

Práctica de Ksitigarba



Compilada por Lama Zopa Rimpoché
FPMT

Requisitos para la práctica

Cualquier persona puede realizar las prácticas contenidas en este texto.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc.
1632 SE 11th Avenue
Portland, OR 97214 USA
www.fpmt.org

© 2015 Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc. Todos los derechos reservados.

Edición en español: noviembre de 2015. Editado y revisado según los criterios del Servicio de Traducción de la FPMT.

Imagen de cubierta del Bodisatva Ksitigarba, artista desconocido.

Queda prohibida la reproducción de cualquier parte de este libro mediante medios electrónicos o mecánicos, incluido el fotocopiado, la grabación o cualquier sistema o tecnología de grabación y recuperación de información conocido o desarrollado en el futuro, sin permiso previo y por escrito del editor o del propietario del copyright.

Práctica de Ksitigarba

Refugio

Con las manos en el mudra de la postración, visualiza que haces la postración ante todos los Budas y Bodisatvas; esto se convierte en postración cuando pronuncias la palabra «postración». Cuando pronuncies la palabra «refugio», piensa que estás pidiendo liberarte de los dos oscurecimientos (para poder alcanzar la iluminación). Cuando pronuncies la palabra «ofrecimiento», piensa que se ofrecen todas las ofrendas de que dispones. Cuando pides «bendiciones», piensa que la bendición que recibes es la del camino completo a la iluminación.

Me postro, busco refugio y hago ofrecimientos al Bodisatva Ksitigarba, poseedor de irresistible compasión hacia mí y hacia todos los seres que, con mentes oscurecidas, sufren; poseedor de cualidades como el espacio, que libera a los seres de todos los sufrimientos, y que otorga toda la felicidad. Por favor, concede las bendiciones. (x3)

Generación de la bodichita

DRO NAM DRÄL DÖ SAM PA YI

Con el pensamiento que desea liberar los seres errantes

SANG GYÄ CHÖ DANG GEN DÜN LA

siempre busco refugio

JANG CHUB ÑING POR CHI KYI BAR

en Buda, Dharma y Sangha,

TAG PAR DAG NI KYAB SU CHI

hasta que alcance la esencia de la iluminación.

SHE RAB ÑING TSE DANG CHÄ PÄ

Con perseverancia, actuando con

TSÖN PÄ SEM CHÄN DÖN DU DAG

sabiduría, compasión y amor bondadosos,

SANG GYÄ DÜN DU NÄ GYI TE

a los ojos de los budas, para el beneficio de los seres,

DSOG PÄI JANG CHUB SEM KYE DO (x3)

genero la mente de la completa iluminación. (x3)

Oración de las siete ramas

GOSUM GÜ PÄI GONÄ CHAG TSÄL LO

Reverentemente me postro con cuerpo, palabra y mente;

NGÖ SHAM YI TRÜL CHÖ TRIN MA LÜ BÜL

presento nubes de todo tipo de ofrendas, reales e imaginadas;

TOG ME NÄ SAG DIG TUNG TAM CHÄ SHAG

declaro todas mis acciones negativas acumuladas desde tiempos sin principio

KYE PAG GE WA NAM LA JE YI RANG

y me regocijo del mérito de los seres santos y de los seres comunes.

KOR WA MA TONG BAR DU LEG SHUG NÄ

Te ruego que permanezcas hasta el fin de la existencia cíclica

DROLA CHÖ KYI KOR LOKOR WA DANG

y que hagas girar la rueda del dharma para todos los seres.

DAG SHÄN GE NAM JANG CHUB CHEN POR NGO

Dedico mis méritos y los de los demás para la gran iluminación.

Recitación del mantra

Este es el mantra que Ksitigarba oyó de los budas que igualan el número de granos de arena del río Ganges (en India). Les hizo ofrecimientos y entonces recibió este mantra. Esta es la historia del mantra, cómo recibir todos los beneficios.

