









cuyos votos y samayas estén intactos y tenga la excelente motivación de la bodhicitta. En cualquier caso, debe ser alguien en quien el fallecido confie y admire y con quien tenga una relación armoniosa. Esto es de suma importancia.

གདབ་པའི་ཡུལ་བར་དོ་དང་པོ་ཉིན་མཚན་འོད་གསལ་གྱི་ཉམས་སྲོུང་ཡོད་པ། གཉེས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཅུང་ཟད་སྐྱེས་པའམ་རྗེ་གསུམ་ཚེན་ལྟ་བུ་བྱའི་ཁྲིད་ཐོབ་ནས་ངེས་ཤེས་བརྟན་པ། ཐམ་ནི་གང་ཟག་མཚོག་འགའ་རེ་ཙམ་ལས་དེ་དུས་པལ་མོ་ཚེ་ལ་དགོས་པའོ། །

¿A quién se le ofrecen estas enseñanzas? Estas enseñanzas se ofrecen al moribundo según se describe a continuación. La primera sección (1) se le ofrece principalmente a aquellos que tengan la experiencia de la luminosidad a lo largo de todo el día y la noche; la segunda (2) se le ofrece principalmente a aquellos que hayan desarrollado algún nivel de samadhi, o quienes hayan recibido instrucciones de Dzogchen y similares, y que tengan una convicción firme en ellas; y la última (3) es algo que casi todos necesitan, con excepción de algunos cuantos seres extraordinarios.

འདེབས་པའི་དུས་ནི། འོག་ཏུ་སོ་སོར་གསལ་བ་ལྟར་ལ་སྤྱིར་ཉམས་སྲོུང་ཡོད་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་པལ་མོ་ཚེ་ཐུང་མཐའ་སྤྲད་ཅིག་མ་ནས་རིང་མཐའ་ཞག་བདུན་ཚུན་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེ་བ་གཞན་ཏུ་སྤྱིད་པར་སྤྱོར་བ་དང་། རྒྱུན་མ་རྒྱུད་པའམ་དང་འབྲུལ་བའི་གཞན་དབང་ཅན་འགའ་ཞིག་ཞག་བདུན་གྱི་མཚོམས་སུ་བར་སྤྱིད་སྤྱི་མཁའི་འཕྲོལ་ཉེ་སྤྱོད་བར་སྤྱིད་གཅིག་འབྲུག་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་རིང་མཐའ་ཞག་ཞེད་གུལ་གནས་པས་མཚོན་མ་ངེས་པའང་ཡོད་མོད། བར་དོ་སྤྱི་མ་གཉེས་པལ་བས་ངེས་ཟིན་དཀའ་བས་སྤྱིད་པ་བར་དོའི་ངོ་སྤྱོད་ཁོ་ན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་གལ་ཆེ། འོན་ཏེ་ཡུང་དབྱུགས་ཚད་ཀར་སྤྱོད་པས་ན་མཚོག་དམན་གང་ལའང་བར་དོ་གསུམ་ཀའི་ངོ་སྤྱོད་རིམ་པར་འདེབས་པ་ལེགས་ཉེ་ཐོས་གྲོལ་རྗེ་རྗེའི་གསུང་ཡིན་ཕྱིར་པན་ཆེ་བས་སོ། །

¿Cuándo se debe dar esta instrucción? Esto se especificará con detalle más adelante. Por lo general, con excepción de practicantes experimentados, la mayoría de los seres renacen en el transcurso de una semana como máximo, en cualquier momento a partir de que fallecen. No obstante, algunos seres, debido a que no tienen las condiciones necesarias, o debido a su karma y confusión, mueren de su bardo (es decir, estado intermedio de existencia) a los siete días y, en vez de renacer, de nuevo migran a otro bardo. Esto puede continuar un máximo de cuarenta y nueve días. La duración del bardo es, por lo tanto, incierta. Dado que es difícil para los seres ordinarios reconocer los primeros dos bardos [el bardo del morir y el del dharmata], es importante repetirles la introducción al bardo una y otra vez. No obstante, cuando la respiración cesa, ya sea que el fallecido sea un practicante experimentado o una persona ordinaria, es de beneficio



ofrecerle la introducción a los tres bardos (del 1 al 3) en orden. Dado que esta “liberación al escuchar” es habla vajra, su beneficio es extraordinario.

འདེབས་པའི་རྒྱལ་ནི། འགྲུབ་ཏུ་རྩེ་བ་རྣམས་ལ་དབང་པོས་བརྟའ་མཛོད་བའི་སྐབས་ནས་མིག་སྤར་རྟེན་གྱིན་རྒྱབས་  
 ཅན། མཐོང་གྲོལ་འཁོར་ལོ། སོ་སོའི་རྩ་བའི་བླ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་སྐྱབ་རྣམས་ལ་གཞུང་གི་འགྲུབ་ལ་མཚོན་པ་བཤམ།  
 ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་ལྷག་རྗེས། ལྷའི་རྣམ་འབྱེད། ལྷོ་སྤྱོད་སོགས་རྒྱུད་རྗེས་དང་མཐུན་པར་ཡང་ཡང་གསལ་  
 གདབ། ཐམས་ཅད་ལ་བླ་མ་དཀོན་མཚོ་གཞིང་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྤོས་པས་དང་མོས་བསྐྱེད། འཁོར་བའི་སྤྲུག་  
 བསྐྱལ་ལ་རེས་འབྱུང་དང། བར་དོའི་གང་མས་པ་གོ་སྤྲུབ་ཅི་རིགས་པ་བཤད། རྒྱུད་པར་སངས་རྒྱུས་སྤུལ་གཅིག་  
 །བཏགས་གྲོལ་རིགས། བསྐྱེད་སྤོང་པོ་སོགས་ཐོས་གྲོལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་དང། རྗེས་དྲུབ་སྤྲུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་  
 ཀྱི་མཚན་དང་གཟུང་སྤྲུགས་རྒྱུད་པར་ཅན་རྣམས་ཡང་ཡང་བཞག།

