

ཨ།།རྗེ་བརྩུ་འཕགས་མའི་བྱུགས་དམ་གནད་ནས་བསྐྱེལ་བ་

རྒྱ་གཞི་ཐོལ་སྐྱ་ཡི་ཤེས་གྲུབ་པའི་རོལ་ཚེད་

ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།



The Creative Play of Wisdom

*The spontaneous song of a Dakini
invoking the heart of Noble Tara*



La rappresentazione gioiosa della saggezza trascendentale

*Il canto spontaneo della Dakini che invoca
il cuore della Nobile Tara*



*Khadro
Namsel
Dorje*



༄།།རྗེ་བཙུན་འཕགས་མའི་སྤྱགས་དམ་གནད་ནས་བསྐྱེད་བ་

ལྷ་གི་འོ་སྤྱོད་ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པའི་རོལ་རྗེད་

ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།



དག་སྒོང་ནས་དཀར་གསལ་མེ་ལོང་ཤར།།

སྐར་མ་ལྷར་སྤང་སྐྱེ་མའི་རོ་སྒོ་མས་རྫོགས།།

གང་འགྲོ་འགྲོ་འདུག་བྲལ་བ་མཉམ་པར་གནས།།

ལྷར་ཡང་རྫོལ་མེད་གང་འདོད་འདི་ལྷར་ཤར།།



ང་ལས་སྐྱབས་སྐྱོན་ལྷན་ལ་སྲི་ཞི་སྟོན།
 །ང་ཙམ་སྣང་སྟོང་མུ་འགག་ཀུན་ལ་བྱབ།
 །ང་ཡི་བདེ་སྟོང་ལས་བཞི་འཇིགས་སྐྱོབས་མ།
 །མ་བྱོང་མ་སྐྱེས་མ་འགག་ནམ་མཁའ་མཐའ་གྲོལ་མ།
 །མ་བྱོང་མི་སྣང་མི་འགག་གཟུགས་མཚོག་འོད་པོ་ཆེ།
 །མ་མེད་སྣང་བཞིན་གསལ་བས་འཁོར་འདས་རྫོགས།
 །མ་བྱིང་ཀུན་བྱབ་རིག་སྟོང་བདེ་ཆེན་རྗེན་ནི་ན།
 །མ་བྱུ་འོད་སྣང་ཐིག་ལེ་འབྱེལ་ལི་ལི།
 །མ་འབད་འབད་མེད་དགའ་བཞི་གསལ་ལ་ལ།
 །མ་མཐད་མ་ངེས་མ་ཡི་དབུག་དབུང་འབྱིན།
 །མ་ནི་བྱབ་བདལ་ལྷན་རྫོགས་ཡིད་འོང་མ།
 །མ་ནི་བདེ་གཤེགས་ཀུན་སྐྱེད་ཚོས་དབྱིངས་ཡུམ།
 །མ་ནི་སྐྱབ་པ་པོ་ཡི་མཇཱ་འཕོ་ཡུམ།
 །མ་ནི་ལས་ངན་སྟོག་བཙོང་གཤིན་པ་ཡུམ།

།མ་ནི་བདེ་སྐྱབ་ཀུན་གྱི་སྣངས་འཛིན་ཡུམ།
 །མ་ནི་སྐྱང་སྟོན་ཀུན་གྱི་དམ་ཚོག་ཡུམ།
 །མ་ནི་སྐྱགས་པ་ཀུན་གྱི་ཙ་ཁམས་ཡུམ།
 །མ་ནི་སྐྱིབ་གཉིས་ཀུན་བྲལ་ཚོས་ཉིད་ཡུམ།
 །མ་ནི་འཁོར་འདས་ཅིག་ཅར་ལྷན་གྱབ་རྫོགས།
 །མ་ནི་ཉེན་འབྱེལ་ས་བརྩ་ལམ་ལྷའི་སྐྱིན།
 །མ་ནི་རྒྱལ་ཀུན་ཡུམ་མཚོག་རྒྱ་རེ་མ།
 །མ་ཡི་སྟོང་རྗེའི་ལྷགས་ཀུ་རྒྱན་ཆད་མེད།
 །མ་ཡི་བྱགས་རྗེའི་ཞགས་པ་རྒྱན་ཆད་མེད།
 །ཡེ་ཤེས་ཡེ་རྫོགས་ཨ་མ་སྟོང་སྟོབས་ཅན།
 །འགྲོ་ཀུན་སྐྱོགས་རིས་མི་མངའ་བུ་བཞིན་སྐྱོང་།
 །ལས་དང་སྟོན་ལམ་ཀུན་ལ་མཚོག་སྐྱབ་སྟེར།
 །སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཚང་ན་དོན་གཉིས་སྟེར།
 །མ་ནི་ནོར་བུ་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་ཡིན།



