A Commentary upon A Springtime Song Of the Colorless Light

The Beginning of Love

The holy grail of a spiritual life is to reach a state of total love for every single person and creature that we encounter, throughout the day, every day. How the Buddhas of the past first reached this love themselves is described in many of the sutras. It is said, for example, that the current Buddha first perfected this love in the realms of hell.

In a lifetime many millions of lives before he was born into this world, he took birth there amidst the hellfires, compelled like an ox to pull a huge wagon across the burning ground, mercilessly whipped by guards of the hell, yoked with a team of other hellbeings. And it is said that he gave up his life there, in the hells, to protect another from the whips.

But how love began is found in another sutra, called *The Different Forms of Karma (Karma Vibhanga):*

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སློང་དག། སྔོན་འདས་པའི་དུས་ན་འཛམ་བུའི་གླིང་གི་མིའི་ཚེ་དཔག་ཏུ་མེད་དེ། རྒྱལ་པོ་མན་ད་ཏ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཚེ།

Then spoke Lord Buddha:

O monks, there was a time here on Earth, long ago—countless human lifetimes ago—when there was one like a minor king.

གྲོང་ཁྱེར་གཅིག་ཅིག་ན་དེད་དཔོན་གྱི་བུ་བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་གྲོགས་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་གྱིས་བསྐོར་ཏེ།

There was a certain town, and in this town lived a young man named Maitri Yajna. He was a popular youth, and often met with his friends, some 500 of them.

བཟའ་ཤིང་གི་ར་བར་ཕྱིན་པ་དང་། གྲོགས་པོ་དེ་དག་གིས་སྨྲས་པ། གྲོང་འདི་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ལ་སོགས་པ་ཚོང་པ་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱུ་ཞིང་། གསེར་གནས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་ཡང་འདོང་། གླིང་གཞན་དག་ཀྱང་ལྟ་ཞིང་ནོར་ལ་སོགས་པ་ཡང་བྱེད་ན།

One day they went walking among the trees of the town park. And his friends said to Maitri Yajna:

> This is a town of merchants—people like your own father—and they sail the sea. They journey to foreign lands, like Indonesia. They have a chance to see the world, and become wealthy as well.

ཁྱོད་ལ་སོགས་པ་བདག་ཅག་ཀྱང་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱུས་ཏེ་ནོར་བསགས་པར་བྱའོ་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

> We were thinking that we would also like to travel the sea, and win our fortune; and we would like you to be our leader.

དེས་དེ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་མཉན་ཏེ་དགོངས་མའི་གན་དུ་སོང་ནས། མ་གསེར་གནས་སུ་འགྲོའོ་ཞེས་མ་ལ་དྲིས་པ་དང་།

Maitri Yajna agreed, thinking "Well then, let us go!" And he approached his mother to ask her permission: "Mother, what would you think if I journeyed to Indonesia?"

དེའི་མས་སླས་པ།   བུ།   ནོར་ལྷ་ཞིག་ཁྱིམ་ན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་ཀྱི་མ་འགྲོ་ཞིག་ཅེས་སླས་པ་དང་།

She answered him saying, "Son, we have no need of wealth; we have an immense amount here in our home. Please don't go."

དེས་མའི་ངག་མཉན་ཏེ།   མི་འགྲོ་བར་བྱས་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བར་ཕྱིན་པ་དང་། གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་དེ་ཉིད་ལ་ད་དུང་ཡང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཞེས་སླས་པ་དང་།   དེས་དེ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་ནས་དེ་དག་གི་ངག་མཉན་ཏེ།

The boy obeyed his mother's words, and decided not to go. But then he went again to the park, where he met his friends, who asked him again if he would make the journey with them. And he agreed to their request, saying "Yes, I will go with you."

ཡང་སོང་ནས་མ་ལ་དྲིས་པ་དང་།   མས་རྐང་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་འདུག་པར་གྱུར་ནས་དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་བྱས་པའི་འོག་ཏུ་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་དེར་ཕྱིན་པ་དང་།   གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པར་མི་འདོང་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བསྒོ་ནས།

He went once again to ask his mother, and his mother knelt and grasped his leg, and begged him to stay. This scene was repeated then three times, until one day the youth went to the park, and his friends told him that it would be very wrong if they didn't make the journey.

དེས་ཡང་མ་ལ་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོའོ་ཞེས་ཞུས་པ་དང་། མས་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་བསོག་ནས་རྐང་པ་ཡ་གཅིག་ནས་བཟུང་སྟེ་མི་འགྲོ་བར་བྱས་པ་ལས།

He asked his mother one more time, saying "I will go then, to foreign lands." But his mother locked all his things away, and then once more knelt and grasped one of his legs, begging him not to go.

དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཁྱེའུ་དེ་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་དེར་ཕྱིན་པ་དང་། གྲོགས་པོ་དག་གིས་སྨྲས་པ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཉེས་པས་བདག་ཅག་ཀྱང་ད་དུང་མ་དོང་སྟེ། ད་ནི་ཚེས་བཅུ་གསུམ་ལ་འདོང་ངོ་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

Later on the young man went again to the park; this time his friends said, "It's your fault that we haven't been able to leave yet for our journey; we have decided to depart anyway, on the thirteenth day of the moon."

དེས་མ་ལ་མ་བྱས་པར་རྒྱུ་རྫས་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་བཏོན་ནས་དེ་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱས་པ་དང་། དེའི་མས་སྒོ་ཁར་བསྡད་དེ་རྐང་པ་ནས་བཟུང་བ་དང་། བུ། མ་འགྲོ་ཞིག་ཅེས་བྱས་པ་དང་།

This time he said nothing to his mother; he went and took out all his provisions, and readied himself to leave. But she was waiting for him at the door, and knelt and grasped to his leg once more, and cried, "My son, I beg you not to go."

དེ་ཁྲོས་ནས་མའི་མགོ་ལ་འགོམས་ཏེ་སོང་ནས་རྒྱ་མཚོའི་ངོགས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་། དེས་གྲོགས་པོ་རྣམས་ལ་བསྒོ་བ། རྒྱ་མཚོར་འཇུག་པར་ནི་གྲུ་ན་འཚོའམ། མི་འཚོར་ཡང་གཏོལ་མེད་ཀྱི་བདག་ཅག་ཀུན་གྱིས་ཁྲིམས་བརྒྱུད་གནོད་པར་བྱའོ་ཞེས་སྨྲས་ནས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དེའི་དག་མཉན་ཏེ་ཁྲིམས་མནོས་སོ།།

He lost his temper then and broke away, stepping on her head. He went down to the water and gave this direction to his friends:

> When a man takes to sea, there is no certainty whether he will live or die. As such, I think it appropriate that first we all take the eight vows.

All were agreed, and they swore to the vows.

དེ་ལྟར་དེ་དག་རྒྱ་མཚོར་ཞུགས་ཏེ་དོང་དོང་བ་ལས་དབུས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་རླུང་ཆེན་པོ་ལངས་ནས་གྲུ་བུབ་སྟེ། གཞན་ཐམས་ཅད་ནི་ཤི་འཕོས།

And so they set to sea, and travelled long—and then in the very middle of the ocean they were set upon by a great wind, and the ship sank. All but the young man were drowned.

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་ནི་ཟངས་ཀྱི་རལ་ཆེན་ཁ་སྒྲུ་འདར་གྱིས་བཅད་པ་ཞིག་ལ། འཇུ་འཇུ་ནས་རྒྱ་མཚོ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་འཕྱན་ཅིང་སོང་སོང་ན།

Maitri Yajna held on to some brass tubes that he tied together with a length of sail, and the current carried him aimlessly away, travelling further and further onward.

གྲོང་ཁྱེར་གསེར་གྱི་ར་བ་ཅན་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་དང་ལྡན་པ། རྫིང་བུ་དང་ལྡན་པ། བདུག་སྤོས་ཀྱིས་གདུགས་པ། མེ་ཏོག་སིལ་མས་གཏོར་བ། དར་གྱི་ལྡ་ལྡི་མང་པོ་བྲེས་པ་ཞིག་མཐོང་ནས།

He landed in a place where he saw a city surrounded by a wall of pure gold, spread with gardens and gentle pools, fragrant with the smell of incense, strewn with flower petals, festooned with silken banners.

དེའི་ནང་ན་ལྷ་མོ་བཞི་ཞིག་འཐོན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ་ནང་དུ་ཁྲིད་དོ། །དེ་ནས་དེ་དག་དང་ལོ་མང་པོ། ལོ་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ། ལོ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོ། ལོ་བརྒྱ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོར་རྩེ་རྩེ་ནས་

A group of four goddesses stepped out of the gates of the city and approached him. They took him by the hand, and led him inside. Here he enjoyed himself with them for many years; no, many hundreds of years; thousands of years; hundreds of thousands of years.

ལྷ་མོ་དེ་དག་གིས་བསྒོ་བ། འཕགས་པའི་བུ་འདི་ནི་སྔོན་ཆད་ཁྱོད་ལ་མེད་པའི་ཡུལ་ཡིན་གྱི་འདི་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱུང་ཏ་རེ། བརྒྱ་ལ་འབྱུང་ནའང་ཁ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བལྟས་ཏེ་བྱུང་ཞིག་ཅེས་སྨྲས་སོ།།

And then the goddesses gave him this direction: "O noble child, this was never your own place—one day you must leave. And when you do, it is to the north that you must turn."

དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་དེ་ནས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་ཡང་འཕྱན་ཅིང་སོང་སོང་བ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་དངུལ་གྱི་ར་བ་ཅན། བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་དང་ལྡན་པ། རྫིང་བུ་དང་ལྡན་པ། བདུག་སྤོས་ཀྱིས་བདུགས་པ། མེ་ཏོག་སིལ་མས་གཏོར་བ། དར་གྱི་ལྡ་ལྡི་མང་པོ་བྲེས་པ་ཞིག་མཐོང་ངོ །།

One day he did in fact go outside; he wandered away further and further, until he came upon a city with a wall of pure silver. It possessed as well parks of fruit trees, and pools of gentle water. He smelled the fragrance of incense, and saw flower petals strewn across the ground. Pennants of silk flew from the ramparts.

དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་བརྒྱད་འཐོན་ཏེ། སྔ་མ་བཞིན་དུ་རྩེ་རྩེ་ནས་དེ་ནས་ཀྱང་དུས་གཞན་ཞིག་ན་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ་འཁྱམ་འཁྱམ་པ་ལས་གྲོང་ཁྱེར་བཻ་ཌཱུརྱའི་ར་བ་ཅན་ནས། དར་གྱི་ལྡ་ལྡི་མང་པོ་བྲེས་པ་སྔ་མ་བཞིན་དུ་མཐོང་ནས།

A party of eight different goddesses stepped forth from the city gates, and as before he took his pleasure with them. And then came a day when he was walking outside, wandering further and further, until he came to a city with walls of pure lapis lazuli—and with all the same features as before, up to the silken pennants.

དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་བཅུ་དྲུག་འཐོན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དེའི་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ་ནང་དུ་ཁྲིད་དོ། །དེ་དག་དང་ཡང་ལོ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོར་རྩེ་རྩེ་ནས།

A group of 16 goddesses stepped from the gates, and also took him by the hand, and led him within. And with them as well did he enjoy himself, for many hundreds and thousands of years.

དེ་ནས་ཀྱང་དུས་གཞན་ཞིག་ནས་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ་འཁྱམ་འཁྱམ་པ་ལས། གྲོང་ཁྱེར་ཤེལ་གྱི་ར་བ་ཅན་ནས་དར་གྱི་ལྡ་ལྡི་མང་པོ་བྲེས་པའི་བར་དུ་སྔ་མ་བཞིན་དུ་མཐོང་ནས།

Then again came a time when he left the city walls, and walked ever further, until he came to a city with walls of pure crystal, and everything else, up to the banners of silk.

དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་འཐོན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་ལག་ནས་བཟུང་སྟེ་ནང་དུ་ཁྲིད་དོ། །དེ་དག་དང་ཡང་སྔ་མ་བཞིན་དུ་རྩེ་རྩེ་བ་ལས་

A group of 32 different goddesses came from the gates, and clasped him by the hands, and led him inside; and he took his pleasure with them as well, as before.

དེ་དག་གིས་བསྒོ་བ། འཕགས་པའི་བུ་འདི་ནི་ཁྱེད་ལ་མེད་པའི་ས་ཕྱོགས་ཡིན་གྱི། གནས་འདི་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱུང་ཏ་རེ། བརྒྱ་ལ་འབྱུང་ནའང་ཁ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་ཕྱོས་ཏེ་བྱུང་ཞིག་ཅེས་སྨྲས་པའི་འོག་ཏུ་དེ་ཁང་པ་དེ་ནས་བྱུང་སྟེ་ཁ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བལྟས་ནས་སོང་སོང་བ་ལས།

And then they directed him, as the ones before: "O noble child, this is not a place which is yours. You must one day depart from here; and if you do, then it is to the north that you should turn your steps." One day afterwards he did depart, and traveled to the north, ever farther.

ཚེར་མའི་ནགས་ཚལ་ཞིག་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་ལྕགས་ཀྱི་ར་བ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་མཐོང་སྟེ། དེར་དེར་སོང་སོང་བ་དང་ནང་དུ་ཕྱིན་མ་ཐག་ཏུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྒོ་འགགས་ནས།

He came to a forest of thorns, and then beheld a city with a wall of black iron. He travelled far, until he had stepped inside, and the minute he had then the gates of the wall slammed shut behind him.

ར་བའི་གོང་དུ་བལྟས་ན་ཡང་མཐོ་བར་གྱུར་ཏེ་མཐར་སྐྲག་འཇིགས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཐོས་ནས། དེ་ན་གནས་བཞིན་དུ་འདི་ཅི་ཞིག་སྙམ་དུ་བསམས་པ་དང་།

He looked up to the parapets of the wall, to the heights, and heard a terrifying scream of pain. He wondered who it could be that was living in such a place.

རལ་གྲི་འཁོར་ལོ་མགོ་ལ་འཁོར་ཞིང་གཙོད་པའི་མི་ཞིག་མཐོང་ནས་དངངས་ཏེ། ཀྱེ་མ། འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་དྲིས་པ་དང་།

And then he saw a man, who wore upon his head a crown of whirling knives, and he cried out to the man, "Alas, what is this place?"

སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་པའི་མི་དེས་འདི་ནི་ཉི་ཚེ་བའི་སེམས་ཅན་དམྱལ་བའོ་ཞེས་སྨྲ་བ་དང་།

And the being of hell replied to him, "This is a hell realm, here upon the earth."

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས། ཁྱོད་ཀྱིས་སྡིག་པའི་ལས་ཅི་ཞིག་བྱས་ཞེས་སྨྲས་སོ།།

And Maitri Yajna said to him, "What evil deed did you commit, to come to such a place?"

དེས་སྨྲས་པ། འཛམ་བུའི་གླིང་ན་གྲོང་ཁྱེར་ཀོ་ས་ལི་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། བདག་ཀྱང་དེ་ན་དེད་དཔོན་གྱི་བུ་ཞིག་ཏུ་སྐྱུར་ཅིང་འདུག་འདུག་པ་ལས།

And the hellbeing replied, "I once lived in a town by the name of Kosali. I was born there the son of a ship captain, and grew up there."

བདག་གྲོགས་ལྔ་བརྒྱས་བསྐོར་ཏེ་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་ཆེན་པོར་ཕྱིན་པ་དང་། གྲོགས་པོ་དེ་དག་གིས་སྨྲས་པ།

One day I went with a group of my friends, who numbered five hundred, to a great park of fruit trees there in our town. And my friends said to me,

ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ནི་དེད་དཔོན་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་སོགས་པ་བདག་ཅག་གི་ཕ་རྣམས་ཡུལ་གཞན་དུ་དོང་ཞིང་ནོར་ལ་གསོག་པ་ཡང་བྱེད། གསེར་གནས་དང་། སེང་གླ་ལའི་གླིང་ལ་སོགས་པ་གླིང་གཞན་དག་ཀྱང་ལྟ་ན། བདག་ཅག་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་འདོང་ངོ་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

Your father was a ship captain, and under his command our fathers too sailed to distant lands, and won their fortunes. They saw the world: the islands of Indonesia, and of Ceylon, and many other places. We would travel there as well, under your leadership.

དེ་དག་གིས་མཉན་ཏེ་ཁྱིམ་དུ་ཕྱིན་ནས་མ་ལ་བདག་གྲུར་ཞུགས་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོའོ་ཞེས་དྲིས་པ་དང་།

And I agreed with their words, and I returned to my home, and asked my mother's permission: "I would like to set sail upon a ship, and visit other lands."

བདག་གི་མས་སྨྲས་པ། བུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཕ་ཡང་རྒྱ་མཚོ་ལས་གྲུར་ཞུགས་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་སོང་སོང་བ་ལས་ཚེ་འཕོས་ཏེ། བུ་ཡང་ཁྱོད་གཅིག་པུར་ཟད་ལ། ཁྱིམ་ཡང་ནོར་གྱིས་གང་བར་ཡོད་ཀྱི་མ་འགྲོ་ཞིག་ཅེས་ནས།

And my mother said to me, "Son, your father also sailed the seas, and journeyed many times to foreign lands, and then ultimately lost his life. You are all I have left. Our home is filled with riches; and so I beg you not to go."

བདག་གིས་ཀྱང་མི་འགྲོའོ་ཞེས་མའི་ངག་མཉན་ཏེ། དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་མམ། བཞིར་མས་རྐང་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་བསྒོ་ནས་འདུག་འདུག་པ་ནས།

And three times I obeyed my mother's wishes not to go; and upon a fourth time, my mother knelt at the doorway, clasping my leg.

དུས་གཞན་ཞིག་ན་བདག་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བར་ཕྱིན་པ་དང་གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པར་འདོང་ངོ།
།ཞེས་སྨྲས་ནས། འོན་འདོང་བར་བྱའོ་ཞེས་བདག་གིས་ཁས་བླངས་ཏེ་འགྲོ་བར་བྱས་པ་དང་།

Later I went once more to the park of fruit trees, and my friends told me that I must surely travel with them, and I promised them I would, and made ready to go.

བདག་གི་མས་སྒོ་ཁར་རྐང་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། བུ། ང་དོར་བར་མི་རིགས་སོ་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

And at the door my mother met me, and clasped my leg, and told me "Son, it is wrong to abandon me."

བདག་གིས་མའི་མགོ་ལ་འགོམས་ཏེ་སོང་ནས་གྲོགས་པོ་ལྔ་བརྒྱ་དང་བདག་ཅག་རྒྱ་མཚོའི་ངོགས་སུ་ཕྱིན་ཏེ་
ཁྲིམས་བརྒྱད་མནོས་ནས་རྒྱ་མཚོར་ཞུགས་ཏེ།

But I broke away and left, treading upon her head, and went with my 500 companions down to the edge of the sea. Together we took the eight vows, and then set sail.

གསེར་གནས་སུ་དོང་དོང་བ་ལས་རླུང་ཆེན་པོ་ལངས་ནས་གྲུ་བུབ་སྟེ་གྲོགས་པོ་དེ་དག་ནི་ཚེ་འཕོས་པར་གྱུར།
བདག་ནི་ཉི་མ་དུ་མ་ཞིག་ན་རྒྱ་མཚོའི་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། འཁྱམ་ཞིང་སོང་སོང་བ་ལས།

We set off to Indonesia, and travelled long, until a great wind came upon us, and sank the ship. All my companions were drowned. I myself was carried then by the currents to the very end of the sea, where I made land, and wandered far across the countryside.

གྲོང་ཁྱེར་གསེར་གྱི་ར་བ་ཅན། བཟའ་ཤིང་གི་ར་བ་དང་ལྡན་པ། རྫིང་བུ་དང་ལྡན་པ། བདུག་སྤོས་ཀྱིས་བདུགས་པ། མེ་ཏོག་སིལ་མས་གཏོར་བ། དར་གྱི་ལྡ་ལྡི་མང་པོ་བྲེས་པ་ཞིག་མཐོང་ངོ༎

And I came upon a city with walls of solid gold, and pleasing parks of trees, and pools—covered in the fragrance of incense, strewn with the petals of flowers, with banners of pure silk fluttering from the ramparts.

དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་བཞི་ཞིག་འཐོན་པ་ནས། ལྷ་མོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་འཐོན་པ་དང་། གྲོང་ཁྱེར་ལྕགས་ཀྱི་ར་བས་བསྐོར་བ་ཞིག་མཐོང་བའི་བར་དུ་སྔ་མ་བཞིན་ཏེ། བདག་དེའི་ནང་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྒོ་འང་འགགས།

And the hellbeing told a story that was all the same, beginning with how four goddesses stepped forth from the city gates, on up to how the group of 32 goddesses stepped from the gates, and how he came to a city with walls of black iron: "And then I stepped inside, and immediately the gates slammed shut behind me."

