

## PRÁCTICAS PRINCIPALES Básicas de Esencia de Vajrayana.

### LA PRÁCTICA EN SÍ DE LA ETA- PA DE GENERACIÓN

**Traer la muerte al camino del Cuerpo de la Verdad.** Rayos de luz de la letra HUM en mi corazón funden todos los mundos y los seres en luz. Esta se disuelve en mí y yo, a mi vez, gradualmente me fundo en luz desde abajo y desde arriba y me disuelvo en la HUM en mi corazón. La letra HUM se disuelve en etapas de abajo a arriba hasta la 'nada'. La 'nada' se hace más y más pequeña y se disuelve en la luz clara de la vacuidad. Soy el Cuerpo de la Verdad Heruka.

**Traer el estado intermedio al camino del Cuerpo de Disfrute.** Del estado de la vacuidad mi mente aparece en la forma de una 'nada'. Soy el Cuerpo de Disfrute Heruka.

**Traer el renacimiento al camino del Cuerpo de Emanación.** De YAM, RAM, BAM, LAM, SUM, PAM surgen los cuatro elementos, el Monte Meru y el loto. En el centro del loto, de las vocales y consonantes surge una luna de color blanco con tonalidades de rojo, la naturaleza de las bodhichittas roja y blanca de Guru Heruka Padre y Madre. Yo, la 'nada', entro en el centro de la luna y gradualmente me transformo en el aspecto de una HUM.

Luces de cinco colores irradian de la HUM y llevan a todos los seres vivos al estado de Chakrasambara. Al mismo tiempo, todos los Héroes y Heroínas son invitados desde las Tierras de Buddha de las

diez direcciones. Todos se funden en luz y se disuelven en la HUM, que se vuelve de la naturaleza del gozo espontáneo. La luna, las vocales, las consonantes y la HUM se transforman completamente, y las Deidades contenidas y el mandala contenedor surgen completamente y de una vez. Soy el Cuerpo de Emanación Heruka.

**Meditación sucinta de comprobación en el mandala y Heruka básico.** Además está la mansión celestial, que es cuadrada con cuatro puertas de entrada. Más allá está el círculo de protección hecho de un cercado de vajras de diferentes tamaños y demás. Alrededor del círculo de protección hay fuegos vajra de cinco colores que resplandecen como el fuego del eon. Giran en sentido contrario al de las agujas del reloj, cubriendo todas las direcciones - por encima, por debajo y por todo alrededor. Más allá están los ocho grandes cementerios.

Dentro de la mansión celestial, ocho columnas sostienen vigas vajra que adornan el techo. El tejado está rematado en su cima por una hermosa joya y un vajra. El techo y el suelo son de color blanco en el este, verde en el norte, rojo en el oeste, amarillo en el sur, y azul en el centro. En el centro mismo hay un loto de varios colores y un mandala solar.

Sobre el mandala solar en el centro del loto, surjo yo como el Ser Bienaventurado Heruka, con un cuerpo de color azul oscuro y cuatro caras. Mi cara principal es de color azul oscuro, la cara izquierda, verde, la cara posterior, roja, y la cara derecha, amarilla. Cada cara tiene tres ojos y un rosario de vajras de cinco radios en su fren-

te. Mi pierna derecha está extendida y pisa la cabeza del negro Bhairawa, que tiene cuatro brazos. Mi pierna izquierda doblada pisa el pecho de la roja Kalarati, que tiene cuatro brazos. Los dos seres bajo mis pies tienen una cara y tres ojos, y están adornados con cinco mudras.

Tengo doce brazos. Los dos primeros abrazan a Vajravarahi, con mi mano derecha sosteniendo un vajra de cinco puntas y mi mano izquierda, una campana. Las dos manos siguientes sostienen una piel de elefante, blanca y ensangrentada, extendida a mi espalda. Mi mano derecha sostiene la pata izquierda delantera y mi izquierda la pata izquierda trasera. Estas dos manos están en el mudra amenazante, con las puntas de los dedos extendidos al nivel de mis cejas. Mi tercera mano derecha sostiene un damaru, la cuarta una lanza, la quinta un cuchillo curvo, y la sexta una espada de tres puntas. Mi tercera mano izquierda sostiene una khatanga marcada por un vajra, la cuarta una copa de cráneo llena de sangre, la quinta un lazo vajra, y la sexta una cabeza de Brahma de cuatro caras.