|མ་ལས་ཤར་བའི་བྱ་འབྲུལ་རིགས་རྒྱག་སོགས།

|མ་བྱ་ཉེན་འབྱུང་མཐོང་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ཚོས་ནམས་རང་སར་ཞིག་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ལས་འབྲས་བསྐྱུ་མེད་མཐོང་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ལྷོ་སྣ་ངེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་མ་ཡི་བྱ།

|མ་རིག་ལྟན་སྐྱེས་འབྲུལ་ན་མ་དང་བྲལ།

|རར་འཛིན་བདེན་འཛིན་ཞེན་ན་མ་དང་བྲལ།

|འཁོར་བ་དང་རྩ་སྲང་ན་མ་དང་བྲལ།

|དག་བཅུ་ཚུལ་བྱིམས་ལྟན་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ལྟག་པའི་བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ལྷོག་སྐྱོགས་དང་རྩ་ལེན་ན་མ་དང་བྲལ།

|ཚོས་ནམས་སྟོང་པ་མཐོང་ན་མ་ཡི་བྱ།

|སྟོང་པ་ཉེན་འབྱུང་མཐོང་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ཉུག་ཆད་མཐའ་གཉིས་ལྷུང་ན་མ་དང་བྲལ།

|རང་སེམས་ཚོས་ཉིད་ཤེས་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ཀྱུན་རྫོབ་སྐྱུ་མ་ཤེས་ན་མ་ཡི་བྱ།

|བདེན་གྲུབ་ལྷ་སྐྱེགས་ལྷུང་ན་མ་དང་བྲལ།

|མ་ཤེས་དྲིན་སོགས་ཤེས་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ཆགས་སྣང་བདེན་པར་འཛིན་ན་མ་དང་བྲལ།

|བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེས་བྱུང་ན་མ་ཡི་བྱ།

|ལྟག་པའི་ཕར་སྐྱེན་ལྟན་ན་མ་དང་མཚུངས།

|དམ་ཚིག་སྣོམ་པ་མེད་ན་མ་དང་བྲལ།

|རང་དོན་ཁོ་ནར་ཞེན་ན་མ་དང་བྲལ།

|རིགས་རྒྱག་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཤེས་ན་མ་ཡི་བྱ།

|སྐྱུག་བསྐྱུལ་རྒྱ་མཐུན་ཤེས་ན་མ་ཡི་བྱ།

|སྐྱེ་བ་ཁས་ལེན་མེད་ན་མ་དང་བྲལ།

|གཞན་སྐྱུག་སྣང་མེད་གཏོང་ན་མ་དང་བྲལ།

|རང་སེམས་བདེ་གཤེགས་མཐོང་ན་མ་ཡི་བྱ།



།ལུང་ཁམས་ལྷ་སྐྱུར་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།
 །ཤ་བྲག་ལུང་པོ་འཛིན་ན་མ་དང་བྲལ།
 །འགག་སྐྱབ་གཉིས་བྲལ་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།
 །གསལ་སྟོང་བརྗོད་མེད་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།
 །རིག་སྟོང་ཀུན་བྲལ་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།
 །མ་ནི་ཡི་བྲལ་ཡི་ཤེས་ཀུན་གྱི་བདག།
 །སྟོང་བཅུད་མ་ཤར་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།
 །མ་དག་ས་རྡོ་མཐོང་ན་མ་དང་བྲལ།
 །འགྲོ་འོང་གནས་དང་ལྡན་ན་མ་དང་བྲལ།
 །འགྲོ་འོང་གནས་ཀུན་བྲལ་ན་མ་ཡི་བུ།
 །འདོད་ཆགས་ཉོན་མོངས་ལྷ་ལྡན་མ་དང་བྲལ།
 །དེ་བྲལ་ཡི་ཤེས་ལྷ་མཐོང་མ་ཡི་བུ།
 །ཚུ་ཁམས་རྒྱང་སེམས་མ་དག་མ་དང་བྲལ།
 །སྐྱ་གསུམ་ལྷུན་གྲུབ་མཐོང་ན་མ་ཡི་བུ།

།ཚོས་ཅན་ཚོས་ཉིད་ཤར་ན་མ་ཡི་བུ།
 །ཡ་བྲལ་སྐྱབ་སྐྱོམ་ལྷ་ཚུག་མ་དང་བྲལ།
 །ལྷ་སྐྱགས་ཉིང་འཛིན་བྲབ་གསལ་མ་ཡི་བུ།
 །བེམ་སོགས་གཟུགས་སྐྱམ་སྐྱོམ་ན་མ་དང་བྲལ།
 །སྟིང་རྗེ་བྱང་སེམས་བྲལ་ན་མ་དང་བྲལ།
 །བྲམས་སྟིང་མཐོང་གྲོལ་ལྡན་ན་མ་དང་མཉམ།
 །གསང་སྐྱགས་ཁ་ཙམ་རྟོག་དཔྱེད་མ་དང་བྲལ།
 །དད་པ་དག་སྐྱང་ལྡན་ན་མ་ཡི་བུ།
 །ཆགས་སྐྱང་གཞན་ཚོས་སྐྱད་ན་མ་དང་བྲལ།
 །བསྐྱ་མེད་ལས་འབྲས་དྲན་ན་མ་ཡི་བུ།
 །རང་དོན་འཁྲི་བ་བྲལ་ན་མ་དང་མཉམ།
 །གཞན་དོན་ཁོ་ན་འབྲལ་མེད་མ་ཡི་བུ།
 །ལས་རྒྱང་དབུ་མར་སྟོག་ན་མ་ཡི་བུ།
 །བདེ་སྟོང་མཉམ་སྐྱུར་འོད་སྟོང་མ་ཡི་བུ།



|རང་བྱུང་ཡི་ཤེས་ཡི་སྒོང་བཙན་ཐབས་འདིས།
 |མ་དག་ལས་རླུང་སྤྱོད་མོའི་སྒོག་བཙན་ནས།
 |རྟོན་སྦྱིས་བདེ་ཆེན་བདེ་སླག་ཨ་མའི་གཤེས།
 |ཀུན་ཀྱང་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འབྲིལ་ལི་ལི།
 |བརྗོད་བྲལ་ཐིག་ལེ་ཚོས་སྐྱ་གསལ་ལ་ལ།
 |མ་འགག་སྦྱིབ་བྲལ་ལོངས་སྐྱ་ཀྱི་ལི་ལི།
 |སྒོད་རྣམས་བདེ་སྒོང་འུབ་ཚུབ་ཚོས་ཉིད་སྒོང།
 |བཅུད་རྣམས་གསལ་སྒོང་རྟུན་གྱུབ་འགག་མིད་སྒྲང།
 |འཁོར་འདས་དག་མཉམ་ཆེན་པོ་ཨེ་མ་ཏ།
 |དོན་གྱི་སྒྲ་མ་རང་རིག་གཉུག་མའི་གཤེས།
 |སྦྱི་དགུའི་སེམས་ལ་འབྲལ་མིད་ཡོད་བཞིན་དུ།
 |སྒྲ་མའི་གདམ་ངག་འཕོ་བ་བཙན་ཐབས་དྲིན།
 |འདི་ལ་མ་བརྟེན་སྐྱབས་གནས་གཞན་ཅི་ཞིག།
 |ཡི་དག་ཀུན་དུ་བཟང་མོའི་ཡི་ཤེས་སྒོང།

|རིག་སྒོང་ཐིག་ལེ་རྟུན་གྱུབ་ཟུང་འཇུག་ངང།
 |སྤང་སྤང་ཀུན་བྲལ་པ་གཅིག་ཀུན་དུ་བཟང།
 |རི་དོགས་ཀུན་བྲལ་འགོ་འོང་གཞི་རྩ་བྲལ།
 |གང་འདོད་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་རོལ་པར་ཤར།
 |སྐྱ་ཆད་སྦྱོགས་རྟུང་བྲལ་བ་ཡི་ནས་རྗོགས།
 |རྗོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡི་ཤེས་ལྷ་རྗོགས་ཨ།
 |འཕྲིན་ལས་ཀུན་རྗོགས་ལམ་རྗོགས་ཡོན་ཏན་རྗོགས།
 |ཐུགས་རྗོགས་ཀ་དག་ཆེན་པོའི་ངང་ལ་རྗོགས།
 |སྒོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ལོར་བུ་སྦྱིང་ལ་བཞུགས།
 |མཐའ་གྲོལ་སྒོང་ཡངས་ངང་ནས་མ་དག་འགོར་
 |གང་འདོད་ཀུན་འབྱུང་སྦྱིན་ལས་རོལ་རྩལ་འབྱེད།
 |ཉིག་ཀྱང་འཁོར་ལོས་ཁམས་གསུམ་ཡོངས་སྒྲོལ་སྒྲིང།
 |འབྲལ་སེམས་ནད་ལྷུག་འབྲུག་བརྗོད་འདས་གསོན་རྣམས།
 |རྗོད་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་སྐྱབས་འོག་ཚུད་པར་ཤོག།