དེ་ན་མི་ཞིག་ཀྱང་རལ་གྲི་འཁོར་ལོ་མགོ་ལ་འཁོར་ཞིང་འདུག་པ་མཐོང་ནས། བདག་འདི་ན་འདུག་འདུག་པའི་མགོ་ལ་འཁོར་ལོ་འཕོས་པར་གྱུར་ཏོ༎

And there I saw a man with a crown of whirling knives set against his head, and even as I stood and watched the crown rose into the air, and moved over, to settle here upon my own head.

བདག་མའི་ཚིག་གིས་ལན་བཞི་ཕྱིར་ལོག་པ་དང་། ཁྲིམས་བརྒྱད་མནོས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྨིན་པས་གྲོང་ཁྱེར་བཞིར་ཉི་ཚེ་བའི་མཐོ་རིས་ཉམས་སུ་མྱོང་བར་གྱུར་ཏོ༎

> I followed my mother's wishes, and abandoned my plans four times; and I took the eight-fold vows—the karma of these deeds ripened upon me and I experienced a heaven on earth, within the four cities.

བདག་གིས་མའི་མགོ་ལ་འགོམས་ཏེ་སོང་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྨིན་པས་ནི། རལ་གྲི་འཁོར་ལོ་མགོ་ལ་འཁོར་ཞིང་གཙོད་པ་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱས་པ་དང་།

> But also I trod upon my mother's head, and this karma has ripened upon me as this crown of knives, circling my head and slicing it open.

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས་བསམས་པ། བདག་གིས་ཀྱང་སྔོན་ལས་དེ་ཁོ་ན་དང་འདྲ་བར་བྱས་ཀྱི། བདག་གི་ལས་རྣམ་པར་སྨིན་པའང་ཉེ་བར་གནས་པར་གྱུར་པ་ལྟར་སྙམ་པ་དང་།

And Maitri Yajna thought to himself, "I have committed exactly the same karma; and I can see that it is soon to ripen."

སེམས་ཅན་དམྱལ་བའི་མི་དེས། བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན། ཁྱོད་གང་ནས་འོངས་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

The hellbeing turned and said, "Maitri Yajna, from where have you come?"

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས་སྨྲས་པ། འཛམ་བུའི་གླིང་ན་གྲོང་ཁྱེར་ཏ་མ་ལི་པ་ཏི་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། བདག་ནི་དེ་ནས་འོངས་ཏེ། བདག་གིས་ཀྱང་ལས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱས་སོ།།

The youth replied, "I hail from the continent of Jambu, where there is a certain town by the name of Tamalipa. I have travelled here from there, and I myself have done every one of the deeds which you just described."

སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་པའི་མི་དེས་སྨྲས་པ། དེ་བདེན་པ་ལྟ་སྟེ། བདག་གིས་ཀྱང་བར་སྣང་ལས་སྒྲ་ཐོས་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྨིན་པ་ཟད་དེ།

And the hellbeing said, "I think you are right; for only today I heard a voice from the sky, which said to me, 'The ripening of your karma is finished now'."

དེད་དཔོན་གྱི་བུ་བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བ་ལས་དེ་དང་འདྲ་བར་བྱས་པ་ཞིག་འོང་ངོ་ཞེས་ཐོས་སོ།།

"And it said to me," he continued, "that someone by the name of Maitri Yajna, the son of ship captain, would come now—and that he had committed exactly the same deeds."

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས་ཟས་སུ་ཅི་ཟ་ཞེས་སྨྲས་པ་དང་།

Maitri Yajna asked him, "How do you survive? What food do you eat?"

དེས་མགོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་བ་ལས། ཤ་དང་རྣག་ཁྲག་འོང་བ་ཟའོ་ཞེས་སྨྲས་ནས། མི་དེ་ཡང་དེར་ཚེ་འཕོས་པར་གྱུར་ཏོ།།

And the hellbeing replied, "I have lived by eating my own flesh, and drinking my own blood, as they slide down my face from the cuts of the knives." And with that, he fell dead to the ground.

བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་འཇིགས་ཤིང་མི་དགའ་བས། མའི་དོན་དུ་སྨོན་ལམ་བཏབ་སྟེ། འདི་སྐད་ཅེས་སྨྲས་སོ།

Maitri Yajna was filled with fear, and sadness. He said a prayer for his mother, and spoke the following words:

།འཇིག་རྟེན་བགྲང་དུ་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
།སྲིད་རྩེ་མན་ཆད་མནར་མེད་ཡན་ཆད་ན།
།ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལྟོ་འཕྱེ་ཆེན་པོའི་ཚོགས།
།བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྡུག་བསྔལ་བདག་གིས་བླང་།

There are countless living beings
In the countless different worlds
Which stretch from the highest worldly heavens
To the lowest realms of hell:
Great masses of the beings of pleasure,
And those who are just below them,
On down to the spirits of suffering.
May all of them be happy;
May I take now all their pain.

།དེ་སྐད་ཅེས་སྨྲས་ནས། བསམ་པ་ཐག་པས་ཕ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཏེ་སྨོན་ལམ་བཏབ་པོ།

And when he had spoken thus he thought of his parents, and bowed to them in thanks, and said his prayers for them.

།གར་སྐྱེས་གར་སྐྱེས་ཀྱང་ཕ་མའི་རིམ་གྲོ་བྱེད། །ཉི་ཚེ་བའི་སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་འདིར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བདག་འདི་ན་གནས་སོ།

"In all my future rebirths," he said, "may I commit myself to the service of my parents. Until then I shall remain here, in this hell on earth, so that I might serve others who are born here."

།འཇིག་རྟེན་ན་རིགས་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། གྲོལ་བར་གྱུར་པ་སུ་བཞུགས་པ་དེ་དག་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་བདག་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་སྨྲས་ནས།

"I bow to all those in the world who have reached understanding; I bow to all those who have attained liberation. And I beg them to shelter me."

སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་པ་འདུག་འདུག་པ་དེར་འདུག་ནས། ཡང་ཕ་མའི་དོན་དུ་སྨོན་ལམ་བཏབ་པ། སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་མནར་མེད་མཐའ་ནས་སྲིད་རྩེ་མན་ཆད་ནས། །སེམས་ཅན་ཆེ་འཕོའི་རྣམ་པ་འཆིང་བས་ཇི་སྙེད་བཅིངས་པ་དག །ཐམས་ཅད་མ་ལུས་ཆོས་དང་ལྡན་ཞིང་བདེ་བར་འཚོ་འགྱུར་ཏེ། །རྒན་མེད་ཆེ་འཕོ་མེད་པའི་མྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །

And this new hellbeing stood there then, praying for his father and mother. And he prayed for all the other beings in hell—all those in the lowest realms of hell, and all the other beings of the universe, up to those of the highest worldly heavens—prayed for all those chained within this mortal coil, that they might meet the teachings, and be sustained by them, and reach happiness: reach that nirvana which is beyond all aging, and beyond all dying again.

དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད་དེ་བསྡད་པ་དང་། འཁོར་ལོ་དེ་མགོ་ལ་མ་རེག་པར་སྟེང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་འཁོར་བར་གྱུར་ཏོ།།

He stood there with his eyes closed, repeating his prayers again and again; and the crown of knives stood spinning in the air inches above his head—but never did it descend.

དེའི་མས་ཀྱང་གལ་ཏེ་བདག་གི་སྦྱིན་པའམ། ཚུལ་ཁྲིམས་སམ། བདག་གིས་ཁྱིམ་ཐབ་ཀྱི་བརྟུལ་ཞུགས་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡོད་ན། བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེས། བདག་གི་

བུ་གང་དང་གང་ན་གནས་ཀྱང་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་རྟག་པར་སྨོན་ལམ་བཏབ་པས་དེ་ལྟར་ཞི་བར་གྱུར་ཏོ།།

And at the same time his mother was making her own prayers:

> If I have ever done any good with my acts of generosity; if I have done any good by following a life of kindness; if there is any good that I did by serving and bringing up my family, then I take the karma that will come to me, and I send it to my son, wherever he now may be, and I pray that it brings him happiness.

She repeated these prayers constantly, for the rest of her life—and thus it was, that the crown of knives was brought to a stop.

དེ་ཡང་ཉི་ཚེ་བའི་སེམས་ཅན་དམྱལ་བ་དེ་ན་འདུག་འདུག་ནས། ལོ་དྲུག་ཅུ་འང་མ་ལོན་པར་ཚེ་འཕོས་པར་གྱུར་ཏེ།

The boy did stay there in that hellish place, but was able to die and pass to another birth before even sixty years had passed.

དཔེར་ན། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགྲ་སེམས་ཅན་དམྱལ་བའི་ཚེ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པར་ཚེ་འཕོས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཆུད་ཟ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རབ་བར་ཀླད་པ་ན་བར་གྱུར་ཏོ།།

His story was like that of King Ajatashatru, who was born in the realms of hell but was able to die and pass on before living out the full life of a hellbeing, thousands upon thousands of years. And yet the effects of our deeds can never simply go away, and for many lifetimes he suffered from severe pains in his head.

དེ་ནས་སྐབས་སུ་བབ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགེ་སློང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་པ། དགེ་སློང་དག །དེའི་ཚེ་དེའི་དུས་ན་དད་དཔོན་གྱི་བུ་བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གཞན་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ན་དེ་ནི་དེ་ལྟར་མི་ལྟ་སྟེ།

And when he had ended the story, the Buddha, the Conqueror, turned again to the monks, and spoke the following words: "You may think, my monks, that the son of the ship captain, Maitri Yajna, was someone else; but I tell you, that he was not.

ང་ཉིད་དེའི་ཚེ་དེའི་དུས་ན་དེད་དཔོན་གྱི་བུ་བྱམས་པ་མཆོད་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ། །

"For it was none other than myself; I was, in those days long gone by, the ship captain's son, Maitri Yajna.

དགེ་སློང་དག །དེ་ལྟ་བས་ན་ངའི་ཚིག་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་རིམ་གྲོ་ཡོད་པར་བྱོའོ། །ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་རིམ་གྲོ་ཡོད་པར་བྱོའོ། །ཕ་མ་དང་། མཁན་པོ་དང་། སློབ་དཔོན་ལ་རིམ་གྲོ་ཡོད་པར་བྱོའོ། །

"And so my monks, you may believe what I have said to you today; and I beg you, from this day on, to honor the Enlightened Ones, the Conquerors. Honor the teachings, and honor the community. Honor your father, and your mother, and the one who has granted your vows to you, and the one who has granted you the teachings."

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Love and the Five Paths

This then is how, historically, the ancient scriptures of Buddhism describe the first moments of ultimate love—love for all living creatures, which in Buddhism is called *bodhichitta.* There is a crucial time in the life of a being who is striving for enlightenment: they are faced with decisive moment of personal torment, and they make a decision to take it on gladly, with a prayer that it may substitute for the pain of every other living being.

Within the great philosophical schools that grew up in ancient India in the centuries following the Buddha's passing from this world, this first moment of ultimate love was incorporated into the five stages or paths in the spiritual evolution of any one of us.

We can go through these five stages on three different levels, depending upon our motivation; basically, depending on whether we are trying to stop only our own suffering, or the suffering of all other beings as well. The highest of these levels is the track of a bodhisattva; when we go through the five paths at this level, then in the end it brings us to complete enlightenment.

Here is a quick description of these five stages. We reach the first most often when we undergo a personal tragedy—such as the death of our mother—which forces us to admit inside that we face inevitable pain and death in this life. It is said that a person who is on the bodhisattva track, the third level, is able at the same time to recognize that everyone else around them faces the same problem.

And so they undertake their spiritual journey down the five paths with the added intention of helping everyone else around them. This intention is what we call *bodhichitta.*

The person then moves on to the second stage or path, at which they begin to have intellectual insights into where this pain, and all the rest of the world, is actually coming from. That is, they begin to figure out that their world, and all the people in it, are actually coming from karmic seeds within their own mind. And these seeds have been planted by deeds of either kindness or malice towards others.

This second stage culminates in a moment of understanding where the spiritual seeker first perceives how an actual object in their life—something like a pot on the stove—is actually flowing from seeds in their own mind.

At the third stage, a person who has reached this understanding goes further, and in a state of deep meditation sees directly that there is nothing in the world which is not coming from seeds within their mind. This deep meditational union with ultimate reality, the culmination of billions of lifetimes of effort, is so powerful that the practitioner will, within a brief period of time afterwards, be transformed into an enlightened being.

At the fourth stage, these insights enable the practitioner to overcome, permanently, all of their negative emotions, including the tendency to misunderstand their world. The fifth stage is perfect enlightenment, where mind and body transform into that of a being of light who is capable of attending personally to countless billions of people in countless worlds, guiding them to their own enlightenment.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Winds of Love

There are higher teachings though—those of the Diamond Way, or Vajrayana—which explain the first experience of ultimate love in a way which is different than what we have seen so far, as part of a personal encounter with pain.

The Diamond Way describes the birth of ultimate love in terms of the inner world of the bodhisattva. In this case, the crucial moments for ultimate love are those following the first direct perception of ultimate reality, at the third stage rather than the first.

The Diamond Way describes the first direct perception of ultimate reality in terms of the inner body, also known as the "diamond body" or the "rainbow body." As we will see later, this body lies below our gross physical body, and is composed of a network of subtle channels made of light itself.

Within these channels flows *prana*—a subtle physical energy which also provides the basis upon which thought itself moves. The better that prana moves through our channels, the better thoughts we can have—including both the direct perception of ultimate reality and the attainment of ultimate love, the same kind of love that Lord

Buddha reached in the realms of hell, and with the crown of knives hovering above his head.

That is, we don't need billions of lifetimes or a journey to a hell on earth in order to achieve the very love of the Buddha. We just need to get prana flowing properly through our inner body.

The free movement of prana through the channels though—and thus our arrival at ultimate love—is prevented by knots that form within these channels even in the womb.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Releasing the Knot at the Heart

As we will see, the most serious of the knots that tie our inner channels is located at the heart. But releasing this knot has the most powerful effect within us. For a person on the path of a bodhisattva, the release of this knot manifests first of all in the twenty minutes or so of their first direct communion with ultimate reality—the experience which quickly transforms them into an enlightened being who can serve all creatures.

In the hours immediately following this threshold experience, the knot at the heart—which is the basis of the heart chakra, really—remains somewhat open. This allows the practitioner to undergo an entire series of additional experiences which transform their very being. These experiences are thus given, by tradition, their own special name: the "four higher truths" of the "wisdom of the aftermath."

The highest of these additional experiences is the first moment of ultimate love: the breakthrough into *bodhichitta.*

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Faces of Infinite Planets

This breakthrough lasts only a few minutes. As prana pours through the heart chakra, the perceptions of the practitioner—normally facilitated by the channels emanating from this chakra---are suddenly opened up, in a burst of high love.

And suddenly the new bodhisattva is able to gaze directly upon the face *of every individual living creature in the entire universe,* on countless worlds, all in the very same space of a few moments. And in these moments as well we feel an intense and overwhelming love for each of these beings.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

I Know I Will Be Their Savior

Suddenly upon this revelation follows another: the direct perception of the day of our own enlightenment, occurring in the future. We are standing above the world, above countless worlds, within the universe of stars and galaxies. And we gaze down upon each and every being, as they go through their day. Spontaneously, without conscious effort, we are able to emanate clones of ourself, avatars, who will care precisely for the needs of each of the infinite beings in our care. And at our side is our Heart Teacher.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Kindness of Our Teacher

We see then that there is a way to reach our holy grail, love and concern for every single living being, through the workings of our own inner body, and through the direct perception of ultimate reality. This is a love for all beings which does not come from a wish or prayer that happens when something bad happens to us; rather, it is founded upon the direct perception of the face of every being we love, every being we will serve directly.

How we do this we only learn in one way: by finding and devoting ourselves to our Heart Teacher. Only through their blessing may we find this holy grail.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Seven Steps to Love

Pabongka Rinpoche Dechen Nyingpo, on the seven-step practice from the sutras for love:

མར་ཤེས་སྒོམ་པ་ལ་རྣམ་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པའི་རིག་པའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་འདི་སྦྱར་ན་མར་ཤེས་སྐྱེ་བ་ལ་ཕན་ཆེ་བས་འདིར་མདོར་བསྡུ་ན།

The next step is the meditation where you recognize that every living being is your mother. Gaining this recognition is much easier if you apply the line of reasoning mentioned in *The Commentary on Valid Perception* for demonstrating the infinite regression of one's awareness. We'll present this reasoning here, in brief.

རང་གི་དེ་རིང་གི་རིག་པ་འདི་ཁ་སང་གི་རིག་པའི་རིག་རྒྱུན་དང་། ད་ལོའི་རིག་པ་འདི་ལོ་སྔ་མའི་རིག་པའི་རིག་རྒྱུན་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། རང་གི་ཚེ་འདིའི་རིག་པ་འདི་ཚེ་སྔ་མའི་རིག་པའི་རིག་རྒྱུན་དང་། ཚེ་སྔ་མའི་རིག་པ་དེ་ཡང་དེའི་ཚེ་སྔ་མ་སྔ་མའི་རིག་རྒྱུན་ཡིན་པས་དེ་ག་ནང་བཞིན་ཕར་དེད་ན་འདི་ཕན་ཆད་དུ་མེད་བྱ་བ་གཏན་ནས་མེད་པར་རིག་པའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་འགྲུབ་ཅིང་།

Your awareness of today is a mental continuation of the awareness you had yesterday. This year's awareness is a mental continuation of the awareness you had the year before. Just so, your awareness over this entire life is a mental continuation of the awareness you had in your former life. The awareness you had in your former life was, in turn, a mental continuation of the awareness you had in the life before that. You can continue back in a regression like this and absolutely never reach some point where you can say, "Prior to this, I had no awareness." This then proves the infinite regression of one's awareness.

དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་ལ་ཡ་མཐའ་མེད། ས་ཕྱོགས་འདི་ར་མ་སྐྱེས་བྱ་བ་མེད། ས་ཕྱོགས་རེ་རེ་ལའང་གྲངས་མེད་པ་རེ་སྐྱེས། སེམས་ཅན་འདི་ལྟ་བུའི་ལུས་མ་བླངས་བྱ་བ་མེད། བླངས་པ་རེ་རེའང་གྲངས་མེད་པ་རེ་བླངས། ཁྱི་གཅིག་བུའི་སྐྱེ་བ་བླངས་པའང་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན།

My own circle of life then must also be beginningless, and the births I have taken as well can have no starting point. There exists no place where I have never taken birth. I have taken birth in every single place, countless times. There exists no creature whose body I have not worn. I have worn every kind of body, countless times. Just the lives I have taken as a dog are themselves beyond any number to count. And the same is true for every living being.

དེས་ན་སེམས་ཅན་འདིས་རང་གི་མ་མ་བྱས་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། སེམས་ཅན་རེ་རེས་ཀྱང་རང་གི་མ་གྲངས་མེད་པ་རེ་བྱས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། མི་གཅིག་པུའི་རྟེན་ལ་རང་གི་མ་བྱས་པའང་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པས།

Therefore there exists no being who has never been my mother. Absolutely every single one of them has been my mother a countless number of times. Even the number of times that each has been my mother in just my births as a human is past all counting too.

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་གི་མ་གྲངས་མེད་པ་རེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱས་ཚུལ་ལ་ངེས་ཤེས་ཞུགས་དྲག་མ་སྐྱེས་བར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྒོམ།

Do this meditation over and over until you gain a deep-felt certainty that each and every living being has been your mother, over and over, countless times.

དེ་ནས་དྲིན་དྲན་ཚུལ་ལ། རང་གི་ཚེ་འདིའི་མ་ལ་མཚོན་ན། རང་ཨ་མའི་མངལ་དུ་ཆགས་པ་ནས་བཟུང་སྡེ་བུ་ལ་གནོད་ཀྱིས་དོགས་ནས་ཟས་ སྤྱོད་ཁ་འཛེམ་པ་རྒྱུན་ཆད་ནད་པ་ནང་བཞིན་གྱི་དཀའ་སྤྱད་ལྷུར་བླངས། མ་རང་གི་གཟུགས་པོ་ནད་པ་ཉམ་ཐག་པའི་ལུས་ལྟར་གོམ་པ་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་འདོར་མ་ཕོད་པར་ཟླ་བ་དགུ་དང་ཞག་བཅུའི་རིང་རང་ཨ་མའི་མངལ་དུ་ཉར།

Developing a sense of gratitude is the next step, and you can start by taking your mother in this present life. She began her hardships for me while I was still in her womb, gladly taking it upon herself to avoid anything she felt might hurt me—even down to the food she ate—treating herself with care, as though she were sick. For nine months and ten days she carried me in her womb, looking at her own body as though it belonged to someone else, someone very ill, and hesitating even to take big steps.

ཕྱིར་སྐྱེས་པའི་ཚེའང་མ་རང་ལ་ན་ཚ་དང་སྡུག་བསྔལ་ཚད་མེད་པས་གནོད་ཚབས་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་བྱུང་ཡང་། ད་དུང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་རྙེད་པ་ལྟར་དགའ་ཚོར་ཆེན་པོ་བྱས།

As she gave me birth, my mother was torn with violent suffering, excruciating pain, and yet still felt an overwhelming joy, as though she had discovered some precious gem that would grant her any wish.

