

། ལྷུས་སྤྱིན་མཁའ་འགོའི་གད་རྒྱུངས་བཞུགས་སོ།།

CHÖD

“THE LAUGHTER OF THE DAKINI”
THE OFFERING OF THE BODY



SHERAB CHAMMA LING

ཨ་ཀཾ་ཤེས་རབ་བྱམས་མ་སྤྱིང་ལ་ངེས་ཐེབས་ཡོད་པར་ལུ།།

། ལྷུས་སྤྱིན་མཁའ་འགོའི་གད་རླུངས་བཞུགས་སོ།།

CHÖD

“THE LAUGHTER OF THE DAKINI”
THE OFFERING OF THE BODY



INTRODUCTION [not chanted]

༄། ཨི་ཨོ་ཨཱ་ར་ཏཱ་ཀི་དེ་པ་ཨོ།

མཁའ་འགྲོའི་དགོངས་སྡོད་དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་པ་ལ།

སྐྱུ་ལུས་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་པ་ལ།

ཐོག་མར་གཉན་གནས་ཕྱིན་ལ་ས་འདུལ་བ།

འཁོར་འདས་མཉམ་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས།

ཡི་ཤེས་རོལ་པའི་སྐྱུ་ལན་གྲོ་འབྲབ་ཅིང་།

ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཏེ་སེལ་སྐྱེད་ངང་བཅས།

བདག་མེད་ངང་ནས་ལུགས་འབྱུང་ཚོག་འདི་བརྗོད།

Hri ho dza ra dak ki dé pa ho

Khan drö gong chö ngö drub drub pa la

Gyu lu tshok kyi khor lo kor pa la

Tok mar nyen né chin né sa dul wa

Khor dé nyam nyi tok pé nel jor gyi

Yé shé rol pé lu len dro trab ching

Tap shé yer mé dar sil dra dang ché

Dak mé ngang né shuk jung tsik di jö



I prostrate to the vidyādhara and dakini.

In order to practice the siddhis and mental conduct of the dakinis,

The wheel of the feast of the illusory body is turned.

Begin by going to a fearful place and taming the land.

The yogi who realizes the equality of samsara and nirvana

Sings the song and dances the dance of playful primordial wisdom.

Together with the sounds of the drum & bell -the inseparability of method & wisdom-

[The yogi] chants the following words which spontaneously emerge from the state of selflessness:



THE PRACTICE གོ་བརྟུང་བ་ནི།

[Dro-dung-ba ni “Performing the Dance”]

[Kangling [thighbone trumpet], and then with drum Mamoru.] and bell, [sulnyen] daru pheba and 2 sets of 3 beats]

