

༄ ལྷ་མ་དང་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་སྲུབ་ཀྱི་འབྲུང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

GURU-YOGA DE CHENRESIK **Inseparabilidad de Su Santidad el Dalai Lama**

Toma de Refugio y generación de la mente de Bodhicitta

SANGYE CHO DANG TSOK KYI CHOG NAM LA
JANG CHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHI
DAG GI JIN SOK GYI PE TSOK NAM KYI
DRO LA PHEN CHIR SANGYE DRUB PAR SHOG// 3x

Los cuatro Pensamientos Inconmensurables

SEM CHEN THAM CHE DEWA DANG DEWE GYU DANG DEN PAR GYUR CHIG,
SEM CHEN THAM CHE DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG DREL WAR
GYUR CHIG,
SEM CHEN THAM CHE DUG NGAL ME PE DEWA DANG MI DREL WAR GYUR CHIG,
SEM CHEN THAM CHE NGE RING CHAK DANG ÑI DANG DREL WE TANG ÑOM LA NE
WAR GYUR CHIG //

Purificación

THAM CHE DU NI SA SHI DAG,
SEG MA LA SOK ME PA DANG,
LAG THIL TAR ÑAM BENDRU YE,
RANG SHIN JAM POR NE GYUR CHIG //
LHA DANG MI YI CHO PE DZE,
NGO SU SHAM DANG YI KYI TRUL,
KUN SANG CHO TRIN LA NA ME,
NAM KHAI KHAM KUN KHYAB GYUR CHIG //

OM NAMO BAGAVATE, BENZA SARA PAMA DANE TATHAGATA YA, ARYA HATE, SAM
ME SAM BUDA YA, TAYATHA, OM BENZE BENZE, MAHA BENZE, MAHA TEZA BENZE,
MAHA BIRYA BENZE, MAHA BODHICITTA BENZE, MAHA BODHI MANO PASAM,
KAMANA BENZE, SARWA KARMA AVA RANA, BISHO DANI BENZE SOHA// 3x

KON CHOG SUM GYI DEN PA DANG, SANGYE DANG JANG CHUB SEM PA THAMCHE
KYI JIN GYI LAB DANG, TSOK ÑI YONG SU DZOK PE NGA THANG CHEN PO DANG
CHOE KYI YING NAM PAR DAG CHING SAM KYI MI KHYAB PE TOBKYI DE SHIN DU
GYUR CHIG //

Visualización

DE CHEN LHUN DRUB CHOE KUI KHA YING SU
NA TSOK KUN SANG CHOE TRIN THRIK PE UE
SENG GEI TEK PE O BAR NOR BUI THRIR
CHU KYE ÑI DA GYE PE DEN TENG DU
ÑING JEI TER CHEN PHAK CHOG JIG TEN WANG
NAM PA NGUR MIG CHANG WE DOE GAR CHEN
TSA WE LAMA SUM DEN DORJE ZIN
JE TSUN LOBSANG TENZIN GYATSOI PAL
KAR MAR DANG SAL GYE PE ZOOM SEL CHEN
CHAG YE THUK KAR CHOE ZE CHAG GYA YI
LEK BAM RAL DRI TSEN PE PE KAR DANG
YON PA ÑAM SHAG TSIB TONG KHOR LO NAM
GUR KUM DANG DEN CHOE GOE NAM SUM DANG
TSO MEI SER DOG PEN SHA ZE PAR SOL
FUNG KHAM KYE CHE YUL DANG YEN LAG NAM
RIK NGA YAB YUM SEM PA SEM MA DANG
TRO WO RANG SHIN KYIL KHOR KHOR LOR DZOK
NA NGAI O TRENG TRIK PE GUR KHYIM U
SHAB ÑI MI CHE DORJE KYIL TRUNG TSUL
GANG DUL GYU TRUL DRA WE TRIN PUNG GYE
THUK KAR YESHE SEM PA CHENRESIG
SHEL CHIG CHAG SHI DANG SUNG THEL MO JAR
OG ME SHEL THRENG PEMA KAR PO NAM
RIN CHEN GYEN DANG DAR GYI NA SA DZE
RI DAG PAK PE NU MA YON PA KAB
DA WE LANG TSO PE DAR KYIL TRUNG SHUK
DE YI THUK KAR TING ZIN SEM PA NI
HRI YIG KAR SAL O SER CHOK CHUR THRO
LAME NE SUM DOR JE SUM GYI TSEN

