

SHORT PRACTICE OF THE FEMALE ONLY FIFTEEN-DEITY NAIRĀTMYĀ

According to the Ngok Zhedang Dorje's Tradition of the *Hevajratantra*

ཨོཾ། བླ་མ་དང་རྗེ་བཙུན་བདག་མེད་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

Homage to the Guru and Venerable Nairātmyā!

བརྗ་ནཻ་རཱ་ཏྨཱ་
VAJRA NAIRĀTMYĀ

རང་གི་སྙིང་གའི་ཨ་ལས་འོད་ཟེར་སྣོན་པས་སྣོད་བཙུད་ཐམས་ཅད་སྦྱངས།

In one’s heart appears an A. From it, light-rays radiate and purify the whole vessel and its contents.

ཨོཾ་ཤཱུ་ན་ྱ་ཏཱ་ཛྙཱ་ན་བཛྲ་སྭ་བྷཱ་ཝ་ཨཱ་ཏྨ་ཀོ་ཧཱུྃ།
OṂ ŚUNYATĀ JÑĀNA VAJRA SVABHĀVA ĀTMAKO HANG

སྟོང་པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་རྡོ་རྗེ་བདག་མེད་མའི་སྙིང་གར་ཨ་ལས་འོད་འཕྲོ་ས། རྡོ་རྗེའི་ས་གཞི། ར་བ་དང་དྲྭ་བ། རྡོ་རྗེའི་གུར། མེ་རི་འབར་བར་བྱུང།

From within the state of emptiness, one arises in an instant as Vajra Nairātmyā.

From an A in one’s heart, light rays radiate and transforms into a vajra foundation, a vajra-fence and net, a vajra-tent, and a blazing mountain of fire.

ཆོས་འབྱུང་དང་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དབུས་ཀྱི་ལྟེ་བ་དང་། འཕར་མ་བཅུ་གཉིས། སྟེང་འོག་གཉིས་ཀ་བཅོ་ལྔར། རིའི་སྐྱན་མགོ་གཡོན་དུ་བལྟ་བ་གན་རྒྱལ་དུ་སྐྱིལ་བ།

Within the dharmodaya and the palace, on fifteen [areas]—the pod in the center, the twelve petals, and above and below—are corpse seats with their heads facing to the left and lying on their back, belly up.

ཀུན་གཞི་དང་བཅས་པའི་དབུས་ཀྱི་རིའི་སྟེང་དུ།
ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་ལ་བདག་མེད་མ།

Above the central pod with the corpse is a sun disc. On it is Nairātmyā.

© MarNgok Group & DKV

ནང་གི་འཕར་མའི་ཞོར་གྱི་འདབ་མ་ལ་རྡོ་རྗེ་མ། ལྷོར་གསང་བའི་གོ་རྒྱི།

In the inner circle, on the petal in the east is Vajrā, in the south Secret Gaurī,

ནུབ་ཏུ་ཆུའི་རྣལ་འབྱོར་མ། བྱང་དུ་རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་མ།

in the west Variyoginī, in the north Vajraḍākinī.

ཕྱིའི་ཕར་མའི་ཞོར་གྱི་འདབ་མ་ལ་དཀར་མོ། ལྷོར་ཆོམ་རྐུན་མ།

In the outer circle, on the petal in the east is Gaurī, in the south Chaurī,

ནུབ་ཏུ་རོ་ལངས་མ། བྱང་དུ་གྷསྨ་རི།

in the west Betālī, in the north Ghasmarī,

བྱང་ཤར་དུ་པུཀྐ་སི། ཤར་ལྷོར་དི་ཁྲོད་མ།

in the northeast Pukkasī, in the southeast Shavarī,

ལྷོ་ནུབ་ཏུ་གདོལ་པ་མོ། ནུབ་བྱང་དུ་ཅོ་ཕྱི་ནི།

in the southwest Chaṇḍālī, in the northwest Ḍombinī,

འོག་ཏུ་ས་སྤྱོད་མ། སྟེང་དུ་མཁའ་སྤྱོད་མ།

below Bhūcharī, and above Khecharī.

ལྷ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐུ་མདོག་ནག་མོ། ཁྲོ་མོའི་ཚ་བྱད་ཅན།

All goddesses are black, with a wrathful appearance.

རུས་པའི་རྒྱན་ཆ་ལྡན་བརྒྱན་པ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། སྤྱན་གསུམ་དམར་བ།

They are adorned with bone ornaments.
They have one face, two arms, and three red eyes.

གཡས་གྱི་གུག་ཡུ་བ་ལྕགས་ལ་བྱས་པའི་རྡོ་རྗེ་ཕྱེད་གྱི་འབྲས་ཟངས་ལ་བྱས་པའི་དམར་ཡག་གིང་བསྣམས་པ།

In the right hand they hold a flaying knife with a half-vajra handle made of iron and a reddish blade made of copper.

© MarNgok Group & DKV

གཡོན་ཕྱོགས་པ་དཀར་པོ་ཁྲག་གིས་བཀང་བ་བསྣམས་པས་ཁ་ཊྭཾ་གས་མཆན་ཁྲང་ངུ་བཞུག་པ།

In the left they hold a white skull cup filled with blood. A khatvanga leans in the crooks of their arm.

སྨན་གི་པགས་པས་སྐུ་སྟད་དགྱིས་པ། དབུ་སྐྲ་སེར་པོ་གྲིན་ངུ་བརྩེས་པ།

The lower part of their body is wrapped in a tiger skin.
Their yellow hair flows upward.

རེའི་སྟེང་ན་ཞབས་གཡོན་བརྒྱང་ཞིང་། གཡས་བསྐུམ་པའི་མཕེལ་གཡོན་པའི་

བརླ་ལ་གཏད་པའི་སྐྱིལ་ཀྲུང་ཕྱེད་པའི་གར་གྱིས་གནས་པ།

They stand on a corpse, with the left leg extended, the right bent and the right sole tucked in the thigh, in the half-lotus dancing posture.

མེ་རི་དང་མེ་དཔུང་གི་ནང་ན་བཞུགས་པ།

They abide in a mountain of fire, in the middle of blazing flames.

རང་གི་སྙིང་གའི་ཨོཾ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྤྱན་དྲངས་པ་ལ།

From the ANG in one’s heart light-rays radiate, inviting the wisdom mandala in the space in front.

ཨོཾ་གཽརཱི་གཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཙཽརཱི་ཙཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་བེ་ཏཱ་ལཱི་བཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
ཨོཾ་ག་སྨ་རཱི་གྷཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་པུཀྐ་སཱི་པཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཤ་བ་རཱི་ཤཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
ཨོཾ་ཙཎྜཱ་ལཱི་ཙཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཌོམྦི་ནཱི་ཌཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།

OṂ GAURĪ GAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ CAURĪ CAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ BETĀLĪ BAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ GHASMARĪ GHAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ PUKKASĪ PAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ ŚAVARĪ ŚAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ CAṆḌĀLĪ CAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ ḌOMBINĪ ḌAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ

© MarNgok Group & DKV

གཽ་རཱི་ཛཿ　　ཅཽ་རཱི་ཧཱུྃ།　　བེ་ཏཱ་ལཱི་བཾ།　　གྷ་སྨ་རཱི་ཧོཿ

GAURĪ JAḤ/ CAURĪ HŪNG/ BETĀLĪ BAṂ/ GHASMARĪ HOḤ/

གཉིས་སུ་མེད་པར་བྱུར།

They are non-dual.

ཐུགས་ཀའི་ཨོཾ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་ཁམས་གསུམ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་

ཐམས་ཅད་སྤྱན་དྲངས་ལ།

Light rays radiate from the ANG in one’s heart, inviting all buddhas residing in the three realms.

ཨོཾ་སརྦ་ཏ་ཐཱ་ག་ཏ་ཨ་བྷི་ཥིཉྩ་ཏུ་མཱཾ།

OM SARVA TATHĀGATA ABHIṢIÑCATU MĀM

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སངས་རྒྱས་དེ་རྣམས་ཀྱེ་དུ་ཀའི་གཟུགས་སུ་གྱུར་ནས་བདུད་རྩི་

ལྔས་གང་བའི་བུམ་པས་དབང་བསྐུར་བ་ན།

Being supplicated in this way, the buddhas transform into herukas and give the empowerment with vases filled with the five nectars.

