



LIBRO DE ORACIONES
Y PRÁCTICAS

~CENTRO BUDISTA SIDDHARTHA~

ORACIONES GENERALES

(Versos de aspiración)

MANTRA PARA LAS POSTRACIONES

Om namo manyushriye
namah sushriye nama
uttama shriye soha

MANTRA DE BUDA SHAKYAMUNI

Tadyatha om muni muni
maha muni [shakyamuni] ye soha

EL HOMENAJE A LAS TRES JOYAS

TRIRATNA VANDANA

Sánscrito

Namo Buddhaya guruví,
Namo Dharmaya tayiní,
Namo Sanghaya mahatí,
Tribhyopi satatam namah.

Español

Rindo homenaje al Buda, el maestro,
Rindo homenaje al Dharma, el protector,
Rindo homenaje a la gran Sangha,
A los tres rindo siempre homenaje.

REFUGIO EN LAS TRES JOYAS

Sánscrito

Buddham sharanam gachami,
Dharmam sharanam gachami,
Sangham sharanam gachami.

Español

Me refugio en el Buda,
Me refugio en el Dharma,
Me refugio en la Sangha.

REFUGIO Y GENERACIÓN DE LA BODICHITA

Español

En el Buda, en el Dharma y en la suprema Asamblea,
me refugio hasta que alcance la iluminación.
Que por el mérito que acumule por la práctica de la
generosidad y otras perfecciones,
pueda alcanzar el estado de un buda para el
beneficio de todos los seres.

Sánscrito

Buddham cha, Dharmam cha, Ganottamam cha,
Yavaddhi bodhim sharanam gat'oshmi,
Danadi punyaischa ktair mayeibhir,
Buddho baveyam yagato jhitaya.

Tibetano

Sangye chö dang tsok kyi chong nam la,
Yangchub bardu dakni kyabsu chi,
Dag gi yinson gyupe sönam kyi,
Dro la pen chir sangye drub par shog.

LOS CUATRO PENSAMIENTOS INCONMENSURABLES

Español

Puedan todos los seres lograr la felicidad y las causas de la felicidad.

Puedan todos los seres estar libres del sufrimiento y de las causas del sufrimiento.

Puedan todos los seres nunca estar separados del gran gozo que está libre de sufrimiento.

Puedan todos los seres morar en la ecuanimidad, libres del apego y la aversión, sin considerar a algunos cercanos y a otros distantes.

Sánscrito

Sarve sattvah sukhai schaiva
Yuktah sukh sukha karanaih
Bhavantu satatam muktah
Duhkha-chat duhkha karant
Kadapi vanchita na syur
Duhkha jhina maha sukhat
Dura dura dvesharaga
Mukto-upeksha stiha jhi suh.

OFRENDA DEL MANDALA

Español

Esta base, perfumada y cubierta de flores adornada con el Monte Meru, los cuatro continentes, el sol y la luna, la ofrecemos visualizándola como una tierra pura.
¡Que todos los seres disfruten de las tierras perfectamente puras!

Tibetano

Sa shi pökyi yug shing me tog tram,
Ri rab ling shi ñyi de gyen padi,
Sangye shing du mig te ül wayi
Dro kün nam dag shing la chö par shog.

[IDAM GURU RATNA MANDALA KHAM NIRYA TAYAMI]
TRAM GURU RATNA MANDALA PUDZA
MEGHA SAMUDRA SAPARANA SAMAYE AH JHUM

SÚPLICA EN SIETE LÍNEAS A GURÚ RIMPOCHÉ PADMASAMBHAVA

¡JHUM!
En la frontera del noroeste del país de Oddiyana,
nacido sobre pistilos de un loto,
estás dotado con los siddhis supremos más maravillosos.
Se te conoce como Padmasambhava, “el nacido del loto”
[Padmakara].
Estás rodeado por un séquito infinito de dakas y dakinis.
Siguiendo tus pasos practicaré.
Te pido que vengas y me otorgues inspiración.