Mi cabello está atado por arriba en un nudo marcado por un vajra cruzado. Cada cabeza está adornada con una corona de cinco cráneos enlazados entre sí por abajo y por arriba con un rosario de vajras negros. En el lado izquierdo de mi coronilla hay una media luna ligeramente inclinada. Mis expresiones faciales cambian, y mis cuatro juegos de cuatro colmillos desnudos son terroríficos. Manifiesto nueve actitudes: tres actitudes físicas de majestad, heroísmo y amenaza; tres actitudes verbales de risa, rabia y ferocidad, y tres actitudes mentales de compasión, solicitud y

serenidad. Llevo un adorno inferior hecho de una piel de tigre y un collar largo de cincuenta cabezas humanas atadas entre sí con entrañas humanas. Adornado con seis mudras, mi cuerpo entero está untado con las cenizas de huesos humanos.

Abrazando al Ser Bienaventurado está la Madre Bienaventurada, Vajravarahi, que tiene un cuerpo de color rojo, una cara, dos manos y tres ojos. Va desnuda con el cabello suelto colgando libremente, y lleva un adorno inferior hecho de fragmentos de cráneo. Su mano izquierda, abrazando el cuello del Padre, sostiene una copa de cráneo llena con la sangre de los cuatro maras. Su mano derecha, en el mudra amenazante, esgrime un cuchillo curvo haciendo frente a las fuerzas malignas de las diez direcciones. Su cuerpo brilla con un resplandor como el del fuego del con. Sus dos piernas están apretadas alrededor de los muslos del Padre. Es la naturaleza de la gran compasión gozosa. Adornada con cinco mudras, lleva una corona de cinco cráneos humanos y un collar de cincuenta cráneos humanos. El Padre y la Madre residen en el centro de un fiero fuego resplandeciente de sabiduría sublime.

**Generación simultánea del mandala completo del cuerpo de Heruka, contenedor y contenido.** Las partes densas de mi cuerpo - el cuerpo purificado del Heruka básico - y las partes sutiles de mi cuerpo purificado - mis canales y gotas -, aparecen en la forma de sílabas semilla. Estas se transforman completamente y de una vez en el mandala completo del cuerpo, contenedor y contenido. Así, soy Heruka Padre y Madre, la naturaleza de mi gota indestructible blanca y roja. Estoy ro-

deado de los Héroes y Heroínas de las cinco ruedas, la naturaleza de mis canales y gotas. Resido en el centro de la mansión celestial, la naturaleza de las partes densas de mi cuerpo.

**Adornar nuestro cuerpo, los cuerpos de Heruka Padre y Madre del mandala del cuerpo, con las Deidades de armadura.**

En mi corazón sobre un mandala lunar aparece OM HA de color blanco de la naturaleza de Vajrasattva; en mi cabeza en un sol, NAMA HI de color amarillo de la naturaleza de Vairochana; en mi coronilla en un sol, SÖHA HU de color rojo de la naturaleza de Pāmanarteshvara; en mis dos hombros en un sol, BOKE HE de color negro de la naturaleza del Glorioso Heruka; en mis dos ojos en un sol, HUM HUM HO de color naranja de la naturaleza de Vajrasurya; y en mi frente en un sol, PHAT HAM de color verde de la naturaleza de Paramashawa.

En el ombligo de la Madre Principal sobre un mandala solar aparece OM BAM de color rojo de la naturaleza de Vajravarahi; en su corazón en un sol, HAM YOM de color azul de la naturaleza de Yamani; en su garganta en una luna, HRIM MOM de color blanco de la naturaleza de Mohani; en su cabeza en un sol, HRIM HRIM de color amarillo de la naturaleza de Sachalani; en su coronilla en un sol, HUM HUM de color verde de la naturaleza de Samtrasani; y en su frente en un sol, PHAT PHAT de color de humo de la naturaleza de Chandika.

**Invitar a los seres de sabiduría, disolverlos en los seres de compromiso, y recibir la iniciación.** PHAIM Mis tres luga-

res están marcados por las tres letras. Rayos de luz irradian de la letra HUM e invitan a todos los Buddhas de las diez direcciones en el mismo aspecto que los visualizados, junto con las Deidades iniciadoras. Todos los seres de sabiduría se reúnen en un mandala completo, contenedor y contenido.

DZA HUM BAM HO

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

Las Deidades iniciadoras conceden la iniciación, mi cuerpo se llena de néctar y experimento gozo. El néctar excedente en las coronillas se transforma completamente, y el Principal es adornado por Vajrasattva, Vajravarahi por Akshobya, las cuatro Madres por Ratnasambhava, las Deidades de la rueda del corazón por Akshobya, las Deidades de la rueda de la palabra por Amitabha, las Deidades de la rueda del cuerpo por Vairochana, y las Deidades de la rueda de compromiso por Amoghasi-dhi.