འདི་ན་ལྷ་དང་འདྲེ་ཞེས་སྐྱང་བ་ཡང་།

ཡུམ་ཚེན་བ་གའི་གྲོང་ནས་གཞན་མ་གྲུས་ ། བགྲིས་ ། །

གཞི་རྩུ་ལ་འགག་མེད་རང་སྐྱང་གར་བསྐྱར་བའི།

གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་རང་དུ་ཡ་ལ་ལ།

གཉིས་འཛིན་འདྲེ་གོད་མགོ་ལ་གོ་ཞེས་བརྟུང་།

བདག་འཛིན་འགོང་པོའི་ཕུང་པོ་ཤེས་སེ་ཤེས།

བདག་མེད་གཞུག་མའི་སྐྱུ་དབྱེངས་དབྱེངས་སུ་འཐེན།

བདེན་མེད་སྐྱུ་མའི་གོ་གར་མཁའ་ལ་འཁྲབ།

Di-na lha-tang dré-zhé nang-wa-yang

Yum-chen ba-gé long-né zhen-ma-gyé

Zhi-tsel gak-mé-rang nang-gar gyur-wé

Nyi-mé yé-shé ngang-du ya-la-la

Nyi-dzin dré-gö-go la dro-zhik-dung

Dak-dzin gong-pö phung-po shik-sé-shik

Dak-mé nyuk-mé lu-yang ying-su-ten

Den-mé gyu-mé dro-gar ka-la-trab



Even though so-called gods and demons
appear here,
They were never separated from the vastness
of the Great Mother's bhaga.
The unceasing dynamic energy of the base
which transforms into the dance of natural
appearance
Disappears into the state of non-dual
primordial wisdom.
Dancing upon the heads of these wild demons
of dualistic-grasping,
I break to bits the aggregates of the ghost of
self-grasping.
A song of authentic selflessness is expelled
into space [dbyings], [and]
A dance of illusion, lacking any true
existence, is performed in the sky.



རྒྱལ་འབྲོར་སྤོང་ཉིད་ཁ་ལྷའི་ངར་སྐད་འདིས།

རྒྱལ་འགོང་ལ་སྐྱེས་པོ་མེདི་གྲང་འགམས་ཤིང་།

བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་རོལ་པའི་བྲོ་ཆེན་གྱིས།

ང་བདག་གཟུང་འཛིན་ཉོན་མོངས་རྣལ་དུ་སྐྱོབ།

ཧྲི་ཧྲི་ཧྲི་ ཡཏེ་ ཡཏེ་ ཡཏེ་

**Nel-jor tong-nyi ka-ngé ngar-ké-di
Gyal-gong wa-kyé pho-mö lé-gem-shing
Dé-chen yé-shé rol-pé dro-chen-gyi
Nga-dak zung-dzin nyon-mong dul-du-lok
HUNG-HUNG-HUNG PHAT-PHAT-PHAT**

བྲོ་བརྟུང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་ཅི།

Chab su dro ~ Going for Refuge. (not instruments)

གཞི་མ་བཙུག་སྤོང་ཆེན་ས་ཁྱིལ་ཡུམ།

མ་ཡུམ་ཆེན་གྲོང་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

མ་གཉན་སའི་ལྷ་འདྲེ་རིགས་རྣམས་འགྲོ།

མ་སྤོང་གྱིས་ཐུགས་རྗེས་བརྟུང་དུ་གསོལ། ཡཏེ་

**Zhi ma-chö tong-chen Sa-trik-Yum
Ma yum-chen long-la kyap-su-chi
Ma nyen-sé lhan-dré rik-druk-dro
Ma kyé-kyi tuk-jé zung-du-sol PHAT**



Through a lion-roar of emptiness this yogi
Shatters the skulls of male and female fox spirits
and gyel and gong demons.

Through this great dance of the play of
primordial wisdom and great bliss.

I smash to dust afflictions and dualistic self-
grasping.

HŪNG HŪNG HŪNG PHAT PHA PHAT

O Mother Satrik, you are the uncontrived
base, the great emptiness.

In the vast space of the Great Mother I go for
refuge.

O Mother, please regard with compassion all
gods and demons of this wild place, [as
well as]

My mothers, the sentient beings of the six
migrations.

PHAT



སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།

Developing the Mind of Enlightenment [Bodhicitta].

རང་འཇུལ་པ་མ་ཤེས་གཉིས་འཛིན་གྱིས།

གཞན་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་གནོད་བྱེད་འབྲེ།

ད་བྱང་རྒྱབ་སེམས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ནས།

དབྱིངས་ཀ་དག་ངང་དུ་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །ཕའ་

Rang trul-pa ma-shé nyi-dzin-gyi

Zhen sem-jen yong-la nö-ché-dré

Da jang-chup sem-gyi don-tok-né

Ying ka-dak ngang-du drol-gyur-chik

PHAT

སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་ཅིང་གསོལ་བ་གདབ།

Sem chog gye ching sol wa dab ~ Prayer to the Khandro

ཨོམ་རྟོ།

བོན་སྐྱུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

རྩོགས་སྐྱུ་ཤེས་རབ་ཡར་ལྷན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ཡུམ་ཚེན་གྱི་མ་འོད་མཚོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

མཁའ་འགྲོ་བསྐྱེད་པ་བཟང་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

མཁའ་འགྲོ་ཐུགས་རྗེ་ཀུན་གྲོལ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

མཁའ་འགྲོ་འོད་ལྡན་ཉི་འབར་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།



Through innate delusion, unknowing, and
dualistic grasping,
These demons have caused harm to all other
sentient beings.

