

Short PHOWA Practice
(Práctica Corta de PHOWA)



Khenpo Samdup Rinpoche



Opening Prayers

(Plegarias de Apertura)

ALTRUISTIC MOTIVATION

(MOTIVACIÓN ALTRUISTA)

༄། །བདག་ལ་སྣང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ། གཞོད་པར་བྱེད་པའི་བགྱེགས། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་
མཁྱེན་པའི་བར་དུ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀེས་གཙོ་བས་པའི། མ་ནམ་མཁའ་དང་
མཉམ་པའི་སྐྱེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན། ལྷག་བསྐྱེད་དང་བྲལ། ལྷུང་དུ་སྒྲ་ན་བྱེད་པ་ཡང་
དག་པར་རོགས་པའི་བང་ཚུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བ།

འུམ་ལན་གསུམ།

DHAG-LA DANG WAR JYE-PA'I DRA/ NÖ-PAR JYE-PA'I GEG/
THAR-PA DANG THAM-CHE KHYEN-PA'I BAR-DU CHÖ-PAR JYE-PA
THAM-CHE-KYI TSO JYE PA'I/ MA NAM-KHA DANG NYAM-PA'I SEM-
CHEM THAM-CHE DE-WA DANG DEN/ DUG-NYAL DANG DREL
NYUR-DU LA-NA ME-PA YANG DAG-PAR DZOG-PA'I CHANG-CHUB
RIN-PO-CHE THOB-PAR JYA//

All mother sentient beings - especially those enemies who hate me, obstructors who harm me, and those who create obstacles on my path to liberation and omniscience, may they experience happiness, be separated from suffering and swiftly, I will establish them in the state of unsurpassed, perfect, complete, and precious Buddhahood.

Que todos los seres sintientes [mis madres] – especialmente aquellos enemigos que me odian, obstructores que me dañan, y aquellos que crean obstáculos en mi camino hacia la liberación y la omnisciencia–

Puedan ellos experimentar la felicidad, y ser separados del sufrimiento.

Yo los estableceré rápidamente en el estado insuperable, perfecto, completo y precioso de la Budeidad.

ACTION BODHICITTA PRAYER
(PLEGARIA DE ACCIÓN DE LA BODHICITTA)

། དྲེན་ཚེད་དུ་སངས་མ་རྒྱས་གི་བར་དུ་ལྷན་ལག་ཡིད་གསུམ་དགྲེ་བ་ལ་བཀོལ། མ་ཤིན་པར་དུ་
ལྷན་ལག་ཡིད་གསུམ་དགྲེ་བ་ལ་བཀོལ། དུང་ཉི་ཅུང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཉི་མ་སང་ད་ཅམ་གི་བར་དུ་
ལྷན་ལག་ཡིད་གསུམ་དགྲེ་བ་ལ་བཀོལ།

**DEI CHE-DU SANG MA-GYE KYI BAR-DU LU-NGAG YI-SUM GE-WA
LA KOL/ MA SHE'I BAR-DU LU-NGAG YI-SUM GE-WA LA KOL/ DU
DE-RING-NE SUNG-TE NYI-MA SANG DA TSAM-GYI BAR-DU
LU-NGAG YI-SUM GE-WA LA KOL//**

**Thus, until I achieve enlightenment, I perform virtuous deeds
With body, speech, and mind.**

Until death, I perform virtuous deeds with body, speech, and mind.

**From now until this time tomorrow, I perform virtuous deeds with
body, speech, and mind.**

***Así, hasta alcanzar la iluminación, yo realizaré actos virtuosos
con mi cuerpo, palabra y mente.***

***Hasta el día de mi muerte, yo realizaré actos virtuosos con mi
cuerpo, palabra y mente.***

***Desde ahora, hasta el día de mañana a la misma hora, yo
realizaré actos virtuosos con mi cuerpo, palabra y mente.***

LONG REFUGE PRAYER

(PLEGARIA LARGA DE REFUGIO)

། དེན་ཅན་རྩ་བ་དང་བརྒྱུད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སྐྱེས་པ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།
ཡི་དམ་དགེལ་འཁོར་གི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། སངས་རྒྱལ་བཙུག་ལྷན་འདས་རྣམས་
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། དམ་པའི་ཚོས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། འཕགས་པའི་དབྱེ་འདུན་རྣམས་ལ་
སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། དཔལ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྐྱོང་སྤྱང་མའི་ཚོགས་ཡུལ་ཕྱེས་ཀི་སྐུན་དང་ལྷན་པ་རྣམས་
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

འུམ་ལན་གསུམ།

DRIN-CHEN TSA-WA DANG GYU-PAR CHE-PA'I PAL-DEN LA-MA
DAM-PA NAM-LA KYAB-SU CHI O/ YIDAM KYIL KHOR-GYI
LHA-TSHOG NAM-LA KYAB-SU CHI O/ SANG-GYE CHOM-DEN DE
NAM-LA KYAB-SU CHI O/ DAM-PA'I CHÖ NAM-LA KYAB-SU CHI O/
PAG-PA'I GE-DUN NAM-LA KYAB-SU CHI O/ PA-WO KHA-DRO
CHÖ-KYONG SUNG-MA'I TSHOG YE-SHE KYI CHEN-DANG DEN-PA
NAM- LA KYAB-SU CHI O//

We take refuge in the kind root Lama and lineage Lamas.
We take refuge in the deities of the mandalas of the Yidams.
We take refuge in all the exalted Buddhas.
We take refuge in the perfect Dharma.
We take refuge in the excellent order of the Sanghas.
We take refuge in all the noble Dakas, Dakinis and Dharma-guardians
Possessors of the eye of wisdom.

*Tomamos refugio en el bondadoso Lama raíz y los Lamas del linaje.
Tomamos refugio en las deidades de los mandalas de los Yidams.
Tomamos refugio en todos los Budas exaltados.
Tomamos refugio en el perfecto Dharma.
Tomamos refugio en el orden excelente de las Sanghas.
Tomamos refugio en todos los nobles Dakas, Dakinis y demás
guardianes del Dharma, poseedores del ojo de la sabiduría.*

TAKING THE BODHISATTVA VOW
(TOMANDO EL VOTO DEL BODHISATTVA)

། བང་ཚུབ་སིང་པོར་མཆིས་ཀི་བར། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
ཆོས་དང་བང་ཚུབ་སྐྱེམས་དཔའ་ཡི། །ཚོགས་ལའང་དྲེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །
རི་ལྷར་ཚོན་གི་བདེ་གཤེགས་ཀེས། །བང་ཚུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །
བང་ཚུབ་སྐྱེམས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ། །དྲེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །
དྲེ་བཞིན་འགོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །བང་ཚུབ་སྐྱེམས་ནི་བསྐྱེད་བགི་ཞིང་། །
དྲེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགི། །
ཞུས་ལན་གསུམ།

CHANG CHUB NYING-POR CHI KYI BAR/ SANG-GYE NAM LA KYAB SU CHI/
CHÖ DANG CHANG CHUB SEM PA YI/ TSOG LA-YANG DE-SHIN KYAB SU
CHI/JI-TAR NGON GYI DE SHEG KYI/ CHANG CHUB THUB NI KYE PA
DANG/CHANG CHUB SEM PA'I LAB PA LA/ DE DAG RIM SHIN NE PA TAR/
DE SHIN DRO LA PHEN DON DU/ CHANG CHUB SEM NI KYE GYI SHING/
DE SHIN DU NI LAB PA LA/ RIM PA SHIN DU LAB PAR GYI//

Until I attain the heart of enlightenment, I take refuge in all the Buddhas.
I take refuge in the Dharma and likewise in the assembly of the Bodhisattvas.

As the previous Buddhas embraced the enlightened mind and progressed
On the Bodhisattvas' path, I, too, for the benefit of all sentient beings, give
birth to bodhicitta, and apply myself to accomplish the stages of the path.

