

PRÁCTICAS PRELIMINARES

Completas de **Esencia de Vajrayana**

Visualizar los objetos de Refugio. En el espacio ante mí aparecen Guru Heruka Padre y Madre, rodeados por la asamblea de Gurus directos y del linaje, Yidams, Buddhas, Bodhisattvas, Héroes, Dakinis y Protectores del Dharma.

Ir por Refugio y generar la bodhichitta aspirante. Eternamente iré por Refugio / Al Buddha, al Dharma y a la Sangha / Para el beneficio de todos los seres vivos / Me convertiré en Heruka. (3x)

Generar la bodhichitta comprometida. Para llevar a todos los seres vivos, mis madres, al estado de la felicidad última / Alcanzaré tan rápidamente como sea posible, en esta misma vida / El estado de la unión de Buddha Heruka / Con este propósito voy a practicar las etapas del camino de Heruka. (3x)

Recibir bendiciones. Guru Heruka Padre y Madre, junto con todos los demás objetos de Refugio, se disuelven en mí y recibo sus bendiciones.

Purificar la propia mente, cuerpo y palabra. Del estado del gozo y la vacuidad surjo como Heruka, con un cuerpo de color azul, una cara y dos brazos, sosteniendo un vajra y una campana y abrazando a Vajravarahi. Estoy de pie, con mi pierna derecha extendida.

OM SHRI VAJRA HE HE RU RU KAM
HUM HUM PHAT DAKINI DZALA
SHAMBARAM SOHA

Mi mente se ha transformado en la unión de gozo y vacuidad, mi cuerpo en el cuerpo de Heruka, y mi palabra en el mantra de Heruka.

Purificar a los demás seres, el entorno y los disfrutes. Rayos de luz de la letra HUM en mi corazón / Purifican todos los mundos y sus seres / Todo se vuelve de una pureza inmaculada / Completamente lleno de un extensa colección de ofrendas / De la naturaleza de la sabiduría excelsa y otorgando gozo no contaminado.

Purificar no-virtud, caídas y obstáculos. En mi coronilla, sobre un asiento de loto y luna, se sientan Vajrasattva Padre y Madre. Son inseparables de los seres de sabiduría.

¡Oh, Guru Vajrasattva, por favor escúchame! / Hay gran peligro de que pueda morir antes de purificar mis negatividades / Por ello, por favor, con el agua de tu compasión / Purifica todas mis no-virtudes y caídas.

OM VAJRA HERUKA SAMAYA,
MANU PALAYA, HERUKA TENO
PATITA, DRIDHO ME BHAWA, SUTO
KAYO ME BHAWA, SUPO KAYO ME
BHAWA, ANURAKTO ME BHAWA,
SARWA SIDDHI ME PRAYATZA,
SARWA KARMA SUTZA ME, TZITAM
SHRIYAM KURU HUM, HA HA HA HA
HO BHAGAWAN, VAJRA HERUKA MA
ME MUN TSA, HERUKA BHAWA,
MAHA SAMAYA SATTO AH HUM
PHAT (7x, 21x, ...)

Como resultado de mi súplica, luces y néctares fluyen del rosario del mantra en

su corazón y purifican todas las negatividades y obstrucciones de mi cuerpo, palabra y mente.

Vajrasattva Padre y Madre se disuelven en mí y bendicen mi continuo mental.

Visualizar los seres de compromiso del Campo de Mérito, e invitar y absorber los seres de sabiduría. En el espacio ante mí sobre un loto y sol, pisando sobre Bhairawa y Kalarati, está mi Guru Raíz, Heruka. Tiene un cuerpo de color azul oscuro, cuatro caras y doce brazos. Su cara principal es de color azul oscuro, la cara izquierda, verde, la cara posterior, roja, y la cara derecha, amarilla. Sus dos manos principales abrazan a Vajravarahi y sostienen un vajra y una campana. Dos manos sostienen una piel de elefante, dos manos sostienen un damaru y una khatanga, dos manos sostienen un lanza y una copa de cráneo llena de sangre, dos manos sostienen un cuchillo curvo y un lazo vajra, y dos manos sostienen una espada de tres puntas y una cabeza de Brahma de cuatro caras.

Manifiesta las nueve actitudes y viste seis adornos de hueso. Su coronilla está adornada con una media luna y un vajra cruzado. Lleva un collar largo de cincuenta cabezas humanas de la naturaleza de la sabiduría, y un adorno inferior hecho de una piel de tigre. Está de pie, con su pierna derecha extendida, en el centro de una masa de fuego resplandeciente. Vajravarahi es de color rojo y está adornada con cinco mudras. Sostiene un cuchillo curvo y una copa de cráneo y está unida en abrazo con Heruka.

