་འཛུག༔

ས་ མ་ ཡ༔

༔སྐུ་ཡི་དལ་ལ་འཛུག་པའི་ཐབས༔
༔བསྐྱེད་པ་ལྷ་ཡི་གསལ་འདེབས་ནི༔

ཨཿ

༔ཀ་དག་སྟོང་པ་ཆེན་པོའི་མཁར༔
༔ཡེ་གཞིའི་རིག་གདངས་སྒྲ་འོད་ཟེར༔
༔འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེ་མཐིང་གུར་ཀློང༔
༔མཐིང་དམར་བཾ་ཡིག་རང་སྒྲ་ལྡིར༔
༔དཔག་ཡས་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས༔
༔རིག་འཛིན་རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ༔
༔བྱིན་རླབས་འོད་ཞགས་ཚུར་འདུས་ཏེ༔
༔སྐད་ཅིག་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ན༔

[THE INNER PRACTICE]

ༀ༔ From the Luminous Clarity of the Universe, Heart Essence of the Dakinis

Herein Is Contained

The Inner Practice of the Guru Wisdom Dakini

NAMO GURU GOMADEVIYE

Having sat down comfortably, those interested people should exhale the stale air nine times and then enter the dimension of the Three Vajras of the Guru Wisdom Dakini.

SAMAYA

As to the method for entering the dimension of the Body, this is the visualization of the deity for the generation (stage).

A

In the totally empty space of primordial purity, the sound, light and rays of the Dang of Rigpa of the primordial base (manifest) as a violet BAM naturally resounding inside the sky-blue dimension of a five-colored Thigle.

Infinite rays spread in the ten directions activating the sacred commitment of all the Vidyadharas and Enlightened Ones. When the blessings are reabsorbed as a lasso of light, we instantly transform (ourselves):

༔པདྨ་ཟླ་བའི་གདན་གྱི་སྟེང་༔
༔དཔལ་ལྡན་རྡོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ༔
༔གོ་མ་དེ་ཝི་དཀར་ལ་དམར༔
༔ཞི་ཆགས་བཅུ་དྲུག་ལང་ཚོ་རྒྱས༔
༔མཐིང་ནག་དབུ་སྐྲ་ཕྱེད་བཅིངས་གྲོལ༔
༔ནོར་བུ་རིན་ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས༔
༔ཕྱག་གཉིས་གཡས་པས་མཆོག་སྦྱིན་རྒྱ༔
༔པུས་གོང་གཡས་པའི་སྟེང་ན་བརྟན༔
༔ཕྱག་གཡོན་མཉམ་བཞག་ཆུ་ཤེལ་སྒྲོམ༔
༔བརྡ་རྟགས་འོད་ལྔ་འབར་བ་འཛིན༔
༔ཞབས་ཟུང་སྐྱོང་སྐྱུམ་རོལ་སྟབས་སུ༔
༔འགྱིངས་ཤིང་སྒེག་པའི་ཉམས་ཀྱིས་བཞུགས༔
༔ཐུགས་ཀར་འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེའི་ཀློང་༔
༔ཆོས་འབྱུང་དགའ་འཁྱིལ་ཉི་ཟླའི་སྟེང་༔
༔གསང་བ་ཡེ་ཤེས་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས༔
༔དགྱེས་ཆགས་པདྨ་རཱ་གའི་མདོག༔
༔ཐོད་སྐམ་རིགས་ལྔའི་དབུ་རྒྱན་དང་༔
༔རུས་པའི་རྒྱན་དྲུག་སྐུ་ལ་རྫོགས༔
༔ཕྱག་གཡས་གྲི་གུག་དབྱིངས་སུ་འཕྱར༔
༔གཡོན་པས་བདུད་རྩིའི་དུང་ཞལ་འཛིན༔
༔གྲུ་མོ་གཡོན་ན་ཁ་ཊྭཾ་ག༔

Upon a seat of lotus and moon (we are) the glorious Vajrayogini Gomadevi, white with a reddish (hue), peaceful and joyous, a sixteen-year old in full bloom. With dark blue hair half loose and half tied, she is ornamented with precious jewels. Her right hand, in the mudra of bestowing protection, rests upon her right knee. Her left hand, in the meditation mudra, holds a crystal sphere with the (Longsal) symbolic sign blazing with five-colored light. With one leg stretched forward and the other bent, she sits in a dignified and charming posture.

At the heart, inside a five-colored Thigle, upon a seat made of a double triangle, Gakhyil, sun, and moon, there is the Sambhogakaya Guhyajñana: in joyful form, ruby colored, perfected with a crown of five dry skulls (symbolizing) the five families and (adorned with) the six bone ornaments on her body. With her right hand she brandishes a curved knife in space; and with her left she holds a kapala of nectar. In her left elbow she holds a khatvanga (symbolizing her) inseparability from

༔དཔའ་བོ་ཡབ་དང་འདུ་འབྲལ་མེད༔
༔ཞབས་གཉིས་འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་བརྡ༔
༔རྐྱོང་སྐུམ་ཕྱེད་སྐྱིལ་འགྱིང་སྟབས་རོལ༔
༔ཆོས་འབྱུང་ཟུར་དྲུག་དགའ་བ་འཁྱིལ༔
༔པདྨ་ཉི་ཟླའི་གདན་གྱི་སྟེང༔
༔གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་དང་ཆོས༔
༔ཤེས་ཡུལ་གཉིས་མེད་རྡོ་རྗེ་མ༔
༔སྔོ་ལྗང་དམར་སེར་དཀར་མཐིང་རྣམས༔
༔གཡོན་རིམ་ཚགས་ཞལ་གཙོ་མོར་ཕྱོགས༔
༔རྒྱན་ཆས་བཞུགས་སྟངས་མཉམ་པ་ཆེ༔
༔གཡོན་རྣམས་རང་རྟགས་འཛིན་པའོ༔
༔ཕྱི་འཁོར་དབང་ཡུལ་སེམས་དཔའ་དང༔
༔སེམས་མ་སྒོ་བཞི་ཡབ་དང་ཡུམ༔
༔རིགས་བཞིའི་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཚོགས༔
༔དཔག་ཡས་ཉི་ཟེར་རྡུལ་ལྟར་འཁྲིགས༔
༔དཀྱིལ་འཁོར་འོད་རིམ་འཕྲོ་བ་དང༔
༔འཕྲོ་བ་ཆེན་པོ་ཤིན་དུ་འཕྲོར༔
༔གནས་ཡུལ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱས་ཡོངས་སུ་གདམས༔

the consort Pawo. As a symbol of the inseparability of samsara and nirvana, she sits dignified in half-lotus position with one leg stretched forward and the other bent.

On the six corners of the double triangle, upon a seat made of a Gakhyil, lotus, sun and moon, (there are) the Vajranis (symbolizing) the non-duality of consciousness and its objects (which are) form, sound, smell, taste, touch and phenomena. They are (respectively) blue, green, red, yellow, white and sky-blue in a counterclockwise direction, joyous and facing the main (Dakini at the center). Their ornaments and way of sitting are exactly the same as (the main Dakini) except for their left (hands) which hold their characteristic symbols.

In the outer circle there are the four gate keeper Bodhisattvas in union with their female Bodhisattvas, (symbolizing) the senses and their objects, and infinite Pawos and Dakinis of the four families gathering like motes in sunbeams.

The mandala manifests as circles of light which are the expansion (of the earth), the great expansion (of the solar system) and the total expansion (of the universe), completely filled with hundreds of millions of Pawos and Dakinis of the sacred places.

༔གཙོ་འཁོར་གནས་གསུམ་ཐིག་ལེ་ཡི༔
༔ཨོཾ་དཀར་ཨཱཿདམར་ཧཱུྃ་མཐིང་དང༔
༔ལྟེ་བའི་བྃ་ཡིག་དམར་གསལ་ལས༔
༔དཔག་ཡས་འོད་དང་འོད་ཟེར་འཕྲོས༔
༔འོག་མིན་མཁའ་སྤྱོད་ཞིང་ཁམས་སོགས༔
༔གནས་ཡུལ་དག་པའི་གཞལ་ཡས་ནས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་ཚོགས་ཀུན༔
༔སྐད་ཅིག་ཉིད་དུ་སྤྱན་དྲངས་གྱུར༔
༔དད་མོས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོའི་ངང༔
༔སྙན་པའི་དབྱངས་དང་ཌཱ་དྲིལ་སོགས༔
༔རོལ་མོའི་སྒྲ་དང་བདུག་སྤོས་ཀྱིས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ༔

བྃ༔

༔ངོ་བོ་འགྱུར་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔ཆོས་སྐུ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་དབྱིངས་ནས་བཞེངས༔
༔སྐལ་ལྡན་བདག་ལ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་བྃ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་ཌྨཱ་ཀ་ཡ་སརྦ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ
ཧྲིཾ་ཧྲིཾ༔ ཕཻཾ་ཕཻཾ༔ ཛྙཱ་ན་ཨ་བྷི་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ

Infinite lights and rays spread from the white OṂ, the red ĀḤ and the blue HŪṂ in the Thigles at the three places and from the bright red BAM at the navel of the main (Dakini) and her retinue.

(In this way) all the divine hosts of wisdom Dakinis are instantly invited from the sacred places and pure abodes such as the Akanishtha and Kechara dimensions.

With devotion and intense longing, with a pleasant melody and the music of damaru and bell and other (instruments), and with (the offering of) incense, we activate the sacred commitment of the Wisdom Dakini.

BAM

From the immutable state of the essence,
Oh Samantabhadri, Wisdom Dakini of the Dharmakaya,
Arise from the Ying dimension
And bestow the great blessing on me, the fortunate one!

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI DHARMĀKAYA SARVA SAMAYA JAḤ JAḤ HRIM HRIM PHEIM PHEIM JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

༔རང་བཞིན་འགགས་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔ལོངས་སྐུ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔གསང་བ་ཡི་ཤེས་དབྱིངས་ནས་བཞེངས༔
༔སྐལ་ལྡན་བདག་ལ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་བཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་སམ་བྷོ་གྷ་ཀ་ཡ་སིདྡྷ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ
ཧྲིཾ་ཧྲིཾ༔ ཕཻཾ་ཕཻཾ༔ ཛྙཱ་ན་ཨ་ཝེ་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ
༔ཐུགས་རྗེ་འཁྲུལ་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔སྤྲུལ་སྐུ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔གོ་མ་དེ་ཝི་དབྱིངས་ནས་བཞེངས༔
༔སྐལ་ལྡན་བདག་ལ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔
ཨོཾ་བཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་ནིརྨ་ཎ་ཀ་ཡ་སིདྡྷ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ
ཧྲིཾ་ཧྲིཾ༔ ཕཻཾ་ཕཻཾ༔ ཛྙཱ་ན་ཨ་ཝེ་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ
༔ལྷུན་གྲུབ་གཉིས་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔
༔ཉིད་སྐུ་ཡི་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔རྡོ་རྗེ་མ་རྣམས་དབྱིངས་ནས་བཞེངས༔
༔སྐལ་ལྡན་བདག་ལ་བྱིན་ཆེན་ཕོབ༔

From the unceasing state of the nature,
Oh Guhyajñana, Wisdom Dakini of the Sambhogakaya,
Arise from the Ying dimension
And bestow the great blessing on me, the fortunate one!

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI
SAMBHOGHAKAYA SARVA SAMAYA
JAḤ JAḤ HRIM HRIM PHEIM PHEIM
JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

From the state beyond illusion of the energy potentiality,
Oh Gomadevi, Wisdom Dakini of the Nirmanakaya,
Arise from the Ying dimension
And bestow the great blessing on me, the fortunate one!

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI NIRMAṆAKAYA
SARVA SAMAYA JAḤ JAḤ HRIM HRIM
PHEIM PHEIM JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

From the non-dual state of self-perfection,
Oh Vajranis, Wisdom Dakinis of the Svabhavikakaya, Arise from the Ying dimension
And bestow the great blessing on me, the fortunate one!

ཨོཾ་བཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་སྭ་ཧྲ་ཥི་ཀ་ཀ་ཡ་སརྦ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ

ཧྲཱིཾ་ཧྲཱིཾཿ ཕཻ་ཕཻཿ ཛྙཱ་ན་ཨ་ཝེ་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ

ཿཁྱབ་བརྡལ་དབྱེར་མེད་ངང་ཉིད་ནསཿ

ཿམཆོག་སྐུ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མཿ

ཿརྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་དབྱིངས་ནས་བཞེངསཿ

ཿསྐལ་ལྡན་བདག་ལ་བྱིན་ཆེན་ཕོབཿ

ཨོཾ་བཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀྐི་ནི་བཛྲ་ཀ་ཡ་སརྦ་ས་མ་ཡ་ཛཿཛཿ

ཧྲཱིཾ་ཧྲཱིཾཿ ཕཻ་ཕཻཿ ཛྙཱ་ན་ཨ་ཝེ་ཤ་ཡ་ཨ་ཨཱཿ

དམ་ཡེ་གཉིས་མེད་བརྟན་པ་ནི།

ཨཱཿ

ཿདབྱིངས་ནས་དྭངས་པའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམསཿ

ཿརིག་རྩལ་དམ་ཚིག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེཿ

ཿལྷུན་གྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་འདིརཿ

ཿབྱང་ཆུབ་བར་དུ་བརྟན་པར་བཞུགསཿ

ཛཿ ཧཱུྃ་ བཾ་ ཧོཿ ཛྙཱ་ན་ས་མ་ཡ་ཏིཥྛ་ཨཱཿ

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI SVABHAVIKA-
KAYA SARVA SAMAYA JAḤ JAḤ HRIM HRIM
PHEIM PHEIM JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

From the all pervasive state of inseparability
Oh Yoginis, Wisdom Dakinis of the Supreme Kaya, Arise from the Ying dimension
And bestow the great blessing on me, the fortunate one!

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI VAJRAKAYA
SARVA SAMAYA JAḤ JAḤ HRIM HRIM
PHEIM PHEIM JÑĀNA AVESHAYA A ĀḤ

For stabilizing the single taste of the non-duality of the Commitment and Wisdom (deities):

ĀḤ

You deities invited from the Ying dimension,
Who are the total symbol of samaya (manifesting) through the Tsal energy of Rigpa,
Remain stable in this total mandala of self-perfection
Until I reach Enlightenment!

JAḤ HŪṂ BAM HOḤ
JÑĀNA SAMAYA TIṢHṬHA ĀḤ

བརྡ་ཕྱག་འཚལ་བ་ནི།

ན་མོཿ

༔ཡེ་གྲོལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁར༔
༔ཡེ་ཤེས་རང་ཤར་ཌཱཀྐི་ནི༔
༔ཡེ་རྫོགས་རང་ཞལ་མཇལ་བའི་བརྡར༔
༔ཡེ་དག་ཆེན་པོའི་ཕྱག་མཆོད་འབུལ༔

ཨ་ ཏི་ པུ་ ཧོཿ   པྲ་ ཏིཙྪ་ ཧོཿ

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྲིན་ནི།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

༔རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་རོལ་རྩལ་ལས༔
༔རང་ཤར་ཟག་མེད་མཆོད་པའི་སྤྲིན༔
༔རང་བཞིན་ཉེར་སྤྱོད་འདོད་ཡོན་ལྔ༔
༔རང་གྲོལ་སྨན་རག་གཏོར་ཚོགས་འབུལ༔

ཨོཾ་བཛྲ་ཨརྒྷཾ༔ པདྱཾ༔ པུཥྤེ༔ དྷཱུཔེ༔ ཨཱ་ལོ་ཀེ༔
གནྡྷེ༔ ནཻཝིདྱ༔ ཤབྡ༔
རཱུ་པ༔ ཤབྡ༔ གནྡྷེ༔ རཱ་ས༔ སྤརྴེ༔ དྷརྨ་དྷཱ་ཏུ༔
མ་ཧཱ་པཉྩ་ཨམྲྀ་ཏ༔ རཀྟ༔ བ་ལིཾ་ཏ༔
མ་ཧཱ་སརྦ་པཱུ་ཛ་ཨ་ལ་ལ་ཧོཿ

The symbolic salutation:

NAMO

As a symbol of recognizing that the Dakini of self-arisen wisdom
Is one's primordially perfect natural face
In the originally liberated space of Samanta-bhadri,
I salute and offer the great primordial purity.

