

PRÁCTICAS PRELIMINARES Sumarias 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 sublime 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 mi no-virtud 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.

Dedicación. Por esta virtud, que después

de mi muerte el Ser Bienaventurado Heruka / Junto con la asamblea de Héroe y Yoginis / Acompañados por el sonido de una música celestial / Me guíen a la ciudad de la Tierra Pura de las Dakinis.

Que a través de todas mis vidas / Pueda estar siempre bajo el cuidado amoroso de Guru Heruka / Completar rápidamente todos los planos y caminos / Y alcanzar el estado de Buddha Heruka.

--- ---

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