

27° MONLAM KAGYU

Plegarias por la paz del mundo y el medio ambiente

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

ENSEÑANZAS

Monasterio de Tergar, Bodhgaya • 20–22 diciembre 2009

PLEGARIAS DEL MONLAM

Templo de Mahabodhi, Bodhgaya • 24–31 diciembre 2009

PROGRAMA DE AÑO NUEVO

Monasterio de Tergar • 1º Enero 2010

Español

HORARIO BREVE

Enseñas en el monasterio de Tergar

CARTA
A UN
AMIGO

Domingo 20, Diciembre 2009

I 9:00–11:00 AM Enseñanza

II 3:00–5:00 PM Enseñanza

Lunes 21, Diciembre 2009

I 9:00–11:00 AM Enseñanza

II 3:00–5:00 PM Enseñanza

Martes 22, Diciembre 2009

I 9:00–11:00 AM Enseñanza

Plegarias Monlam en el Templo Mahabodhi

1

Jueves 24, Diciembre 2009

I 6:00–8:30 AM Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas

II 9:00–11:00 AM Enseñanza sobre la Vida de Milarepa

III 1:30–3:00 PM La Reina de las Aspiraciones

IV 3:30–5:00 PM Monlam de las 20 Ramas

2

Viernes 25, Diciembre 2009

I 6:00–8:30 AM Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas

II 9:00–11:00 AM Enseñanza sobre la Vida de Milarepa

III 1:30–3:00 PM Reina de las Aspiraciones

IV 3:30–5:00 PM Monlam de las 20 Ramas

3

Sábado 26, Diciembre 2009

I 6:00–8:30 AM Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas

II 9:00–11:00 AM Enseñanza sobre la Vida de Milarepa

III 1:30–3:00 PM La Reina de las Aspiraciones

IV 3:30–5:00 PM Monlam de las 20 Ramas

4

Domingo 27, Diciembre 2009

I 6:00–8:30 AM Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas

II 9:00–11:00 AM Enseñanza sobre la Vida de Milarepa

III 1:30–3:00 PM La Aspiración Eliminar los Obstáculos

IV 3:30–5:00 PM Monlam de las 20 Ramas

5

Lunes 28, Diciembre 2009

I	6:00–8:30 AM	Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas
II	9:00–11:00 AM	Enseñanza sobre la Vida de Milarepa
III	1:30–3:00 PM	Disipar Obstáculos:
IV	3:30–5:00 PM	Monlam de las 20 Ramas

6

Martes 29, Diciembre 2009

I	6:00–8:30 AM	Votos Sojong y Monlam de las 20 Ramas
II	9:00–11:00 AM	Initiation de Milarépa
III	1:30–3:00 PM	Plegaria para el Bienestar del Tibet
IV	3:30–5:00 PM	Monlam de las 20 Ramas
	7:00 PM	El Festín de Milarepa

7

Miércoles 30, Diciembre 2009

I	6:00–8:00 AM	Votos Sojong y Puja del Buda de la Medicina
	8:00 AM	Procesión del Kangyur
II	8:30–11:00 AM	Lectura del Kangyur
III	1:30–3:00 PM	El Ritual de Akshobhya y el Sutra del Dharani
IV	3:30–5:00 PM	Monlam de las 20 Ramas
	8:00 PM	Ritual de Purificación de Akshobhya

8

Jueves 31, Diciembre 2009

I	6:00–8:30 AM	Votos Sojong, Monlam de las 20 Ramas y Puja de los 16 Arhats
II	9:00–10:00 AM	Lama Chöpa
	10:00 AM	Procesión de las limosnas
III	1:00–2:30 PM	Lama Chöpa
IV	3:00–5:00 PM	Agradecimiento para los Benefactores y Discurso Especial
	7:30 PM	Marme Monlam (La Lámpara del Monlam)

Programa de año nuevo en el Monasterio Tergar



Viernes 1º, Enero 2009

	11:00 AM	Comida para la Sangha
	6:00 PM	Obra de Teatro: La vida de Milarepa

1^{er}

Día

24 de Diciembre 2009

Jueves

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27–44
Alabanzas del Ornamento de las Apariencias	20–26
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45–69

