

༄༅། །ཕྱལ་ཀླུ་ལྷོ་པོ་ལྷ་ལ་གཟི་སྲུལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་  
མ་རིག་ལྷུན་པོའམ་ཡེ་ཤེས་སྤྱང་པའི་ཀློག།

INTRODUCTION  
TO  
MAHAMUDRA  
THE CO-EMERGENT UNIFICATION

*An Ornament which is the Luminosity of the Primordial Awareness that Dispels the Darkness of Inorance*

*by*

**Drigung Kyöpa Jigten Sumgön**

*Translated by*  
**Khenpo Konchok Tamphel**

Songtsen



Copyright © 2004 Khenpo Konchok Tamphel  
Cover design and layout by: Khenpo Konchok Tamphel

First Edition: 500 copies (Year 2004)  
Second Edition: 2000 copies (Year 2006)

*All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, translated, stored in a retrieval system in any form or by any means, electronic or mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the written permission of the publisher.*

Published by  
Songtsen Library  
Center for Tibetan and Himalayan Studies  
P.O Kulhan  
Sahastradhara Road  
Dehra Dun 248001  
Uttaranchal  
India

Ph:+91-135-2607810  
Fax:+91-135-2607813  
songtsenlibrary@rediffmail.com  
website: [www.songtsen-library.net](http://www.songtsen-library.net)  
ISBN: 81-89210-02-5

Printed at Shiva Offset Press  
Dehra Dun, India



# དཀར་ཆག

༡༽	སྤོན་འགྲོ་སྤྱོད་བ་བཞི་ལྟར།	༡
	འཁོར་བ་ལས་སློབ་ལྟག་པ་	༢
	སྐྱམ་འཛིན་ལ་འཕྱོར་	༢
	ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་	༤
	མཚུལ་	༡༠
༢༽	དངོས་གཞི་དོ་སྤྱོད་རྣམ་གཉིས་	༡༧
༡	སེམས་ཉིད་གཉུག་མའི་དོ་སྤྱོད་	༡༤
	ཞི་གནས་རྟེན་ཅན་	༡༤
	ཞི་གནས་རྟེན་མེད་	༢༠
	སྤྱི་མས་པ་	༢༠
	སྤྱོད་པ་	༢༢
	སྤྱུག་མཐོང་	༢༧
༢	སྤྱང་ཐོག་ཏུ་དོ་སྤྱོད་པ་	༢༢
	རྣམ་རྟོག་ཚེས་སྤྱང་དོ་སྤྱོད་པ་	༢༢
	སྤྱང་བ་ཚེས་སྤྱང་དོ་སྤྱོད་པ་	༧༠
༣༽	རྗེས་སུ་ཉམས་སྤོང་སྤོང་ལུགས།	༧༥

## Contents

Foreword by H.H the Drigung Kyabgon Chetsang	xiv
Preface	xvii
Acknowledgement	xix
Homage	xxi

## PART I

### THE FOUR PRELIMINARY PRACTICES

1. Reversing mind from samsara	3
2. Guru Yoga	3
3. Hundreds Syllable Mantra Recitation	9
4. The Mandala Practice	11

## PART II

### MAIN BODY CONSISTING OF TWO POINTING-OUT [INSTRUCTIONS]

1.0 Pointing out the innate nature of mind	19
1.1 Calm abiding	19
1.1.1 Calm abiding with a focal object	19
1.1.2 Calm abiding without a focal object	21
1.1.2.1 Focusing	21
1.1.2.2 Loosening	23
1.2 Special Insight	25
2.0 Pointing out upon appearances	33
2.1 Pointing Out Thoughts as the Truth Body	33
2.2 Pointing Out Appearances as the Truth Body	41

## PART III

MAINTAINING THE EXPERIENCE AT THE END	49
--	----

## **Dedication**

This book is dedicated to His Holiness the 37th Drigung Kyabgon Chetsang, the personification of the boundless compassion of the Buddhas, and for the long life of His Eminence Grachen Tritul Rinpoche, the master of mahamudra.











### Foreword

When the great master of ours, Shakyamuni, was teaching the *King of Samadhi Sutra*, Daowe Zhonu stood up from his cushion and vowed to uphold the sutra in the decadent age. The great master also put his hands on Daowe Zhonu's head and gave him his blessing with some prophecies.

In the *White Lotus Sutra of Compassion* it is said, "A fully ordained monk by the name of Tsoje will appear in the north and make the great master's teachings flourish. After death, he will become Tathagata immaculate in the World Adorned with Jewels in the land of bliss."

The fully ordained Tsoje refers to Je Gampopa Sonam Rinchen or the physician of Dagpo who blended the two streams of teachings, the sutric teachings from the lineage of Atisha and the lineage of practice and blessing from Mahasiddha Tilopa, Naropa and Metripa. In the history of Tibet, this blending of the two streams became popularly known among the Dagpo Kagyu followers as "the pith instruction of the blended streams of Kadampa and Mahamudra."

Generally, Mahamudra is the quintessence of the wheel of definitive teachings. Particularly, it is taught in the *Great Mother*, the *Tantra Equal to Space*, the *Immeasurable Tantra*, and the *Sphere of Primordial Awareness*. Even more particularly, it is taught in the *dekas* of Tilopa, the human form of Vajradhara, and Saraha as well as in the *Indian Treatise of Mahamudra*, the *Six Series of Essence* and the *Twenty-two Series of Unshakable Teachings*. All these pith instructions put together in one is the *Unification of Co-emergent Mahamudra*.

This version of the *Unification of Co-emergent Mahamudra* is found in the profound teachings of Drikung Kyopa Rigzin Gampo, the second Nagarjuna. As this text was not published before, many of the Dharma holders have assumed that the Drikung Kagyu lineage has only the *Five-fold Mahamudra* but not the pith instructions of the *Unification of Co-emergent Mahamudra*. -

From Naropa through Marpa until Milarepa, the *Unification of Co-emergent Mahamudra* was only passed from mouth to ear. Therefore, the pith instructions were not available then in written form.

The Incomparable Physician Of Dagepo meditated for six years in Sewaking in the region of Nyal and attained the realization of Mahamudra. Once again he meditated for three years in Orika Gelung and fully accomplished the realization of Mahamudra. He then taught Mahamudra to his chief disciples such as Najor Choyung and so forth and thus became a renowned master of Mahamudra and his benevolent activities pervaded all.

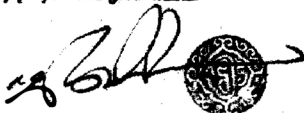
Thereafter, according to the *Treasury of Pith Instructions*, most of the mind instructions in the old and new tantras in Tibet have been based on the *Unification of Co-emergent Mahamudra*.

In brief, the *Unification of Co-emergent Mahamudra* is the amalgamation of the whole gamut of essential pith instructions from the sutric and tantric teachings of Lord Buddha. Left behind by the former siddhas, it is the most profound Dharma of the Kagyu lineage in general and the Dakpo Kagyu lineage in particular. It is a very convenient practice, emphasized by the Dharma Lord Gampopa.

Drigung Khampo Konchok Tenzin has translated this version of the *Unification of Co-emergent Mahamudra* into English and is being published together with Tibetan original.

By the merit of this endeavor may all sentient beings attain the realization of Mahamudra.

With my prayer and great wishes



Konchok Tenzin Kurzang Tshela Lhundrup  
The one blessed with the title "Gyatshe Drigungpa"

The 10<sup>th</sup> of the Saga month of Wood-monkey year  
(2549 years after Buddha's parinirvana.)

## Preface

I began to translate the *Co-emergent Unification* (Tib. lhan cig skyes sbyor) in 2002 and completed the work in 2004. The same year Songtsen Library proposed to publish the first edition with 500 copies. Unexpectedly, the entire copies were sold out within months, and the Library has been receiving considerable orders from individuals as well as organizations. Consequently, the library has decided to publish the second edition.

Among the Tibetan texts I have translated so far, the *Co-emergent Unification* has been the greatest spiritual inspiration for me. No wonder it is coming from the omniscience of a master who is famed as the “Lord of the Three Worlds.”

I would not have been able to bring out this translation if it was not for the blessing of His Holiness the Drigung Kyabgon Chetsang, who actually gave me the Tibetan text and asked me to translate into English. Besides that, I have also been blessed enough to have received the oral instructions and

transmission of this profound text, before I began its translation, from His Eminence Garchen Tritul Rinpoche, the kindest and the most compassionate guru I have ever encountered in my life. I have no doubt that this small effort of mine will be beneficial to all those who come in contact with it as I don't have the slightest doubt in the blessing of my gurus.

I hope and pray that all sentient beings come face to face with the co-emergent wisdom in this very life.

Khenpo Konchok Tamphel  
Songtsen Library

## **Acknowledgements**

With heartfelt devotion, I would like to thank His Eminence Garchen Tritul Rinpoche for blessing me with the transmission of this profound text before I began to translate it. I am deeply grateful to Phd. Barbara Du Bois for suggesting improvements throughout the translation and for repeatedly reading the manuscript. I would also like to recognize the kindness of my friends for encouraging me to publish this translation.

May all sentient beings attain the supreme siddhi of Mahamudra in this very life.

Khenpo Konchok Tamphel  
Drigung Kagyud Institute  
11 June 2004

༄། །སྐྱེ་མེད་རྣམ་དག་ཚེས་དབྱིངས་ནམ་མཁའ་ལ།  
 །འགག་མེད་སྤྲུགས་ཇེ་འོ་འོ་སྤོང་རྒྱས་པ་ཡིས། །འགོ་བའི་མ་རིག་  
 །སྤུང་བ་སེལ་མཛད་པའི། །སླུ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚེལ་ལོ།།  
 །གཉེན་མ་ལྡན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་  
 །གསལ་བའོ་སྤྲད་པ། །མདོ་རྒྱུད་དུ་ལྡན་སྤྲུང་མའི་གསུང་བཞིན་དུ།  
 །གཞན་ལ་ཡན་པའི་བསམ་པ་སྤྲི་བར་དུ།

### Homage

To those who dispel the darkness of the ignorance  
 of beings  
 By expanding a thousand rays of unceasing  
 compassion  
 Throughout the sky of the unborn, pristine, pure  
 expanse of phenomena:  
 To all sublime gurus I pay homage.

With the intention to benefit others I shal write,  
 an introduction to  
 The clear revelation of the mode of existence  
 by the innate co-emergent primordial awareness,  
 In conformity with the sutras and tantras  
 and as taught by the guru.