Este mantra es para usarse ante cualquier dificultad o problema; es el mejor que se puede hacer para cualquier tipo de problema y en cualquier situación. Recitarlo incluso sólo cuatro o cinco veces es muy poderoso. Incluso recitar o simplemente pensar en el nombre del bodisatva es muy, muy poderoso.

Visualiza al Bodisatva Ksitigarba frente a ti, mirándote con compasión y una sonrisa amorosa. Mientras recitas el mantra, Ksitigarba envía rayos de néctar que te purifican a ti y a todos los seres de los seis reinos de enfermedades, daños de espíritus, engaños, oscurecimientos burdos y sutiles, *she drib*, y karma negativo. Purifica el lugar del cual proceden las enfermedades, los daños de espíritus, los terremotos y todos los desastres: la mente, incluyendo los oscurecimientos y el karma negativo. Piensa que aquél que se ha acumulado desde renacimientos sin principio ha sido ahora totalmente purificado, y no sólo para ti. Las causas, los oscurecimientos y el karma negativo acumulados desde renacimientos sin principios han sido purificados, no sólo los tuyos sino el los de todos los seres.

Mantra largo

CHHIM BHO CHHIM BHO CHIM CHHIM BHO / AKASHA CHHIM BHO /
VAKARA CHHIM BHO / AMAVARA CHHIM BHO / VARA CHHIM BHO /
VACHIRA CHHIM BHO / AROGA CHHIM BHO / DHARMA CHHIM BHO /
SATEVA CHHIM BHO / SATENI HALA CHHIM BHO / VIVA ROKA SHAVA
CHHIM BHO / UPA SHAMA CHHIM BHO / NAYANA CHHIM BHO / PRAJNA
SAMA MONE RATNA CHHIM BHO / KSHANA CHHIM BHO / VISHEMA
VARIYA CHHIM BHO / SHASI TALA MAVA CHHIM BHO / VI AH DRASO
TAMA HELE / DAMA VE YAME VE / CHAKRASE / CHAKRA VASILE / KSHILE
PHILE KARAVA / VARA VARITE / HASERE PRARAVE / PARECHARA
BHANADHANE / ARADANE / PHANARA / CHA CHA CHA CHA / HILE MILE
AKHATA THAGEKHE / THAGAKHI LO / THHARE THHARE MILE MADHE /
NANTE KULE MILE / ANG KU CHITABHE / ARAI GYIRE VARA GYIRE / KUTA
SHAMAMALE / TONGYE TONGYE / TONGULE / HURU HURU HURU / KULO
STO MILE / MERITO / MERITE / BHANADHATA / HARA KHAMA REMA / HURU
HURU

Mantra corto

OM AH KSHITI GARBHA THALENG HUM

Ahora, si has recibido una iniciación, aunque sea de los tantras inferiores, como una gran iniciación de Chenrezig, Ksitigarba se absorbe por la coronilla de tu cabeza y te conviertes en Ksitigarba, con todas sus cualidades. Entonces todos los seres se convierten en Ksitigarba. Si no has recibido una gran iniciación, Ksitigarba se absorbe por el espacio entre tus cejas, bendiciendo tu cuerpo, palabra y mente.

Alabanza del Buda a Ksitigarba

Has alcanzado estabilidad mental y el pensamiento altruista puro de la bodichita, y has eliminado los sufrimientos de inconmensurables seres conscientes. Ves (a los seres) recibir felicidad cual de una joya que satisface los deseos, y, como el vajra, cortas la red de dudas de los demás. Con perseverancia y gran compasión, ofreces ofrendas sagradas a los destructores, los Trascendentes Cualificados. Con océanos de sabiduría liberas a los seres de sus sufrimientos. Libre de todo temor¹, has ido más allá del samsara.

Brahma escuchó este mantra y dijo a la asamblea al completo: «Por favor, alegraos del mantra que acabo de pronunciar».