ATI PUHOḤ PRATISHTCA HOḤ

Samantabhadra's clouds of offerings:

OṂ ĀḤ HŪṂ

I present clouds of immaterial offerings
Manifesting from the Rolpa and Tsal energy of self-originated wisdom,
The natural offerings and the five objects of en-joyment,
The Amrita medicine, blood, and the Torma of self-liberation.

OṂ VAJRA ARGHAM PADYAM PUṢHPE
DHUDPE ALOKE GHANDHE NAIVIDYA SHAPTA
RŪPA SHAPTA GHANDHE RĀSA SPARṢHE
DHARMĀDHĀTU MAHĀ PANCA AMRITA
RAKTA BHALIMTA MAHĀ SARVA PŪCA
ALALA HOḤ

དག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟོད་ཕྱག་ནི།

བྃ༔

༔རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔རང་གྲོལ་སྐུ་གསུམ་རྣམ་འཕྲུལ་ཚོགས༔
༔རང་ཤར་ལྷུན་རྫོགས་དཀྱིལ་འཁོར་ལ༔
༔རང་སྣང་དག་པའི་བསྟོད་ཕྱག་འཚལ༔

ན་མོཿཔུ་རུ་ཤ་ཡ་ཧོཿ

༔དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རྡོ་རྗེ་སྐུ་ཡི་དལ་འགྲུབ་བོ༔

ས་ མ་ ཡ༔

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔གསུང་གི་དལ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས༔
༔གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱལ༔
༔རྫོགས་པ་འཕྲོ་འདུའི་ངབ་བསྙེན་ནི༔

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་གནས་གསུམ་གྱི༔
༔འོད་ལྔའི་ཐིག་ལེར་ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ༔
༔དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་གསལ་བ་ལས༔
༔འོད་དང་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས༔

The praise and homage of total purity:

BAM

To the self-arisen and spontaneously perfect mandala
Of the self-originated Wisdom Dakini
And the hosts of manifestations of the three Kayas of self-liberation,
I offer praise and pay homage (recognizing) the purity of my vision.

NAMO PŪRUSHAYA HOḤ

In this way the dimension of the Vajra Body of the Jñanadakini is realized.

SAMAYA

As to the method for entering the dimension of the Voice, this is the mantra recitation with the spreading and absorption for the completion (process) of the Tsal of energy potentiality of the non-dual wisdom.

OṂ ĀḤ HŪṂ

From the white OṂ, red ĀḤ, and blue HŪṂ, visualized in a five-colored Thigle at the three places of the Guru Jñanadakini, light and rays spread in the ten directions.

༔ཀློང་ཆེན་རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་ཡི༔

༔ཐུགས་རྒྱུད་བསྐུལ་ཞིང་མཐུ་བྱིན་རྣམས༔

༔འཇའ་འོད་ཐིག་ལེའི་རྣམ་པར་བྱོན༔

༔ལྟེ་བའི་སྲོག་ལ་སིབ་སིབ་ཐིམ༔

བཾ༔

༔ལྟེ་བར་ཆོས་འབྱུང་བསྐོལ་མའི་སྟེང༔

༔ཉི་མའི་གདན་ལ་ཐུགས་སྲོག་བཾ༔

༔དམར་གསལ་སྔགས་ཕྲེང་ཞལ་ནང་བསྣན༔

༔གཡོན་འཁོར་འཕྲོ་འདུའི་གནད་ཀྱིས་གཟིར༔

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཛབ༔

༔སྲོག་སྙིང་ཡི་གེ་དགུ་པ་ནི༔

ཨོཾ་བཾ་ཛྙཱ་ན་ཌཱཀི་ནི་ཧཱུྃ་ཨཱཿ

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཛབ༔

༔ཡང་སྙིང་ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་ནི༔

ཨོཾ་བཾ་གུ་ཧྱ་ཛྙཱ་ན་ཧཱུྃ་ཨཱཿ

༔གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཚོའི་ཛབ༔

༔སྙིང་པོ་ཡི་གེ་བཅུ་གསུམ་པ༔

ཨོཾ་བཾ༔ཧ༔རི༔ནི༔ས༔སརྦ་ས་མ་ཡ་ཧཱུྃ་ཨཱཿ

By activating the sacred commitment of the Vidyadharas and Dakinis of the universe, their power and blessings descend in the form of rainbow lights and Thigles which gently dissolve in the life-force (the syllable BAM) at the navel.

BAM

At the navel, upon a double crossed triangle, on a sun seat there is the life-force (syllable) BAM, bright red, with the mantra necklace facing inward and turning counterclockwise, which is put into action through the method of expansion and absorption.

The essential nine-syllable mantra of the Guru Wisdom Dakini is:

OṂ BAM JÑĀNA DHĀKKINI HŪṂ ĀḤ

The quintessential eight-syllable mantra of the Guru Wisdom Dakini is:

OṂ BAM GUHYA JÑĀNA HŪṂ ĀḤ

The thirteen-syllable mantra of the ocean of Dakinis of the three abodes is:

OṂ BAM HARINISA SARVA SAMAYA HŪṂ ĀḤ

༔སྲོག་སྙིང་ཛབ་ཕྱིད་ཡང་སྙིང་དང༔
༔ཡང་སྙིང་ཕྱིད་ཆ་སྲི་ཛབ་བསྙེན༔
༔གནས་དུས་མཐུན་རྐྱེན་སྣ་ཚོགས་པར༔
༔སྐབས་དང་བསྟུན་ཤེས་གལ་ཆེའོ༔
༔དེ་ལྟར་དངོས་ཉམས་རྨི་ལམ་དུ༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔ཞལ་མཐོང་གསུང་ཐོས་མ་བྱུང་བར༔
༔ཏིང་འཛིན་གནད་དང་ལྡན་པས་བསྒྲུབ༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔བྱིན་རླབས་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་པ་དང༔
༔བསྙེན་ཅིང་བསྒྲུབ་པའི་རྟགས་ཚད་རྣམས༔
༔མངོན་སུམ་སྨྱོང་རྟོགས་ཐུབ་ངེས་འབྱུང༔
༔གང་ཟག་དབང་པོ་མཆོག་རབ་རྣམས༔
༔རྡོ་རྗེའི་དལ་དུ་ཞུགས་མ་ཐག༔
༔ཚེ་སྔོན་བག་ཆགས་ཡོངས་སད་ཅིང༔
༔ཉམས་རྟོགས་རྩལ་ཁ་རྒྱས་པར་འགྱུར༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་སྒྱུ་མའི་འཕྲུལ༔
༔མངོན་སུམ་ཞལ་མཇལ་གསུང་ཐོས་ཤིང༔
༔དགོངས་རྒྱུད་ཉམས་རྟོགས་རྟོལ་བ་སོགས༔
༔བསམ་མི་ཁྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་འཁྲུངས༔

The quintessential mantra should be recited half the number of times of the essential mantra, and the universal mantra half the number of times of the quintessential mantra. It is important to know (how to practice) in accordance with the various favorable circumstances of place and time.

Thus it is important to apply the practice with the main point of samadhi until one sees the face and hears the voice of the Guru Wisdom Dakini either in actuality, as a (visionary) experience, or in a dream.

(In this way) one will definitely be able to directly experience in one's state the (indicated) signs of having received the blessings of the Guru Wisdom Dakini and of having fulfilled the approach and accomplishment (phases).

For individuals of supreme capacity, as soon as they enter the Vajra dimension, the (spiritual) traces of past lives will completely reawaken and the power of experiences and knowledge will develop. Unimaginable qualities, such as concretely meeting an emanation of the Wisdom Dakini or hearing her voice, will arise, while experiences and knowledge (related to her) real state, and so forth, will spring forth.

༔དབང་འབྲིང་མོས་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་༔
༔མནལ་ལམ་ཉམས་སྣང་གང་རུང་དུ༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཞལ་མཇལ་ཞིང་༔
༔གསུང་ཐོས་དགོངས་རྒྱུད་བྱིན་རླབས་ཐོབ༔
༔དབང་ཐ་མོས་སྤྱོད་པ་རྣམས་ནས༔
༔ཉིང་འཛིན་གནད་དང་ལྡན་པ་ཡིས༔
༔ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་རྩ་སྒྲུབ་ཛབ༔
༔ཡིག་འབྲུའི་གྲངས་འབུམ་བསྙེན་བྱས་ན༔
༔ལུས་བདེ་བཀྲག་རྒྱས་དབང་པོ་གསལ༔
༔ངག་སྙན་འབྱུང་ཁམས་སྙོམས་ལ་དར༔
༔ཡིད་སྤྲོ་བག་ཕེབས་ཤེས་པ་གསལ༔
༔བྱམས་སེམས་རྣལ་མ་སྐྱེ་བར་འགྱུར༔
༔དེ་ལྟར་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་བཞིན༔
༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔བྱིན་རླབས་འཇུག་རྟགས་མ་བྱུང་བར༔
༔བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་དེ་བསྙེན་པར་བྱ༔
༔དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔གསང་བ་གསུང་གི་དལ་འགྲུབ་བོ༔

ས་ མ་ ཡ༔

Devoted individuals of medium capacity will meet the Wisdom Dakini and hear her voice either in a dream or in a vision, and obtain blessings (related to her) real state.

Individuals of lower capacity with devoted aspiration, having completed the hundred thousand recitations for each syllable of the root mantra of accomplishment of the Wisdom Dakini by relying on the main point of samadhi will have a healthy body, a bright complexion, and clearer senses. Their voices will be pleasant, and the elements will be balanced and prosperous. Their minds will be happy and relaxed, and their consciousness will be clear. A genuine Bodhichitta will arise in them.

Thus, until the signs of having received the blessings of the Guru Wisdom Dakini have manifested according to the various capacities, it is necessary to be diligent and engage in the recitation.

In this way the dimensions of the Three Secret States of the Wisdom Dakini will be realized.

SAMAYA

༔བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔ཐུགས་ཀྱི་དལ་ལ་འཛུག་པའི་ཐབས༔
༔ཀ་དག་ལྷུན་གྲུབ་གཉིས་མེད་གདངས༔
༔རྫོགས་ཆེན་ངོ་སྤྲོད་ཅོག་བཞག་ཉི༔
༔ཆོས་སྐུ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མ༔
༔ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་དབྱིངས་ཀྱི་རྒྱལ༔
༔ལོངས་སྐུ་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ༔
༔སྤྲུལ་སྐུ་གོ་མ་དེ་ཝི་ཤར༔
༔སྐུ་གསུམ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཚུལ༔
༔རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔དོན་དུ་ཡེ་གནས་རང་བྱུང་རིག༔
༔སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདིའོ༔
༔ཡེ་གཞི་ཀ་དག་རང་བྱུང་རིག༔
༔སོ་མ་རང་བབས་རྣལ་མའི་གཤིས༔
༔སུས་ཀྱང་མ་བཅོས་མ་བསླད་པ༔
༔ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་རྒྱུར་མ་ཆད༔
༔སྤྲོས་པའི་ཕྱོགས་མཐའ་ཀུན་དང་བྲལ༔
༔བསམ་དང་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས༔
༔དུས་བཞི་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་ངང༔
༔སྐད་ཅིག་མ་ཡི་ངོ་བོར་རིག༔

Concerning the method for entering the dimension of the Mind of the Guru Wisdom Dakini, (here follow the instructions on) the Chogzhag as direct introduction to Dzogchen, the Dang of non-duality of primordial purity and self-perfection.

Samantabhadri, queen of space, the Wisdom Dakini of the Dharmakaya, manifests as the Sambhogakaya Guhyajñana and the Nirmanakaya Gomadevi.

Although the Wisdom Dakinis of the three Kayas manifest in various forms, in reality they are the primordial self-originated Rigpa, this very Essence-Bodhichitta.

The self-originated and primordially pure Rigpa of the original Base – a state which is fresh, natural and authentic – has never been modified nor adulterated by anyone, and has never fallen into partiality or limitations.

Free from all the limitations of conceptual constructs, beyond the object of thought and expression, the condition of total equality of the fourth time is recognized as the essence of the instant.

༄རིག་པ་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་པའི༔
༔ངོ་བོ་སྟོང་ལ་རང་བཞིན་གསལ༔
༔ཐུགས་རྗེ་འགགས་མེད་ཉིད་རིག་པ༔
༔གཞི་ཡི་དུས་ཀྱི་སྐུ་གསུམ་ཡིན༔
༔སྐུ་གསུམ་རང་ངོ་རིག་པའི་ཀློང༔
༔གཟའ་གདད་བྲལ་བར་གནས་པ་ནི༔
༔ལྷུན་གྲིས་གྲུབ་པའི་གཞིས་ཉིད་དུ༔
༔མ་བཅོས་མཉམ་པར་བཞག་ཅེས་བྱ༔
༔ཡི་གཞི་ལྷུན་གྲུབ་གཞིས་ཀྱི་གདངས༔
༔སྒྲ་འོད་ཟེར་དུ་གནས་པ་ཡང༔
༔གསལ་དག་རྟོགས་བྲལ་མི་ལོང་ངོགས༔
༔སྣ་ཚོགས་སྣང་བརྟན་འཆར་དང་མཚུངས༔
༔བདག་གཞན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་རྟོག་གི༔
༔གཡིང་འཁྲུལ་གཞན་དབང་གང་གྱུར་པས༔
༔གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་ཙམ་ཤེས་ཀྱང༔
༔ཞེན་ཆགས་སྒྲོགས་ལས་འགྲོལ་མི་སྲིད༔
༔སྒྱུ་ཞིག་ཡི་རྫོགས་ལྷུན་གྲུབ་གཞིས༔
༔ཚད་མེད་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་དུ༔
༔མངོན་སུམ་རང་ངོ་རིག་ཐོག་ཏུ༔
༔ཅོག་གེར་བཞག་པ་རྫོགས་པ་ཆེ༔

Rigpa is pure clarity or pure presence: its essence is empty, its nature is clear and its energy potentiality is without interruption. When (these three) are recognized, they are the three Kayas at the time of the Base.

Abiding without conceptual fixation in the expanse of recognition of the three Kayas as one's own state is said to be the "unmodified contemplation" in the condition of self-perfection.

The way the Dang of self-perfection of the primordial Base abides as sound, light and rays is similar to the arising of various reflections on the surface of a clear, pure, and limpid mirror.

When one is dominated by the distraction and illusion of dualistic thoughts of self and others, of subject and object, although one may know that the reflections are unreal, it is not possible to be liberated from the chain of attachment.

Whoever relaxes totally (Chogzhag) in direct recognition of one's state, in the nature of primordially complete self-perfection endowed with unlimited energy potentiality, (abides in) Dzogpa Chenpo.