རང་དེ་དུས་དུ་ཀྱུ་དང་ལག་པས་གཡབ་ཙམ་གཡབ་ཙམ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མི་ཤེས། ཅི་ཡང་མི་ནུས་པའི། ལྐུགས་པ། ཞ་བོ། བྱིའུ་ཕྲུག་ཁ་དམར་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མེད་པ་ལ་ཨ་མས་སོར་མོ་བཅུའི་རྩེ་ལ་གཡེངས། ཤའི་དྲོད་ལ་སྦྲུར། བརྩེ་བའི་འཛུམ་གྱིས་བསུས།

Right then I knew absolutely nothing more than to cry and wave my arms around somehow. I was totally helpless. Totally stupid. Incapacitated. Nothing more than some baby chick with a red-rubber beak still yet to harden. But she swayed me on her fingertips, and pressed me to her body's warmth, and greeted me with a smile of love.

དགའ་བའི་མིག་གིས་བལྟས། སྣབས་ཁས་ཕྱིས། མི་གཙང་བ་ལག་པས་ཕྱིས། འོ་མའི་སྤྲོ་མ་སོགས་ཁས་ལྡུད། གནོད་པ་གང་ནུས་ལས་བསྲུང་། ཕན་པ་གང་ནུས་བསྒྲུབ།

With joyful eyes she gazed on me, and wiped the snot from my face with her lips, and cleaned my filthy shit with her hands. Sometimes she chewed my food for me, and fed me things like milky porridge straight from her mouth to mine. She did her best to protect me from any hurt. She did her best to get me any good.

དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་རང་གི་སྐྱིད་སྡུག་ལེགས་ཉེས་ཚང་མ་ཐམས་ཅད་མ་དེའི་གདོང་ལ་བལྟས་ཏེ་མ་དེ་གཅིག་པུ་ལ་རེ་བ་བྱས་ནས་སྡོད་དགོས་པ་བྱུང་། རང་དེ་དུས་ཨ་མས་དྲིན་གྱིས་མ་བསྐྱངས་ན་ཆུ་ཚོད་གཅིག་ཀྱང་མི་སྡོད་དེ། བྱ་དང་ཁྱི་སོགས་ཀྱིས་ཟ་འགྲོ་བ་སོགས་ལས། གསོན་པོར་ཡོང་རྒྱུའི་རེ་བ་མེད། རང་ཨ་མས་ཉིན་རེ་ལ་ཡང་སྲོག་མགོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཙམ་བཏོན་པའི་དྲིན་ཡོད།

In those days I had to look to her for everything; good or bad, happy or sad, all the hope I could have lay in one person: mother. But for her kindness, I wouldn't have lasted an hour; they could have set me out in the open right then and some birds or a dog would have come and made a meal of me—I'd have no hope of coming out alive. Every single day she protected me from harms that could have taken my life, no less than a hundred times. Such was her kindness.

རང་ནར་སོན་ནས་ཀྱང་མ་རང་གིས་སྡིག་སྡུག་གཏམ་ངན་ལ་མ་འཛེམས་པར་བསགས་བསགས་ནས་མ་རང་གིས་ཀྱང་ལོངས་སྤྱད་མ་བྲ་བའི་རྒྱུ་ནོར་གང་ཡོད་བུའི་ལག་ཏུ་བཞག

And while I was growing up she gathered together whatever I needed, avoiding no bad deed, and no suffering, and caring nothing for what other people might say of her. All the money and things she had she handed over to me, hesitating to use anything for herself.

།རང་ལ་ཆོས་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་ན་མ་རང་གིས་ནོར་རྫས་ལ་ཕངས་པ་མེད་པར་མཐུན་རྐྱེན་སྦྲར་ཏེ་ཆོས་སྒོར་གཞུག་པ་མན་ཆད་འཚོས་ཀ་གང་ཡོད་པས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ལ་ཚད་མེད།

For those of us who are fortunate enough to be practicing the monastic life, it was Mother who put forth all the necessary expenses, giving without reservation, to arrange our admission into the monastery. And from that time on she supported us here, from whatever resources she had. Thus the kindness she has shown us is truly without measure.

ཚེ་འདིའི་མས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ཡང་ཚེ་འདི་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར། རང་གི་ཚེ་རབས་སྔ་མ་མང་པོར་དྲིན་ཆེན་པོས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གྲངས་མེད་པར་བསྐྱངས། ཚེ་འདིའི་མ་འདི་ཙམ་མ་ཟད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ད་ལྟ་སྐྱེ་འཆི་འཕོས་པའི་དབང་གིས་ངོ་མ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་ཚེ་རབས་སྔ་མ་རྣམས་སུ་རང་གི་མ་བྱས་པའི་སྐབས་ཚེ་འདིའི་མས་ཇི་ལྟར་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ལྟར་དྲིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བསྐྱངས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཏེ།

And this is not the only life in which my present mother has given this kindness to me. She has showered me with this kindness, great kindness, over and over, countless times, in my many lives before. And she is not the only one; every single living being has been my mother in my past lives, and during those lives cared for me no less than my present mother does—it is only my transitions from death to birth that prevent me from recognizing all these mothers now.

དཔེར་ན་ད་ལྟའི་དུད་འགྲོ་ཁྱི་ལ་སོགས་པ་དང་། བྱ་བྱིའུ་ཚོས་རང་རང་གི་བུ་ལ་སྙིང་བརྩེ་ལུགས་དང་། དྲིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བསྐྱང་ལུགས་ལ་བལྟས་ཀྱང་ཤེས་པར་ནུས་གསུངས།

Look now, concluded our Lama, at the way any common animal—a dog or bird, even the tiny sparrow—shows affection for its young, and cares for it well. From watching this we can imagine what kindness we were given too.

དྲིན་གཟོ་བ་ནི། དེ་ལྟར་རང་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ཡང་ཡང་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་མ་སེམས་ཅན་རྣམས་གོང་དུ་བཤད་པའི་ཆུ་བོ་བཞིའི་རྒྱུན་གྱིས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གློང་དུ་ཁྱེར་ནས་སྡུག་བསྔལ་གསུམ་ལ་སོགས་པས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་མནར་ཏེ་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པ་ལ།

The next step in gaining the wish for enlightenment is to develop a wish to repay this great kindness. So every living being is my mother, and has given me her loving care over and over endlessly, for time with no beginning. And we know from what was described above that they are being swept along by four great currents, out to sea—to the vast expanse of the ocean of cyclic life. They are tormented, without a break, by the three types of suffering, and all the other pains. Their situation is desperate.

ད་ལྟ། བུ་རང་ལ་དེ་དག་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཅི་ཡང་མི་སེམས་པར་བསྡད་ན་ཤིན་ཏུ་མ་རབས་ཁྲེལ་མེད་ཐ་ཆད་ཡིན་པས་ན།

And here am I, their child. Right now I have a chance to rescue them from this ocean of cyclic life. Suppose I simply sit and bide my time, and give no thought to them. This is the lowest a person could stoop—base and absolutely shameless.

ད་ནི་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་ངོས་ནས་ཟས་གོས་གནས་མལ་སྐྱིད་པ་སོགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་འཁོར་བའི་བདེ་བ་དེ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་ལ་བཀོད་ན་དྲིན་གཟོའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བས། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཞིག་བྱ་དགོས་པར་འདུག་སྙམ་དུ་བསམ།

Right now I could give them things that they would be happy to get—food, or clothes, or beds to sleep on, whatever. But these are only some temporary happiness within the circle of life. The very highest way of repaying their kindness would be to put them into the state of ultimate happiness. So let me decide within myself that every living

being must come to have every happiness. And every one should be freed as well from every form of pain.

དེ་ཡང་སེམས་ཅན་འདི་དག་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་ཏ་ག་ལ་ཡོད་དེ། ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཙམ་ཡང་མི་འདུག །སེམས་ཅན་ཁོ་རང་ཚོས་བདེ་བ་ཡིན་སྙམ་པ་འདི་རྣམས་ཀྱང་ངོ་བོ་འགྱུར་བའི་སྡུག་བསྔལ་ཤ་སྟག་ཡིན། འདོད་རྒྱུ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱུར་དགེ་བ་སྒྲུབ་མི་ཤེས། མི་འདོད་རྒྱུ་སྡུག་བསྔལ་མི་འདོད་ཀྱང་། སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་སྡིག་པ་སྤོང་མི་ཤེས། བླང་དོར་གོ་ལོག་ཏུ་སྤྱོད་དེ་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་མ་རྒན་སེམས་ཅན་

Right now it's absurd to say that these beings have any kind of pure happiness—they don't even have any of the impure kinds. Every single thing they think is happiness is, in its essence, nothing more than pain. They want wantables but don't want to know about doing the good deeds that bring happiness. They want no unwantables but don't want to know about giving up the bad deeds that bring pain. They act perfectly backwards: they do what they shouldn't and don't what they should. And so my dear aged mothers, these living beings, are made to suffer.

འདི་དག་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་རུང་། ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །ལྡན་པ་ཞིག་ང་རང་གིས་བྱེད།

"How good it would be if they could all find every happiness, and every cause of happiness. I wish they could. I'll see that they do."

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྡུག་བསྔལ་དང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །བྲལ་བ་ཞིག་ང་རང་གིས་བྱེད་

"How good it would be if they could all be free of every pain, and every cause of pain. I wish they could. I'll see that they do."

སླར་དུ་ཡང་ཡང་བསྒོམས་པས་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྗེ་ཤུགས་ཅན་བསྐྱེད།

Let these two trains of thought run through your mind; meditate on them over and over again. Then you will come to feel the very strongest loving-kindness and compassion.

ཡང་ཁ་ཅིག་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁུར་རང་གིས་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་འདྲེན་མཁན་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་མང་པོ་ཡོད་སྙམ་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་སྲིད་ཀྱང་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མ་རབས་ཁྲེལ་མེད་ཐ་ཆད་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་བསམ་པ་གཏན་ནས་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་ཚེ་འདིའི་རང་གི་མའི་བཀྲེས་སྐོམ་སོགས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་སེལ་བའི་ཐབས་བུ་གཞན་གྱིས་བྱས་ན་ཡང་། རང་ལ་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་དྲིན་ལན་གཙོ་བའི་ཁུར་དེ་རང་ཉིད་ལ་བབ་པ་བཞིན་དུ།

Some people might come up with the idea that "Why should I take upon myself this great load, of every living being? There are plenty of Buddhas and bodhisattvas around to guide them on their way." This kind of thought though is absolutely improper. It's base. It's shameless. It's as if your mother in this life was hungry, and parched, and you expected someone else's child to go and give her food and drink. But it's you for whom she has cared, and the responsibility of paying her back has fallen only to you.

རང་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་ལན་གྲངས་མང་པོ་བྱས་ཤིང་། དེ་དག་གི་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཚེ་འདིའི་མ་ལྟར་དྲིན་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་བསྐྱངས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། དེའི་དྲིན་ལན་གཙོ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གཞན་སུ་ལའང་ཁག་མི་འཁྲི་བར་རང་གཅིག་པུའི་ཁུར་དུ་བབས་པས་ན།

It's the same with all these living beings, who for beginningless time have served as my mother so many times, and who in each of these times cared for me in every way with the kindness of this present mother. Returning their kindness is no business of anyone else at all, not for some Buddha or bodhisattva—it is my responsibility, and only mine.

སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་དང་སྡུག་བསྔལ་དང་བྲལ་བར་བྱེད་མཁན་དེའང་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་ སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཡང་ང་རང་གཅིག་བུས་བྱེད། སྡུག་བསྔལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡང་ང་རང་གཅིག་པུས་བྱེད། བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལའང་ང་རང་གཅིག་པུས་བཀོད་སྙམ་པའི་ལྷག་པའི་བསམ་པ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྒོམ།

So someone is going to do it—to make sure that every living being has every happiness, and never a single pain. It is going to be myself; I'll rely on no one else. I by myself will see to it that every single being comes to have every single happiness. And I by myself will see to it that every single being gets free of every single pain. I will by myself put them into the state of the Lama, the state of Buddhahood. Meditate strongly on these thoughts; they are the step which we call the "extraordinary form of personal responsibility."

དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ནའང་ད་ལྟ་ནི་རང་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཞོག །སེམས་ཅན་གཅིག་ཙམ་འདྲེན་པའི་ནུས་པ་ཡང་མི་འདུག །འོན་དེ་ལྟ་བུའི་ནུས་པ་དེ་སུ་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད། རང་གིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ཐོབ་ན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་རེ་རེས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པའི་དོན་བྱ་བར་ནུས་པས།

I may be able to develop this noble intention, but the fact is that I'm completely incapable of leading a single being to Buddhahood--much less every one of them. Who then has the capacity? This power is had by a fully enlightened Buddha--only by them, and by no one else at all. If I can reach the same state, I will by definition have brought both mine and others' benefit to its perfection. And then every single ray of light that emanates from me, whether it be an action of my body, or my speech, or my thoughts, will have the power to accomplish the ends of countless sentient beings.

དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ཉིད་དུས་མྱུར་བ་ཉིད་དུ་ཐོབ་པ་ཞིག་ཅི་
ནས་ཀྱང་བྱ་སྙམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད།

And so, for the sake of every living being, I will do anything I can to achieve this one great goal—the state of a Buddha—with every speed. Think this way to yourself, and do anything you can to develop the genuine wish to reach enlightenment for every living being.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Strive to Understand the Chakras

The following excerpt is from Je Tsongkapa's famous Commentary on the Practice of the Diamond Recitation.

རྩ་ཡི་རིམ་མེད་ངེས་པར་ནི། །ཕུང་པོ་ལ་སོགས་མི་འབྱུང་ཞིང་། །ཕུང་པོ་མེད་ན་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་ཐོབ་མི་འགྱུར།

So too it is said—

If the various stages
Of the inner channels
Did not themselves exist,

Then surely the different heaps
And other parts of ourselves
Could never happen in the first place.

And if there were no heaps,
Then yogis and yoginis
Could never reach great wisdom.

།ཕུང་པོ་ལྔ་ནི་བདག་ཉིད་ལུས། །མཁའ་འགྲོ་ལྔར་ནི་རབ་ཏུ་གྲགས། །དེ་ཉིད་འབྱུང་བ་ལྔ་ཡིས་ནི། །ཡེ་ཤེས་ལྔར་ནི་རྣམ་པར་གནས།

Our body, this combination

Of the fire different heaps,
Has been declared to be
Five Angels themselves

This embodiment
Of the five elements
Is what gives the five wisdoms
A home to live in.

།དེ་ཕྱིར་འབད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །རྩ་ཡི་འཁོར་ལོ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྩ་ལ་གནས་པའི་ཁམས་གཉིས་ཀྱང་དེ་གཉིས་དང་འདྲའོ།

With every effort then
That you can make,
Strive to understand
The chakras of the channels.

And of course it is just as important as knowing these two that we come to understand the various elements which pass through these channels.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

A Wind from the Indestructible Drop

From the same work—

དེའང་སྔར་བཤད་པ་ལྟར་རྩ་དང་རླུང་དང་ཁམས་སྦྱོང་དགོས་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་དབུ་མར་ཞུགས་ཏེ། སྙིང་གའི་དབུ་མའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་བའི་གནས་སུ་མི་ཤིགས་པ་ལ་ཐིམ་པའོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐུན་ལས་བྱུང་བ་ནི་བར་དོ་དེ་ཤི་བའི་འོད་གསལ་ལས་བྱུང་བའོ། །

As we mentioned before, we must achieve this dissolution of the channels, winds, and elements, bringing them step-by-step into the central channel, where they then melt into the indestructible drop—the very place where we release the knot in the central channel at the heart.

In normal circumstances the ultimate nature of things within us streams on, and we go on to become a being of the intermediate state, through the clear light of death.

དེ་ལྟར་ན་སྔགས་དང་མཚན་ཉིད་གཉིས་ཀའི་ལུགས་ཀྱིས་འཁོར་བར་འཇུག་རིམ་ཐུན་མོང་བ། སེམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བདག་མེད་པའི་དོན་མ་རྟོགས་པར་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་དབང་གིས་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་བསྐྱེད་ཅིང་། དེས་ལས་བསགས་ཏེ་འཁོར་བ་དང་།

Now the teaching on how the cycle of suffering is triggered is common to both the secret and open ways. It all starts when we fail to realize a certain thing: the true nature of our own mind, which has no quality of its own. We take the mind to exist in and of itself. This then triggers all of our mental afflictions. And because of these afflictions, we collect new karma, and the cycle begins again.

བླ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འཁོར་ཚུལ་སྙིང་གའི་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ལས་བྱུང་བའི་རླུང་གིས་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་ནས་ལས་བསགས་ཏེ། སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དང་མཐར་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་རིམ་གྱིས་ཐིམ་པའི་ཚུལ་མ་ཤེས་ན་འཁོར་བར་འཆིང་ལ། དེ་གཉིས་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་གསུངས་སོ།

In the great books of the unsurpassed group of the secret teachings though are taught a very special version of how this cycle of pain is triggered. Out of the indestructible drop at our heart rises a very specific inner wind, which then triggers inside of us mistaken perceptions of the world.

These perceptions then cause us to collect new karma, which leads us to a new birth. And then at the end of that birth this wind dissolves once again back to this same drop, in stages. It is because we have no understanding of this process that we are chained to the cycle; and if we do come to learn these two things, the books say, then we shall be freed from the wheel.

།དེ་ལ་ཐུན་མོང་བའི་སྐྱེ་འཆིའི་རིམ་པ་ཤེས་ན་དེ་ལྡོག་པ་ལ་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་དབུ་མ་ནས་བཤད་པ་བཞིན་དུ་འཚོལ་དགོས་པར་ཤེས་ནས་བདག་མེད་པའི་ལྟ་བ་ཕུ་ཐག་ཆོད་པར་བྱེད་དོ།

If you really understand the process of birth and death according to the explanation shared by both the open and secret ways, then you'll understood that—to stop this process—we must seek the worldview which says that nothing has any nature of its own, as explained in the teachings on the middle way. And you'll see that you must hone this worldview until it is perfect.

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་འཆིའི་རིམ་པ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། སྐྱེ་འཆི་ལྡོག་པ་ལ་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་རླུང་བཟློག་པའི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཤེས་དགོས་པར་མཐོང་ངོ།

If though you really understand the process of birth and death according to their unique explanation in the secret way, then you will clearly see that to stop this process you must seek to gain an understanding of extraordinary methods for stopping the mistaken perceptions triggered by the karma wind.

།དེའང་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཙམ་ལ་དེ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་བས་ཀྱང་སྔགས་ཀྱི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་ཀྱང་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ།

Now if all you seek to do is to escape from the wheel of pain, you don't necessarily require this particular understanding. This can be seen from the fact that there are practitioners of the paths of the listeners and self-awakened who manage to free

themselves from the cycle, even without utilizing the extraordinary methods of the way of the secret word.

།དེས་ན་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་ཟད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དེའི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྦྱོང་བར་འདོད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལྟར་བསྐལ་པ་མང་པོས་བསྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་བྱེ་མྱུར་དུ་འཚང་རྒྱ་བར་འདོད་པའོ།

What we seek, then, is not only to put an end to the mental afflictions which make the circle spin; rather, we want to cleanse ourselves as well of each and every one of the mental seeds for these afflictions. However, if we rely solely on the teachings of the open way, we can work for a great many eons and still not achieve the goal. You and I want to get enlightened *fast*.

།འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྡང་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་རྟོག་འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་རྣམས། བདག་འཛིན་ལས་སྐྱེ་བར་ཕར་ཕྱིན་གྱི་ཐེག་པར་གསུངས་པ་དེ་བཀག་ནས། དེ་རྣམས་ལས་ཀྱི་རླུང་ལས་སྐྱེ་བར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་གྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་བྱས་ནས་དེ་དག་བསྐྱེད་པའི་ཚེ། ལས་ཀྱི་རླུང་གིས་དེའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྐྱེན་བྱེད་པས་དེའི་ནུས་པ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ།

And so it is mistaken perceptions such as liking and disliking things which chain us to the wheel. The open teachings explain that these are triggered by our belief that things have some nature of their own; and it's important to understand that we are in no way suggesting that you should reject this idea—that these afflictions are *instead* triggered by the karma wind. Rather, our tendency to believe that things have some nature of their own acts as the substantial cause in triggering these afflictions, while the karma winds provides their supporting cause. It is this power of the wind that we seek to destroy.