OM AH JHUM VAJRA GURU PADME SIDDHI JHUM

ORACIONES DE DEDICACIÓN

Gewa di yi nyur du dang
Lama Sangye drub gyur ne
Drowa chik kyang malupa
Deyi sa la go par sho.

Recitada:

Que la preciosa bodichita
nazca donde no ha nacido aún
y que la que haya nacido ya,
se incremente y crezca más y más.

Que la visión de la vacuidad
nazca donde no ha nacido aún
y que la que haya nacido ya,
se incremente y crezca más y más.

Tibetano

Yangchub sem chog rimpoché,
Ma kye pa nam kye gyur chig,
Kye pan nyam pa me pa yang,
Go ne gong du pel war shong.

Toñyi thawa rimpoché,
Ma kye pa nam kye gyur chig,
Kye pan nyam pa me pa yang,
Go ne gong du pel war shong.

ORACIÓN DE LARGA VIDA A S.S. EL DALAI LAMA

Español

En la tierra de las nieves,
tú eres fuente de felicidad,
¡Oh! Gran Tenzin Gyatso Chenrezig,
permanece hasta el fin del samsara.

Tibetano

Gang ri rawe korwe shing kam dir
pen dang dewa malu yung we ne
Chenrezig wang Tenzin Gyatso yi
zab pe si te bardu ten gyur chig.

ORACIÓN DE LARGA VIDA A S.E. DZONGSAR YAMYANG KHYENTSE RIMPOCHÉ

Español

¡OM SVASTI!
Danza de sabiduría y amor, soberano de la
toda la enseñanza budista,
has logrado la maestría del gran océano del Dharma
de la transmisión y de los logros de lo profundo y lo
vasto a través de escuchar, reflexionar y meditar.
Personificación suprema, que todas tus aspiraciones
se realicen y que tu vida y tus actividades sean infinitas.

Tibetano

¡OM SVASTI!
Thubten yong dzok nga dak khyentse gar
Zap gyé lung tok chökyi gyatso ché
Sen sam gompé wang gyur chok trul gyi
Tuk kyé ku tsé triné tar chin shog.

ORACIONES GENERALES DE DEDICACIÓN

YAM PEL PA WO YI TAR KYEN PA DANG

Así como el héroe Manyushri logró la omnisciencia

KÜN TU SANG PO DE YANG DE SHIN TE

y también Samantabhadra,

DE DAG KÜN GYI YE SU DAG LOB CHIR

yo también dedico estos méritos de la mejor manera,

GE WA DI DAG TAM CHÄ RAB TU NGO

para practicar como ellos y poder seguir sus pasos.

DÜ SUM SHEG PÄ GYÄL WA TAM CHÄ KYI

Así como los Budas de los tres tiempos

NGO WA GANG LA CHOG TU NGAG PA DE

elogiaron la dedicación como suprema,

DAG GI GE WÄ TSA WA DI KÜN KYANG

yo también dedicaré por completo todas estas raíces

SANG PO CHÖ CHIR RAB TU NGO WAR GYI

de virtud para que podamos realizar buenas obras.

PHEN DE JUNG WAI NEI CHIG PU

Como la única fuente de beneficio y gozo,

TEN PA YUN RING NEI PA DANG

*que las enseñanzas permanezcan en este mundo
indefinidamente, y*

TEN PA DZIN PAI KYE BU NAM

*que aquellos de supremo renacimiento, quienes
portan el precioso Dharma,*

KU TSEI GYALTSEN TEN GYUR CHIG

tengan vidas largas y firmes, como estandartes de victoria.