*Hasta alcanzar el corazón de la iluminación, tomo refugio en todos los Budas.
Tomo refugio en el Dharma y, asimismo, en el conjunto de Bodhisattvas.*

*Así como los Budas anteriores acogieron la mente despierta y progresaron
en el camino del Bodhisattva, yo también, para el beneficio de todos los
seres sintientes, doy a luz a la bodhicitta, y me dedicaré a cumplir las etapas
del camino.*

SHORT REFUGE PRAYER

(PLEGARIA CORTA DE REFUGIO)

སང་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀི་མཚོག་རྣམས་ལ། ། བང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆོ། །
བདག་གི་སེམས་སྐྱབས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀིས། ། འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །
ཞུས་ལན་གསུམ།

SANG-GYE CHÖ-DANG TSOG-KYI CHOG-NAM LA/
CHANG-CHUB BAR-DU DAG-NI KYAB-SU CHI/
DAG-GI JYIN-SOK GYI-PA'I SO-NAM KYI/
DRO-LA PEN-CHIR SANG-GYE DRUB-PAR SHOG//

**In the Buddha, the Dharma and Sangha most excellent,
I take refuge until enlightenment is reached.
By the merit of generosity and other good deeds,
May I attain buddhahood for the sake of all sentient beings.**

***En el Buda, el Dharma y la Sangha excelente,
tomo refugio hasta alcanzar la iluminación.
Por el mérito de la generosidad y otras acciones
virtuosas, pueda alcanzar la budeidad en beneficio de todos los
seres sintientes.***

THE FOUR IMMEASURABLES (LOS CUATRO INCONMESURABLES)

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སྤྲུལ་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །
སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་གི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག ། སྤྲུག་བསྐྱེད་ལྷེད་པའི་བདེ་བ་དང་མི་བྲལ་བར་
གྱུར་ཅིག ། ཉེ་རིང་ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བདེ་བ་དང་སྤོངས་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །
ཞུས་ལན་གསུམ།

MA NAM-KHA DANG NYAM-PA'I SEM-CHEN TAM-CHAY DE-WA DANG
DE-WA'I GYU-DANG DEN-PAR GYUR CHIK/
DUG-NGAL DANG DUG-NGAL GYI GYU DANG DRAL -WAR GYUR CHIK/
DUG-NGAL ME-PAY DE-WA DANG MI DRAL-WAR GYUR CHIG/
NYE-RING CHAK-DANG NYI-DANG DRAL-WAY TANG NYOM-LA
NE-PAR GYUR CHIG//

May all mother sentient beings, boundless as the sky, have happiness
and the causes of happiness.

May they be liberated from suffering and the causes of suffering.

May they never be separated from the happiness that is free from sorrow.

May they rest in equanimity, free from attachment and aversion.

*Que todos los seres sintientes [mis madres], inagotables como el cielo,
alcancen la felicidad y todas las causas de la felicidad.*

Que sean liberados del sufrimiento y las causas del sufrimiento.

Que nunca se encuentren separados de la felicidad, libre de aflicción.

Que descansen en ecuanimidad, libre de apego y aversión.

Go to page 14

SEVEN LIMB PRAYER
(PLEGARIA DE LOS SIETE MIEMBROS)

༄༅། ཁྱིཾ་སྲུང་སྲུང་ག་ཕོགས་བརྩུའི་འཇིག་རྟེན་ན། །དུས་གསུམ་གསུམ་པ་མི་ཡི་སྲུངེ་གུན། །
བདག་གི་མ་ལྷན་ཏེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ། །ལྷན་དང་དག་ཡིད་དྲང་བས་ཕག་བགོའོ། །

JI-NYE SU-DAG CHOG-CHU JIG-TEN TEN-NA/
DU-SUM SHEG-PA MI-YI SENG-GE KUN/
DAG-GI MA-LÜ DE-DAG TAM-CHE LA/
LU-DANG NGAG-YI DANG-WAY CHAG-GYI-O/

I bow down respectfully with my body, speech and faithful mind to all Tathagatas in the ten directions, those who have already reached the Tathagata state, those who are reaching it at present, and those Tathagatas still to come.

Respetuosamente, hago reverencia con mi cuerpo, palabra y mente devota a todos los Tathagatas de las diez direcciones, aquellos que ya han alcanzado el estado de Tathagata, aquellos que se encuentran alcanzándolo en tiempo presente, y aquellos Tathagatas por venir.

བཟང་པོ་སྲོད་པའི་སོན་ལམ་སོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་གི་མངོན་སུམ་དུ། །
ཞིང་གི་རྒྱལ་སྲུང་ལྷན་རབ་བདུད་པ་ཡིས། རྒྱལ་བ་གུན་ལ་རབ་ཏུ་ཕག་འཚལ་ལོ། །

ZANG-PO CHÖ-PA'I MON-LAM TOB-DA GI/
GYAL-WA TAM-CHE YI-KYI NGON-SUM DU/
ZHING-GI DUL-NYE LÜ-RAB TU-PA YI/
GYAL-WA KUN-LA RAB-TU CHAG-TSAL LO/

Through the power of Samantabhadra's prayers, may all Buddhas manifest vividly in my mind. I prostrate to them, multiplying my body as many times as there are atoms of the earth.

Mediante el poder de las plegarias de Samantabhadra, que todos los Budas se manifiesten vívidamente en mi mente. Me postro ante ellos, multiplicando mi cuerpo tantas veces como hay átomos en la tierra.

རྩལ་གཅིག་སྐྱེང་ན་རྩལ་སྐྱེང་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྲས་ཀི་དབྱུས་ན་བཞུགས་པ་དག །
ཏྲེ་ལྷར་ཚོས་ཀི་དབིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །
DUL-CHIG TENG-NA DUL-NYE SANG-GYE NAM/
SANG-GYE SA-KYI Ü-NA SHUG-PA DAG/
DE-TAR CHO-KYI YING-NAM MA-LÜ PA/
TAM-CHE GYAL-WA DAG-GI GANG-WAR MÖ/

In each atom, I visualize as many Buddhas as there are atoms, surrounded by countless Bodhisattvas. Thus, all space is filled with Buddhas and Bodhisattvas.

En cada átomo visualizo tantos Budas como hay átomos, rodeado de incontables Bodhisattvas; de este modo, todo el espacio se encuentra lleno de Budas y Bodhisattvas.

ཏྲེ་དག་བཞུགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཚོ་རྣམས། །དབངས་ཀི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱ་ཀུན་གིས། །
རྒྱལ་བ་ཀུན་གི་ཡོན་ཏན་རབ་བཅོད་ཅིང་། །བཏྲེ་བར་གཞུགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསོད། །
DE-DAG NGAG-PA MI-ZE GYA-TSO NAM/
YANG-YI YEN-LAG GYA-TSO'I DRA-KUN GYI/
GYAL-WA KUN-GYI YON-TEN RAB-JÖ CHING/
DE-WAR SHEG-PA TAM-CHE DAG-GI TÖ/

I praise all Buddhas through magnificent chanting, expressing the great ocean of their excellent qualities.

Venero a todos los Budas mediante magníficos cantos, expresando el gran océano de sus excelentes cualidades.

སྐྱེ་ཏོག་དམ་པ་སྐྱེང་བ་དམ་པ་དང་། །སིལ་སན་རྣམས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཚོག་དང་། །
མར་སྐྱེ་མཚོག་དང་བདུག་སོས་དམ་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་ཏྲེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགོ། །
ME-TOG DAM-PA TRENG-WA DAM-PA DANG/
SIL-NYAM NAM-DANG JYUG-PA DUG-CHOG DANG/
MAR-ME CHOG-DANG DUG-PÖ DAM-PA YI/
GYAL-WA DE-DAG LA-NI CHÖ-PAR GYI/

To all Buddhas, I make offerings of various pure flowers, flower garlands, of music, anointing oils, magnificent light and fragrant incense.

A todos los Budas hago ofrendas de varias flores puras, guirnaldas de flores, de música, aceite de unción, majestuosa luz e incienso aromático.

ན་བཟའ་དམ་པ་རྣམ་དང་དི་མཚོག་དང་། རྩེ་མའི་ཕུར་མ་རི་རབ་མཉམ་པ་དང་། །
བཀོད་པ་ཁད་པར་འཕགས་པའི་མཚོག་ཀུན་གིས། རྒྱལ་བ་དྲེ་དག་ལ་ནི་མཚོད་པར་བགོ། །

NA-ZA DAM-PA NAM-DANG DRI-CHOG DANG/
CHE-MA PUR-MA RI-RAB NYAM-PA DANG/
KÖD-PA'I KYE-PAR PHAG-PE'I CHO-KUN-GI/
GYAL-WA DE-DAG LA-NI CHÖ-PAR GYI/

I make offerings to them, of fine garments, perfume, and pot-pouri piled high as Mount Meru and arranged in the most beautiful way.