CO-EMERGENT UNIFICATION

# PART I

སྔོན་འགྲོ་སྦྱར་བ་བཞི་ལྟོན།

THE PRELIMINARIES CONSISTING OF  
FOUR PRACTICES



Kyopa Jigten Sumgon

།ལས་ཀྱི་འབྲས་དང་འཆི་བམི་རྟག་པར་སློམ་ཞིང་སློབས་དྲག་  
 བོ་སློང་དེ། ལྷ་སློབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གི། ད་སློབ་བླ་མས་ཀྱང་འཆི།  
 དཔྱལ་ཡོད་བླ་མས་ཀྱང་འཆི། ང་ཡང་དེ་ལྟར་འཆི་འམ་ནང་པ་འཆི། ཐམས་  
 ཅད་སློབ་ནས་འགོ་བ་ཡིན། ཅིས་ཀྱང་ཅི་བྱེད་བསམ་པའི་གྲོ་སྒྲ་མུང་རྩིལ་  
 བཏང་ནས། སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་བླ་མས་ཀྱང་རང་སེམས་ཚོས་སྒྲ་  
 རང་རོ་རང་གིས་མ་གཤམ་པར་ང་མེད་པ་ལ་ངར་བཟུང་། བདག་མེད་པ་ལ་  
 བདག་ཏུ་བཟུང་། སླིང་རེ་རྗེ་སླམ་དུ་བསློམ་མོ།།

ཉམས་དང་རྟོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་ལྷ་མའི་བྱིན་རླབས་དང་། རང་  
 གི་མོས་གུས་ལས་འབྱུང་སྟེ། བརྟག་གཉིས་ལས། གཞན་གྱིས་བརྗོད་  
 མིན་ལྷན་ཅིག་སློབ། །གང་དུ་ཡང་ནི་མི་རྟེན་དེ། །ལྷ་མའི་དུས་མཚམས་  
 བསྟེན་པ་དང་། །བདག་གི་བསོད་ནམས་ལས་གཤམ་བུ། །

## I [Reversing Mind from Samsara]

**H**aving generated a strong sense of renunciation by contemplating the law of karmic cause and result, death, and impermanence, one completely abandons shortsightedness and thinks, “Those who were born in the past have died, those who are taking birth are destined to die, those who are now alive will die. I, too, may die today or tomorrow, leaving everything behind, nothing being of any use.”

Then one meditates on compassion for all suffering sentient beings by reflecting on how they, not recognizing themselves, not realizing that their mind is the Truth Body, grasp at “I” that does not exist, grasp at a “self” that does not exist.

## II Guru Yoga that Swiftly Instills Blessing

The roots from which all experiences and realizations develop are the guru’s blessing and your devotion [to the guru].

The *Hevajra Tantra* says,  
“Unspoken by others, the co-emergence  
Cannot be found anywhere.  
Be it known that it is [found] by  
Following the guru for an extended time  
and by your own merits.”

ཞེས་པ་དང་། དམ་ཚིག་བཀོད་པ་ལས་ཀྱང་། མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་ལྡན་  
 པའི་ལྷ། །བསྐྱལ་པ་འབྲུམ་དུ་བསྐྱོམ་པ་ཡིས། །སྒྲུ་མ་སྐད་ཅིག་ཅན་  
 པས་འབྲུམ་ཚར་མིན། །བསྐྱེན་སྐྱུ་བ་བསྐྱེས་པ་ས་ཡ་བས། །སྒྲུ་མའི་  
 གསོལ་འདེབས་ལན་གཅིག་དགའ། །ཞེས་གསུངས་པས། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཚེ་ད  
 དུ་སྒྲུ་མ་སྐྱུ་བ་ཞིའི་བདག་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་གདབ་སྐྱེམ་དུ་བསམ་ལ། རང་  
 ལུས་ཡི་དམ་ལྟར་གསལ་ཚམ་པའི་སྤྱི་བོར། དེ་ན་པོ་ཆེའི་བྲི་དང་པད་མ་ཉི་  
 རྩའི་སྤེང་དུ་རང་གི་ཅུ་བའི་སྒྲུ་མ་དེ་ཉིད། སངས་རྒྱས་དོ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་  
 པར་སྐྱུ་མཚན་དང་དཔེ་བྱུང་དུ་འབར་བ། ཞལ་འཕྱོམ་བཀག་དང་ལྡན་པ། ལྷགས་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་དུ་མ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ། རང་ལ་དབྱེས་བཞིན་པ་དེ་  
 བསྐྱོམ་ནས། །སྒྲུ་མ་བརྒྱུད་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མཚོལ་ཁ་ཆར་  
 འབབ་པ་བཞིན་ལྷགས་ཀར་བསྐྱིམ་ནས་སྒྲུ་མ་ཀྱུན་འདུས་སུ་བསྐྱོམ། ལྷོགས་  
 བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱུང་རྒྱུ་བེམས་དཔེ་ཡི་དམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསྐྱིམས་ནས།  
 སངས་རྒྱས་འདུས་སྐྱུ་དུ་བསྐྱོམ་ནས། མཚོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཚོད་དེ། ལུས་  
 འོངས་སྤྱོད་ལྟེ་ས་མེད་ལུལ་ཞིང་། སྤྱིང་ལོང་རུས་པའི་གཉིང་ནས་མོས་པ་  
 དང་གྲུས་པ་དུང་དུང་པས།

The *Display of Samaya* also says,  
“Meditating for 100,000 aeons on a deity  
Who possesses the major and minor marks  
Is not equal to remembering the guru  
for even a moment.  
Better than a million-mantra recitation  
Is a single supplication to the guru.”

Thus it is said, and therefore you should think, “I vow to attain complete enlightenment for the benefit of all sentient beings, and for that I am going to make supplications to the guru who is the embodiment of the Four Bodies.”

Visualize that your body appears in the basic form of the yidam-deity. Above your crown, cushioned by a lotus, a sun and a moon on a jeweled throne, sits your root guru. His body in the form of Vajradhara is splendid with the major and minor marks. His face has a blossoming smile, his mind is in equipoise in various samadhis and he is delighted with your presence. Having meditated thus, dissolve the root and lineage gurus into the guru’s heart like drops of rain and flakes of snow melting into the sea. Thus meditate on the guru as the embodiment of all gurus.

Likewise dissolve all buddhas, bodhisattvas, and yidam-deities of the ten directions [into the guru] and meditate on him as the embodiment of all buddhas. Having meditated thus, make offerings of all kinds—offer your body and wealth unhesitatingly with heartfelt devotion from the core of the heart

དག་ཏུ། ལྷ་མ་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཛིནོ།། བདག་  
 འཛིན་གྲོས་ཐོངས་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་  
 བར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། རང་སེམས་སྐྱེ་མེད་གཅིག་ཆར་དུ་རྟོགས་  
 པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། འཁྲུལ་པ་རང་སར་དག་པར་བྱིན་གྱིས་  
 བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ལྷ་དང་སྤྲིད་ཚེས་སྐྱུར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།  
 ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་དམིགས་པས་ལྷ་མ་སངས་རྒྱལ་འདུས་སྐྱུའི་སྐྱེ་  
 དང་། དཔལ་བ། མགྲིན་པ། ལྷགས་ཀ་ལ་སོགས་པ་ནས་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་བདུད་རྩི་འི་རྒྱན་རང་གི་ཚངས་བུག་ནས་མར་བབས་པས། ཚོ་འཁོར་བ་  
 རོགས་མེད་པ་ནས་ལས་ངན་སྤྲིག་སྤྲིབ་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་ཐམས་ཅད་དག་  
 ཅིང་། ལུང་ཚོ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་རྩིས་གང་བས། ལུས་  
 སེམས་བདེ་སྤེལ་བྱུང་བར་བསམ་མཞིང་། ལུན་བཞིར་གསོལ་བ་གདག་། ལུན་  
 མཚམས་གྱི་སྦྱོད་ལམ་རྣམ་བཞི་ཡང་། །ང་དེ་རིང་གི་འཇམ་ནང་པར་གྱི་ཅིས་  
 གྲང་ཅི་བྱེད། ལྷ་མ་མཁྱེན་སྐྱེམ་པའི་མོས་གུས་དུང་དུང་བྲན་པ་ཚམ་གྱིས་

and the depth of the bones, and say,  
"I go for refuge in the precious guru buddha.  
Please bless me so that I may give up self-grasping.  
Please bless me so that the [state of] needing nothing  
dawns in my mindstream.  
Please bless me so that I may instantaneously realize  
the unborn nature of mind.  
Please bless me so that confusion may become puri-  
fied in its own place.  
Please bless me so that appearances and possibilities  
may manifest as the Truth Body."

Thus, upon supplicating and visualizing the guru, the embodiment of all buddhas, a stream of elixir of the primordial awareness flows from his body, forehead, throat and heart, etc. Imagine that as the elixir enters and descends through the Brahma aperture at your crown, it washes away all the non-virtuous deeds, obscurations and samaya transgressions of beginningless lives in samsara. Then as the elixir overflows [from your crown] you feel a sense of ecstasy in your body and mind, filled with the stainless elixir of primordial awareness. Thus supplicate in four sessions.

Four activities between the sessions are:

1. Think, "I may die today or tomorrow, so what is of any use? Oh guru! Please look upon me!"  
Generating such heartfelt devotion your eyes fill with tears by the mere remembrance of [the guru].

སྐབས་སྤྲོ་བ་དང་ལ་ཐིམ་པ་ལ། སྤྲོ་བའི་སྐྱེས་སྤྱོད་ཕྱག་ལ་དང་དང་གི་  
ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པར་བསམ་ཞིང་། མཉམ་པར་  
བཞག་པ་ལྟ་བུ་བསྐྱོད།

### གསུམ་པ། ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སྤོམ་བརྒྱས་ནི།

དང་ཐ་མལ་པའི་སྤྱི་བོར་པད་རྒྱའི་སྤྱི་བོར་རྩེ་རྩེ་ལས་དྲེད་སྤྱི་མཐོང་གི་  
དཀར་པོ། ཞབས་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ་གཡས་དྲེད་སྤྱི་མཐོང་གི་ལྷོ་ལོ་  
ཅིང་གཡོན་རྩེ་ལ་བུ་དཀར་བཏེན་པ། ཞབས་གཡས་རྒྱུང་གཡོན་བརྒྱུམ་  
པ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ཅིག་བསྤོམ་ལ། དེའི་ཕྱག་ལ་ཀར་རྒྱུ་  
པའི་སྤྱི་བོར་རྩེ་རྩེ་ལ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་གཡས་རྒྱུང་དུ་བསྐྱོར་བལ་མཉམ་པའི་དབྱེར་པའི་ལས་པས།  
སྤྱི་གསལ་བཅུའི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་མཐོང་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་ལ་ག་  
ནས་ཡི་གེས་ཀྱི་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས་ཏེ་དྲེད་སྤྱི་མཐོང་གི་སྤྱི་བོར་ཐིམ་པས།  
དྲེད་སྤྱི་མཐོང་གི་སྤྱི་མཐོང་མཐོང་ཅད་དང་ལྷན་པར་དུ་ཕྱག་ལ་གའི་རྩེ་རྩེ་ལ་བདུད་  
ཅིའི་རྒྱན་བྱུང་ཞིང་། ཞབས་གཡས་པའི་མཐོང་བོར་ནས་དང་གི་ཚངས་བུག་  
ན་མར་བབས་པས། ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྤྱི་གསལ་དམ་ཚིག་ཉམས་  
ཚགས་ཐམས་ཅད་ལམ་དོག་ནག་པོའི་རྣམ་པར་སྤྱིར་བུ་དེ་ཅིང་། ལུས་ཚོ་



2. At times, imagine that as the guru dissolves into you, his body, speech and mind merge inseparably with your body, speech and mind.
3. Set your [mind] evenly in equipoise.
4. Dedicate the virtue.

### III Meditation and Recitation of the Hundred Syllable Mantra

You are in your ordinary form, with a lotus and moon disk at your crown. On the [moon disk] stands the syllable HUNG, which transforms into Vajrasattva, white, with one face and two hands. His right hand holds a vajra at his heart and his left hand holds a bell at his waist. Adorned with jewel ornaments, he sits with his right leg extended and his left leg bent. Thus meditate.

At Vajrasattva's heart on a moon disc is the syllable HUNG, encircled clockwise by the Hundred Syllable Mantra. As rays of light emanate from the circling mantra, streams of elixir of the primordial awareness flow from the hearts of the buddhas and bodhisattvas of the ten directions and dissolve into Vajrasattva's crown. Thus from every part of Vajrasattva's body, particularly from the HUNG syllable at his heart, elixir falls in a stream that flows from his right big toe, entering your body through your Brahma-aperture and expelling, in black forms, all non-virtuous deeds and defilements of your body, speech and mind and transgressions of all samayas.