TUB TEN DZE PAI GYEN CHIK LONG CHEN PA

*Longchenpa, el único ornamento que embellece la
Doctrina del Buda.*

SHE DRUB TEN PAI MANG DAK YIK MED LING

*Yigme Lingpa, soberano de las enseñanzas, portador de la
tradición de meditación y aprendizaje,*

TSUNG ME LA MA' I TEN PA TRID TA' I BAR

*Líderes espirituales inigualables. Que hasta el fin de la
existencia, puedan realizarse los logros de la meditación y el
aprendizaje*

SHE DRUB TO SAM GOM PA' I DZIN GYUR CHIK

*Mismos que se basan en escuchar, reflexionar y meditar,
que se mantengan de manera adecuada.*

DEDICACIÓN DEL BODHICHARYAVATARA DE SHANTIDEVA, EXTRAIDA DEL CAPÍTULO 10

Que todos los seres, que en todo lugar
que estén atormentados por sufrimientos físicos y mentales,
obtengan un océano de felicidad y alegría
debido a estos méritos.

Que ningún ser sufra,
que no cometa acciones negativas ni caiga enfermo.
Que nadie tenga miedo o sea despreciado,
ni tenga una mente abrumada por la depresión.

Que los ciegos, vean formas
y los sordos, oigan sonidos.
que aquellos cuyos cuerpos están agotados por el esfuerzo,
se recuperen al encontrar reposo.

Que los desnudos, encuentren ropa,
los hambrientos, comida;
que los sedientos, encuentren agua
y bebidas deliciosas.

Que los pobres, encuentren riqueza,
que los débiles por la pena, encuentren alegría;
que los desesperados, encuentren esperanza,
felicidad constante y prosperidad.

Que las lluvias caigan en el momento adecuado
y haya cosechas abundantes;
que todas las medicinas sean efectivas
y las oraciones positivas tengan frutos.

Que todos los enfermos
se liberen rápidamente de sus dolencias.
que todas las enfermedades que que afligen a los seres
desaparezcan para siempre.

Que los atemorizados, dejen de tener miedo
que los cautivos sean liberados.
que los débiles consigan poder
y que todos piensen en beneficiarse unos a otros.

Mientras exista el espacio,
mientras existan los seres,
mientras tanto, pueda yo permanecer
para ayudar a aliviar los sufrimientos en el mundo.

ORACIONES PARA OFRECER LOS ALIMENTOS

OM AH HUM (x3)

TÖN PA LA ME SANG GYÄ RIM PO CHÉ

Al supremo maestro, elpreciado Buda,

KYOB PA LA ME DAM CHÖ RIM PO CHÉ

Al supremo refugio, elpreciado Dharma,

DREN PA LA ME GE DÜN RIM PO CHÉ

A la suprema asamblea, lapreciada Sangha,

KYAB NÄ KÖN CHOG SUM LA CHÖ PA BÜL

A las Tres Joyas, objeto de refugio hacemos esta ofrenda.

DAG SOG KOR CHÄ TSE RAB TAM CHÄ DU

*Que nosotros y todos los que nos rodean,
en todas las vidas futuras,*

KÖN CHOG SUM DANG NAM YANG MI DRÄL SHING

nunca nos veamos separados de las Tres Joyas

KÖN CHOG SUM PO GYÜN DU CHÖ PA LA

les hagamos ofrendas constantemente

KÖN CHOG SUM GYI YIN LAB YUG PAR SHOG

y recibamos su inspiración.

Al ver esta comida como medicina,
la tomamos sin apego ni odio,
no con el ánimo de engordar ni por orgullo,
tampoco para parecer más fuertes,
sólo para sostener el cuerpo.

VERSOS DE NAGARYUNA DEL
MULAMADYAMIKAKARIKA. CAPÍTULO 24

*18. Se explica que todo lo que surge dependientemente es vacuidad.
Su existencia es atribuida en dependencia de alguna otra cosa,
y esto en sí mismo es el camino medio.*

*19. No hay un solo fenómeno que no surja dependientemente.
Por lo tanto, no hay un solo fenómeno que no esté vacío.*

ORACIÓN PARA EL LINAJE DE LAS
ENSEÑANZAS KHYENTSE

Para que pueda expandirse, florecer y crecer
la tradición de Yamyang Khyentse Wangpo,
el maestro de las enseñanzas Rimé del Tíbet,
vastas como el océano, el gran señor detenedor
de las siete bendiciones directas especiales,
así como la personificación del mismo Manyushri.

EL SUTRA QUE EVOCA LAS CUALIDADES DE LAS TRES JOYAS

¡Homenaje al Omnisciente!

Así es el Buda, el total conquistador trascendental, el Tatágata que ha obtenido el logro de la talidad, el arjhat que ha vencido a todos los enemigos, cuyo despertar y desarrollo son totalmente perfectos. Dotado de introspección y digno de reverencia, ha alcanzado el estado de total alegría. El conocedor del mundo entero, el insuperable guía que apacigua a todos los seres, el maestro de dioses y humanos, éste es el Buda Bagaván.

El Tatágata que está en armonía con todo tipo de méritos y con quien ninguna causa de virtud se pierde. Completamente adornado con la paciencia, él es el fundamento del tesoro de méritos. Adornado con todos los signos ejemplares, porta las marcas mayores en su total esplendor. Sus acciones son oportunas y apropiadas, y al verle no hay nada desagradable. Brinda verdadera alegría a aquellos con fe y nadie supera su conocimiento. Su fuerza es invencible. Maestro de todos los seres y padre de los bodisatvas, es el rey soberano de los seres nobles y la guía que conduce a todos hacia la ciudad del nirvana.

Su sabiduría es inconmensurable, inimaginable es su seguridad. Su palabra es totalmente pura y su voz es melodiosa. Nadie se cansa jamás de contemplarle, su cuerpo no tiene comparación. No se ve manchado por el reino del deseo, el reino de la forma no puede mancillarle, y no se deja atrapar por el reino sin forma. Completamente libre del sufrimiento y de los agregados, no está sometido a los elementos de la experiencia ordinaria y controla las facultades sensoriales. Habiendo cortado las ataduras, está completamente libre de todo tormento.

Libre del aferramiento, ha cruzado el río, ha perfeccionado todas las sabidurías y reside en la sabiduría de los budas del pasado, presente y futuro. No permanece en el nirvana, pero

pero sí dentro de la auténtica perfección. Se encuentra en el nivel donde percibe a todos los seres. Todas estas son las cualidades auténticas y supremas que conforman la grandeza del Buda.

El sagrado Dharma es positivo al inicio, en medio y al final. Posee un excelente significado, y perfectas son sus palabras y sus sílabas. Es característico y totalmente completo. Con una pureza total, purifica por completo. El Buda enseña el Dharma de manera perfecta, trae consigo una visión infalible y está libre de aflicción. Es constante y oportuno. Cuando se aplica es digno de confianza. Al verle se alcanza el propósito. Y los sabios pueden validarlo a través de su propia conciencia. El Dharma expuesto por el Buda muestra claramente la manera de transformar la mente, hace que surjan la renuncia y las causas de la perfecta iluminación. No tiene contradicciones y lo abarca todo, conduciendo hacia la cesación de todo tipo de incertidumbre.

La Sangha del gran vehículo ha entrado en la vía correcta, inteligente, directa y armoniosamente. Sus miembros son dignos de veneración con palmas juntas y de hacerles postraciones. Son la gloriosa asamblea del mérito y se purifica al presentarles ofrendas. Son objeto de la generosidad y desde cualquier punto de vista son el objeto supremo al cual realizar ofrecimientos.

Me postro ante el Tatágata,
 el protector que posee gran compasión,
 el maestro que todo lo entiende,
 y la fuente de cualidades vastas como el océano.

Me postro ante el Dharma que pacifica,
 que con su pureza nos libera del apego,
 que es la virtud que libera de los reinos inferiores,
 y es el camino, la sublime realidad pura.

