

Sadhana de
**“La Inseparabilidad del Maestro Espiritual y de
Avalokitesvara”**

Una fuente de todos los Poderosos Logros

compuesta por

Su Santidad el XIV Dalai Lama

Alabanza

**A Avalokitesvara, mi Maestro Espiritual
Esencia como la luna llena de la vasta compasión de los Budas
Y radiante blanco néctar de su fuerza
Completamente inspiradora,
Rindo mi profundo respeto.**

Ahora difundiré a todos los demás seres
la práctica usual de este profundo yoga.

La raíz de toda inspiración y poderoso logro (siddhi) se encuentra solamente en el maestro (Lama o Guru). Así ha sido ensalzado más de una vez en ambos, Sutra y Tantra.

Él es de fundamental importancia porque la base para alcanzar felicidad eterna consiste en rogarle que muestre el camino sin error. Pensando en él como inseparable de la deidad meditacional específica con la que sientes una especial afinidad, deberías visualizar ambos como uno.

La vitalidad de la tradición Mahayana surge de la compasión, amor y aspiración altruista de alcanzar la iluminación para poder, de un modo efectivo, ayudar a todas las criaturas a liberarse de su sufrimiento (bodichita). Aún más, la importancia de la compasión se enfatiza a lo largo de todos los niveles de desarrollo. Por lo tanto, si deseas combinar Avalokitesvara, la deidad meditacional de la compasión, con tu propio guru raíz, primero reúne ofrecimientos excelentes en un lugar adecuado. Siéntate en un asiento confortable con un estado de mente especialmente virtuoso, toma refugio, genera una motivación iluminada y medita en los cuatro pensamientos inconmensurables.

PRELIMINARES

1. Refugio

Namo Gurubye	Me refugio en el Guru
Namo Budaya	Me refugio en el Buda
Namo Dharmaya	Me refugio en el Dharma
Namo Sangaya	Me refugio en la Sanga

2. Generación de la Motivación Iluminada

“Tomo refugio hasta que alcance la Iluminación en el Ser Supremo que ha despertado, Su verdad y la Comunidad espiritual.

Por los méritos virtuosos de practicar el dar y otras perfecciones pueda alcanzar el estado de Buda y beneficiar a todos los seres”. (x 3)

3. Los Cuatro Pensamientos Inconmensurables

Puedan todos los seres tener la felicidad y sus causas.

Puedan estar libres del sufrimiento y sus causas.

Puedan tener el gozo especialmente sublime.

Puedan vivir en ecuanimidad libres de apego y aversión lo que les hace estar cerca de algunos y distantes de otros.

LA PRÁCTICA

I. Purificación

Pueda la superficie de la tierra en todas las direcciones ser pura y sin mancha, sin dureza o imperfección, tan suave como la palma de la mano de un niño y tan naturalmente brillante como el lapislázuli.

Puedan los ofrecimientos de dioses y hombres, tanto los ofrecidos materialmente como los visualizados ser como una nube sin igual de ofrecimientos de Samantabhadra, llenar y abarcar la infinitud del espacio.

Om namo bagawate / benze sarwa parma dana / tathagata ya / arate / samyak sam budhaya / tayata / om benze benze / maha benze / maha tedza benze / mana biya benze / maha bodichita benze / maha bodi / mendo pasam damana benze / sarwa karma awa / rana bisho dana benze soha (x 3)

“Por el poder de la verdad de los tres Sublimes y Extraordinarios, de las bendiciones de todos los Budas y Bodisatvas, de la gran riqueza de las dos acumulaciones completas, y por ser la esfera de los fenómenos pura e inconcebible;

Que estos cúmulos de nubes de ofrecimientos que aparecen mediante la transformación por los bodisatvas Arya Samantabhadra, Manyushri y demás –inimaginables e inagotables, iguales al cielo– surjan y que sean recibidas ante los ojos de los Budas y Bodisatvas de las diez direcciones”.

(Así bendice el lugar y los objetos de ofrecimiento)

II. Visualización

En el espacio de gran gozo espontáneo del Dharmakaya, en medio de una oleada de nubes de magníficos ofrecimientos, sobre un brillante trono de joyas apoyado sobre ocho leones de las nieves, en un asiento de loto en flor, el sol y la luna, se sienta el supremo Avalokitesvara, gran tesoro de compasión, tomando el aspecto de un monje de hábitos de color azafrán.