ཟག་པ་མེད་པའི་བདུན་ཅུ་མ་གང་བར་བསམ་ལ་ངག་ཏུ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ལུས་ཚང་  
བགྲང་། འཕྲོ་བཅད་ཚེན་མཚོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་ནས། རྗེ་མེམས་  
དཔའ་རང་ཉིད་ལ་ཐིམ་པས། རྗེ་མེམས་དཔའི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་  
གི་ལུས་ངག་ཡི་དགས་ལ་དབྱེར་མེད་དུ་འདྲེས་པར་བསམ་ཞིང་། མཉམ་  
པར་བཞག་ལ་རྗེས་བསྡོམ་བྱུང་།

### བཞི་པ། མཚུལ་ལ་གཉིས།

བསྐྱུབ་པའི་མཚུལ་དང་འབྲུལ་པའི་མཚུལ་ལོ།

དང་པོ། བསྐྱུབ་པའི་མཚུལ་ནི།  
མཚུལ་ལེགས་པར་ཕྱིས་ལ། རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་ཚོགས་ལས་གྲུབ་པའི་གཞལ་  
ཡས་ཁང་གྲུབ་ཞི་སློབ་ཞི་དང་ལྷན་པར་བསམ་ལ། དེའི་དབྲུས་དང་ཕྱོགས་  
བཞིར་སེང་གེ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱི། ཉི་ཟླ་པ་བྱུང་བའི་གདན་  
དང་བཅས་པའི་དབྲུས་སྤུ་ཕུ་བའི་སྒྲུ་མ། ཤར་དུ་ཡི་དམ། ལྷོར་སངས་  
རྒྱས་དཀོན་མཚོ་ག། ཁུབ་ཏུ་ཚོས་དཀོན་མཚོ་ག། བྱང་དུ་དགེ་འདུན་  
དཀོན་མཚོ་ག་བསྐྱོམ། དེ་རྣམས་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས། སྒྲུ་མ་ལ་ཕ་  
བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་སྒྲུ་མ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེམ། ཡི་དམ་ལ་ཡི་དམ་

Imagine that your body is filled with stainless elixir and say the Hundred Syllable Mantra as much as you can.

At the conclusion, when you make offerings and Vajrasattva dissolves into you, your body, speech and mind merge inseparably with Vajrasattva's body, speech and mind.

Thus imagine and set [your mind] evenly in equipoise, and then do the dedications.

## IV Mandala

### 1. Accomplishment Mandala

Clean the mandala rings well. Imagine the mandala as a celestial mansion, made of a myriad of precious materials, with four corners and four entrances. In its center and in the four directions are precious thrones, each supported by four lions and with a cushion of lotus, sun and moon. Seated on the throne in the center is your root guru, in the east is the yidam-deity, in the south is the buddha, in the west is the dharma, and in the north is the sangha. When dazzling lights emanate from them, dissolve the root and lineage gurus into the guru, yidam-deities into the yidam-deity,

གྱི་ལྷ་ཚོགས། སངས་རྒྱལ་ལ་ཕྱོགས་བརྩེ་སངས་རྒྱལ། ཚོས་ལ་  
དམ་པའི་ཚོས་དཔག་ཏུ་མེད་པ། དགོ་འདུན་ལ་ཉན་རང་བྱུང་རྒྱལ་མེམས་  
དཔའ་ལ་སོགས་པ་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱིམ་ལ།

གཉིས་པ། འབྲུལ་བའི་མཚུལ་ནི།

རྒྱ་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱིས་གཞི་ལས་བྱུང་པ་ཡང་ས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དབྱེས་སུ་ཚོམ་  
བྱུང་གཅིག་བཞག་པ་དབྱེས་ཀྱི་རི་བོ་མཚོགས་པ། ཤར་དུ་གཅིག་བཀོད་ཤར་  
ལུས་འཕགས་པོ། ལྷོ་རྒྱུ་གཅིག་བཀོད་ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་། ལུབ་ཏུ་  
གཅིག་བཀོད་ལུབ་ལ་ཡང་སྐྱོད། བྱུང་དུ་གཅིག་བཀོད་བྱུང་སྐྱུ་མི་སྐྱུ་  
དབྱེས་དང་ཤར་གྱི་བར་དུ་གཅིག་བཀོད་ཉི་མ། དབྱེས་དང་ལུབ་ཀྱི་བར་དུ་  
གཅིག་བཀོད་རྒྱ་བ། དབྱེས་སུ་ལྷ་དང་མི་ཡི་ལོངས་སྐྱོད་དཔལ་འབྱོར་ལུན་  
སུ་མཚོགས་པ་སྐྱོང་གསུམ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བྱུར་བྱུར་གང་བ་དང་།  
བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྐྱོད་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་བརྒྱམས་ལྷོས་པ་  
མེད་པར་འབྲུལ་ཞིང་། རྣམ་དམ་པ། བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྐྱོད་དགོ་  
བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་ལོ། །ལོངས་སུ་བཞེས་སུ་གསོལ་ལོ། །བདག་  
ལ་རྫོགས་པ་མཚོགས་ཏུ་གྱུར་བ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཉམས་སྐྱོང་རྒྱན་  
ཆ་དམེད་པར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

buddhas of the ten directions into the buddha, countless forms of dharma into the dharma, and countless number of noble sangha, such as hearers and solitary realizers, buddhas and bodhisattvas, into the sangha.

## 2. Offering Mandala

The ground is of precious gold and is vast and spacious. Place a handful of [offering materials] in its center signifying Mount Meru, place a handful in the east signifying the Eastern Noble Body Continent, place a handful in the south signifying the Southern Rose-apple Continent, place a handful in the west signifying the Western Wish-fulfilling Cow Continent, place a handful in the north signifying the Northern Unpleasant Sound Continent, place a handful between the center and the east signifying the sun, place a handful between the center and the west signifying the moon.

Piled up in the center [of the mandala] are the magnificent riches and glory of gods and humans, appearing like the three thousand world systems filled with a myriad of precious objects. Holding nothing back, offer these together with your body, wealth and the virtues you have accumulated in the three times, and supplicate, "Sublime guru! I offer you everything, my body, wealth, and the root of virtue. Please accept them fully. Please make the most excellent realization dawn in me. Please grant your blessing so that I may have uninterrupted [meditative] experiences."

དེ་བཞིན་དུ། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཚོགས། བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགོ་  
བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་ལོ། ། ཡོངས་སུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བདག་  
ལ་རྟོགས་པ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཉམས་སྤོང་རྒྱན་  
ཚད་མེད་པར་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། རོ་བོ་དཀོན་མཚོ་ག་  
གསུམ་པོ། བདག་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་  
ལོ། ། ཡོངས་སུ་བཞེས་སུ་གསོལ། བདག་ལ་རྟོགས་པ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་  
བ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ཉམས་སྤོང་རྒྱན་ཚད་མེད་པར་འཆར་བར་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་གསོལ་བ་གདབ། དེ་  
ལྟར་སྤོན་འགོ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་བྱས་ནས་བསྐོམ་ལོ། །

Likewise [supplicate], "Assembly of yidam-deities! I offer you everything, my body, wealth, and the root of virtue. Please accept them fully. Please make the most excellent realization dawn in me. Please grant your blessing so that I may have uninterrupted [meditative] experiences.

Likewise [supplicate], "Three Jewels! I offer you everything, my body, wealth, and the root of virtue. Please accept them fully. Please make the most excellent realization dawn in me. Please grant your blessing so that I may have uninterrupted [meditative] experiences."

Thus meditate on the preliminaries for a long time.

ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་སྤོང་།



## PART II

དངོས་གཞི་དོ་སྤྱོད་རྣམ་གཉིས།

MAIN BODY CONSISTING OF  
TWO POINTING-OUT [INSTRUCTIONS]



Vajradhara

དངོས་གཞི་དོ་སྦྱོང་རྣམ་གཉིས་ནི།   སེམས་ཉིད  
གཉུག་མའི་དོ་སྦྱོང་དང་།   སྤང་ཐོག་ཏུ་དོ་སྦྱོང་པ་འོ།།  
དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ།   ཞིག་ནས་དང་ལྷག་མ་ཐོང་དོ།།

ཞིག་ནས་ལ་དང་པོ་རྟོན་ཅན་ནི།

༡༡། །ལུས་གནད་ལ་ལྷུང་ལ་ལོར་ལེགས་པར་བྱས་ནས།   སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་བྱས་མ་དུ་བསམ་ནས།   ལུས་  
ཡི་དམ་གྱི་ལྷན་གསལ་པའི་སྤྱི་བོར་རྣམ་བསྐོམ་ལ།   མོས་གུས་དུང་དུང་  
པ་བྱས་ལ།   འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་གྱི་རྟོག་པའི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར།  
རང་གི་མ་དུན་དུ་ཤིང་བུ་དེ་ལྟེ་ལ་མོགས་པའི་མཚན་མ་གཅིག་ལ་ལྟ་སྤྲངས་ཀྱིས་  
ཤེས་པ་གཏད་ལ།   དེ་ལས་གཞན་དུ་སྤྲད་ཅིག་གཏང་མ་ཡེངས་པར་བཞག  
བསྐོམ་དང་བཟང་ལ་གྱེས་བྱེད།   གནས་དོན་ལ་ཤིག་བཞིག་ལ།   ཅུང་ཟང  
མེད་ལ་གསོ།   ཡང་སྤར་བཞིན་དུ་བསྐོམ།   དེ་ལྟར་ཐུན་རྒྱུང་ལ་གྲངས་  
མང་དུ་བྱས་ཤིང་ཐུན་བཞིན་དུ་བསྐོམ།

## **1.0 Pointing out the innate nature of mind**

- 1.1 Calm abiding
  - 1.1.1 Calm abiding with a focal object
  - 1.1.2 Calm abiding without a focal object
    - 1.1.2.1 Focusing
    - 1.1.2.2 Loosening
- 1.2 Special insight

## **2.0 Pointing out upon appearances**

- 2.1 Pointing out thoughts as the Truth Body
- 2.2 Pointing out appearances as the Truth Body

### **1.0 Pointing out the innate nature of mind**

- 1.1 Calm abiding
  - 1.1.1 Calm abiding with a focal object

Assume properly the body posture, the key physical points, and think, "I vow to achieve buddhahood for the sake of all sentient beings." Visualize your body in the form of the yidam-deity and meditate on the guru above your crown with heartfelt devotion. Without harbouring any thought of past, present or future, look at and set your mind on any sign in front of you, such as a pebble or a tiny stick, etc., and keep your mind undistracted from it for even a moment.

Perfectly Disengaging from Meditation:  
Remove your focus from the focal object, rest briefly, and meditate again as before. Thus meditate in short but repeated periods during the four sessions.