En el centro del cuerpo de la Deidad Principal, cuyas partes burdas simbolizan los cuatro elementos, el Monte Meru y la mansión celestial, su gota blanca y roja, dentro de su chakra del corazón, aparece como Heruka y Vajravarahi abrazándose. Los pétalos del canal de los elementos de las cuatro direcciones aparecen como las cuatro Yoginis, y los pétalos del canal de las direcciones intermedias aparecen como copas de cráneo llenas de néctares. En los veinticuatro lugares de Heruka, en las partes superior e inferior de su cuerpo, están los veinticuatro Héroes, de la naturaleza de las gotas, abrazando a las veinticuatro Heroínas, de la naturaleza de los canales; y en las puertas de sus sentidos están las ocho Diosas de las puertas.

Están rodeados por una vasta asamblea de Gurus directos y del linaje, Yidams, Buddhas, Bodhisattvas, Héroes, Dakinis y Protectores del Dharma. Sus tres lugares están marcados con las tres letras. Rayos de luz irradian de la letra HUM e invitan a la asamblea de los seres de sabiduría.

DZA HUM BAM HO

Los seres de sabiduría se vuelven inseparables de los seres de compromiso.

Postración. Vajradhara, mi Guru cual joya / Por cuya bondad puedo alcanzar / El estado de gran gozo en un instante / A tus pies de loto humildemente me postro.

Cuanto más impuros se vuelven los tiempos / Tu poder y bendiciones aumentan más / Y cuidas de nosotros rápidamente, tan rápido como el pensamiento / Oh Chakrasambara Padre y Madre, ante tí me postro.

Ante los Gurus que residen en los tres tiempos y las diez direcciones / Las Tres Joyas Supremas y todos los demás objetos de prostración / Me postro con fe y respeto, con un coro melodioso de alabanzas / Y con cuerpos emanados tan numerosos como átomos hay en el mundo.

Las ocho ofrendas externas. La sabiduría excelsa de gozo no contaminado y vacuidad / Apareciendo en el aspecto de infinitas diosas de ofrendas / De toda el agua para beber, agua para abluciones / Flores, incienso, luces, perfumes, comida y música en mundos infinitos / Os la ofrezco a vosotros, Guru Heruka, glorioso Padre y Madre / A los Héroes y Heroínas de la gran rueda del gozo / Y a los de las ruedas del corazón, palabra, cuerpo y compromiso / Por favor concededme las realizaciones de la Tierra de las Dakinis externa e interna.

OM GURU HERUKA VAJRAYOGINI
SAPARIWARA AHRGHAM PARTITZA
SOHA / PADIAM PARTITZA SOHA /
VAJRA PUPE AH HUM SOHA / VAJRA
DHUPE AH HUM SOHA / VAJRA DIWE
AH HUM SOHA / VAJRA GANDHE AH
HUM SOHA / VAJRA NEWIDE AH
HUM SOHA / VAJRA SHAPTA AH
HUM SOHA

Ofrenda de los cinco objetos de deseo. Todas las formas que existen a través de reinos infinitos se transforman en una extensa asamblea de Diosas Rupavajra / Con rostros sonrientes y hermosos cuerpos, penetrando todo el espacio / Os las ofrezco a vosotros, Guru Padre y Madre, y a la asamblea de Deidades / Aceptadlas por favor, y que por el poder de todas las formas

que existen apareciendo como Rupa-
vajras / Que yo y todos los seres vivos
podamos recibir gran gozo inmutable / Y
completar la suprema concentración de la
unión del gran gozo y la vacuidad / OM
RUPA BENZ HUM HUM PHAT

Todos los sonidos que existen a través de reinos infinitos se transforman en una extensa asamblea de Diosas Shaptavajra / Cantando dulces canciones y tocando el laúd, penetrando todo el espacio / Os las ofrezco a vosotros, Guru Padre y Madre, y a la asamblea de Deidades / Aceptadlas por favor, y que por el poder de todos los sonidos que existen apareciendo como Shaptavajras / Que yo y todos los seres vivos podamos recibir gran gozo inmutable / Y completar la suprema concentración de la unión del gran gozo y la vacuidad / OM SHAPTA BENZ HUM HUM PHAT

Todos los olores que existen a través de reinos infinitos se transforman en una extensa asamblea de Diosas Gandhavajra / Llenando todas las direcciones con exquisitos aromas, penetrando todo el espacio / Os las ofrezco a vosotros, Guru Padre y Madre, y a la asamblea de Deidades / Aceptadlas por favor, y que por el poder de todos los olores que existen apareciendo como Gandhavajras / Que yo y todos los seres vivos podamos recibir gran gozo inmutable / Y completar la suprema concentración de la unión del gran gozo y la vacuidad / OM GANDHA BENZ HUM HUM PHAT