“¡Oh! Mi maestro Vajradhara, amable de los tres modos, santo Lozang Tenzin Gyatso, con un aspecto resplandeciente y sereno y una radiante sonrisa, tu mano derecha a la altura de tu corazón en el gesto de expandir el Dharma sostiene el tallo de un loto blanco sobre el que están un libro y una espada, tu mano izquierda en postura meditativa sostiene una rueda de mil radios. Estás vestido con los tres hábitos de un monje y el sombrero dorado en punta de un pandita”.

“Tus agregados, esferas sensoriales, sentidos, objetos y tus miembros son un completo mandala con los cinco budas y sus consortes, varones y mujeres bodisatvas y los airados protectores”.

Rodeado por un halo de cinco brillantes colores, mi maestro está sentado en la postura de loto completo, irradiando todo un conjunto de auto-emanaciones como nubes para subyugar las mentes de todos los seres. En su corazón se sienta Avalokitesvara, el ser de sabiduría, con una cara y cuatro brazos. Sus dos manos superiores se encuentran juntas. Sus dos manos inferiores sostienen un rosario de cristal y un loto blanco. Está adornado con ornamentos de joyas y ropas celestiales. Su hombro izquierdo está cubierto con una piel de antílope. Con las piernas cruzadas se sienta sobre una luna de plata y un loto. De la sílaba blanca HRIH, el ser de concentración en su corazón, se emite una brillante luz de colores en todas las direcciones.

En la frente de mi maestro hay una **OM** blanca, en Su garganta una **AH** roja y en Su corazón una **HUM** azul de la que surgen brillantes rayos de luz en todas las direcciones invitando a las tres joyas de refugio a disolverse en Él, transformándose en la esencia reunida de los objetos de refugio.

(Así visualizar al Maestro espiritual)

III. Oración de las Siete Ramas

Postraciones

“Tu cuerpo liberador está totalmente adornado con todos los signos de un buda; tu melodiosa palabra completa con los sesenta cadencias fluye sin titubeos. Tu vasta y profunda mente llena de sabiduría y compasión está más allá de toda concepción.

Me postro ante la rueda de estos tres secretos adornos de tu cuerpo, palabra y mente”.

Ofrecimientos

“Ofrecimientos materiales míos y de los demás, objetos reales y visualizados, cuerpo y riqueza y todas las virtudes acumuladas en los tres tiempos, te las ofrezco a ti, sobre un océano de nubes de ofrecimientos de Samantabhadra”

Confesión

“Con una mente oprimida por la sofocante oscuridad de la ignorancia, he cometido acciones en contra de la razón y los votos. Todos los errores que he cometido en el pasado, con una profunda sensación de arrepentimiento prometo nunca repetirlos y sin reservas te lo confieso todo”.

Regocijo

“Desde lo más profundo de mi corazón me regocijo en los hechos iluminados de los maestros sublimes y en las virtuosas acciones del pasado, presente y futuro mías y de los demás, de los seres ordinarios y de los seres elevados de las tres sagradas tradiciones”.

Petición

“Te ruego que despiertes a todos los seres del sueño de sus contaminaciones ordinarias e instintivas con la música divina de la verdad pura del Dharma resonando con la melodía de la profundidad y la paz y de acuerdo con las disposiciones de tus variados discípulos”.

Súplica

“Te suplico que coloques firmemente tus pies sobre el indestructible trono vajra en el estado indisoluble de la talidad, hasta que todos los seres ganen el aliento tranquilo de la alegría del estado de la realización final, libre de los extremos de una mundana o tranquila liberación”.

(Eman = “talidad”, simboliza la unidad de los aspectos positivo y negativo de la unión cósmica que, en términos de la fuerza del pasado y de la potencialidad del futuro, se unen en el presente)

Dedicación

“Dedico todas mis acciones virtuosas de los tres tiempos para que pueda recibir el cuidado continuado de un maestro y alcanzar la total iluminación para el beneficio de todos a través de realizarse mis oraciones, los hechos supremos de Samantabhadra”.

IV. Ofrecimiento del Mandala

Por la virtud de ofrecerlos a vosotros asamblea de Budas visualizados frente a mí, este mandala construido sobre una base, resplandeciente con flores, agua de azafrán e incienso, adornado con el Monte Meru y los cuatro continentes, el sol y la luna, puedan todos los seres compartir sus ilimitados resultados.

Este ofrecimiento que hago de un enojado y precioso mandala, junto con otros ofrecimientos puros y las riquezas y virtudes que hemos acumulado en los tres tiempos con nuestro cuerpo, palabra y mente.