Y el Buda dijo: «Excelente, excelente».

¹ Engaños

Esta práctica es especialmente beneficiosa para aquellos que tienen graves problemas, graves problemas de salud, grandes proyectos, dificultades económicas, o se encuentran bajo peligro de experimentar desastres naturales como terremotos. Es extremadamente poderoso recitarla cada día para protección, al menos cuatro o cinco veces o más, dependiendo de lo crucial de la situación.

Esta práctica es efectiva incluso para que se tengan buenas cosechas y para proteger la tierra y los cultivos. En el Sutra del bodisatva Ksitigarba se explican los amplios beneficios y cualidades: estos son como el espacio, como cielos de beneficios hacia todos los seres. Ha habido experiencias de beneficios percidos (a los que se exponen en el Sutra) por parte de los que practican Ksitigarba.

[En este punto Lama Zopa Rimpoché recomienda recitar La reina de las oraciones.]

Oraciones de dedicación

GE WA DI YI ÑUR DU DAG

Que por los méritos de estas acciones virtuosas

LA MA SANG GYÄ DRUB GYUR NÄ

alcance rápidamente el estado de un buda-maestro

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA

y lleve a todos los seres, sin excepción,

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG

a ese estado iluminado.

JANG CHUB SEM CHOG RIN PO CHE

Que la suprema joya de la bodichita

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

que no ha nacido, surja y crezca,

KYE WA ÑAM PA ME PA YI

y que la que ya ha nacido no disminuya

GONG NÄ GONG DU PEL WAR SHOG

sino que aumente más y más.

Dedico el mérito creado con esta práctica para prevenir terremotos en California, en Nepal y en todos los universos.

Oraciones para multiplicar el mérito

Para aumentar 100.000 veces el mérito creado, recita estos mantras especiales al final del día:

CHOM DÄN DÄ DE SHIN SHEG PA DRA CHOM PA YANG DAG PAR DSOG
PÄI SANG GYÄ NAM PAR NANG DSÄ Ö KYI GYÄL PO LA CHAG TSÄL LO
(x1)

Bhagavan, tathagata, arhat, buda perfecto y completo, Vairochana, Rey de la Luz, ante ti me postro. (x1)

JANG CHUB SEM PA SEM PA CHEN PO KÜN TU SANG PO LA CHAG TSÄL
LO (x1)

Bodisatva mahasatva Samantabhadra, ante ti me postro. (x1)

TADYATHA OM PÄNCHA GRIYA AVA BODHANI SVAHA OM DHURU
DHURU JAYA MUKE SVAHA (x7)

Para que todas las oraciones se hagan realidad y para multiplicar los beneficios por 100.000:

CHOM DÄN DÄ DE SHIN SHEG PA DRA CHOM PA YANG DAG PAR DSOG
PÄ SANG GYÄ MÄN GYI LA BEDURYA Ö KYI GYÄL PO LA CHAG TSÄL LO
(x1)

Bhagavan, tathagata, arhat, buda perfecto y completo, Maestro de la Medicina, Rey de la Luz Lapislázuli, ante ti me postro. (x1)

CHOM DÄN DÄ DE SHIN SHEG PA DRA CHOM PA YANG DAG PAR DSOG
PÄI SANG GYÄ NGO WA DANG MÖN LAM [TAM CHÄ RAB TU] DRUB PÄ
GYÄL PO LA CHAG TSÄL LO (x1)

Bhagavan, tathagata, arhat, buda perfecto y completo, Rey que Hace Realidad [al completo todas] las Dedicaciones y Oraciones, ante ti me postro. (x1)

ME JUNG SA CHÄ GYÄL WÄI JIN LAB DANG

Por el poder de las bendiciones de los eminentes budas y bodisatvas,

TÄN DREL LU WA ME PÄI DEN PA DANG

el poder del infalible surgimiento dependiente,

DAG GI LHAG SAM DAG PÄI THU TOB KYI

y el poder de mi actitud especial y pura,

NAM DAG MÖN PÄI NE DI DRUB PAR SHOG

que se cumplan inmediatamente todas mis oraciones puras.

Créditos

De la edición en inglés:

Práctica de Ksitigarba: Esta práctica fue compilada y dictada a Getsul Thubten Nyingje por Lama Zopa Rimpoché en Madison, Wisconsin, el 30 de junio de 1998, y fue seguidamente revisada. Ligeramente revisada por Murray Wright y Kendall Magnussen, Land of Medicine Buddha, el 24 de agosto de 1998. Revisada el 5 de abril de 1999 en Aptos, California, EE.UU.

Fue revisada posteriormente en agosto de 2000 por el Servicio de Educación de la FPMT. Los mantras fueron comprobados con el tibetano y se completaron revisiones adicionales el 31 de octubre de 2001. Siguiendo el consejo de Lama Zopa Rimpoché, en noviembre de 2015 se añadieron oraciones e instrucciones adicionales.

Oraciones de dedicación: Extraídas del *Libro de oraciones de retiro de la FPMT*, 2015.

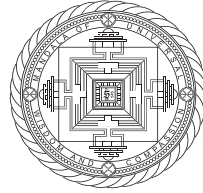
Oraciones para multiplicar el mérito: Según instrucciones de Lama Zopa Rimpoché. El homenaje adicional al Buda de la Medicina se añadió siguiendo las instrucciones de Lama Zopa Rimpoché, mayo de 2009. Traducción de las oraciones de V. Joan Nicell, abril de 2015.

Colofón del traductor: Traducción a modo de borrador de Kyabje Zopa Rimpoché en la ocasión especial de la realización de dedicaciones extensas para el retiro de Tara Blanca en Shakyamuni Center, Taichung, Taiwán, Losar de 2007. Ligeramente revisada por V. Sarah Thresher. Fonética proporcionada por V. Tenzin Dekyong y ligeramente editada por V. Gyalten Mindrol, julio de 2007.

De la edición en español:

Traducción inicial al castellano por Enrique Arias. Revisada y editada según la versión inglesa de 2015 por Marina Brucet, siguiendo los criterios del Servicio de Traducción de la FPMT, noviembre de 2015.

Fundación para la preservación de la tradición Mahayana



La Fundación para la Preservación de la Tradición Mahayana (FPMT en inglés) es una organización dinámica de ámbito mundial dedicada a la educación y el servicio público. Creada por Lama Thubten Yeshe y Lama Zopa Rimpoché, la FPMT entra en contacto con la vida de seres de todo el mundo. A principios de los 70, unos jóvenes occidentales, inspirados por la profundidad del método budista, y por su posibilidad de ser llevado a la práctica, entraron en contacto con estos lamas en Nepal, y así nació la organización. Ahora, con más de 150 centros de Dharma, proyectos, servicios sociales y editoriales en treinta y tres países, seguimos llevando ese mensaje iluminado de compasión, sabiduría y paz por doquier.

Le invitamos a que se una a nosotros en nuestro esfuerzo por desarrollar la compasión en todo el mundo. Visite nuestra página web (www.fpmt.org), donde podrá encontrar su centro más cercano, un programa de estudios adaptado a sus necesidades, textos para la práctica, materiales de meditación, arte sagrado, y enseñanzas en línea. Ofrecemos una serie de beneficios para los socios, como la revista Mandala y descuentos en la tienda de la fundación en línea (Foundation Store). También puede ver algunos de los vastos proyectos que Lama Zopa Rimpoché ha desarrollado para preservar la tradición mahayana y ayudar a acabar con el sufrimiento en nuestro mundo. Por último, no dude en contactar con nosotros si podemos serle de ayuda.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition
1632 SE 11th Avenue
Portland OR 97214 USA
(503) 808-1588
www.fpmt.org