Now, having realized the aim of the mind of
enlightenment,

May [these beings] be liberated in to the
state of the primordially pure space.

PHAT



མཁའ་འགྲོ་སྲིད་པའི་རྒྱལ་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

ཞིབའི་མཁའ་འགྲོ་དཀར་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

E MA HO!

**Bön-ku kun-tu zang-mo-la sol-wa-deb
Dzok-ku she-rab par-chin-la sol-wa-deb
Yum-chen che-ma Ö-tso-la sol-wa-deb
Khan-dro kal-pa zang-mo-la sol-wa-deb
Khan-dro thuk-jé kun-drol-la sol-wa-deb
Khan-dro Ö-den nyi-bar-la sol-wa-deb
Khan-dro sid-pé gyal-mo-la sol-wa-deb
Zhi-wé khan-dro kar-mo-la sol-wa-deb**

རྒྱལ་པའི་མཁའ་འགྲོ་ལྷུང་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

དབང་གི་མཁའ་(4)འགྲོ་དམར་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

དྲག་པའི་མཁའ་འགྲོ་རྩྭ་མོལ་གསོལ་བ་འདེབས།

འཇིགས་བྱེད་སྒོ་མ་སྒྲེ་བཞིལ་གསོལ་བ་འདེབས།

དྲིན་ཆེན་ཅུ་བའི་བླ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

**Gyé-pé khan-dro jang-mo-la sol-wa-deb
Wang-gi khan-dro mar-mo-la sol-wa-deb
Drak-pö khan-dro ngon-mo-la sol-wa-deb
Jig-ché go-ma dé-zhi-la sol-wa-deb
Drin-chen tsa-wé la-ma-la sol-wa-deb**



How marvelous!

I pray to the bönku, Kuntu Zangmo.

I pray to the dzogku, Sherab Parchin.

I pray to the Great Mother Kyema Ötso.

I pray to the dākinī Kalpa Zangmo.

I pray to the dākinī Thugje Kundrol.

I pray to the dākinī Öden Nyibar.

I pray to the dākinī Sidpé Gyalmo.

I pray to the white peaceful dākinī.

I pray to the green increasing dākinī.

I pray to the red powerful dākinī.

I pray to the blue wrathful dākinī.

I pray to the four classes of terrifying
gatekeeper goddesses.

I pray to my kind root master.



མ་ཚོགས་བྱུགས་རྗེ་དགོངས་པའི་རྩལ་ཕྱུང་ལ།

མ་བྱུལ་གཉན་སའི་ལྷ་འདྲེ་དབང་ཏུ་བསྐྱས།

མ་རུང་གཉན་སའི་ལྷ་འདྲེ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན།

མ་རྟོགས་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་དབྱིངས་སུ་བྱོངས།

མ་གཅིག་མཁའ་དབྱིངས་ཚོམ་བྱ་གཅིག་འདྲེས་ནས།

མ་ལུས་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ས་ཐོབ་ཤོག །ཕཌཾ།

Ma-tsok tuk-jé gong-pé tsel-chung-la

Ma-tul nyen-sé lha-dré wang-du-du

Ma-rung nyen-sé lha-dré zil-gyi-non

Ma-tok kham-sum sem-jen ying-su-drong

Ma-chik ka-ying tsom-bu chik-dré-né

Ma-lu dzok-pé sang-gyé sa-tob-shok (repeat this line)

PHAT

གསོལ་བ་བཏབ་ནས་ལུས་རྫོགས་ལ་རྣམ་ཤེས་སྣང་ཏེ་གཞུགས་ཕྱུང་བསྐྱེལ།



May the pouring out of the dynamic energy of
the compassionate mind of these hosts of
mothers

Control the gods and demons of these
untamed wild places,

Suppress the gods and demons of these
unsuitable wild places,

Guide all the unrealized sentient beings of the
three worlds into the basic space.