རིགས་ཀྱི་ཡོངས་འདུས་སངས་རྒྱལ་པད་དཀར་འཆང་།

།གངས་ཅན་མགོན་པོ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོར་འདུད།

།བདག་སོགས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་མགོན་གཅིག་ལུ།

།འགྲོ་སློལ་བར་དུ་རྟག་བཞུགས་གསོལ་བ་འདེབས།

།ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་རྣམས།

།སྐྱེ་དགུའི་སྒྲིང་ལ་དུས་ཀྱི་འཇུག་པར་ཤོག།

བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་བ་ཀུན་བཟང་བཀྲ་ཤིས་བསྐྱེད།

།ཚོས་སྐྱེ་འགྲུ་བ་མེད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

།བཀྲ་ཤིས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལཱའི་བཀྲ་ཤིས་བསྐྱེད།

།ཡོངས་སྐྱེ་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྡན་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

།བཀྲ་ཤིས་འགྲོ་འདུལ་སྐྱེལ་སྐྱེའི་བཀྲ་ཤིས་བསྐྱེད།

།གཅིག་ཤིས་ཀུན་གྲོལ་བླ་མའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

།དཀོན་མཚོག་ཅུ་གསུམ་རྒྱ་མཚོའི་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས།

།ལས་འབྲས་བསྐྱེད་མེད་རྟོགས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

།བརྗོད་བྱ་བརྗོད་བྱེད་བརྗོད་ལུལ་སོགས།

།འཁོར་གསུམ་དམིགས་མེད་ངང་དུ་ཨ།



།ཞེས་པ་འདི་འཛོམས་སྤྱིང་ལུལ་གྱི་ཁག་ནས་མཁན་པོ་དང་བླ་མ་འགའ་ཞིག་
གིས་དེང་དུས་འཛོམས་བྱ་སྤྱིང་འདིར་རྟོག་དབྱིབས་ནད་ཡམས་ཀྱི་སྐྱེད་
བསྐྱེད་སེལ་ཆེད་རྗེ་བཙུན་སློལ་མའི་སྐྱེལ་ཐབས་དང་བཞུས་སྐྱེད་ཀྱིས་
སྣ་ཡི་སྐྱེད་རྒྱུད་ཉེ་བར་བསྐྱེད་ཚུལ་སོགས་བྱིས་ཞེས་གསུང་པའི་རེ་སློན་
རྣམ་བཤམ་ལུལ་མཚོད་རྗེ་ཆེན་མོ་བྱ་བྱང་ཁ་ཤོར་ཉེ་འགམ་ནས།
མཁའ་འགྲོ་ནམ་བཤམ་ལ་རྗེ་རྗེ་ནས་གང་ཤར་དུ་སྐྱེས་པ།
དགེའོ་དགེའོ་དགེའོ།
2020/5/4 ཉིན།



The Creative Play of Wisdom

*The spontaneous
song of a Dakini
invoking the heart
of Noble Tara*

Khadro Namsel Dorje



Starlike reflections arise in the clear mirror of the primordially pure expanse and are perfected in the equal taste of illusion. Thus, whatever occurs is devoid of both coming and abiding. While abiding in this evenness, whatever is wished for arises without effort.



Holder of an Utpala, who grants refuge and liberates from samsara and nirvana, arisen from me – the mere notion of a true self – appearance and emptiness conjoined; unimpeded and all-pervading Goddess who protects from every fear, your four activities are born of bliss and emptiness:

Tara, you are uncreated, unceasing, and liberate to the very limits of space itself.

Tara, without appearance or obstruction, your supreme form is great radiance.

Tara, your non-existent form appears clearly as the perfection of samsara and nirvana.

Tara, you are the naked great bliss of awareness and emptiness that pervades all.

Tara, having embraced your son of luminosity and are gathered into a single sphere.

Tara, devoid of effort, you are the effortless clarity of the four joys.

Tara, most marvellous, there is no doubt of your granting relief to the weary.

Tara, most beautiful, you are perfect in and of yourself and pervade all.

Tara, you are the dharmadhatu – mother of all Sugatas.

Tara, you are a special friend to all practitioners.

Tara, you are the mother who cuts the very life-force of negative action.



Tara, you are the mother who distinguishes between happiness and sadness.

Tara, you are the motherly Samaya to all who keep their vows.

Tara, you are the motherly channels of all mantrikas.

Tara, you are motherly suchness, utterly free of the two obscurations.

Tara, you are the simultaneous and spontaneous perfection of samsara and nirvana.

Tara, you are the cloud-like formations of the interdependent ten-grounds and five-paths.

Tara, you are the supreme mother of all Buddhas – Tare-ma.

Tara, you are ever catching us with your hook of compassion.

Tara, you are ever binding us with your lasso of kindness.

Our courageous/strong mother is wisdom, primordially perfected; she holds all beings as if her only child.

Our actions and prayers will deliver the ordinary and supreme accomplishments; when the kayas and wisdoms are perfected, the two-fold benefit will be complete –

Tara, you are a wish-granting jewel, the source of all we desire.



Tara, dear mother, the confused children of the six-realms and so on, all arise from you.