¿Cómo dar esta instrucción? Si es apropiado y posible, cuando la persona aún está consciente y es capaz de comunicarse, coloca objetos bendecidos donde los pueda ver. También muéstrale chakras que liberan con tan solo verlos, así como imágenes de sus maestros raíz y deidades yidam. Coloca ofrendas. Si es practicante, recuérdale su práctica una y otra vez, sea Mahamudra o Dzogchen, práctica con una deidad, entrenamiento mental, etcétera. Sea o no practicante, háblale de las cualidades extraordinarias de los maestros, de las Tres Joyas, de las tierras puras y, de esta manera haz que despierte su fe. Ayúdale a que surja en él la renuncia a los sufrimientos del samsara y háblale del bardo de una manera en la que le sea fácil de entender. En particular, recita una y otra vez el tantra Sangye se chick, El único hijo de todos los buddhas, así como escrituras que liberan al portarlas, el Lotus essence tantra (el tantra de la esencia del loto), y otros tantras similares que liberan al escucharse. También recita los nombres de los buddhas y los mantras dhāranī que son alabados por sus beneficios especiales.

ཨོ་རྒྱུན་སྤྱད་བ་མཐའ་ཡས་སོགས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བྱ། ཞེས་སྤྱོད་པའི་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་སོགས་  
 ཡིད་ལ་མི་འཐད་པའི་བྱེད་སྤྱོད་སྤྲུབ་རྗེས་ཤིན་ཏུ་འཛོམ། སེམས་ཚགས་པའི་ཡུལ་གང་ཡང་དུང་དུ་མི་བཞག། ལྷོ་  
 སྤྲུགས་ཅ་ཅོ་རྣམས་གཟན་པའི་སྤྱད་པ་མོའང་མི་བསྐྱུག། ལྷུང་གྲོལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རིང་བསོལ་སྤྱེ་བའུན་རྒྱུལ་བཞིན་  
 བསྐྱུབ་པའི་རིལ་བུ་སོགས་ལའ་རྗེས། བཏགས་གྲོལ་སྤྲུགས་བམ་དང་ཅོ་ག་རྣམས་སྤྱེས་པ་ལ་མཚན་འབྲུང་གཡོན།  
 བྱད་མེད་ལ་གཡས་སམ། ལྷགས་འདི་ལྟར་ན་མགུལ་དུ་གདགས། རྗེས་གྲོལ་བའུག་སྤོས་མེར་བསྤྲུགས་པའི་དུང་  
 པ་བཏང།

Haz súplicas sinceras y de corazón a Orgyen Amitābha y otros buddhas. Sé sumamente cuidadoso de no hacer ni decir algo que pueda molestar o enfadar al moribundo. Aleja de su presencia cualquier cosa a la que esté apegado. No pronuncies a su oído ni una sola palabra inútil. No digas nada



que le pueda perturbar. Ofrécele píldoras que liberan al ingerirlas que estén preparadas de forma correcta, tal como la píldora reliquia de los siete nacimientos excelentes. Colócale textos y chakras que liberan al portarse, del lado izquierdo de su torso si es un hombre y de lado derecho de su torso si es una mujer. Alternativamente, de acuerdo con nuestra tradición, también puedes colgarle textos al cuello. Quema incienso que contenga sustancias que liberan al olerse y sopla el humo suavemente.

འཕོ་འདེབས་མི་དགོས་ཅེས་པའི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་སྤྱི་ལ་རེག་གྲོལ་འཕོ་ཇུས་ཆང་གར་མར་བསྐྱབས་སྤྱད་ས་  
 པའི་ལྷེ་གུ་བྱས་ལ་སྤྱི་དབྱུགས་ཆད་ཀར་སྤྱི་ཚངས་བྱག་ཏུ་བྱུགས། སྤང་པོ་འང་མགོ་བྱང་། བ་རུབ། སྒྲིག་ཡུལ་ས་  
 འོག་ཏུ་བསྐྱེན་ཏེ་གཞག་ན་ཕམ་ཡོན་དགོས་པ་ཆེ། བརྗོད་པ་པོ་འང་སྒོ་འཚབ་འཚུབ་ཏུ་མ་སོང་བར་མོས་གུས་སྤྲིང་རྗེ་  
 རིག་རྩལ་གསལ་ངར་དང་ལྷན་པུས།

Con excepción de aquellos que definitivamente no necesiten que alguien más les guíe en el powa (la expulsión de la conciencia), para cualquier otro prepara una pasta de powa intensamente alcohólica que libera al tocarse. En cuanto cese su respiración externa, úntala en la apertura de Brahma en la coronilla de su cabeza. [Antes de que cese su respiración] será de gran beneficio si puedes recostar su cuerpo sobre su costado derecho, con la cabeza al norte y su rostro al oeste. La persona que recite las instrucciones debe hacerlo sin agitación, con tranquilidad, con fuerte devoción y con una compasión infundida de la fortaleza de rigpa.