Me postro ante la Sangha,
que están liberados y que también muestran el
camino hacia la liberación,
el campo de mérito sagrado con nobles cualidades
dedicados a los preceptos morales.

Me postro ante el Buda, el supremo maestro.
Me postro ante el Dharma, el supremo refugio.
Me postro ante la Sangha, la comunidad suprema.
En todo momento me postro ante ellos respetuosamente.

Las cualidades del Buda son inconcebibles.
Las cualidades del Dharma son inconcebibles.
Las cualidades de la Sangha son inconcebibles.
Al generar fe en lo inconcebible, el resultado
será inconcebible

¡Que pueda nacer en una tierra pura!

COLOFÓN:

Tomado del libro "Qué hacer en los sitios sagrados budistas"
de Dzongsar Jamyang Khyentse Rimpoché.

Traducción al español de Lobsang Tonden, julio de 2010.

EL SUTRA DEL CORAZÓN DE LA PERFECCIÓN DE LA SABIDURÍA

ARYA BAGAVATI MAHA PRAJÑA PARAMITA HRIDAYA SUTRA

Estas son las palabras que he oído. En una ocasión el Bagaván se encontraba en Rayagriha, en la montaña del Pico del buitre, junto con una gran reunión de la Sangha de monjes y una gran reunión de la Sangha de bodisatvas. En aquella ocasión, el Bagaván entró en el samadhi sobre las categorías de los fenómenos llamada “iluminación profunda”. También en aquella ocasión, el noble Avalokiteshvara el bodisatva mahasatva, realizaba la práctica de la profunda prajñaparamita y observó la naturaleza vacía de los cinco skandas. Entonces, mediante el poder del Buda, el venerable Shariputra preguntó al noble Avalokiteshvara el bodisatva mahasatva: ¿Cómo debe adiestrarse un hijo o hija de noble familia que desee practicar la profunda prajñaparamita?

Así habló, y el noble Avalokiteshvara el bodisatva mahasatva, dijo esto al venerable Shariputra: “¡Oh! Shariputra, un hijo o hija de noble familia que desee adiestrarse en la práctica de la profunda prajñaparamita deberá contemplar [también]* la naturaleza vacía de los cinco skandas. La forma es vacía; la vacuidad también es la forma. La vacuidad no es más que la forma; y la forma también no es más que la vacuidad. De la misma manera, sensación, discernimiento, factores de composición y conciencia están vacíos. Así pues, Shariputra, todos los fenómenos son vacuidad; sin características. No son producidos ni cesados, ni puros ni impuros, no aumentan ni disminuyen.

Por lo tanto, Shariputra, en la vacuidad no hay forma, ni sensación, ni discernimiento, ni factores de composición, ni conciencia; no hay ojo, ni oído, ni nariz, ni lengua, ni cuerpo, ni mente. No hay forma visual, ni sonido, ni olor, ni sabor, ni objeto del tacto, ni fenómenos. No hay dhatu del ojo, y así hasta no haber dhatu de la mente, ni dhatu de los fenómenos,

tampoco dhatu de la conciencia mental. No hay ignorancia, ni extinción de la ignorancia, hasta no haber envejecimiento ni muerte, ni extinción del envejecimiento ni de la muerte. No hay sufrimiento, ni origen, ni cesación, ni camino; no hay sabiduría, ni logro, ni tampoco ausencia de logro. Shariputra, así pues, puesto que los bodisatvas carecen de logro, permanecen de acuerdo a la prajñāparamita. Como sus mentes no tienen oscurecimientos, están libres de todo temor. Trascienden la falsedad y alcanzan el nirvana por completo.

Todos los budas de los tres tiempos despertaron completamente a la insuperable, perfecta y total iluminación mediante la prajñāparamita. Por tanto, el mantra de la prajñāparamita, el mantra del gran conocimiento, el mantra insuperado, el mantra inigualable, el mantra que apacigua por completo todo sufrimiento, deberá ser conocido como la verdad puesto que no hay engaño. El mantra de la prajñāparamita es declarado:

[TADYATHA] OM GATE GATE PARAGATE

PARASAMGATE BODHI SVAHA

[Vamos, vamos, vamos más allá, vamos a la otra orilla, ¡La iluminación! ¡Gozo!]