ཐུན་བར་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་གཉིས་འཛིན་འབྲུལ་བལ་མ་ཡེངས་པར་ཡིད་ལ་མི  
བྱེད་པའི་བྲན་པ་རྟེན་བཟུ། མིག་ཀྱང་སྐྱ་ཚེའི་ཐད་སོལ་བལྟ་བ། འགོ་  
འདུག་ལ་སོགས་པའི་སྤོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཤེར་བྱས་ཏེ། ཉི་སྤྱི་  
པས། ལྟ་སྟངས་དང་ནི་སེམས་འཛིན་དུ་མ་ཡིས། །རིག་པ་ངང་ལ་མི་  
གནས་བར་དུ་བཅུ་ནི། །ཞེས་གསུངས།

གཉིས་པ་རྟེན་མེད་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིམས་པ་དང། སྤོད་པ།

དང་པོ། སྤྱིམ་པ་ནི།

འབྲུལ་འཁོར་ལྷ་སྟངས་སྲུང་དང་འདུ་བལས། ཤེས་པ་རུང་ཞིག་སྤྱིམས་  
ནས་སྐྱ་ཚེའི་ཐད་སོལ་ནི་མཁའ་ལ་བལྟས་ལ། སྐད་ཅིག་ཀྱང་མ་ཡེངས་  
པར་ཚེ་གཅིག་ཏུ་བཞག། དམིགས་པ་དང་མཚན་མཚན་གྱི་སྒྲོམ་རྒྱུ་ནི་གཅིག་  
ཀྱང་མེད་ལ། ཡེངས་སུ་ནི་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མེད་པར་བྱསྟེ། ཡིད་ལ་མི་  
བྱེད་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་ལ། །བསྒྲོམ་རྒྱུ་རྩལ་ཅམ་མེད་པས་མི་བསྒྲོམ་  
སྟེ། །བསྒྲོམ་མེད་དོན་དང་འབྲུལ་མེད་བསྒྲོམ་པའི་མཚོག། །ཅེས་གསུངས་  
པས། ཐུན་རྒྱུང་དུ་རྒྱུང་དུ་བྱས་ནས་ཡིད་ལ་བསྒྲོམ།

Even between the sessions, do not be distracted by dualistic confusion and maintain constant non-conceptual mindfulness. Focus the gaze along the tip of the nose and be gentle in all activities, such as moving, sitting and so forth.

Tillipa has said,  
"Through a myriad of ways of gazing  
and mind-focusing,  
Persevere until Awareness abides in  
its natural state."

### 1.1.2 Calm abiding without a focal object

#### 1.1.2.1 Focusing

[Maintaining] the body posture and gaze as before, with your mind slightly focused, look into space at the level of the tip of your nose and set your [attention] on it one-pointedly, without even a moment of distraction. While there is nothing visual or characteristic to meditate upon, do not allow even a moment of distraction.

It is said,  
"In non-conceptual Mahamudra,  
Do not meditate, as there is nothing to meditate,  
not even as tiny as an atom.  
Parting not from the point of non-meditation  
is the supreme meditation."

Thus meditate in short sessions.

ཐུན་བར་གྱི་སྤྱོད་པམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤར་བ་ཞིན་དྲན་པ་ཏུ་རྟེན་བའདེལ། ལས་  
དང་པོ་པར་རྣམ་རྟོག་མང་དུ་འཕྲོ་བ་འདུ་ཞིག་འོང་བ་དེ་སེམས་ཅུང་ཞིག་གནས་  
པའི་རྟོགས་ཡིན། གནས་པ་མེད་པའི་གོང་དུ་རྣམ་རྟོག་སྐྱེས་ཚད་ངོས་མ་  
ཟེན་པར་རྒྱ་ཡན་དུ་ཤོར་བ་ཡིན། ཅིས་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་སྐྱེས་སུ་འཕྲོ་ན་  
རྟོག་པ་གང་འགྲུས་པ་དེ་ངོས་ཟེན་པར་བྱས་ནས། སེམས་མ་ཡེངས་པར་  
གཅིག་འགྲུས་གཉིས་འགྲུས་ངོས་བབུང་ལ། རྒྱ་ཡན་དུ་ཡེམ་ཤོར་བ་འགྲུ་  
ཚད་ངོས་བབུང་ནས། ཡང་ཅུང་ཟད་རེ་ངལ་གསེའིང་། ཡང་དེ་ལྟར་  
བསྐྱོམས་པས་རྟོག་པ་ཉིད་སེམས་འཛིན་གྱི་རྟེན་དུ་སོང་ནས་རྟོག་མེད་དུ་ལྷན་  
ཞེར་གནས་པའོ།།

གཉིས་པ། ལྷོད་པ་ནི།

འབྲུལ་འཁོར་ལྷ་སྐྱངས་སྤར་དང་འདྲ། ལུས་སེམས་ལྷོད་དེ་ལྷོད་ནས་ཤེས་  
པ་རང་ལུགས་སུ་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ངང་ལ་ལྷོད་དེ་ཤིག་གེར་  
བཞག། དེའི་ངང་ནས་མ་ཡེངས་པའི་དྲན་པ་ཡུད་དེ་བྱས་པས་ཤེས་པ་གསལ་  
ལེ་སིང་ངེ་བའི་ཉམས་སྐྱེ་སྐྱེ། སེམས་ཉིད་སྤྱོད་ལྟར་ལྟར་ལའི་ངང་། རྒྱ་  
མཚོ་ཤིལ་དང་མེ་རྟོག་བཞིན། །སང་ངེ་རྗེ་ཞེས་ལ་ལེ་བ། །དྲན་དུ་  
མེད་ཅིང་ཡེངས་སུ་མེད། །ཅི་རིགས་ཚོམ་དུ་གོ་མས་པར་གྱིས། །ཅེས་

Carry on all activities between the sessions also with constant mindfulness, as before. In doing so, for beginners, thoughts will seem to proliferate extensively. This indicates a small degree of mental stability. Before you have mental stability, all thoughts that arise remain scattered and unrecognized. Nonetheless, if a myriad of thoughts proliferate, make sure to recognize whatever fluttering thought arises.

Thus, with undistracted mind, recognize each fluttering thought, one thought after the other, and never allow your mind to scatter. As you take a short rest and meditate again in this way, the thought-free mind abides in pristine clarity by the thoughts themselves serving as the holding point for the mind.

#### 1.1.2.2 Loosening *Relaxed*

[Maintain] the body posture and gaze as before. By relaxing your body and mind, let your awareness be relaxed and released in its natural state, in the dimension of thinking nothing. Without being distracted from this dimension, as you maintain constant mindfulness, an experience of mind being vividly pristine will dawn.

It is said,

“The nature of mind is unelaborated

[like] the dimension of space.

Like an ocean, a crystal or a flower,

It is awake, naked and clear.

It is neither to be focused on nor distracted from.

Accustom yourself to this as much as possible.”

གསུངས་པས། ཉམས་ལྷ་ཞིང་གནས་པམ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་བསྐྱོམ།

གཉིས་པ། ལྷག་མཐོང་ནི།

ལུས་གནད་འཁྲུལ་འཁོར་སྲུང་དང་འདྲ་བལས། ལྷ་སྐྱངས་བར་སྐྱོད་གི་  
 བམ་མཁའ་ལ་བསྐྱས་ལ། ཤེས་པ་རྩུང་བྱེད་དང་བསྐྱེད་ལ་སེམས་རང་ལུགས་  
 སུ་ལྷོད་དེ་ཤིག་གི་རབ་ཞག་པས་སེམས་གསལ་ལྷན་ནི་གནས་པའི་དོ་བོ་ལ་ཅེ་  
 རེ་ལྷོས་ལ། སེམས་ཀྱི་དོ་བོ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འདུག་རང་ལ་རང་གིས་ལེགས་  
 པར་ལྷོས། ཡང་དེ་ལྷར་བསྐྱོམ་ཞིང་ལེགས་པར་ཐག་ཚོད་པར་བྱས་པས།  
 སེམས་གསལ་ལ་དོས་བཟུང་མེད་པའི་ཤེས་པ་སིང་དེ་ཡེ་རེ་བརྗེན་ལྷང་དེ་  
 བཞིག་ཡོད། དེམ་གྱུང་གི་བར་དུ་སྐྱེས་ལ་གསོལ་བ་གདབ་ཅིང་། ཡང་  
 བས་ཡང་དུ་བསྐྱོམ་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པར་རང་སར་ཞི་བས། སེམས་རང་  
 ལུགས་སུ་ལྷོད་དེ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་དེ་ཞི་གནས་ཡིན། དེའི་ངང་ནས་  
 སེམས་ཀྱི་དོ་བོ་དེ་འདྲ་བཞིག་འདུག་བྱ་བའི་སྐྱབས་མ་བཟོད་མེད་ལ། མེད་  
 བཞིན་དུ་གསལ་ལ་མ་འགགས་པའི་ཤེས་པ་སིང་དེ་ཡེ་རེ་བརྗེན་ལྷང་དེ་བམ་  
 མཐོང་བའི་མཐོང་རྒྱ། མ་སྤོང་བའི་སྤོང་རྒྱ།



Thus, observe your experiences and meditate until stability arises.

## 1.2 Special Insight

[Maintain] the body posture, the key physical points as before, but now focus your gaze straight ahead into space. With your awareness slightly sharpened, let your mind be relaxed and released in its natural state. Then, when your mind abides in pristine clarity, look directly at its nature and discover how its nature is, mind looking thoroughly at mind itself. Having gained perfect certainty by meditating in this way, a clear yet indefinable state of awareness, which is pristine, vivid and naked, will unfold. Until that happens, as you meditate again and again with supplications to the guru, thoughts subside of their own accord and mind abides one-pointedly, relaxed in its own nature. This is "calm abiding." In this dimension the nature of mind is ineffable; it cannot be thought about or described in a certain way, but it appears to be a clear and unceasing mind, pristine, vivid and nakedly clear. It is to be seen by not seeing, to be experienced by not experiencing.

རང་ལ་ཡིད་ཆེས་རྒྱུ་ལམ། ཐག་ཚོད་རྒྱ་ལྷིག་ནི་ཡོད་ལ། རག་ཏུ་སྐྱེ་མ་  
 ཤེས་པ་དེ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ཏེ། བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། ལྷ་མའི་  
 ལུང་ལ་སྐྱིམ་ས་ཏེ་གུས་འབད་ན། །ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པར་འབྱུང་བར་ཐེ་ཚོས་  
 མེད། །འདོག་ཡོན་ཏན་ཡི་གེ་དཔེ་བྲལ་བས། །སྐྱེ་རུ་མ་སྐབ་བདག་གིས་  
 གྱིན་མཚོན། །གཞོན་རུ་མ་ཡི་བདེ་བ་སྦྱིང་ལ་བཞིན། །དབང་ཕུག་དམ་  
 པ་དེ་ནི་སྤུ་ལ་སྐྱེ་རུ་ས་སམ། །ཞེས་སུ་དམ། སེམས་ཉིད་སྐྱེ་འགགས་  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་སིང་ཇེ་ཡེ་རེ་བ་དེ་ག་ལ། ཕུག་རྒྱ་  
 ཆེན་པོ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། ཆོས་གྱི་སྐྱེ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར་ཏེ། རབ་ཏུ་མི་གནས་  
 པ་དེ་ལོན་ཉིད་གྱི་རྒྱུད་ལས། འདི་ནི་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྟེ། འདི་ནི་རྗེ་མས་  
 མགོས་པ། །འདི་ལ་དགག་དང་སྐྱབ་པ་མེད། །ལམ་དང་གཉེན་པོས་  
 རྐྱེད་མ་ཡིན། །འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་སྐྱེ། །འདི་ནི་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
 གཞི། །འདི་ནི་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས། སེམས་ཉིད་  
 རིག་སྟོང་རྗེན་པ་འདི་ག་དེས་པ་དོན་གྱི་དཀོན་མཚོ་གསུམ་དང་། སྤགས་  
 དང་དྲིལ་འཁོར་ལ་སོགས་པ་འདེད་ཡིན་པས། གཉིས་མེད་རྣམ་རྒྱུ་ལས།  
 དཀོན་མཚོ་གསུམ་གྱི་དཔལ་ལྷན་པ།

There is something you are confident or certain about; nonetheless, it is ineffable. This is "special insight."