Hago ofrendas para ellos de prendas finas, perfume y pilas de popurrí tan altas como el Monte Meru, colocados de la forma más bella.

མཚོད་པ་གང་རྣམས་སྐྱེད་རྒྱ་ཆེ་བ། དྲེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས། །
བཟང་པོ་སྦྱོད་ལ་དད་པའི་སོབས་དག་གིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕག་འཚལ་མཚོད་པར་བགོ། །

CHÖ-PA GANG-NAM LA-ME GYA-CHE WA/
DE-DAG GYAL-WA TAM-CHE LA-YANG MÖ/
ZANG-PO CHÖ-LA DE-PA'I TOB-DAG GI/
GYAL-WA KUN-LA CHAG TSAL CHÖ-PAR GYI/

I visualize the highest and most extensive offerings and offer them with great faith to all Buddhas. I prostrate to the Buddhas and make offerings to them, following the deeds of the great Bodhisattva Samantabhadra.

Visualizo las más altas y extensas ofrendas, y las ofrezco con gran fe a todos los Budas. Me postro ante los Budas, y les hago ofrendas siguiendo las acciones del gran Bodhisattva Samantabhadra.

འདོད་ཆགས་ཉེ་ལྔ་གཉི་ལྷན་དབང་གིས་ནི། །ལྷན་དང་ངག་དང་ཉེ་བཞིན་ཡིད་གིས་ཀང་། །
རྗེས་པ་བདག་གིས་བགིས་པ་ཅི་མཆིས་པ། །ཉེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོ་སོར་བཤགས། །
DÖG-CHAG ZHE-DANG TI-MUG WANG-GI NI/
LÜ-DANG NGAG-DANG DE-ZHIN YI-KYI KYANG/
DIG-PA DAG-GI GYI PA CHI-CHI PA/
DE-DAG TAM-CHE DAG-GI SO-SOR SHAG/

I confess to you, Buddhas, whatever negative actions I have committed due to the power of anger, desire and ignorance.

Yo me confieso ante ustedes, Budas, de cualquier acción negativa que haya cometido por el poder de la ira o el enojo, el deseo y la ignorancia.

ཕྱོགས་བསྟེན་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱས་སྤྱུག་། །རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་སློབ་དང་མི་སློབ་དང་། །
འགྲོ་བ་ཀུན་གི་བསོད་ནམས་གང་ལ་ཡང་། །ཉེ་དག་ཀུན་གི་ཉེས་སུ་བདག་ཡི་རང་། །
CHOG-CHU GYAL-WA KUN-DANG SANG-GYE SA'I/
RANG-GYAL NAM-DANG LOB-DANG MI-LOB DANG/
DRO-WA KUN-GYI SO-NAM GANG-LA YANG/
DE-DAG KUN-GYI JE-SU DANG-YI RANG/

I rejoice in the merit of all the Buddhas in the ten directions, of the great Bodhisattvas and Pratyekabuddhas, those who have attained arhatship, those who have entered the path of arhatship and all other beings.

Me regocijo en el mérito de todos los Budas de las diez direcciones, de los grandes Bodhisattvas y Pratyekabuddhas, aquellos que se han convertido en arhat, aquellos que han entrado al sendero del arhat, y todos los otros seres.

གང་རྣམས་ཕོགས་བརྒྱའི་འཇིག་རྩེན་སྒོན་མཉེན་དག །
 བང་ལྷུབ་རིམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་ཆགས་བརྩེས། །
 མགོན་པོ་དྲེ་དག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ། །འཁོར་ལོ་སློན་མཉེན་པ་བསོར་བར་བསྐྱུལ། །
 GANG-NAM CHOG-CHU'I JIG-TEN DRON-ME NAM/
 JANG-CHUB RIM-PAR SANG-GYE MA-CHAG NYE/
 GON-PO DE-TAG DAG-GI TAM-CHE LA/
 KHOR-LO LA-NA MED-PA KOR-WA KUL/

I request to all great protectors and Buddhas to turn the highest wheel of Dharma as the light dispelling the darkness of beings in the ten Directions and leading them gradually to the enlightened state.

Solicito a todos los Grandes Protectores y Budas que giren la más alta rueda del Dharma, como la luz disipando la oscuridad de los seres en las diez direcciones, y guiándolos gradualmente al estado iluminado.

ལྷ་དན་འདའ་བར་བཞུད་ཀུན་དྲེ་དག་ལ། །འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་ཅིང་བརྩེ་བའི་ཕྱིར། །
 བསལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་སྤྱེད་བཞུགས་པར་ཡང་། །བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སར་གསོལ་བར་བགོ། །
 NYA-NGYAN DAY-TON GANG-SHIK DE-TAG LA/
 DRO-WA KUN-LA PHEN-ZHING DE-WA'I CHIR/
 KAL-PA ZHING-GI DUL-NYE ZHUG-PAR YANG/
 DAG-GI THEL-MO RAB-JYAR SOL-WAR GYI/

I supplicate those Buddhas intending to pass into parinirvana to live long, for as many aeons as there are atoms of the earth in order to benefit all beings.

Solicito a aquellos Budas que aspiran a acceder al parinirvana, que tenga yo una larga vida, por tantos eones como hay átomos en la tierra, a fin de beneficiar a todos los seres sintientes.

ཕག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་། ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡིས། །
དགྲེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། ། ཐམས་ཅད་རོགས་པའི་བང་ལྷུབ་མིར་བསྐྱོད། །

CHAG-TSAL WA-DANG CHÖ-CHING SHAG-PA DANG/
JE-SU YI-RANG KUL-ZHING SOL-WA YI/
GE-WA CHUNG-ZA'I DAG-GI CHI-SAG PA/
THAM-CHE ZOK-PA'I CHANG-CHUB CHIR-NGO O//

Whatever merit I have gathered through prostrations, offerings, confession, rejoicing, beseeching, and praying for the sake of the enlightenment of all sentient beings. All this I dedicate.

Cualquier mérito que haya acumulado por medio de postraciones, ofrendas, confesiones, regocijo, súplicas y plegarias para el beneficio de todos los seres sintientes, todo esto yo lo dedico.

SUPPLICATION TO LORD JIGTEN SUMGON
(SÚPLICA AL SEÑOR JIGTEN SUMGÖN)

༄༅། །སྐྱབས་འདྲེན་གིས་དོ་སྦྱོང་འཇམ་གིང་བརྒྱན། །བྲགས་པས་སོང་གསུམ་ཡོངས་ལ་ཁབ། །
ཚོད་སྦྱོང་རྒྱལ་བ་རོ་རྩེ་འཆང་། །པ་འཇིག་རྩེན་མགོན་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད། །
དུས་རག་དུ་བསམ་རྒྱུ་ཁོད་ལས་སྦྱོང། །བེན་གིས་རོབས་ཤིག་ལྷགས་རྩེ་ཅན། །
སིང་གི་སྐྱེན་པ་བསལ་ནས་ཀང་། །སྦྱིམས་སོས་བྲལ་དུ་རོགས་བར་བེན་གིས་རོབས། །

KYAB-DREN-GYI DHO-ME ZAM-LING GYEN/
DRAG-PAY TONG-SUM YON-LA KHYAB/
TSÖ-MEY GYAL-WA DOR-JE CHANG/
PHA-JIG-TEN GON-PA'I SHAB-LA DU/
DÜ-TAG-TU SAM-GYU KHYÖ-LAY MEY/
JIN-GYI LOB-SHIG THU-JE CHEN/
NYING-GI MUN-PA SEL-NEY KYANG/
SEM TRÖ DREL-DU TOG-PAR JIN-GYI LOB//

Unequaled refuge, ornament of the world, your fame pervades the
three thousand worlds you are the victor, Vajradhara, without a doubt.
I bow at the feet of the father, Jigten Sumgön.

*Inigualable refugio, ornamento del mundo, tu fama permea a los tres
mil mundos. Sin duda, tú eres el vencedor Vajradhara. Hago reverencia
ante los pies del padre, Jigten Sumgön.*

Continually, I think of no one but you.
Compassionate One, grant your blessings.
Dispel the darkness that surrounds my heart.
Please bless me so that I can realize the unelaborated nature of mind.