De este modo Shariputra, el bodisatva mahasatva debería adiestrarse en la profunda prajñāparamita”.

Entonces el Bagaván emergió de aquél samadhi y elogió al noble Avalokiteshvara el bodisatva mahasatva, diciendo: “Bien dicho, bien dicho, hijo de noble familia, es así. Así es, hijo de noble familia. La profunda prajñāparamita se debe practicar tal como lo has indicado y todos los tatágatas se regocijarán”.

Después de que el Bagaván pronunció estas palabras, el venerable Shariputra, el noble Avalokiteshvara el bodisatva mahasatva, toda la comunidad y el mundo entero con sus devas, humanos, azuras y gandarvas, se llenaron de júbilo y alabaron lo dicho por el Bagaván.

Así concluye el *Arya Bagavati Maha Prajña Paramita Hridaya Sutra*.

COLOFÓN:

La traducción de esta obra fue realizada por Lotsawa Bhikshu Rinchenje junto con el pandita de la India llamado Vimalamitra. Fue editado por uno de los grandes traductores y editores de nombre Bhikshu Namkha y otros. Este texto tibetano fue copiado de un mural en Gegye Chemaling en la gloriosa Vihara de Samye, en Tíbet. Ha sido traducido al inglés por el Nalanda Translation Committee, basándose en varias ediciones en sánscrito. Esta versión en español fue traducida por el Bhikshu Sumati Artakha - Lobsang Tonden, basándose en la versión en inglés, comparando algunos términos con las traducciones en tibetano y la original en sánscrito. ¡Que todo sea auspicioso!

*Agregado debido a que SS. El XIV Dalai Lama dice que en la traducción tibetana de este sutra, a diferencia de la traducción china, podemos encontrar la palabra “también” la cual hace referencia a que no nada más los cinco agregados están vacíos, sino que también todos los demás fenómenos. Quizás esta versión tiene influencia de la traducción china debido a que en un inicio, en Samye, convivían tanto la tradición budista de la India como la tradición budista de la China.

LAS ALABANZAS A TARA

INVOCACIÓN Y POSTRACIÓN

PO TA LA YI NÄ CHOG NÄ

Desde tu sublime morada en el Potala

TAM YIG YANG KU LÄ TRUNG SHING

¡Oh Tara!, nacida de la letra verde TAM

Ö PAG ME KYI U LA GYÄN

tu coronilla adornada con Amitaba,

DÜ SUM SANG GYÄ TRIN LÄ MA

Madre de la actividad de los budas de los tres tiempos,

DRÖL MA KOR CHÄ SHEG SU SÖL

Tara, por favor manifiéstate con tu séquito.

LA DANG LA MI N CHÖ PÄN GYI

Los dioses y los titanes se inclinan

SHAB KYI PÄ MO LA TÛ DE

a tus pies de loto, ¡Oh Tara!

PONG PA KÜN LÄ DRÖL DSÄ MA

tú que recatas a todos los desamparados.

DRÖL MA YUM LA CHAG TSÄL LO

A ti madre Tara rindo homenaje.

LAS ALABANZAS

OM YE TSÜN MA PAG MA DRÖL MA LA CHAG TSÄL LO

Om te rindo homenaje a ti Arya Tara

Tara, veloz heroína
 ojos cual rayo instantáneo
 de lágrimas compasivas, *[naces de las lágrimas del]*
 naces de Buda Chenrezig. *[protector de los tres mundos]*

A ti te rindo homenaje
 de rostro como cien lunas,
 otoñales tan brillantes,
 como mil estrellas juntas.

A ti te rindo homenaje
 de color azul dorado,
 lotos adornan tus manos,
 esencia de perfecciones.