**1. Explicación del bardo de la muerte para practicantes experimentados**

གདམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ། དང་པོ་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་འཆི་ཀའི་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི། སྤྱི་དབྱུགས་  
 ཆད་ནང་དབྱུགས་མ་ཆད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱི་ལྷེ་མི་བྱ་བར་རྩ་བ་གཡོན་ནས་ཆོག་གསལ་ལ་གདངས་སྐྱོན་པོས་འདི་  
 ལྟར།

Cuando su respiración externa haya cesado, pero no su respiración interna, sin mover a la persona en absoluto, recita lo siguiente cerca de su oído izquierdo. Pronuncia con claridad y recita melodiosamente:

**ཀྱེམ་ཀལ་དྲན་རིགས་ཀྱི་བུ།**

**kyema kalden rik kyi bu ུ ུ**

**¡Hijo noble y afortunado!:**



མ་ཡང་ས་རྩེ་གཅིག་དྲན་བས་ཉོན།

**ma yeng tsechik drenpe ñön** མོ་མོ་

¡No te distraigas! Escucha con total atención.ོ

འདིག་རྟེན་འདིར་སྣང་ཇི་སྟེད་ཀུན།

**yikten dir nang chiñe kün** མོ་མོ་

Absolutamente todo lo que percibimos en este mundo.ོ

མི་ལམ་བདུད་ཀྱི་བསྐྱེད་ཡིན།

**milam dü kyi lu dri yin** མོ་མོ་

es un sueño, una ilusoria tentación de Māra.ོ

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་འཆི་བའི་རྒྱ།

**tamche mi tak chiwe gyu** མོ་མོ་

Todo es impermanente y la causa de la muerte.ོ

སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤོངས་ལོག་རིགས་ཀྱི་བུ།

**dukngal pong shik rik kyi bu** མོ་མོ་

Así que irenuncia al sufrimiento, hijo de noble familia!ོ

དཀར་དམར་ནག་ལམ་སྣང་བ་ཀུན།

**kar marnak lam nangwa kün** མོ་མོ་

Las experiencias vívidas de blanco, rojo y negro.ོ

ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་ཚོའམ་སྤྲུལ་ཡིན།

**tamche sem kyi chotrul yin** མོ་མོ་

son solo manifestaciones de la mente.ོ

རང་ལས་གཞན་དུ་སྣང་བ་མེད།

**rang le shendu nangwame** མོ་མོ་

Ninguna apariencia está separada de ti.ོ



མ་འཇིགས་མ་སྒྲངས་རིགས་ཀྱི་བྱེ།

**ma chik ma ngang rik kyi bu** མེ མེ

Hijo de noble familia, ¡no sientas pánico! ¡No temas!;

ད་ལྟ་རིག་པ་བརྒྱལ་འདྲ་བེ།

**danta rigpa gyal drawa** མེ མེ

En este momento es como si te hubieses desmayado.;

སྤྱི་སྒྲུབ་ནམ་ལངས་མཁའ་དང་འདྲེ།

**chi nang namlang kha dang dra** མེ མེ

La experiencia externa es como el cielo al alba.;

ནང་སྒྲུབ་བྱམ་ནང་མར་མེ་བཞིན་མེ།

**nang nang bum nang marme shin** མེ མེ

La experiencia interna es como una vela en una vasija.;

གསལ་ལ་མི་རྟོག་རྩེ་གཅིག་གཞན་མེ།

**sal la mi tok tsechik ne** མེ མེ

Clara, sin pensamientos, enfocada.;

འདི་ནི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་ཉེ།

**di ni chiwe ösal te** མེ མེ

esta es la luminosidad de la muerte.;

སངས་རྒྱལ་དགོངས་པ་འདི་ཀ་རང་མེ།

**sangye gongpa dika rang** མེ མེ

Es en sí misma la realización de los buddhas.;

མ་བཅོས་མ་བསྐྱད་ལྷག་པར་ཞོག་མེ།

**machö ma le lhukpar shok** མེ མེ

Noble hijo, descansa con naturalidad, sin fabricar ni alterar nada.;





ཚོས་སྐྱར་གྲོལ་ལོ་རིགས་ཀྱི་བུ།

**chökur drol lo rik kyi bu** ། །

iy te liberarás en el dharmakāya!:

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། སྤྱགས་དམ་ཟིན་པའི་རྟགས་བྱུང་ན་དེ་ཀར་བཞག་པས་དབང་པོར་བ་དེ་ཡིས་གྲོལ།

*Recita lo anterior tres veces. Si aparecen signos de que la persona ha entrado en thukdam (la absorción meditativa tras la muerte física) entonces detén ahí la lectura, pues serás como éstos de capacidad suprema se liberarán de esta manera.*

2. Explicación del bardo del dharmata

གཉིས་པ་དེ་ཡིས་པན་མ་ཐོགས་པའམ་ཐོགས་ཀྱང་བསྐྱོད་ཀྱང་དུ་སྤྱགས་དམ་གྲོལ་བའམ། ནང་དབུགས་ཆད་པའི་རྟགས་བྱོད་དང་མདངས་ལལ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ཚོ་ཚོས་ཉིད་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི།