*Continuamente pienso en nadie más que en ti.
El Compasivo, otorga tus bendiciones.
Disipa la obscuridad que rodea mi corazón.
Por favor bendíceme para así poder alcanzar la
naturaleza de la mente.*

Long Vajrasattva Mantra

ཨོཾ་བདུ་སཏྲ་སམ་ཡཱ། མ་རུ་པྲ་ལ་ཡཱ། བདུ་སཏྲ་ཏེ་ནོ་བ། འུའུ་རྩོ་མེ་ན་མ། སུ་ཏོ་ཤོ་མེ་ན་མ། སུ་པོ་ཤོ་མེ་ན་མ།
ཨ་རུ་རགྟོ་མེ་ན་མ། སའ་སྤྱི་ལྷེ་བྲ་ཡལྷ། སའ་ཀམ་སུ་ཙ་མེ་ཙནྱ། འུ་ཡེལ་རྩ་རྩྱ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོཾ།
ན་ག་མན་སའ་ཏ་སྲ་ག་ཏ། བདུ་སྲ་སུལྷ། བའི་ན་མ། མ་རུ་སམ་ཡཱ་སཏྲ་ལྷེཾ།

**OM BADSRA SATVA SAMAYA/ MANU PALAYA/ BADSRA SATVA TENOPA/
TISHT'A DRIDHO ME BHAVA/ SUTO K'JO ME BHAVA/ SUPO K'JO ME BHAVA/
ANU RAKTO ME BHAVA/ SARVA SIDDHIM ME PRAJATS'A/
SARVA KARMA SUTSA ME TSITTAM SHIRJA KURU HUNG/
HAHA HAHA HO/ BHAGAVAN SARVA TAT'AGATA/
BADSRA MA ME MUN TSA/ BADSRI BHAVA/ MAHA SAMAYA SATVA AH**

Invocation of Lord Jigten Sumgon's Love and Compassion

༄། ལྷ་མའི་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་པ་ནི།	ལྷ་མ་མཁྱེན་ནོ།	ལན་གསུམ།	པདལ་ལྷན་སྐྱམ།	སྐྱེ་བཞིའི་དབང་ཕུག།
<i>Invocation of Lama's love and compassion:</i>	La-Ma Khyen-No Lama, please heed me!	<i>(Repeat 3 times.)</i>	Pal-Den La-Ma/ Glorious Lama,	Ku-Zhi'i Wang-Chug/ Lord of the Four Kayas,
པདམ་པོ་བཀའ་བརྒྱུད།	ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱུ།		འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན།	དམ་པའི་ལམ་སྟོན།
Dag-Po Ka-Gyü/ Dagpo Kagyu,	Yong-Kyi Tsug-Gyen/ the crown of all,		Dro-Wai De-Pön/ the Leader of Beings,	Dam-Pai Lam-Tön/ the Guide on the Sacred Path,
ཐུགས་རྗེའི་མངའ་བདག།	རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ།		བཀའ་དྲིན་རྩ་བཤམ།	སྟོན་པ་རྩ་མེད།
Thug-Jei Nga-Dag/ the embodiment of compassion,	Gyal-Wai Gyal-Tshab/ the regent of the Buddha,		Ka-Drin Da-Drel/ the incomparable Gracious One,	Tön-Pa Da-Me/ peerless teacher,
དོ་རྗེ་འཆང་དབང་མགོན་པོ་འབྲི་གུང་པ་ཆེན་པོ་མཁྱེན་ནོ།		གསོལ་བ་འདེབས་སོ།		ཐུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤེག།
Do-Je Chang-Wang Gön-Po Dri-Gung-Pa Chen-Po Khyen-No/ the Great Protector Drikungpa – Vajradhara, please heed me!		Sol-Wa Deb-So / I pray,		Thug-Je Zig-Shig/ look upon me with compassion and
བྱིན་གྱིས་རྫོབས་ཤིག།	དངོས་གུབ་རྣམ་གཉིས།	ད་ལྟ་སྟེལ་ཅིག།		དོན་གཉིས་ལྷན་གུབ།
Jyin-Gyi Lob-Shig/ bestow upon me blessings and	Ngö-Drub Nam-Nyi/ the two accomplishments.	Da-Ta Tsol-Chig/ Grant me now, of spontaneous attainment of the two benefits, for oneself and others		Dön-Nyi Lhün-Drub/ the two benefits, for oneself and others
འབྲས་བུ་སྟེལ་ཅིག།	ཅེས་ལན་གསུམ་བཞུང།			
Dre-Bu Tsol-Chig// Bestow upon me the fruit.	<i>(Repeat 3 times)</i>			

LAMA KHYENNO (Repeat three times)-
PALDEN LAMA-KUZHI'I WANG CHUG- DAGPO KAGYÜ-
YONG KYI TSUG GYEN-DROWAI DE PÖN-DAM PAI LAMTÖN-THUG JEI NGA
DAG-GYAL WAI GYAL TSHAB-KA DRIN DADREL- TÖNPA DAME
DOJE CHANG WANG-GÖN PO DRI GUNG PA CHEN PO KYEN NO SOL WA DEB
SO-THUG- JE ZIG-SHIG JYIN-GYI LOB-SHIG NGÖ-DRUB NAM-NYI DA-TA
TSOL-CHIG DÖN-NYI LHÜN-DRUB DRE-BU TSOL-CHIG

Lama please heed me! (Repeat three times)
Glorious Lama, Lord of the Four Kayas, Dagpo Kagyu, the crown of all, the Leader of Beings, the guide on the Sacred Path, the embodiment of Compassion, the regent of the Buddha, the incomparable Gracious One, peerless teacher, the Great Protector Drigungpa-Vajradhara, please heed me!
I pray, look upon me with compassion, and bestow upon me blessings and the two accomplishments.
Grant me now of spontaneous attainment of the two benefits, for oneself and others.
Bestow upon me the fruit. (Repeat three times)



SHORT FORM OF PHOWA LINEAGE PRAYER

(PLEGARIA CORTA DEL LINAJEDEL PHOWA)

1) ORGYEN PEMA JUNG NE LA SOL WA DEB/

DZAB LAM PHO WA JYONG PAR JIN GYI LOB/
NYUR LAM PHO WE KHA CHÖ DRÖ PAR JIN GYI LOB/
DAG SOG DI NE TSHE PHÖ GYUR MA THAG/
~~TSEN DE DI NE TSHE PHO GYUR PA DI/~~ (Do not use for now)
DE WA CHEN DU KYE WAR JIN GYI LOB/
SANG GYE ÖD PAG ME LA CHAG TSHAL LO/

I pray to Padmasambhava from Orgyen,
bestow your blessing for the realization of the profound path of Phowa.
Bestow your blessing to reach the Pure Land by the quick path of Phowa.
When we die, may we immediately,
~~May the deceased immediately.~~
be born in the blissful Pure Land of Sukhavati.
I prostrate to the Buddha Amitabha.

*Yo ruego a Padma Sambhava de Orgyen,
concede tus bendiciones para la realización del profundo camino de Phowa.
Concede tus bendiciones para alcanzar la Tierra Pura por el rápido camino
del Phowa.
Cuando muramos, que nosotros inmediatamente,
(Que los fallecidos inmediatamente)
Seamos nacidos en la dichosa Tierra Pura de Sukhavati
Me postro ante el Buda Amitabha.*

- 2) TER TÖN NYI DA SANG GYE LA SOL WA DEB/
- 3) TSHUNG ME NAM KHA GYAL TSHEN LA SOL WA DEB/
- 4) TOG DEN SANG-GHA BHA DRA LA SOL WA DEB/
- 5) PHA GÖ DRI ME LO DRÖ LA SOL WA DEB/
- 6) CHÖ JE SANG GYE GYAL TSHEN LA SOL WA DEB/
- 7) TSUNG ME MA TPI TSHEN CHEN LA SOL WA DEB/
- 8) YONG DZIN PHÜN TSHOG NAM GYAL LA SOL WA DEB/
- 9) KHEN CHEN NAM JOM PHÜN TSHOG LA SOL WA DEB/
- 10) JE TSÜN KÖN CHOĞ RATNA LA SOL WA DEB/
- 11) RIG ZIN CHÖ KYI DRAG PA LA SOL WA DEB/

