

༄༅། འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྐྱོང་པོ་བཞུགས་སོ།

Sutra del Corazón y recitación de mantras

Toma de Refugio y Generación de la Bodhicitta

SANGYE CHÖ 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 SHOK // 3X

Los 4 Pensamientos Inconmensurables

SEM CHEN THAM CHE DE WA DANG DE WE GYU DANG DEN PAR GYUR
CHIG

SEM CHEN THAM CHE DUG NGEL DANG DUG NGEL GYI GYU DANG
DREL WAR GYUR CHIG

SEM CHEN THAM CHE DUG NGEL ME PE DE WA DANG MI DREL WAR
GYUR CHIG

SEM CHEN THAM CHE ÑYE RING CHAK DANG ÑYI DANG DREL WE TANG
ÑYOM LA NEY PAR GYUR CHIG //

MA SAM JÖ ME SHE RAB PHA ROL CHIN

MA KYE MÜN GAG NAM KHAI NGO WO ÑYI

SO SO RANG RIG YE SHE CHOE YÜL PA

DÜ SUM GYAL WE YUM LA CHAG TSEL LO //

Sutra del Corazón

PHAK PA KON CHOG SUM LA CHAG TSEL LO /

DI KE DAG GI THÖ PA DÜ CHIG NA, CHOM DEN DE GYAL PÖ KHAB JA GÖ
PHUNG PÖ RI LA, GE LONG GI GE DÜN CHEN PO DANG, JANG CHUB
SEM PE GE DÜN CHEN PO DANG THAB CHIG TU SHUK TE, DEI TSE
CHOM DEN DE ZAB MÖ NANG WA SHE JA WE CHÖ KYI NAM DRANG KYI
TENG NGE ZIN LA NYOM PAR SHUK SO, YANG DEI TSE JANG CHUB SEM
PA SEM PA CHEN PO PHAK PA CHENRESIK WANG CHUG SHE RAB KYI
PHA ROL TU CHIN PA ZAB MÖ CHOD PA NYI LA NAM PAR TA SHING,
PHUNG PO NGA PO DE DAG LA YANG RANG SHIN GYI TONG PA NAM
PAR TA WO, DE NA SANGYE KYI THÜ, TSE DANG DEN PA SHA RI BÜ,
JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO PHAK PA CHENRESIK WANG
CHUG LA DI KE CHE MEY SO, RIK KYI BU, GANG LA LA SHE RAB KYI PHA
ROL TU CHIN PA ZAB MÖ CHOD PA CHË PAR DÖ PA DE JI TAR LAB PA
JA, DE KE CHE MEY PA DANG, JANG CHUB SEM PA SEM PA SEM PA
CHEN PO PHAK PA CHENRESIK WANG CHUG GI, TSE DANG DEN PA SHA
RI DU TAI BU LA DI KE CHE MEY SO, SHA RI BU, RIK KYI BU AM RIK KYI
BU MO, GANG LA LA SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA ZAB MÖ CHOD
PA CHË PAR DÖ PA DE DI TAR NAM PAR TA WAR JA TE, PHUNG PO NGA
PO DE DAG KYANG RANG SHIN GYI TONG PAR NAM PAR YANG DAG PAR
JE SU TA WO, SUK TONG PA WO, TONG PA NYI SUK SO, SUK LE KYANG
TONG PA NYI SHEN MA YIN, TONG PA NYI LE KYANG SUK SHEN MA YIN
NO, DE SHIN DU TSOR WA DANG, DU SHE DANG, DU CHE DANG, NAM
PAR SHE PA NAM TONG PA WO, SHA RI BU, DE TAR CHÖ THAM CHE
TONG PA NYI DE, TSEN NYI ME PA, MA KYE PA, MA GAK PA, DRI MA ME
PA, DRI MA DANG DREL WA, DRI WA ME PA, GANG WA ME PA WO, SHA
RI BU, DE TA WE NA, TONG PA NYI LA SUK ME, TSOR WA ME, DU SHE
ME, DU CHE NAM ME, NAM PAR SHE PA ME, MIG ME, NA WA ME, NÁ ME,
CHE ME, LÜ ME, YI ME, SUK ME, DRA ME, DRI ME, DRI ME, RO ME, REG
JA ME, CHÖ ME DO, MIG GI KHAM ME PA NE YI KYI KHAM ME, YI KYI NAM
PAR SHE PE KHAM KYI BAR DÜ YANG ME DO, MA RIG ME, MA RIG MA
SE PA ME PA NE GA SHI ME, GA SHI SE PE BAR DÜ ANG ME DO, DE

