

# ***El Yoga de las Tres Purificaciones de Śrī Chakrasamvara***



***FPMT***

*Servicios de Educación*

Título original inglés: The Yoga of the Three Purifications of Sri Cakrasamvara  
Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc.  
1632 SE 11th Avenue  
Portland, OR 97214 USA  
[www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)

© 2021 Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc.  
Todos los derechos reservados.

Edición en español: Junio 2022

© De la traducción al español: Servicio de Traducción de la FPMT (CPTM), 2022

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este libro en cualquier forma o por cualquier medio, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopias, grabaciones, o por cualquier sistema de almacenamiento y recuperación de información o tecnologías ahora conocidas o desarrolladas, sin el permiso por escrito del editor.

### **Requisitos para la práctica**

Práctica restringida. Para hacerla se debe haber recibido la iniciación de Heruka Cakrasamvara.

## **Nota técnica**

*Las cursivas y la letra pequeña indican instrucciones y comentarios que aparecen en el texto tibetano y no se recitan.*

Las palabras entre corchetes [] han sido añadidas por el traductor al inglés para clarificar.

## Guía de pronunciación del sánscrito

Los siguientes seis puntos permiten aprender la pronunciación de los mantras transliterados del sánscrito que más aparecen en los textos de práctica de la FPMT:

1. ŚH y ṢH se pronuncian como la “sh” en la palabra inglesa “shoe.”
2. CH se pronuncia como la “ch” en “charco.” CHH es parecida pero se aspira más fuertemente.
3. Ṭ, ṬH, Ḍ, ḌH, Ṇ son letras retroflejas y no tienen un equivalente exacto en castellano. Estos sonidos se hacen subiendo la lengua hacia el paladar y corresponden vagamente con los sonidos “tra” (Ṭ), “tra” aspirado (ṬH), “dra” (Ḍ), “dra” aspirado (ḌH), y “nra” (Ṇ).
4. Todas las consonantes seguidas de H son aspiradas: KH, GH, CH, JH, TH, DH, PH, BH. La TH se pronuncia como la “t” en “tabla” (no como la “d” o “th” en la palabra inglesa “the”) y PH se pronuncia como la “p” en “partcal” (no como la “f” o “ph” en “pharaoh”).
5. Las vocales con un guión encima—Ā, Ī, Ū, Ṛī, y Ṛī—se alargan hasta aproximadamente el doble de la cantidad de tiempo que lleva pronunciar su versión no alargada: A, I, U, Rī, and Ṛī.
6. Ṃ indica un sonido nasal. Al final de una palabra normalmente se pronuncia como una “m.” Ḥ indica una “h”-aspiración sonora. Ṛī se pronuncia similar a “i”, como “ree” en la palabra inglesa “reed.” ṆG se pronuncia de modo similar a “ng” en “camping.”

Para facilitar la pronunciación correcta, los libros de práctica de la FPMT utilizan una versión ligeramente modificada de la International Alphabet of Sanskrit Transliteration (IAST). Para más información consultar *A Guide to Sanskrit Transliteration and Pronunciation* (FPMT Translation Services) disponible en inglés en línea en: <http://fpmt.org/wp-content/uploads/education/translation/A-Guide-to-Sanskrit-Transliteration-and-Pronunciation.pdf>

# ***El Yoga de las Tres Purificaciones de Śrī Chakrasamvara***

## ***Refugio y bodichita***

Me refugio por siempre en Buda, Dharma y Sangha, en los tres vehículos, en la práctica del mantra secreto y en las dakinis, en los héroes, en las heroínas y en las diosas de la iniciación, en los magnánimos bodisatvas especialmente me refugio por siempre en mi maestro espiritual. (x3)

Debo convertirme en Heruka por la causa de todos los seres conscientes y llevarles a todos y a cada uno de ellos al estado supremo de Heruka. (x3)

## ***Yoga de Heruka Vajrasattva***

Sobre mi coronilla, la sílaba PAM se transforma en un loto, encima una AH se convierte en un asiento lunar, y sobre este, de una HŪṂ, aparece un vajra blanco de cinco radios marcado por HŪṂ en el centro. De este emanan rayos de luz que realizan los dos beneficios. Vuelven y se transforma en Vajrasattva, blanco con una cara y dos brazos, sosteniendo dorje y campana. Se sienta con las piernas cruzadas en la posición del vajra. Le abraza su aspecto femenino Vajra Bhagavati, blanca, con una cara y dos brazos; sostiene una cuchilla y una copa de cráneo. Ambos están embellecidos con sedas y toda clase de ornamentos preciosos.

En sus coronillas OM, en las gargantas AH y en sus corazones HŪṂ. Desde las HŪṂ emanan rayos de luz invocando a los seres de sabiduría trascendental en su misma forma.

JAH HŪṂ VAM HOH

Los seres de sabiduría trascendental devienen no duales con los seres simbólicos.

De nuevo emanan rayos de luz desde sus corazones que invocan a las deidades de la iniciación de las cinco familias,

Por favor tathagatas todos, conceded la iniciación.

Al pedirlo así, estos levantan sus recipientes llenos de néctar de sabiduría trascendental y diciendo:

OM SARVA TATHĀGATA ABHISEKATA SAMAYA ŚRIYE HŪṂ

Conceden la iniciación. Sus cuerpos se llenan de néctar de sabiduría trascendental que al rebosar sobre su coronilla se transforma en Aksobya que adorna su cabeza.

En sus corazones y sobre un disco lunar está HŪṂ rodeada del mantra de cien sílabas sobre el borde de la luna.

Bhagavan Vajrasattva, por favor, limpia y purifica todas mis negatividades, oscurecimientos y compromisos rotos o degenerados y los de todos los seres conscientes.

Por esta petición, desde el rosario del mantra y de la HŪṂ en el corazón, emanan rayos de luz que purifican negatividades y oscurecimientos de todos los seres conscientes y hacen ofrecimientos que complacen a los budas y a sus hijos.

Todas las cualidades de sus cuerpos, habla y mentes vuelven en forma de luz y se disuelven en el rosario del mantra y en la HŪṂ , desde los

que se derrama una corriente de néctar que desciende por la unión de la pareja divina, entra por mi abertura de Brahma y el néctar de sabiduría trascendental llena todo mi cuerpo, eliminando todas las negatividades y oscurecimientos de mis tres entradas, dejándolas purificadas.



OM VAJRA HERUKA SAMAYA MANUPĀLAYA / HERUKA  
TVENOPATISHTHA / DRIDHO ME BHAVA / SUTOSHYO ME  
BHAVA / SUPOSHYO ME BHAVA / ANURAKTO ME BHAVA  
/ SARVA SIDDHIM ME PRAYACCHA / SARVA KARMA SU  
CHAME / CHITTAM SHRIYAM KURU HŪṂ / HA HA HA HA  
HO / BHAGAVĀN VAJRA HERUKA / MĀ ME MUNCHA /  
HERUKA BHAVA MAHĀ SAMAYA SATTVA ĀH HŪṂ PHAT  
(x 21)

Debido a mi ignorancia y engaños, he roto y degenerado mis compromisos. Guru Protector, sé mi refugio. Mantenedor del Vajra, cuya naturaleza es la gran compasión, Señor de los transmigrantes, en ti busco refugio.

Vajrasatva te dice: «Oh, hijo de buena familia, todas tus negatividades, oscurecimientos y compromisos rotos y degenerados han sido limpiados y purificados».

Entonces, este se disuelve en mí y mis tres entradas devienen inseparables del cuerpo, habla y mente de Vajrasattva.

## ***El Yoga de las Tres Purificaciones***

*El Yoga de las Tres Purificaciones para purificar las tres puertas es como sigue:*

### ***Purificación de la mente***

ŚRĪ HERUKA

HE es la falta de identidad de los fenómenos, la vacuidad [establecida] a través del análisis de la naturaleza causal de la mente que es la fuente de todo lo que surge.

RU es la falta de identidad de la persona libre del yo fabricado por la red de conceptualizaciones que se aferran a un yo de la persona.

KA es el objeto y el sujeto no establecidos en discordancia como dos [entidades] individuales en el contexto de la talidad.

ŚRĪ es la sabiduría no-dual totalmente involucrada en la vacuidad –su objeto– tal y como es.

Este es el significado de EVAM.

*Esta contemplación es la purificación de la mente.*

### ***Purificación del cuerpo***

Desde la vacuidad aparezco instantáneamente como Heruka azul con una cara y dos brazos, sosteniendo dorje y campana y con la pierna derecha extendida. Me abraza la consorte Vajravarahi, roja con una cara y dos brazos que sostiene una cuchilla y un cráneo.



Al decir tres veces:

ŚRĪ HERUKO 'HAM (x3)

*Al decir esto tres veces, piensa en el bienestar de todos los seres conscientes y siente el orgullo divino de tener el cuerpo de la deidad. Esta es la purificación del cuerpo.*

### **Purificación del habla**

OM A Ā I Ū U Ū ṚI ṚĪ ḶI ḶĪ E AI O AU AM AH / OM KA KHA GA GHA  
NGA / TSA TSHA DZA GYA NYA / TrA THrA DrA DHrA NrA / TA  
THA DA DHA NA\* / PA PHA BA BHA MA / YA RA LA WA / SHA KA  
SA HA KṢA HŪṢ HŪṢ PHAṬ (3x)

*[\*Cuando dices: TrA THrA DrA DHrA NrA la punta de la lengua debe tocar el paladar. Cuando dices: TA THA DA DHA NA la punta de la lengua debe tocar la parte trasera de los dientes]*

En la zona del mi ombligo está el rosario del mantra radiando luz y dando tres vueltas en dirección contraria al reloj. De él emanan grupos de deidad de los tres chakras. Salen por el orificio nasal derecho y se esparcen en las diez direcciones eliminando todas las interferencias. Vuelven y entrando por el orificio nasal izquierdo se disuelven en el rosario del mantra en mi ombligo.

*Esta contemplación es la purificación del habla.*

## **Mantras**

### **Mantra raíz del Padre**

OM̐ KARA KARA / KURU KURU / BANDHA BANDHA / TRĀSAYA  
TRĀSAYA / KṢOBHAYA KṢOBHAYA / HRAUṢ HRAUṢ / HRAḤ  
HRAḤ / PHEṢ PHEṢ / PHAṬ PHAṬ / DAHA DAHA / PACA PACA /  
BHAKṢA BHAKṢA / VASA RUDHIRĀNTRA MĀLĀVALAMBINE /  
GRIHṆA GRIHṆA SAPTA PĀTĀLA GATA BHUJĀṢGĀṢ SARVAṢPĀ  
TARJAYA TARJAYA / ĀKAḌḌHYA ĀKAḌḌHYA / HRĪṢ HRĪṢ /  
JṆAUM̐ JṆAUM̐ / KṢMĀṢ KṢMĀṢ / HĀṢ HĀṢ / HĪṢ HĪṢ / HŪṢ  
HŪṢ / KILI KILI / SILI SILI / HILI HILI / DHILI DHILI HŪṢ HŪṢ PHAṬ

### **Mantra raíz de la Madre**

OM̐ VAJRAVĀRĀHĪ / PROTAṅGE PROTAṅGE / HANA HANA PRĀṆĀṢ /  
KIṢKIṆĪ / KHIṢKHIṆĪ / DHUNA DHUNA VAJRA HASTE / ŚOṢAYA  
ŚOṢAYA / VAJRA KHAṬVĀṢGA KAPĀLA DHĀRIṆĪ / MAHĀPIŚITA  
MĀṢSĀSANI / MANUṢĀNTRA PRAVRṬE SANIDHYA NARASIRA MĀLA  
GRAMṬHITA DHĀRAṆĪ / SUMBHA NISUMBHA / HANA HANA  
PRĀNĀṢ / SARVA PĀŚAVĀNAṢ / MAHĀMĀṢSA CCHEDANI /  
KRODHA MŪRṬE DAṢṢṬA KARALINI / MAHĀMUTRE / ŚRĪ HERUKA  
DEVASYĀ / GRAMAHIṢĪ / SAHASRA ŚĪRE SAHASRA BĀHEVE / ŚATA  
SAHASRA NANE/ JVALITA TEJASE JVALA MUKHE SAṢGALA LOCĀNE /  
VAJRA ŚVARIRE VAJRĀSANI / MILITA CILITA / HE HE / HŪṢ HŪṢ /

KHA KHA / DHURU DHURU / MURU MURU / ADVETE MAHĀYOGINĪ /  
PATHITA SIDDHE / TREṂ DHAM TREṂ DHAM / GRAM GRAM / HE HE  
/ HA HA / BHIME HASA HASA VĪRE / HĀ HĀ / HE HE / HŪṂ HŪṂ /  
TRAILOKYA VINĀŚANI ŚATA SAHASRA KOṬI / TAṬHĀGATA PARIVĀRE  
HŪṂ HŪṂ PHAṬ / SIMHA RŪPE KHAḤ / GACA RŪPE ĀḤ / TRAILOKYA  
UDHARE SAMUTRA MEKHALE / GRASA GRASA HŪṂ HŪṂ PHAṬ /  
VĪRA DVETE HŪṂ HŪṂ / HA HA / MAHĀPAŚU MOHANĪ YOGIŚVARĪ  
TVĀṂ / ḌĀKINĪ SARVA LOKĀNĀṂ VANDHANI / SADYA PRATYAYA  
KARIṆI HŪṂ HŪṂ PHAṬ / BHŪTA TRĀSANI MAHĀVĪRA / PARAMA  
SIDDHA YOGIŚVARI PHAṬ / HŪṂ HŪṂ PHAṬ SVĀHĀ

### ***Mantra del corazón del Padre***

OM ŚRĪ VAJRA HE HE RU RU KAṂ HŪṂ HŪṂ PHAṬ / ḌĀKINĪ JVĀLA  
ŚAMVARAM SVĀHĀ

### ***Mantra cercano al corazón del Padre***

OM HRĪḤ HA HA HŪṂ HŪṂ PHAṬ

### ***Mantra del corazón de la Madre***

OM VAJRA VAIROCANĪYE HŪṂ HŪṂ PHAṬ SVĀHĀ

### ***Mantra cercano al corazón de la Madre***

OM SARVA BUDDHA ḌĀKINĪYE VAJRA VARṆANĪYE HŪṀ HŪṀ PHAṬ  
SVĀHĀ

### ***Mantras de la armadura del Padre***

OM OM HA HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM NAMA HI HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM SVĀHĀ HU HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM VAUṢṬA HE HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM HŪṀ HŪṀ HO HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM PHAṬ HAṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ

### ***Mantras de la armadura de la Madre***

OM OM VAṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM HAṀ YOṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM HRIṀ MOṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM HREṀ HRIṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM HŪṀ HŪṀ HUṀ HŪṀ PHAṬ  
OM PHAṬ PHAṬ HUṀ HŪṀ PHAṬ

### ***Alabanza a Heruka en ocho versos***

OM: Me postro ante el Bhagavan, Señor de los Héroes, HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Aquel tan brillante como el fuego al final de un eón. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: El que lleva un poderoso moño que le corona. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: El de la terrible boca que muestra sus colmillos. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: El de mil brazos que resplandece con rayos de luz. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: El que esgrime un hacha, lazo, tridente y khatvanga. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: El que se cubre con una piel de tigre. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Me postro ante aquel con el cuerpo de color de humo que acaba con los obstáculos. HŪṂ HŪṂ PHET

### ***Alabanza a Vajravarahi en ocho versos***

OM: Me postro ante la Bhagavati Vajravarahi. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Eres la reina arya de las señoras del mantra, invencible en los tres reinos. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Dominas los temores a los espíritus con tu gran vajra. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Ocupas el trono de vajra y con tus ojos controlas a los que se resisten. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Tu cuerpo furioso de calor psíquico puede disecar a Brahma. HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Ahuyentas a los maras y vences a cualquier visión errónea. HŪṂ  
HŪṂ PHET

OM: Victoriosa sobre todo lo que paraliza, enmudece o confunde.  
HŪṂ HŪṂ PHET

OM: Me postro ante Vajravaraḥi, la diosa del deseo y de la unión.  
HŪṂ HŪṂ PHET

## ***Dedicación***

Tu cuerpo, que resplandece en los tres mundos, posee apego  
disciplinado y  
el resplandor de miles de rayos de luz azulada como cien mil soles;  
en tus diversos cuerpos e implementos se encuentran seres  
apasionados,  
Glorioso Heruka, que pueda danzar contigo.

Que estas verdades, las diosas auténticas, sus auténticas promesas,  
y las palabras supremamente válidas que han expresado,  
sean causa para que seamos guiados por ellas.

Para el beneficio de los seres,  
me convertiré en Heruka  
y les estableceré  
en el supremo estado de Heruka.

Si no obtengo ese estado supremo en esta vida,  
que, en el momento de la muerte,  
el padre y la madre me reciban con su séquito  
entre maravillosos portentos, nubes de deliciosos ofrecimientos  
y músicas suaves.

Entonces, que cuando la luz clara de la muerte termine,  
sea conducido a la tierra pura de Khechara,  
el reino de los sostenedores de conocimiento que han logrado

el camino supremo,  
y que allí pueda, rápidamente, completar este profundo camino.

Que esta enseñanza y práctica de Chakrasamvara que ha sido  
transitada por decenas de millones de poderosos yoguis,  
y que en gran medida ha declinado, prolifere ampliamente.  
Que esta entrada para aquellos que desean la liberación  
nunca decline, sino que dure mucho tiempo.

Que los héroes y yoguinis  
de los veinticuatro lugares sagrados del mundo y  
sus séquitos  
que poseen el poder del logro de este método sin  
obstrucción,  
nos asistan siempre e incesantemente.

## ***Colofón***

Traductor al español desconocido. Ha sido revisado tomando con referencia la versión en inglés de Joona Repo, (FPMT Education Services, julio 2021).

Servicio de Traducción de la FPMT Hispana (CPTM). Junio de 2022.

# Cuidado de los textos de dharma

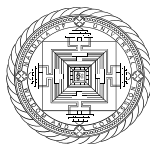


En el budismo se considera que los libros de dharma, por el hecho de contener las enseñanzas de Buda, tienen el poder de proteger contra un renacimiento inferior y de señalar el camino de la liberación. Por tanto, deben ser tratados con respeto, manteniéndolos apartados del suelo y de lugares donde la gente se sienta o por donde camina, y no se debe caminar sobre ellos. Deben cubrirse o protegerse cuando sean transportados y deben guardarse en un lugar alto y limpio, separados de otros materiales mundanos. No se deben colocar otros objetos sobre los libros y materiales de dharma. Se considera que es una forma inadecuada y un karma negativo mojar los dedos para pasar las páginas. Si es necesario deshacerse de materiales escritos de dharma, deben quemarse en vez de arrojarse a la basura. Cuando se queman textos de dharma, se nos ha enseñado que primero se recite una oración o un mantra, como OM AH HŪṂ . Después, se visualiza que las letras de los textos (que se van a quemar) se absorben en la AH y que la AH se absorbe en uno mismo, transmitiendo su sabiduría a nuestro continuo mental. Después, mientras se sigue recitando OM AH HŪṂ , se pueden quemar los libros.

En particular, Lama Zopa Rimpoché recomienda que no se quemen las fotos o imágenes de los seres sagrados, deidades o cualquier otro objeto sagrado, sino que se coloquen con respeto en una estupa, un árbol u otro lugar limpio y elevado. Si es posible, en una estructura pequeña, como una casita para pájaros, sellada posteriormente. De esa manera, la imagen sagrada no terminará en el suelo.



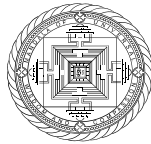
# Fundación para la preservación de la tradición mahayana



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](http://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 ([coordinacion@fpmt-hispana.org](mailto:coordinacion@fpmt-hispana.org)).

FPMT: [www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)  
CPTM: [www.fpmt-hispana.org](http://www.fpmt-hispana.org)



**Fundación para la preservación  
de la tradición mahayana**