The Great Brahman has said,  
"Focusing closely on the guru's words,  
if one obediently strives,  
There is no doubt that this will culminate in  
the co-emergence.

As it has no color, attributes, words or analogies,  
I simply recognize but cannot speak of it.  
Like a young girl's pleasure in her heart,  
To whom can this "sublime lord" be told?"

This very nature of mind that is pristine and vivid,  
free from the extremes of arising, ceasing, and abiding,  
is called "Mahamudra," as well as the "Truth Body."

The *Utterly Non-abiding Tantra of Suchness* says,  
"It is Mahamudra.

It is free from stains.  
It has nothing to negate and nothing to establish.  
It is never found by paths and antidotes.  
It is the body of all the buddhas.  
It is the foundation of all qualities.  
It is spontaneously present."

As this very naked nature of mind that is cognizant  
and empty is the definitive and absolute Triple Gem,  
as well as the mantras and mandalas, and so on.

The *Victory of Non-duality* says,  
"The glories possessed by the Triple Gem

།རང་རིག་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ལ་རྫོགས། །རྒྱ་དུ་བདེ་བ་སྐྱེར་བྱེད་པའི། །བྱང་  
 རྒྱུ་ཚུལ་འདི་བསྟན་པ་ལོ། ། ཞེས་དང་། བརྟག་གཉིས་ལས། འདི་  
 བོ་སྐྱེས་པ་བརྒྱུས་འདི་དཀའ་འཁྲུག་དང་འདི་སྦྱིན་སྲེག། །འདི་བོ་དགྲིལ་འཁོར་  
 པ་དང་དགྲིལ་འཁོར་མཚོག་མི་འདི། །མདོར་བསྐྱེས་ན་མི་སེམས་སུ་འདུས་  
 པའི་གཞུགས་ཚབ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས། དཔྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་  
 མའི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་གསུམ་ཡང་ཚང་སྟེ། གཤིས་ཅིར་ཡང་མི་གནས་པ་ཚོས་  
 སྐྱེ། མདངས་ཅིར་ཡང་མེད་གསུམ་པ་ལོངས་སྐྱེ། དེ་གཉིས་གཉིས་སུ་  
 མེད་ཅིང་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་སྟེ། གཉིས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་ལས།  
 སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཚོས་སྐྱེ་སྟེ། །འགག་པ་མེད་པ་ལོངས་སྐྱོད་རྫོགས། །གང་  
 དུ་འདམ་གནས་སྐྱེ་བ་པའི་སྐྱེ། །དབྱེར་མེད་ཚུལ་འདི་བསྟན་པ་ལོ། ། ཞེས་  
 གསུངས། རང་གི་སེམས་ཉིད་གཉེན་མ་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 རང་རིག་རང་གསལ་འདི་ཉིད། སྦོང་ཉིད་སྦྱིང་རྗེ་དབྱེར་མེད། བདེན་  
 གཉིས་དབྱེར་མེད། ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད།

Are completely present in  
the primordial self-awareness alone.  
This shows the way of awakening  
That bestows bliss in[ one's mind] stream."

*Hevajra* says,

"It is mantra recitations, it is austerity  
and it is burning generosity (fire puja).  
It is the beings in the mandala and  
The chief of the mandala.  
In brief, everything is reflection  
contained within the mind."

Even the three bodies are present in a current moment of awareness:

Truth Body is its nature, which does not exist in any form. Complete Enjoyment Body is its unceasing radiance and Emanation Body is the union of both, indivisible and abiding nowhere.

*The Victory of Non-duality* says,

"Unborn is the Truth Body,  
Unceasing is the Complete Enjoyment Body,  
Abiding nowhere is the Emanation Body.  
Thus is the way of indivisibility shown."

This innate nature of your mind, the primordial co-emergent awareness which is self-aware and self-luminous itself is:

The indivisibility of emptiness and compassion,  
The indivisibility of the Two Truths,  
The indivisibility of skillful means and wisdom, and

བསྐྱེད་རྫོགས་དབྱེར་མེད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། གཤམ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཤེས་  
 རབ་སྟོང་པ། མདངས་ཅིར་ཡང་མ་འགག་པ་ཐབས་སྟོང་རྗེ། དེ་གཉིས་  
 གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་དབྱེར་མེད་པ་སྟེ། གཉིས་མེད་རྣམ་  
 རྒྱལ་ལས། སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་དགོངས་པའི་དོན། སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་  
 དབྱེར་མེད་པ། རྒྱབ་སེམས་ཀྱི་དོ་བོ་གཅིག་ །ཅེས་གསུངས། སེམས་  
 ཉིད་རང་ལུགས་སུ་སྟོང་ནས་གསལ་སྟོང་རིག་སྟོང་གི་རང་ནས་མ་ཡེངས་པ་ལས་  
 འོགས་ཤིག་ནས་གཞན་སྟོམ་རྒྱུ་མེད་དེ། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་བསམ་མཁྱིམ་  
 མི་འབྲེལ་པའི་རྒྱད་ལས། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་སྟོམ་བྲལ་གྱིས། །བསྟོམ་པར་  
 བྱབ་མ་ཡིན་ཏེ། །རང་བཞིན་ཚིག་པ་མེད་པའི་རྒྱལ། རྒྱལ་ཆད་པར་ནི་མི་  
 བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། སྟོང་ལམ་རྣམ་བཞིར་མ་ཡེངས་པའི་དྲན་  
 པ་ཡུད་དེ་བའི་རང་ལས་དྲན་རྟོག་གང་བྱུང་དོས་ཟེན་པར་བྱས་པས། མཚོ་  
 བོད་དུ་ཁ་ཆར་བབས་པ་བཞིན་ལྷན་ལྷན་དུ་འགོ་ དེ་ལྷན་ཡུན་རིང་དུ་སྟོང་  
 བས། མ་བཞག་རང་གནས་ཀྱི་ཉམས་བྱུབ། སྟོང་ལམ་རྣམ་བཞིར་ཡང་  
 གསལ་སྟོང་རིག་པ་རྗེ་ཆེར་ཆེར་བའོང་སྟེ།

the indivisibility of the generation and completion stages. The nature [of mind], which is established as nothing is emptiness, the wisdom. Its unceasing radiance is compassion, the skillful means. The two being not different is the indivisibility of emptiness and compassion.

The *Victory of Non-duality* says,  
"The meaning as known by all buddhas,  
The indivisibility of emptiness and compassion,  
Is the nature of mind alone."

Apart from freeing the mind in its own nature and then remaining undistracted from the indivisible state of clarity and emptiness, awareness and emptiness, there is nothing to meditate upon.

The *Tantra of the Unimaginable Co-emergence* says,  
"Co-emergence is unelaborated, therefore  
It is not something to meditate upon, but  
The nature is an unbroken stream, so  
The stream is not to be cut."

During the four activities, in the dimension of undistracted constant mindfulness, as you manage to recognize whatever thoughts arise [they] dissipate like drops of rain and flakes of snow falling into a sea. Thus when [mindfulness] is maintained for an extended time, the awareness of clarity and emptiness becomes utterly naked even during the four activities. This is called "the experience of spontaneous abiding," with no deliberate attempt to let it abide.

མ་ཡིངས་སེམས་གྱིས་རང་གིས་རང་ལ་བཟུ། །རང་གི་དེ་ཉིད་རང་གིས་  
རྟོགས་གྱུར་ན། །ཡིངས་པའི་སེམས་ཀྱང་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོར་ཤར། །མཚན་  
མ་རང་གོ་ལ་བདེ་བ་ཚེན་པོའི་རང་། །ཞེས་གསུངས།

གཉིས་པ། དེ་སྤྱོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་རྟོག་  
ཚོས་སྐྱུར་དེ་སྤྱོད་པ། སྐྱུར་བ་ཚོས་སྐྱུར་དེ་སྤྱོད་པ།

དང་པོ། རྣམ་རྟོག་ཚོས་སྐྱུར་དེ་སྤྱོད་པ་ནི།

འཇུག་ལ་འཁོར་ལྟ་སྤངས་སྤྱར་བ་ཞིན་ལྷན་ནས་སེམས་རང་ལུགས་སུ་སྤྱོད་དེ་སྤྱོད་  
ནས་བཞག་པས། སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པའི་སིང་ངེ་ཡེ་རེ་  
གནས་པའི་དོ་བོ་ལ་གཅེར་རེར་བལྟས་པའི་རང་ལ་རྣམ་རྟོག་གང་འགྱུས་པ་དེའི་  
དོ་བོ་ལ་གཅེར་བཅིག་ལྟོས་ལ། གནས་འགྱུ་གཉིས་ལ་ཁྱུང་པར་འདུག་  
གམ་མི་འདུག་ལེགས་པར་ལྟོས། ཡང་སྤྱར་བ་ཞིན་བསྐྱོམ་ཞིང་ལེགས་  
པར་ཐག་བཅད་པས་རྟོག་པ་ལ་མ་འགགས་པ་དེ་རང་། གསལ་སྤོང་དུ་  
རྩེན་རྩེན་འདུག། །དཔེར་ན་རྒྱ་ལ་རྒྱ་བས་སུ་ཚིལ་ཡང་། རྒྱ་བས་དེ་ག་  
རྒྱ། རྒྱ་ལས་ཀྱང་རྒྱ་བས་གཞན་མ་ཡིན། རྒྱ་བས་ལས་ཀྱང་རྒྱ་གཞན་མ་



It is said,

“Undistracted mind looks at itself.

If it realizes its own suchness,  
Even the distracted states of mind  
appear as Mahamudra,  
In the dimension of great bliss  
wherein characteristics are self-liberated.”

## **2.0 Pointing out upon appearances**

### **2.1 Pointing out thoughts as the Truth Body**

By maintaining the body posture and gaze as before, as you release and relax your mind in its own way, the nature of mind abides in pristine clarity and vividness, free from thoughts. Look directly at this nature of mind, and then within that dimension look directly at any thought that flutters to carefully discern whether or not there is any difference between the mind abiding and the mind fluttering. When you meditate again and again in this way and attain perfect certainty, the unceasing thoughts themselves manifest nakedly as clear and empty.

For example, waves move in water as waves, but the waves themselves are water; other than water there are no waves, other than waves there is no water.