To see the mutual dependence between mother and child is what it means to be your child.

When things collapse on their own ground, this is what it means to be your child.

To see the unfailing law of karma and its results is what it means to be your child.

To have an attitude of disillusionment and a desire to leave samsara is what it means to be your child.

To have connate ignorance confuse you is separation from mother.

To grasp and obsess at an independent identity, an autonomous self, is separation from mother.

To embrace samsara is separation from mother.

To enact the ten virtuous deeds is what it means to be your child.

To engage the three higher trainings is what it means to be your child.

To take up the perverse is separation from mother.

To see the emptiness of things is what it means to be your child.



To see emptiness as dependent arising is what it means to be your child.

To fall into the extremes of permanence and nihilism is separation from mother.

To know the suchness of my mind is what it means to be your child.

To know the illusory nature of the relative is what it means to be your child.

To succumb to the extremist's view of true existence is separation from mother.

To know all beings as having had the experience of being a parent, wishing to repay their kindness, etc., is what it means to be your child.

To grasp at autonomous existence, and indulge attachment and aversion, is separation from mother.

To view myself and all other beings as equals and to actively exchange my happiness for their pain, is what it means to be your child.

In particular, to have perfected wisdom and crossed to the other shore is to be comparable with you, mother Tara.

To be without vows and samaya is separation from mother.

To be completely addicted to my own goals is separation from mother.



To know the pain and sufferings of all six classes of being is what it means to be your child.

To know the concordant cause of dukkha is what it means to be your child.

To be without trust in future lives is separation from mother.

To be indifferent to the suffering of others is separation from mother.

To see my mind as the actual Sugata is what it means to be your child.

To see my aggregates and elements as deities is what it means to be your child.

To grasp at ordinariness, the flesh and blood of my aggregates, etc., is separation from mother.

To see freedom from affirmation and negation is what it means to be your child.

To see the ineffable union of clarity and emptiness is what it means to be your child.

To see the all-pervading union of awareness and emptiness is what it means to be your child.

Tara, you are the wisdom that is primordially free – the very essence of all.

To see how the world and its inhabitants never really came into being is what it means to be your child.



To have impure vision, to see the ordinariness of thing, earth, stones, and so on, is separation from mother.

To believe in an origin, place or mode of abidance, and a destination of things is separation from mother.

To see through the façade of an origin, place or mode of abidance, and a destination of things is what it means to be your child.

To entertain desire and the other four destructive emotions is separation from mother.

To be rid of those emotions by seeing their innate wisdom five-fold is what it means to be your child.

To see the channels, elements, energies and mind as ordinary is separation from mother.

To see them as the spontaneous three kayas is what it means to be your child.

To have objective reality arise as suchness itself is what it means to be your child.

To isolate yourself and persist with ridiculous notions of mediation, is separation from mother.



To have the profound clarity of deity, mantra and meditation is what it means to be your child.

To meditate on ordinary, material things is separation from mother.

To be without compassion and bodhicitta is separation from mother.

To have love, compassion and liberation upon sight is to be your equal.

To have a dry, intellectual understanding of secret mantra and spout mere words is separation from mother.

To have faith and pure vision is what it means to be your child.

To put down others dharma because of attachment and aversion is separation from mother.

To remember the unfailing karmic law of cause and effect is what it means to be your child.

To give up selfish pursuits is what it means to be your child.

To be continually altruistic is what it means to be your child.

To reverse the flow of the branch winds in the central channel is what it means to be your child.



The brilliance of unified bliss and emptiness is what it means to be your child.

The sudden experience of self-arisen wisdom, the primordial expanse, causes the subtle impure karmic winds to cease and innate great bliss – the ultimate nature of the mother – to emerge with ease.

The experience of all-pervasive great bliss is gathered within an ineffable single drop – the dharmakaya, natural luminosity itself. This in turn gives rise to myriad forms of the sambogakaya – appearing without impediment or obscuration.

The environment is subsumed within bliss conjoined with emptiness – the expanse of suchness itself. Its inhabitants, spontaneous luminosity conjoined with emptiness – appearing without cessation: this is the great equating of samsara and nirvana within purity. Wonderful!

The actual guru is the genuine nature of awareness itself, from which no sentient being has ever been apart. It is revealed through the direct instructions of the guru – if not in him, to whom should we go for refuge?

The primordially pure expanse, the wisdom of Samantabhadri, is the single drop – the spontaneous union of awareness and emptiness, within which the sole father, Samantabhadra, remains with neither hope nor fear, completely free from the need to accept or reject; devoid of ground and source, coming and going.



Whatever is desired arises is the play of bodhicitta – primordially perfect, free from fragmentation and partiality. The five wisdoms perfected is the great perfection. Ah.

All actions are perfect, as are all paths, qualities, and minds; perfected within great primordial purity.

Longchen Rabjam (infinite, vast expanse) is the jewel who sits in my heart; within this expanse, free from all extremes, any notion of impure simply vanishes; whatever is wished for emerges from its dynamic display – the source of enlightened activity.

All pervasive, enduring and without end, she is continually liberating the three realms – may we all come under the protection of Noble Tara and be free from confusion, disease, famine and war.

I prostrate at the feet of protector of the Land of Snows, Tenzin Gyatso: Holder of the White Lotus and Buddha in whom all Buddha-families are complete. Protector of us all, I pray to you; forever remain amongst us for the continual liberation of all beings.



May all beings continually hold renunciation, bodhicitta and the correct view in their hearts.

The auspicious Buddha Samantabhadra, renowned as auspicious; may there be the auspiciousness of the dharmakaya – abiding without change!

The auspicious of the Five Buddha Families, renowned as auspicious; may there be the auspiciousness of the sambogakaya – meaningful to behold!

The auspicious nirmanakaya, guide and tamer of beings, renowned as auspicious; may there be the auspiciousness of the guru – knowing one liberates all!

By the truth of the oceanic forms of the Three Jewels and the Three Roots, may there be the realization of the unmistakable karmic law of cause and effect!

Within the non-conceptual nature of the three spheres: the mutual dependence of the prayer, its expression and object – Ah...





At the onset of the coronavirus, COVID-19, several Khenpos, Lamas, along with various friends from different countries all around the world, asked me to compose a method to accomplish Noble Tara; replete with mantra recitation and petitions to her exalted mind. Accordingly, I wrote down whatever came to mind.

Khandro Namsel Dorje

Boudhanath, Kathmandu, Nepal.

2020/5/4 ཉེན།།

Translation: First Draft.

Sean Price. Brighton, U.K. May 17, 2020.





La rappresentazione
gioiosa della saggezza
trascendentale

*Il canto spontaneo
della Dakini
che invoca il cuore
della Nobile Tara*

Khadro Namsel Dorje



I riflessi stellari appaiono nello specchio chiaro della distesa primordialmente pura e si perfezionano nel medesimo gusto dell'illusione. Così, tutto ciò che accade è privo sia di venire che di restare. Pur rimanendo in questa uniformità, tutto ciò che si desidera avviene senza sforzo.



Detentrici di un Utpala, che concedi rifugio e liberi dal samsara e dal nirvana, sorta da me - la mera nozione di un vero sé - unione d'apparenza e vacuità; dea senza ostacoli e onnipervadente che protegge da ogni paura, le tue quattro attività nascono dalla beatitudine e dalla vacuità:

Tara, tu non sei creata, incessantemente liberi fino ai limiti dello spazio stesso.

Tara, sei senza apparenza né ostacolo, la tua forma suprema è grande radiosità.

Tara, la tua forma inesistente appare chiaramente come la perfezione del samsara e del nirvana.

Tara, tu sei la nuda grande beatitudine della consapevolezza e della vacuità che pervade tutto.

Tara, dopo aver abbracciato il tuo figlio della luminosità, sei raccolta in un'unica sfera.

Tara, priva di sforzo, tu sei la chiarezza senza sforzo delle quattro gioie.

Tara, meravigliosa, non c'è dubbio che tu conceda sollievo agli stanchi.

Tara, bellissima, sei perfetta in te stessa e pervadi tutto.

Tara, tu sei la dharmadhatu - madre di tutti i Sugata.



Tara, sei un'amica speciale per tutti i praticanti.

Tara, tu sei la madre che taglia la forza vitale stessa dell'azione negativa.

Tara, tu sei la madre che distingue tra felicità e tristezza.

Tara, tu sei la madre Samaya a tutti coloro che mantengono i loro voti.

Tara, tu sei il canale materno di tutte i mantrika.

Tara, tu sei la materna realtà, completamente libera dalle due oscurazioni.

Tara, tu sei la perfezione simultanea e spontanea del samsara e del nirvana.

Tara, tu sei le formazioni nuvolose dei dieci terreni e dei cinque sentieri interdipendenti.

Tara, tu sei la madre suprema di tutti i Buddha - Tare-ma.

Tara, tu ci prendi sempre con il tuo gancio della compassione.

Tara, ci leghi sempre con il tuo lazo della gentilezza.

La nostra madre coraggiosa e forte è la saggezza, primordialmente perfetta; tiene tutti gli esseri come se fossero il suo unico figlio.



Le nostre azioni e le nostre preghiere porteranno le realizzazioni ordinarie e supreme; quando i kaya e le saggezze saranno perfezionati, il duplice beneficio sarà completo.

Tara, tu sei un gioiello che esaudisce i desideri, la fonte di tutto ciò che desideriamo.

Tara, madre cara, i figli confusi dei sei-reami e così via, nascono tutti da te.

Vedere la dipendenza reciproca tra madre e figlio è ciò che significa essere tuo figlio.

Quando le cose crollano sul loro stesso terreno, questo è ciò che significa essere tuo figlio.

Vedere l'infallibilità delle azioni e dei loro risultati è ciò che significa essere tuo figlio.

Avere un atteggiamento di disillusione e il desiderio di lasciare il samsara è ciò che significa essere tuo figlio.

Avere l'ignoranza che confonde è la separazione dalla madre.

Afferrare e ossessionarsi per un'identità indipendente, un sé autonomo, è separazione dalla madre.

Abbracciare il samsara è separazione dalla madre.



Mettere in atto le dieci azioni virtuose è ciò che significa essere tuo figlio.

Impegnarsi nei tre addestramenti superiori è ciò che significa essere tuo figlio.

Accogliere ciò che è perverso è la separazione dalla madre.

Vedere la vacuità delle cose è ciò che significa essere tuo figlio.

Vedere la vacuità come sorgere dipendente è ciò che significa essere tuo figlio.

Cadere negli estremi della permanenza e del nichilismo è la separazione dalla madre.

Conoscere la natura della mia mente è ciò che significa essere tuo figlio.

Conoscere la natura illusoria del relativo è ciò che significa essere tuo figlio.

Cadere nella visione estremista della vera esistenza è la separazione dalla madre.

Conoscere che tutti gli esseri sono stati i genitori, voler ripagare la loro gentilezza, ecc. è ciò che significa essere tuo figlio.

Afferrare l'esistenza autonoma, e indulgere all'attaccamento e all'avversione, è la separazione dalla madre.

Vedere me stesso e tutti gli altri esseri come uguali e scambiare attivamente la mia felicità per il loro dolore, è ciò che significa essere tuo figlio.



In particolare, aver perfezionato la saggezza e attraversato l'altra sponda è essere paragonabile a te, madre Tara.

Essere senza voti e samaya è la separazione dalla madre.

Essere solamente ossessionato dai miei obiettivi è la separazione dalla madre.

Conoscere il dolore e le sofferenze di tutte e sei le classi degli esseri è ciò che significa essere tuo figlio.

Conoscere la causa concorde della sofferenza è ciò che significa essere tuo figlio.

Non avere fiducia nelle vite future è la separazione dalla madre.

Essere indifferenti alle sofferenze degli altri è la separazione dalla madre.

Vedere la mia mente come il vero Sugata è ciò che significa essere vostro figlio.

Vedere i miei aggregati e i miei elementi come divinità è ciò che significa essere tuo figlio.

Concepire l'ordinarietà, la carne e il sangue dei miei aggregati, ecc. è la separazione dalla madre.

Vedere la libertà dall'affermazione e dalla negazione è ciò che significa essere tuo figlio.



Vedere l'unione ineffabile di chiarezza e vacuità è ciò che significa essere tuo figlio.

Vedere l'unione onnipervadente di consapevolezza e vacuità è ciò che significa essere tuo figlio.

Tara, tu sei la saggezza che è primordialmente libera - l'essenza stessa di tutto.

Vedere come il mondo e i suoi abitanti non sono mai realmente nati è ciò che significa essere tuo figlio.

Avere una visione impura, vedere l'ordinarietà delle cose, della terra, delle pietre e così via, è la separazione dalla madre.

Crederci in un'origine, in un luogo o in un modo di dimorare e in una destinazione delle cose è la separazione dalla madre.

Vedere attraverso la facciata di un'origine, di un luogo o di un modo di dimorare e di una destinazione delle cose è ciò che significa essere figlio.

Intrattenere il desiderio e le altre quattro emozioni distruttive è la separazione dalla madre.

Sbarazzarsi di queste emozioni vedendo la quintuplici saggezza innata è ciò che significa essere tuo figlio.



Vedere i canali, gli elementi, le energie e la mente come normali è la separazione dalla madre.

Vederli come i tre kaya spontanei è ciò che significa essere tuo figlio.

Far sorgere la realtà oggettiva come la stessa natura ultima è ciò che significa essere vostro tuo figlio.

Isolare se stessi e persistere con ridicole nozioni di mediazione, è separazione dalla madre.

Avere la profonda chiarezza della divinità, del mantra e della meditazione è ciò che significa essere tuo figlio.

Meditare sulle cose ordinarie e materiali è la separazione dalla madre.

Essere senza compassione e bodhicitta è separazione dalla madre.

Avere amore, compassione e la liberazione con il vedere significa essere alla tua altezza.

Avere un'arida e intellettuale comprensione del mantra segreto e delle parole è separazione dalla madre.

Avere fede e visione pura è ciò che significa essere tuo figlio.