SHIN DU, DUG NGEL WA DANG, KUN JUNG WA DANG, GOG PA DANG,
LAM ME, YE SHE ME, THOB PA ME, MA THOB PA YANG ME DO, SHA RI
BU, DE TA WE NA, JANG CHUB SEM PA NAM THOB PA ME PE CHIR, SHE
RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA LA TEN CHING NEY TE, SEM LA DRIB PA
ME PE TRAG PA ME DO, CHIN CHI LOG LE SHIN TU DE NE NYA NGEN LE
DE PE THAR CHIN TO, DÜ SUM DU NAM PAR SHUK PE SANGYE THAM
CHE KYANG SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA LA TEN NE, LA NA ME PA
YANG DAG PAR DZOK PE JANG CHUB TU NGÖN PAR DZOK PAR SANG
GYE SO, DE TAR WE NA, SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE NGAK, RIG
PA CHEN PÖ NGAK, LA NA ME PE NGAK, MI NYAM PA DANG NYAM PE
NGAK, DUG NGEL THAM CHE RAB TU SHI WAR CHE PE NGAK, MI TSÜN
WE NA DEN PAR SHE PAR JA TE, SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PE
NGAK MEY PA /

TAYATHA, GATE GATE, PARA GATE, PARA SAM GATE, BODHI SOHA //

SHA RI BU, JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PÖ, DE TAR SHE RAB KYI
PHA ROL TU CHIN PE ZAB MO LA LAB PAR JA WO, DE NE CHOM DEN DE
TING NGE ZIN DE LE SHENG TE JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO
PHAK PA CHENRESIK WANG CHUG LA LEK SO, SHE JA WA JIN NE, LEK
SO LEK SO, RIK GYI BU, DE DE SHIN NO, RIK GYI BU, DE DE SHIN TE, CHI
TAR KHYÖ KYI TEN PA SHIN DU SHE RAB KYI PHA ROL TU CHIN PA ZAB
MO LA CHĚ PAR CHA TE, DE SHIN SHEK PA NAM KYANG CJE SU YI
RANG NGO, CHOM DEN DE KYI DE KE CHE KA TSEL NE, TSE DANG DEN
PA SHA RI DU TAI BU DANG, JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO
PHAK PA CHENRESIK WANG CHUG DANG, THAM CHE DANG DEN PE
KHOR DE DAG DANG, LHA DANG, MI DANG, LHA MA YIN DANG, DRI SAR
CHE PE JIG TEN YI RANG TE, CHOM DEN DE KYI SUNG PA LA NGÖN
PAR TÖ DO //

TAYATHA, GATE GATE, PARA GATE, PARA SAM GATE, BODHI SOHA // **3X**

PHAK PA KON CHOG SUM GYI KAI DEN PA CHEN PÖ THOB KYI MI THÜN
PE CHOK THAM CHE CHIR, DOG PAR GYUR CHIG, ME PAR GYUR CHIG,
SHI WAR GYUR CHIG, DRA GEK BAR CHE MI THÜN PE CHOK RI NGEN
PA THAM CHE SHIN TIM KU RU YE SOHA //

GEK RIK TONG TRAG GYA CHU SHI WA DANG
MI THÜN NÖ PE KYEN DANG DREL WA DANG
THÜN PA DRUB CHING PHUN SUM TSOK GYUR PE
TASHI DE KYANG DENG DIR DE LEK SHOG //.

Mantras

1. TAYATHA, OM MUNI MUNI MAHA MUNI YE SOHA
2. OM MA NI PE ME HUNG
3. OM TARE TUTARE TURE SOHA
4. OM AH HUNG, BENZA GURU PEME SIDDHI HUNG
5. OM A RA PA TSA NA DHI
6. OM AMI DE WA HRI
7. TAYATHA, OM BEKHANZE BEKHANZE, MAHA BEKHANZE
BEKHANZE, RANZA SAMU GATE SOHA //

Dedicación del Méritos

JANG CHUB SEM CHOG RINPOCHE
MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG
KYE PA ÑYAM PA ME PA YANG
GONG NE GONG DU PHEL WAR SHOG //

Larga vida a Su Santidad el Dalai Lama

GANG RI RA WE KOR WE SHING KHAM DIR
PHEN DANG DE WA MA LÜ JUNG WE NEY
CHENRESIK WANG TENZIN GYATSO YI
SHAB PE SI THAI BAR DU 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 //

TÖN PA JIG TEN KHAM SU JÖN PA DANG
TEN PA ÑYI Ö SHIN DU SEL WA DANG
TENZIN PHU NU SHIN DU THUN PA DANG
TEN PA TÜN RING NEY PE TASHI SHOG //

KYE WA KUN TU YANG DAG LA MA DANG
DREL ME CHÖ KYI PHEL LA LONG CHOD NE
SA DANG LAM GYI YÖN TEN RAB DZOK NE
DOR JE CHANG GI GO PHANG ÑYUR THOB SHOG //

MÖN LAM LOG PE GYAL WE TEN PA LA
KHU WE NAG CHOG SUK CHEN SUK MED DE
SAM JOR NGEN PE JUK PA MA LÜ PA
CHOG SUM DEN PE TSE NE CHOD GYUR CHIG //.