- 12) KÖN CHOG TRIN LE NAM GYAL LA SOL WA DEB/
- 13) KÖN CHOG TRIN LE SANG PO LA SOL WA DEB/
- 14) TRIN LE DÖN DRUB CHÖ GYAL LA SOL WA DEB/
- 15) KÖN CHOG TEN ZIN DRO DUL LA SOL WA DEB/
- 16) YONG ZIN CHÖ KYI GYAL TSHEN LA SOL WA DEB/
- 17) TEN ZIN CHÖ KYI NYI MA LA SOL WA DEB/
- 18) KHYAB DAG PEMAI GYAL TSHEN LA SOL WA DEB/
- 19) JE TSÜN DHARMA DO DZA LA SOL WA DEB/
- 20) GAR CHEN JANG CHUB WANG PO LA SOL WA DEB/
- 21) TRI CHEN LO DRÖ GYAL TSHEN LA SOL WA DEB/
- 22) RIN CHEN TEN PAI ZE GYEN LA SOL WA DEB/
- 23) KÖN CHOG THUG JE NYI MA LA SOL WA DEB/
- 24) LHO TRUL CHÖ WANG LO DRÖ LA SOL WA DEB/
- 25) O GYEN NÜ DEN DOR JE LA SOL WA DEB/
- 26) JE TSÜN KON CHOG CHÖ KYAB LA SOL WA DEB/
- 27) TEN ZIN CHÖ KYI LO DRÖ LA SOL WA DEB/
- 28) THUB TEN ZHI WAI LO DRÖ LA SO WA DEB/
- 29) TEN ZIN CHÖ KYI JUNG NE LA SOL WA DEB/

DRIN CHEN TSA WAI LA MA LA SOL WA DEB/
 DZAB LAM PHO WA JYONG PAR JIN GYI LOB/
 NJUR LAM PHO WEI KHA CHÖ DRÖ PAR JIN GYI LOB/
 DAG SOG DI NE TSHE PHÖ GYUR MA THAG/
 DE WA CHEN DU KYE WAR JIN GYI LOB/
 SANG GYE ÖD PAG ME LA CHAG TSAL LO/ (3 Times)

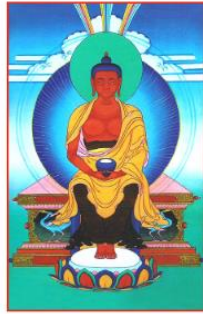
I pray to the Gracious Root-Guru,
 Bestow your blessing for the realization of the profound path of Phowa.
 Bestow your blessing to reach the Pure Land by the quick path of Phowa.
 The moment we die, may we be born in the blissful Pure Land of Sukhavati.
 I prostrate to the Buddha Amitabha.

*Yo ruego al bondadoso Gurú Raíz,
 Concede tus bendiciones para la realización del profundo camino de Phowa.
 Concede tus bendiciones para alcanzar la Tierra Pura por el rápido camino del
 Phowa.
 Cuando muramos, que nosotros inmediatamente
 Seamos nacidos en la dichosa Tierra Pura de Sukhavati
 Me postro ante el Buda Amitabha.*

The Oral Transmission of the Condensed Drikung Phowa Practice



Amitayus



Amitabha

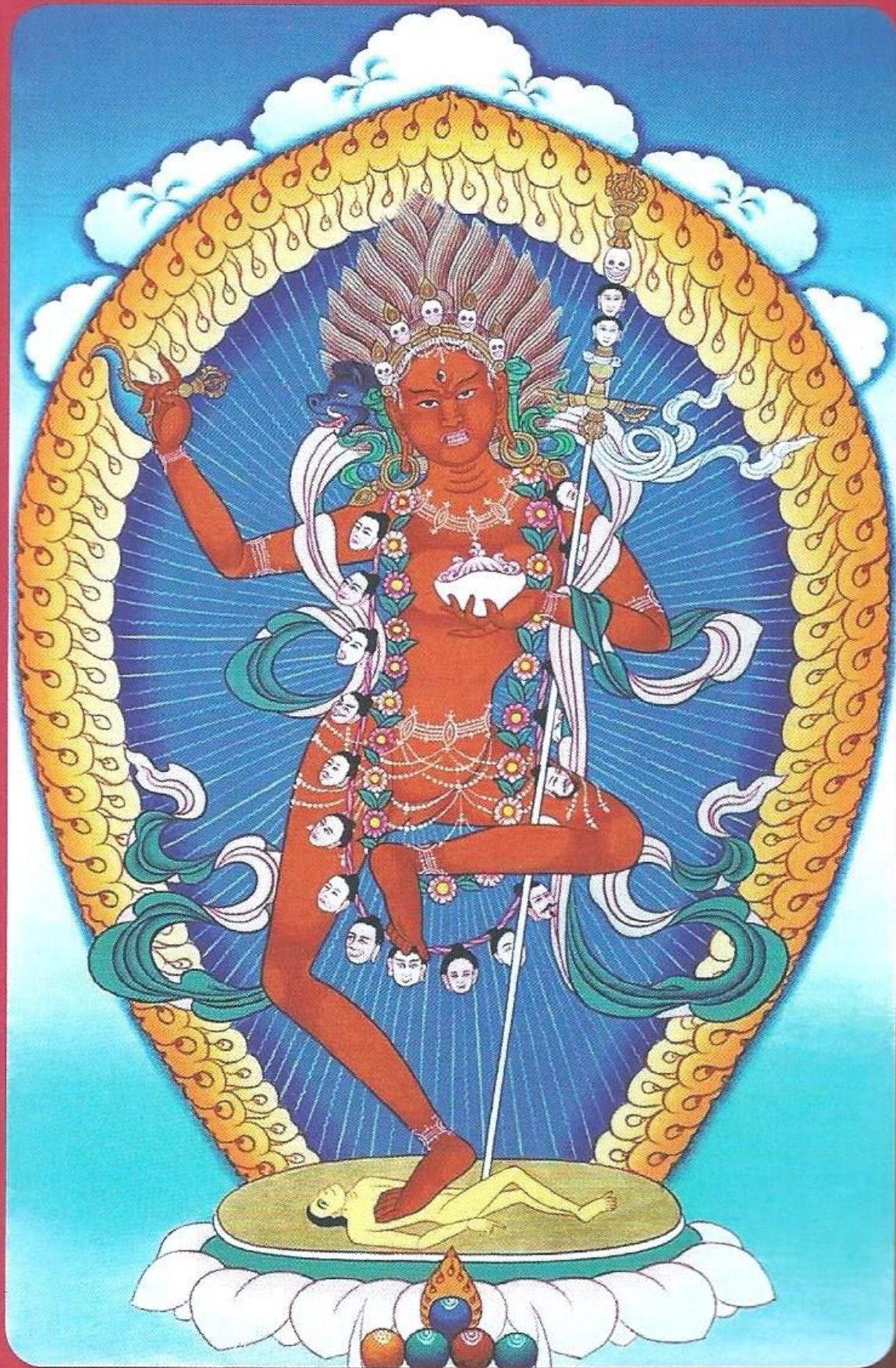


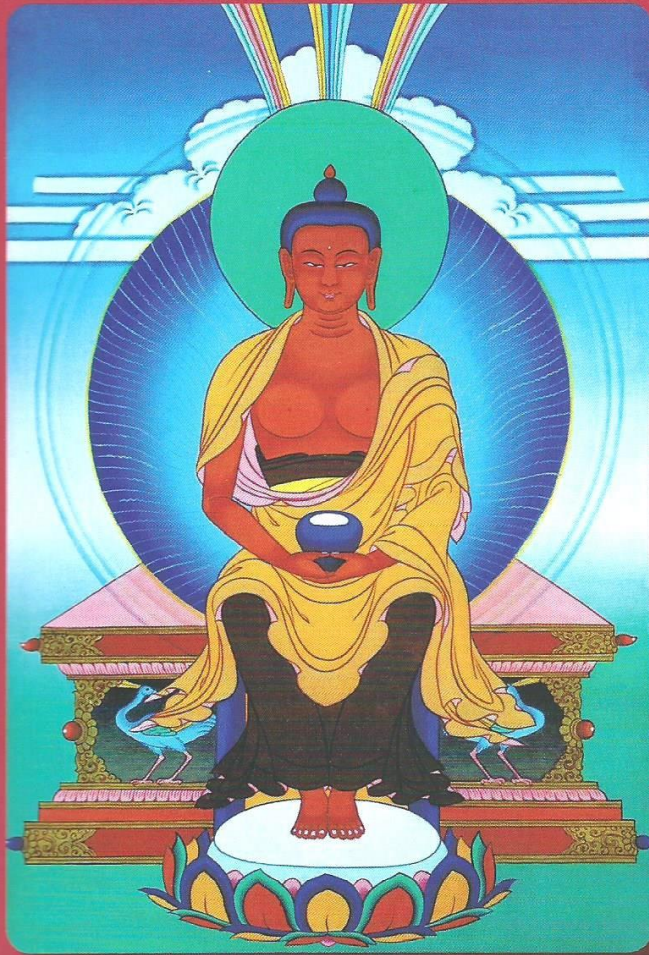
Vajrayogini



Central Channel

Transmisión Oral
Condensada de la
Práctica Drikung de
Phowa





Buddha Amitabha
Channel, Lotus and Bindu

(Buda Amitabha Canal, Loto y Bindu)