¡Oh! Maestros, yidams y las tres preciosas joyas, os lo ofrezco todo a vosotros con una fe inamovible. Movidos por vuestra ilimitada compasión aceptadlo y mandadnos olas de fuerza inspiradora.

Om idam guru mandalakam niryatayami

(Así haces el ofrecimiento del mandala junto con la oración de las siete ramas)

V. La Bendición del Maestro

De la **HRIH** en el corazón de Avalokitesvara, sentado en el corazón del venerable maestro, fluyen corrientes de néctar y rayos de luz de los cinco colores que llegan a la coronilla de mi cabeza, eliminando todas las obstrucciones y otorgándome ambas realizaciones comunes y exclusivas.

Om Ah Guru Vajradhara vagindra sumati shasana dhara samundra shri bhadra sarva siddhi hum hum

(Recita el mantra del Maestro espiritual tantas veces puedas)

VI. Oración del Camino Gradual

“Otórgame tus bendiciones para tener devoción a mi Maestro con los más puros pensamientos y acciones, y con la confianza de que Tu, o santo maestro compasivo, eres la base del gozo temporal y último, ya que tu aclaras el camino verdadero, libre de toda decepción y encarnas la totalidad de los refugios”.

“Otórgame tus bendiciones para vivir una vida de Dharma sin distraerme por las preocupaciones ilusorias de esta vida, ya sé bien que este tiempo de ocio y dones no podría ser más valioso que tesoros incontables de vastas riquezas, y que esta preciosa forma, una vez alcanzada no dura mucho ya que en cualquier momento puede fácilmente ser destruída”.

“Otórgame tus bendiciones para cesar las acciones negativas y llevar a cabo acciones virtuosas siendo siempre consciente de las causas y efectos de actos amables y dañinos, mientras venero a las tres preciosas joyas como la fuente última de refugio y la protección más segura de los miedos insoportables de los estados desafortunados de renacimiento”.

“Otórgame tus bendiciones para practicar los tres altos entrenamientos motivado por una renuncia firme ganada de la clara comprensión de que incluso la prosperidad del señor de los devas es meramente una decepción, como la atracción del canto de una sirena”.

“Otórgame tus bendiciones para dominar los océanos de práctica, cultivando inmediatamente la suprema motivación iluminada, reflexionando en la enseñanza de que todas las madres seres sintientes, que me han alimentado con amabilidad desde tiempos sin principio ahora están torturadas y atrapadas en un extremo o el otro, el de la rueda del sufrimiento o el de una liberación tranquila”.

“Otórgame tus bendiciones para generar el yoga que combina la quietud mental con la visión penetrante, en la cual los cien mil espacios de la vacuidad, siempre libres de ambos extremos, se reflejan sin obstrucción en el claro espejo de la meditación inmutable”.

“Otórgame tus bendiciones para observar con estricto compromiso todos los votos y palabras de honor que son la raíz de poderosos logros, habiendo entrado por el portal del Tantra extremadamente profundo gracias a la amabilidad de mi competente maestro”.

“Otórgame tus bendiciones para alcanzar en esta misma vida el gozoso gran sello de la unión de cuerpo y sabiduría, a través de cortar completamente toda la energía creadora de karma con la afilada espada de la sabiduría del gozo y la vacuidad no duales”.

(Habiendo rogado así, para el desarrollo en nuestro continuo mental de todo el camino de Sutra y Tantra, y habiendo hecho una meditación general sobre ellos, ahora recita el mantra de las seis sílabas en conexión con el surgimiento del maestro espiritual en tu corazón)

VII. Surgimiento del Maestro espiritual

Mi supremo maestro, rogado de este modo, desciende felizmente a través de la coronilla de mi cabeza y se disuelve en el punto indestructible en el centro de los ocho pétalos de mi corazón.

Ahora mi maestro vuelve a emerger sobre un asiento de loto y luna. En su corazón se sienta Avalokitesvara, dentro de cuyo corazón está la letra **HRIH** rodeada por el rosario del mantra de las seis sílabas, fuente de la que fluye una corriente de néctar que elimina todos los obstáculos y enfermedades y otorga la sabiduría de las escrituras y visión penetrante de las enseñanzas del

Buda. Así recibo todas las bendiciones de los victoriosos y sus hijos, y de nuevo rayos de luz se irradian para limpiar los defectos de todos los seres y sus lugares.

De esta forma alcanzo el supremo estado yóguico, transformando cada apariencia, sonido y pensamiento en los tres secretos de los seres elevados.