ཆུ་ལྷག་མ་ཙུང་ཟད་ཡར་འཁྱིལ་བ་ལས་བདག་མེད་མ་ལ་མི་བསྐྱོད་པ།

Some excess liquid overflows at the crown and Akṣobhya arises as the main ornament for Nairātmyā,

རྡོ་རྗེ་མ་ལ་རྣམ་སྣང་། དཀར་མོ་ལ་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན།

Vairochana for Vajrā; Ratnasambhava for Secret Gaurī

ཆུའི་རྣལ་འབྱོར་མ་ལ་འོད་དཔག་མེད། རྡོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་མ་ལ་དོན་གྲུབ།

Amitābha for Variyoginī, and Amoghasiddhi for Vajraḍākinī.

པུཀྐ་སྲི་དང་དཀར་མོ་ལ་མི་སྐྱོད་པ། ཤ་བ་རི་དང་། ཆོམ་ཀུན་མ་ལ་རྣམ་སྣང་།

Akṣobhya for Pukkasī and Gaurī; Vairochana for Shavarī and Chaurī;

© MarNgok Group & DKV

གདོལ་པ་མོ་དང་རོ་ལངས་མ་ལ་རིན་འབྱུང་།

Ratnasambhava for Chaṇḍālī and Betālī;

ཅོམྦྷི་ནྡི་དང་གྷསྨ་རྀ་ལ་འོད་དཔག་མེད།

Amitābha for Ḍombinī and Ghasmarī;

ས་སྤྱོད་མ་ལ་རྣམ་སྣང་།

Vairochana for Bhūcharī;

མཁའ་སྤྱོད་མ་ལ་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་རྣམས་ཀྱིས་དབུ་བརྒྱན་པར་བྱུར།

And Amitābha for Khecharī.

ཨོཾ་བཛྲ་པུཥྤེ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་བཛྲ་དྷཱུ་པེ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་བཛྲ་གནྡྷེ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
ཨོཾ་བཛྲ་ནཻ་ཝིདྱེ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་བཛྲ་ཨཱ་ལོ་ཀེ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།

OṂ VAJRA PUŚPE ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ VAJRA DHUPE ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ VAJRA GANDHE ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ VAJRA NAIVIDYE ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ VAJRA ĀLOKE ĀḤ HŪNG SVĀHĀ

ཨོཾ་གཽ་རཱི་ཧཱུྃ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཙཽ་རཱི་ཙཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་བེ་ཏཱ་ལཱི་བཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
ཨོཾ་གྷསྨ་རཱི་གྷཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་པུཀྐ་སཱི་པཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཤ་བ་རཱི་ཤཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།
ཨོཾ་ཙཎྜཱ་ལཱི་ཙཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ། ཨོཾ་ཌོམྦྷི་ནཱི་ཌཾ་ཨཱཿཧཱུྃ་སྭཱཧཱ།

OṂ GAURĪ GAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ CAURĪ CAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ BETĀLĪ BAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ GHASMARĪ GHAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ PUKKASĪ PAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ ŚAVARĪ ŚAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ CAṆḌĀLĪ CAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ
OṂ ḌOMBINĪ ḌAṂ ĀḤ HŪNG SVĀHĀ

© MarNgok Group & DKV

བྱང་མེད་ཀྱིས་འདུལ་འགྱོ་བ་གཟིགས། །བདག་མེད་རྣལ་འབྱོར་མ་ཉིད་འཁྲུངས། །
ཕྱག་འོས་ཐུབ་པ་ཕ་རོལ་ཕྱིན། །སྒྱུ་མའི་ཕྱག་རྒྱ་ཕྱག་འཚལ་བསྟོད། །

"Seeing that beings had to be tamed by a woman,
The Selfless Yoginī arose.
Homage to the Sage gone beyond!
Homage and praise to you, Mudra of Illusion!"

♫ Having seen that beings need
To be tamed by a woman
The Selfless Yoginī came
I pay homage to **<u>the</u>** Sage

To the one who's gone beyond
I pay homage and praise you
O Mudra of Illusion
Nairātmyā, the Self**<u>less</u>** One

© MarNgok Group & DKV

Recitation to Counteract Attachment to Speech

དེ་ནས་ངག་གི་ཞེན་པ་བརློག་པའི་དོན་དུ་བརྒྱས་པ་བྱ་བ་ནི།

ལྷ་མོ་བཅོ་ལྔ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར་རླུ་བའི་སྟེང་དུ་རང་རང་གི་ས་བོན་ལ་སྔགས་ཀྱིས་བསྐོར་བ་ལ་སྔགས་ཕྱེང་ལྟེ་བ་ནས་ཚུར་བྱུང་། ཡང་སྙིང་གར་ཞུགས་ཏེ་འཁོར་བར་བྱུར།

In the heart of all fifteen goddesses is a moon disc with each one's own seed-syllable surrounded by the mantra. A mantra garland rises from the navel, goes to the heart and circles.