Todos los sabores que existen a través de reinos infinitos se transforman en una extensa asamblea de Diosas Rasavajra / Que sostienen vasos enjovados llenos de néct-

tar, penetrando todo el espacio / Os las ofrezco a vosotros, Guru Padre y Madre, y a la asamblea de Deidades / Aceptadlas por favor, y que por el poder de todos los sabores que existen apareciendo como Rasavajras / Que yo y todos los seres vivos podamos recibir gran gozo inmutable / Y completar la suprema concentración de la unión del gran gozo y la vacuidad / OM RASA BENZ HUM HUM PHAT

Todos los objetos del tacto que existen a través de reinos infinitos se transforman en una extensa asamblea de Diosas Parshavajra / Que capturan la mente con un tacto de suprema suavidad, penetrando todo el espacio / Os las ofrezco a vosotros, Guru Padre y Madre, y a la asamblea de Deidades / Aceptadlas por favor, y que por el poder de todos los objetos táctiles que existen apareciendo como Parshavajras / Que yo y todos los seres vivos podamos recibir gran gozo inmutable / Y completar la suprema concentración de la unión del gran gozo y la vacuidad / OM PARSHE BENZ HUM HUM PHAT

Ofrenda interna. OM GURU HERUKA VAJRAYOGINI SAPARIWARA OM AH HUM

Ofrenda secreta. Y ofrezco los más atractivos mudras ilusorios / Una multitud de mensajeras nacidas de lugares, nacidas del mantra y nacidas espontáneamente / De cuerpos esbeltos, expertas en las sesenta y cuatro artes del amor / Y que poseen el esplendor de la belleza de la juventud.

Ofrenda de talidad. Os ofrezco la suprema bodhichitta última / Una gran sabiduría excelsa de gozo espontáneo libre de

obstrucciones / Inseparable de la naturaleza de todos los fenómenos, la esfera de libertad de elaboraciones / Sin esfuerzo y más allá de palabras, pensamientos y expresiones.

Ofrenda de nuestra práctica espiritual.

Voy por refugio a las Tres Joyas / Y confieso individualmente todas mis acciones negativas / Me alegro de las virtudes de todos los seres / Y prometo alcanzar la iluminación de un Buddha.

Voy por refugio hasta que esté iluminado / Al Buddha, al Dharma y a la Suprema Asamblea / Y para cumplir mis propios propósitos y los de los demás / Voy a generar la mente de la iluminación.

Habiendo generado la mente de la iluminación suprema / Convidaré a todos los seres sintientes a ser mis invitados / Y me dedicaré a las agradables, supremas, prácticas de la iluminación / Que pueda alcanzar el estado de Buddha para beneficiar a los seres migratorios.

Que todos los seres sean felices / Que todos los seres sean libres de desgracias / Que nadie sea nunca separado de su felicidad / Que todos los seres tengan ecuanimidad, libres de odio y apego.

Las cinco ramas restantes. Confieso mis malas acciones de todos los tiempos / Y me alegro de las virtudes de todos los seres / Por favor permaneced hasta que el samsara termine / Y girad la Rueda del Dharma para nosotros / Que por el poder de mi completa colección de virtud / Alcance rápidamente la Unión de Heruka.

Ofrenda del mandala. Oh Tesoro de Compasión, mi Refugio y Protector / Te ofrezco la montaña, los continentes, los objetos preciosos, el vaso de tesoros, el sol y la luna / Que han surgido de mis agregados, fuentes y elementos / Como aspectos de la sabiduría excelsa del gozo espontáneo y la vacuidad.

Te ofrezco sin ningún sentimiento de pérdida / Los objetos que dan origen a mi apego, aversión y confusión / Mis amigos, enemigos y desconocidos, nuestros cuerpos y disfrutes / Por favor, acéptalos y bendíceme para que me libere directamente de los tres venenos.

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM
NIRYATAYAMI

Recibir las bendiciones de las cuatro iniciaciones.

Pedir las iniciaciones. Oh Guru Heruka, de la naturaleza del Cuerpo de la Verdad / No busco otro refugio más que a tí / Por favor, purifica todas las negatividades de mis tres puertas / Y bendíceme para alcanzar los cuatro cuerpos de gran gozo. (3x)

Recibir la iniciación del vaso. Habiendo sido solicitadas unipuntualmente de esta manera, Vajravahri y las cuatro Yoginis conceden la iniciación del vaso. Esto purifica todas las obstrucciones de mi cuerpo, y me habilita para alcanzar las etapas de generación burda y sutil, y el Cuerpo de Emanación.