THUK KAI HUNG YIG LE THRO O SER GYI
RAB JAM CHOK SUM MA LU CHEN DRANG TE
THIM PE KYAB NE KUN DUE NGO WOR GYUR /

Oración de las Siete Ramas

SAL DZOK TSEN PE DZE PE THONG DROL KU
ÑYEN ZEB DRUG CHUI YANG DEN GAG ME SUNG
ZAB YANG KHYEN TSE PAK PAR KA WE THUK
SANG SUM GYEN GYI KHOR LOR GUE CHAG TSEL /
DAG POE SUNG DANG MA SUNG CHOE PE DZE
NGO SHAM YI TRUL LUE DANG LONG CHOE DANG
DU SUM SAK PE NAM KAR GE TSOK KUN
KUN SANG CHOE TRIN GYA TSOR MIK NE BUL /
MA RIK THIB POI MAG GYI YI NON PA
CHE RANG KHA NA MA THOI DIG TUNG SOK
LOG PAR CHEN PE NONG PA CHI CHI PA
GYOE DOM DRAG POE MIK ME NGANG DU SHAK /
PAL DEN LA ME NAM PAR THAR PA DANG
THEK SUM KYE PHAK RANG SHEN THAM CHE KYI
DU SUM NAM KAR GE WE PHUNG PO LA
ÑING NE SAM PA THAG PE JE YI RANG /
NA TSOK DUL JEI KHAM KYI JE SONG WE
DAM CHOE KAB SUM LHA YI ROL MOE DRA
SAB SHI YANG SU THROL WE YI CHEN KUN
SHE ÑON DRIB PE ÑI LE LONG DU SOL /
SI SHI MU THA DREL WE NGON TOK LA
DRO KUN DE WE UG JIN MA THOB BAR
SHAB SUNG E WAM MI SHIK KYIL MO TRUNG
SHOM ME DOR JEI TRI LA TEN PAR SHUK /
NAM KAR LEK CHE GYI DANG GYI GYUR KUN
JE TSUN LAME DREL ME CHE DZIN CHING
KUN SANG CHO CHOG MON LAM YONG DRUB NE
DRO KUN DON DU DZOK JANG THOB CHIR NGO //

Ofrecimiento del Mándala

SA SHI PO KYI JUK SHING ME TOG TRAM
RI RAP LING SHI ÑI DAI GYEN PA DI
SANGYE SHING DU MIK TE UL WAR GYI
DRO KUN NAM DAG SHING DU CHO PAR SHOG //
DAG SHEN LU NGAG YI SUM LONG CHO DU SUM GE TSOK DANG
RIN CHEN MANDAL SANG PO KUN SANG CHO PE TSOK DANG CHE
LO YI LANG NE LAMA YI DAM KON CHOG SUM LA BUL
THUK JEI WANG GI SHE NE DAG LA JIN GYI LAB TU SOL

I DAM GURU RATNA MANDALA KAM NIRYA TAYA MI //

La Bendición del Maestro y Mantra

JE TSUN LAMAI THUK KAI HRI YIG LE
DUE TSI O SER NA NGAI GYUN BAB TE
RANG GI CHI WO NE SHUK DIG DRIB JANG
CHOG DUN NGO DRUB MA LUÍ THOB PAR SHOG //

OM AH GURU BENZA DHARA, BATRA RA KA MANJUSHRI WA KIN TRA, SUMATI
GYANA SHASANA DHARA, SAMUTRA SHRI BATRA SARWA SIDHI HUNG HUNG//

Oración del Camino Gradual

THREL DANG YUN GYI DE WA MA LUE PE
SHIR GYUR MA NOR LAM TON DRIN CHEN JE
RAB JAM KYAB KYI PHUNG PO NGE ÑE NE
SAM JOR DAG PE TEN PAR JIN GYI LOB /
NOR CHOG JE WE TRUN MIN DAL JOR TEN
THOB KYANG MI TEN NAM DOR CHA ME PE
DI NANG CHA WE NAM YANG MI YENG BAR
DAM CHOE CHO PE DA WAR JIN GYI LOB /
ZOE KANGEN DROE JIK LA KYOB PE PHUL
CHOG SUM TEN GYI KYAB SU LEK SUNG TE
KAR NAG LE DRE JI SHIN SEM PA YI
DIG PONG GE DRUB NUE PAR JIN GYI LOB /

SIN MOE LU TRI JI SHIN LHA WANG GI Shin
PHUN TSOK KUN YANG LU WE CHOE CHEN DU
THONG WE NGE JUNG DRAG POE GYUE KUL NE
LAB SUM ÑAM LEN CHE PAR JIN GYI LOB /
THOG ME DU NE DRIN GYI LEK KYANG PE
SI SHI GYUE PE NAR WE MA GYUR DROI
NGANG TSUL SAM NE SEM CHOG RAB KYE DE
CHO PA GYA TSOR LOB PAR JIN GYI LOB /
RAB DANG YO ME ÑAM SHAG ME LONG NGOK
THA DREL DOE NE TONG PE NGO TSAR BUM
GOG ME TRA WE SHI LHAG SUNG DREL GYI
NAL JOR GYU LA KYE WAR JIN GYI LOB /
TSEN DEN DOR JE DZIN PE SHE ÑEN GYI
DRIN LE CHE ZAB NGA K KYI GOR SHUK NE
NGO DRUB TSA WA DAM TSIG DOM PA NAM
TSUL SHIN SUNG WAR NUE PAR JIN GYI LOB /
ÑI ME DE TONG YESHE TSON NON GYI
KUN CHE LE LUNG GYU WA RAB CHE NE
KU THUK SUNG JUG DE CHEN CHAG GYA CHE
TSE DIR NGON DU GYUR WAR JIN GYI LOB //