༔ཇི་ལྟར་མེ་ལོང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་ར༔
༔གཟུགས་བརྙན་བཟང་ངན་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཤར་ཙམ་ལས༔
༔གཉིས་རྟོག་སྒྲོགས་ལས་རྣམ་གྲོལ་བཞིན༔
༔ཡེ་གཞིའི་རང་གདངས་རོལ་པ་རྩལ༔
༔ཇི་བཞིན་རང་ངོ་མ་རིག་ཅིང༔
༔གཉིས་འཛིན་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་པའི་མཐུས༔
༔འཁོར་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་འཁྱམས༔
༔ལས་སྣང་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་དྲུག་དང༔
༔ཕུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི༔
༔རྣམ་པར་ཤར་བ་དེ་ཀུན་ལ༔
༔དངོས་མཚན་བདེན་པར་ཞེན་པ་ཡིས༔
༔ཆགས་སྡང་ཉོན་མོངས་ལས་ཀུན་བསྐྱེད༔
༔ཉོན་མོངས་རྒྱུ་དྲུག་བྱེད་ལས་ཀྱིས༔
༔འབྲས་བུ་ལས་སྣང་རྣམ་པ་དྲུག༔
༔ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་ཤར་བ་ལ༔
༔འཁྲུལ་སྣང་འཁོར་བ་ཞེས་སུ་གྲགས༔
༔སུ་ཞིག་རང་བཞིན་ལྷུན་གྲུབ་གཤིས༔
༔རྟོགས་བྲལ་མེ་ལོང་བཞིན་གནས་པའི༔
༔རང་ངོ་མ་རིག་གཟུགས་བརྙན་ལ༔
༔ཡུལ་དུ་ཞེན་པ་ཇི་བཞིན་ནོ༔

This is akin to being released from the chain of dualistic thoughts when all good and bad reflections appearing in a mirror are (experienced) solely as a manifestation of the qualities of (the mirror) itself.

Because of not precisely recognizing the natural Dang, Rolpa and Tsal of the primordial Base as one's own state, and of being fettered by the chains of dualism, one wanders in samsara without interruption.

When karmic vision manifests in all the aspects of the six aggregate consciousnesses, the skandhas (aggregates), dhatus (sense constituents) and ayatanas (sense bases), and one becomes attached to them as if they had real marks of concreteness, attachment, anger, and (the other) emotions produce all karmas.

Through the function of the six emotions as the cause, the six karmic visions manifest without interruption as the effect. This is known as the samsara of illusory vision.

Whoever does not recognize one's own state – which is the nature of self-perfection similar to a limpid mirror – is like someone who becomes attached to the reflections (in a mirror) as if they were (real) objects.

༔ཡེ་གཞི་སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས༔
༔འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གཞི༔
༔ཇེ་ལྷར་གཟུགས་བརྙན་འཆར་བའི་གཞི༔
༔གསལ་དག་རྟོགས་བྲལ་མེ་ལོང་བཞིན༔
༔མེ་ལོང་གཟུགས་བརྙན་ལས་མི་གཞན༔
༔གཟུགས་བརྙན་མེ་ལོང་ལས་མི་གཞན༔
༔གཟུགས་བརྙན་བཟང་ངན་ཅི་ཤར་ཡང༔
༔མེ་ལོང་གཤིས་ལ་ཕན་གནོད་བྲལ༔
༔དེ་བཞིན་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་ཀུན༔
༔སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལས་ཤར༔
༔གནས་ཀྱང་དེ་ཡི་ངང་གནས་ལ༔
༔འགག་ཀྱང་དེ་ཡི་ངང་དུ་འགག༔
༔དགེ་སྡིག་བཟང་ངན་རེ་དོགས་སོགས༔
༔བླང་དོར་གཉིས་འཛིན་ཆོས་སོ་ཅོག༔
༔ཡེ་གཞི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀློང༔
༔ཀུན་བཟང་ངོ་བོ་ཀ་ནས་དག༔
༔བྱུང་དང་གནས་དང་འགགས་པ་མེད༔
༔འདི་ཡིན་ངོ་བོ་བསྟན་དུ་མེད༔
༔བསམ་དང་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས༔

The Essence-Bodhichitta of the primordial Base, basis of all the phenomena of samsara and nirvana, is like a clear, pure, and limpid mirror-the base for the appearance of reflections.

The mirror is not different from the reflections. Reflections are not different from the mirror. Whatever good or bad reflections appear, they cannot benefit nor harm the mirror.

In the same way, all phenomena of samsara and nirvana arise from the Essence-Bodhichitta, remain in its condition, and cease in its condition.

All phenomena (related to) the dualism of accepting and rejecting, such as virtues and negativities, good and bad, hopes and fears, (manifest) in the expanse of the primordial Base-Bodhichitta.

The primordially pure essence of Samantabhadra does not arise, remain, or cease. It has no essence to be shown as "this is it". It transcends the object of thought and expression.

༔འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ནམ་མཁའ་བཞིན༔
༔སྨུན་པའི་གཞི་གྲོལ་ཉི་མ་བཞིན༔
༔ཉོན་མོངས་སྐྱོན་གྲོལ་པདྨ་བཞིན༔
༔རང་བཞིན་འགྱུར་མེད་གསེར་ཞུན་བཞིན༔
༔ཁ་གཏིང་གྲོལ་བ་རྒྱ་མཚོ་བཞིན༔
༔གཡོ་བ་མེད་པ་རི་རྒྱལ་བཞིན༔
༔རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ཆུ་བོ་བཞིན༔
༔དཔེ་ཡིས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་མཚོན་ཡང༔
༔རྫོགས་པའི་ཆ་ལ་མཚོན་དཔེ་གྲོལ༔
༔བལྟ་དང་ལྟ་བྱེད་མ་གྲུབ་པའི༔
༔མཐའ་དབུས་ཕྱོགས་གྲོལ་ཡེ་ཤེས་ཆེ༔
༔ཡེ་ནས་རང་ལ་གནས་པའི་གཤིས༔
༔ཇི་བཞིན་རིག་པ་རྫོགས་པ་ཆེ༔
༔ཨ་ཏི་ལྷུན་རྫོགས་སྐད་ཅིག་མའི༔
༔གཤིས་དེར་སུ་ཞིག་མཉམ་བཞག་པ༔
༔དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔དགོངས་པ་རྣལ་མར་གནས་པ་ཡིན༔
༔རྣལ་འབྱོར་རྒྱུན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་དུ༔
༔ལུས་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་རི་བོ་ལྟར༔
༔ངག་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་རྒྱ་མཚོ་ལྟར༔
༔ཡིད་སྤྱོད་ཅོག་བཞག་སྐད་ཅིག་རིག༔
༔ཇི་ལྟར་སྣང་བཞིན་ཅོག་གེར་བཞག༔

Like space, it does not undergo changes. Like the sun, it has no basis for darkness. Like a lotus, it is free from the defects of emotions. Like gold, its nature is unchangeable. Like an ocean, it has neither top nor bottom. Like the highest mountain, it is immovable. Like a river, it is uninterrupted.

Examples can symbolize its partial aspects, but the totality is beyond examples.

To recognize precisely the total wisdom beyond borders, center, and directions, in which there is neither a subject nor an object of a point of view, as the state existing in oneself from the beginning is Dzogpa Chenpo.

Whoever relaxes in contemplation in the instant state of spontaneously perfect Ati, abides in the authentic state of knowledge of the wisdom Dakini.

Regarding the daily attitude of the yogin, the Chogzhag related to the behavior of the body is similar to a mountain; the Chogzhag related to the behavior of the voice is similar to the ocean; the Chogzhag related to the behavior of the mind is instant Rigpa; whatever vision appears, one leaves it as it is.

༔རི་ལ་དབྱིབས་རྣམ་མཐོ་དམན་སོགས༔
༔གནས་སྐབས་རྐྱེན་ལས་མང་འབྱུང་བ༔
༔སུས་ཀྱང་འཆོས་སུ་མེད་པ་བཞིན༔
༔སྤྱོད་སྤངས་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔ལྷུང་གནད་མིག་གི་ལྟ་སྟངས་སོགས༔
༔དབང་པོའི་སྒོ་དང་འབྲེལ་ཆེ་ཡང༔
༔རྒྱ་མཚོར་རྒྱུ་སྐར་བཀྲ་བ་བཞིན༔
༔ལྟ་སྟངས་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔ཡིད་རྟོག་བཟང་ངན་གཉིས་འཛིན་སོགས༔
༔ཚོགས་དྲུག་ཡུལ་དུས་རྗེས་འབྲང་ཡང༔
༔སྐད་ཅིག་རིག་པ་མི་ལོང་བཞིན༔
༔དྲན་རྟོག་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔དག་དང་མ་དག་སྣང་བ་སོགས༔
༔ཡུལ་དུ་གཟུང་བྱ་མང་ན་ཡང༔
༔སྣང་བ་རིག་པའི་རྒྱན་ཆ་བཞིན༔
༔སྣང་བ་མ་བཅོས་ཅོག་གེར་བཞག༔
༔ངོ་བོ་ཡེ་དག་སྟོང་པའི་ཀློང༔
༔མི་རྟོག་ཉིད་འཛིན་ཉམས་མྱོང་བས༔
༔ཡེ་གདངས་སྐད་ཅིག་རིག་པའི་གཤིས༔
༔ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་གདན་ལ་ཕེབས༔

Just like mountains, due to temporary factors, have many forms, heights, and so forth, which no one can change, do not modify your position but leave it as it is.

Although the method of breathing, the gaze, and so forth, are closely related to the sense doors, do not modify your gaze but leave as it is, just like an ocean in which stars and constellations vividly appear.

Although mental judgment, the dualism of good and bad, and so forth, follow after the objects of the six aggregates and time, do not modify your thoughts but leave them as they are in instant Rigpa similar to a mirror.

Although there are many pure and impure visions that can be perceived as objects, since vision is like an ornament of Rigpa, do not modify it but leave it as it is.

Through the experience of contemplation beyond-thought in the primordially pure empty dimension of the essence, the condition of instant Rigpa as primordial Dang is established as the Manifest Dharmata.

༔རང་བཞིན་ཡེ་གྲུབ་གསལ་བའི་ཀློང་༔
༔ཀུན་སྣང་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔རོལ་པ་ཚད་མེད་ལྷུན་གྲུབ་གཤེགས༔
༔ཉམས་སྣང་གོང་འཕེལ་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ཐུགས་རྗེ་ཡེ་འཕྲུལ་འགགས་མེད་ཀློང་༔
༔བདེ་བའི་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔རྩལ་སྣང་དུ་མ་རོ་གཅིག་གཤེགས༔
༔རིག་པ་ཚད་ཕེབས་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ལྷུན་གྲུབ་ཡེ་གྲོལ་དེ་ཉིད་ཀློང་༔
༔དབྱེར་མེད་ཏིང་འཛིན་ཉམས་སྐྱོང་བས༔
༔གཉིས་མེད་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་གཤེགས༔
༔ཆོས་ཟད་ཆེན་པོ་གདན་ལ་ཕེབས༔
༔ཇི་ལྟར་དྭངས་པའི་མན་ཤེལ་ལ༔
༔སྐབས་རྐྱེན་ཉི་ཟླའི་འོད་འཕྲད་ཚེ༔
༔འབྱུང་ལྔའི་དྭངས་མ་འཇའ་འོད་ལྔ༔
༔ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་དུ་འཕྲོ་བ་བཞིན༔
༔ལྷུན་གྲུབ་སྒྲ་འོད་ཟེར་གྱི་གཤེགས༔
༔འོད་ལྔའི་གདངས་སུ་ཤར་བ་ལ༔
༔རྐྱེན་སྣང་ལས་དབང་བསགས་པའི་མཐུས༔
༔རིགས་དྲུག་འཁོར་བའི་ལས་སྣང་གྲུབ༔

Through the experience of the all-illuminating contemplation in the primordially existing clear dimension of the nature, the condition of self-perfection as unlimited Rolpa is established as the Development of Experiences and Visions.

Through the experience of the contemplation of bliss in the primordially manifesting and uninterrupted dimension of the energy potentiality, the condition of the single flavor of the multiplicity of Tsal visions is established as the Full Maturation of Rigpa.

Through the experience of the contemplation of inseparability in the primordially liberated dimension of self-perfection, the condition of totally equal taste of non-duality is established as the Total Exhaustion of Phenomena.

When a limpid crystal is touched by the light of the sun or the moon as a temporary factor, the purity of the five elements spreads as five-colored lights in all directions.

In the same way, when the nature of self-perfection of sound, light, and rays manifests as the radiance of the five lights, the karmic vision of samsara of the Six Lokas appears through the accumulation of powerful karmas as the secondary factor.

༔ཇི་ལྟར་མན་ཞལ་འོད་ཀྱི་ཚོགས༔
༔གནས་དུས་རྒྱུན་གྱིས་ཕྱིར་སྣང་ཡང༔
༔མན་ཞལ་གཞིས་ལས་མི་གཞན་ཕྱིར༔
༔མན་ཞལ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོར་བཞུགས༔
༔ལས་དབང་འཁྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཀུན༔
༔རྒྱུན་སྣང་ཚད་མར་མཐོང་ན་ཡང༔
༔ལྷུན་གྲུབ་གཞིས་ལས་མི་གཞན་ཕྱིར༔
༔ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ངོ་བོར་བཞུགས༔
༔ཨ་ཏི་ཇི་བཞིན་རྣལ་མའི་གཞིས༔
༔ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་ཐིག་ལེ་ཆེར༔
༔ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཡོངས་བརླམས་པས༔
༔ཟག་ཟད་འོད་སྐུ་མངོན་དུ་འགྱུར༔
༔ཐུན་མིན་གསང་བ་གབ་པའི་གནད༔
༔ལྷུན་གྲུབ་འོད་གསལ་རྒྱ་རུ་བཏབ༔
༔མན་ངག་བླ་མའི་ཞལ་ནས་ལོངས༔
༔སྒྲོང་བ་མངོན་དུ་ཐོན་པར་མཛོད༔
༔དེས་ནི་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
༔རྡོ་རྗེ་གསུམ་གྱི་དཔལ་འགྲུབ་བོ༔
ས༔ མ༔ ཡ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔ རྒྱ༔

Although the lights of the crystal manifest outside it because of the secondary factors of place and time, they are not different from the nature of the crystal and thus abide in the essence of the crystal itself.

(In the same way,) although the illusory traces of karmic vision are perceived as genuine because of secondary factors, they are not different from the nature of self-perfection and therefore abide in the essence of self-perfection.

By completely integrating the skandhas (aggregates), dhatus (sense constituents) and ayatanas (sense bases) in the total Thigle of Manifest Dharmata, which is the authentic Ati nature as it is, one's materiality will become exhausted and a Body of Light will be realized.

The uncommon, secret, and hidden methods are sealed in the luminous clarity of self-perfection. Receive the upadeshas from a master. Apply them to have concrete experience!

In this way the dimensions of the three Vajras of the Wisdom Dakini will be realized.

SAMAYA GYA GYA GYA

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ནང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་རྫོགས་སོ༔

ཞེས་པ་འདི་རྣམས་འཁོད་ཡོད་འདུག ཁོ་བོས་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་དཔེ་དེ་གསུམ་བཀླགས་གྲུབ་ནས་སླར་ཡང་གསང་སྒྲུབ་ཀྱི་ལས་བྱང་དེ་ཉིད་ཞིབ་ནན་དུ་ཀློག་གིན་ཡོད་པ་ན་ཁོ་བོ་མནལ་ལས་སད་ཅིང་དུས་དེར་ནམ་ཡང་ལང་གི་ཡོད་འདུག ཁོ་བོས་མནལ་སད་མ་ཐག་རྨི་ལམ་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚུལ་དེ་གསལ་པོར་དྲན་གསོས་ཤིང་། རྨི་ལམ་གྱི་ཚུལ་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་དགོས་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་སེམས་ཏེ་དེ་འཕྲལ་དྲན་ཐོ་འདི་ཉིད་གློག་ཀླད་དུ་བཀོད་པར་བརྩམས་པས། བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་རྗེ་ཚད་མེད་པ་ལ་བརྟེན། ལས་བྱང་གི་གཞུང་གསུམ་ཆ་ཇི་ལྟར་བློ་འཛིན་བྱས་མ་ཐག་པ་ལྟར་གསལ་བར་དྲན་ཏེ་ལྷག་ཆད་མེད་པ་ཡི་གེའི་རིས་སུ་བཀོད་ཐུབ་པ་བྱུང་ངོ་།། ཨེ་མ་ཧོ༔ ཨ་ལ་ལ།། ༎ ༎

Thus Is Concluded

The Inner Practice of the Guru Wisdom Dakini

from

The Luminous Clarity of the Universe,
Heart Essence of the Dakinis

This was written.