།དེས་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་འཁོར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་འགོག་པའི་ཐབས་དམ་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་ན། ལས་རླུང་གིས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྐྱེན་བྱེད་པའི་ནུས་པ་རགས་པ་རེ་ཞིག་ལོག་ཀྱང་། སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་མི་ནུས་པས་གཉིས་ཀ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་སྔ་མ་ལ་ནི་རྩད་ནས་འབྱིན་པའི་ནུས་པ་ཡོད་ལ། དེ་ལམ་ཕྱི་མ་དང་བསྡོམས་པ་ན་མྱུར་དུ་རྩད་ནས་འབྱིན་ནུས་པས་ལམ་མྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

The ultimate method for stopping this process—where our belief that things have some nature triggers this cycle, this continued clothing ourselves in the parts of a suffering being—is then that wisdom where we realize that in truth things have no qualities of their own.

Suppose though that we never reach this wisdom. Oh, we may be able—for a time—to block the grosser forms of the power that the karma wind posseses to provide that supporting cause. But we will never actually have the power to free ourselves then from the wheel. As such, we need both.

The fact is that the path of the open way we've talked about here does possess the power to rip out our ignorance from its very roots; and if we combine it with the second path—the path of the secret way—then we create a shortcut for tearing out these roots.

།དེ་ལ་བླ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་གཉིས་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་གཞུང་ནས་དངོས་སུ་བཤད་པ་གསལ་མ་གསལ་ཅི་ཡོད་ཀྱང་། རྫོགས་རིམ་གྱི་དུས་སུ་ལས་ཀྱི་རླུང་རྩ་གཡས་གཡོན་ལ་རྒྱུ་བ་བཀག་ནས་དབུ་མར་བཙུག་སྟེ་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པར་མཐུན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་མའི་རྒྱུད་རྣམས་ལས་ནི་དེ་མང་དུ་གསལ་བར་གསུངས་ལ།

There are the two great divisions of the secret teachings of the unsurpassed class, along with the traditional commentaries which clarify their intent: all truly authoritative instructions. And whether they mention it directly or not, there is absolutely no difference between them on this point: they all agree that our goal, when we undertake

to practice the stage of completion, is to stop the karma wind from running in the right and left channels—to force it into the central channel, and thus bring it to rest.

This point is described repeatedly in the secret teachings of the Angel of Diamond.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Working Up and Down

Again from the Commentary on the Practice of the Diamond Recitation:

།སྤྱིར་ལྟེ་བའི་གཏུམ་མོ་སྦར་ནས་བྱང་སེམས་བཞུ་བའི་མཐུས་རྣམ་རྟོག་སྤོང་བར་བྱེད་པ་ལ། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྣུན་པའི་རྫོགས་རིམ་ཁྲུངས་ཐུབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཡང་། གཏུམ་མོ་སྦོར་ལུགས་ལ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་གསུངས་ཏེ།

As a general rule, the way we eliminate those misconceptions of the world is through the process of getting the element of enlightenment to melt down, which itself is accomplished by igniting our inner fire. On this point, all the authoritative teachings on the stage of completion which involve working at crucial points of the body are in agreement. These sources do though give a wide variety of different instructions on just how we ignite our inner fire.

ཁ་ཅིག་ལས་འབར་འཛག་གི་དམིགས་པ་བསྒོམས་ནས་བྱེད། ཁ་ཅིག་ལས་བུམ་པ་ཅན་བསྒོམས་ནས་བྱེད། ཁ་ཅིག་ལས་ལུས་ཀྱི་གནད་རྣམས་སུ་ཡི་གེ་དང་ཐིག་ལེ་བསྒོམས་ནས་བྱེད་པ་སོགས་བཤད་པའི་གནད་ཀྱིས། རྒྱུད་སོ་སོ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་སོ་སོས་གང་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལས།

Some of these teachings show us how to ignite this fire through a visualization known as "blaze and drip." Others teach us to meditate upon an inner capsule. Still others describe how to meditate upon sacred letters or drops at crucial points of our body.

These and other such systems are all providing us a wide variety of explanations, each emphasizing a particular idea presented in individual tantras and their separate commentaries.

མགོན་པོ་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱིས་གཞན་རྣམས་མ་བཤད་པར་རླུང་གི་རྣལ་འབྱོར་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་ཉིད་ལ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཏུམ་མོ་སྦར་ནས་བྱང་སེམས་བཞུས་ཏེ་དགའ་བ་བཞི་དང་སྟོང་པ་བཞི་ཞེས་བཤད་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་བསྐྱེད་ནས་འོད་གསལ་དུ་འཇུག་ཚུལ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ།

Of all these different methods, it is only the one practice of the diamond recitation—the yoga of the inner winds—which our deep protector, Nagarjuna, chose to focus upon in his teaching, and no other. He teaches us how to use this single practice to ignite the inner flame, melt down the element of enlightenment, and bring on those forms of wisdom known as the "four blisses" and the "four forms of emptiness."

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Entrances of the Sun & Moon

The following is from The Lamp that Illuminates the Very Heart of All the Essential Points in the Golden Harvest of Attainments, *by Chone Lama Drakpa Shedrup (1675-1748) of Tibet's famed Sera Mey Monastery.*

།མདོར་ན་ཕྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་ནང་རྩ་རླུང་ཐིག་ལེ་ལ་གནད་དུ་བསྣུན་པའི་ཐབས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་རོ་རྐྱང་གི་རླུང་དྷུ་ཏིར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་པའི་བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བ་ནི་སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་བླ་ན་མེད་པ་གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྡུས་པ་ཡིན་ཏེ།

To put it in a nutshell, there is one particular method for reaching enlightenment which is simply unsurpassed, and which combines the crucial points of every high tantric instruction. And this is where we use two different means—the outer one, our spiritual partner; and the inner one, working at the crucial points of our channels, winds, and drops—in order to bring the winds from the two side channels (the channel of taste and the solitary channel) to enter, stay, and dissolve into the central channel, the channel of the dance—thus achieving the union of bliss and voidness.

།བདེ་མཆོག་འབྱུང་བ་ལས། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ནི་མཉམ་སྦྱོར་བས། །རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་བྱེད་པ། །དེ་ཉིད་ལ་ནི་བླ་མེད་པའི། །སངས་རྒྱས་ཀུན་རྣམས་རབ་ཏུ་གཞུག །ཞེས་དང་།

We see this fact described in the *Source* of the teachings of Highest Bliss, where it says:

Suppose a person undertakes
To reach their total enlightenment
Through the union of these two,
Of method and wisdom.

Into this one then,
And only into this one,
Every single Buddha there is
Will come and enter.

ས་ར་ཧས། ཟ་ཞིང་འཐུར་ལ་གཉིས་སྦྱོད་ཀྱིས་དགའ་ཞིང་། །རྟག་ཏུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར་ལོ་འགེངས། །ཆོས་འདི་ལྷ་བུས་འཇིག་རྟེན་ཕ་རོལ་འགྲུབ་འགྱུར་ཏེ། །རྨོངས་པའི་འཇིག་རྟེན་མགོ་བོ་རྫོག་པས་མནན་ནས་སོར། །གང་དུ་རླུང་དང་སེམས་ནི་མི་རྒྱུ་ཞིང་། །ཉི་མ་ཟླ་བ་འཇུག་པ་མེད་གྱུར་པ། །མི་ཤེས་པ་དག་གནས་དེར་སེམས་ནི་དབུགས་ཕྱུངས་ཞིག །མདའ་བསྣུན་གྱིས་ནི་མན་ངག་མཐའ་དག་བསྟེན་ནས་སོང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

Master Saraha too has said,

The spoon
Touches the feast,
And then
There is bliss.

Over
And over again
The sphere
Is filled.

With this teaching then
We can achieve
The world
Beyond the world:

Press there,
Stay there,
Those of you

Who seek to turn
The blindness of this world
Around.

Come to that place
Where the inner winds and mind
No longer run;

Block the entrances
To the sun,
And to the moon.

Those who knew nothing
Before
Find final comfort here;

Come then,
Fulfill now every instruction,
Shoot your arrow here.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Meet Your Inner Channels

Again, from Master Chone Drakpa Shedrup—

བཤད་པ་ལ་གསུམ། རྩ་བཤད་པ། རླུང་བཤད་པ། ཐིག་ལེ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

Our third section from above—an explanation of the layout of the inner channels, winds, and drops—will be covered in three parts: an explanation of the channels, an explanation of the winds, and an explanation of the drops. Here now is the first.

སྤྱིར་རྩའི་གྲངས་ཇི་ལྟར་བཤད་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། མངལ་དུ་འཇུག་པའི་མདོ་ལས། ལུས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས་མདུན་རྒྱབ་གཉིས་ཏེ་བཞིར་རྩ་ཉིས་ཁྲི་ཉིས་ཁྲི་སྟེ་ལུས་ལ་རྩ་བརྒྱད་ཁྲི་ཡོད་པར་བཤད་ལ། སྔགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནས་ལུས་ལ་རྩ་བདུན་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་ཡོད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར།

There is, generally speaking, a standard way of explaining the number of inner channels. This is first because the *Sutra on Entering the Womb* teaches that there are a total of 80, 000 inner channels: 20, 000 each on the left and the right sides of the body, and the same for the front and back. And then according to the way of the secret word, there are a total of 72,000 channels in the body.

དེ་དག་གི་ནང་ནས་སྤྱི་བོའི་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས། མགྲིན་པར་བཅུ་དྲུག །སྙིང་གར་བརྒྱད་ལྟེ་བའི་དྲུག་ཅུ་རྩ་བཞི་སྟེ་རྩ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རླུང་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

Of all these inner channels, there are 120 primary ones: the 32 petal channels at the tip of the head, the 16 at the throat, the eight at the heart, and the 64 at the navel. These are considered primary in that they serve as the foundation for the inner wind, and the elements of enlightenment.

དེའི་ནང་ནས་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་ཉེར་བཞི་པོ་དེ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྲ་སྤུ་སེན་མོ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

Among these 120 channels, there are 24 which are considered main channels: the channels of the 24 holy places. We think of them as "main" channels because they supply the causes for growth of things like our head hair, bodily hair, nails and so on.

ཉེར་བཞི་པོ་གང་ཞེ་ན་ཡོད་དེ། སྐྲ་མཚམས་སུ་མི་ཕྱེད་མ། སྤྱི་བོར་ཕྲ་གཟུགས་མ། རྣ་བ་གཡས་ལྷ་བཙེ་བ་མ། ལྟག་པར་གཡོན་ཕ་མ། རྣ་བ་གཡོན་ལ་ཐུང་ངུ་མ།མིག་དབུས་སུ་རུས་སྦལ་སྐྱེས་མ། མིག་གཉིས་ལ་སྒོམ་མ། ཕྲག་པ་གཉིས་ལ་དབང་མ་སྟེ་རླུང་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་ཐུགས་ཀྱི་རྩ་བརྒྱད་དང་།

You might ask just what, in the body, these 24 locations are. They come in three groups of eight, with the first group called the "eight channels of enlightened mind." Through these channels it is inner wind which principally flows:

1) The channel called The Lady of the Indivisible, at the hairline

2) The Lady of the Subtle Form, at the tip of the head

3) The Lady of Love, at the right ear

4) The Lady of the Father, at the left temple

5) The Short Lady, at the left ear

6) The Lady Born of the Turtle, at the center of the eyes

7) The Lady of the Gate, at the two eyes

8) The Lady of Power, at the two shoulders.

མཆན་ཁུང་གཉིས་ལ་ལྐོན་ལྡན་མ། ཉུ་མ་གཉིས་ལ་འཇུག་མ། ངིང་ལ་གཞོལ་མ། ལྟེ་བར་ལྷྨ་མ་མ། ཛ་རྩེར་མཚན་མོ་མ། །ཁ་ལ་བསིལ་ཉིན་མ། མཀྲིན་པར་ཚ་བ་མ། འཇྲས་བུ་གཉིས་ལ་རངས་མ་ཅེ།ཁྲག།གཙོ་བོར་འབབ་པའི་གསུང་གི་རྩ་བལྷད་དང་། མཆན་ཁུང་གཉིས་ལ་སྐྱོན་ལྡན་མ། ཉུ་མ་གཉིས་ལ་འཇུག་མ། སྙིང་ལ་གཞོལ་མ། ལྟེ་བར་རྒྱུ་མ་མ། སྣ་རྩེར་མཚན་མོ་མ། །ཁ་ལ་བསིལ་སྦྱིན་མ། མགྲིན་པར་ཚ་བ་མ། འབྲམ་བུ་གཉིས་ལ་རངས་མ་སྐེ།ཁྲག།གཙོ་བོར་འབབ་པའི་གསུང་གི་རྩ་བརྒྱད་དང་།

Next are the "eight channels of enlightened speech." The main thing that flows through these channels is the blood element:

9) The Lady of Faults, at the two armpits

10) The Lady of Entrance, at the two breasts

11) The Lady of Flow, at the heart

12) The Lady of the Course, at the navel

13) The Lady of the Night, at the tip of the nose

14) The Lady of Coolness, at the mouth

15) The Lady of Heat, at the throat

16) The Lady of Joy, at the two cheeks.

རྟགས་ཀྱི་རྩེར་ཤིན་ཏུ་བཟང་མོ། །བཤང་ལམ་ལ་ལྕི་བ་མ། བརླ་གཉིས་ལ་རྒྱུད་བྱིན་མ། བྱིན་པ་གཉིས་ལ་སྦྱོར་ཕྲལ་མ། སོར་མོ་བཅུ་དྲུག་ལ་སྡུག་གུ་མ། བོལ་གོང་གཉིས་ལ་ཁུ་བ་མ། མཐེ་བོང་བཞི་ལ་འཚེད་པ་མ། པུས་མོ་གཉིས་ལ་ཡིད་བཟང་མ་སྟེ། ཁུ་བ་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་སྐུའི་རྩ་བརྒྱད་དེ་བརྒྱད་གསུམ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་རྣམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Lastly there are the "eight channels of enlightened form." What primarily flows through these is the element of semen:

17) The Lady of Perfect Excellence, at the tip of the sexual organ

18) The Lady of Heaviness, at the anus

19) The Lady who Disrupts the Flow, at the two thighs

20) The Lady who Splits the Union, at the two calves

21) The Lady of Absolute Beauty, at the sixteen fingers and toes

22) The Lady of the Juice, at the tops of the two feet

23) The Lady of Cooking, at the four of the thumbs and big toes.

24) The Lady of Pure Mind, at the two knees

ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེ་གསུམ་གྱིས་རླུང་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་རྩ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Of all these different channels we've mentioned so far though, the most primary are the three of the channel of taste, the solitary channel, and the central channel. This is because these three provide the primary foundation for wind and consciousness; and also because all the other inner channels develop based on these three.

ཁ་ཅིག་རྩ་དང་ཐིག་ལེ་ཐོག་མར་ལྟེ་བ་ནས་འཆགས་པར་བཞེད་ཀྱང་།   དེ་གཉིས་ཐོག་མར་སྙིང་ག་ནས་
འཆགས་པ་ཡིན་ཏེ།   རྣམ་ཤེས་མངལ་དུ་འཇུག་པའི་ཚེ་ཐོག་མར་སྙིང་ག་འཆགས་ས་ནས་འཇུག་ཅིང་།
མཐར་འཆི་བའི་ཚེ་ཡང་རྣམ་ཤེས་སྙིང་ག་ནས་འཕོ་བར་གཞུང་ཚད་མ་དུ་མ་ནས་བཤད་པའི་ཕྱིར།

Now some have expressed the opinion that the inner channels and drops begin their development in the body at the navel, but the fact is that both of these form first at the heart. This is true because a great many highly authoritative sources state that—when the consciousness enters the womb, at the beginning, it enters at the place where the heart develops; and so too, at the end, the consciousness when we die moves on from the heart.

རྩའི་གཙོ་བོ་རྣམས་འཆགས་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ།   ཐོག་མར་སྙིང་གའི་རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ།   ཤར་གྱི་
རྩ་འདབ་སུམ་སྐོར་མ།   ལྷོའི་འདོད་མ་སྟེ་ལྔ་འཆགས།   དེ་རྗེས་ནུབ་ཀྱི་ཁྱིམ་མ།   བྱང་གི་གཏུམ་མོ།
།དབུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པའི་བདུད་བྲལ་མ་སྟེ་བརྒྱད་འཆགས་པའི་ཕྱིར་།དེ་རྣམས་ལ་ནི་སྙིང་གར་ཐོག་
མར་འཆགས་པའི་རྩ་བརྒྱད་ཞེས་བྱའོ།།

Now there is a specific way in which the primary channels develop. Eight channels form first, at the heart, with five of these coming before the rest. These are the channel of taste, the solitary channel, and the central channel at this location; the Lady of the Triple Turn, which is the channel petal on the east side; and the Lady of Desire, the channel petal to the south. After these form the Lady of Home, to the West; the Lady of Inner Fire, to the north; and the Obstructing Demoness, which is a channel that runs

together with the central channel. These channels collectively are known as the "eight channels which form first, at the heart."

ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་བཞི་ནི་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱིས་དབུ་མ་ལ་ལུ་གུ་བརྒྱུད་དུ་འཁྱུད་པའི་མདུད་མཚམས་ནས་ཁུག་པ་བརྟོལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྩ་བ་ཟུག་སྐེ་གནས་ལ།

The channels of the four directions come out of the point where the two side channels—the channel of taste and the solitary channel—hook around the central channel, twining around it and creating a knot. These channels develop out like something in the inside of the central channel bulging forth then popping out, piercing through the side channels.

རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་གྱི་ཡར་སྣེ་ལུས་ཀྱི་དབུས་དྲངས་ཐད་ནས་སོང་སྣེ་རྩེ་མོ་ཅུང་ཟད་གུག་ནས་སྨིན་དབུས་ཀྱི་ནང་ཐད་དང་གཡས་གཡོན་དུ་གནས་ཤིངས་མར་སྣ་སྐྱེས་པ་ལ་ཧྲགས་ཀྱི་རྩེ་དང་བུད་མེད་ལ་པདྨའི་རྩེར་ཟུག་སྣེ་གནས་ཡང་། ཆ་ཤས་རེ་རྐང་མཐིལ་གྱི་བར་དུ་ཡོད་དོ།།

The upper ends of these three channels—the channel of taste, the solitary channel, and the central channel—extend straight up through the middle of the body; then the tip bends down a bit until it reaches the level of the spot between the eyebrows, where they then go down a little to the right and left.

The lower ends of the same channels, in a male, extend down to the tip of the penis; in a female, to the tip of the vagina. There are also parts of these channels that extend down to the soles of the two feet.

དབུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་བདུད་བྲལ་མའི་གནས་ཚུལ་ཡོད། །མར་སྣ་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་ལ་ཟུག་ཅིང༌། ཡར་སྣ་དབུ་མ་དང་ལྷན་ཅིག་སོང་སྟེ་མགྲིན་པའི་ཐད་ནས་གྱུག་སྟེ་ལྕེ་རྩ་ལ་ཟུག་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར།

There is also a specific manner in which that channel called the "Obstructing Demoness," the one which runs along with the central channel, is situated within the body. Its lower end penetrates the navel chakra; the upper end travels up along with the central channel until it reaches the level of the throat, where it bends over and penetrates the channel of the tongue.

སྙིང་གའི་རྩ་ཞེས་བ་ནི་སྲོག་པ་རྩ་ཡིན་ལ། དེའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེ་ནི་སྒལ་ཚིགས་ཀྱི་ནང་ཕྱོགས་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ལུས་ཀྱི་གཞུང་ཤིང་གི་ཚུལ་དུ་གནས་ཤིང༌། རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་ཡང་རྩ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར།

The channel known as the "Heart Channel" is the Life Channel: it runs up the inside edge of the spine and is supported by it. It is like the main beam then of the house of the body; and the trio of the channel of taste, the solitary channel, and the central channel are themselves supported by this channel.

ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་བཞི་ལས་ནི་མཚམས་ཀྱི་རྩ་བཞི་གྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཤར་གྱི་སུམ་སྐོར་མ་ལས་ཤར་ལྷོའི་རྩ་འདབ་དང༌། ལྷོའི་འདོད་མ་ལས་ལྷོ་ནུབ་ཀྱི་རྩ་འདབ་དང་ནུབ་ཀྱི་ཁྱིམ་མ་ལས་ནུབ་བྱང་གི་རྩ་འདབ་དང༌། བྱང་གི་གཏུམ་མོ་ལས་བྱང་ཤར་གྱི་རྩ་འདབ་གྱེས་པའི་ཕྱིར།

The four channels of the ordinal directions split off then from the four of the cardinal directions. From the Lady of the Triple Turn, to the east, branches the Channel Petal of the Southeast. From the Lady of Desire, to the south, branches the Channel Petal of the Southwest. From the Lady of the Home, to the west, branches the Channel Petal of the

Northwest, and from the Lady of Inner Fire, to the north, branches the Channel Petal of the Northeast.

དེ་བརྒྱད་ལ་ནི་སྙིང་གའི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་དང་ཐུན་མོང་གི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་ཅེས་བྱའོ།།

Those eight are know by the name of "eight channel petals which are seasons of the eight channel petals of the heart."