*Si la anterior instrucción no ayuda al fallecido, o aun si le ayuda pero el estado de thukdam se disuelve enseguida o hay signos de que la respiración interna ha cesado (tales como que su cuerpo pierde su calidez y su aspecto palidece), entonces se le debe dar la siguiente explicación del bardo del dharmadhātu.*

ཀྱེ་མ་སྐྱལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ།

**kyema kalden rik kyi bu** ། །

¡Hijo noble y afortunado!:

མ་ཡེངས་རྩེ་གཅིག་བྲན་པས་ཉོན།

**ma yeng tsechik drenpe ñön** ། །

¡No te distraigas! Escucha con total atención.:

ཁར་སང་རིག་པ་ངོས་མ་ཟིན།

**kharsang rigpa ngö ma sin** ། །

Antes no reconociste rigpa,:

ད་ནི་ཞག་བདུན་རྒྱུན་ཆད་ལ།

**dani shakdün tsünche la** ། །

así que de ahora en adelante, durante los siguientes siete días,:



སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཟེར།

**nangwa tamche ya öser** ། །

toda apariencia surgirá como arcoíris, rayos de luz, །

ཐིམ་ལེ་ལྷ་སྐྱའི་རྣམ་པར་ཤར།

**tikle lha kü nampar shar** ། །

bindus y las formas de deidades. །

ཐམས་ཅད་རིགས་ལྔའི་རྒྱལ་བ་ཡི།

**tamche rik nge gyalwa yi** ། །

Todas son manifestaciones de las cinco familias de buddhas, །

ཡེ་ཤེས་ཐབས་གྱི་འཚོ་འཕུལ་ཡིན།

**yeshe tab kyi cho trul yin** ། །

sabiduría y medios hábiles. །

འོད་དང་འོད་ཟེར་བཀྲག་འཚོར་ཡང་།

**ö dang öser trak tser yang** ། །

¡No sientas pánico! No sientas temor །

དེ་ལ་མ་འཇིགས་མ་སྐྱག་པར།

**de la ma yik matrakpar** ། །

de estas luces y rayos que brillan intensamente. །

རང་སྣང་ཡིན་པར་ལ་རྗོས་ལོག།

**rangnang yinpar la dö shik** ། །

Ten la certeza de que son manifestaciones de tu propia mente. །

དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འོད་ཟེར་ནི།

**de dang lhenchik öser ni** ། །

Junto con estas surgirán །



བྲག་མེད་ཡིད་ལ་འབྲད་བར་འཆར།

**trakme yi la tepar char** ། །

rayos de luz sin brillo, apagados, que te atraerán. །

དེ་ལ་མ་ཆགས་འཁོར་བའི་ལམ།

**de la ma chak khorwe lam** ། །

¡No te apegues a ellos, pues son el camino al samsara! །

དུག་ལྔ་རང་མདངས་སྣང་བ་ཡིན།

**duk nga rang dang nangwa yin** ། །

Son el resplandor de los cinco venenos. །

དེ་ལྟར་བྱོད་གྱི་སྣང་བ་ལ།

**detar khyö kyi nangwa la** ། །

De esta manera, los caminos puro e impuro །

དག་དང་མ་དག་ལམ་ཤར་བས།

**dak dang ma dak lam sharwe** ། །

se manifestarán y aparecerán ante ti. །

ལམ་གྱི་འདམ་ཀ་མ་ནོར་བར།

**lam gyi dam ka manorwar** ། །

¡No elijas el camino equivocado! །

རིགས་ལྔ་ཡབ་ཡུམ་ཐུགས་ཀ་ནས།

**rik nga yabyum tukka ne** ། །

Del centro del corazón de los buddhas masculinos y femeninos །

རྫོག་མེད་ལམ་དཔེ་གསལ་ལམ་ཆེ།

**dorche sempe seng lam che** ། །

un intenso haz de luz, el supremo y secreto atajo de Vajrasattva. །



འོད་གྱི་སྐྱུ་གུ་མིག་ལ་བྱུག།

**ö kyi bugu mik la suk** ། །

penetrará tu ojos.།

རིག་པ་ལྷན་གྱིས་གནས་པའི་ཚེ།

**rigpa lhen gyi nepe tse** ། །

Mientras permaneces en el estado de rigpa,།

བདག་ཉིད་སྤྲུགས་རྗེས་བྱུངས་ཤིག་ཅེས།

**dakñi tukche sung shik che** ། །

suplica con intenso anhelo.།

འདུན་པ་དྲག་པོས་གསོལ་བ་གདབ།

**dünpa drakpö solwa dab** ། །

“¡Acójame con compasión!”།

རང་དང་ལྷར་སྣང་དབྱེར་མེད་དང་།

**rang dang lhar nang yerme dang** ། །

Las deidades que aparecen y tú son indivisibles,།

སྤང་བླང་བསལ་བཞག་མེད་པར་བསྐྱང་།

**panglang sal shak mepar kyang** ། །

y no hay nada que adoptar o abandonar, que eliminar o establecer.  
Descansa en este estado.།