Having mixed in one heap with the one
mother, the expanse of basic space,

May all beings achieve perfect Buddhahood!

PHAT

Having Supplicated, Offering the Body, Con-
sciousness Rises Up, and the Aggregates of the
Body are Liberated



ལུས་བདག་འཛིན་བོར་བའི་སྐྱེ་མེད་སེམས།

ཅ་དབུ་མའི་ལམ་ནས་མཁའ་ལ་བཏོན། ཕའེ།

ཉོན་མོངས་ཀྱི་བདུད་བཙོམས་སྐྱལ་བཟང་མ།

སྐྱ་རྒྱུན་དུག་བྲ་ལེར་གར་གྱིས་བཞེངས། ཕའེ།

Lu dak-dzin bor-wé gyé-mé-sem

Tsa ü-mé lam-né kha-lé-ton PHAT

Nyon mong-gyi du-chom kal-zang-ma

Ku gyen-drug tra-lé gar-gyi-zheng PHAT

དཀར་འབྲེད་བྱེད་ན།

White Feast

གཡས་གྱི་གྲུག་གིས་ཕུང་པོ་བདུད་པོ་བསྐྱལ།

བདུད་སྐྱེམས་བྱེད་མགོ་བཅད་ཐོད་པ་བྲེག།

སྟོང་གསུམ་གྱི་ཁ་ལ་ཟངས་སུ་བཅུག།

གཟུགས་ཕུང་པོ་སྟོད་དུ་ལིང་གིས་བཞག།

ཐུགས་གསང་བའི་མཛོད་ནས་འཕྲོས་པ་ཡི།

ཨ་ཕུང་གི་མི་ཡིས་གཟུགས་ཕུང་བཞུས།

ལུས་ཕུང་ཁམས་བདུད་རྩིར་ནར་གྱིས་ལྷ།

ཨ་ཉི་ལས་བདུད་རྩིའི་ལྷན་ཐེགས་གྱིས།

རོ་བརྒྱ་ལྷན་བདུད་རྩིས་གནམ་སར་ཁེངས། ཕའེ།



My unborn mind casts aside this body and
self-grasping,
[And is] expelled into the sky through the path
of the central channel. PHAT
I arise as Kalzang Ma, destroyer of the maras
of the afflictions,
Dancing and with my body adorned by six
multicolored ornaments. PHAT

With the curved knife in my right hand, I
liberate the maras of my aggregates.
I cut off the head of my mara of pride. The
severed skull
Is planted on a tripod of the threethousandfold
universe.
The physical aggregates of my abandoned
body are placed into the vessel.
From the treasure of my secret mind emanates
a short A,



Yé dri-gug-gi pung-po du-po-drel
Düd nyem-ché go-ché tö-pa-drek (damaru, bell)
Tong sum-gyi kha-la zang-su-tsuk
Zug pung-po nö-du ling-gyi-zhak
Tuk sang-wé dzö-né trö-pa-yi
Ah tung-gi mé-yi zug-pung-zhu
Lu pung-kham düd-tsir nar-gyi-zhu
A HAM-lé düd-tsi zhun-tik-kyi
Ro gya-den düd-tsi nam-sar-kheng (repeat this line)
PHAT