ཡིན་པ་བཞིན་དུ། གཉུག་མ་གསལ་སྟོང་གི་ངང་ནས་རྣམ་རྟོག་སྐྱོ་ཚོགས་  
 སུ་ཤར་ཡང་དེ་གཉིས་གཉིས་སུ་མེད་དེ། བརྟག་གཉིས་ལས། འདི་ཉིད་  
 འཁོར་བཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ཉིད་མྱུང་ན་འདས་པ་ཉིད། འཁོར་བ་སྤངས་  
 བས་གཞན་དུ་ནི། མྱུང་ན་འདས་པ་རྟོགས་མི་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་  
 པས། རྣམ་རྟོག་གང་བྱུང་བ་དེ་ཡི་ངོ་བོ་ལ་གཅེར་བལྟས་པས། རྣམ་  
 རྟོག་དེ་གངོས་བརྩུང་མེད་པར་གསལ་ནས་ལ་རྟོག་མེད་གནས་ཚུན་སྤྱིང་རྩ་དག་པ་  
 ཡལ་ཡལ་འོང་སྟེ། རྟོག་པ་ངན་པ་ཅིག་ལོགས་སུ་སྤངས་པ་དགོས། གཉེན་  
 པོ་ཡི་ཤེས་ལོགས་ནས་བཙམ་མི་དགོས་ཏེ། གང་དང་གང་གིས་འཚིང་  
 བ་རྣམས། འདི་ཉིད་ཤེས་ན་གྲོ་ལྱུར་ཏེ། རྒྱད་པར་ལམ་འདི་རྟོགས་  
 པ་ན། ཚེ་གཅིག་སངས་རྒྱལ་གནས་སུ་འགྲོ། ཞེས་གསུངས་པས།  
 འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྟོག་པ་ཐོལ་པ་ཞིག་སྐྱེས་ན་དེའི་རྗེས་སུ་མ་འབྲང་བར་ངོ་བོ་ལ་  
 གཅེར་བལྟས་ནས་དེ་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡོངས་པར་བཞག་པས། འདོད་ཆགས་  
 གཞི་མེད་རྩ་བུ་ཤར་ཅོན་འདོད་ཆགས་མ་སྤངས་པར་རང་སར་དག་ རང་  
 སར་གྲོལ་ཞེས་ཀྱང་ཟེར། དེ་གལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཡི་ཤེས་དང་། རྒྱལ་  
 བའོད་དཔག་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། འདི་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་ལྷ་རྩེ་ལ་རྗེས་  
 སུ་མ་འབྲངས་པར་ངོ་བོ་ལ་བལྟ་ཡིན་བཞག་པས་རང་དག་རང་གྲོལ་གཞི་མེད་

Likewise, though the myriad of thoughts arise from within the innate state of clarity and emptiness, the two of them are indivisible.

*Hevajra says,*  
"This itself is samsara,  
This itself is nirvana.  
Abandoning samsara,  
Nirvana cannot be realized elsewhere."

Therefore, look directly at the nature of whatever thought may arise. In doing so, without identifying that thought, when mind abides non-conceptually wherever it abides, a feeling of ecstasy dawns in the heart of your heart. It is not necessary to abandon a specific bad thought and it is not necessary to search elsewhere for the antidotal primordial awareness.

It is said,  
"Knowing this unravels  
the bonds of anything whatsoever.  
When this extraordinary path is realized,  
One attains buddhahood in one life."

Thus, if a thought of desire pops up, do not follow it but look directly at its nature and never be distracted from it. In doing so, when desire appears to be devoid of any ground or root, desire purifies itself in its own place without being abandoned. This is called "liberation in its own place," "discriminating wisdom," and it is also called "the Buddha of Boundless Light." Likewise, when you keep looking

ཅུ་སྐལ་དུ་ཤར་ན། དེ་གལ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་དང་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་ཡང་ཟེར།  
 ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་རབ་དུ་མི་གནས་པའི་རྒྱུད་ལས། གང་ཡང་རུང་བ་སྣང་  
 ཚེན་པོ། །རྣམ་པར་སྣང་མཛད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སློང་པོ་མཚོག་ལས་མ་  
 བསྐྱོད་ཕྱིར། །མི་བསྐྱོད་རྗེ་རྗེ་འང་འདི་ཉིད་དོ། །དགོས་འདོད་མཚོག་  
 གིས་དབང་བྱས་ཤིང་། །འབྲས་བུ་འབྱུང་བས་རིན་ཚེན་འབྱུང་། །དོན་  
 གཅིག་ལས་ནི་དཔག་མེད་པའི། །ཉམས་སྤྱོད་འོད་ཅན་འོད་དཔག་  
 མེད། །དོན་ཡོད་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་པ་ནི། །རྟོགས་པས་དོན་གྲུབ་དོན་  
 ཡོད་གྲུབ། །འདི་ནི་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་  
 རྣམ་རྟོག་གང་ཤར་གཅེར་རེར་བལྟ་ཡིན་བཞག་པས། རང་བཞིན་མེད་པར་  
 རང་གོལ་དུ་འགོ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། དུག་ལྷ་ལམ་འཁྲེར་ཞེས་གྲུང་ཟེར་  
 ཏེ། །དུག་ལྷ་སྐྱགས་གྱིས་ཐེབས་པ་བཞིན། །དུག་ལྷ་ལམ་འཁྲེར་གྱི་  
 གདམས་ངག་ཡོད། །ཅེས་གསུངས།

directly at the nature of the five afflictive emotions instead of following them, and thus if they appear to be self-purifying, self-liberating and devoid of any ground or root, they are called the "five wisdoms" as well as the "five buddha families."

The *Utterly Non-abiding Tantra of Mahamudra* says,  
"The great appearance of every possible form is  
The Fully Apparent One—Vairocana.  
Because it wavers not from the supreme essence,  
It is also the Imperturbable Vajra—Aksobhya.  
As it is rich with excellent wishes and results arise  
from it,  
It is the Source of Jewels—Ratnasambhava.  
Having boundless light of experience from one  
meaning,  
Is the Boundless Light—Amitabha.  
As all purposes are accomplished with the realiza-  
tion of the co-emergence,  
It is the Accomplisher of Wishes—Amogasiddhi.  
It is the Lord of All."

Thus, when you keep looking directly at the nature of whatever thoughts arise, having no nature of their own, they self-liberate.

The same tantra says,  
"...it is also called "the incorporation  
of the five poisons into the path."  
Just as poison becoming affected by mantras,  
There are pith instructions  
for incorporating the five poisons into the path."

དེས་ན་སེམས་གཏུག་མའི་ཅུལ་སྒྲུང་སྒྲོ་ཚོགས་སུ་ཤར་བའམ་ཡང་སེམས་པའི་དྲན་  
 པས། གཅེར་གཅེར་བལྟས་ན། རོས་བརྒྱུང་མེད་པར་ཅུ་བྲལ་དུ་ཤིག་  
 ཤིག་འགྲོ་སྟེ། ལྷན་རས་གཟིགས་ཀྱིས། གང་སྐྱེས་གཏུག་མའི་དུམ་  
 སྤྱིར། །གང་ཤར་དྲན་པའི་སར་བཞག་ན། །དེ་ཤར་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྲོ། །རྣལ་འབྱོར་རྒྱལ་པོ་གདོན་མི་ཟ། །ཞེས་གསུངས་པས། ཉོན་  
 མོངས་རྣམ་རྟོག་གང་ཤར་བ། །དེའི་དོ་བོལ་བལྟ་ཡིན་བཞག་པས། དེ་  
 གར་མེད་པར་རྗེན་རྗེན་འཆར་ཏེ། ལྷོགས་མི་ཟད་པ་བསྟན་པའམ་ས། ཉོན་  
 མོངས་པ་འདི་དག་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་བྱུང་རྒྱལ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་དོ་བོ་  
 ཉིད་གང་ཡིན་པ་བྱུང་རྒྱལ་གྱི་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། སེམས་  
 ཉིད་གཏུག་མའི་ཅུལ་སྒྲུང་འགག་མེད་དུ་ཤར་བའི་རྒྱེན་སྒྲོ་ཚོགས་ལ་འགག་  
 སྐབས་མེད་པར་རོ་མཉམ་ཞིང་བསྐྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷོགས་རྒྱལ་མཚོས་ལུས་པ་  
 ལས། བཙོམ་ལྷན་འདས་ཚོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་  
 བྱུང་རྒྱལ་བོ། །བཙོམ་ལྷན་འདས་དེ་ལྷ་བས་ན་བྱུང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བྱུང་  
 རྒྱལ་ལས་རིང་བའི་འདུ་ཤེས་མི་བཞི་འོ།།

Therefore, with undistracted mindfulness, if you look directly at the appearance of the dynamic energies of the innate mind in a myriad of forms, they collapse, baseless, rootless, without identification.

Avalokiteshvara has said,  
"Because all that arises is the  
innate nature itself,  
If whatever appears is set  
on the soil of mindfulness,  
The very appearance becomes emptiness.  
That is the king of yoga with no doubt."

Thus, as you keep looking directly at the nature of any afflictive emotion or thought that arises, that very thought manifests nakedly with no actual existence.

The *Sutra Showing Inexhaustible Wisdom* says,  
"...it is enlightenment as [the nature of] these afflictions is realized;  
That which is the nature of afflictions is  
the nature of enlightenment."

Thus, the primordial dynamic energy of the innate nature of mind arises unceasingly as myriad of events and they must be treated as being of one taste, without rejecting or seeking them.

The *Sutra Requested by The Ocean Of Wisdom* Says,  
"Oh, Transcendent Victor! Realizing all phenomena to be equal is enlightenment.  
Oh, Transcendent Victor! Therefore the bodhisattvas do not consider themselves far from enlightenment."

ཞེས་གསུངས་པས། སྤྱོད་ལམ་རྣམ་བཞི་མ་ཡེངས་པའི་དང་ལས་བསྐྱེད་སྤྱོད་  
པས། རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་ཤར་ལ་ཤར་ནས། གཉིས་འཛིན་  
འབྲུལ་པ་རང་གྲོ་ལ་ལ་འགྲོ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གུ་མའི་ཞལ་ནས། རང་  
རིག་ཡེ་ཤེས་འདི་ཉིད་ཀྱི། །བསྐྱེད་པའི་ལུན་པར་སྤྱོད་མེ་ལྟར། །ལས་ཀྱི་  
འབྲུལ་པ་གཏོན་ནས་བཅོམ། །སྐྱེས་བུ་སྟེད་པ་ཇི་བཞིན་ནོ།། ཞེས་  
གསུངས་པས། དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་བསྐྱེད་དོ།།

གཉིས་པ། ལྷན་བ་ཚོས་སྤྱོད་དེ་སྤྱོད་པ་ནི།

ལུས་གནད་འབྲུལ་འཁོར་ལྟ་སྤངས་སྤྱོད་དང་འདྲ་བལས། མདུན་གྱི་སྤྱོད་  
བགང་ཡང་རུང་བལ་གཅེར་རེར་བལྟས་ནས་སེམས་སྤྱོད་དེ་ཤིག་གའི་འཛིན་མེད་  
དུ་བཞག། །ཡང་རྒྱལ་ལ་མོས་གུས་དུང་དུང་པ་བྱའིང་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་རྟོག་  
མེད་མ་ཡེངས་པར་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོམས་པས། སེམས་ཉིད་གཉུག་མའི་  
དང་ལ་གནས་པའི་ཚོ་སྤྱོད་བྱའི་ཡུལ་སྤྱིར་མ་ལུས། ལྷན་བ་གནས་གྱིས་  
སེམས་ནད་ན་མེད་པར་སྤྱོད་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་སྤྱོད་ལྷང་འཆར་ཏེ། ལྷན་  
ཅིག་སྐྱེས་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་རྒྱུད་ལས། སེམས་ཉིད་ལྷན་ཅིག་  
སྐྱེས་པ་ཚོས་ཀྱི་སྤྱོད། །སྤྱོད་བ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཚོས་སྤྱོད་འོད། །འདི་



Thus, when you carry out the four activities in the dimension of non-distraction, primordial self-awareness appears spontaneously and the confusion of dualistic grasping simply self-liberates.

The *Dakima Of Primordial Awareness* says,  
"This primordial self-awareness is  
Like a lamp in the darkness of aeons.  
It eliminates the karmic confusions forever,  
Just like a mighty being."

Thus ascertain and maintain.