དེ་ལྟར་ན་སྙིང་གའི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་དང་། སྙིང་ཁར་ཐོག་མར་འཆགས་པའི་རྩ་བརྒྱད་དོན་མི་གཅིག་སྟེ་རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་དང་བདུད་བྲལ་མ་ནི་སྙིང་གར་ཐོག་མར་འཆགས་པའི་རྩ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་ཡིན་ཀྱང་། སྙིང་གའི་རྩ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།།

Given this fact, what we call the "eight channel petals at the heart" and what we call the "eight channel petals which form first, at the heart" are not the same thing. This is because the trio of the channel of taste, the solitary channel, and the central channel—along with the Obstructing Demoness—are included into group of eight which form first, at the heart, but are not part of the group called the "eight channel petals of the heart."

སྙིང་གའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་འདབ་བཞི་ལས་འབྱུང་བ་བཞིའི་རླུང་རྒྱུ་བས་འབྱུང་བའི་རྩ་དང་། མཚམས་ཀྱི་རྩ་བཞི་ལས་གཟུགས་དྲི་རོ་རེག་བྱ་བཞི་འབབ་པས་མཆོད་པའི་རྩ་ཞེས་བཤད་ཅིང་། བཤད་གཅེ་ཁྲུ་ཁྲག་བད་ཀན་ཏེ་བདུད་རྩི་ལྔ་འབབ་པར་ཡང་བཤད་དོ། །

Now because the winds of the four elements flow through the four channel petals of the heart that correspond to the cardinal directions, these channels themselves are also spoken of as the "channels of the elements." And because the four of visible, smellable,

tastable, and tangible objects flow through the four channels of the ordinal directions, these are also known as the "channels of offering." It is also said that feces, urine, semen, blood, and phlegm—the five nectars—flow through these channels.

དེ་རྣམས་ལས་རླུང་ཁྲག་ཁུ་བ་གསུམ་གཙོ་བོར་འབབ་པའི་སྒོ་ནས་གསུམ་གསུམ་དུ་གྱེས་ཏེ་སྤྱི་བོ་ལ་སོགས་པ་གནས་ཉེར་བཞིར་གནས་པའི་རྩ་རྣམས་ལ་ནི་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གནས་ཉེར་བཞི་ནི་སྐྲ་མཚམས་ནས་པུས་མོའི་བར་ལ་བདེ་མཆོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Each of these eight channels just mentioned branches off into three further channels, distinguished by the fact that they primarily carry either wind, blood, or semen. This is how we get what are called the "Channels of the 24 Holy Places": those channels which are situated at 24 places in the body such as the center tip of the head. These 24 are listed as they appear in the secret teachings of the Highest Bliss, ranging from the hairline to the knees.

རྩ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྙིང་གར་ཐོག་མར་འཆགས་པའི་རྩ་བརྒྱད་བསྣན་པས་སོ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་བྱང་སེམས་འབབ་བའི་རྩ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

|མཉམ་སྦྱོར་ལས།
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྩ།
|སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་དམ་པ་ཡིན།
|ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

Now if we take these 24 channels and add to them the eight channels which form first, at the heart, we come to a separate group of 32 channels which are collectively known as the "channels which carry the element of enlightenment." This is found in the scripture called *Joined Together* where it says,

The 32 channels
Whose nature it is that
Of the element of enlightenment
Are the highest of all.

འོན་ཀྱང་བདུད་བྲལ་མའི་ནང་ནས་དེ་འབབ་བར་གསུངས་པ་ནི་འཆི་བའི་ཚེ་དང་ལམ་དུས་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་ཀྱི། གཞི་ལ་ནི་དེའི་ནང་ནས་རླུང་དང་བྱང་སེམས་གང་ཡང་མི་འབབ་སྟེ། དེའི་ནང་ནས་མི་འབབ་པར་མ་ཟད་། དེས་རྩ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་རླུང་དང་བྱང་སེམས་འབབ་པའི་གེགས་བྱེད་པས་ན། དེ་ལ་བདུད་བྲལ་མ་དང་།དུས་ཀྱི་རྩ་དང་། རྣལ་འབྱོར་མ་རྣམས་ཀྱིས་འགོག་པའི་རྩ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

We should note however that when it is stated that the element of enlightenment is carried in the Obstructing Demoness, what's meant is that it runs through this channel only at the time of death or during spiritual practice. In the natural state of things, neither inner wind nor the element of enlightenment ever passes through this channel.

Not only do these two not flow through this channel; the channel itself prevents the flow of wind or the element of enlightenment through other channels. And this is in fact why it is variously know either as the "Obstructing Demoness," or the "Channel that Yoginis Must Seek to Stop."

གཞི་ལ་འཆི་དུས་མ་གཏོགས་དབུ་མའི་ནང་ནས་ཀྱང་རླུང་ཡས་མན་ཏུ་རྒྱུ་བ་མེད་དེ། དེ་ལ་རོ་རྐྱང་གི་མདུད་པ་དམ་པོས་བསྒོམས་པའི་ཕྱིར་རོ། འཆི་དུས་ནི་རླུང་རྒྱུ་སྟེ། ལས་དབང་གིས་རྩ་མདུད་རྣམས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།།

It is also the case that—in the natural state of things, and with the exception of the time of death—no inner wind flows up and down inside the central channel either. This is due to the fact that this channel is so tightly constricted by the knot formed by the channel of taste and the solitary channel.

The fact that winds do flow in this channel at the time of death is due only to the knots in the channel opening at this point, which happens only through the power of our ordinary karma.

རྩའི་དབྱེ་བ་བདེ་གསང་ཐུན་མོང་བའི་བཤད་རྒྱུད་རྡོ་རྗེ་འཕྲེང་བར་བཤད་པའི་དོན། འདོད་འཇོ་སོགས་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར། གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་དེ་རྣམས་ལས་གཙོ་བོར་ཁུ་བ་འབབ་པ། གཙོ་བོར་ཁྲག་འབབ་པ། གཙོ་བོར་རླུང་འབབ་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བས་བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས་སུ་འགྱུར་ལ།

There is a system on the division of these channels which is a point made in the *String of Diamonds*, an explanatory tantra which is shared by the secret teachings of both Highest Bliss (Dechok) and the Secret Collection (Guhyasamaja). This system is clarified in the works such as the *Wish-Giving Cow*. These say that the 24 channels branch out into three more each, according to whether these branch channels primarily carry semen, blood, or wind. This brings us then to a total of 72 channels.

དེ་རེ་རེ་ལས་སྟོང་སྟོང་དུ་ཕྱེ་བས་སྟོང་ཕྲག་བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས། སྟོང་ཕྲག་བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས་པོ་དེ་ལས་སྟོང་ཕྲག་ཉེར་བཞི་པ་ཚན་པ་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བའི་ཚན་པ་གཅིག་ནས་གཙོ་བོར་ཁུ་བ་དང་།ཚན་པ་གཅིག་ནས་གཙོ་བོར་ཁྲག་དང་། ཚན་པ་གཅིག་ནས་གཙོ་བོར་རླུང་འབབ་པ་གསུམ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ། སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩ་དང་།འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

Each of the 72 channels then branches off into a thousand each, bringing us to a grand total of 72, 000 channels. If we take these 72, 000 then we can divide them into three

groups of 24, 000 channels each: one group of channels which primarily carries semen; a second group which primarily carries blood; and a third group which primarily carries inner wind.

These three great groups of channels are given the respective names of the "channels enlightened form," of "enlightened speech," and of "enlightened mind." These are also simply referred to as the "three circles of channels."

རྡོ་རྗེ་འཕྲེང་བ་ལས།

> །ལ་ལ་ན་དང་ར་ས་ན།
> །ཨ་ཝཱ་དྷཱུ་ཏི་ཞེས་བྱའི་མིང་།
> །དེ་རྣམས་སྤྲོ་བའི་སྤྱོད་བ་ཡིས།
> །རིམ་གྱིས་ཐུན་ནི་བརྒྱད་དུ་འགྱུར།།

This is described in the *String of Diamonds* with the following lines:

> We have then those three
> With the names of
> Lalana, Rasana, and Avadhuti.
>
> These then radiate forth,
> In stages, until they become
> The eight channels of the seasons.

> །གསུམ་པོ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞིར་འགྲོ།
> །དེ་ལ་འཁོར་ལོ་གསུམ་ཕྱེ་བས།
> །རྩ་ནི་བརྒྱད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལས།

།སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་སྔགས་ཀྱིས་ནི།
།གསུམ་ཕྱེ་བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས་གསལ།།

The three become then
Twenty-four, and when these
Are split into three circles,
The division into eight channels
Split into the three
Of sacred sounds of enlightened
Body, speech, and mind
Results in a total
Of two and seventy channels.

།དེ་ལས་སྟོང་དུ་རབ་ཕྱེའོ།
།སོ་སོར་སྦྱོ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན།
།སྟོང་ཕྲག་བདུན་ཅུ་རྩ་གཉིས་ཀྱིས།
།རྩ་རྣམས་ཀྱི་ནི་གྲངས་ཞེས་བྱ།
།ཞེས་གསུངས་བའི་ཕྱིར།

There is a great division then
Of each of these
Into another thousand.

And so we say that
The entire whole,
With all its individual branches,

Amounts to 72, 000
Different channels in number.

ཡང་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་དེ་རྣམས་ལས་བརྒྱད་ཚན་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བའི་བརྒྱད་ཚན་གཅིག་ནས་སྙིང་སྟོབས་ལུས་ཁུ་བ་འབབ། བརྒྱད་ཚན་གཅིག་ནས་རྡུལ་ངག་ཁྲག་འབབ། བརྒྱད་ཚན་གཅིག་ནས་མུན་པ་ཡིད་བཞོན་པའི་རླུང་དང་བཅས་པ་འབབ་པ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ། སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་རྩ། སྙིང་སྟོབས་རྡུལ་མུན་གྱི་རྩ་ཞེས་བྱ་སྟེ།

Alternately, the channels at the 24 sacred places can be divided up into three groups of eight each. The first group consists of those channels which carry courage, body, and semen. The second consists of the channels that carry particle, speech, and blood. The third then consists of the eight channels which carry darkness, mind, and the carrier winds.

These three groups, respectively, are thus referred to as the "channels of enlightened body, speech, and mind," or simply the "channels of body speech, and mind," or else the "channels of courage, particle, and darkness."

སཾ་བུ་ཊི་ལས། སྙིང་སྟོབས་རྡུལ་ཏེ་ལུས་དང་ངག །མུན་པ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

As the text called *Samputa (The Kiss)* puts it,

> Courage and particle
> Are of the nature
> Of body and speech;
> While darkness
> Is that of mind.

དེའི་ནང་ནས་རྩ་སོ་གཅིག བདེ་མཆོག་གི་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་སྦྱོར་ཚུལ་ཡོད་དེ། རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་ནི་ཕག་མོ་དང་སྦྱོར་བ་ཡིན་ལ། གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་རྣམས་ནི་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་སྦྱོར་ཞིང་། ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་བཞི་ནི་ཡུམ་བཞི་དང་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར།

Now there is a way of relating 31 of the channels we're talked about here to the goddesses of the secret system of Highest Bliss. The trio of the channel of taste, the solitary channel, and the central channel relate to the Sow.

The channels of the 24 places then relate to the goddesses of the three circles. And the channels of four directions correspond to the Four Holy Women.

སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩའི་ནང་ན་སྒོ་མཚམས་མ་བརྒྱད་དང་སྦྱོར་རྒྱུ་མེད་པར་བཤད་ཀྱང་སྤྱིར་རྩ་དང་སྦྱོར་རུང་བར་སེམས་ཏེ། ལྕེའི་རྩ་བར་གནས་པའི་རྩ་སོགས་ལས་དེ་རྣམས་བསྐྱེད་པ་དང་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་དང་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་ནང་གི་ཁམས་རྣམས་དཔའ་བོ་རྣམས་དང་སྦྱོར་བར་གསུངས་པས་ཀྱང་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར།

Now it has been taught that there are not any channels among those of enlightened body, speech, and mind which relate to the eight guardian goddesses at the gates of the cardinal and ordinal directions. Nonetheless, it seems to me perfectly appropriate, in general, to relate these goddesses to the channels. This is because they do relate to the channels in the sense, for example, of springing forth from the channel at the root of the tongue. Our point is further established by the fact that it is stated in scripture that the elements contained in the channels of the 24 places relate to the various warriors.

དེས་ན་གནས་ཉེར་བཞིའི་རྩ་དང་། སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྩ་དང་། འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་རྩ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་མཛད་པ་ནི་བདེ་མཆོག་གི་སྐབས་དང་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ནོ།།

As such, we can say that calling these groups the "channels of the 24 holy places" or the "channels of enlightened body, speech, and mind" or the "channels of the three circles" bears a significant relation to the teachings of Highest Bliss.

རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡོད་དེ། དབུ་མ། ཨ་བ་དྷཱུ་ཏི། སྒྲ་གཅན། གཉིས་སྤངས་ཀྱི་རྩ། མུན་པའི་རྩ། ཡིད་ཀྱི་རྩ། ཐུགས་ཀྱི་རྩ། ཐིམ་པའི་རྩ་ཞེས་བྱ་ལ།

Now there are certain synonyms for that trio of channels—the channel of taste, the solitary channel, and the central channel. The central channel is also known as the *avadhuti*; Rahula; the channel free of the two; the channel of darkness; the channel of the mind; the channel of enlightened mind; and the channel of the dissolution.

རོ་མ། ར་ས་ན། འཛིན་པའི་རྩ། ཉི་མའི་རྩ། རྡུལ་གྱི་རྩ། ངག་གི་རྩའམ་གསུང་གི་རྩ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ རྩ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་རྩ། གཡས་ཀྱི་རྩ་ཞེས་བྱ་ཞིང་།

The channel of taste is also called the *rasana;* the channel of what grasps; the channel of the sun; the channel of particle; the channel of speech, or of enlightened speech; the channel of wisdom; the channel of the experienced; and the right-hand channel.

རྐྱང་མ། ལ་ལ་ན། གཟུང་བའི་རྩ། ཟླ་བའི་རྩ། སྙིང་སྟོབས་ཀྱི་རྩ། སྐུའི་རྩ། ཐབས་ཀྱི་རྩ། བདག་པོའི་རྩ། གཡོན་གྱི་རྩ་ཞེས་བྱ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

The solitary channel is further know as the *lalana*; the channel of what is grasped; the channel of the moon; the channel of courage; the channel of enlightened body; the channel of method; the channel of the owner of the experience; and the left-hand channel.

* * * * * * * * *

རོ་མའི་ཁ་སྟེང་དང་རྐྱང་མའི་ཁ་འོག་ཏུ་ཕྱོགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ། རོ་མས་མགྲིན་པའི་ཕྱོགས་ནས་སྐྱེས་པ་ལ་སྟེང་དུ་ཁྲག་འཕེན་འཛིན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་། རྐྱང་མས་ལྟེ་བའི་ཕྱོགས་ནས་འོག་ཏུ་ཁུ་བ་འཕེན་འཛིན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་འོག་གི་བུག་པ་ནས་རླུང་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར།

Now there is a reason why they say that the channel of taste faces upwards, while the solitary channel faces downwards. In a male, the channel of taste performs the function of releasing and retaining the flow of the blood element from the throat on up. The solitary channel then performs the same function for the flow of the semen element, from the navel on down.

And although this is the case, there is in general no difference between these two channels insofar as the exit and entrance of inner wind through their upper and lower openings.

རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་ལུས་ཀྱི་ནང་གཡས་གཡོན་གསུམ་ན་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི། དེ་གསུམ་དང་པོར་འཆགས་པའི་ཚེ་དེ་ལྟར་གནས་ཀྱང་། ལུས་རིམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཚེ་ལྟེ་འོག་ནས་གཡས་གཡོན་དུ་འཁྱོག་ནས་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྐྱང་མ་ནི་ལྟེ་འོག་ནས་དབུས་སུ་འཁྱོག་སྟེ་རྟགས་ཀྱི་རྩེར་སོང་ནས་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀ་ལ་དྲི་ཆུ་འཕེན་འཛིན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་ཁྱད་པར་སྐྱེས་པ་ལ་ཁུ་བ་འཕེན་འཛིན་བྱེད།

Now when we say that the trio of the channel of taste, the solitary channel, and the central channel are situated on the inside or right or left of the body, this is with reference to how they are laid out when they first form in the body.

As the body though goes through its various stages of development, these three channels start to curve right or left in the area below the navel. That is—below the navel—the solitary channel curves in towards the center and extends to the tip of the sexual organ. Here, in both males and females, it performs the function of releasing or retaining urine. And in males in particular, it also performs this function for the semen.

རོ་མ་གཡོན་དུ་འཁྱོག་སྟེ་གསང་གནས་ཀྱི་འོག་ནས་ཆ་གཉིས་སུ་གྱེས་ཏེ་ཆ་གཅིག་རྟགས་ཀྱི་རྩེ་ར་སོང་ནས་བུད་མེད་ལ་ཁྲག་འཕེན་འཛིན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་ཆ་གཅིག་བཤང་ལམ་གྱི་རྩེ་ར་སོང་སྟེ་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀ་ལ་བཤང་བ་འཕེན་འཛིན་བྱེད།

Also below the navel, the channel of taste curves to the left, where below the secret place it splits into two sections. One section extends then to the tip of the sexual organ, where in women it provides the function of releasing or retaining blood. The other section extends to the very end of the anus, where it performs the function of the release and retention of feces, in both men women.

དབུ་མ་གཡས་སུ་འཁྱོག་སྟེ་རྟགས་ཀྱི་རྩེ་ར་སོང་ནས་སྐྱེས་པ་ལ་ཁུ་བ་འཕེན་འཛིན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།།

Below the navel as well, the central channel curves to the right, continuing to the tip of the sexual organ. Here, for males, it performs the function of release and retention of semen.

རོ་མའི་ནང་ནས་ཁམས་དམར་པོ་དང་། རྐྱང་མའི་ནང་ནས་ཁམས་དཀར་པོ་འབབ་པར་གསུངས་བ་ནི་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་གཉིས་ཀའི་ནང་ནས་ཁུ་ཁྲག་འབབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་དཀར་པོ་ལ་ཁྲག་གི་ཆ་ཤས་འདྲེག་ཅིང་། ལམ་དུས་སུ་རྩ་སྟོང་ཕྲག་དོན་གཉིས་ནས་ཀུང་བྱང་སེམས་འབབ་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ།།

Now the scriptures state that the red element flows through the channel of taste, and that the white element flows through the solitary channel. This only means though that these are what primarily flow through these channels. This is because, in addition, both the semen and blood elements flow through both channels: it is stated that a certain amount of the white element comes in the blood element, and that for a person practicing the path the element of enlightenment flows through all 72, 000 channels.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Meet Your Chakras

The following selection again comes from Je Tsongkapa's commentary upon the diamond recitation—

འཁོར་ལོ་ནི་དྲུག་སྟེ། ལྟེ་བ་སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་རེ་བཞི་དང་། སྙིང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་བརྒྱད་དང་། དེའི་གོང་མགྲིན་པའི་འོག་ཏུ་མེའི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་གསུམ་དང་།

The chakras are six in number. At the naval is the chakra of emanation, with 64 channel petals. At the heart is the chakra of all things, with eight channel petals. Above this chakra, but below that of the throat, is the chakra of fire, with three channel petals.

མགྲིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་བཅུ་དྲུག་དང་། སྨིན་མའི་དབུས་རླུང་གི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་དྲུག་དང་། སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས་པོ་སྟེ་བསྡོམས་ན་བརྒྱ་དང་ཉེར་དགུའོ།།

At the throat itself is the chakra of experience, and it has 16 channel petals. At the point between the eyebrows is the chakra of wind, with six channel petals; and at the tip of the head is the chakra of great bliss, possessed of 32 channel petals. The total number of channel petals then is 129.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Why We Name Them So

དེ་ཡང་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱིས་དབུ་མ་ལ་འཁྱུད་པའི་མདུད་པ་གང་ཡོད་པ་དེ་ན་རྩ་འཁོར་རེ་ཡོད་ཅིང་། སྙིང་གར་མདུད་པ་གསུམ་རེ་དང་གཞན་རྣམས་ན་མདུད་པ་རེ་རེ་ཡོད་ལ།

Now in each place where the two side channels—the channel of taste and the solitary channel—twist around the central channel and form a knot, there is a chakra there. At the heart there are three knots, and at the other locations one knot each.

མདུད་མཚམས་ནས་བྱས་པའི་རྩ་འཁོར་ལ་ལྔ་ཡོད་དེ། སྤྱི་བོར་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ། །མགྲིན་པར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ། །སྙིང་གར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ། །ལྟེ་བར་སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ། །གསང་གནས་སུ་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

There are five chakras that formed at these junctures where there are knots. These are the chakra of great bliss at the tip of the head; the chakra of experience at the throat; the

chakra of all things, at the heart; the chakra of emanation, at the navel; and the chakra of sustained bliss, at the secret place.