The Oral Transmission of the Condensed Drikung Phowa Practice

(Transmisión Oral Condensada de la Práctica Drikung de Phowa)

ཨྲ། དཀོན་མཚོག་གསུམ་དངོས་སྣ་མ་ལ། བང་ཚུབ་བར་དུ་སའས་སུ་མཚེ།
KON CHOK SUM NGÖ LAMA LA/ JANG CHUB BAR DU KYAB SU CHI/

མ་གུར་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་སྣོན། ཟབ་ལམ་སིང་པོ་བསོམ་པར་བ། ལན་གསུམ།
MA GYUR DRO PAI DÖN JYE LÖ/ ZAB LAM NYING PO GOM PAR JA (recite three times)

Until I become enlightened, I take refuge in the guru who is the Three Jewels.
Through the mind that seeks to benefit all mother beings, I meditate on the
essence of the profound path. (recite three times)

*Hasta alcanzar la iluminación, yo tomo refugio en el Guru, quien es las Tres Joyas.
A través de la mente que busca beneficiar a todos los seres [mis madres], medito
en la esencia del sendero profundo. (Recitar tres veces)*

སོ་པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་ཕག་མོ་དམར། གི་གུག་ཐོད་འཛིན་ན་ལྷག་ཕག་ཞལ་རྩར།
TONG PAI NGANG LE RANG NYID PAG MO MAR/ DRI GUG THÖD DZIN NA
TAG PAG ZHAL NGUR/

གཞུང་བུ་རུས་པའི་རྒྱན་ཅན་གར་སའས་རོལ།
མི་གསལ་ནང་གསལ་ལུས་དབུས་རྩ་དབུ་མ།
CHER BU RÜ PAI GYAN CHIN GAR TAB RÖL CHIG LA NANG LA LÜ Ü TSA U MA

ི་སོ་ནང་དམར་མཚན་ཉིད་བཞི་དང་ལྗན། ཡར་སྤེལ་ཚང་བུག་མར་སྤེལ་གསང་གནས་ཟུམ།
CHI NGO NANG MAR TSAN NYID ZHI DANG DAN YAR NE TSANG
UG MAR NE SANG NA ZUM

སིང་ཁར་པད་དམར་ཟྱེའུ་འབྱར་རྣམ་བྱེས་ཀྱི། ངོ་བོ་ཐིག་ལྷེ་དམར་པོ་སན་མ་ཅམ།
NYING KAR PAI MAR ZE U DUR NAM SHE KYI/ NGO WO TIG LE MAR
PO SAN MA TSAM/

སྣམ་ལ་འགྲིལ་བ་འཕར་འདར་ལིང་རྩེར་གསལ། སྤྱི་བོར་རྩ་བའི་སྣ་མ་འོད་དཔག་བྱེད།
NUM LA DRIL PA PAR DAR LING NGER SEL/ CHI POR TSA WAI LAMA ÖPAG ME/

བཞེངས་ཐབས་ཞབས་མཐིལ་ཚངས་བུག་བཀག་པར་གསལ། རྩེས་གསལ་བཏབ་མོ་ས་གུས་དག་པོས།
ZHING THAB ZHAB THIL TSANG BUG KA PAR SEL CHE SEL TAB MÖ GU DRAG PÖ⁷⁴

Visualization

From the sphere of emptiness I arise as red Vajravarahri. She holds a curved knife and skull cup.

Her face is that of a grunting sow with an upturned nose. She is naked, adorned by bone ornaments and dancing

The inside and outside of her body is transparent. In the center of the body is the central channel; it is blue on the outside, red on the inside and possesses the four characteristics.

There is a hole in the upper end of the channel and it is closed below the secret place at the bottom. At the heart center, is a red lotus, on its pollen bed, is a red bindu that is only the size of a pea.

It is the nature of consciousness. It is shiny, round, bouncing, vibrating, and transparently glimmering. Your Root Guru, Amitabha, is sitting with the soles of his feet on the Brahma aperture.

The hole at the upper end of the central channel at the crown of your head. Visualizing thus, with strong humility and affection (pray):

Desde la esfera de la vacuidad, surjo como la Vajravarahri roja. Ella sujeta un cuchillo curvo y una copa de cráneo.

Su rostro es el de una cerda gruñona con nariz respingona. Se encuentra desnuda, adornada de ornamentos de hueso, bailando.

El interior y el exterior de su cuerpo es transparente. En el centro del cuerpo se encuentra el canal central; tes azul por fuera, rojo por dentro y posee las cuatro características.

Hay un agujero en el extremo superior del canal, que se encuentra cerrado en el lugar oculto de la parte inferior. En el centro del corazón hay un loto rojo en una cama de polen, donde se encuentra un bindu rojo del tamaño de un chícharo.

Es la naturaleza de la conciencia: brillante, redonda, vigorosa, vibrante, transparente y reluciente. Tu Guru Raíz, Amitabha, está sentado con las plantas de sus pies en la apertura de Brahma.

(Visualiza el agujero en el extremo superior del canal central sobre la coronilla de tu cabeza, y con gran humildad y cariño reza):

ཕྱ་བའི་སྐྱ་མ་བདེར་གཤེགས་འོད་དཔག་ཟྱེད། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འབྲངས།
TSA WAI LAMA DER SHEG ÖPAG ME/ SÖL WA DEB SO SAB LAM PHOWA JONG/

ཅིན་གྱི་ལོབ་ཤི་ཤེ་ཏི་ཕོ་མ་ཐག། བདེ་ཚུན་ཞིང་མགོན་ལྷགས་དང་དབྱེར་ཟྱེད་ཤོག།
CHIN GYI LOB SHI TSE DI PHÖ MA THAG/ DE CHEN ZHING GÖN THUK
DANG YER MED SHOG/ (3 Times)

Root Guru, Tathagata Amitabha, I supplicate you to develop (in me) the profound path of Phowa.
By your blessings, as soon as I leave this life, may I become inseparable from the mind of the protector in Sukhavati.

*Guru Raíz, Tathagata Amitabha, te suplico que desarrolles (en mí) el profundo sendero de Phowa.
Que, con tus bendiciones, tan pronto deje esta vida, pueda yo ser inseparable de la mente del protector en Sukhavati.*

ལྷུས་གསོལ་བ་མང་དུ་བཏབ་ནས་ཉིག་ཀ་བཟོད་པས་རྣམ་ཤེས་ངོ་བོ་ཐོག་ལྷུ་འོད་ད
པག་ཟྱེད་ཀི་ཞབས་མཐིལ་ལ་ལྷག་པར་བསམ་ལ་རྣམ་ཤེས་ཐོག་ལྷུ་སིང་དབྱུངས་པ་ལྷ
ན་ཟེར་ལ་ཉིག་ཀ་ལྷུར་གཅིག་ཅུ་བཟོད་མཐར་ཀ་ལྷུས་རྣམ་ཤེས་མར་ཕབ།

Supplicate Amitabha as much as you can. By saying **HIK KA** imagine that the bindu, which is the nature of consciousness, is driven up to meet the feet of Amitabha and then comes back down to the heart center. In every session say **HIK KA** twenty-one times. When you say **KA** the bindu consciousness descends.

Suplica a Amitabha tanto como puedas. Al decir **HIK KA** imagina que el bindu, que es la naturaleza de la conciencia, se desplaza para encontrarse con los pies de Amitabha; para después regresar al centro del corazón. En cada sesión recita **HIK KA** veintiún veces. Cuando digas **KA**, la conciencia de bindu desciende.