Sminuire il dharma degli altri a causa dell'attaccamento e dell'avversione è separazione dalla madre.

Ricordare l'immane legge di causa ed effetto è ciò che significa essere tuo figlio.

Rinunciare alle attività egoistiche è ciò che significa essere tuo figlio.

Essere continuamente altruisti è ciò che significa essere tuo figlio.

Invertire il flusso dei venti secondari nel canale centrale è ciò che significa essere tuo figlio.

La brillantezza della beatitudine unificata e della vacuità è ciò che significa essere tuo figlio.

L'improvvisa esperienza della saggezza spontanea, la distesa primordiale, fa sì che i venti karmici sottili e impuri cessino e sorga una grande beatitudine - la natura ultima della madre - con facilità.

L'esperienza della grande beatitudine onnipervasiva è raccolta in una sola goccia ineffabile - il dharmakaya, la luminosità naturale stessa. Questo a sua volta dà origine a miriadi di forme del sambogakaya - che appaiono senza impedimenti o oscurazioni.



L'ambiente è assorbito nella beatitudine unita al vacuità - la distesa di questo stesso Sambogakaya. I suoi abitanti, la luminosità spontanea unita alla vacuità - appare senza sosta: questa è il grande equilibrio del samsara e del nirvana nella purezza. Meraviglioso!

Il vero guru è la natura genuina della consapevolezza stessa, dalla quale nessun essere senziente si è mai separato. Si rivela attraverso le dirette istruzioni del guru - se non in lui, in chi dobbiamo rifugiarci?

La distesa primordialmente pura, la saggezza di Samantabhadri, è l'unica goccia - l'unione spontanea di consapevolezza e vacuità, all'interno della quale l'unico padre, Samantabhadra, rimane senza speranze né paure, completamente libero dal bisogno di accettare o rifiutare; privo di sostegno, di sorgente, di andare e venire.

Tutto ciò che si desidera sorge dal gioco della bodhicitta, primordialmente perfetta, libera dalla frammentazione e dalla parzialità. Le cinque saggezze perfezionate sono la grande perfezione. Ah.

Tutte le azioni sono perfette, così come tutti i sentieri, le qualità e le menti; perfezionate all'interno della grande purezza primordiale.

Longchen Rabjam (*infinita, vasta distesa*) è il gioiello che si trova nel mio cuore; all'interno di questa distesa, libera da tutti gli estremi, ogni nozione di impuro



svanisce semplicemente; tutto ciò che è desiderato emerge dalla sua dinamica apparizione - la fonte di attività illuminate.

Totalmente pervasiva, duratura e senza fine, stai continuamente liberando i tre regni - possiamo tutti essere protetti dalla Nobile Tara ed essere liberi dalla confusione, dalle malattie, dalla carestia e dalla guerra.

Mi prostro ai piedi del protettore della Terra delle Nevi, Tenzin Gyatso: che tieni il Loto Bianco, Buddha in cui tutte le famiglie di Buddha sono complete. Protettore di tutti noi, ti prego di rimanere per sempre tra noi per la continua liberazione di tutti gli esseri.

Possano tutti gli esseri continuamente avere a cuore la rinuncia, la bodhicitta e la giusta visione.

Il Buddha Samantabhadra, noto come Buddha Samantabhadra di buon auspicio; che ci sia il buon auspicio del dharmakaya - che rimanga senza cambiamenti!

L'auspicio delle Cinque Famiglie Buddha, noto come di buon auspicio; possa esserci il buon auspicio del Sambogakaya - significativo al vedersi!



Il Nirmanakaya di buon auspicio, guida e domatore di esseri, noto come di buon auspicio; possa esserci il buon auspicio del guru - conoscere uno libera tutti!

Per la verità delle forme oceaniche dei Tre Gioielli e delle Tre Radici, possa esserci la realizzazione dell'infallibile legge karmica di causa ed effetto!

All'interno della natura non concettuale delle tre sfere: la reciproca dipendenza della preghiera, la sua espressione e il suo oggetto - Ah...

Khandro Namsel Dorje

Boudhanath, Kathmandu, Nepal.





All'inizio del coronavirus, COVID-19, diversi Khenpos, Lama, insieme a vari amici di diversi paesi del mondo, mi hanno chiesto di comporre un metodo per realizzare la Nobile Tara, con l'inclusione di recitazioni di mantra e richieste alla sua mente sublime.

Di conseguenza, ho scritto tutto ciò che mi è venuto in mente.

*Traduzione della versione in Inglese dal tibetano:
Sean Price*

Sean Price. Brighton, Regno Unito, 17 maggio 2020.

*Traduzione dal tibetano consultando la versione inglese,
in italiano Fabrizio Pallotti, 25 Maggio 2020. Livorno*