Recibir la iniciación secreta. Guru Padre y Madre entran en unión y pruebo su substancia secreta. Esto purifica todas las obs-

trucciones de mi palabra, canales y aires, y me habilita para alcanzar la etapa de completación del cuerpo ilusorio, y el Cuerpo de Disfrute.

Recibir la iniciación del mudra de sabiduría. Recibo a Vajravahri como mi consorte, y al abrazarla genero las sabidurías excelsas de los cuatro gozos. Esto purifica todas las obstrucciones de mi mente, y me habilita para alcanzar la etapa de completación de la luz clara, y el Cuerpo de la Verdad.

Recibir la preciosa iniciación de la palabra. Al oír las palabras de instrucción comprendo el significado de unión, la unión del cuerpo ilusorio y la mente de gozo y vacuidad. Esto purifica todas las obstrucciones de mi cuerpo, palabra y mente, y me habilita para alcanzar la Unión de Vajradhara.

Peticiones a los Gurus del linaje. Oh Ser Bienaventurado Chakrasambara, Gran Madre Vajrayogini / Mahasiddha Ghantapa, Kurmapada, Dzalandarapa / Krishnapada, Guyhapa, Vijayapada, Tilopa y Naropa / Os suplico, por favor, conceded la Unión en esta vida.

Oh Hermanos Pamtingpa, Lokya Sherab Tseg / Malgyur Lodrö Drag, Kunga Nyin-gpo, Maestro Sönam Tsemo / Venerable Dragpa Gyaltsän, Kunga Gyaltsän, Drogön Chögyäl Pagpa / Shangtön Könchogpäl, Nasa Dragpugpa y Lamadampa Sönam Gyaltsän / Os suplico, por favor, conceded la Unión en esta vida.

Oh Venerable Tsongkhapa, Khädrub Geleg Pälsang / Bäso Chökyi Gyaltsän, Mahasi-

ddha Dharmavajra, Gyalwa Ensäpa / Khä-
drub Sangye Yeshe, Panchen Losang
Chögyan, Könchog Gyaltsän / Changkya
Ngawang Chöndän, Drubwang Losang
Chöndzin, y Changkya Rölpai Dorje / Os
suplico, por favor, conceded la Unión en
esta vida.

Oh Venerable Losang Nyendrag, Jetsung
Losang Tugje / Jampäl Tsultrim, Lhatsün
Jampäl Dorje, Gran Yogi Yeshe Döndrub /
Kelsang Tendzin Khädrub, Mahasiddha
Päma Dorje / Je Phabongkhapa Dechen
Nyingpo, y Heruka Losang Yeshe / Os su-
plico, por favor, conceded la Unión en
esta vida.

Y especialmente a tí, preciosísimo Lama
Kelsang Gyatso / Que revelas todas las su-
blimes, profundas prácticas esenciales /
Para recibir rápidamente las grandes ben-
diciones de Heruka / Te suplico, por favor,
concede la Unión en esta vida.

Las apariencias de esta vida son fugaces
como el destello de un relámpago / Y los
disfrutes del samsara, engañosos como la
sonrisa de una mujer demonio / Por favor,
benedicidme para que comprenda esto y
genere desde el fondo del corazón / Una
fuerte y potente renunciación que anhela
la liberación.

Ya que no puedo soportar el tormento de
los seres vivos, mis madres / Que han
caído en el abismo en llamas del sufri-
miento / Por favor, benedicidme para que
genere una bodhichitta espontánea / Y me
esfuerce en conseguir la iluminación com-
pleta en su beneficio.

Por favor, benedicidme para que complete

la práctica / Del profundo yoga de las dos
etapas del glorioso mandala del cuerpo /
El camino último, excelente, del Tantra
Madre / Y la práctica suprema por la cual
millones han pasado más allá del dolor.

Y que después de mi muerte el Ser
Bienaventurado Heruka / Junto con la
asamblea de Héroes y Yoginis / Acompa-
ñados por el sonido de una música celest-
tial / Me conduzcan a la ciudad de la Tie-
rra Pura de las Dakinis.

En resumen, que a través de todas mis vi-
das / Pueda estar siempre bajo el cuidado
amoroso de Guru Heruka / Completar ve-
lozmente todos los planos y caminos / Y
alcanzar el estado de Buddha Heruka.

**Alcanzar gran gozo espontáneo al disol-
ver el Guru en uno mismo.** El Campo de
Mérito se reúne gradualmente desde su
confín y se disuelve en mi Guru raíz, He-
ruka. Éste, complacido, viene a mi coroni-
lla, desciende por mi canal central y se
vuelve de un único sabor con mi mente en
mi corazón. Experimento gran gozo es-
pontáneo.

--- ---

Prácticas Preliminares Sumarias de Esencia
de Vajrayana compiladas del libro *Essence
Of Vajrayana* de Geshe Kelsang Gyatso.