## 2.2 Pointing Out Appearances as the Truth Body

[Maintain] the body posture, the key physical points, and the gaze as before. Look directly at any apparent object in front of you and keep your mind relaxed and released, free from grasping. Then, as you generate heartfelt devotion to the guru and non-conceptually focus on the apparent object, and meditate without distraction for a long time, your mind will abide in its innate nature, the primordial dimension. At this point, appearances and mind manifest vividly to be indivisible, as neither do the appearances as objects remain outside, nor does the mind remain inside due to any other appearance.

The *Incomprehensible Co-emergent Tantra* says,  
"The co-emergent nature of mind is the Truth Body.  
The co-emergent appearances are the radiance of the Truth Body.

ཞི་སྒྲུང་སེམས་དབྱེར་མེད་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས། །ཞེས་གསུངས་པས། སེམས་  
ཉིད་རང་མདངས་འགགས་མེད་དུ་རང་སྒྲུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་རང་རོ་མ་ཤེས་  
པར་ཡུལ་སྒྲུང་བ་དེ་ན་པར་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་འཁྲུལ་སྒྲུང་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དེ་  
ལྟར་སྒྲུང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་སྒྲོད་སྒྲུང་ཡོང་། ལྷན་སེམས་ཡོད་པ་འདྲེས་  
ནས་གཅིག་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན། ཡིན་ས་དེ་ལྟར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱེས་  
རྒྱུ་རྩལ་སྣ། རྣམས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །རྣམས་གནས་གསུམ་  
པོ་ཡང་འབྱུང་། །རྣམས་འདི་ཀུན་ལྟར་པ་སྟེ། །འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་  
གཞན་མ་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་པས། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་རང་སྒྲུང་  
ལས་སྐྱེ་རོལ་ན་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཚུལ་ཡང་མེད་དེ། གསང་འདུས་  
ལས། དང་པོ་འདི་ནམས་མ་སྐྱེས་པས། །གདོད་ནས་ཚོས་ཉིད་མེད་པ་  
སྟེ། །ནམ་མཁའ་འཁྲུབ་ཕྱུ་བ་དག་མེད་པ། །བྱང་ཆུབ་རྣམས་འདི་བསྟན་པ་  
འོ། །ཞེས་པ་དང་། མདོ་ལས། གཞུགས་ནི་གང་ནས་ཀྱང་མ་བྱུང་  
གང་དུ་ཡང་མི་འགྲོ། གར་ཡང་གནས་པར་འགྱུར་བ་མེད་དོ། །ཞེས་  
གསུངས་པས།

This is the co-emergent indivisibility  
of mind and appearances."

Thus, appearances are just the unceasing self-radiance of the nature of mind. Not recognizing itself but grasping at appearances as real, mind occurs as erroneous appearances. Thus, in the state where appearances and mind are indivisible, there is a sense of being released. It is not that previously discrete things are now merged and have become one; they have existed primordially in this mode.

*Hevajra* says,

"From me arise all migratory beings.  
From me arise also the three abodes.  
Everything is pervaded by me.  
Other than that, no nature of  
migratory beings can be seen."

Thus, apart from the self-appearances of the co-emergence, there is no true existence even as tiny as an atom.

*Guhyasamaja* says,

"As these are unborn in the first place,  
Suchness is primordially void—  
Devoid of any self, like sky.  
This is the way of enlightenment shown."

It is said in the sutras,

"Forms come from nowhere, go nowhere and abide nowhere."

ལྷོང་བསྐྱོད་ཚོགས་སུ་སྣོང་དུས་ཡིན་ས་སྣོང་སྒྲོང་དབྱེར་མེད།   སྐྱེའགག་  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་གཉེན་མེད་འཇུག་ལེན་སྣོང་ཡིན་ཏེ།   རབ་  
 དུ་མི་གནས་པའི་རྒྱུད་ལས།   སྣོང་སྤྱིད་སྐྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་སྐྱེ།   ཁད་དེ་བ་ཚེན་  
 པོ་ཀུན་བཟང་པོ།   འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཏེ།   ཞུལ་འབྱོར་དབང་  
 ལྷོང་བསྐྱོད་པར་བྱ།   ཞེས་གསུངས་པས།   སྣོང་བྲག་གསུལ་གྱི་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་སྣོང་སྒྲོང་དབྱེར་མེད་རྗེ་ལམ་སྐྱེམ་ལྟ་བུ་སྟེ།   གཤམ་འཇུག་སྣོང་  
 བྲག་གསུལ་ཚོས་ཞུལ་ལྷོ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེད་དང་།   ཁག་ལས་བརྒྱན་དང་མཚུངས་  
 དངོས་པོ་མཚན་མེད།   སྐྱེམ་སྣོང་ལ་ཁན་སེམས་ཉིད་ལ་ཁའ་འབྱེད་  
 ཏེ།   མཐའ་བྲལ་དབྱེར་མེད་སུས་ཀྱང་མི་ཤེས་འབྱུང།   ཁག་ལ་  
 སོགས་རྒྱུ་དང་སྐྱོད་ཚོགས་པ།   ཁན་ཅན་གྱི་རྒྱ་མཚོར་རོག་ཅིག་ལྟར།  
 བྲག་གསུལ་པའི་སེམས་དང་སེམས་འབྱུང་སྐྱོད་ཚོགས་པ།   ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 ལྷོ་རོག་ཅིག་ཤེས་པར་བྱ།   ཞེས་གསུངས་པས།

Therefore, when a myriad of forms of appearances manifest, they are the appearances of the innate nature itself, the primordial indivisibility of appearance and emptiness, which is free from the extremes of arising, ceasing and abiding.

The *Extremely Non-abiding Tantra* says,  
“Appearances and possibilities are Mahamudra,  
The great bliss and the wholly perfect.  
This is the mandala of mind, which  
The lord of yogis should behold.”

Thus, all visible and audible phenomena are the indivisibility of appearance and emptiness, like dreams and illusions.

Shavaripa has said,  
“Like illusions, mirages and reflections,  
All phenomena of appearance and sound  
are things devoid of characteristics.  
What appears as illusion  
is the space-like mind itself,  
Without center or boundary [and]  
can be known by none.  
The various rivers, such as Ganga and so forth,  
Have the same taste upon  
merging with the salty ocean.  
Likewise, it must be realized that  
the various imputations,  
such as mind and secondary minds,  
Have the same taste in  
the expanse of phenomena.”

སྤང་བྲག་ས་གྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྤང་སྟོང་། བྲག་ས་སྟོང་། རིག་སྟོང་།  
དབྱེར་མེད་ནམ་མཁའ་ལྷ་སྤྱུ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་མེད་མཐོང་བ་པོ་ཡང་  
མེད། །སྤྱི་མེད་ཐོས་པ་པོ་ཡང་མེད། །དྲི་མེད་སྣོ་མ་པ་པོ་ཡང་  
མེད། །འོ་མེད་སྟོང་བ་པོ་ཡང་མེད། །རེག་མེད་རེག་པ་པོ་ཡང་  
མེད། །སེམས་མེད་སེམས་ལས་འབྱུང་བ་འང་མེད། ཅེས་དང་། མི་ཉི་  
པས། ཚོས་རྣམས་རང་རང་དོ་བོས་སྟོང་། །སྟོང་པར་འཛིན་སྟོང་རང་སར་  
དག། །སྤོ་བྲལ་ཡིད་ལ་བྱུར་མེད་པ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱུན་གྱི་ལམ།  
།ཞེས་གསུངས་སོ།།

Thus, all phenomena of appearance and sound are the indivisibility of appearance and emptiness, sound and emptiness, awareness and emptiness like space.

It is said,

“There is neither form nor someone who sees.  
There is neither sound nor someone who hears.  
There is neither smell nor someone who smells.  
There is neither taste nor someone who tastes.  
There is neither touch nor someone who touches.  
There is neither mind nor secondary minds.”

Maitripa has said,

“All phenomena are empty by their very nature.  
The concept of grasping at emptiness is purified in its own place.  
Beyond thought and nothing to think about—  
This is the path of all buddhas.”

ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་སྤོང་།



## PART III

རྗེས་སུ་ཉམས་སྲོང་སྲོང་ལུགས།

THE WAY TO MAINTAIN THE EXPERIENCE  
AT THE END



Jetsun Milarepa

༡༧། །འཆི་བ་དང་མི་རྟག་པས། རྣོ་སྣ་མུང་དུ་སྐྱུད་དེ་བའི་ངང་ལ་བླ་  
 མར་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་ནས། གསེལ་བ་དུང་དུང་པ་བཏབ་  
 ཅིང་། ཤེས་པ་རང་ལུགས་སུ་སྐྱོད་ནས་མ་ཡིངས་པའི་ངང་ལ་བཞག་པས།  
 གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པའི་སིང་ངེ་ཡེ་རེ་རྗེན་ལྟར་ངེ་བ་ཡོང་། དེ་སྐྱོད་ལས་  
 རྣམ་བཞིར་མཐར་ཐོན་པ་ཞིག་དགོས། དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་གོམས་འདྲིས་  
 ཀྱི་གཟེར་བྱ་བ་མ་ཡིངས་པར་ཡུན་རིང་དུ་སྐྱོད་དགོས། བསྐྱོམ་སྐྱེས་བདག་  
 པོ་མེད་པར་ནི། ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་འདམ་གསེབ་ཤོར། རྒྱལ་པོ་འབངས་  
 སུ་བབས་པ་བཞིན། བེད་གེ་ཁྱི་ཡི་རྣམ་ཤོར། །དེས་ན་ཞེན་ལོག་བདག་  
 པོ་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པས། །ཞེན་ལོག་བསྐྱོམ་གྱི་རྒྱུ་དེ་པ་བྱ།  
 །འཆི་བ་སྤིང་ལ་ལྷན་བཞག། ཚོ་འདི་སྐོ་ཡིས་རྒྱུང་བཏང་། མོས་གུས་  
 བསྐྱོམ་གྱི་མགོ་བྱ་བ། རྣམ་ལ་མོས་གུས་དུང་དུང་པ་བྱ་ཞིང་། བསྐྱོམ་  
 པའི་སྐབས་གསལ་ལ་སྐྱོད་སིང་ངེ་ཡེ་རེ་བའི་ངང་ནས། སྤར་གསལ་གྱི་རྟོག་པ་  
 ཐམས་ཅད་དངོས་ཟིན་པར་བྱས་པས་རང་བཞིན་མེད་པར་འགོ་སྐྱེ། སྐབས་ཐོབ་  
 སྤིང་ཆེད་དགོངས་ཀྱིས། ཚི་ཡི་རྒྱལ་པོས་འབྲུན་མས་བཅུད་དུ་བསྐྱུར་བ་

In the dimension of your mind, which is subdued and reduced in thoughts by [ reflecting] on death and impermanence, generate recognition of your guru as the real buddha and supplicate with heartfelt devotion. Then keep your awareness spontaneously relaxed in the dimension of non-distraction. This will bring clarity without concepts, which is pristine, vivid and nakedly clear. Such clarity must appear perfectly throughout the four activities. This is called "nailing stability with practice," which means that it is necessary to sustain non-distraction for long periods.

It is said,  
"Not caring for the meditation  
that has been developed  
Is like losing a precious jewel in the mud,  
Like a king descending to the position of his subject,  
And like a lion following a dog.  
Therefore, care with detachment is needed."

Thus, make detachment the feet of meditation. Keep death close at heart. Cast away concern for this life. Make devotion the head of meditation. When you meditate with heartfelt devotion to the guru, the subtle and coarse thoughts spontaneously disappear upon their recognition in the pristine and vivid dimension of clarity and emptiness.