རྩ་འདབ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གྲངས་བཤད་ཟིན་ཅིང་། གསང་གནས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས་ཡིན་ལ། རྩ་འཁོར་ཆུང་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། སྨིན་མཚམས་ན་རླུང་འཁོར་རྩ་འདབ་དྲུག་པ་དང་། མགྲིན་པ་དང་སྙིང་གའི་བར་ན་མེ་འཁོར་རྩ་འདབ་གསུམ་པ་དང་། ནོར་བུའི་དབུས་ན་རྩ་འདབ་བརྒྱད་པ་གཅིག་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

As for the number of channel petals at each of these chakras, this has been covered elsewhere for all but one. The chakra at the secret place has 32 channel petals.

There are an additional three, minor chakras. At the point between the eyebrows is the chakra of wind, with six channel petals. Between the throat and the heart is the chakra of fire; it has three petals. And in the middle of the jewel is a chakra with eight petals.

དེ་ཡང་སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་ལ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ། བདེ་བའི་རྟེན་ཀུན་ད་ལྟ་བུའི་བྱང་སེམས་སྤྱི་བོར་གནས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

Now there is a specific reason why we refer to the chakra at the tip of the head as the "chakra of great bliss": it's because the foundation of bliss, the element of enlightenment which is similar to the *kunda,* is located at the head's center tip.

མགྲིན་པའི་རྩ་འཁོར་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ། རོ་དྲུག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་གནས་མགྲིན་པ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

There is also a reason why we call the chakra of the throat "chakra of experience": it's because the throat is where we experience the six divisions of flavor.

སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ།   ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་རླུང་སེམས་ཀྱི་རྟེན་མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་སྙིང་གར་གནས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

The chakra at the heart then is spoken of as the "chakra of all things" because the very root of all existing things—the indestructible drop, which serves as the foundation for the extremely subtle forms of inner wind and mind—is located here at the heart.

ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་ལ་སྤྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ།   བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྤྲུལ་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་གཞི་གཏུམ་མོའི་མེ་གཙོ་བོར་ལྟེ་བར་གནས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་བའི་ཕྱིར།

The chakra at the navel next is called the "chakra of emanation" because the navel is the primary place where the flame of the inner fire resides; and it is this inner fire which provides the foundation for the arisal or "emanation" of the great bliss.

གསང་གནས་ཀྱི་རྩ་འཁོར་ལ་བདེ་སྐྱོང་གི་འཁོར་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ།   ལུགས་འབྱུང་ལུགས་ལྡོག་གི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་གཙོ་བོར་གསང་གནས་ནས་སྐྱོང་བའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།

Finally, the chakra at the secret place is referred to as the "chakra of sustained bliss" because the secret place is the primary location at which we sustain the experience of simultaneous bliss in both the forward and reverse orders.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Most Crucial Knot to Loosen

The following is excerpted from Master Chone Drakpa Shedrup's Book to Please Those with the Core of Goodness.

རྩ་དེ་རྣམས་ཡིན་བསྡུས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་རོ་རྐྱང་དབུ་མ་གསུམ་ལ་འདུ་བ་མིན་ཡང་། རྩ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེ་གསུམ་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ལ།

When we describe the chakras within our presentation of the three major channels—the channel of taste, the solitary channel, and the central channel—you shouldn't think that it's because the chakras are considered these channels. Rather, we present the chakras within these channels because the chakras too are major components of the inner body.

རྩ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་དབུ་མ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱི་རླུང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་འཆར་བ་སོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Of these three major channels, by the way, the central channel is further considered primary. This is because experiences such as where simultaneous wisdom makes its appearance in our mind are founded upon the way in which the inner winds of the two side channels—the channel of taste and the solitary channel—enter, stay, and dissolve into the central channel.

དབུ་མའི་ཡན་མན་གཉིས་ལས་སྙིང་གའི་དབུ་མའི་རྩ་འཁོར་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། གཞི་ལ་རྣམ་ཤེས་དང་པོར་འཇུག་པ་དང་བར་དུ་གནས་པ་དང་མཐར་འཕོ་བ་གསུམ་སྙིང་ག་ནས་བྱེད་ཅིང་། ལམ་དུས་སུ་དཔེ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་འཆར་བའི་གནས་ཀྱང་སྙིང་གའི་དབུ་མའི་ནང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།

Along the entire length of this central channel—up and down it—the chakra of the central channel at the heart is the main one. This is first of all because—in the natural condition of things—the heart is where the consciousness at the very beginning first enters; and where it resides during the interim of our life; and from where, in the end, the consciousness moves on.

Secondly, this chakra is primary because—in the condition of things as they are for a person engaged in spiritual practice—it is within the central channel at the heart where both the approximate and actual forms of the clear light make their appearance.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Way at the Heart is Blocked

More from Je Rinpoche's book on the diamond recitation:

དེ་ལྟར་དབུ་མའི་རྩ་མདུད་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཤིན་ཏུ་འབྱེད་དཀའ་བ་ནི་སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་རྡོར་ཕྲེང་ལས། སྙིང་གའི་པདྨའི་སྦུབས་མཁའ་ལ། །ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་རྟག་ཏུ་བཞུགས། །སྟེང་འོག་ཡང་དག་བརྟེན་ནས་ནི། །སྲོག་དང་ཐུར་སེལ་རྒྱུ་བར་བྱེད། །དེ་ལའང་དབྱེ་བར་དཀའ་བ་ཡི། །དབུས་སུ་མདུད་པ་གསུམ་གྱིས་དཀྲིས། །དེ་ཡིས་ཐུར་སེལ་བཅོམ་བྱས་པས། །སྟེང་དུ་འགྲོ་བ་ཐོབ་མི་སྲིད།

Of all the different knots on the central channel, the one which is extremely difficult to release is the one at the heart. As the secret text called the *String of Diamonds* puts it,

The Diamond of Wisdom
Stays forever
In the sky of that tiny space
Within the lotus of the heart.

The wind of life
And the downward-clearing wind
Run their courses
Based entirely upon those
Which are above and below.

There as well, at the center,
Is it enwrapped
By three knots,

Opened only with difficulty.

These destroy
The downward-clearing one,
And make it impossible
For the other to succeed
In its upward journey.

ཅེས་དང་།
།སྙིང་མ་རྣམས་ཀྱང་ཐུར་དུ་འགྲོ། །
།སྲོག་གིས་རབ་ཏུ་བཅོམ་ན་ཡང་།
།དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་སྲོག་རྩའི་ནང་།
།ཞུགས་ནས་ཐུར་དུ་ཁ་བལྟས་པ།
།དེ་དག་ཐུར་དུ་མི་འགྲོ་སྟེ།
།མ་རིག་མདུད་པས་བཅིངས་པ་ན།
ཞེས་གསུངས་སོ།།

So too it says,

Those above would travel down,
But this one by the life
Is utterly destroyed.

These are already positioned
In the channel of life,
And down they look.

But they cannot travel down,
For they are fettered

By the knot of ignorance.

དེ་ལ་རྐང་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་ལ། སྟེང་འོག་གི་ནི་སྙིང་གའི་འཁོར་ལོའི་སྟེང་ལ་བརྟེན་ནས་སྲོག་འཛིན་དང་། འོག་གི་རྩ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུར་སེལ་རྒྱུའོ།།

The first two lines here [four in the English] will be covered later on in our presentation. The words "these which are above and below" refer to the channels above the heart chakra—those upon which the life-holding wind is based for its flow; and to the channels below this chakra—those upon which the downward—clearing wind is based for its flow.

སྙིང་གའི་པདྨ་དེ་ལའང་འཁོར་ལོ་དེའི་དབུས་སུ་རྩ་དབུ་མ་ལ་རོ་རྐྱང་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་ནས་མདུད་པ་གསུམ་གྱིས་དཀྲིས་ནས་གནས་སོ། །མདུད་པ་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་དབྱེ་བར་དཀའོ།།

"There as well"—meaning at the lotus of the heart, "at the center" of this chakra—is the central channel "enwrapped by the three knots" of the two side channels, the channel of taste and the solitary channel, coming in from the right and the left. The knots thus created are "opened only with difficulty."

མདུད་པ་དམ་པོ་དེ་ཡིས་འོག་ནས་ཐུར་སེལ་སྙིང་གའི་དབུ་མའི་ནང་ནས་སྟེང་དུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་བཅོམ་པས་ཏེ་བཀག་པས། རླུང་དེ་ལ་ལམ་དེ་ནས་སྟེང་དུ་འགྲོ་མི་ནུས་སོ།།

These tight knots "destroy"—that is prevent—the capacity of "the downward-clearing" wind to travel, from its position below, upwards through the central channel at the heart. Which is to say, this particular wind is then unable to move upwards inside the central channel.

དེ་བཞིན་དུ་སྲོག་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་སྙིང་གི་རླུང་རྣམས་ཀྱང་སྲོག་རྩའི་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་ཁ་ཐུར་དུ་བལྟས་ཏེ་འགྲོ་མོད་ཀྱང་། སྔར་བཤད་པའི་ལམ་དེ་ནས་ཞུགས་ནས་ཐུར་དུ་འགྲོ་མི་ནུས་ཏེ། དེ་ནས་སྲོག་གིས་ཏེ་སྲོག་རླུང་འོག་ཏུ་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རོ་རྐྱང་གི་མདུད་པས་དམ་པར་བཅིངས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

In this same way, the life-holding wind and other winds located "above" the heart chakra are ready, "positioned already in the channel of life" and looking "downwards," for they "would travel" this way. "But" even though they have entered this same path that was mentioned before, "they cannot travel downwards" within it.

And this is because "this one" journey downwards "by the life"—meaning by the life wind—is utterly destroyed, for this wind is tightly "fettered by the knot" formed by the channel of taste and the solitary channel.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Aham

དེས་ན་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས།
།བདག་ཅེས་བྱ་བའི་སྒྲ་ཡི་དོན།
།གང་གིས་ཡང་དག་ཤེས་པ་ཡིས།
།སྲིད་པར་འཆིང་བའི་མཚན་ཉིད་ནི།
ཨ་ཧཾ་འཁོར་བའི་འཆིང་བ་ཡི།

།དེ་ནི་ཡོངས་ཟད་གྲོལ་བའོ།

This same tantra, *The String of Diamonds*, says—

Any person who truly grasps
The basis that lies below
The word that stands for "me",

Aham, the very thing
that chains us to
This life of pain,

Will free themselves
From the fetters
Of this suffering wheel.

ཞེས་ཨ་ཧཾ་ཞེས་པ་ངའམ་བདག་གོ་ཞེས་པའི་སྒྲའི་དོན་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན་འཁོར་བའི་འཆིང་བ་གཅོད་པར་བཤད་ལ།

What this is saying is that if we comprehend, completely, the true meaning of the word *aham*—the word for "me" or "myself"—then we will be able to free ourselves from the chains of this cycle of pain.

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཨ་ཧཾ་དང་བྲལ་སྐྱེས་བུ་ནི། །རྩ་བ་ཆད་པའི་ཤིང་བཞིན་ནོ། ཞེས་དེའི་དོན་ཤེས་པ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱེས་བུ་ནི་རྩ་བ་རུལ་བའི་ཤིང་ལྟར་གསུངས་ནས།

The same text says—

A person who lacks *aham*
Is like a tree that has lost

Its roots,

meaning that a person who lacks any understanding of what this term means is like a tree whose roots have rotted away.

ཨ་ནི་སྲོག་གི་རླུང་དུ་བཤད། །དེ་བཞིན་ཐུར་སེལ་ཧཾ་དུ་བརྗོད། །དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ན། །དེ་ནི་ཨ་ཧཾ་ཞེས་བྱར་གྲགས།།

And then it says—

A is explained
As meaning the wind of life,
Whil*e ham* refers to
The downward-clearing wind.

And when these two
Have become as one,
Well then we say
Aham.

ཞེས་སྲོག་ཐུར་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྲེ་བར་གྱུར་པ་ནི་འདིའི་ལུགས་ཀྱིས་སྙིང་གའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་བའི་གནས་དེར་བསྲེ་བ་ཡིན་པས་སྙིང་གའི་མདུད་པ་དབྱེ་དཀའ་བས་སྲོག་ཐུར་འདྲེར་མ་བཙུག་པ་དང་། འདྲེས་ན་འདྲེས་ལུགས་ཇི་ལྟར་འོང་དང་།མདུད་པ་དེ་འབྱེད་པའི་གདམས་པའི་གནད་རྣམས་ཤེས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ།།

What this is saying is that we seek to mix the life-holding wind and the downward-clearing wind together. The place where this has to happen though, in this particular system, is the very spot at the heart where we are trying to open the knot. As this heart

knot is particularly "difficult to open," it prevents these two winds from mixing together.

It is critically important that we learn how the two winds mix with each other when they are allowed to do so and that we obtain the crucial points of the instruction on how to release this particular knot.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Work Then with the Winds

An excerpt from the first Changkya Rinpoche's A Presentation of the Channels, Winds and Drops:

།རླུང་གི་རྣམ་བཞག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཤེས་ཚུལ་ནི། གསལ་སྒྲོན་ལས། སྔར་བཤད་པ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱི་རྟོག་པ་གཡོ་མི་གཡོ་བའི་འཚམས་སུ་སྟོང་པ་བཞི་འཆར་བ་ཤེས་ནས་རིམ་པ་དེ་ལྟར་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་རྡོར་བཟླས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོལ་རྩོལ་བསྒོམ་དགོས་པར་ཤེས་པ་ནི། རླུང་བཤད་པ་ལ་རྟེན་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཤེས་པ་ཟླ་ན་མེད་པའོ།

Suppose we do learn about the inner winds. How then shall we actually practice with them? Here there are a few crucial points you need to know.

As the *Lamp of Illumination* puts it,

> You need to learn to reach that
> Dividing line, the place between
> Where the misperceptions of reality
> Are stirring and stopped.
> This is where the four forms of emptiness
> Make their appearance.
> Once you grasp this fact, you want

To actually do something to bring
These stages on.

What you must understand here is that it is essential that you enter practices like the recitation of diamond: practices where you are working with the life-winds. This single understanding of how to proceed is an unsurpassed grasp of the crucial points of actual practice that we need to know, once we have learned about the structure of the inner winds.

[*Note: The phrase "working with the life-winds" here is a translation of the Sanskrit word* pranayama.]

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

How the Winds First Form

Again from A Book to Please Those with the Core of Goodness:

གཉིས་པ་རླུང་འཆགས་ཚུལ་ཡོད་དེ། མངལ་དུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་མ་ཐག་པའི་ཚེ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་རླུང་གི་རྒྱུན་ཕྱི་མ་ཞིག་གསར་དུ་སྐྱེ་ལ། དེ་ནས་དེ་ལས་སྲོག་འཛིན་གྱི་རླུང་རགས་པ་སྐྱེ།

Here then is the second part in our presentation, where we cover how the inner winds first form in the body. Just after the person makes the crossing into their mothers' womb, a subsequent continuation of the inborn wind is triggered. This in itself triggers a gross form of the life-holding wind.

དེའི་ཚེ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་ཉའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་ཡོད། དེ་ནི་ཟླ་བ་དང་པོའི་སྐབས་སུ་འབྱུང་།

At this point, the person's body resembles a fish. All this occurs during the first month in the womb.

ཟླ་བ་གཉིས་པ་ལ་སྲོག་འཛིན་རགས་པ་ལས་ཐུར་སེལ་གྱི་རླུང་སྐྱེ། དེའི་ཚེ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་འབུར་པོ་ལྔ་དོད་པ་རུས་སྦལ་ལྟ་བུ།

In the second month, this gross form of the life-holding wind triggers the downward-clearing wind. At this point, five small protuberances have come forth from the body, so that it resembles a turtle.

ཟླ་བ་གསུམ་པ་ལ་ཐུར་སེལ་ལས་མཉམ་གནས་སྐྱེ། དེའི་ཚེ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་ཅུང་ཟད་སྒུར་བ་ཕག་རྒོད་ལྟ་བུ།

In the third month, the downward-clearing wind triggers the equal wind. At this juncture, the person's body is slightly hunched over, resembling a wild boar.

ཟླ་བ་བཞི་པ་ལ་མཉམ་གནས་ལས་གྱེན་རྒྱུ་སྐྱེ། དེའི་ཚེ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་སྟོད་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པ་སེང་གེའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ།

In the fourth month, the equal wind triggers the upward-running wind. At this point, the upper part of the person's body is beginning to open out a bit, so that they resemble a lion shape.

ཟླ་བ་ལྔ་པ་ལ་གྱེན་རྒྱུ་ལས་ཁྱབ་བྱེད་སྐྱེ། དེའི་ཚེ་སེམས་ཅན་དེའི་ལུས་མིའུ་ཐུང་ལྟ་བུར་ཡོད།

In the fifth month, the upward-running wind triggers the pervasive wind. At this point the person looks like a midget.

ཟླ་བ་དྲུག་པ་བདུན་པ་བརྒྱད་པ་དགུ་པ་བཅུ་པ་རྣམས་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ། མིག་གི་སྒོར་རྒྱུ་བའི་རླུང་དང་ས་རྣ་བའི་སྒོར་རྒྱུ་བའི་རླུང་དང་ཆུ། སྣའི་སྒོར་རྒྱུ་བའི་རླུང་དང་མེ། ལྗེའི་སྒོར་རྒྱུ་བའི་རླུང་དང་འབྱུང་བ་རླུང་། ལུས་ཀྱི་སྒོར་རྒྱུ་བའི་རླུང་དང་འབྱུང་བ་ནམ་མཁའི་ཁམས་བུ་ག་རྣམས་རྫོགས་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

From the sixth through the tenth months, the following parts of the body finish forming, respectively: the winds which runs to the gateway of the eyes, along with the earth element; the wind that runs to the gateway of the ears, along with the water element; the wind that runs to the gateway of the nostrils, along with the fire element; the wind that runs to the gateway of the tongue, along with wind as an element; and the

wind that runs to the gateway of the body, along with aperture of empty space, as an element.

དེ་ལྔ་ནི་ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔ་དང་དོན་གཅིག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་། ཀླུ་དང་རུས་སྦལ་དང་རྩངས་པ་དང་ལྷས་སྦྱིན་དང་གཞུ་ལས་རྒྱལ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་མཛད་དོ།

These five are stated to be the same thing as the five secondary winds. These are also called by the names of the serpentine; the turtle; the lizard; the gift of the gods; and victory over the archer.

[*Note: in the Tibetan texts on the practice of the completion stage, the last of these winds is also very commonly called NOR LAS RGYAL, or "conquerer of wealth."*]

All About the Winds

From the same text:

གསུམ་པ་ནི། རླུང་བཅུ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྟན་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཡེ་ཤེས་རྡོ་རྗེ་ཀུན་ལས་བཏུས་ལས། རླུང་བཅུ་ལ་ཀོ་ཏ་ཁྱ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་གསུངས་ལ། རྡོ་རྗེའི་སྒོའི་རྒྱུད་ལས། སྲོག་འཛིན། ཐུར་སེལ། མཉམ་གནས། གྱེན་རྒྱུ། ཁྱབ་བྱེད་དེ་རྩ་བའི་རླུང་ལྔ་དང་། རྒྱུ་བ། རྣམ་པར་རྒྱུ་བ། ཡང་དག་པར་རྒྱུ་བ། རབ་ཏུ་རྒྱུ་བ། ངེས་པར་རྒྱུ་བ་སྟེ་ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པར་གསུངས་ཤིང་།

Here we begin our third major section: the division of the winds. Now there are certain ways of presenting the different names of the inner winds. The text known as the "Compendium of the Diamond of Wisdom" refers to the winds with metaphysical names, such as *kotakhya.*

The *Tantra of the Diamond Door* first mentions the five primary winds: the life-holding wind; the downward-clearing wind; the equal wind; the upward-running wind; and the pervasive wind. It then refers to the five secondary with their actual names: the flowing wind; the running wind; the coursing wind; the surging wind; and the racing wind.

རྒྱུད་རྡོར་འཕྲེང་དང་ལུང་སྟོན་གཉིས་ལས། རྩ་བའི་རླུང་ལྔ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་དང་། ཕྱི་མ་ལྔ་ལ། ཀླུ་དང་རུས་སྦལ་རྩངས་པ་དང་། །ལྷས་སྦྱིན་དང་ནི་གཞུ་ལས་རྒྱལ། །ཞེས་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ།

Two other texts—the tantra known as the *String of Diamonds,* and the *Prophecy*—refer to the five primary winds by their actual names, and then describe the latter five winds in metaphorical names: the serpentine; the turtle; the lizard; gift of the gods; and victory over the archer.

།བཞི་པ་ལ་གསུམ། རྩ་བའི་རླུང་གི་དོན། ཡན་ལག་གི་རླུང་གི་དོན། རླུང་གཉིས་ཐུན་མོང་བའི་དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ།

This brings us to our fourth section: the description of each separate wind. We'll cover this in three steps: an explanation of the primary winds; an explanation of the secondary winds; and then an explanation of how these two different types of winds work together. Here is the first.