དེ་ཚེ་ལྷ་ལ་ལྷ་ཐིམ་ནས།

**detse lha la lha tim ne** ། །

En ese momento, las deidades se disolverán en las deidades།

ལོངས་སྤྱོད་རྗེས་སྐྱུར་གྲོལ་བར་འགྱུར།

**longchö dsok kur drolwar gyur** ། །

y te liberarás en el sambhogakāya.།



ཀྲེམ་སྐལ་ལུན་རིགས་ཀྲིབུཾ

**kyema kalden rik kyi bu** ྀྀྀ

¡Hijo noble y afortunado!ྀྀ

གལ་ཏེ་དུས་དེར་མ་གྲོལ་ནཾ

**galte dü der ma drol na** ྀྀྀ

Si en ese momento no te liberas,ྀྀ

དུས་མ་འགྱུར་ཀྱང་སྐད་བ་འགྱུརཾ

**dü ma gyur kyang nangwa gyur** ྀྀྀ

aunque no cambie el tiempo, las apariencias se transformarán:ྀྀ

སྤྱོད་ས་མཚམས་སྟེང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱུནཾ

**choktsam tengok tamche kün** ྀྀྀ

las direcciones cardinales e intermedias, arriba y abajo, todas las direcciones,ྀྀ

འཇམ་འོད་མེ་དཔུང་འབྲུགས་པའི་གློངཾ

**ja ö mepung trukpe long** ྀྀྀ

se convertirán en una estruendosa expansión de fuego y luces de arcoíris.ྀྀ

དཔལ་ཚེན་ཁྲག་འཐུང་ལྷ་ཚོགས་དངཾ

**palchen traktung lhatsok dang** ྀྀྀ

Maha Shri Heruka y su hueste de herukasྀྀ

འཇིགས་པའི་ཕྱག་བརྟན་དུ་མ་ཡིསཾ

**yikpe chakñen дума yi** ྀྀྀ

junto con una multitud de asistentes terroríficosྀྀ

མཚོན་ཆ་རྩོལ་བའི་ཆར་འབབས་ཤིངཾ

**tsöncha nowe charbeb shing** ྀྀྀ

lanzarán una lluvia de armas lacerantes.ྀྀ



ལྷོ་ཕུ་གད་མོས་སྟོང་ཁམས་གཡོ་མེད།

**hung phe ge mö tong kham yo** མེད མེད

Sus carcajadas de *hūm* y *phé* cimbrarán todo el universo,མེད

འབར་བའི་རྣམ་རིལ་ཅིར་ཡང་སྟོན།

**barwe namrol chiryang tön** མེད མེད

y su apariencia resplandeciente se manifestará en todo tipo de formas.མེད

དེ་ལ་མ་སྐྱག་མ་སྐྱབས་བར་མེད།

**de la ma trak mangangwar** མེད མེད

¡No sientas pánico! ¡No sientas temor!མེད

ཐམས་ཅད་རང་གི་རིག་ཚུལ་དུ་མེད།

**tamche rang gi riktsal du** མེད མེད

Reconoce que todo es la expresión de *rigpa*, tu propia conciencia.མེད

ངོས་བབུང་ཐག་ཚེད་རང་བབས་ཞོག་མེད།

**ngö sung takchö rangbab shok** མེད མེད

Ten certeza de esto y descansa de forma natural.མེད

འདུན་པ་གཏོད་ལ་དབྱེར་མེད་བསྐྱེད་མེད།

**dünpa tö la yerme se** མེད མེད

Enfócate en ellos y fúndete de forma indivisible.མེད

ལམ་སྐྱ་ཟིན་ནས་གྲོལ་བར་འགྱུར་མེད།

**lam na sin ne drolwar gyur** མེད མེད

entonces ingresarás en el camino y te liberarás.མེད

ཞེས་ཡང་ཡང་བཟོད་པས་དབང་པོ་འབྲིང་པོ་རྣམས་དེ་ཀས་གྲོལ་བར་གསུངས།

*Recita lo anterior una y otra vez. Se enseña que aquellos que poseén una mediana capacidad se liberarán de esta manera.*



### 3. Introducción al bardo del devenir

གསུམ་པ་སྲིད་པ་བར་དོའི་དོ་སྲོད་ཞག་བདུན་པན་ཆད་ལ་འདེབས་པར་གསུངས་ཀྱང་གཞུང་གི་ཞག་གྲངས་རྣམས་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་ལ་དགོངས་པས། གང་ཟག་སྦྱི་ལ་ཞག་གསུམ་པན་ཆད་དོ་སྲོད་འདི་ཀའོན་ཟབ་པས་བྱང་ཚོག་གི་ཞར་བྱང་ཟས་བསྐྱེད་ཚེས་སུ་ཚར་ཅེ་བཤམ་ག་དང་། འདི་ཉིད་ཁོན་བརྗོད་ཀྱང་རུང་སྟེ་ལྷའི་གསལ་སྣང་སྦྱང་ཚེདི་སེམས་དང་ལྷན་པས་མདུན་དུ་བཀུག་པར་བསམས་ལ་གསུར་བསྐྱོ་བྱས་པའི་ཚེས་སུ་གདངས་གསལ་ལ་སྦྲན་པས།

*Aunque se enseña que lo siguiente se debe recitar a partir del séptimo día en adelante, en ese contexto “días” se refiere a “días de concentración”. Siendo así, en general, esta y sólo esta introducción se debe recitar a partir del tercer día en adelante. Hacerlo así es algo muy significativo. Si se lleva acabo el ritual de བྱང་ཚོག་ (tibetano yang chok, “quemar la inscripción”), esta introducción al bardo del devenir se debe añadir y recitar una vez después de la dedicatoria de la comida. También es correcto recitarla por sí sola. Te visualizas como la deidad y con una mente llena de compasión, imagina que has convocado frente a ti a la conciencia del fallecido. Después, tras la dedicatoria de la “ofrenda de sur”, recita lo siguiente de forma clara y melodiosa.*

ཀྲེམ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ།

**kyema ñön chik rik kyi bu མོ། མོ།**

Hijo noble, ¡escucha!མོ།

མ་ཡེངས་མ་ཡེངས་དྲན་པ་བརྟན་མོ།

**ma yeng ma yeng drenpa ten མོ། མོ།**

¡No te distraigas! ¡Concéntrate!མོ།

ད་ནི་རླུང་སེམས་འདུས་པའི་ལྷུང་མོ།

**dani lungsem düpe lü མོ། མོ།**

Ahora tienes un cuerpo de prāna y una menteམོ།

སྲིད་པ་བར་དོའི་སྣང་བ་ཤར་མོ།

**sipa bardö nangwa shar མོ། མོ།**

y surgen las apariencias del bardo del devenir.མོ།



འཆི་བར་ཤེས་ཤིང་གསོན་ལ་འབྲིང་།

**chiwar she shing sön la treng** ། །

Sabes que has fallecido y te aferras a lo vivo.།

གཤམ་རྗེའི་ཕོ་ཉ་གཏུམ་པོས་བྲིན།

**shinche poña tumpö sin** ། །

Los feroces mensajeros de Yama te confrontan.།

འཇིགས་བའི་སྒྲ་དང་ཉམ་བའི་འབྲང་།

**chikpe dra dang ñampe trang** ། །

Sonidos terroríficos y abismos atemorizantes,།

ངེས་དང་མ་ངེས་རྒྱགས་མང་ཤར།

**nge dang ma nge tak mang shar** ། །

todo tipo de signos, algunos estables y otros pasajeros, surgen.།

དེ་ཀུན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཚུལ།

**de kün rang gi sem kyi tsal** ། །

Todo esto es la expresión de tu propia mente.།

སེམས་ནི་སྟོང་བ་ཙམ་མཁའ་འདྲ།

**sem ni tongpa namkha dra** ། །

La mente está vacía, como el espacio.།

ཙམ་མཁའ་ས་ཙམ་མཁའ་སྐྱགས་མི་ལྗོད།

**namkhe namkha lak mi ñe** ། །

El espacio no puede hacer nada que dañe al espacio,།

དེ་ཕྱིར་ཚོས་ཉིད་དཔའ་གདིང་སྐྱེད།

**dechir chöñi pading kye** ། །

¡así que haz que surga en ti la valentía y la dignidad propias de la naturaleza verdadera!།





འོན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གསུང་བསྟོའའདི།

**chin gyi labpe sur ngo di** ། །

Esta ofrenda de *sur* consagrada y dedicada;།

ཟབ་མི་ཤེས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དེ།

**se mishepe longchö de** ། །

es gozo inagotable,།

ཟག་མེད་སྤང་གོལ་ཞལ་ཟས་ཡིན།

**sakme ñang drol shalse yin** ། །

es comida pura que libera al probarla.།

བཞེས་ཤིག་གསོན་ལ་མ་འབྲེང་བར།

**she shik sön la matrengwar** ། །

Disfruta de ella y no añores a los vivos.།

འདུན་པ་ལྷ་དང་སླེ་མར་གཏོད།

**dünpa lha dang lamar tö** ། །

¡Vuelca tu atención a las deidades y los maestros!།

འདི་ནས་རྒྱ་གྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན།

**di ne nub kyi chok rol na** ། །

Al oeste de aquí se encuentra Sukhāvātī,།

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡོད།

**dewachen gyi shingkhām yö** ། །

la tierra pura del gozo,།

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་པ་བཞུགས།

**gönpo öpakme pa shuk** ། །

donde reside el protector Amitābha.།



སུ་ནིག་དེ་ཡི་མཚན་འཛིན་པ་།

**su shik de yi tsen dsinpa** ། །

Todo aquél que tenga su nombre en mente།

དེ་ནི་དེ་རུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་།

**de ni de ru kyewar gyur** ། །

renace aquí en la tierra pura.།

ཁྱོད་ཀྱང་མགོན་པོ་དེ་ཡི་མཚན་།

**khyö kyang gönpo de yi tsen** ། །

Así que ten en mente el nombre del protector།

ཡིད་ལ་བཟུང་ནས་གསོལ་བ་ཐོབ་།

**yi la sung ne solwa tob** ། །

iy suplica!།

སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་པདྨ་འབྱུང་།

**chenresik dang pema yung** །

Piensa, “Avalokiteśvara y Padmasambhava,།

མཁྱེན་ལོ་སྐྱེ་བ་དུ་མོས་གུས་བསྐྱེད་།

**khyen no ñam du mögü kye** ། །

¡Cuiden de mí!” Al tiempo que despiertas tu devoción.།

ཐོ་ཚོམ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་ནས་།

**tetsom mepe ngang ñi ne** ། །

Libre de cualquier duda,།

རང་བྱུང་རྗེ་རྗེའི་འགྲོས་གྱིས་སོང་།

**rangchung dorche drö kyi song** ། །

continúa con la danza vajra que surge de manera espontánea.།



ཞིང་ཁམས་དེ་ཅུ་པ་རྒྱུ་ལྷན་སྤྱོད་ལྷན་སྤྱོད་།

**shingkham de ru peme bub** ། །

Después, en esa tierra pura, en el corazón de un loto:

རྩུ་ཏེ་ལྷུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་།

**dsü te ñurdu kyewar gyur** ། །

renacerás rápidamente. །

དེ་ཕྱིར་དགའ་ཞིང་སྒོ་བའི་ངང་།

**dechir ga shing trowe ngang** ། །

Así que, con gozo y deleite, །

དང་མོས་སྐྱེད་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ།

**de mö kye chik rik kyi bu** ། །

haz que la fe y devoción surjan en ti, ¡hijo de noble familia!:

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་པོ་ཐོས་མྱོལ་བར་གསུངས།

*Recita lo anterior una y otra vez. Se dice que al hacerlo se liberan aquellos con una capacidad mínima.*

**4. La instrucción para lograr la liberación a través del renacimiento.**

ཞག་བདུན་པ་ན་ཆད་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱེ་བ་བརྗོད་ནས་མྱོལ་བའི་གདམས་པ་ནི།

*A partir del séptimo día y en adelante, después de las instrucciones anteriores, recita la siguiente instrucción para lograr la liberación en el renacimiento:*

ཀྱེ་མ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ།

**kyema ñön chik rik kyi bu** ། །

Hijo noble, ¡escucha!:

ད་ནི་མངའ་སྐྱོལ་ཁེགས་པས།

**dani ngal go makhekpe** ། །

La entrada a la matriz está descubierta, །



སྒོང་དུམ་བྲོག་ཕུག་མུན་ཁྲོད་དང་།

**dongdum drok puk mün trö dang** ། །

así que ahora verás troncos de árboles, huecos, །

ནགས་ཚེལ་གཞལ་ཡས་ཁང་མཐོང་ཡང་།

**naktsal shalye khang tong yang** ། །

escondites oscuros, bosques y palacios. །

དེ་ལ་ཚགས་དང་ཞེན་པ་སྤོང་།

**de la chak dang shenpa pong** ། །

Desecha todo apego y deseo de ellos. །

འཇམ་སྒྲིང་སྤྱི་དང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་།

**dsamling chi dang bö kyi yul** ། །

Centra tu atención །

ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་ཞབས་དུང་དུ།

**khyö kyī lame shab drung du** ། །

en renacer cerca de tu maestro །

སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་འདུན་པ་གཏོད།

**kyewa lenpe dünpa tö** ། །

en un país de este mundo, o específicamente en Tíbet. །

ཚོས་ལྷན་རིགས་ཀྱི་པ་མ་གཉིས།

**chöden rik kyī pama ñi** ། །

Visualiza a tu padre y madre, ambos de una casta de Dharma, །

བསྐྱེད་འགྲུང་གནས་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱེམ།

**pema chungne yabyum gom** ། །

como Padmasambhava y su consorte. །



ཚགས་དང་སྤང་བའི་སྤོངས་ལུང་།

**chak dang dangwe lo pong la ུ ུ**

Abandona todo pensamiento de deseo y enojo:

དད་པས་བསམ་གཏན་ངང་དུ་ཞུགས་ལུང་།

**depe samten ngang du shuk ུ ུ**

y con fe entra en un estado meditativo. ུ

ཟབ་མཐོའི་ཚེས་ཀྱི་སྤོངས་གྲུང་ནས་ལུང་།

**sabmö chö kyi nö gyur ne ུ ུ**

Entonces te convertirás en un vehículo para el Dharma profundo:

སྤུལ་དུ་ཡི་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལུང་།

**ñurdu yeshe tobpar gyur ུ ུ**

y rápidamente lograrás una conciencia prístina. ུ

ཞེས་ཞེད་གཏུ་ཚྲོགས་ཀྱི་བར་ཉིན་རེ་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ལས། དེ་ལྟར་རིམ་པར་གདམས་པ་ཡིས་ལུང་།  
ཇི་ལྟར་དབང་པོ་དམན་པ་ཡང་ལུང་། སྤྱི་བ་བདུན་ནས་རིམ་པར་གྲོལ་ལུང་། ཅེས་དང་། འདི་ལྟའི་གདམས་པ་ཡང་ཟབ་  
ནི་ལུང་། བསྐྱོམ་མི་དགོས་ཏེ་ཐོས་གྲོལ་ལོ་ལུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཚུལ་བཞིན་ལག་ཏུ་སྒྲུངས་ན་བསྐྱུ་བ་མ་མཚེས་སོ།

Recita esto todos los días hasta el final del periodo de cuarenta y nueve días. Los beneficios de hacerlo se explican en las escrituras donde dice: “Mediante estas instrucciones paso a paso, se liberará en el transcurso de siete vidas, sin importar lo inferior que sea su capacidad.” Y “Esta instrucción, la más profunda, libera con tan solo escucharla, sin necesidad de practicar.” De manera que, si llevas esto a la práctica de forma correcta, seguramente será así.