Mahasiddha Lingched Gong has said,  
"Just as the king of yeast  
transmutes grains into their essence,  
To he who, by the yeast of experience,

ལྟར། །ཉམས་སྤོང་ཕྱི་ཡིས་སྤང་སྲིད་བདེ་ཚེན་སོར་གནས་པ། །ཁང་  
 བར་གང་མཐོང་བདེ་སྐྱེ་མེད་སྤྱོད་དང་བྲལ། །འདི་ལ་དོས་བབ་ལྷང་མེད་པས་  
 སྤོང་ཙམ་མི་དགོས་གསུངས། །དེ་ལ་ཉམས་ཀྱི་མཐོ་དམན་ནི་སྤྲོ་ཚོགས་  
 སུ་འོང་སྟེ། རེས་གསལ་སྤོང་དུ་རྗེན་ལྷང་ལྷང་བ་དེས་ཤེས་དང་བཅས་པ་  
 འོང་། རེས་ནི་སྤྲོ་ནི་འཐིབས་སེ་ཐམ་མེ་ཐོམ་མེར་འོང་། དེ་བསྐྱོམ་  
 བརྟུག་སོང་ངམ་སྐྱམ་པ་འང་འོང་། རེས་ནི་དོས་མ་ཟིན་སྤྲོ་ཚོགས་སུ་འཕྲོ་  
 ཡིན་ཚོག་པ་ཟ་འབྲུག་འབྲུགས་པ་འང་འོང་སྟེ། དེ་ནམས་ཉམས་ཀྱི་མཐོ་  
 དམན་ཡིན་པས། དགས་སྐྱབ་མི་བྱེད་པར་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྤྱོད་བཡིན་ཏེ། ཤན་  
 ཏི་པས། གནས་ན་མ་ཞེན་སྤྱོད་ཐོངས། །གཉེར་ཁམ་བྱེད་ཡན་དུ་ཚུགས་  
 །ཚེད་དུ་གང་འཛིན་འབྲུལ་བ་ཡིན། །གཟིངས་ལས་འཕྱར་བའི་བྱ་རོག་ལྟོས།  
 ཞེས་གསུངས་པས། གནས་ན་གནས་པའི་ངང་ལ་ཞོགས། །ཚེད་དུ་  
 གཉེར་ནས་སྤྱོད་དགོས། །འབྲུས་ན་འབྲུ་ཚོད་དོས་ཟིན་བྱ། །ཚེད་དུ་  
 གཉེར་ནས་གནས་སུ་འཇུག་མི་དགོས། །བྱིང་ན་སྐྱམ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་  
 ཀྱིན་རིག་པ་ངར་བསྐྱེད་ཀྱིན་བསྐྱོམས་པས། །བྱིང་བ་ངར་སར་དག་ནས་

abides in the very [state] of great bliss,  
of appearance and possibilities,  
Whatever appears and whatever is seen  
is unborn and unelaborated.  
As this is devoid of any identification,  
mere emptiness is pronounced unnecessary."

Experiences can occur in a myriad of forms, high and low. At times clarity and emptiness become nakedly vivid, and there is also certainty in this state. At times it seems dark, foggy and dull and you may even wonder, "What has happened to my meditation?" At times there is distraction by various unidentified things, causing irritability. As all these are the ups and downs of experiences, maintain them indiscriminately with neither acceptance nor rejection.

Shantipa has said,  
"Attach not if abiding, let go if sad.  
Do not hold on but allow it to disperse.  
Anything deliberately grasped is confusion.  
Look at the birds flying from a boat."

It is thus said and therefore, if mind abides let it be in the state of abiding; there is no need for deliberate elaborations. If [thoughts] flutter, acknowledge each flutter; no deliberate effort is needed to make them abide.

If mind sinks in lethargy, meditate by supplicating the guru and sharpening awareness. In doing so, lethargy will be purified in its own place. If mind scatters in excitation, meditate by focusing specifically

འགྲོ་ ཚོད་ན་དེ་གལ་ཆེད་དུ་གཏད་ཀྱིན་བསྐྱོམས་པས། ཚོད་པ་རང་  
 སར་གྲོལ་ནས་གསལ་སྣོད་དུ་ཡེར་ཡེར་འོང་། དེ་ལྟར་བདེ་སྤྱད་གི་རྒྱུན་  
 ལྡན་སྐྱོ་ཚོགས་ལ་དྲན་པས་ཟིན་པར་བྱས་པས་རང་དག་རང་གྲོལ་ལ་འགྲོ་སྟེ།  
 སྣོད་དུ་གམ་ཚན་མ་ཅི་སྐྱེས་ཀྱང་། །རང་བྱུང་རང་ཞི་རང་དག་རབ་ཞལ། །དེ་  
 བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ཟིན་པས་ན། །དུག་གསུམ་དུག་ལྡས་གཞོད་མི་རུས། །དེ་  
 བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་མ་ཟིན་ན། །ལམ་གྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་སྤྱད་ཀྱང་། །ཁམས་  
 སྐབས་བདེ་འགྲོངས་འབྱུང་གི། །གོ་འཕང་དམ་པར་གལ་འགྱུར། །གང་  
 ཤེས་ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་གྲོལ། །ཞེས་གསུངས་པས། སྤྱོད་ལམ་རྣམ་  
 བཞིར་མ་ཡེངས་པའི་དྲན་པ་ཡུད་དེ་བཞིག་བྱུང་གོས་ཏེ། བམ་ཟེ་ཚེན་པོས།  
 རང་གི་དེ་ཉིད་རང་གིས་མ་ཚོན་ཏེ་སྟོམ། །མ་ཡེངས་སེམས་ཀྱི་ལྟ་སྟངས་  
 བལ་གྱུར་ན། །ཡེངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་རྟོགས་མི་འགྱུར། །དངོས་  
 དོའི་ཚང་ཚིང་གསལ་བ་ཏུ་དེ་ཉིད་ནོར་བུ་སྟོར། །ཞེས་གསུངས་པས། མ་  
 ཡེངས་པར་བསྐྱུངས་པས། སྤྱོད་ལམ་རྣམ་བཞིར་ཐོན་པ་ཞིག་འོང་། རེས་

on the excitation. In doing so, the scattering of mind will be freed in its own place and clarity and emptiness will dawn vividly. Thus, as you hold onto mindfulness during the myriad of occurrences of joy and sorrow, they become self-purified and self-liberated.

It is said,  
"Whatever sign occurs from the six doors,  
Let it be as it is—self-arising and self-dissolving.  
When held with suchness,  
The three or five poisons  
    have no power to harm.  
If not held with suchness,  
Even by practicing all the paths,  
The temporary joy of  
    a happy migration may occur,  
But not the sublime state.  
One who knows this  
    utterly unravels afflictive emotions."

Thus, it is necessary to keep constant mindfulness during the four activities.

The Great Brahman has said,  
"Look at your suchness by recognizing it yourself.  
If the gaze of undistracted mind is lost,  
Mind with distractions cannot realize suchness.  
The gem of suchness is then lost amidst a jumble of objects."

Thus, as you move on without distraction, the effect manifests in the four activities. Even without being

དན་པས་མ་བཟུང་ཡང་གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་དུ་ཕྱུམ་ཕྱུམ་འགྲོ་བའང་འོང་སྟེ།  
 མི་ཉི་པས། མཉམ་པར་བཞག་དང་མ་བཞག་ཅེས། །འདི་ལ་གང་ཡང་མ་  
 གུབ་སྟེ། །སྤང་བ་རང་གྲོ་ལ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས། །རྫོག་པ་རང་གྲོ་ལ་ཕྱག་  
 རྒྱ་ཆེ། །གཉིས་མེད་མཉམ་པར་ཚོས་ཀྱི་སྒྲ། །རྒྱ་བོ་ཆེན་པོའི་རྒྱན་འབབ་  
 ལྟར། །ཞེས་གསུངས་པས། དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱུངས་པས་ཐག་  
 ཚོད་ངེས་ཤེས་ནང་ནས་འཆར་ཏེ། བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོས། མདུན་དང་རྒྱབ་  
 དང་ཕྱོགས་བཅུ་དུ། །གང་གང་མཐོང་བ་དེ་དེ་ཉིད། །མགོ་ན་པོང་ལྟ་དེ་  
 རིང་འབྲུལ་པ་ཆད། །དེ་ཉི་སྐུ་ལ་འང་འདྲི་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས།  
 བསྐོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་ཅོན་རྫོགས་པ་མངོན་འགྱུར་དུ་སངས་རྒྱས་ཏེ། །རྗེ་མི་  
 ལས། །རྒྱིབ་པ་གཉིས་དང་བདག་གཉིས་སངས་པས་སངས། །རང་  
 རིག་རང་གསལ་ལེ་ཤེས་རྒྱས་པས་རྒྱས། །མི་ལ་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་  
 དེ་ལ་བྱ།



in mindfulness, you sometimes find yourself in the state of clarity and emptiness without grasping.

Maitripa has said,  
"Nothing is established in this  
As either meditation or not meditation.  
Self-liberation of appearances is  
    the expanse of phenomena,  
Self-liberation of thoughts is Mahamudra,  
Non-dual equanimity is the Truth Body,  
Flowing like the current of a great river."

When maintained thus for a long time, a decisive confidence will arise from within.

The Great Brahman has said,  
"Before, behind and in the ten directions,  
Whatever I see is suchness.  
Oh lord! All confusion has ceased in me today.  
I will ask no question of anyone now."

When meditation reaches perfection, one attains buddhahood with true realization.

Je Mila has said,  
"Awake (Tib. Sang) in the sense that [he] is awakened from the two obscurations and the two selves.  
Expanded (Tib. Gye) in the sense that [he] is expanded with the self-aware, self-luminous primordial awareness.  
I, Mila, call him Buddha (Tib.Sangye)  
The Awakened and Expanded One."

ཞེས་གསུངས། ཤལ་རི་པས། བཏགས་པའི་ཡིད་ནི་དབྱིངས་སུ་དག་  
གྱུར་པར། །དེལ་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཞེས་བཏགས་པ་ཙམ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ།།

བདེ་ཚེན་འདུ་འབྲལ་མེད་པ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ། །ཁཉིས་མེད་བྱུང་འཇུག་ཕྱག་རྒྱ་  
ཚེན་པོ་འོ། །དོ་སྐྱོད་མདོར་བསྐྱུས་གྲིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགོ་  
ཀུན་ནམ་དག་སྐྱབ་ཞི་ཐོབ་པར་ཤོག། །།

ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་སྐྱེར་གྱི་དོ་སྐྱོད་མ་རིག་གི་སྐུན་པ་མེལ་བ་ཡེ་ཤེས་སྐྱང་བའི་རྒྱན་ཞེས་  
བྱལ། །འགྲི་གྱུང་འཇུག་པ་འཇིག་རྗེན་མགོན་པོས་མཛད་པ་རྗེ་གསལ་སོ།།

Shawaripa has said,  
"The imputed mind being purified  
in the basic expanse is  
Merely labeled as Vajradhara."

The great bliss devoid of meeting and parting is the  
Truth Body. Non-dual and unified is Mahamudra.

By the merit of my writing this brief introduction  
may all sentient beings attain the Four Pure Bodies.

*Here ends The Ornament which is the Luminosity of the  
Primordial Awareness that Dispels the Darkness of Ignorance:  
An Introduction to Mahamudra, the Co-emergent  
Unification, by Drigung Kyöpa Jigten Gönpö.*