Surgimiento del Maestro espiritual

DE TAR SOL WA TAB PE LAMA CHOG
GYE SHIN JON TE RANG GI TSANG BUG GYUE
DAB GYE ÑING U MI SHIK THIG LER THIM
DE ÑI L HAR YANG PE DAR LAMAI KU
SEM PA SUM TSEK NGAR SHIN SAL WA YI
THUK KAI HRI THAR YIG DRUG NGA TRENG GI
KOR LE DU TSI GYUN BAB NE DON DANG
DIG DRIB KUN JANG LUNG TOK YON TEN GYE
SE CHE GYAL WE JIN LAB MA LUE THOB
L HAR YANG O THROE NO CHU KYON CHANG TE
NANG DRAK RIK SUM PHAK PE SANG SUM DU
KHYER WE NAL JOR CHOG LA NE PAR GYUR //

OM MA NI PE ME HUNG // ཨོཾ་མ་ཎི་པེ་མེ་ཧུང་།

Mantra de Vajrasattva

OM BENZA SATTO SAMAYA, MANU PALAYA, BENZA SATTO TENO PATI TRA, DRI TRO
MEBAWA, SUTO KHAYO ME BAWA, SUPO KHAYO ME BAWA, A NU RAKTO ME BAWA,
SARWA SIDHI MEPAR YATSA, SARWA KARMA SU TSA ME, TSI TAM SHRI YAM KURU
HUNG, HA HA HA HA HO, BHAGAVAN SARWA TATHAGATA, BENZA ME ME MUN TSA,
BENZI BHAWA, MAHA SAMAYA SATTO AH HUNG PEH //

Dedicación

DI TSON LEK CHE DA SHON BUM GYI DZI
LO TER GYAL WAI CHOETSUL KUN DAI TSAL
SHE DRUB GE SAR GOE PE SA CHEN KHYON
SHI PA DRUB PE SI THAR DZE GYUR CHIG /
PHUN TSOK GE LEK JE WAI RAB CHI PAI
GA DEN CHAB SI NOR BUI GYAL TSEN CHE
MI NUB SI SUM LA NA DRENG WA YI
PHEN DEI DOE PA BUM DU JO GYUR CHIG /
GYA CHEN YIG DZIN GEK MOI KHYON YANG POR
DU KYI GUE PE MUN TSOK THAG SHING NE
DE KYI NANG WA DAR WE GE TSEN CHER
YI CHEN NAM PAR TSEN PE ÑEM GYUR CHIG /
DOR NA KYE WAI TRENG WAR GON KHYO KYI
DREL ME ÑE SHIN JE SU SUNG WAI THUE
KUN GYI WANG CHUK SUNG JUG GYAL SA CHER
BE ME DE LAG ÑI DU SON GYUR CHIG //

Conclusion

SE CHE GYAL WAI ME JUNG THUK JEI CHIR
CHOK DU KUN TU MI THUN GUE TSOK SHI
SI SHI GE LEK YAR NGOI DA WA TAR
PHEL GYE GE TSEN DAR WAI TASHI SHOG // . //

JANG CHUB SEM CHOG RINPOCHE

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG
KYE PA ÑAM PA ME PA DANG
GONG NE GONG TU PHEL WAR SHOG /

GANG RI RA WE KOR WE SHING KHAM SU
PHEN DANG DEWA MA LU JUNG WE NE
CHENRESIK WANG TENZIN GYATSO YI
SHAB PE SI THAI BAR TU TEN GYUR CHIG //

PHA MA SEM CHEN THAM CHE DE DANG DEN GYUR CHIG
NGEN DRO THAM CHE TAG TU TONG WA DANG
JANG CHUB SEM PA GANG NA SU SHUK PA
DE DAG KUN GYI MON LAM DRUB GYUR CHIG //

TONPA JIG TEN KHAM SU JON PA DANG
TENPA ÑI O SHIN TO SEL DA DANG
TENZIN PHU NU SHIN TU THUN PA DANG
TENPA YUN RING NE PAI TASHI SHOG //

KYE WA KUN TU YANG DAG LAMA DANG
DREL ME CHO KYI PEL LA LONG CHO NE
SA DANG LAM GYI YON TEN RAB DZOK TE
DORJE CHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG // //