



## PUYA DE LAS 7 ETAPAS

### I. VENERACIÓN

Con mandarvas, lotos azules y jazmines  
con flores bellas y fragantes  
y con guirnaldas trenzadas diestramente  
rindo yo honor a los príncipes sabios,  
tan dignos de mi alabanza.  
Los envuelvo en el aroma del incienso,  
dulce y penetrante  
les hago ofrendas de manjares de todas clases  
con bebidas puras y exquisitas.  
Ofrezco a ellos lámparas con gemas incrustadas,  
finamente decoradas con lotos dorados  
y en el suelo rociado de perfumes  
dejo que caigan de mis manos preciosas flores.  
*“Om mani padme hum”*

### II. SALUDO REVERENTE

Tantas veces como átomos existen  
en los miles de millones de universos  
así de veces rindo yo saludos reverentes  
a todos los Budas de las tres eras,  
al Saddharma y a la comunidad excelente.  
Rindo homenaje a todos los recintos  
y lugares en los cuales los Bodhisattvas han morado.  
Hago profunda reverencia a los maestros  
y a todos aquellos que merezcan respetuosa deferencia

### III. IR A REFUGIO

Hoy, este mismo día  
hacia el refugio de los poderosos protectores me dirijo,  
aquellos cuyo propósito es cuidar del universo,  
aquellos que vencen el sufrimiento en todas partes.

De esta misma forma  
desde mi corazón en lo mas profundo  
yo voy a refugio en el Dharma  
que es la morada segura que ellos descubrieron  
contra los ciclos de renacimiento.  
Igualmente, en el seno de los Bodhisattvas  
Yo encuentro mi refugio

Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhassa  
Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhassa  
Namo Tassa Bhagavato Arahato Samma Sambuddhassa

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

Panatipata 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 de amor y bondad purifico mi cuerpo  
Con generosidad sin límite 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

## IV. CONFESIÓN DE FALTAS

El mal que yo he acumulado  
a través de necedad e ignorancia,  
este mal del mundo cotidiano  
así como ese de la inteligencia y la soberbia.  
Todo este lo reconozco ante los protectores de pie yo ante ellos,  
con las manos levantadas en reverencia  
y con intenso terror al sufrimiento,  
me inclino respetuosamente una y otra vez.  
Guías: reciban esta confesión amablemente  
tal y como es con un sinnúmero de defectos.  
Oigan protectores: aquello que no es bueno no lo volveré a hacer.

## V. REGOCIJO EN LOS MÉRITOS

Me regocijo profundamente,  
en el bien hecho por todos los seres,  
gracias al cual estos logran el reposo,  
liberándose así del sufrimiento.  
Que cualquiera que haya sufrido logre la felicidad.  
Me regocijo en la liberación de todos los seres  
de los sufrimientos de la rueda de la existencia.  
Así mismo me regocijo  
en la naturaleza del Bodhisattva y del Buda  
protectores del universo.  
De igual modo me regocijo  
en el surgimiento de la voluntad hacia la iluminación  
y me exalta que haya la enseñanza  
esos vastos océanos  
que traen la felicidad a todos los seres  
y son morada de bienestar para todos ellos

## VI. SÚPLICA Y RUEGO

Con manos juntas saludándolos con reverencia  
suplico a los Budas en todas las direcciones  
hagan resplandecer la luz que viene con el Dharma,  
para aquellos perdidos vagando en el sufrimiento de lo ilusorio.  
Con manos unidas en reverencia, imploro a los conquistadores  
deseosos de entrar en el nirvana permanezcan aquí por tiempo ilimitado  
así la vida aquí no se oscurezca.

## EL SUTRA DEL CORAZÓN

El bodhisattva de la compasión, cuando meditaba profundamente  
contempló la vacuidad de los cinco skandhas y rompió las ataduras  
que le ocasionaban sufrimiento

Así pues, la forma no es más que vacuidad, la vacuidad no es más que forma, la forma  
es sólo vacuidad, la vacuidad sólo forma,  
sentimiento pensamiento y voluntad hasta incluso la conciencia  
son todo lo mismo.

Todo es parte de la vacuidad, que ni nace ni se destruye,  
ni está manchada ni es pura, ni aumenta ni disminuye.

Así, en la vacuidad,  
no existe forma, ni sentimiento, ni pensamiento, ni voluntad, ni siquiera la conciencia,  
no hay vista, no hay oído, no hay olfato, ni gusto, ni cuerpo, ni mente.

No hay color, no hay sonido  
ni olor, ni sabor, ni tacto,  
ni nada a lo que la mente pueda aferrarse,  
ni siquiera el hecho de sentir. No existe la ignorancia, ni el cese de la ignorancia,  
ni todo lo que proviene de la ignorancia,  
no existe la decrepitud, ni la muerte,  
ni el cese de ambas.

No existe el sufrimiento,  
ni la causa del sufrimiento,  
ni el cese del sufrimiento,  
ni camino noble que aparte del sufrimiento, ni siquiera sabiduría que conseguir.  
La consecución también es vacuidad.

Así pues,  
conoce que el Bodhisattva  
sin nada a lo que aferrarse  
y morando en la sabiduría Prajña únicamente se ve liberado de los obstáculos  
engañosos

y del temor por ellos engendrado alcanzando el más puro Nirvana.  
Todos los Budas del pasado y del presente los Budas del tiempo futuro  
usando esta sabiduría Prajña  
alcanzan la visión completa y perfecta.

Escucha pues el gran Dharaní  
el mantra radiante e incomparable,  
el Prajñaparamitá  
cuyas palabras alivian todo sufrimiento. Escúchalo y créelo  
que es verdad

*Gate gate pargate parasamgate Bodhi svaha*

## VII. TRANSFERENCIA DE MÉRITOS

Que el mérito alcanzado por mis actos  
sirva de alivio a todos los seres que sufren.  
Mi personalidad a través de mis existencias  
mis posesiones  
y mis méritos en las tres vías,  
renuncio yo a ellos sin reserva ninguna  
en el beneficio de todos los seres.  
Así como la tierra y otros elementos,  
se hacen útiles de mil y una formas  
al infinito número de seres  
que habitan el espacio ilimitado.  
Que así de igual modo  
yo me transforme en algo que mantenga  
a todos los seres situados a través del espacio  
hasta que todos ellos  
hayan alcanzado paz.

**Om ah hum vajra guru padma siddhi hum**

### MANTRAS FINALES

*Om mani padme hum*  
*Om arapacana dhīh*  
*Om vajrapani hum*  
*Om tare tuttare ture svaha om amideva hrih*  
*Om amideva hrih*  
*Om muni muni maha muni sakyamuni svaha*  
*Om ah hum vajra guru padma siddhi hum*  
*Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha*  
*Om kshanti kshanti kshanti*

---