Homenaje a tus acciones,
 en quien confían bodisatvas,
 corona de tatáguas, *[ushnisha de tatáguas]*
 alcanzas las perfecciones.

TUTTARE Y HUM Homenaje
 llenas reinos y el espacio,
 bajo tus pies siete mundos,
 atraes a todos los seres.

Homenaje y venerada
 por poderosas deidades.
 los espíritus dañinos,
 te alaban y te respetan.

TRAD y PHET rindo homenaje,
quemas magias enemigas,
tu pierna izquierda extendida,
la derecha recogida.

Homenaje a ti, con TURE
destruyes maras internos,
con cara de loto airada,
exterminas enemigos.

Homenaje a ti, tus dedos,
en el corazón dan forma,
al mudra de las tres joyas,
y emanas ruedas de luces.

Homenaje gozo irradias,
con tu brillante corona,
muy sonriente con TUTTARE,
subyugas maras y devas.

Homenaje a ti que invocas,
asambleas de protectores,
rostro fiero y HUM vibrante,
de la pobreza liberas.

Homenaje a ti, la luna,
te adorna en la coronilla,
sobre tu pelo Amitaba,
resplandece eternamente.

Homenaje a ti que moras
entre refulgentes llamas,
piernas en postura airada,
proteges al Budadarma.

Homenaje tu golpeas
el suelo con pies y mano,
con HUM y mirada fiera
vences los siete infra mundos.

Homenaje a ti virtuosa,
feliz, con paz en nirvana,
dotada con OM y SOHA,
vences negatividades.

Homenaje tu subyugas,
enemigos y das gozo,
diez sílabas en el mantra,
con la letra HUM liberas.

Homenaje a ti, con TURE marcas
HUM como semilla,
estremeces los tres mundos,
y a Meru, Mandara, y Vindhya.

Homenaje tú sostienes,
la luna lago de dioses,
pronunciar TARA dos veces
y PHE disipa venenos.

Homenaje y venerada,
por reyes, devas, kinaras,
con tu armadura disipas,
malos sueños y conflictos.

Homenaje a ti, tus ojos,
brillan cual sol y la luna,
dos veces HARA y TUTTARE
disipan enfermedades.

Homenaje a ti adornada
con las tres naturalezas,
valiente y en paz destruyes
el mal externo con TURE.

Rindo veintiún homenajes,
con esta alabanza al mantra.

Mantra

OM TARE TUTTARE TURE SVAHA

COLOFÓN:

Esta es una versión recitada de las 21 alabanzas a Tara originalmente escritas en sánscrito y traducidas al tibetano. Esta versión se adaptó para poder ser cantada sin que por ello se pierda el significado de cada verso, existe una versión de estas alabanzas traducidas literalmente.

EL CAMINO SUBLIME HACIA LA ILUMINACIÓN

*(Una liturgia concisa de las prácticas preliminares
del Longchen Nyingtik)*

Por Yamyang Khyentse Wangpo

(Este material es solamente para aquellos que estén
haciendo el Longchen Nyingtik)

REFUGIO Y GENERACIÓN DE LA BODICHITA

¡NAMO!

Yo y todos los seres nos refugiamos
en las tres raíces hasta alcanzar la iluminación.
Para alcanzar la iluminación en beneficio de los demás,
cultivo la aspiración, la aplicación y la bodichita definitiva.

MEDITACIÓN Y RECITACIÓN DE VAJRASATTVA

AH

Sobre un loto y un disco lunar, en la coronilla de mi
cabeza, están sentados guru Vajrasattva con su consorte.
Una corriente de néctar desciende del mantra ubicado en
su corazón, purificando las enfermedades, fuerzas
negativas, acciones no virtuosas y obscurecimientos.