**Hacer ofrendas y alabanzas a las Deidades auto-generadas del mandala del cuerpo.**

Incontables diosas de ofrendas y alabanzas de prodigiosa belleza emanan de mi corazón y me presentan ofrendas y alabanzas a mí mismo como Heruka Padre y Madre.

**Ofrendas externas.** OM AHRGHAM PARTITZA SOHA / OM PADIAM PARTITZA SOHA / OM ANTZAMANAM PARTITZA SOHA / OM VAJRA PUPE AH HUM SOHA / OM VAJRA DHUPE AH HUM SOHA / OM VAJRA DIWE AH HUM SOHA / OM VAJRA GANDHE AH

HUM SOHA / OM VAJRA NEWIDE AH  
HUM SOHA / OM VAJRA SHAPTA AH  
HUM SOHA

OM AH VAJRA ADARSHE HUM / OM  
AH VAJRA WINI HUM / OM AH VAJRA  
GANDHE HUM / OM AH VAJRA  
RASE HUM / OM AH VAJRA PARSHE  
HUM / OM AH VAJRA DHARME HUM

**Ofrenda interna.** OM HUM BAM RIM  
RIM LIM LIM, KAM KHAM GAM  
GHAM NGAM, TSAM TSHAM DZAM  
DZHAM NYAM, TrAM THrAM DrAM  
DHrAM NAM, TAM THAM DAM  
DHAM NAM, PAM PHAM BAM  
BHAM, YAM RAM LAM WAM, SHAM  
KAM SAM HAM HUM HUM PHAT OM  
AH HUM

**Ofrendas secreta y de talidad.** Yo, el Padre y Madre Principal, entramos en la unión del abrazo. La bodhichitta se funde, y al descender de mi coronilla a mi garganta experimento gozo, al descender de mi garganta a mi corazón experimento gozo supremo, al descender de mi corazón a mi ombligo experimento gozo extraordinario, y al descender de mi ombligo a la punta de mi joya genero gran gozo espontáneo inseparable de la vacuidad. El Principal y todo el séquito experimentan una sabiduría excelsa especial de gozo y vacuidad.

**Ocho líneas de alabanza al Padre.** OM  
NAMO BHAGAWATE WIRE SHAYA  
HUM HUM PHAT / OM MAHA KĀLWA  
AHGNI SAMNI BHAYA HUM HUM  
PHAT / OM DZATA MUGUTRA KOR-  
TAYA HUM HUM PHAT / OM DHAM-  
KHATRA KARA LOTRA BHIKHANA

MUKAYA HUM HUM PHAT / OM SA-  
HARA BHUNDZA BHASURAYA HUM  
HUM PHAT / OM PARASHUWA SHO-  
DHĀDA SHULA KHATAMGA DHA-  
RINE HUM HUM PHAT / OM BHĀGA-  
DZINAM WARA DHARAYA HUM  
HUM PHAT / OM MAHA DHUMBA  
ĀNDHAKARA WAWUKAYA HUM  
HUM PHAT

**Ocho líneas de alabanza a la Madre.**  
OM NAMO BHAGAWATI VAJRA VA-  
RAHI BAM HUM HUM PHAT / OM  
NAMO ARYA APARADZITE TRE  
LOKYA MATI BIYE SHÖRI HUM HUM  
PHAT / OM NAMA SARWA BUTA  
BHAYA WAHI MAHA VAJRE HUM  
HUM PHAT / OM NAMO VAJRA SANI  
ADZITE APARADZITE WASHAM KA-  
RANITRA HUM HUM PHAT / OM  
NAMO BHRAMANI SHOKANI  
ROKANI KROTE KARALENI HUM  
HUM PHAT / OM NAMA DRASANI  
MARANI PRABHE DANI PARADZAYE  
HUM HUM PHAT / OM NAMO BIDZA-  
YE DZAMBHANI TAMBHANI MOHA-  
NI HUM HUM PHAT / OM NAMO VAJRA  
VARAHI MAHA YOGINI KAME  
SHÖRI KHAGE HUM HUM PHAT

Las Diosas de ofrendas y alabanzas se disuelven en la HUM en mi corazón,

*En este punto, (1) con una mente de gran gozo, (2) meditamos en la apariencia clara del mandala y las Deidades, y (3) meditamos en orgullo divino, mientras (4) realizamos la ausencia de existencia inherente de todos los fenómenos. De esta manera nos adiestramos sinceramente, en una sola concentración, en la etapa de generación burda y sutil que posee estas*

*cuatro características.*