ལྷུབས་དགོན་མཚོག་མགོན་ལ་མཚོད་པ་འབུལ།
 བཀའ་བསྟན་སྲུང་ཚོགས་ཀྱིས་དབྱིས་པར་བཞེས།
 བགོགས་འབྱུང་པོ་སྣ་བརྒྱད་དོམས་པར་ཤོལ།
 མ་རིགས་དུག་འབྲོ་རྣམས་ཚེམས་པར་སྦྱོད། ཕའུཿ
 ལྷ་མཚོད་མགོན་མཉེས་ནས་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས།
 བོན་བསྟན་སྦྱོང་དབྱིས་ནས་ལས་བཅོལ་སྦྱབ།
 གཏོན་པོ་མེའི་བཀའ་སེམས་གཏོད་འགལ་ཞི།
 མ་རིགས་དུག་འདོད་ཚེམ་ལན་ཆགས་ཁེར།
 ཕའུཿཕའུཿཕའུཿ



Whose fire melts the form aggregate [in the vessel].

The bodies' aggregates melt down into nectar.

Through the dripping of the refined nectar
from A and HAM,

This nectar possessing one hundred flavors
fills the earth and sky.

PHAT

To the source of refuge, the three precious
jewels, I make this offering.

To the hosts of protectors of scripture and
teachings, accept [this offering] and be
pleased.

To the eight classes of obstructing beings and
elementals, enjoy [this offering] and be
satisfied.

To our mothers, beings of the six migrations,
enjoy this offering and be sated.

Through pleasing the gods and guests of this
offering the two accumulations are perfected.



Kyab kön-chok drön-la chö-pa-bul
 Ka ten-sung tsok-gyi gyé-par-zhé
 Gek jung-po dé-gyé ngom-par-rol
 Ma rik-drug dro-nam tsim-par-chö PHAT
 Lha chö-dron nye-né tsok-nyi-dzok
 Bön ten-kyong gyé-né lé-chol-drub
 Don po-mö dug-sem no-gal-zhi
 Ma rik-drug död-tsim len-chag-kher
 PHAT-PHAT-PHAT

དམར་འབྲུང་བྱེད་ན།
 Red Feast

གཡས་གྲི་གྲུག་གིས་ཡུང་པོའི་བདུད་པོ་བསྐྱེལ།
 བདུད་སྒྲིམས་བྱེད་མགོ་བཅད་གཡང་གཞིའི་སྣང་།
 སྣང་གསུམ་གྱི་ཁ་ལ་ཤ་ཁྲག་སྤངས།
 བྱ་མོད་པོ་རྩོག་ལྷག་པ་བཞིན།
 ཁྲོད་གཉན་སའི་ལྷ་འདྲེ་འདིར་འདུས་ལ།
 ཤ་འདོད་རྣམས་ཤ་ལ་ཁམ་ཁམ་ཟོ།
 ཁྲག་འདོད་རྣམས་ཁྲག་ལ་ལྷིབ་ལྷིབ་འཕུང་།



Having delighted the protectors of the teachings of Bön, may they accomplish what I have requested.

May all harm and adversity caused by malevolent male and female demons be pacified,

[And] through satisfying the desires of our mothers of the six migrations, may all karmic debts be taken away.

PHAT PHAT PHAT



རུས་འདོད་རྣམས་རུས་འཚོ་ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་

ནང་ཁྲོལ་དང་རྒྱུ་མ་ཁྲུང་ཁྲུང་རོལ།

ཚོ་སྤྱིའི་ལན་ཆགས་ཁེར་གྲུང་ཅིག

འདྲི་གདུག་ཅན་གདུག་སེམས་ཞི་གྲུང་ཅིག བཏཱ་མཏཱ་མཏཱ་མཏཱ་

Yé dri-gug-gi pung-pö du-po-drel
Du nyem-ché go-ché yang-zhi-teng
Tong sum-gyi kha-la sha-trak-pung
Ja gö-po ro-tog lhak-pa-zhin
Kyo nyen-sé lha-dré dir-du-la
Sha dö-nam sha-la kham-kham-zo
Trak dö-nam trak-la chib-chib-tung
Ru dö-nam ru-cho lha-kang-jib
Nang trol-dang gyu-ma khyur-khyur-rol
Tsé nga-chyi len-chak kher-gyur-chik
Dré dug-chen dug-sem zhi-gyur-chik (repeat this line)
PHAT PHAT PHAT



With the curved knife in my right hand, I
liberate the maras of my aggregates.
I cut off the head of my mara of pride. On
top of [the mara's] skin,
Flesh and blood are heaped on a tripod of
the three-thousandfold universe.
Like vultures perched on the remains of a
corpse,
You, gods and demons of this frightful
place, gather here.
May those who desire flesh, chomp it!
May those who desire blood, gulp it!
May those who desire bones, gnaw the
bones and suck the marrow!
Rip out the organs and entrails and enjoy
them!
May my karmic debts of previous and future
lifetimes be taken away.
May the malevolence of these malevolent
demons be pacified.
PHAT PHAT PHAT



བོན་སྤྱིན་ནི།

The Gift of Dharma

གནས་གསང་ཚེན་ཞིང་འཁོད་ལྷ་འདྲེ་རྣམས།

དུས་རྟག་དུ་གཞན་ལ་གཞོད་སེམས་སྤང་།

ཡུལ་གཡུང་དུང་གནས་བཞིར་སྐྱབས་སུ་གསོལ།

མ་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་སྤྱིང་རྗེ་བསྐྱེད། ཕཎཾ།

Né sang-chen zhing-khö lha-dré-nam

Du tag-tu zhen-la nö-sem-pang

Yul yung-drung-né zhir-kyab su-sol

Ma sem-jen yong-la nying-jé-kyé - PHAT

སྐྱབས་སྤྱིན་ནི།

The Gift of Protection

སེམས་བྱན་བསམ་མཁན་པོའི་གཞི་རྩ་ཚོད།

དོན་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་ས་ལེ་བ།

འདི་ཀུན་བཟང་དགོངས་པ་ཡང་དག་ཡིན།

ད་རང་ངོ་ཤེས་ནས་གྲོལ་བར་ཤོག ཕཎཾ།

Sem dren-sem khen-pö zhi-tsa-chö

Don ngö-po ma-drub sa-lé-wa

Di kun-zang gong-pa yang-dak-yin

Da rang-ngo shé-né drol-war-shok PHAT



Gods and demons who dwell in the great
secret places,
Abandon forever the mind of harming others!
Take refuge in the object of the four
Yungdrung.
Generate compassion for all sentient beings,
our mothers.
PHAT

Cut the root of the thinker of thoughts and
recollections.
Make vividly clear that no objective entities
can be established.
This is the correct intention of Kun[tu]
Zang[po].
Now, recognizing your own nature, may you
be liberated!
PHAT



ཇེས་སུ་བསྐྱོན་ནི།

Prayer and Dedication

བདག་གི་ཟག་མེད་ཚོགས་ཚེན་འདི་བཀྱེས་པའི།

དགོ་ཚོགས་གཉན་སའི་སྣ་འདྲེ་ཡོངས་ལ་བསྐྱོ།

ཀུན་ཀྱང་ཚོགས་གཉིས་གཏོར་ལ་ལོངས་སྤོད་ནས།

འགོ་ཀུན་ལྷུ་མ་གཅིག་སངས་རྒྱས་སྐྱུར་ཐོབ་ཤོག །ཕཎཾ།

Dak-gi zag-mé tsok-chen di-gyé-pé

Gé-tsok nyen-sé lhan-dré yong-la-ngo

Kun-gyang tsok-nyi ter-la long-chö-né

Dro-kun cham-chik sang-gyé nyur-tob-shok

PHAT



I give this great accumulation free of the
defilement of [grasping as] “mine”,
I dedicate this host of virture to all gods and
demons of the wild places,
After everyone has enjoyed the treasure of the
two accumulations,
May all sentient beings quickly achieve
Buddhahood at the same time.
PHAT





SHERAB CHAMMA LING

ཨ་ཨ་ཨེས་རབ་བྱམས་མ་སྒྲིང་ལ་ངེས་ཐེབས་ཡོད་པར་ལྷོ།།