དེ་དག་གང་གིས་མཐུར་ཡང་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་དང་། བདེ་སྤོངས་མངོན་དགའི་ཞིང་སྤོངས་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤོངས་  
ལས་མང་དུ་གདབ། དགོ་རྒྱུང་རྒྱུང་རྒྱུ་བསྐྱོམ་ལ་ཀ་དག་གི་ངང་དུ་ཡུལ་སེམས་རེ་གཅིག་པར་མཉམ་གཞིག་ཡུན་  
རིང་དུ་བསྐྱུང་། ཇེས་སྤྱི་ལུང་པོ་ལ་རེ་ག་གྲོལ་གྱི་མཁའ་གདབ་ཅིང་དན་སོང་སྤྱོད་བའི་སྤྱགས་སོགས་བརྗོད། བཏག་  
ས་གྲོལ་གྱི་ལག་ལེན་སོགས་ཚུལ་བཞིན་བྱས་ན་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་གསུང་ལ་བསྐྱུ་བ་མི་སྲིད་པས། ཟབ་མཐོའི་  
ཐབས་དེ་ཅི་མཁའ་འཚོགས་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་དེས་པར་འཁོར་བ་དང་དན་སོང་གི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་ཅིང་རྩམ་པར་གྲོལ་  
བའི་དཔལ་ལ་དབྱགས་འབྱིན་འཐོབ་གདོན་མི་ཟེའོ། །



*Al final de recitar estas instrucciones, uno también debe recitar varias plegarias de aspiración Mahāyāna, tales como Sangchö Mönlam, La reina de las plegarias de aspiración: la «Aspiración a las Buenas Acciones» de Samantabhadra, la plegaria de aspiración para renacer en Sukhāvātī, la plegaria de aspiración para renacer en el reino del Gozo Puro [la tierra pura de Akṣobya] y demás. Después, dedica el mérito para el logro de la iluminación y descansa en meditación por un largo rato en el estado de la pureza primordial, en un solo sabor de la mente y los objetos. Más tarde, espolvorea polvo que libera con el tacto sobre el cadáver y recita mantras tales como el mantra que purifica los reinos inferiores. Si los textos de liberación al portar y demás se utilizan correctamente, dado que el habla iluminada del Protector Primordial es infalible, no hay duda alguna de que el fallecido se emancipará del miedo del samsara y los reinos inferiores y logrará el gozoso alivio de la completa liberación mediante las bendiciones de esta variedad de profundos medios hábiles.*

གཞན་དོན་མཛད་པ་ལ་ཅིག་སྐྱུ་ལུལ་གཉན། །

*Algunas personas que afirman llevar a cabo lo que beneficia a otros*

བསྐྱོན་ཚེར་གཅིག་བསྐྱུ་བ་ན་དྲིན་ཆེར་བཟླ། །

*recitan una dedicatoria y plegaria de aspiración una sola vez y lo consideran de gran servicio.*

གཞན་དག་དགོངས་སྤྱོད་རྩེད་སྤྱོད་ཆ་མེད། །

*Otros tergiversan el logro con la conducta así que descuidan los detalles*

འཕོ་འདེབས་འོལ་ཙམ་བྱས་པས་ཚོག་པར་རྫོགས། །

*y con arrogancia consideran suficiente el vagamente llevar a cabo el powa una sola vez.*

ཕལ་ཆེར་རྫོངས་པས་འདི་བྱ་དེ་བྱེད་མེད། །

*La mayoría de las personas ignoran lo que de hecho hay que hacer.*

དང་བྱ་ལས་ཀྱང་འདྲིན་བྱེད་སེམས་རྩ་འཕྲོར། །

*La mente del propio guía está más dispersa que la de aquél que necesita guía, el fallecido.*

དེ་བས་ཀུན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་དཀའ་ཡང་། །

*Siendo así, aunque sea difícil beneficiar a todos,*



སྐྱིད་རྗེའི་སེམས་ལྷན་དམ་པ་རེས་འགའ་ཙམ། །

*supongo que esto puede servir como recordatorio*

རྒྱལ་འདིས་མ་རྒྱན་སྐྱབས་མེད་སྐྱོབ་པ་ཡི། །

*para algunos seres nobles con corazones compasivos*

ཐབས་ཟབ་གཅིག་ཅུ་ཕྱག་ཏུ་བཞེས་པ་ལ། །

*de que utilicen estos profundos medios hábiles progresivos*

བསྐྱེལ་གསོལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་སྐྱམ་ཀུ་སུ་ལི། །

*que ofrecen protección a nuestras vulnerables y envejecidas madres.*

ལྷོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་གནས་ཆེན་ཚོང་ཤོད་དུ། །

*Esto lo escribió el kusāli Lodrö Taye mientras practicaba*

སྐྱབས་པའི་སྐབས་བཀྲིས་དགོ་བས་སྐྱེད་བུ་ཀུན། །

*en el lugar sagrado de Dzongshö. Que por la virtud de hacer esto,*

ཕྱམ་གཅིག་གཤོད་མའི་ས་ལ་རྣམ་གྲོལ་ཤོག། །

*todos los seres se liberen juntos y de manera natural en el estado primordial.*

དགོ་ལེགས་འཕེལ།། །།

*¡Que la virtud y la excelencia florezcan!*

*Traducido al castellano por Marcela López en agosto de 2021, de la versión  
en inglés de Lhasey Lotsawa Translations por Laura Dainty y Peter  
Woods, 2019.*

## **Kyabgön Phakchok Rinpoche's Mandala**

Spiritual activities: <https://cqlf.org/>

Merit-making activities: <https://akaracollection.com/>

Teaching activities: <https://samyeinstitute.org/>

Charitable activities: <https://basic-goodness.org/>

Scriptural activities: <https://lhaseylotsawa.org/>

<https://www.nekhor.org/>





ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཚུ་བྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆ་འི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་  
 བཤོམས་གང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཚུ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Manjusrī Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.