སྔར་བཤད་པ་ལྟར་རྩ་བའི་རླུང་ལྔ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་མགོན་པོ་ལྔའི་རླུང་དུ་འཇོག་ཚུལ་ཡོད་དེ། མི་བསྐྱོད་པ། རིན་འབྱུང་། དོན་གྲུབ། འོད་དཔག་མེད། རྣམ་སྣང་གི་རླུང་དུ་འཇོག་པའི་ཕྱིར།

Now there is a way of describing the five primary winds we mentioned above as the "protector winds," relating them respectively to the Angels named Unshakable; Source of Jewels; Attainment; Limitless Light; and Appearances.

དེ་ལྷ་མོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྦྱོར་ཚུལ་ཡོད་དེ། མ་མ་ཀཱི། སྤྱན་མ། སྒྲོལ་མ། གོས་དཀར། སྲུང་མའི་རླུང་དུའང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

This is also done according to the Goddesses: here the winds are named, respectively, Mamaki; the Lady of the Eyes; the Lady of Liberation; the Lady Robed in White; and the Lady of Power.

འབྱུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཇོག་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཆུ་ས་རླུང་མེ་ནམ་མཁའི་རླུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

These winds also correspond to the elements; they are then the winds of, respectively—water, earth, wind, fire, and space.

ཁ་དོག་གི་རིམ་པར་འཇོག་ཚུལ་ཡོད་དེ་དཀར་སེར་ལྗང་དམར་སྔོན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

There is further a way of relating these primary winds to colors; respectively, white, yellow, green, red, and blue.

གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། སྙིང་ཁ་གསང་གནས་ལྟེ་བ་མགྲིན་པ་ལུས་ཀྱི་ཚིགས་རྣམས་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར།

There is a feature of location here as well; respectively, the heart; the secret place; the navel; the throat; and the various joints of the body.

སྲོག་འཛིན་ལ་ཕྲ་རགས་གཉིས་ལས། ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བ་ནི་སྙིང་གའི་ནྲྀ་ཏྱི་དབུས་ན་ཡོད་དེ། རྡོ་རྗེ་སྙིང་པོ་རྒྱན་ལས། སྙིང་གའི་...ཤིགས་པ། །གསལ་ཤིང་མར་མེ་དག་དང་མཚུངས། །མི་འགྱུར་མཆོག་ཏུ་ཕྲ་བ་སྟེ། །ཨ་ནི་གཙོ་བོ་དམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

There are two different forms of the life-holding wind: a more subtle and a more gross form. The very most subtle form is found within the channel of dance, at the heart. As the *Heart of Diamond* says,

At the center of the heart
Is the indestructible one,
Clear and shining
Like a flame.
This is the immutable,
And subtle in the highest;
The sound of *ah,*
And the ultimate.

དེ་ནི་རླུང་མི་ཤིགས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་མི་ཤིགས་པ་དེ་ལ་དུ་མ་ཡོད་དེ། བྱང་སེམས་མི་ཤིགས་པ་དང་། གཞིའི་འོད་གསལ་དང་། ཐིག་འཛིན་ཕྲ་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

What this text is referring to when it says "the indestructible" is the indestructible wind. For you should understand that "indestructible" can refer to a number of different things: the indestructible element of enlightenment; the clear light of the original condition of things; and the subtle form of the drop that holds the blood.

རྒྱུ་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། སྲོག་འཛིན། ཐུར་སེལ། མཉམ་གནས། གྱེན་རྒྱུ། ཁྱབ་བྱེད་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྣ་བུག་གཉིས་གནས་དལ་བར་རྒྱུ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ནས་དྲག་ཏུ་རྒྱུ་བ་དང་། གཡོན་རྐྱང་ནས་དལ་བར་རྒྱུ་བ་དང་། གཡས་རྐྱང་ནས་དྲག་ཏུ་རྒྱུ་བ་དང་། གཞལ་འཆི་དུས་མི་གཏོགས་མ་རྒྱུ་བའི་ཕྱིར།

There is furthermore a distinction between these winds insofar as the way in which they flow. Here is a list for the primary winds:

1) Life-holding wind: flows gently through both nostrils

2) Downward-clearing wind: flows roughly through both nostrils

3) Equal wind: flows gently, but only through the left nostril

4) Upward-running wind: flows roughly, only through the right nostril

5) Pervasive wind: in the normal condition of things, doesn't flow at all, except during the death process.

དེ་ནི་རེ་རེས་གཙོ་བྱས་ནས་རྒྱུ་བའི་ཚུལ་ཡིན་གྱི། གཅིག་གཙོ་བོ་དང་གཞན་གསུམ་འཁོར་དུ་བྱས་ནས་རྒྱུ་ཚུལ་ཡོད་དེ། གྱེན་རྒྱུ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་མཚོན་ན། གྱེན་རྒྱུའི་ཁ་དོག་དམར་པོ་ཡིན་པས་དེའི་ཤན་གྱིས་སྲོག་འཛིན་ལ་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས། ཐུར་སེར་ལ་དམར། མཉམ་གནས་ལྗང་ལ་དམར་བ་སྟེ། འཇའ་ཚོན་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་རྒྱུ་བའི་ཕྱིར་རོ།

The way we've just described how the five primary winds flow is a generalization for each one flowing in predominance; but where one wind is flowing in predominance, the other three are also flowing to some extent together with it.

Let's take just one of them—the upward-running wind, for example. Now we know that the upward-running wind is red in color; so due to its influence the admixed life-holding wind would run then as white with a red hue to it. The downward-clearing

wind would run yellow with a red tint; and the equal wind would run green with the same tint. And then the whole running together would look like a rainbow.

རྩ་རྒྱུད་ལེའུ་དྲུག་པ་ལས། འཁོར་ཡང་ཁྱད་པར་དག་ཏུ་སྣོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

The idea is found in the sixth chapter of the root tantra, where it says, "It gives off a light distinguished by those in its company."

དེ་ལྟར་འཇུག་ལྡང་བྱེད་པའི་རྩ་བའི་གནས་ཡོད་དེ། རྡོར་འཕྲེང་ལས། ལྐོག་མ་སྙིང་ག་ལྟེ་བ་དང་། །གསང་བའི་པདྨར་འགྲོ་འོང་སྟོན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Now there are certain core locations in the body from which the winds proceed and retract in this way; as the *String of Diamond* puts it,

> They exhibit their going and coming
> At the lotuses of the windpipe,
> The heart, the navel,
> And the secret place.

མགོན་པོ་བཞིའི་རླུང་བཞི་གང་རུང་རེས་གཙོ་བྱས་ནས་སྔར་ལྟར་དགུ་བརྒྱ་བ་ཕྲག་རེ་རྒྱུ་བ་དེ་ལ། ལྷ་མོ་བཞིས་བགོས་པའི་ཚེ་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་རེ་ཐོབ་ལ།

Now when any one of the four winds of the four protectors is running as we mentioned, in predominance, this goes on for 900 cycles of breath. Dividing this out to the four Goddess, we get 225 cycles for each Goddess.

དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེའི་ཚེ་མགོན་པོ་གང་གི་རླུང་ཡིན་པའི་མགོན་པོ་དེའི་ཡུམ་གྱི་རླུང་གིས་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ལྷ་མོ་བཞིའི་རླུང་རིམ་པར་རྒྱུ་བའི་ཕྱིར་ཏེ།

Here's how the winds run, in this particular context. Depending on whatever Goddess it is which is the partner of the protector whose wind is predominate at a given point, the wind of that Goddess becomes the predominant Goddess wind, and then the winds of the four Goddess run in a cycle.

གྱེན་རྒྱུས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་རྒྱུ་བའི་ཚེ་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་དང་པོ་གོས་དཀར་མོའི་རླུང་སྣ་བུའི་སྟེང་ལ་བཏེར་ནས་རྒྱུ་བ་དང་། དེ་ནས་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་གཅིག་སྒྲོལ་མའི་རླུང་སྣ་བུག་གི་ཡོགས་སུ་བཏེར་ནས་རྒྱུ་བ་དང་།

Let's say that the upward-running wind is predominant. For the first 225 cycles then, the wind of the Lady Robed in White runs alongside it, edging along the upper part of the nostril. During the next 225 cycles, the wind of the Lady of Liberation runs edging along each side of the nostril.

དེ་ནས་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་གཅིག་སྤྱན་མའི་རླུང་སྣ་བུག་གི་དབུས་ཐད་ནས་རྒྱུ་བ་དང་། དེ་ནས་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་གཅིག་མ་མ་ཀིའི་རླུང་སྣ་བུག་གི་འོག་ངོས་སུ་བཏེར་ནས་རྒྱུ་ཞིང་།

For the following 225 cycles, the wind of the Lady of Eyes runs straight on along the center part of the nostril. For the final 225 cycles, the wind of the Goddess named Mamaki runs edging along the lower part of the nostril.

དེ་ཡང་འབྱུང་བ་ཆུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལུང་སྟོན་ལས། གོས་དཀར་ལ་སོགས་རིམ་བཞིན་དུ། །སྟེང་དང་གསེག་དང་ཐད་ཀ་འོག །མེ་དང་རླུང་དང་དབང་ཆེན་དང་། །ཆུ་སྟེ་སོ་སོའི་དཀྱིལ་འཁོར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

All this with the Goddesses by the way related to the lesser forms of the elements. As the *Prophecy* puts it,

The Lady Robed in White
And the rest relate respectively
To the upper part,
The sides, straight on,
And the bottom part—
As well as to the
Individual disks
Of fire, wind,
The lord [earth], and water.

དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་མགོན་པོ་བཞིའི་རླུང་དུས་མཉམ་དུ་རྒྱུ་ཡང་། འབྱུང་ཆུང་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ལྷ་མོ་བཞིའི་རླུང་རིམ་ཅན་ཁོ་ནར་རྒྱུ་སྟེ། གཅིག་རྗེས་སུ་གཅིག་རྒྱུ་བ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

Given all this, when we are speaking in the context of the greater forms of the elements, then the winds of the four protectors are all running at the same time. When we're in the context of the lesser forms of the elements, then the winds of the four Goddesses run only in succession: one after the other, as we have just explained it.

།གཉིས་པ་ཡན་ལག་གི་རླུང་ལ་རྒྱུ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྔ་པོ་དེ་མགོན་པོ་ལྔའི་རླུང་དུ་འཇོག་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྒྱུ་བ་རྣམ་སྣང་། རྣམ་པར་རྒྱུ་བ་རིན་འབྱུང་། ཡང་དག་པར་རྒྱུ་བ་འོད་དཔག་མེད། རབ་ཏུ་རྒྱུ་བ་དོན་གྲུབ། ངེས་པར་རྒྱུ་བ་མི་བསྐྱོད་པའི་རླུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

This brings us to the second part of our presentation: the part on the secondary winds. There is a way in which these secondary winds—the five that start with the one called the "flowing" wind—are as well said to the winds of the five protectors. The flowing

wind is the wind of the Angel named Appearances; the running wind is the wind of the Source of Jewels; the coursing wind is the wind of Limitless Light; the surging wind is the wind of Attainment; and the racing wind is the wind of Unshakable.

ལྷ་མོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱོད་ཚུལ་ཡོད་དེ། རིམ་པ་བཞིན་གཟུགས་སྒྲ་དྲི་རོ་རེག་བྱ་རྡོ་རྗེའི་རླུང་དང་། འབྱུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆུ་མེ་རླུང་ནམ་མཁའི་རླུང་། ཁ་དོག་ནི་དམར་སྔོ་སེར་དཀར་ལྗང་།

There is also a way in which these secondary winds move in relation to the five different Goddesses, in which case we call them the wind of the Diamond Lady of Forms; the wind of the Diamond Lady of Sounds; the wind of the Diamond Lady of Scents; the wind of the Diamond Lady of Tastes; and the wind of the Diamond Lady of Touches.

In the context of elements, the secondary winds are winds, respectively, of earth, water, fire, wind, and space. As for the respective colors, they are red, blue, yellow, white, and green.

གནས་ནི་སྙིང་གའི་སུམ་སྐོར་མ་ལ་སོགས་པའི་རྩ་འདབ་ལྔ་ནས་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་དེ། མིག་རྣ་བ་སྣ་ལྕེ་ལུས་དབང་གི་ཆ་རྣམས་སུ་རྒྱུ་བའི་ཕྱིར།

As for their locations, these winds are distributed, respectively, along the five channel petals of the heart; that is the Lady of the Triple and the rest. This is due to the fact that they run as components of the sense powers of the eye, ear, nose, tongue, and body.

ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔ་པོ་དེ་རྣམས་དང་སྲོག་འཛིན་རགས་པ་སྙེ་དྲུག་གི་སྙིང་ནས་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་པའི་ལྡོག་ཆ་ནས་རླུང་བཅུ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། རླུང་རང་རང་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམ་ཤེས་དྲུག་པོ་ཡུལ་དྲུག་ལ་

གཡོ་ཞིང་འཛིན་པའི་ཆ་ནས་འཛིན་པའི་རླུང་དྲུག་དང་། ཡུལ་དྲུག་གསལ་བར་སྣང་བ་དང་བཟུང་བའི་ཆ་ནས་གཟུང་བའི་རླུང་དྲུག་ཏུ་འཇོག་པའི་ཕྱིར།

It is based upon six different winds—these five secondary winds, along with the grosser form of the life-holding wind—that our misperceptions of both objects and subjects arise. Looking at the winds from these two perspectives then we can say there are twelve different winds here.

Six of these are said to be subject or "holding" winds, so named because they move and hold to the six objects of the senses, carrying along the six different types of consciousness that are based upon these winds. And then the other six are object or "held" winds in that they illuminate the six objects, as something held by consciousness.

སྨོན་ལམ་ལས། གཟུང་དང་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་པའི་རླུང་། །བཅུ་གཉིས་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེར་སྡུད་པར་ཤོག །ཅེས་གསུངས་པ་ནི་འདི་བཅུ་གཉིས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ།

As the *Prayer* puts it,

May we come to reach that point
Where the twelve different types of wind
That produce our misconceptions
Of the subjects that hold
And the objects that are held
Withdraw into the indestructible drop.

།གསུམ་པ་རླུང་རྣམས་ཀྱིས་ཐུན་མོང་དུ་ཇི་ལྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྤྱིར་རླུང་བཅུ་མངལ་དུ་འཆགས་པར་བཤད་ཀྱང་ཕྱིར་མ་བཙས་བར་དུ་དབང་པོའི་སྒོར་འབྱུང་འཇུག་མི་བྱེད་ཅིང་། བཙས་ནས་ཨ་ཐུང་གི་གཞིར་གྱུར་ཏེ་ངག་སྨྲ་བརྗོད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ལ།

This brings us then to our third section, which covers how these primary and secondary winds work together. Now generally speaking, it is taught that the ten different inner winds form while we are still inside the womb. Until we actually come out of the womb though, these winds do not function to proceed to or retreat from the gateways of the senses. Once we are born from the womb, they then begin to function as the foundation of that most basic sound, the short vowel *ah*, thus enabling us for the act of speech.

ཁྱད་པར་དུ་རྩ་བའི་རླུང་གིས་ནི་ལུས་གཡོ་འགུལ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད། ཡན་ལག་གི་རླུང་གིས་ནི་དབང་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིང་། རྣལ་འབྱོར་བ་ལ་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་གཞིར་གྱུར་ནས་རྡོར་བཟླས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། སྙིང་གའི་མི་ཤིགས་པ་ལ་ཐིམ་ནས་གཞི་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་འཆར་བ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

In a more particular sense, the primary winds perform the function of enabling the body to move; while the secondary winds make the sense consciousness capable of engaging in their objects.

These winds further provide the foundation for the three sacred syllables, thus enabling yogis and yoginis to perform the practice of diamond recitation. And among still other functions, they make possible the appearance of the clear light (both in the natural state of things and for a person engaged in spiritual practice), by virtue of these winds' dissolving into the indestructible drop at the heart.

རྣམ་ཤེས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བ་རླུང་གིས་བྱེད་པས། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཞོན་པ་ནི་འདིར་རླུང་ཡིན་ཏེ། རིམ་ལྔ་ལས། འདི་ནི་རྣམ་ཤེས་བཞོན་པ་སྟེ། །ཞེས་དང་། ལུང་སྟོན་ལས། འགྲོ་བ་ཡུལ་སོགས་ལས་བྱེད་པ། །འདིར་ནི་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

In that the winds act to move consciousness to its object, they are the conveyance for consciousness. As the *Five Steps* says it, "These are the conveyance for consciousness." The *Prophecy* too says that—

The function in living beings
That relates to objects
Is based then here upon these.

རྣམ་ཤེས་རླུང་གིས་གཡོ་བའི་དོན་ནི་རླུང་གྲོགས་སུ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱུ་མཚན་གྱིས་ཡིན་གྱི། གཟུགས་གཡོ་བ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་ལ་གཡོ་འགུལ་བྱར་མེད་ལ།

Now when we say that the inner wind "moves" the consciousness, we only do so in that the consciousness engages in its object in the company of the wind. Consciousness itself is not something that would be moved or impelled in the way that physical objects are moved.

རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཞོན་པ་ཡིན་པའི་དོན་ནི། རླུང་དང་རྣམ་ཤེས་གཉིས་མི་རྟ་བཞིན་དུ་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པས་མིན་གྱི། ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྡོག་པ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་དཔེར་ན། མར་མེ་དང་དེའི་འོད་བཞིན་དུ་འགྲོགས་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པས་ཡིན་ནོ།

And here too is what we mean when we say that the inner winds are the "conveyance" of consciousness. You shouldn't thing that it's meant here in a sense where the wind and the consciousness are intrinsically separate from each other, like the rider and their horse. Rather, they are intrinsically one thing which can be viewed in two different ways, as one thing providing the basis and the other thing resting upon it. They move in tandem to interact with their object, as the example of a lamp and its light would do.

།ཡང་ཞ་བོ་མིག་ཅན་དང་ལོང་བ་རྐང་ཅན་གྱི་དཔེ་ལྟར་ཕན་ཚུན་བརྟེན་ནས་ཡུལ་བགྲོད་པ་ཡིན་ཡང་ངོ་བོ་ཐ་དད་མིན་ཞིང་། ཡུལ་གསལ་བར་འཆར་མི་འཆར་གཉིས་ཡོད་དོ།

You could also say that the inner wind and the consciousness travel towards an object of perception in a kind of mutual dependence—as in the metaphor of a cripple who can

see clearly holding onto a blind man with strong legs, to get somewhere together. Still though remember that they are not intrinsically separate; and that it could be the case that they bring up their object either clearly or not.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

From the same text:

དྲུག་པ་རླུང་གི་བྱེད་ལས་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་རླུང་གིས་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་འཁོར་བའི་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྐྱེ་འཆི་བར་དོ་གསུམ་པོ་དེ་རང་རྒྱུ་རླུང་གིས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ས་ཆུ་ལ་ཐིམ་པ་ནས། ཉེར་ཐོབ་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་པའི་འཆི་རིམ་རྣམས་རླུང་གི་གཡོ་བ་ཇེ་ཞན་ཇེ་ཞན་དུ་སོང་བའི་སྒོ་ནས་འབྱུང་ལ།

This brings us to the sixth overall section in our discussion: an explanation of the functions of the various winds. We'll proceed in two steps—a general description, followed by a more specific one. Here is the first.

There is a certain way in which the inner winds function, for people of the world, to keep them circling around the wheel of pain. This is due to the fact that the inner winds provide the causes for each step in the process of rebirth, death, and the state between death and the next rebirth. And this is true first of all because all the stages of death—from where the element of earth dissolves into the element of water, on up to the step of attainment—are brought on by the gradual diminishing of the energy of the winds' movement.

འཆི་བ་འོད་གསལ་ལས་བར་དོ་དང་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ་ཡང་རླུང་གིས་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལས་མཆེད་པ། དེ་ལས་སྣང་བ། དེ་ལས་རང་བཞིན་བརྒྱད་ཅུའི་རྟོག་པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་ཡང་རླུང་གི་གཡོ་བ་ཇེ་ཆེ་ཇེ་ཆེར་གྱུར་པའི་སྒོ་ནས་འབྱུང་བ་དང་།

Moreover, the formation of the in-between state, and the subsequent step of attainment, both out of the clear light of death is also brought about by the winds. When this leads into the step of proliferation, and that into illumination, and that into the eighty different misperceptions of the nature of things, all this is furthermore brought about by the gradual increase in the energy of the winds movement.

སྐྱེ་སྲིད་དུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱོར་བ་དང་། ཉིད་མཚམས་སྦྱར་བའི་ཚེ་སྣང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཐིམ་རིམ་དང་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་དང་། ལུས་འཕེལ་བའི་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་རླུང་གིས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

And finally, the winds are responsible too for our crossing into a new life; for the stages in the dissolution of the illumination as we make the crossing; for the stages of the birth process; and for the stages of the gradual growth of the body.