Go to top of page (Root...)
(Repeat 3 Times)

DISSOLUTION / TRANSFORMATION

ཕྱི་བོའི་ལྷ་མ་མར་བོན་སིང་དབུས་ཀྱི། རྣམ་གྲེས་དབྱེར་ཟུང་ཚེ་ལྷའི་ངོ་བོར་བཞུགས།

CHI WÖ LAMA MAR CHÖN NYING Ü KYI/
NAM SHE YER ME TSE LHAI NGO WOR ZHUG/

འོད་ཟླེར་འཕོ་འདུས་འཁོར་འདས་ཚེ་བཅུད་བསྐྱུས། ཕྱི་བོར་འཕོ་ཟུང་རྒྱ་གམ་རྒྱས་གདབ་བོ།

ÖSER THRO DÜ KHOR DE TSE CHÜ DÜ/ CHI WOR PHO ME GYA
DRAM GYE DAB WO/

The red Guru descends down to your heart center, is inseparable from your consciousness and abides in Amitayus. Light emanates, and then contracts with the concentrated vital life essence of samsara and nirvana. *Note: In order to stop transference of your consciousness seal your crown aperture with crossed vajras.*

El Guru rojo desciende al centro de tu corazón, es inseparable de tu conciencia y mora en Amitayus.

Luz emana, y después se contrae con la esencia vital concentrada del samsara y el nirvana.

Nota: Para parar la transferencia (de tu conciencia), sella la apertura de tu coronilla con vajras entrecruzados.

Dissolving the Visualization: All the Phowa Lineage Lamas dissolve Into Buddha Amitabha who then dissolves into light and is absorbed into oneself. One then transforms into Buddha Amitayus.

(Recite the mantra).

(Disolviendo la visualización: Todos los Lamas del Linaje de Phowa se disuelven en el Buda Amitabha, quien se desvanece en luz y es absorbido en nuestro cuerpo.

Entonces, uno se transforma en el Buda Amitayus.)

(Recitar los mantras)

Dissolving and Transformation
To Buddha Amitayus (Tsepame)
Conclusion

།འཇིག་རྟེན་འདྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཚེ་དཔག་མེད།

Jig-Ten Dren-Pai Tso-Wo Tshe-Pag Me/
Lord Amitayus who is our guide to Enlightenment;

།མགོན་མེད་སྤྱད་བསྐྱེད་ལྗེ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས།

Gön-Me Dug-Ngal Gyur-Pa Nam-Kyi Kyab/
Protector of the helpless and suffering

།དུས་མིན་འཚིབ་མ་ལུས་འཇོམས་མཛད་པའི།

Dü-Min Chi-Wa Ma-Lü Jom-Dze Pai
who guards us from untimely death;

།སངས་རྒྱས་ཚེ་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

Sang-Gye Tshe-Pag Me-La Chag-Tshal-Lo/
Buddha Amitayus, to you I prostrate.

Rezo al Buda Amitayus

Señor Amitayus, que es nuestra guía a la Iluminación

Quien nos protege de la muerte prematura;

Protector de los desamparados y el sufrimiento;

Buda Amitayus, ante ti me postro.

**Long Mantra: OM NAMO BHAGAWATE APARI MITA/
AYUR GYANA/ SUBINISCHITA/
TEJO RAJAYA/ TATHGATAYA/
ARHATE/ SAMYAKSAM BUDDHAYA/
TADYATHA/ OM PUNYE/ PUNYE/ MAHA PUNYE/
APARAMITA PUNYE/ APARAMITA PUNYE/
GYANA SAMBHAROPA CHITE/
OM SARVA SAMSKARA PARISHUDDHE DHARMATE/
GAGANA SAMUNG GATE SVABHAVA BISHUDDHE/
MAHANAYA PARIWARE SVAHA (Recite once).**

**Short Mantra: OM AMARANI DZI WANTI YE SVAHA/ (Recite many times).
(Essence):**

DEDICATION

དགྲེ་བ་འདི་ངེས་བདག་གཞན་འགྲོ། མི་གཙང་ལྷས་ལས་འཕོ་མ་ཐག།

བདྲེ་བ་ཅན་གི་ཞིང་ཁམས་སུ། དཀའ་ཚོགས་སྲེད་པར་སྲེ་བར་ཤོག།

GE WA DI YI DAK ZHAN DRO/ MI TSANG LÜ LÄ PÖ MA THAG/
DE WA CHEN GYI ZHING KHAM SU/ KA TSHEK ME POR KYE WAR
SHOK/

By this virtue as soon as we leave our impure bodies, may myself and other wanderers have an easy birth in Sukhavati, the blissful land. May it flourish!

*(Composed by the humble servant of the supreme
Orgyen Rigdzin Nuden Dorje, Orgyen Tendzil.)*

*Por esta virtud, tan pronto abandonemos nuestros cuerpos impuros,
que yo*

*Y otros viajantes, tengamos un suavenacimiento en Sukhavati,
la tierra dichosa. ¡Que pueda florecer!*

*(Compuesto por el humilde siervo del supremo Orgyen Rigdzin
Nuden Dorje, Orgyen Tendzil.)*

ཕྱིས་མཚམས་སར་རོ། ཨོ་རྒྱན་རིག་འཛིན་རྩེ་མཚོག་ལུས་ལྡན་རྩེ་དགྲེས་པའི་འབངས་ཨོ་རྒྱན་བསན་འཛི
ན་གིས་བྲིས་པ་དར་རྒྱས།

GE WE DI YI NYUR DU DAG/
TSHE PAG ME GON LHA TSHOG DRUB GYUR
NE/ DRO WA CHIG KYANG MA LU PA/
DE YI SA LA GO PAR SHOG//

By the virtue of doing this practice, may I quickly attain the realization of Amitayus and all beings, without exception and to that same state may I come to lead.

*Por la virtud de esta práctica,
Que rápidamente alcance la realización de Amitayus
y todos los seres, sin excepción
Que a ese mismo estado yo llegue a dirigir.*



*Brief Prayer to be Reborn in the Blissful Land of Amitabha
[Sukhāvati] Prayer*

ཨོམ་ཧྲི་ རོ་མཚར་སངས་རྒྱལ་ལྷ་མ་ལ་མཐོང་ཡས་དང་། གཡས་སུ་ཐོ་བོ་ཕྱགས་རྗེ་ཚེན་པོ་དང་། གམོན་ཏུ་
སེམས་དབང་མཐུ་ཚེན་ཐོ་བོ་རྣམས་ལ། སངས་རྒྱལ་ལྷ་མ་ལ་མཐོང་ཡས་ལོད་ལོའོ་ཕྱིས་བསྐྱོད་པ། བདེ་སྐྱིད་རོ་མཚར་དབ
གཏུ་མེད་པ་ལྟ། བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་ཞིང་ལམས་དེས། བདག་གཞན་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་ལྷུང་མ་ཐག་སྐྱི་བ་
གཞན་ཕྱིས་བར་མཚོད་པ་སྲ། དེ་ཏུ་སྐྱེས་ནས་ལྷ་མ་ལ་མཐོང་ཡས་ལོའོ་ཕྱིས་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
པ་འདི། ཕྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱལ་ལྷ་མ་ལ་མཐོང་ཡས་ལྟེས། ཞེས་མེད་ལྟེས་པར་བྱིན་ཕྱིས་བསྐྱོད་པ་ཏུ་
གསོལ།
ཏུའུཾ བུུ་གྱི་ཡ་ཨ་མ་པོ་རྣ་རྣ་ཡ་སྲ་རྗེཾ

**E MA HO!
NGO TSAR SANG-GYE NANG-WA THA YE DANG/
YE SU JO WO THUG JE CHEN PO DANG/
YÖN DU SEM PA THU CHEN THOB NAM LA/

SANG-GYE JANG SEM PAG ME KHOR GYI KOR/
DE KYI NGO TSAR PAG TU ME PA YI/
DE WA CHEN ZHE JA WA'I ZHING KHAM DER

DAG ZHEN DI NE TSE PHÖ GYUR MA THAG/
KYE WA ZHEN GYI BAR MA CHÖ PA RU/
DE RU KYE NE NANG THA'I ZHEL THONG SHOG

DE KE DAG GI MÖN LAM TAB PA DI /
CHOG CHÜ SANG GYE JANG SEM THAM CHE KYI /
GEG ME DRUB PAR JIN GYI LAB TU SÖL TAY-YA-THA/
PAN-TSA/ DRI-YA/ AWA/ BODHA/ NA-YA/ SVAHA**

Marvelous!