Ahora recita el mantra de cien sílabas:

OM VAJRASATTVA SAMAYA MANUPALAYA VAJRASATTVA DENO-
PA TISHTA DIHO ME BHAVA SUTO KAYO ME BHAVA SUPO KAYO ME
BHAVA ANURAKTO ME BHAVA SARVA SIDDHI ME PRAYATSA SARVA
KARMA SU TSAME TSITTAM SRIYAM KURU JHUM JHA JHA JHA JHA
JHO BHAGAVAN SARVA TATHAGATA VAJRA MA ME MUN TSA VAJRA
BHAVA MAHA SAMAYA SATTVA AH.

Vajrasattva se funde en luz y se disuelve en mi.

OFRENDA DEL MANDALA

Tierras puras de los tres kayas y riquezas,
nubes de ofrecimientos externos, internos y secretos,
los presento a las Tres Joyas y a las Tres Raíces.
¡Por favor acéptenlas y concédanme los siddhis
comunes y supremos!

OM AH JHUM GURU DEVA DAKINI SAPARIVARA
RATNA MANDALA PUYA MEGHA AH JHUM

GURU YOGA

En el espacio frente a mí, dentro de un despliegue de luz
de arcoiris, se encuentra Totreng Tsel, que personifica a todas
las fuentes de refugio, mi gurú raíz, rodeado por un océano
virtual de vidyadharas de los tres linajes.

*Ahora recita la oración de súplica en siete líneas y aproxímate
al mantra de Vajra Gurú con entusiasmo:*

¡JHUM!
En la frontera del noroeste del país de Oddiyana,
nacido sobre pistilos de un loto,
estás dotado con los siddhis supremos más maravillosos.
Se te conoce como Padmasambhava,
“el nacido del loto” [Padmakara].
Estás rodeado por un séquito infinito de dakas y dakinis.
Siguiendo tus pasos practicaré.
Te pido que vengas y me otorgues inspiración.

OM AH JHUM VAJRA GURU PADME SIDDHI JHUM

Concluye con el siguiente verso:

De la luz de las sílabas semilla ubicadas en los tres sitios,
obtengo bendiciones, transmisiones de poder y siddhis.
El gurú se funde en luz y se disuelve en mí
inseparable y de manera natural, reposo sin esfuerzo.

Y ahora dedica el mérito.

COLOFÓN:

Tomado del libro “Entrance to the great perfection. A guide to the Dzogchen preliminary practices” de Cortland Dalh, impreso por Snow Lion Publications. La traducción al español fue realizada por Lobsang Tonden, en junio del 2011.

LOS OCHO VERSOS DEL ADIESTRAMIENTO MENTAL

Por Geshe Langri Tangpa

1. Con la determinación alcanzar el supremo propósito, pensando en como todos los seres son aún más valiosos que una joya que colma todos los deseos, los consideraré en todo momento como lo máspreciado.
2. Cuando esté en compañía de otros, me consideraré siempre inferior a los demás, y desde lo más profundo de mi corazón los consideraré queridos y supremos.
3. Vigilante en el momento en que surja una aflicción en mi mente, y que me ponga en peligro a mí o a los demás, le haré frente y la evitaré sin demora.
4. Cuando me encuentre con seres instintivamente crueles, abrumados por acciones negativas violentas y por el sufrimiento, los consideraré como queridos y difíciles de hallar, como si hubiera encontrado un tesoro precioso.

5. Cuando por envidia otros me maltraten con injurias, insultos o algo similar, aceptaré la derrota y ofreceré la victoria a los demás.
6. Cuando alguien a quien he beneficiado y en el que he depositado grandes esperanzas me cause un daño terrible, consideraré a esta persona como mi sagrado maestro.
7. En resumen, tanto directa como indirectamente, ofreceré toda la felicidad y beneficio a todos los seres, mis madres. Tomando en secreto sobre mí todas sus acciones dañinas y su sufrimiento.
8. Sin verme afectado por las manchas de las supersticiones de las ocho preocupaciones mundanas, al percibir todos los fenómenos como ilusorios, que me vea liberado de las ataduras del apego.