(Después de completar esto, recita el mantra de las seis sílabas tantas veces como sea posible)

OM MANI PADME HUM

(Al acabar recita una vez el mantra de cien sílabas de Vajrasatva)

Om vajrasatva samaya / manu palaya / vajrasatva deno pati tha / dido me bhawa/ suto kayo me bhawa / supo kayo me bhawa / anurato me bhawa / sarwa siddi me prayatsa / sarwa karma su tsa me / tsi tam shri yam ku ru hung / ha ha ha ha ho / bagawan sarva tathagata vajra / ma me mu tsa / vajra bhawa / maha samaya / satva ah hum phe

VIII. Dedicación

“En el glorioso resplandor de cien mil luces de la joven luna de la práctica virtuosa, del jardín de jazmines azules del tesoro victorioso del método mental de la verdad, puedan las semillas de la explicación y el logro germinar y florecer sobre toda la extensión de la tierra, pueda la auspiciosidad sin mancha embellecer todo hasta el límite del universo”.

“Volando alto por encima de los tres reinos, pueda la gran joya que nunca se desvanece del estandarte tanto religioso como seglar gobernar, cargada de millones de virtudes y perfectos logros, y pueda todo lo deseado de beneficio y felicidad caer como la lluvia”.

“Desterrado muy lejos el oscuro peso de la degeneración de esta era sobre toda la extensión de la tierra –un zafiro sostenido por una muchacha celestial- puedan todas las criaturas rebosar de alegría espontánea y contento combinando la brillantez de la felicidad y el gozo”.

“En breve, ¡Oh! Protector, por el poder de tu cariñoso cuidado, pueda nunca separarme de ti durante todo el rosario de mis vidas”. “Pueda acceder, directamente, con una facilidad más allá del esfuerzo, a la gran ciudad de la unificación, el estado cósmico todopoderoso mismo”.

(Habiendo ofrecido estas oraciones de dedicación, también recita otras tales como la “Oración de anhelo de buena conducta”, o “La Oración del Virtuoso Comienzo, Intermedio y Fin”. Al acabar recita la siguiente oración)

IX. Conclusión

“Por la fuerza de la inmaculada compasión de los victoriosos y sus hijos, pueda todos los obstáculos desaparecer eternamente en todo el universo, puedan todos los presagios hacerse más y más auspiciosos y pueda todo lo que sea de virtud dentro de esta existencia o de la tranquila liberación florecer y crecer cada vez más brillante como la luna nueva haciéndose luna llena”.



Esta práctica ha sido escrita debido a las repetidas peticiones del Ministro Asistente de Gabinete, Sr. Shankawa Gyurme Sonam Tobgyal, quien, con sincera fe y ofrecimientos, me pidió que escribiera una sadhana simple y completa de la inseparabilidad de Avalokitesvara y yo mismo.

Esta devoción contiene una meditación general corta de todo el Camino Gradual y de los mantras del Maestro y Avalokitesvara.

Aunque es impropio por mi parte escribir algo devocional hacia mi mismo, olas de inspiración de los Budas pueden recibirse de seres ordinarios como un diente de perro convertirse en reliquia. Por lo tanto, lo he compuesto con la esperanza de beneficiar a algunos fieles discípulos.

El monje budista,
Ngawang Lozang Tenzin Gyatso
(XIV Dalai Lama)
Manteniendo el título del
Sostenedor del Loto Blanco (*Avalokitesvara*)

Colofón:

Este texto ha sido copiado del folleto "La Inseparabilidad del Maestro Espiritual y Avalokitesvara", publicado por primera vez en Julio de 1975 por "The Library of Tibetan Works and Archives", Dharamsala, Dist. Kangra, H.P. India.

Puedan los méritos acumulados por haber preparado este texto y por haber hecho sinceras oraciones a Chenresig, ser ofrecidos a Su Santidad el Dalai Lama, el Compasivo que cuida de nosotros.

Pueda permanecer como nuestro guía espiritual hasta que todos los seres se liberen de estados de sufrimiento.
Instituto Vajra Yoguini, 27 de Mayo de 1983

Traducida al castellano a partir de la traducción al inglés de Sherpa Tulku por Ven. Teresa Vega, para celebrar el cumpleaños de Su Santidad el Dalai Lama.

Puedan todos los seres beneficiarse de sus océanos de bondad. 6 de Junio de 2000

Maquetación de Ven. Begoña Mendiábal, 21 de Abril 2006