In the center is the Buddha Amitābha, Boundless Light.
To his right is Chenrezig, the Lord of Great Compassion, and
to his left is the bodhisattva Vajrapāni, the Lord of Great Power.

They are surrounded by an inconceivable assembly of
buddhas and bodhisattvas. Extraordinary limitless peace
and happiness is the buddha field called Bliss-Endowed.

When all beings and I pass from this life, may we be born there,
unhindered by another samsaric birth. Once born there, may we
behold the face of Amitabha, Boundless Light.

By the power of all the buddhas and bodhisattvas of the ten
directions, bless us that we may attain this aspiration without hindrance.

TAY-YA-THA/ PAN-TSA/ DRI-YA/ AWA/ BODHA/ NA-YA/ SVAHA

Maravilloso!

En el centro se encuentra el Buda Amitabha, Luz Infinita.

A su derecha está Chenrezig, Señor de la Gran Compasión,

y a su izquierda el Bodhisattva Vajrapani, Señor del Gran Poder.

Están rodeados por una Asamblea inconcebible de Budas y bodhisattvas.

*El campo búdico dotado de dicha es ilimitadamente pacífico y lleno de
felicidad.*

*Cuando todos los seres y yo abandonemos esta vida, que nazcamos allí,
libres de otro nacimiento samsárico. Una vez nacidos allí, que
contemplemos la cara de Amitabha, Luz Infinita.*

*Por el poder de todos los Budas y bodhisattvas de las diez direcciones,
bendícenos obteniendo esta aspiración sin obstáculos.*

TAY-YA-THA/ PAN-TSA/ DRI-YA/ AWA/ BODHA/ NA-YA/ SVAHA

Kagyü Lineage Dedication Prayer

༄༅། །རྩེ་འཆང་ཚུན་ཉིལ་ ི་རྣམ་པོ་དང་། །མར་པ་མི་ལ་ཚོས་རྩེ་སམ་པོ་པ། །
ཕག་མོ་གྲུ་པ་རྒྱལ་བ་འབྲི་གུང་པ། །བཀའ་བརྒྱུད་སྐྱ་མ་རྣམས་ཀི་བཀིས་ཤོག །

DOR-JE CHANG-CHEN TI-LI NA-RO DANG/
MAR-PA MI-LA CHÖ-JE GAM-PO-PA/
PHAG-MO DRU-PA GYAL-WA DRI-KUNG-PA/
KAG-YU LA-MA NAM-KYI TA-SHI SHOG/

Dorje Chang, Tilopa, Naropa, Marpa, Milarepa, Dharma Lord Gampopa, Phagmodrupa, and Lord Drikungpa, please bestow upon us the most auspicious Blessings of all the Kagyu Lamas.

*Dorje Chang, Tilopa, Naropa, Marpa, Milarepa,
Señor del Dharma Gampopa, Phagmodrupa,
y Señor Drikungpa, Por favor concédanos las más
auspiciosas bendiciones de todos los Lamas Kagyu.*

། བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། ། ཐོབ་ནས་རྩེས་པའི་
དག་རྣམས་ཕམ་བས་ཏུ། །སྲེ་རྒྱ་ན་འཆི་བ་ཀོང་འཕྲུག་པ་ཡི། །སིད་པའི་མཚོ་
ལས་འགོ་བ་སོལ་བར་ཤོག །

SO-NAM DI-YI THAM-CHE ZIG-PA NYI/
THOB-NE NYE-PAY DRA-NAM PHAM-CHE TE/
KYE-GA NA-CHI BA-LONG TRUG-PA YI/
SI-PAY TSHO-LEY DRO-WA DROL-WAR SHOG/

By this virtue, may I achieve omniscience. By defeating all enemies -confusion. May all who travel on the waves of birth, old age, sickness and death - Cross the ocean of samsara.

*Por esta virtud, que yo alcance la omnisciencia al derrotar
a todos mis enemigos – confusión.*

*Que todos aquellos que viajen en los oleajes del nacimiento,
la edad adulta, la enfermedad y la muerte, crucen el océano del samsara*

། བང་ཚུབ་སྤྱེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཚེ། །མ་སྤྱེས་པ་རྣམས་སྤྱེས་གྱུར་ཅིག །
 སྤྱེས་པ་ཉམས་པ་སྦྱེད་པར་ཡང་། །ཤོང་ནས་ཤོང་དུ་འཕྱེལ་བར་ཤོག །
 CHANG-CHUNG SEM-CHOG RIN-PO-CHE/
 MA-KYE PA-NAM KYE-GYUR CHIG/
 KYE-PA NYAM-PA ME-PAR YANG/
 GONG-NE GONG-DU PHEL-WAR SHOG/

**Bodhicitta, the excellent and precious mind
 Where it is unborn, may it arise, Where it is born,
 may it not decline, But ever increase higher and higher.**

*Bodhicitta, la mente excelente y preciosa
 Donde no ha nacido, que emane,
 Donde ha nacido, que no decline, y que aumente más y más.*

། ལྷ་མ་སྤྱུ་ཁམས་བཟང་བར་གསོལ་བ་འདྲེབས།
 །མཚོག་ཏུ་སྤྱུ་ཚོ་རིང་བར་གསོལ་བ་འདྲེབས། །
 །འཕེན་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་འདྲེབས།
 །ལྷ་མ་དང་འབྲལ་བ་སྦྱེད་པར་བེན་གསོལ་འདྲེབས། །
 LA-MA KU-KHAM SANG-WAR SOL-WA DEB/
 CHOG TU-KU TSHE RING-WAR SOL-WA DEB/
 TRIN-LEY DAR-SHING GYE-PAR SOL-WA DEB/
 LA-MA-DANG DREL-WA ME-PAR JYIN-GYI LOB/

**I pray that the Lama may have good health.
 I pray that the Lama may have long life.
 I pray that your Dharma activities spread far and wide.
 I pray that I may not be separated from you.**

*Rezo porque el Lama tenga buena salud.
 Rezo porque el Lama tenga una larga vida.
 Rezo porque sus actividades
 Dhármicas proliferen en todas partes.
 Rezo porque no me separe de ti.*

། འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་ཇི་ལྟར་མཐུན་པ་དང་། ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ཏེ་ཡང་ཏེ་བཞིན་ཏེ། །
 ཏེ་དག་ཀུན་གྱི་ཏེས་སུ་བདག་སོབ་ཅིང་། ། དགྲེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསོ།
 JAM-PAL PA-WÖ JI-TAR KHYEN-PA DANG/
 KUN-TU SANG-PO DE-YANG DE-SHIN TE/
 DE-DAG KUN-GYI JE-SU DAG-LOB CHING/
 GE-WA DI-DAG THAM-CHE RAB-TU NGO/

As Manjushri, the warrior, realized the ultimate state, and as did
 Samantabhadra, I will follow in their path and fully dedicate all
 the merit for all sentient beings.

*Como Manjushri, el Guerrero, alcanzó su estado último,
 Así como Samantabhadra, Yo seguiré su camino
 Y dedicaré plenamente todo el mérito a todos los seres sintientes.*

། སངས་རྒྱལ་སྐྱ་གསུམ་བཅེས་པའི་བེན་རབས་དང་། ། ཚོས་ཉིད་མི་འགྱུར་བཏེན་པའི་བེན་རབས་དང་།
 དགྲེ་འདུན་མི་ཐུང་འདུས་པའི་བེན་རབས་ཀེས། ། ཇི་ལྟར་བསོས་བཞིན་སོན་ལམ་གྲུབ་པར་ཤོག །
 SANG-GYE KU-SUM NYE-PAY JYIN-LAB DANG/
 CHO-NYI MI-GYUR DEN-PAY JYIN-LAB DANG/
 GE-DUN MI-CHE DÜ-PAY JYIN-LAB KYI/
 JI-TAR NGÖ-SHIN MON-LAM DRUB-PAR SHOG//

By the blessing of the Buddha who attained the three kayas,
 By the blessing of the truth of the unchanging Dharma- as-such,
 By the blessing of the indivisible Sangha order, May the merit
 I share bear fruit.

*Por la gracia del Buda que alcanzó los tres kayas,
 Por la bendición de la verdad inmutable del Dharma
 Por la gracia del orden indivisible de la Sangha,
 Que el mérito que comparto dé frutos.*