When I finished reading the three texts in the three Thigles, I started once again to read the Secret Practice accurately, and I awoke. The day was dawning.

As soon as I awoke, I remembered my dream clearly, and aware of its importance I immediately started to write down these notes on the computer. Thanks to the infinite compassion of the Wisdom Dakini I was able to remember clearly the three texts, as if I had just memorized them, and to write them down without any omission or addition. Wonderful! Marvelous!

Thanka by Dugu Choegyal Rinpoche

Gomadevi

Mandarava

THE DREAM OF THE MANDARAVA CAVE

༄༅།། མནྡཱ་ར་བའི་སྒྲུབ་ཕུག་ནང་གི་རྨི་ལམ།

༄༅།། མཚོ་ར་བའི་སློབ་ཕྲུག་ནང་གི་རྨི་ལམ།

སྤྱི་ལོ་ ༢༩༢༨ མི་མོ་ཕག་ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡༩ ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༢ ལ། ཁོ་བོ་མི་རི་སྐར་གྱི་སློབ་ཁང་འོད་གསལ་འཕྲུལ་བར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚོ་ར་བའི་ཆེ་སློབ་ཀྱི་བསྐྱིན་མཚམས་སུ་ཡོད་པའི་ནམ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ།

ང་རང་ད་སྔོན་རྨི་ལམ་ཐེངས་མང་པོར་འགྲོ་སྲོད་བྱེད་མྱོང་བའི་གནས་ཤེལ་བྲག་ཐར་ཐོར་གྱི་བར་གསེང་རྣམས་སུ་མི་ཏོག་དམར་སེར་གྱིས་ཕྱུར་བུར་བཀྲམས་པའི་ལྗོན་ཤིང་མང་དུ་ཡོད་པའི་གནས་ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་ནས་དལ་གྱིས་འགྲོ་གི་ཡོད་འདུག ངའི་སེམས་སུ་ གནས་ཡུལ་འདིར་སྒོང་གསལ་གྱི་སྒྲུབ་གནས་བྱིན་ཅན་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་གཞིར་བཅས། ཁོ་བོས་བྱིན་ཆེ་བའི་གནས་ཤིག་ངེས་པར་དུ་མཇལ་དགོས་ཨང་ སྙམ་གྱི་ཡོད་འདུག དེ་ནས་ཕར་ཙམ་ཕྱིན་པ་དང་། ཁོ་བོ་གང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ནས་མི་རིང་བའི་མདུན་ཕྱོགས་ཕར་ཙམ་ནས་གཞོན་ནུ་མ་ཞིག་ཁོ་བོའི་ཕྱོགས་སུ་འོང་གི་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། ཁོ

THE DREAM OF THE MANDARAVA CAVE

In the Mewa year 3924, on the nineteenth day of the sixth month of the Fire-Female-Boar year [the second of August 2007], while I was at Merigar, doing a long-life practice retreat of the Wisdom Dakini Mandarava in my retreat house "The Abode of Luminous Clarity", in the early morning I had the following dream:

I was walking slowly through a pleasant place with many trees abounding with orange flowers. Crystal rocks were scattered here and there. I had already been to this place many times before in my dreams.

I thought, "Here there must surely be many powerful practice places of the Longsal. I definitely want to find one!"

Then I went ahead a little and saw not far away a young woman walking towards me. I stood still

བོ་དེར་འཁྲིང་གིན་གཞོན་ནུ་མ་དེ་ལ་ལེགས་པར་བལྟས་པས། དེ་ནི་སྨན་བཙུན་པདྨ་དཔལ་འཛིན་མ་ཡིན་པ་འདྲ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། ཁོང་ངའི་ཉེ་དྲུང་དུ་བསླེབས་པ་དང་། ངས་ཁོང་ནི་དངོས་བདེན་སྨན་བཙུན་པདྨ་ དཔལ་འཛིན་མ་རེད་བསམ་བྱུང་། ངས་ཁོང་ལ།

པདྨ་དཔལ་འཛིན་མ་ཁྱེད་དེ་རིང་གནས་འདིར་ཕེབས་པ་ཧ་ཅང་ལེགས་པོ་བྱུང་། ངས་ཁྱེད་རང་མཇལ་འདོད་ཆེ་བར་བྱས་ནས་བསྡད་ཡོད།

ཅེས་ལབས་པ་དང་། ཁོང་ན་རེ།

དགོངས་དག ང་པདྨ་དཔལ་འཛིན་མ་མིན༔ ང་ནི་ཀ་རྨ་དཔལ་འཛིན་མ་ཡིན༔ ངས་ཁྱེད་རང་གནས་འདིར་ཕེབས་ཡོད་པ་ཤེས་ནས༔ ཡ་གའི་ཤེལ་ཕུག་ཏུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚྭ་ར་བའི་རྣམ་འཕྲུལ་ཞིག་གིས་ཚོགས་དཔོན་མཛད་དེ་མཚྭ་ར་བའི་ཚོགས་འཁོར་ཞིག་སྐོར་གྲབས་ཡོད་འདུག་པ་དེར་གདན་འདྲེན་བྱེད་དུ་འོངས་པ་ཡིན༔

ཞེས་ཟེར་གྱི་འདུག ངས་དེའི་ལན་དུ།

ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ཁྱེད་དཔལ་འཛིན་མཆེད་རྣམས་འདྲ་ཆེས་པས། ངས་ད་དུང་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག དགོངས་དག བྱས་ན་ངེད་གཉིས་མྱུར་བར་ ཚོགས་འཁོར་དེར་ཕེབས་དང་།

and looked closely at her. I had the impression that she was the Pramoha Padma Paldzinma. When she arrived in front of me, I thought, “She is really the Pramoha Padma Paldzinma!”

“I am very happy that today you, Padma Paldzinma, have come to this place. I have been strongly wishing to meet you.”

“Excuse me, but I am not Padma Paldzinma. I am Karma Paldzinma. Knowing that you had arrived here, I have come to invite you to the crystal cave up there where an emanation of the Wisdom Dakini Mandarava is about to preside over a Ganapuja of Mandarava.”

“Thank you so much. You Paldzinma sisters are all so similar that still I am not able to distinguish among you. I am sorry. Let’s hurry to the Ganapuja then!”

ཞེས་བྲིས་པས། ཁོང་གིས་ཁོ་བོ་ཡར་ཙམ་དེ་ན་ཤེལ་ཕུག་གི་སྔོ་ཀླད་དུ་མཚོ་ར་བའི་སྒྲུབ་ཕུག་ཅེས་པ་བོད་ཡིག་གི་ཁ་བྱང་ཡོད་འདུག་པ་དེར་ཁྲིད་འགྲོ་གི་འདུག ངེད་གཉིས་ཤེལ་ཕུག་དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཕྱིན་པ་དང་། ནང་ལོགས་སུ་ཤེལ་བྲག་དེ་རང་གི་འོད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་ཤེལ་ཕུག་རྒྱ་ཆེ་ཙམ་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག ཕུགས་ཕྱོགས་དེར་ཨང་རག་དང་རུས་པའི་རྒྱན་ཆས་ཅན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་སུམ་ཅུ་སོ་གྲངས་ཤིག་ཡོད་འདུག་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེར་ཤེལ་བྲག་དཀར་པོ་ངོས་ཤིན་ཏུ་འཇམ་པ་མི་ལོང་གི་ངོས་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་ཤེལ་བྲག་མཐིང་ནག་ལས་རང་བྱུང་དུ་གྲུབ་པའི་ཀློང་གསལ་རྒྱ་བའི་བརྡ་བྱང་ཆེ་ཙམ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པ་དང་། དེའི་གཤམ་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚོ་ར་བའི་ཚེ་སྒྲུབ་སྒྲོག་ཐིག་གི་གཞུང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་འབྲུ་ཚུགས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ཞིག་ཏུ་བཞུགས་ཡོད་འདུག་པ་དེ་ཀློག་གིན་ཡོད་འདུག ཁོ་བོའང་དེ་འཕྲལ་དུ་དཔེ་དེའི་མདུན་དྲུང་དུ་ཕྱིན་ཏེ་དལ་གྱིས་བཀླགས་པས། དེར་རང་ཅག་གི་མཚོ་ར་བའི་ཚེ་སྒྲུབ་སྒྲོག་ཐིག་གི་གཞུང་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག ཁོ་བོས་ནན་ཏན་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བཀླགས་པས་དེར་མི་

Then she led me up to a crystal cave. On the upper part of its entrance was written in Tibetan "The Meditation Cave of Mandarava". When we entered, I saw that the inside of the cave was spacious and shining brightly with the light of the crystal rock itself.

In the innermost part there were some thirty yogins and yoginis wearing *angrag* shorts and bone ornaments. They were looking at a very smooth, white, crystal rock similar to the surface of a mirror, upon which was the Longsal root symbol, quite big in size, followed below by the complete text of the Long Life Sogthig practice of the Wisdom Dakini Mandarava. (The text), which they were all reading, was written in excellent Tibetan Uchen script made of natural dark blue crystal. I also went immediately in front of the text and started to read it slowly. It was exactly the same text of the Mandarava Long Life Sogthig practice that we use. I read it attentively

འདྲ་བ་ཚིག་སྣ་ཁ་གསུམ་ཡོད་འདུག་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོར་མངོན་བྱུང་བ་དེ་རྣམས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

༡ རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚ་ར་བའི་སྐུར་གསལ་འདེབས་པའི་སྐབས་སུ།

ཕྱག་གཡས་ལྷུ་ལྷུན་མདའ་དར་གཡབ༔

ཅེས་བྱ་བ་དེ་ར།

ཕྱག་གཡས་ལྷུ་ལྷུན་རིན་ཆེན་དང༔

དར་ཚོན་སྣ་ལྔའི་མདའ་དར་གཡབ༔

ཅེས་ཚིག་རྐང་གཉིས་ཡོད་འདུག་པ་དང་།

༢ ཚེ་འགུགས་ཀྱི་སྐབས་སུ།

འགྱུར་མེད་སྲོག་གི་ཀ་བ་རྩུགས༔

ཞེས་པ་དེའི་མཇུག་ཐོག་ཏུ།

གྲུས་མེད་དཔལ་གྱི་ལང་ཚོ་སྐྱེད༔

ཅེས་པ་འདི་ཐོག་མའི་སྐབས་ལྟར་ཀུན་ལ་སྒྱུར་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་དང་།

༣ ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པའི་ཚོགས་སྐོང་གི་སྐབས་སུ།

ཀུན་ཏུ་བཟང་མོ་མཚ་ར༔

ཞེས་བའི་རྗེས་སུ།

ཀུན་རིག་རྩ་གསུམ་ཚེ་ཡི་ལྷ༔

ཞེས་པའི་ཚིག་རྐང་འདི་ལྟག་ཏུ་ཡོད་འདུག

and noticed without a doubt that three lines were different from the text that we use:

1. When we instantly visualize ourselves as the Wisdom Dakini Mandarava, instead of the line *phyag g.yas lnga ldan mda' dar g.yab* (her right hand waves a five-colored Dadar), there were two lines, *phyag g.yas lnga ldan rin chen dang / dar tshon sna lnga'i mda' dar g.yab* (her right hand waves a Dadar made of five-colored jewels and five-colored silks).

2. During the Invocation of Long Life, the line *'gyur med srog gi ka ba tshugs* (erect a pillar of immutable life-force) was always followed, as in the first verse, by the line *rgas med dpal gyi lang tsho bskyed* (increase glorious youth without aging).

3. During the Ganapuja offering section of the Ganapuja, after the line *kun tu bzang mo man da ra* (Samantabhadri Mandarava) there was one more line, *kun rig rtsa gsum tshe yi lha* (All-knowing Three Roots and Deities of Long Life).

དུས་དེ་ཙམ་ཞིག་ན་དྲིལ་བརྡ་ཞིག་བཏང་བྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་འགྱུར་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་མནྡཱ་ར་བའི་སྒྲུབ་གཞུང་རང་བྱོན་གྱི་མདུན་ཕྱོགས་དེར་ཚོགས་རྫས་རྣམས་གོ་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་འདུག་པ་མ་གཏོགས་པ་འི་རྒྱལ་འགྱུར་ཕོ་མོ་དེ་ཀུན་ཞལ་རང་བྱུང་གི་ཡི་གེ་དེ་ལ་གཏད་དེ་གྲལ་དུ་འཁོད་སོང་ལ། ངས་ངའི་འཁྲིས་སུ་སྨན་བཙུན་མ་ཡོད་རྩིས་ཀྱིས་བལྟས་པས། ཁོང་ནི་ཕྱོགས་གང་དུའང་མཐོང་དུ་མི་འདུག ཁོང་རྣམ་པའི་ཚོགས་གྲལ་དང་པོ་དེའི་དཀྱིལ་ཙམ་ན་ཁྲི་སྟེགས་ཞིག་ཡོད་འདུག་པའི་སྟེང་ན་རྒྱལ་འགྱུར་མ་སྐུ་གཞོན་ཞིག་བཞུགས་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ཁོང་གི་ཞལ་རས་གསལ་པོ་དེ་ཙམ་མཇལ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག ཁོང་རྣམ་པས་ཕྱག་ལེན་ཇི་ལྟར་མཛད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་གསལ་པོར་མངོན་ཆེད་དུ། ཁོ་བོ་གྲལ་དང་པོའི་གཡས་ཟུར་དེར་འཁྲིད་གིན་བསྡད་པ་ཡིན། རེ་ཞིག་ན་ཙོགས་རྫས་བཀོད་སྒྲིག་གནང་མཁན་གྱི་རྒྱལ་འགྱུར་ཕོ་མོ་དེ་གཉིས་ཀྱང་གྲལ་དུ་འཁོད་ཟིན་པ་དང་། ཚོགས་དཔོན་རྒྱལ་འགྱུར་མ་སྐུ་གཞོན་དེས་དབུ་མཛད་ནས་ཤེལ་བྲག་གི་ངོས་སུ་ཇི་ལྟར་བཞུགས་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་དུ་གསུངས་མཛད་སོང་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

About that time I heard a bell ringing, and all the yogins and yoginis, except one male and one female who were preparing the Ganapuja offering in front of the self-originated text of the Mandarava practice, sat down in rows facing the natural letters. I looked to my side thinking that the Pramoha was still there, but she was nowhere to be found.

In the middle of the first row there was a young yogini sitting upon a throne, but I could not see her face clearly. In order to have a clear view of the way in which they were going to perform the practice, I stood at the right corner of the first row. After a while, when the yogin and the yogini who had prepared the Ganapuja offerings had also sat down in one of the rows, the young yogini who was presiding over the ritual started the practice according to the text written on the crystal rock.

ཐོག་མས་རླུང་རོ་དགུ་ཞུགས་སུ་བསལ་སོང་བ་ལ་མི་འདྲ་བ་མི་འདུག དེ་ནས།

ན་མོཿ

བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མཿ

ཞེས་པའི་སྐབས་སེམས་་དབྱིངས་རིང་གི་ཧ་ལ་དྭངས་ཏེ་ལན་གསུམ་གསུངས་སོང་ནའང་། སྐྱུར་ཟློས་ཀྱི་སྐབས་རྣམས་སུ་ ན་མོཿ ཞེས་པ་འདི་སྦྱར་དགོས་ཀྱི་མི་འདུག

དེ་ནས་སྲུང་འཁོར་ནི་དབྱིངས་ཐུང་ཧཱ་དྲིལ་དང་བཅས་ཏེ།

ཧཱུྃཿ ཕྱོགས་མཚམས་སྟེང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀུནཿ

ཞེས་སོགས་སྒུ་མཐུད་ཅིང་། མཚམས་བཅད་དོཿ

ཞེས་པར་ཧཱ་རིབ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག དེ་ནས་ཧཱ་དྲིལ་འཁྲོལ་གྱིན་ཐུགས་རྣམས་ཀྱི་འགྲོས་ཀྱི་གདངས་སུ་དྭངས་མཐར་

ཧྲཱུྃཿ ཞེས་པར་ཧཱ་རིབ་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་གནས་ཡོ་བྱིན་རླབས་ནི་དབྱིངས་ཐུང་ཧཱ་དྲིལ་དང་བཅས་ཏེ།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃཿ སྐྱེ་མེད་ཆོས་དབྱིངས་ལྷ་ཚོགས་རྣམསཿ

ཞེས་སོགས་སྒུ་མཐུད་ཀྱི་མཐར།

First of all they did the nine-fold exhalation of the stale air in the same way that we do it. Then they sang three times the Refuge and Bodhichitta verses *Namo. Bla ma ye shes mkha' 'gro ma...* with a slow melody, but when they repeated it (the second and third time) they did not use the word *Namo*.

Then they sang the Wheel of Protection. After HŪṂ *phyogs mtshams*, they sang *steng 'og thams cad kun* with a fast melody accompanied by damaru and bell, until *mtshams bcad do* when they struck the damaru once. Then they continued with the mantra JÑĀNA PANCA RAKSHA BHRUM while playing the damaru and bell continuously and ended with a single damaru stroke on BHRUM.

Then they sang the Blessing of the Place and Objects. After OṂ ĀḤ HŪṂ *skye med*, they sang *chos dbyings lha tshogs rnams...* with a fast melody accompanied by damaru and bell. At the end,

མཛོད་དུ་གྱུར༔

ཞེས་པར་ཏཱ་རིབ་གཅིག་དང་། ཏཱ་དྲིལ་འཁྲིལ་གྱིན་ཐུགས་རྣམས་སྤྱི་འགྲོས་ཀྱི་གདངས་སུ་དྭངས་མཐར་

ཨ་ཧཱུྃ༔

ཞེས་པར་ཐཱ་རེ་བཞིས་རྩེགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་ལྷ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད།

ཨཿ

ཞེས་པའི་སྒྲ་སྒྲོག་ཅིང་དེའི་ངང་རྒྱུན་རིང་ཙམ་དུ་གནས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ལ། དེ་ནས།

ཧྲཱིཿ

ཞེས་པའི་སྒྲ་འཛམ་ལ་ལྷོད་པ་ཞིག་སྒྲོག་ཅིང་དེའི་ངང་ཡུན་ཐུང་ཙམ་ཞིག་ཏུ་གནས་པ་དང་།

བཾཿ

ཞེས་པའི་སྒྲ་ལྷོད་ཆགས་པ་ཞིག་སྒྲོག་ཅིང་དེའི་ངང་དུའང་ཡུན་ཐུང་ཙམ་ཞིག་ཏུ་གནས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་རྗེས་སུ།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔

ཞེས་པའི་སྒྲ་དབུགས་ཐེངས་གཅིག་གིསའདོན་ཏེ་གསལ་བཏབ་རྗེས་སུ། ཧྲཱིཿསུམ་རྩེགས་རེ་ལས་རེ་ཛེ་མཐོ་དང་།

when they sang *mdzod du gyur*, they struck the damaru once and then sang the mantra with the usual melody while playing damaru and bell continuously until ĀḤ HŪṂ, when they struck the damaru twice.

Then, for the visualization of the deity, they sounded A and remained in that state for some time. Afterwards, they sounded a soft and relaxed HRĪḤ and remained in that state for a short time. Then they sounded a gentle and relaxed BAM and remained in that state for a short time.

At this point they sounded OṂ ĀḤ HŪṂ with one breath. After the visualization they sounded three HRĪḤ, each higher in tone than the previ-

ངོ་བོ་

ཞེས་པའི་རྗེས་ཌཱ་དྲིལ་དང་བཅས་པས་དབྱངས་ཐུང་དུ།

འགྱུར་མེད་ངང་ཉིན་ནས༔

ཞེས་པ་ནས།

ཉིད་དང་དབྱེར་མེད་འགྲུབ་པར་ མཛོད༔

ཅེས་པར་ཌཱ་རྡེབ་དང་། དེ་ནས་ཌཱ་དྲིལ་འཁྲོལ་གྱིན་ཐོགས་རྣམས་སྒྲི་འགྲོས་ཀྱི་གདངས་སུ་བཟླས་རྗེས།

ཨ་ཨཱ༔

ཞེས་པར་ཌཱ་རྡེབ་ཉིས་རྩེགས་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

སླར་ཡང་།

རང་བཞིན་འགགས་མེད་ངང་ཉིད་ནས༔

ཞེས་སོགས་གོང་ལྟར་དུ་རིགས་འགྲེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ཅིང་། ཐོགས་་ཀྱི་གདངས་དང་ཕྱག་རྒྱ་རྣམས་ལ་མི་འདྲ་བ་གང་ཞིག་ཀྱང་མི་འདུག

དེ་ནས་བརྡ་ཕྱག་ཉེ་དབྱངས་རིང་གི་རྟ་ལ་དྭངས་ཏེ།

ན་མོ༔ ཡེ་གྲོལ

ཞེས་པའི་མཚམས་ནས་དྲིལ་ཏིང་དང་བཅས་པས་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོའི་མཁར༔

ous one. Then, after *ngo bo*, they sang *'gyur med ngang nyid nas* with a fast melody accompanied by damaru and bell until *nyid dang dbyer med 'grub par mdzod*, and ended with a single damaru stroke on *mdzod*. Then they sang the mantras with the usual melody while playing damaru and bell continuously until A ĀḤ, when they struck the damaru twice.

Then they sang rang bzhin *'gag med ngang nyid nas* in the same way as before, with no differences in singing the mantras and making the mudras (until the mantra JÑĀNA SAMAYA TIṢHṬHA LHAN).

Then they sang the Symbolic Salutation with a slow melody starting with *Namo / ye grol* and played the bell from *kun tu bzang mo'i mkhar*.

ཞེས་མྱུ་མཐུད་སོང་ལ། དྲིལ་ཧྲིང་དང་བཅས་པའི་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། ཕྱག་གཡས་

ཀྱི་རྡོ་རྗེ་སྙིང་ཁར་བཏུད་པ་ནི་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲེ་དགོས་འདུག

ཕྱག་མཆོད་འབུལ༔

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་ཕྱག་འཚལ་བའི་རྒྱ་དང་།

དེའི་མཇུག་པད་སྐོར་དང་བཅས་ཏེ་ཐལ་མོ་གྲིན་དུ་བསྟན་པར་བྱ་དགོས་འདུག སྔགས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་མི་འདྲ་བ་མི་འདུག་ཅིང་། སྔགས་རྒྱ་རྫོགས་པའི་མཐར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་སླར་ཡང་ཕྱག་འཚལ་བའི་རྒྱ་འཆའ་དགོས་འདུག

དེ་ནས་མཆོད་པའི་ཆེད་དབྱངས་ཐུང་སྒྲི་འགྲོས་ཀྱིས།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ༔ རང་བྱུང་

ཞེས་པའི་མཚམས་ནས་དྲིལ་ཧྲིང་གིས།

ཡེ་ཤེས་རོལ་རྩལ་ལས༔

ཞེས་སོགས་མྱུ་མཐུད།

རང་གྲོལ་སྨན་རག་གཏོར་ཚོགས་འབུལ༔

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། ལག་གཡས་ཀྱི་ཐལ་མོ་སྙིང་ཁར་སྦྲེང་བ་ནས་པད་སྐོར་གྱིས་ཐལ་མོ་ཁ་ཕྱེས་པ་མདུན་དུ་བཀྱང་། སྔགས་གདངས་དང་ཕྱག

During the whole time that they were playing the bell, with the right hand they held the vajra at the heart. When they reached the words *phyag mchod 'bul*, they rang the bell continuously while making the mudra of paying homage, after which they placed their palms upwards with a turning lotus gesture. There were no differences concerning the mudras for the mantra. At the end of the mudra for the mantra they played the bell continuously and once again they made the mudra of paying homage.

Then they sang the Offerings with the usual fast melody starting with OṂ ĀḤ HŪṂ / *rang byung* and playing the bell from *ye shes rol rtsal las* onwards. When they reached the line *rang grol sman rag gtor tshogs 'bul*, they rang the bell continuously; and after raising the palm of the right hand to the heart they turned it open with the lotus gesture and stretched it forwards. The mantra

རྒྱུ་རྣམས་སྤྱི་འགྲོས་ལ། ཕཊ་ཞེས་པ་གཉིས་ཀར་ཏཱ་ཇེབ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ཏཱ་དྲིལ་སྐུ་མཐུད་དེ་འཁྲོལ་ཀྱིན་སྔགས་མཆོད་རྣམས་སྤྱི་ལྷར་བྱས་ཇེས་ ཧོཿ ཞེས་པར་ཏཱ་ཇེབ་ཀྱིས་མཚམས་འཛོག

དེ་ནས་བསྟོད་ཕྱག་ནི་དབྱངས་རིང་དྲིལ་ཧིང་དང་བཅས་ཏེ།

ཧཱཿ འཆི་མེད་ཆེ་ཡུམ་མཏཱ་རཿ

ཞེས་སོགས་སྐུ་མཐུད་ཅིང་།

དངོས་གྲུབ་སྩོལཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ། ལག་གཡས་ཀྱིས་ཕྱག་འཚལ་བའི་རྒྱུ་འཆའ་ཇེས་སུ་རྡོ་ཛེ་གཡོན་དུ་བསྐོར་ཏེ་སྙིང་ཁར་བཏུད། སྔགས་རྒྱུ་སྤྱི་འགྲོས་ལ།

ཧོཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་ ○དངོས་གྲུབ་སྩོལ་○ ཞེས་པའི་རྒྱུ་དེ་སླར་ཡང་འཆའ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་ ཧཱཿ ཞེས་པ་དང་། ཕཾཿ ཞེས་པའི་སྒྲ་གདངས་རིང་ཙམ་པ་རེ་བཏོན་ཇེས་སུ། མཏཱ་ར་བའི་ཆེ་ཛཏཱ་་སྤྱི་འགྲོས་ཀྱི་དབྱངས་སུ་དྲངས་ཏེ་ལན་གྲངས་ཉེར་གཅིག་ཙམ་དང་། རིགས་ལྔའི་ཆེ་ཛཏཱ་་ལན་གྲངས་ཉེར་ལྔ་ཙམ་རེ་བསྐྱལ་མཛད་སོང་།

melody and the mudras were the same, but both times that the word SHAPTA was pronounced, they struck the damaru and then (after the first SHAPTA) sang the rest of the offering mantras in the usual way while playing damaru and bell continuously until HOḤ when they struck the damaru to end the section.

Then they sang the Praise and Homage with a slow melody accompanied by the bell starting with HRĪḤ / *'chi med tshe yum man dha ra…* until *dngos grub stsol*, when they rang the bell continuously, and after making the mudra of paying homage with the right hand, they turned the vajra to the left and placed it at the heart. The mudras for the mantra were the same, but when they reached HOḤ, they rang the bell continuously and repeated the same mudras as before.

Then they sounded a long HRĪḤ and a long BAM, after which they sang the long-life mantra of Mandarava with the usual melody twenty-one times, followed by the long life mantra of the Five Families twenty-five times.

དེ་ནས་ཆེ་རིལ་དང་ཆེ་ཆང་སོགས་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཆེད་དུ།

ཧྲཱིཿ དང་ པཾཿ ཞེས་པའི་སྔགས་གདངས་གཉིས་ལྡོད་ལ་འཇམ་པ་ཞིག་དབྱུགས་ཐེངས་གཅིག་གིས་འདོན་རྗེས་སུ་བཅུད་ལེན་བྱིན་རླབས་ཀྱི་ཐུགས་དེ་ལན་བདུན་དུ་བསྐྱིལ་སོང་།

དེ་ནས་ཆེ་འཁྱུགས་ནི། མདའ་དར་ལག་གཡས་སུ་འཛིན་ཅིང་། དབྱངས་རིང་སྒྱི་འགྲོས་དྲིལ་དྱིང་དང་བཅས་ཏེ།

ཧྲཱིཿ པཾཿ འཆི་མེད་ལྷ་མོ་མཚྭ་རཿ

ཞེས་སོགས་མུ་མཐུད།

ཐུགས་དམ་བསྐུལ་ལོ་གཟི་བྱིན་སྐྱེདཿ

ཅེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡས་སྐོར་ཐེངས་གསུམ་དུ་གཡབ། སླར་ཡང་།

བླ་ཚེ་ཆད་ཉམས་ཡལ་བ་ཁུགཿ

ཅེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡོན་སྐོར་དུ་ཐེངས་གསུམ་གཡབ་རྗེས་སུ། མདའ་དར་གྱི་མདའ་རྩེ་རང་གི་ལྟེ་བར་བརྟན་ཏེ་འཛིན་དགོས་འདུག

ཆེ་དབང་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་སྩོལཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡས་སྐོར་ཐེངས་གཅིག་དང་། གཡོན་སྐོར་ཐེངས་གཉིས་སྒྲག་

Then, to empower the long-life pills, the long-life nectar, and so forth, they sounded the two syllables HRĪḤ and BAM in a relaxed and soft way with one breath, after which they sang the mantra for empowering the Chülen seven times.

Then, for the Invocation of Long Life, they held the Dadar in the right hand, and with the usual slow melody accompanied by the bell they sang HRĪḤ BAM / *'chi med lha mo man dha ra* until *thugs dam bskul lo gzi byin bskyed*, when they rang the bell continuously and waved the Dadar three times to the right.

Once again, while singing *bla tshe chad nyams yal ba khug*, they rang the bell continuously, and after waving the Dadar three times to the left, they placed the point of the Dadar at their navels.

With *tshe dbang ye shes dngos grub stsol* they rang the bell continuously while at the same time waving the Dadar once to the right and twice to the left.

མ་བྱ། སྔགས་ཀྱི་གདངས་དང་ཕྱག་རྒྱ་སྤྱི་འགྲོས་ལྟར་ལ།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུྃ ཞེས་པར་མདའ་དར་གནས་གསུམ་དུ་བཏུགས་རྗེས་སུ་མདའ་རྩེ་ལྟེ་བར་གཏད་ནས་བཟུང་ཞིང་།

ཛྙཱ་ན་ཌཱ་ཀི་ནི་

ཞེས་པའི་སྐབས་ལག་གཡོན་དྲིལ་བུ་དང་བཅས་པས་པད་སྐོར་བྱེད་ཅིང་།

ཨ་ཡུ་ཤེ་སྭཱ་ཧཱཿ

ཞེས་པའི་སྐབས་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡས་སྐོར་ཐེངས་གཉིས་དང་།

ཨཱ་ཡུ་ཛྙཱ་ན་

ཞེས་པའི་སྐབས་སླར་ཡང་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡོན་སྐོར་ཐེངས་གཅིག་གི་རྗེས།

ཧཱུྃ་སྦྲཱུྃ་ཏྲཱི་ཛཿ

ཞེས་པར་མདའ་དར་གྱི་སྒྲོ་རྩེ་མདུན་དང་། གཡས། རྒྱབ། གཡོན་ངོས་རྣམས་སུ་གཏད་ཙམ་རེ་བྱ།

སིདྡྷི་ཕ་ལ་ཧོཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། མདའ་དར་གཡོན་དུ་ཐེངས་གཅིག་་བསྐོརརྗེས་མདའ་རྩེ་ལྟེ་བར་བརྟན་ཙམ་བྱ།

Then they continued with the usual melody and mudras for the mantras, and when they pronounced OṂ ĀḤ HŪṂ, they touched the three places with the Dadar and then held the point of the Dadar at their navels.

With JÑĀNADHĀKINI they made a turning lotus gesture with the left hand while holding the bell.

With AYUSHE SVĀHĀ they rang the bell continuously and waved the Dadar two times to the right.

With AYUJÑĀNA once again they rang the bell continuously and waved the Dadar one time to the left.

After this, with HŪṂ BHRUM NRI JAḤ they turned the feather-tip of the Dadar in front, to the right, backwards, and to the left.

With SIDDHI PHALA HOḤ they rang the bell continuously and after waving the Dadar one time to the left, they held the point of the Dadar at their navels.

དེ་ནས་མདར་དར་གྱི་སྒྲོ་རྩེ་མདུན་ངོས་སུ་གདད་དེ་བཟུང་ཞིང་། ཕུར་བཞིན་དྲིལ་ཏིང་དབྱངས་རིང་དང་བཅས་པས།

འཆི་མེད་ལྷ་མོ་མླ་མ་ཀིཿ

ཞེས་དང་།

འབུམ་ཕྲག་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་དམ་བསྐུལཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་མདའ་དར་གཡས་སུ་ཐེངས་གསུམ་བསྐོར་བ་དང་།

ཆུ་ཡི་ཁམས་ནས་བཅུད་བསྡུས་ལཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་མདའ་དར་གཡོན་སྐོར་ཐེངས་གསུམ་བྱེད་དགོས་འདུག

རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་དེ་རྣམས་ནས།

བསྒྲུབ་བྱའི་ལུས་ལ་ཐིམ་པར་མཛོད༔

ཅེས་པའི་ཚིག་འདི་བེད་སྤྱོད་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག་ལ། ཚིག་རྐང་འདིའི་རྗེས་སུ།

རྒས་མེད་དཔལ་གྱི་ལང་ཚོ་སྐྱེད༔

ཅེས་པ་འདི་ནི་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

འཆི་མེད་རྡོ་རྗེའི་རྒྱས་ཐོབ་ཅིག༔

ཅེས་པར་ཕུར་ལྷར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་མདའ་དར་

Then they held the Dadar with the feather-tip towards the front, and as before they sang *'chi med lha mo ma ma ki* with a slow melody accompanied by the bell, but with *'bum khrag mkha' 'gro'i thugs dam bskul* they rang the bell continuously and waved the Dadar three times to the right.

With *chu yi khams nas bcud bsdus la* they rang the bell continuously and waved the Dadar three times to the left.

(Instead of *rnal 'byor lus la thim par mdzod* = let it be absorbed in the body of the practitioner) those yogins and yoginis were using *bsgrub bya'i lus la thim par mdzod* (let it be absorbed in the body of the person for whom the practice is performed), after which they sang *rgas med dpal gyi lang tsho skyed* every single time.

With *'chi med rdo rje'i rgyas thob cig* they rang the bell continuously like before and waved

གཡས་སྐོར་ཐེང་གཅིག་དང་གཡོན་སྐོར་ཐེངས་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་མདའ་རྩེ་ལྟེ་བར་གཏད་ཏེ་བཟུང་།

ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་

ཞེས་སོགས་སྔར་ལྟར་ཀུན་ལ་རིགས་འགྲེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག   དམིགས་བསལ་ངེས་དགོས་པ་ནི།

འཆི་མེད་ལྷ་མོ་སངས་རྒྱས་སྤྱན༔

ཞེས་པར་མདའ་དར་གྱི་སྒྲོ་རྩེ་གཞོགས་གཡས་སུ་གཏད་པ་དང་།

འཆི་མེད་ལྷ་མོ་གོས་དཀར་མོ༔

ཞེས་པར་མདའ་དར་གྱི་སྒྲོ་རྩེ་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་གཏད་པ་དང་།

འཆི་མེད་ལྷ་མོ་དམ་ཚིག་སྒྲོལ༔

ཞེས་པར་མདའ་དར་གྱི་སྒྲོ་རྩེ་གཞོགས་གཡོན་ངོས་སུ་གཏད་པ་དང་།

འཆི་མེད་ལྷ་མོ་ད་བྱིངས་ཕྱུག་མ༔

ཞེས་པར་མདའ་དར་དྭང་པོར་བསྒྲང་ཏེ་འཛིན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

ནམ་མཁའི་ཁམས་ནས་བཅུད་བསྡུས་ལ༔

ཞེས་པར་མདའ་དར་མཐོ་བར་གཟེངས་ཏེ་གཡོན་སྐོར་ཐེངས་གསུམ་བྱེད་པ་དེ་ཙམ་ལས་གཞན་རྣམས་གོང་ལྟར་ཡིན་འདུག

the Dadar once to the right and twice to the left, after which they held the point of the Dadar at their navels.

With OṂ ĀḤ HŪṂ etcetera they did everything in the same way as before. The specific points to perform were the following.

With *'chi med lha mo sangs rgyas spyan* they turned the feather-tip of the Dadar to the right.

With *'chi med lha mo gos dkar mo* they turned the feather-tip of the Dadar backwards.

With *'chi med lha mo dam tshig sgrol* they turned the feather-tip of the Dadar to the left.

With *'chi med lha mo dbyings phyug ma* they held the Dadar straight.

With *nam mkha'i khams nas bcud bsdus la* the only difference was that they raised the Dadar higher while waving it three times to the left.

དེ་ནས་ལམ་དབང་ལེན་ཆེད་དུ། གཙོ་མོ་དེས་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་ཚེ་བུམ་ཞིག་མདུན་ཐད་དུ་བཏེགས་མཛད་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་རྡོ་རྗེ་རྩེ་གསུམ་པའི་རྒྱ་མདུན་ཐད་དུ་འདེགས་ཀྱིན་ཞལ་ནས།

ཨོཾ༔ འགྱུར་མེད་རྡོ་རྗེ་སྐུ་ཡི་ཚེ༔

ཞེས་པ་ནས།

མངོན་འགྱུར་ཤོག༔

ཅེས་པའི་བར་དབྱངས་རིང་གི་རྟ་ལ་དྲངས་པ་དང་། རྩ་སྔགས་ཀྱི་རིང་ལ་ཚེ་བུམ་མམ་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མཐོ་བར་འདེགས་ཤིང་།

ཀཱ་ཡ་ཨཱ་ཡུ་ཛྙཱ་ན་ཨ་ཧྲི་ཊི་ཀྵ་ཨོཾ༔

ཞེས་པའི་སྐབས་ཚེ་བུམ་མམ་ཕྱག་རྒྱ་དེ་སྤྱི་བོར་འཇོག་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་གཙོ་མོ་དེས་ཐོད་ཆང་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་མདུན་ཐད་དུ་བཏེགས་མཛད་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཧཱ་པཉྩ་ཨམྲྀ་ཏའི་རྒྱ་འདྲ་བ་རེ་མདུན་ཐད་དུ་འདེགས་ཀྱིན་ཞལ་ནས།

ཨཱཿ༔ འགགས་མེད་རྡོ་རྗེ་གསུང་གི་ཚེ༔

ཞེས་པ་ནས།

མངོན་འགྱུར་ཤོག༔

Then, for taking the empowerments on the path, the chief yogini raised with her two hands a Long Life Vase in front of her, while the other yogins and yoginis raised the mudra of the three-pointed vajra in front of them, and sang with a slow melody OṂ / *'gyur med rdo rje sku yi tshe* until *mngon 'gyur shog*. Then, during the root-mantra, they lifted the Long Life vase or the mudra, and with KĀYA AYU JÑĀNA ABHIṢHINCA OṂ they placed the Long Life vase or the mudra on their head.

Then the chief yogini raised with her two hands the Long Life nectar in front of her, while the other yogins and yoginis raised a mudra similar to the MAHĀ PANCA AMRITA mudra in front of them, and sang with a slow melody ĀḤ / *'gag med rdo rje gsung gi tshe* until *mngon 'gyur shog*. Then, during

ཅེས་པའི་བར་དབྱངས་རིང་གི་ཧ་ལ་དྭངས་པ་དང་། རྩ་སྔགས་ཀྱི་རིང་ལ་གཙོ་མོས་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་ཆང་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མཐོ་བར་འདེགས་ཤིང་།

ཨཱཿཀཱ་ཨཱུ་ཡུ་ཛྙཱ་ན་ཨ་སྡི་ཕི་རྩ་ཨཱུ ཅེས་པའི་བར་དབྱངས་རིང་གི་ཧ་ལ་དྭངས་པ་དང་། རྩ་སྔགས་ཀྱི་རིང་ལ་གཙོ་མོས་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་ཆང་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མཐོ་བར་འདེགས་ཤིང་།

ཞེས་པའི་སྐབས་ཐོད་ཆང་ངམ་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མགྲིན་པར་གཏུགས་རྗེས་གཙོ་མོ་དེས་ཐོད་ཆང་ཏུབ་གཅིག་བཞེས་སོང་བ་དང་། གཞན་རྣམས་ནས་ཕྱག་གཉིས་པད་སྐོར་གྱིས་རང་ལ་བསྐྱིམ་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་ཞིག་མཛད་སོང་།

དེ་ནས་གཙོ་མོ་དེས་ཤེལ་རྡོ་ཟུར་དྲུག་འོད་ཆེམས་པ་ཞིག་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་ཆེ་རིལ་གྱིས་ཕྱུར་བུར་གཏམས་པའི་སྡེར་མ་ཞིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་མདུན་ཐད་དུ་བཏེགས་མཛད་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཧཱ་ཧྨ་ལིཾ་ཧྨའི་ཕྱག་རྒྱ་འདྲ་བ་རེ་མདུན་ཐད་དུ་འདེགས་ཀྱིན་ཞལ་ནས།

ཧཱུྃ༔ འཕྲུལ་མེད་་རྡོ་རྗེ་ཐུགས་ཀྱི་ཆེ༔

ཞེས་པ་ནས།

the root-mantra, the chief yogini lifted the Long Life nectar while the others lifted the mudra, and with WĀKKA ĀYU JÑĀNA ABHIṢHINCA ĀḤ they brought the Long Life nectar or the mudra to touch their throat, after which the chief yogini drank the Long Life nectar in one swallow, while the others, after a turning lotus gesture, made the mudra for reabsorbing (the nectar) into themselves.

Then the chief yogini raised in front of her, with her two hands, a plate full of Long Life pills at whose center was an hexagonal shimmering crystal, while the other yogins and yoginis raised a mudra similar to the MAHĀ BHALINGTA mudra in front of them, and sang with a slow melody HŪṂ / *'khrul med rdo rje thugs kyi tshe* until *mngon 'gyur shog*. Then, during the root-mantra,

མངོན་འགྱུར་ཤོག༔

ཅེས་པའི་བར་དབྱུངས་རིང་གི་ཧ་ལ་དྲངས་པ་དང་། རྩ་སྡོགས་ཀྱི་རིང་ལ་གཙོ་མོས་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་ཆེ་རིལ་སྡེར་མ་དེ་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མཐོ་བར་འདེགས་ཤིང་།

ཅེ་ཧྲ་ཨཱ་ཡུ་ཪྵཱ་ན་ཨ་ཧྲི་ཏ་ཛྷ་ཧཱུྃ༔

ཞེས་པའི་སྐབས་གཙོ་མོ་དེས་ཆེ་རིལ་སྡེར་མ་དེ་སྙིང་ཁར་གཏུགས་ཏེ་རིལ་བུ་གཅིག་ཞལ་དུ་བཞེས་སོང་བ་དང་། གཞན་རྣམས་ནས་ཕྱག་རྒྱ་དེ་སྙིང་ཁར་གཏུགས་ཏེ་པད་སྐོར་གྱིས་མཉམ་བཞག་གི་རྒྱ་འཆའ་གི་ཡོད་འདུག རང་རེས་ནམ་རྒྱུན་དུ་ལམ་དབང་ལེན་ན་གཙོ་མོ་ལས་གཞན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་ལྟར་བགྱི་དགོས་པར་སེམས་སོ།

དེ་ནས་མན་ངག་སྒྲོག་ཐིག་ནམ་མཁའི་བཅུད་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་ཚང་མ་མགྲིན་གཅིག་པས་སྒྲུར་དབྱིད་ཀྱི་སྒྲོར་བས་ལྷུང་རོ་ལན་བསུམ་རེ་བསལ་སོང་བའི་མཇུག་ཐོག་དེར།

ཧྲིཿ པཾཿ

ཞེས་པ་འདི་གཉིས་ཀའི་སྒྲ་དབྱུགས་ཐེངས་གཅིག་གི་ནང་ལྷོད་ལ་འཇམ་པར་བསྒྲགས་མཛད་སོང་། དེ་རྗེས

the chief yogini lifted the plate with the Long Life pills while the others lifted the mudra, and with CITTA ĀYU JÑĀNA ABHIṢHINCA HŪṂ the chief yogini touched the plate of Long Life pills to her heart and ate one pill, while the others touched their hearts with the mudra, and after a turning lotus gesture, they placed their hands in the meditation mudra.

I think that when we take the empowerments on the path we should do the same as the yogins and yoginis did, and not as the chief yogini did.

Then, for the Space Chülen of the *Upadesha of the Thigle of Life*, they all simultaneously exhaled the stale air three times while bending down and rising up, after which they sounded HRĪ and BAM with one breath, in a calm and relaxed way.

སུ་རོ་སྟོད་ལིགས་པར་སྒྲུར་ཏེ་རླུང་རོ་འདོན་མཛད་ཀྱི་འདུག   སླར་དཀྲིད་པ་དང་ཁ་སྣ་གཉིས་ཆ་ནས་ཧུབ་ཀྱི་རྣམ་པས་རླུང་སྒྱུར་བར་འཇུག་ཇེས་སུ་རོ་སྟོད་དྭང་པོར་བསྲུང་ཏེ་བུམ་ཅན་ཁ་སྦྱོར་དུ་བཟུང་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག ཙུང་ཞིག་ན་རླུང་སྣ་ནས་ཕྱིར་འདོན་པ་དང་ལྷན་དུ་རོ་སྟོད་མདུན་དུ་སྒྲུར།   སླར་ཡང་རླུང་སྣ་ནས་ནང་དུ་འཇུག་གིན་རོ་སྟོད་དཀྲིད།   དེ་འཕྲུལ་སླར.ཡང་མདུན་དུ་སྒྲུར་ཏེ་རླུང་རོ་ཕྱིར་འདོན་གྱི་འདུག

དེ་ནས་སླར་ཡང་རོ་སྟོད་གྱེན་དུ་དཀྲིད་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཁ་སྣ་གཉིས་ནས་ཧུབ་ཀྱི་རྣམ་པས་རླུང་སྒྱུར་བར་ནང་དུ་འཇུག་ཏེ་བུམ་ཅན་དུ་བཟུང་བ་ཐེངས་གསུམ་མཛད་སོང་།

དེ་ཇེས་སུ་བླ་ཆེ་སྦྲ་བ་ནི་དྲིལ་ཏིང་དབྱངས་རིང་དུ།

ཧྲཱིཿ   བླ་ཆེ་འཁྲུམས་དང་ཡལ་བ་ཀུནཿ

ཞེས་སོགས་ནས།

རྡོ་རྗེའི་ཆེ་དང་ལྡན་པར་གྱུརཿ

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་།   རྡོ་རྗེ་གཡོན་དུ་ཐེངས་གསུམ་བསྐོར་མཐར་སྙིང་ཁར་གཏུགས།

Then exhaling the stale air, they bent down their torsos perfectly, and when rising up they quickly inhaled the air in a gulp through both nostrils and mouth, after which they straightened their bodies and held the air in Kumbhaka. After a while they exhaled the air through their nostrils while bending forwards, then again they rose up inhaling through the nostrils, and immediately after they bent down again exhaling the air.

Then once again they arose and at the same time they quickly inhaled the air in a gulp through both nostrils and mouth and then held the air in Kumbhaka. They repeated this three times.

After this, for the "Hiding of the La and Long Life", they sang HRĪḤ / *bla tshe 'khyams dang yal ba kun…* with a slow melody accompanied by the bell until *rdo rje'i tshe dang ldan par gyur*, when they rang the bell continuously and waved the vajra three times to the left, after which they placed it at the heart.

བ་ཛྲ་

ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ལག་གཉིས་རྡོར་དྲིལ་དང་བཅས་པས་པད་སྐོར་བྱ།

ཧཱསྱ་

ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱག་རྒྱ་དཔྲལ་བར་གཏུགས།

ཧཱ་ཏུ་

ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱག་རྒྱ་དེ་མར་དབབ་སྙེ་སྙིང་ཁར་གཏུགས།

རཏྣ་

ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། དཔྲལ་མགྲིན་སྙིང་ཁ་གསུམ་དུ་རྡོ་རྗེ་རྒྱ་གྲམ་བྱས་རྗེས་སུ་རྡོ་རྗེ་གཡོན་དུ་བསྐོར་ཏེ་སྙིང་ཁར་སྦྱར་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་ནི་དྲིལ་ཏིང་དབྱངས་རིང་གི་རྟ་ལ་དྲངས་ཏེ།

ཧྲཱིཿ ལྷུན་གྲུབ་བདེ་ཆེན་དཀྱིལ་འཁོར་ནཿ

ཞེས་སོགས་ནས།

ཤུད་ཧྲི་ཨཿ

ཞེས་དྲིལ་བུ་བསིལ། ཕྱ་གཡས་རྡོ་རྗེ་དང་བཅས་ཏེ་པད་སྐོར་གྱིས་ཐལ་མོ་ཁ་གྱེན་དུ་བསྟན་སོང་།

རྃ་ ཡྃ་ ཁྃཿ

ཞེས་སོགས་ནི་སྤྱི་འགྲོས་ལྟར་ཡིན་འདུག

With VAJRA they made the turning lotus gesture while holding the Vajra and bell.

With DHARMĀ they placed the mudra at the forehead.

With DHĀTU they lowered the mudra to the heart.

With RAKṢHA they rang the bell continuously while making the double crossed vajra mudra at the forehead, throat, and heart, after which they waved the vajra to the left and touched it to the heart.

Then, for the Ganapuja they used a slow melody accompanied by the bell: HRĪḤ / *lhun grub bde chen dkyil 'khor na*... until SHUDDHE A, when they rang the bell continuously and made a turning lotus gesture with the right hand holding the Vajra, after which they placed the palm upwards.

Then for RAM YAM KHAM etcetera they did the practice in the usual way.

དེ་ནས་ཚོགས་སྐོང་ནི་ཌཱ་དྲིལ་དབྱངས་ཐུང་གིས།

ཧཱུ༔ ཀུན་བཟང་འདོད་ཡོན་སྤྲིན་འཕྲོ་བའི༔

ཞེས་སོགས་ནས་

སྐྱོལ༔

ཞེས་པར་ཌཱ་རྡེབ་དང་། སྦུགས་རྣམས་ཌཱ་དྲིལ་འཁྲོལ་འོག་ཏུ་སྤྲི་འགྲོས་ལྟར་མཛད་སོང་།

ཕཊ་ཙ་ཧོ༔

ཞེས་པར་ཌཱ་རྡེབ་གཅིག་དགོས་འདུག སླར་ཡང་།

ཧཱུ༔ ཀུན་བཟང་འདོད་ཡོན་སྤྲིན་འཕྲོ་བའི༔

ཞེས་སོགས་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱལ་མཐར།

ཕཊ་ཙ་ཧོ༔

ཞེས་པར་ཌཱ་རྡེབ་ཉིས་རྩེགས་དགོས་འདུག

རྗེ་རྗེས་སུ་དམ་ཚིག་གི་རྒྱ་དང་བཅས་ཏེ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཐེངས་གཅིག་གི་མཐར།

ས་མ་ཡ་ཤུད་ཧྲི་ཨ༔

ཞེས་པ་སྤྲི་ལྟར་དང་། ནང་གི་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཆེད།

ཨོཾ་ ཨཱཿ ཧཱུཾ༔ ཨ་ལ་ལ་ཧོ

ཞེས་དང་། དེ་ནས་རྡོ་རྗེའི་སླུ་ལ་འཇུག་པ་འདི་རྣམས་ནི་རྫོགས་ཆེན་འདུས་སྡེའི་ཕྱག་ལེན་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་འཁྲུགས་མེད་དུ་ཡོད་འདུག

Then they sang the Ganapuja Offering section with a fast melody accompanied by damaru and bell: HRĪḤ / *kun bzang 'dod yon sprin 'phro ba'i...* until *stsol* when they struck the damaru one time, and then sang the mantras while continuously playing damaru and bell in the usual way. With PUCA HOḤ they struck the damaru once.

Again they sang HRĪḤ / *kun bzang 'dod yon sprin 'phro ba'i* etcetera, three times in all. With the last PUCA HOḤ they struck the damaru twice (on PU and HOḤ).

Then they recited the hundred-syllable mantra one time while making the samaya mudra in the usual way, and ending with SAMAYA SHUDDHE A in the same way that we do.

For the inner Ganapuja they sounded OṂ ĀḤ HŪṂ / A LA LA HOḤ and then sang the Song of Vajra exactly and unmistakably in the same way that we practice it in the Dzogchen Community.

ཨ་ཧོ་མ་ཧཱ་སུ་ཁ་ཧོ

ཞེས་པའི་ རིང་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་སྐུ་གཞོན་གཅིག་གིས་་གཙོ་མོ་དེ་ལ་ཚོགས་རྫས་ཕུལ་བ་དང་། དུས་མཉམ་དུ་རྣལ་འབྱོར་སྐུ་གཞོན་གཅིག་གིས་བཟའ་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་སྐུ་གཞོན་གཅིག་གིས་བཏུང་བ་འདྲེན་གྱི་ཡོད་འདུག ཀུན་ལ་ཚོགས་རྫས་རྣམས་འདྲེན་གྲུབ་པ་དང་།

ཨ་ཧོ་མ་ཧཱ་སུ་ཁ་ཧོ༔ ཨ་ལ་ལ་ཧོ༔

ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་མི་འདྲ་བ་གང་ཡང་མི་འདུག

ལྷག་མའི་སྔགས་རྒྱ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱི་འགྲོས་ལྟར་ཡིན་འདུག་ཅིང་། ཏཱ་དྲིལ་དབྱངས་ཐུང་གིས།

ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་བཀའ་སྐྱོང་བའི༔

ཞེས་སོགས་ནས།

མཛོད༔

ཅེས་པར་ཏཱ་ཛེབ་གཅིག་དང་། སྔགས་ཀྱི་མཐར།

ཁཱ་ཧི༔

ཞེས་པར་ཏཱ་ཛེབ་ཉིས་རྩེགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དངོས་གྲུབ་ལེན་པ་ནི་དྲིལ་ཧིང་དབྱངས་རེང་དུ།

ཧྲཱི༔ འཆི་མེད་ལྷ་མོ་མནྡཱ་ར༔

ཞེས་སོགས་ནས།

During A HOḤ MA HĀ SU KHA HOḤ, a young yogin presented the Ganapuja offerings to the chief yogini, while at the same time a young yogin distributed the food and a young yogini the drinks. When the Ganapuja offerings were distributed to all, they sang A HOḤ MA HĀ SU KHA HOḤ/ A LA LA HOḤ etcetera without any differences regarding the usual way.

They performed the mantras and mudras for the leftovers also in the usual way, and then they sang with a fast melody accompanied by damaru and bell: *ye shes mkha' 'gro'i bka' skyong ba'i...* until *mdzod*, when they struck the damaru once, while with KHA HI at the end of the mantra they struck the damaru twice.

For taking the siddhis they sang HRĪḤ / *'chi med lha mo man dha ra...* with a slow melody ac-

བྱིན་རླབས་ཆེ་དབང་དངོས་གྲུབ་སྩོལ༔

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་། ཕྱག་གཡས་པས་རྡོ་རྗེ་གཡོན་དུ་ལན་གསུམ་བསྐོར་མཐར་སྙིང་ཁར་བཏུད། སྤྱོགས་ནི་སྤྱི་འགྲོས་ལྟར་ལ།

ཧཱུྃ༔

ཞེས་པར་དྲིལ་བུ་བསིལ་ཞིང་རྡོ་རྗེ་གཡོན་སྐོར་དང་བཅས་ཏེ་སྙིང་ཁར་བཏུད་མཛད་ཀྱི་ཡོད་འདུག

དེ་ནས་མཁའ་འགྲོའི་ལམ་ཁྱེར་ནི་དབྱངས་རིང་གི་རྟ་ལ་བྲངས་ཏེ།

ཨཿ འཁོར་འདས་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཀུན༔

ཞེས་སོགས་ནས།

ཨཿ

ཞེས་དགོངས་པ་ལ་བཟླ་བའི་ངང་དེར་རྒྱུན་རིང་ཙམ་བཞུགས་མཛད་འདུག་པའི་སྐབས་དེར་ཁོ་བོ་མཐལ་ལས་སད་ཅིང་། སྐབས་དེར་ནམ་ཡང་ལངས་ནས་ཡོད་འདུག ཁོ་བོས་རྩལ་འདི་ནི་རང་ཅག་རྫོགས་ཆེན་འདུས་སྡེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མཆུ་ར་བའི་ཚེ་སྒྲུབ་དང་། དེ་འབྲེལ་གྱི་ཚོགས་མཆོད་སོགས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་ཏ་ཙང་དགོས་གནད་ཆེ་བར་མཐོང་ནས། ཕྱག་ལེན་གྱི་རྩལ་ཕྲ་ཞིང་ཕྲ་བ་རྣམས་ཞིབ་ནན་དུ་ཡི་གེར་བཀོད་ཅིང་། སླད་ནས་གློག་ཀླད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ནོ།། ||

companied by the bell until *byin rlabs tshe dbang dngos grub stsol*, when they rang the bell continuously, and after waving the vajra three times to the left with the right hand, they placed it at the heart.

They performed the mantra in the usual way until HŪṂ. At this point they rang the bell continuously, and after waving the vajra to the left, they placed it at the heart.

Then, for "Taking the Dakini as the Path", they sang: A / *'khor 'das snod bcud thams cad kun...* with a slow melody until A. At this point they remained in the state beyond concepts for some time.

In that moment I awoke. The day was dawning. Thinking that all this could be extremely useful for the Mandarava Long Life practice and for the related Ganapuja that we usually perform in the Dzogchen Community, I wrote down in detail all these subtle points concerning how to practice. Subsequently, I typed them in my computer.

སྐྱེ་ལོ་ ༢༩༢༨ མི་ཕག་ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༢༢ ཤི་ལོ་ ༢༠༠༧ ཟླ་ ༨ ཚེས་ ༥ ལ། ཁོ་བོ་མི་རི་སྣར་གྱི་སྒྲུབ་ཁང་འོད་གསལ་འཁྱིལ་བར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚོ་ར་བའི་ཆེ་སྒྲུབ་ཀྱི་བསྙེན་མཚམས་སུ་བསྡད་ཡོད་པའི་དགོང་དེའི་ནམ་ཐོ་རེངས་ཀྱི་མནལ་ལམ་དུ།

ང་རང་ད་སྔོན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚོ་ར་བའི་སྒྲུབ་ཕུག་ཏུ་བསླེབས་ནས་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་མང་ཞིག་གི་ལྷན་དུ་མཚོ་ར་བའི་ཚོགས་མཆོད་བགྱིས་པའི་ཤེལ་ཕུག་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་འདུག་ཅིང་། ད་ལན་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་དེ་ཀུན་ཚོགས་དཔོན་རྣལ་འབྱོར་མ་སྐུ་གཞོན་དེའི་སྐུ་དྲུང་དུ་འཁོད་ཡོད་འདུག་ལ། རྣལ་འབྱོར་མ་དེ་ཤེལ་བྲག་གི་ཕུགས་ངོས་སུ་མཚོ་ར་བའི་སྒྲུབ་གཞུང་རང་བྱོན་གྱི་དཔེ་བཞུགས་པའི་མདུན་དེར་ཞལ་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་དེ་རྣམས་ལ་ཕྱོགས་ཏེ་ཁྲི་སྟེགས་ཤིག་གི་སྟེང་དུ་བཞུགས་ཡོད་འདུག ཐེངས་འདིར་ཁོ་བོས་ཁོང་གི་ཞལ་རས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་མཇལ་གྱི་ཡོད་འདུག་པར་བརྟེན། ཁོང་ནི་ད་སྔ་ཁོ་བོ་ལ་རིམ་སྐོར་བར་མའི་རྗོ་རྗེའི་གར་སྟོན་ཅིང་བསླབ་གནང་མཁན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་མ་ཤྲིན་དྲ་རེད་འདུག ཁོང་གིས་ཚོགས་འཁོར་གྱི་ཚོགས་དཔོན་གནང་སྐབས་སུ་ཁོང་གི་སྐུ་ལུས་

In the Mewa year 3924, on the twenty-second day of the sixth month of the Fire-Female-Boar year [the fifth of August 2007], while I was at Merigar, doing a long-life practice retreat of the Wisdom Dakini Mandarava in my retreat house "The Abode of Luminous Clarity", in the early morning I had the following dream:

I had once again arrived at the Meditation Cave of the Wisdom Dakini Mandarava, inside that crystal cave where I had performed the Ganapuja of Mandarava with many yogins and yoginis.

This time all the yogins and yoginis were sitting in front of the young yogini who had previously presided over the Ganapuja. She was in the innermost part of the cave, sitting on a throne with her back to the self-originated text of the Mandarava practice and facing the yogins and yoginis. Since this time I could see her face very clearly, I recognized she was Shrīndra, the yogini

ལ་དར་གྱི་ཨང་རག་ཅིག་དང་། རུས་པའི་རྒྱན་ཆས་ཙམ་ལས་ན་བཟའ་གང་ཞིག་ཀྱང་བཞིས་མི་འདུག་མོད། ཐིངས་འདིར་ཁོང་གིས་སྐུ་ལུས་ལ་དར་དམར་སེར་གྱི་ན་བཟའ་འོད་ཆེམས་པ་ཞིག་བཞེས་ཡོད་འདུག ཁོ་བོ་ཁོང་གི་མདུན་ངོས་ཀྱི་གྲལ་དེར་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་དེ་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་འཁོད་དེ་ཁོང་གིས་གང་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་རྣ་བ་ལེགས་པར་གདད་དེ་བསྡད་ཡོད་འདུག ཁོང་གིས་བོད་སྐད་ཤིན་ཏུ་གོ་བདེ་བ་ཞིག་ཏུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་མཚོ་རྒྱལ་བའི་སྒྲུབ་གཞུང་གི་ཁྲིད་ལུང་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་གནང་མཛད་སོང་།

རེ་ཞིག་ན་ཁྲིད་ལུང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་སྔ་ནས།

འོ་ ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་མཚོ་རྒྱལ་བའི་སྒྲུབ་གཞུང་ཆ་ཚང་གི་ཁྲིད་ལུང་ཕུལ་གྲུབ་པ་ཡིན༔ ད་ཁྱེད་རྣམས་ལ་ཞལ་གསལ་ཞུ་དགོས་པའི་དྲི་བ་འདྲ་ཨེ་ཡོད༔

ཞེས་གསུངས་སོང་བ་ལ། གྲལ་གཡས་ངོས་སུ་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་སྐྱ་གཞོན་ཞིག་ན་རེ།

བདེ་སྟོང་སྒྲོ་མའི་གར་གྱིས་རོལ༔

ཞེས་ལྷ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་གསལ་བ་དེ་སྐུ་གཞེངས་བཞུགས་ཇི་ལྟར་ལགས༔

who had taught me the medium size Vajra Dance. When she had presided over the Ganapuja she was wearing only a silk *angrag* and bone ornaments. This time she was wearing a shimmering orange dress made of silk. I was sitting in a row in front of her together with those yogins and yoginis, listening attentively to all that she was saying. She was giving a complete instructional reading transmission (*khrid lung*) of the practice text of the Wisdom Dakini Mandarava in very simple Tibetan.