།དེ་ལྟར་ཀུན་རྟོག་བཞོན་པའི་རླུང་དང་བཅས་པ་ལས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་ཞིང་། དེས་ལས་དཀར་ནག་གཉིས་བསགས་ནས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བས་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་ནི་རླུང་གིས་བྱེད་དོ།

Just so is it that our new mental afflictions are born from these misperceptions of reality, and from the winds they ride upon. These afflictions then induce us to collect both white and black karma. And then we set into motion another spin of the wheel of suffering: the whole process of starting again through this pain triggered by the inner winds.

།དེ་ནི་ཐུན་མོང་གི་བྱེད་ལས་ཡིན་ལ། སོ་སོའི་བྱེད་ལས་ཡོད་དེ། སྲོག་འཛིན་གྱིས་ཚེ་གནས་པ་དང་། རླུང་གཞན་དབང་པོའི་སྒོར་འདྲེན། ཐུར་སེལ་གྱིས་བཤང་གཅི་ཁུ་ཁྲག་སོགས་འཕེན་འཛིན་བྱེད།

And so that is the function of the inner winds that they all share together; here then are their individual functions. The life-holding wind functions to maintain the power of life within us, and to draw the other winds to the gateways of the senses. The downward-clearing wind works to release and retain substances such as feces, urine, semen, and menstrual blood.

མཉམ་གནས་ཀྱིས་བཟའ་བཏུང་འཇུ་བ་དང་དངས་སྙིགས་འབྱེད་ཅིང་དངས་མ་ལུས་ལ་འགྲིམ་པར་བྱེད། གྱེན་རྒྱུས་རླུང་སྟོད་དུ་འདྲེན་པ་དང་ནང་དུ་སྔུད་པ་དང་ངག་སྨྲ་བ་དང་བཟའ་བ་དང་བཏུང་བའི་བྱ་བ་བྱེད། ཁྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལུས་གཡོ་བ་དང་འགྲོ་འོང་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད།

The equal wind functions to enable is to digest food and drink; then to separate this out into nutritive and waste products; and finally to distribute the nutritive essence throughout the body.

The upward-running wind draws wind up into the upper part of the body; draws it in as breath as well; enables us to speak; and makes possible the acts of drinking and eating themselves. The pervasive wind enables the body to move, facilitating activities such as coming and going to and from places.

ཡན་ལག་གི་རླུང་ལྔས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མཐོང་། སྒྲ་ཐོས། དྲི་སྣོམ། རོ་མྱོང་། རེག་བྱ་མྱོང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

The five secondary winds, lastly, function respectively to allow us to see visible objects, hear sounds, smell smells, taste tastes, and feel touches.

གཉིས་པ་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་བྱ་བ་ལྷག་པ་བྱེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཇོར་བཟླས་བྱས་པས་དངོས་གྲུབ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ཤིན་ཏུ་ཕྲ་བའི་རླུང་སེམས་ལས་སྒྱུ་མའི་སྐུ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

But with all these winds too there is secondly a function in which they allow the high spiritual deeds of yogis and yoginis. In a general way, they enable us to undertake the practice of dreamed recitation, and thus achieve all of both our worldly and spiritual goals. More especially, it is through the coupled winds and thoughts in their very most subtle form that we attain the body of illusion.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

Winds inside the Central Channel

།གཞི་ལ་འཆི་དུས་མ་གཏོགས་རླུང་དབུ་མའི་ནང་ནས་ཡས་མན་ཐལ་བྱུང་དུ་རྒྱུ་བ་མེད་དེ། དེར་རོ་རྐྱང་གི་མདུད་པ་དམ་པོས་བཅིངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དབུ་མའི་སྦུབས་སྟོང་ན་རླུང་གནས་པ་ཙམ་ནི་འདོད་དགོས་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཞོན་པའི་རླུང་དང་སྲོག་ཐུར་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

In the natural state of things, no inner wind in its normal sense ever flows up and down the central channel, except for at the time of death. This is due to the fact that this channel is so tightly constricted by the knots formed by the channel of taste and the solitary channel.

We would though have to say that inner wind does simply *stay* inside the central channel—inside the pipe-like cavity formed by it. This is because there are present here both the wind upon which consciousness is riding, and also the pair of the life-holding wind and the downward-clearing wind.

གཞི་ལ་འཆི་བའི་དུས་སུ་དབུ་མའི་ནང་ནས་རླུང་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་རྩ་མདུད་རྣམས་རྫོགས་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར།

The winds do *flow* within the central channel in the natural state of things at the time of death because at this juncture—due only to the natural power of our own karma and mental afflictions—the knots in the channels are completely opened.

རྩ་གཉིས་ནས་རླུང་བཞི་རྒྱུ་ཚུལ་ཡོད་དེ། རོ་མའི་ནང་ནས་མེ་རླུང་གྱེན་རྒྱུ་དང་། རྐྱང་མའི་ནང་ནས་རླུང་གི་
རླུང་མཉམ་གནས་གཉིས་གཙོ་བོར་རྒྱུ་ལ། སྲོག་ཐུར་གཉིས་རོ་རྐྱང་གཉིས་ནས་མཉམ་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

There is incidentally a specific way in which the four winds run through the two channels. The wind of fire—that is, the upward-running wind—flows primarily through the channel of taste. The wind of wind—the equal wind—flows primarily through the solitary channel. The pair of the life-holding wind and the downward-clearing wind flow equally through both the channel of taste and the solitary channel.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

No Longer Children

We return to Je Tsongkapa's text on diamond recitation:

།དེའང་རྣམ་རྟག་སྐྱེད་པའི་རླུང་གི་གཙོ་བོ་སྲོག་ཐུར་གཉིས་ཡིན་ཞིང་དེ་གཉིས་སྐུའི་རྩ་རྐྱང་མ་དང་གསུང་གི་རྩ་རོ་མ་གཉིས་ནས་རྒྱུ་ལ། དབུ་མར་རླུང་རྒྱུ་བ་རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་རླུང་ཡིན་པས། རྩ་དབུ་མ་དེ་གཉིས་ལས་མཆོག་ཡིན་པ་དང་།

Now the main inner winds that are responsible for our misperceptions of things are the pair of the life-holding wind and the downward-clearing wind. These run through the channel of enlightened form (the solitary channel) and the channel of enlightened speech (the channel of taste).

The wind that flows in the central channel, when it flows, is a wind free of all misperceptions of reality. As such, says the text, the central channel is infinitely superior to these other two.

རྣལ་འབྱོར་པས་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དབུ་མར་རླུང་བཙུག་པ་གང་ཐོབ་པ་དེ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་ནུས་པ་དང་། དེར་རླུང་བཙུག་པ་དེར་གནས་པ་ནི་རླུང་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད་ལས་རྒྱལ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱིས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་བསྐྱེད་རིམ་པས་དེ་མི་ཤེས་པ་དང་།

It further says that any yogini or yogi who reaches the point where they can—simply through the power of their yoga—push these winds into the central channel, they thereby become a person who is finally capable of doing something to help all suffering beings.

It moreover states that once these winds have been pushed into this channel and actually stay there, then the yogi or yogini has finally won the victory over the 108 different inner winds. This too, the text says, is something that "mere children"—a reference to those still at the stage of creation—have no idea of.

སྐད་ཅིག་གིས་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་འོད་གསལ་ནི་རླུང་དབུ་མར། །བཙུག་པ་དེ་ཡིས་ཐོབ་པར་རྒྱུད་འདིར་གསུངས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ།

And the text is saying finally that this person who has managed to push the winds into the central channel will now attain the clear light: that thing which allows one to reach final enlightenment within a single instant. This, says the text, is what the tantra here is telling us.

སྙིང་འོག་ཡང་དག་བརྟེན་ནས་ནི། །སྲོག་དང་ཐུར་སེལ་རྒྱུ་བར་བྱེད། །དེ་གཉིས་ཁོ་ན་རྟོག་བཅས་ནས། །རླུང་གཉིས་སུ་ནི་གསལ་བར་གསུངས།

Here then is the actual wording:

The life-holding wind
And the downward-clearing wind
Run their courses,
Based above and below.

And it is clearly stated
That it is these two winds,
And these two winds alone,
Which carry our misperceptions.

།སྐུ་དང་གསུང་གི་སྙིང་པོ་གཉིས། །ལ་ལ་ན་དང་ར་ས་ན། །ཨ་བ་དྷཱུ་ཏཱི་མཆོག་གི་རྩ། །དེ་གཉིས་དབུས་མ་མཆོག་གི་མཆོག།

The channels which are the very essence
Of enlightened form and enlightened speech
Are the two of the *lalana,*
And the two of the *rasana*.

But the *avadhuti* is the channel supreme;
This one at the center
Is infinitely superior
To the other two.

རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་རླུང་གང་ཡིན། །རྟག་ཏུ་རྒྱུ་ཞིང་ཀུན་ལ་ཁྱབ། །རྣལ་འབྱོར་གང་ཐོབ་རྟག་ཏུ་ནི། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ནུས་པར་འགྱུར།

When the wind that is free
Of misperceptions of reality
Flows constantly here,
Traveling as it will,

Then the yogi or yogini
Who has made this happen
Will now forever be able
To accomplish all the needs
Of every living being.

།རླུང་གི་རང་བཞིན་བྱེ་བྲག་ནི། །བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ལས་གང་རྒྱུ་བ།། དུས་ཀུན་ཏུ་ནི་རྒྱུ་ནས་གནས། །རྣལ་འབྱོར་བྱིས་པས་མི་ཤེས་པས།

And they have as well attained
Victory over the 108
Different variations
Of the inner wind.

This is the yoga
Where you can stay forever
In your victory,
And is something that children
Have no idea of.

།སྐད་ཅིག་གཅིག་མངོན་རྫོགས་བྱང་ཆུབ། །དེ་ཡིས་ཐོབ་པར་རྒྱུད་འདིར་གསུངས། །དེ་ནི་གང་ཚེ་སྐད་ཅིག་ཐོབ། །དེ་ནི་སྐད་ཅིག་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

In the tantra then here it is stated
That the yogi or yogini
Can now attain perfect enlightenment
Within a single lifetime.

When one comes to this single instant,
The tantra is telling us,
Then this is the highest instant of all.

རླུང་དབུ་མར་བཙུག་པ་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་པའི་རིགས་པ་སྟེ་སྦྱོར་བ་ནི་དང་པོར་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་ནས། དེ་ནས་རྫོར་བཟླས་ཟླ་བ་དྲུག་ཏུ་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས།

What line of reasoning does the text use to give this description of what someone who manages to push the winds into the central channel will be able to attain? The text goes on to explain,

We must first reach

The final completion
Of our practice of
The stage of creation.

After that, all it takes
Is six months practicing
The recitation of diamond.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

How Drops are Born

And back to Chone Lama's Lamp that Illuminates:

།གསུམ་པ་ཐིག་ལེ་ནི། ཕ་མ་གཉིས་ལས་ཐོབ་པའི་ཁམས་དཀར་དམར་གྱི་དྭངས་མ་དང་བར་དོའི་འཆི་བ་འོད་གསལ་གྱི་རླུང་སེམས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་གཉིས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ལྷ་བུར་གོང་བུ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཐིག་ལེ་དེ་ཉིད་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དྷཱུ་ཏིའི་ནང་གི་སྦུབས་སྟོང་ཙུང་ཟད་ཡོད་པའི་ནང་ན་གནས་ཤིང་།

Here thirdly is our presentation of the inner drops. Now there is a certain essential distillation of the white and red elements which we receive from our father and mother together; and there is as well a certain continuation within us of the inner winds and thoughts that we had during the clear light of death, in the state between—in the *bardo*.

These two combine indivisibly as it were into a single tiny ball—a tiny drop. This single essential drop resides in the heart chakra, within a tiny space within the hollow tube of the channel of dance.

དེའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡོད་དེ། མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཐིག་ལེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཞེས་པ་རྣམས་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

This drop goes by a number of different names: it is called the indestructible drop; the inborn drop; and the drop of wisdom.

དེ་ནི་ལུས་ཐུངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་དང་། གཞན་རྣམས་དེའི་རྣམ་འགྱུར་ཙམ་ཡིན་ནོ།

This one drop is the primary drop found in every creature with a body. All the other drops are just aspects of this one.

།སྤྱིར་མི་ཤིགས་པ་དེ་ལ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཚེ་ཇི་སྲིད་འཚོའི་བར་དུ་མི་ཤིགས་པ་དང་། དུས་ནམ་གྱི་ཚེ་ཡང་མི་ཤིགས་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེའི་དང་པོ་ནི། ཐིག་ལེ་མི་ཤིགས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི་རླུང་སེམས་མི་ཤིགས་པ་ཡིན། ཕྱི་མ་ལ་སོ་སོར་ཕྱེ་ན་གཉིས་ཡིན་ཏེ། རླུང་མི་ཤིགས་པ་དང་སེམས་མི་ཤིགས་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

Now when we use the word "indestructible" in contexts like this, it can have one of two different meanings. The first would be that the object in question remains without ever being destroyed, for the duration of this life. And the second would be that the thing is never destroyed at all.

The first of these describes the drop which is indestructible, while the second describes the inner winds and thoughts which are indestructible.

The latter of these two can further be divided into two types: the inner winds which are indestructible, and the thoughts which are indestructible.

དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་མི་ཞིགས་ཅེས་པ་ནི་རླུང་སེམས་ཕྲ་མོ་དེ་ཉིད་རིགས་འདྲ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འཇུག་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། ངོ་བོ་གཏན་དུ་འགྱུར་མེད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གྲུབ་པའི་དུས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

Now when we say that the very subtle forms of thought and inner wind are "never destroyed at all," what we really mean is that their continuation as discrete entities is something that will continue to flow on with out interruption. It is not though the case that they are somehow changeless objects, for they are such that they cannot remain even into the instant after they come into existence: they are objects of a moment.

ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཉིས་རིམ་གྱིས་གྱེས་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྩ་འཆགས་ནས་སྙིང་གའི་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་དེ་ལས་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་ཆ་གཅིག་སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་སོང་ནས་ཐོག་མར་སྤྱི་བོའི་ཁམས་དཀར་པོ་འཕེལ་ཞིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་གནས་གཞན་གྱི་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་རྣམས་དངོས་དང་བརྒྱུད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བར་བྱེད་ལ།

Now there is a way in which the red and white drops gradually branch off. Once the inner channels have developed within the body, a segment of the white drop leaves the original white drop at the heart and migrates to the inside of the chakra at the tip of the head. Here then the white element of the tip of the head first begins to flourish. Gradually then, in other places of the body, white drops begin to flourish—either directly or indirectly from this first one.

སྙིང་གའི་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་དེ་ལས་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་ཆ་གཅིག་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་སོང་སྟེ་ཐོག་མར་ལྟེ་བའི་ཁམས་དམར་པོ་འཕེལ་ཞིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལུས་ཀྱི་གནས་གཞན་གྱི་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་རྣམས་དངོས་དང་བརྒྱུད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

So too a segment of the red drop splits off from the original red drops at the heart and migrates to the inside of the navel chakra, upon which the red element of the navel first begins to flourish. Then too gradually in other parts of the body red drops begin to flourish—either directly or indirectly from this first one.

རྩ་འཁོར་གང་ཁམས་དཀར་དམར་གང་འཕེལ་བའི་གནས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ། སྤྱི་བོ། དཔྲལ་བ། ནྲྀ་ཏྱའི་མར་སྣ་ནོར་བུའི་དབུས་ཀྱི་རྩ་འཁོར་རྣམས་ཁམས་དཀར་པོ་འཕེལ་བའི་གནས་དང་། དེའི་ནང་ནས་སྤྱི་བོའི་རྩ་འཁོར་ནི་ཁམས་དཀར་པོ་འཕྲེལ་བའི་གནས་ཀྱི་གཙོ་བོ་དང་།

Now there are specific chakras which are the principal locations where the white and red elements flourish. The chakras at the tip of the head, the forehead, and in the center of the jewel at the lower opening of the channel of dance are the places where the white element flourishes. Of all these locations, the prime one for the flourishing of the white element is the chakra at the tip of the head.

མགྲིན་པ། ལྟེ་བ། གསང་གནས་ཀྱི་རྩ་འཁོར་རྣམས་ཁམས་དམར་པོ་འཕེལ་པའི་གནས་དང་། དེའི་ནང་ནས་ལྟེ་བའི་རྩ་འཁོར་ནི་ཁམས་དམར་པོ་འཕེལ་བའི་གནས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་ནི་ཁམས་དཀར་དམར་ཆ་མཉམ་དུ་འཕེལ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

The chakras at the throat, the navel, and the secret place are the locations where the red element flourishes; and among these the chakra at the navel is the primary one where this element flourishes.

The chakra at the heart is a location where parts of both red element and white element flourish in equal measure.

།ཁམས་དཀར་པོ་དེ་ཡང་ནམ་རྐྱེན་དང་འཕྲད་པ་ན་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱིས་རྒྱུན་དུ་སྣོད་དུ་ཆུ་བླུགས་པ་ལྟར་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །འོ་ན་གློ་བུར་དུ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། །མཆི་མ་ནི་མིག་ཏུ་ཆུ་བླུགས་པ་ལྟར་མེད་ཀྱང་ནམ་རྐྱེན་དང་འཕྲད་པ་ན་སྐྱེ་བ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

Now the white element is something that grows on specific occasions when it happens to encounter the necessary conditions; as such, you shouldn't think of it as sitting there filling a place like water poured into a pot.

"But how," you may ask, "can it just come up all of a sudden?" There's no problem there. It's like the case where—when you encounter the necessary conditions—tears well up in your eyes, even though it's not like anyone has come up and poured the tears into your eyes.

།དེས་ན་ཐིག་ལེ་དེ་ལ་གནས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བཞིར་ཡོད་དེ། །གཉིད་འཐུག །རྨི་ལམ། སད་པ་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ་དང་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

As such then we can say that the drops can be divided into four different types, according to location: this is because there are a total of four different kinds of drops, according to whether they bring on the state of deep sleep; dreaming; waking; or what we call the "forth state."

དེ་ཡང་ཡོད་དེ། སྙིང་ག་དང་ནོར་བུའི་དབུས་ན་གཉིད་འཐུག་གི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ། མགྲིན་པ་དང་གསང་གནས་ན་རྨི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ། སྤྱི་བོ། །དང་ལྟེ་བ་ན་སད་པའི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ། ལྟེ་བ་དང་གསང་གནས་ན་བཞི་པ་སྟེ་སྙོམས་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པའི་ཐིག་ལེ་རྣམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

Here is how it works. At the heart and in the center of the jewel lays the type of drop which brings on the state of deep sleep. At the throat and the secret place lays the type of drop which brings on the state of dreaming.

At the tip of the head and the navel lays the type of drop which brings on the waking state. And at the navel and the secret place lays the type of drop which brings on the so-called "forth state": the state of spiritual union.

བསྐྱེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། གནས་དེ་རྣམས་སུ་རླུང་འདུས་པ་ན་གཉིད་འཐུག་སོགས་བཞིའི་གནས་སྐབས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

How specifically do the drops bring on these different states? They bring on the four states of deep sleep and the rest when the inner winds gather at those particular locations.

◊ ◊ ◊ ◊ ◊

The Absolute Absence of Breath

And again to Je Tsongkapa's commentary on diamond recitation:

།ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་པད་དབུས་ན། །སྒྲ་ཙམ་ཡང་དག་གནས་པ་ནི། །རྟོག་མེད་སྣང་བ་མེད་པ་དང་། །གཉིས་སུ་མེད་ཅིང་དྲི་མ་མེད།

This same text [*Samputa—The Kiss*] included the following lines:

In the very center
Of the lotus,
The chakra of all things,

Lies that which exists
In name alone;

That beyond conception,
That beyond appearances;

The thing beyond duality,
The thing which is immaculate.

།དཔེ་བྲལ་བྱ་བ་མེད་པ་དང་། །གཞི་མེད་བླ་གབ་མེད་པ་དང་། །ཡེ་ཤེས་དབང་ཕྱུག་མཆོག་ཏུ་འོ། །འབྱུང་དང་རྔུབ་པ་རྣམ་པར་སྤངས། །ཞེས་གསུངས་སོ།

It can be compared
To no thing at all;

There is nothing
That is does.

It rests on nothing,
And nothing stands
Atop it;

It is the absolute lord
Of wisdom,
The highest thing there is.

It is the absolute absence
Of breathing out,
Of breathing in.

སྙིང་གའི་མི་ཤིགས་པ་འདིས་མཚོན་པའི་དོན་ནི་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གནས་ཚུལ་ནི། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་སེམས་དང་། སེམས་དེའི་རྟེན་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་གཉིས་དང་། རླུང་འོད་ཟེར་ལྔ་པ་འོད་གསལ་གྱི་རླུང་ཞེས་འགྲེལ་པ་ལས་བཤད།

There are a multitude of ways in which these lines are referring in metaphor to the indestructible one at the heart. To put it in terms of deceptive reality though, this indestructible one is spoken of in the commentary as the mind of consciousness of the thoughts; the two drops—white and red—which serve as the basis for the mind; and the "wind of the five rays of light"—the wind of the clear light.