



PUYA DE LAS 3 ETAPAS

I. REVERENCIA INICIAL

Reverenciamos al Buda, el iluminado por excelencia,
Aquel que nos muestra el camino.
Reverenciamos el Dharma, la enseñanza del Buda,
Que nos conduce de la oscuridad a la luz.
Reverenciamos la Sangha, la hermandad de los discípulos del Buda,
Que nos sirve de inspiración y de guía.

REFUGIOS Y PRECEPTOS

Namo tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhasa
Namo tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhasa
Namo tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhasa

Buddham Saranam Gacchami
Dhammam Saranam Gacchami
Sangham Saranam Gacchami
Dutiyampi Buddham Saranam Gacchami
Dutiyampi Dhammam Saranam Gacchami
Dutiyampi Sangham Saranam Gacchami
Tatiyampi Buddham Saranam Gacchami
Tatiyampi Dhammam Saranam Gacchami
Tatiyampi Sangham Saranam Gacchami

Panatapata Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Adinnadana Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Kamesu Micchachara Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Musavada Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Surameraya Majja Pamadatthana Veramani Sikkhapadam Samadiyami
Sadhu, sadhu, sadhu.

Con acciones bondadosas purifico mi cuerpo
Con generosidad sin limite purifico mi cuerpo
Con tranquilidad, sencillez y contento purifico mi cuerpo
Con comunicación veraz purifico mi habla
Con conciencia clara y lúcida purifico mi mente.

II. REVERENCIA A LAS TRES JOYAS

Reverenciamos al Buda,
y aspiramos a seguirlo.
El buda era un ser humano,
igual que nosotros.
Lo que el Buda superó,
también nosotros podemos superar.
Lo que el Buda alcanzó, también nosotros podemos alcanzar.
Reverenciamos el Dharma, y aspiramos a seguirlo.
Con cuerpo, palabra y mente, hasta el final.
Aspiramos a estudiar, practicar y comprender,
la Verdad en todos sus aspectos, el camino en todas sus etapas.
Reverenciamos la sangha, y aspiramos a seguirla:
La hermandad de aquellos que recorren el Camino.
Al ir, uno por uno, comprometiéndonos a seguirlo,
la Sangha crece como un círculo en constante expansión.
om mani padme hum

III. OFRENDAS AL BUDA

Para reverenciar al Buda le ofrecemos flores:
Flores hoy lozanas, que abren sus pétalos dulcemente,
Flores que mañana estarán secas y marchitas.
Nuestro cuerpo, como las flores, también perecerá.
Para reverenciar al Buda , le ofrecemos velas:
A el que es la luz, le ofrecemos luz.
De su grandiosa lámpara encendemos otra en nuestro interior:

La lámpara Bodhi que brillará en nuestro corazón.
Para reverenciar al Buda, le ofrecemos incienso:
Incienso cuya fragancia impregna el ambiente.
La fragancia de la vida perfecta,
más dulce que el incienso,
se extiende por el mundo en todas direcciones.