When she finished the reading transmission, the yogini said, "Well, I have given you the complete instructional reading transmission of the practice text of Mandarava. Now, do you have any questions for clarification?"

A young yogin who was sitting on the right side of the row asked, "In the section for the visualization of the deity, (the text) says *bde stong sgyu ma'i gar gyis rol* (she manifests with the illusory dance of bliss and emptiness). Does it mean she is standing or sitting?"

ཞེས་ཞུས་སོང་བ་ལ། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་སྔ་ནས།

འདི་ནི་སྐུ་གཞིངས་ནས་ཡོད་པའི་དོན་ལགས་སོ༔

ཞེས་གསུངས་སོང་།

དེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ་སྐུ་གཞོན་ཞིག་གིས།

སྐུ་ཡི་གནས་ལྔའི་འཁོར་ལོ་རུ༔ སྐུ་ལྔའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས༔

ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཇི་ལྟར་བསྒོམ་དགོས་རེད༔

ཅེས་ཞུས་སོང་བ་ལ། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་སྔ་ནས།

སྐུ་ཡི་གནས་ལྔ་སྟེ༔ སྙིང་ཁ་དང་༔ མགྲིན་པ༔ སྤྱི་བོ༔ ལྟེ་བ༔ གསང་གནས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དེ་རྣམས་སུ་སྐུ་ལྔའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམས་རང་བྱུང་ལྷུན་གྲུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཤེས་པ་དེ་ཙམ་ལས༔ འདིར་དམིགས་བསལ་དུ་གང་ཡང་བསྒོམ་མི་དགོས༔

ཞེས་གསུངས་སོང་།

ཁོ་བོས་རྣལ་འབྱོར་མ་ལ།

ཆོས་འཁོར་དགའ་བ་འཁྱིལ་བའི་ཀློང༔ དམར་གསལ་ཧྲཱིཿཡིག་འབར་བ་དང༔

སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོའི་ཆོས་འབྱུང་དབུས༔ དམར་གསལ་པྃ་གྱིས་མཚན་རྣམས་ལས༔ ཞེས་གསུངས་

"It means that she is standing", the yogini replied.

A young yogini who was sitting nearby asked, "When (the text says) *sku yi gnas lnga'i 'khor lo ru / sku lnga'i dkyil 'khor yongs su rdzogs* (the mandalas of the five Buddhas are totally perfected in the chakras at the five places of her body), how should we meditate?"

The yogini replied, "Here there is nothing specific to visualize apart from understanding that in the five places of the body – the heart, throat, crown of the head, navel, and secret place – the mandalas of the five Kayas are naturally self-perfected."

Then I asked the yogini, "(First the text) says *chos 'khor dga' ba 'khyil ba'i klong / dmar gsal HRĪḤ yig 'bar ba dang / sprul pa'i 'khor lo'i chos 'byung dbus / dmar gsal BAM gyis mtshan rnams las* (at the Dharma chakra, in the dimension of a Gakhyil, a luminous letter HRĪḤ shines; at the Nirmana chakra, in the center of a triangle, a luminous BAM is present, from them…),

པ་འདི་ར།   ཛབ་དམིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཧྲཱིཿལ་བླ་གདན་ཡོད་པ་ལ།   འདིར་དགའ་འཁྱིལ་གྱི་གདན་ཡོད་པ་གང་ལགས་།

ཞེས་ཞུས་པ་དང་།   རྣལ་འབྱོར་མས་ཞལ་འཛུམ་ཙམ་དང་བཅས་ཏེ་འདི་སྐད་དུ།

ཁྱེད་ཀྱི་དྲི་བ་དེ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པོ་བྱུང༔   འདི་ནི་དགའ་འཁྱིལ་གྱི་གདན་སྟེང་དུ་

ཧྲཱིཿཡིག་བསྐྱེད་པའི་དོན་མ་རེད༔ སེར་དམར་མཐིང་གསུམ་ཕྱི་ནས་ནང་དབུས་སུ་ཆོས་འཁོར་དགའ་བ་འཁྱིལ་བའི་གུར་ཁྱིམ་གྱི་ཀློང་དེར་ཧྲཱིཿཡིག་དམར་གསལ་རང་འོད་ལྷམ་མེར་འབར་བ་ཞིག་གསལ་འདེབས་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་པ་དང༔   དེ་མཚུངས་ཆོས་འབྱུང་ཟུར་གསུམ་དམར་པོ་བྱི་རུའི་མདོག་ཅན་རྩེ་མོ་གྱེན་དུ་གཟེངས་པའི་ཀློང་དེར་བཾ་ཡིག་དམར་གསལ་གཟི་འོད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གསལ་འདེབས་དགོས་པའི་དོན་ལགས་སོ༔

ཞེས་གསུངས་འདུག

ཁོ་བོའི་གཡོན་ཕྱོགས་ཕར་ཙམ་ན་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ་སྐུ་གཞོན་ཞིག་ན་རེ།

ཛབ་དམིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ༔

which means that the HRĪḤ has a Gakhyil seat, while for the mantra visualization the HRĪḤ has a moon seat. How should it be?"

The yogini smiled and said, "Yours is a very appropriate question. This does not mean that the letter HRĪḤ should be visualized on a seat made of a gakyhil, but that the luminous red HRĪḤ, brilliantly blazing with its own light, is at the center of the tent-like dimension of the yellow, red and blue Gakhyil turning from the outside towards the inside. Similarly, the luminous red BAM should be visualized inside the dimension of a coral red (tridimensional) triangle pointing upwards."

A young yogini who was a little further away on my left asked, "For the mantra visualization it

དེ་ཡི་ཐུགས་དབུས་ཟླ་བའི་སྙིང༔ ཉིང་འཛིན་སྲོག་གི་དྭང་མ་ཧྲཱིཿ

ལྟེ་བར་པཾ་ཡིག་དམར་གསལ་མཐར༔ སྔགས་ཕྲེང་གཡས་གཡོན་འཁོར་བ་ལས༔

ཞེས་པ་འདིར་ཐུགས་སྲོག་ཧྲཱིཿ་ཟླ་གདན་ཡོད་འདུག་ཀྱང༔ པཾ་ལ་གདན་གང་ཞིག་ཀྱང་མེད་པ་གང་ལགས༔

ཞེས་ཞུས་སོང་བ་ལ། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་སྔ་ནས།

ཐུགས་སྲོག་ཧྲཱིཿཡིག་གིས་ཡབ་ཀྱི་དགོངས་པ་མཚོན་པར་ཟླ་བའི་གདན་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ན༔ པཾ་ ཡིག་གིས་ཡུམ་གྱི་དགོངས་པ་མཚོན་པར་ཉི་མའི་གདན་ཡོད་པ་རང་ཤུགས་སུ་ངེས་དགོས་པའི་དོན་ལགས་སོ༔

ཞེས་གསུངས་སོང་།

ངའི་གཡས་འཁྲིས་སུ་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ་གཞོན་ནུ་ཞིག་ན་རེ།

མན་ངག་སྲོག་ཐིག་གི་ལྷུང་སྦྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་དམིགས་པ་གསལ་འདེབས་པའི་ཆེད་དུ༔ ཧྲཱིཿ ཞེས་པ་དང་། པཾ༔ ཞེས་པའི་སྒྲ་འདོན་དགོས་གཞུང་རང་དུ་མི་གསལ་བས༔ འདིར་ཆེད་དུ་འཇུད་དགོས་པ་ཨེ་ཡིན༔

says: *thugs dbus zla ba'i steng / ting 'dzin srog gi dwangs ma HRĪḤ / lte bar BAM yig dmar gsal mthar / sngags phreng g.yas g.yon 'khor ba las* (at the center of the heart, upon a moon (seat) there is the HRĪḤ, pure essence of the vital force of samadhi; at the navel there is a luminous red BAM, around which the mantra necklace turns (respectively) clockwise and counterclockwise). Here, although the life seed-syllable HRĪḤ is on a moon seat, the BAM has no seat. Why is it so?"

The yogini replied, "Since the life seed-syllable HRĪḤ is on a moon seat to symbolize the Yab's principle, we should automatically understand that the letter BAM is on a sun seat to symbolize the Yum's principle."

A young yogini who was at my right said, "Concerning the pranayama of the *Upadesha of the Thigle of Life*, for the visualization the text does not explicitly say that the HRĪḤ and the BAM should be sounded. Should we specifically add this?"

ཞེས་ཞུས་སོང་བ་ལ། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་སྔ་ནས།

མཆོ་ར་བའི་སྒྲུབ་གཞུང་རང་དུ།

ཡེ་ཤེས་འོད་ཟེར་དཔག་ཡས་འཕྲོས༔

ཞེས་པ་ལས་མི་གསལ་མོད༔

རང་ཉིད་མཁའ་འགྲོའི་ཐུགས་ཀ་ནས༔

ཞེས་པས་སྲོག་ཡིག་ཧྲཱིཿདང་བཾ་ལས་འོད་འཕྲོ་དགོས་པ་ཤུགས་ཀྱིས་གསལ་བ་དེར་སྲོག་ཡིག་གི་སྒྲ་འདོན་ན་ལེགས་ཆ་ཆེ་བ་ཡིན༔

ཞེས་གསུངས་སོང་།

ངའི་རྒྱབ་གྲལ་གཡོན་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་གིས་སྐད་གདངས་ཤིན་དུ་དམའ་བའི་སྒོ་ནས་སྲོག་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་གྱི་སྐོར་བཀའ་འདྲི་མང་ཞིག་ཞུས་སོང་བ་ཁོ་བོས་གསལ་པོར་ཐོས་མ་ཐུབ་ཅིང་། རྣལ་འབྱོར་མའི་ཞལ་ནས།

དེ་སྐོར་མན་ངག་མཆོ་་ར་བའི་རྩ་རླུང་གི་སྐོར་དུ་གསལ་བ་ཡིན་ལ༔ འདིར་རླུང་སྦྱོར་ནམ་མཁའི་བཅུད་ལེན་འདི་ཙམ་གྱིས་འཐུས་པ་ཡིན༔ མན་ངག་རྩ་རླུང་གི་ཚུལ་ནི·····

The yogini replied, "The Mandarava practice text says only: *ye shes 'od zer dpag yas 'phros* (infinite rays of the light of wisdom spread), but since it also says: *rang nyid mkha' 'gro'i thugs ka nas* (from the heart of oneself as the Dakini), we should automatically understand that the light spreads from the vital letters HRĪḤ and BAM, and in this case it is better to sound them."

A yogin who was sitting on the left of a row behind me asked in a very low voice many questions about the vital prana entering, remaining, and dissolving inside the central channel, but I was not able to hear the questions clearly.

The yogini said, "These points are clarified in the upadesha of the Mandarava Tsalung. Here the pranayama of the Chülen of Space is enough. The principle of the Tsalung upadesha is..."

ཞེས་གསུང་གིན་ཡོད་ངང་དེར་ཁོ་བོ་མཉལ་ལས་སད་ཅིང་། སྐབས་དེར་ནམ་ཡང་ལང་གི་ཡོད་འདུག་ལ། ཁོ་བོས་རྨི་ལམ་ཇེ་ལྷར་བྱུང་་བ་དེའང་གསལ་པོར་དྲན་གསོས་ཀྱི་འདུག རྨི་ལམ་འདི་ནི་མཚར་ར་བའི་སྤྲུལ་གཞུང་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་དགོས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་་མཐོང་སྟེ། སླད་ནས་དྲན་ལེགས་པར་གསོ་ཆེད་དུ། ཁོ་བོས་ཁ་གསལ་ཡི་གེའི་རིས་སུ་ལེགས་པར་བཀོད་ཅིང་། དེ་རྗེས་གློག་ཀླད་དུ་བཙུག་པ་ཡིན་ནོ།།

While she was speaking I awoke. The day was dawning, and I clearly remembered my dream. Thinking that this dream could be extremely useful for practicing the Mandarava sadhana, I wrote it down in order to remember it in the future. Subsequently, I typed it in my computer.

ACKNOWLEDGEMENTS

The texts in this book of Longsal Teachings, Volume 8, in the ongoing project to print the Complete Works of Chögyal Namkhai Norbu, have been translated from the Tibetan through the generosity of the following donors in the years 2007-2008:

Arthur Anger
A. Henkemans
Algis Lukosevicius
Andrew Popovic
Andriy Kozhushnyy
Andy Wai
Angela Mijares
Anna Lessana
Anne M. Patterson
Antje D'Almeida
Artur Skura
Barbara Hamann
Bernhard and Manuela Schweizer
Brigitte Nasse
Bogdan Pasechnik
Carisa O'Kelly
Chee Wong
Christian Pogoda
David Meyer
David Sharp Behest
De Heer Van Blerk
Dimitris Daskarolis
Dmitry Slepnev
Domenico Mercogliano
Dzogchen Community Germany
Dzogchen Community Kundrolling
Dzogchen Community Namgyalgar
Dzogchen Community New Zealand
Dzogchen Community Roma Zhenphenling
Dzogchen Community Spain
Dzogchen Community Venezia
Edmond Hayes
Elisabeth Nielsen
Elizabeth Vaughan
Eric Voisin
Fabrizio Aurora
Family Matsiburskiy
Federica Mastropaolo
Francesco Gracis
Francesco Festa
Gabor Hardy
Gerry Steinberg
Giordano-Johanna Asoli-Fagg
Giovanna Melone
Gloria Pera
Helio Lima Junior
Horst Gelter
Ivan Barker
Jacob Silverman
James Fox
Jan Golden
Jan Dolensky
Judith Daugherty

Katerina Janakova
Keng Leck Tan
Leonard Sinclair
Libor Maly
Lidian King
Martin Mrva
Massimo Orsi
Matt Hayat
Matt Smith
Maurice Laurent
Max Roth
Michael Scholz
Nancy Simmons
Oscar Gutierrez
Otavio De Campos Lilla
Paolo Brunatto
Peter Sochor
Riccardo Moraglia
Rita Bizzotto
Roberto Zamparo
Rosalinde Bertin
Rosemary Friend
Saadet Arslan
Scott Rome
Sveto Kosicky
Tatshuiko Tsukada
Thiago A. Melzer
Tim Walker
Ugo Cardea
Vincent J. Moore

Finito di stampare
dalle Grafiche Vieri - Roccastrada
nel mese di ottobre 2008

CONTENTS

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་གནད་གཟེར༔
From The Luminous Clarity of the Universe,
Heart Essence of the Dakinis
THE MOST IMPORTANT POINT
OF THE LAMA GONGDÜ

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
སྤྱོད་པ་རོ་སྙོམས་ཆེན་པོའི་མན་ངག་བཞུགས༔
From The Luminous Clarity of the Universe,
Heart Essence of the Dakinis
THE UPADESHA
ON THE TOTAL BEHAVIOR OF EQUAL TASTE

ཀློང་ཆེན་འོད་གསལ་མཁའ་འགྲོའི་སྙིང་ཐིག་ལས༔
བླ་མ་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་མའི༔
ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལས་བྱང་བཞུགས༔
From The Luminous Clarity of the Universe,
Heart Essence of the Dakinis
THE OUTER, INNER, AND SECRET PRACTICES
OF THE GURU WISDOM DAKINI

མནྡཱ་ར་བའི་སྒྲུབ་ཕུག་ནང་གི་རྨི་ལམ།
THE DREAM OF THE MANDARAVA CAVE