བདག་གཅོོ་མོས་བརྒྱས་པས་འཁོར་བཅུ་བཞི་པོས་ཀྱང་རྒྱས་བྱེད་པར་དམིགས་ཏེ།

One imagines that one recites the mantra as the main deity (Nairātmyā), while the retinue join in the recitation.

ཨོཾ་ཨ་ཨཱ་ཨི་ཨཱི་ཨུ་ཨཱུ་ཪྀ་ཪཱྀ་ऌ་ॡ་ཨེ་ཨཻ་ཨོ་ཨཽ་ཨཾ་ཨཿཧཱུྃ་ཕཊ་སྭཱ་ཧཱ།

OṂ A Ā I Ī U Ū Ṛ Ṝ Ḷ Ḹ E Ē O Ō ANG HŪNG PHAṬ SVĀHĀ

ཞེས་ཅི་རྒྱས་བརྒྱས་སོ། ।

One recites as much as possible.

ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་ཨོཾ་ལས་འོད་ཀྱིས་བཅུན་གཡོ་སྟོང་བཅུད་ཐམས་ཅད་གཞལ་ཡས་ཁང་ལ་བསྡུས། དེ་ནས་འཁོར་གྱི་ལྷ་མོ་བཅུ་བཞི་གཅོོ་མོ་ཐུགས་ཀར་བསྡུས།

Light rays radiate from the seed-syllable in the heart [of Nairātmyā] and dissolve the whole vessel and its contents into the palace.

དེ་ཐུགས་ཀའི་རླུ་བ་ལ་ཐིམ། རླུ་བ་ཨ་ལ་ཐིམ། དེ་རླུ་ཚེས་ལ། དེ་ཐིག་ལེ་ལ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པར་བྱུར།

The fourteen goddesses then dissolve into the heart of the main deity. She melts into the moon in her heart, then the moon into the A, the crescent moon, and the bindu, which in turn disappears.

ཞེས་ཐུང་ཟད་མཉམ་པར་གཞག་གོ།

Rest a short while.

© MarNgok Group & DKV

སྐར་ཡང་རང་ཉིད་བདག་མེད་མར་གསལ་བའི་སྤྲི་བོར་ཨོཾ།
མཁྲིན་པར་ཨཱཿསྐྱིང་གར་ཧཱུྃ་གིས་མཚན་པར་གྱུར།
Again, one arises as Nairātmyā. One's crown is marked with OṂ, one's throat with Ā, and one's heart with HŪNG

Aspiration Prayer

དེ་ནས་སྙོན་ལམ་གདབ་པ་ནི། རྗེ་རྗེ་ཐལ་མོ་སྐྱེང་གར་བཞག་ལ་
Placing the palms with the vajra at the heart:
སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བའི་རིགས་མཆོག་ཏུ། །སྐྱེ་ཞིང་ཁེངས་མའི་དམ་ཚིག་ལྡན། །
དགྲོས་པའི་རྗེ་རྗེ་སྟོན་པ་དང་། །བརྩེ་ལྡན་བླ་མ་གུས་འགྱུར་ཤོག །

♫ Life after life may we be
Born in the supreme fa/mi/ly,
Free of intoxication
And hold fast to our samaya,
Teach Hevajra and be kind,
● With devotion to the lama.

སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བར་གྱུར་པ་ན། །ལག་པ་རྗེ་རྗེ་དྲིལ་བུ་འཁྲོལ། །
ཟབ་མོའི་ཆོས་ནི་སྟོན་པ་དང་། །བཙུན་མོའི་ཞུ་གྲ་ལེན་འགྱུར་ཤོག །

♫ Life after life may we hold
The vajra near and ring the bell,
Recite the profound dharma
● And draw the nectar of the queen.

Dedication

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག །བདག་མེད་མ་ཡི་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །
འཕྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །
Swiftly by this virtue may
I accomplish Nairātmyā
and bring all beings in that state
without any exception!

© MarNgok Group & DKV