Sesión II • 9:00–11:00 am

Enseñanza sobre La Vida de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

La Aspiración a la Conducta Excelente	70
La Aspiración de Maitreya	80

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

El Cumplimiento de las Palabras Verdaderas	215
Felicidad y Gozo para los Seres	218
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
Versos Solicitados por los Dioses	123
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	110
Plegarias Para el Cumplimiento de la Aspiraciones	**

* Véase en el texto en Sánscrito

** No incluidas en el libro

2^o

Día

25 de Diciembre 2009

Viernes

Sesión I • 6:00–8:30 AM

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27
Alabanzas de Manjushri	152
Alabanzas al Noble Avalokiteshvara	154
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45

Sesión II • 9:00–11:00 am

Enseñanza sobre La Vida de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

La Aspiración a la Conducta Excelente	70
La Aspiración de La Conducta del Bodhisattva	84

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

La Plegaria de Shangpa Kagyu de Aspiración al Dharma	223
Las Treinta Plegarias de Aspiración	228
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	s
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
Los Buenos Auspicios de los Doce Hechos	120
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	110
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

3^{er} Día

26 de Diciembre 2009

Sábado

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito *	
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27
La Diadema de Brahma: Una Alabanza a Maitreya	156
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45

Sesión II • 9:00–11:00 am

Enseñanza sobre La Vida de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

La Noble Aspiración a la Conducta Excelente	70
La Plegaria de Aspiración de Sukhavati	**

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

La Aspiración de Avalokita	235
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
Plegaria del Vinaya “Que aquel que conquista”	117
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

4^o

Día

27 de Diciembre 2009

Domingo

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27
El Hermoso Adorno de la Tierra	167
Alabanza al Glorioso Samantabhadra	169
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45

Sesión II • 9:00–11:00 am

Enseñanza sobre La Vida de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

Eliminación de Obstáculos: Oraciones a Tara y Sarasvati	180–199
---	---------

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

La Aspiración del Gran Taglung Thangpa	240
Fragmentos de Joyas, La Aspiración Trophu	243
La Aspiración de Tsangpa Gyare	248
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
“El Maestro Sublime es Venerado”	116
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

5^o

Día

28 de Diciembre 2009

Lunes

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27
Alabanzas a los Seis Ornamentos y los Dos Ornamentos	172
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45

Sesión II • 9:00–11:00 am

Enseñanza sobre La Vida de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

La Plegaria que Disipa los Obstáculos del Camino	200
El Cumplimiento Espontáneo de Deseos	207
Plegarias Solicitadas Para Remover Obstáculos	

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

La Aspiración de Yelpa	250
La Plegaria de Aspiración Barom	251
La Aspiración para el Final de las Sesiones	253
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
“Poseyendo Excelencia como una Montaña de oro”	116
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

6^o

Día

29 de Diciembre 2009

Martes

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
Alabanzas del Sutra de Rashtrapala y siguientes	27
La Súplica a los Veinticinco Carros	169
El Sutra de los Tres Montones y siguientes	45

Sesión II • 9:00–11:00 am

Iniciación de Milarepa	
La Gran Plegaria de Aspiración y dedicatorias siguientes	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

Plegarias para el bienestar de Tibet **	**
Plegarias de Larga Vida para SS el Dalai Lama y SS Sakya Trizin Rinpoche	**

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

La Plegaria de Aspiración Tsalpa Kagyü	254
La Dedicación y Plegaria de Aspiración Especial	258
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
Plegaria del Vinaya “Que aquél que conquista”	117
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

7^o

Día

30 de Diciembre 2009

Miércoles

Sesión I • 6:00–8:00 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Puja de Ofrendas al Buddha de la Medicina	**

Procesión del Kangyur • 8:00 am

Sesión II • 8:30–11:00 am

Ofrecimiento del Mandala	
Alabanza a los Doce Hechos	37
Lectura del Kangyur	
La Gran Plegaria de Aspiración y siguientes dedicatorias	96–109

Sesión III • 1:30–3:00 pm

La Plegaria Corta al Linaje de Vajradhara	176
Ritual del Mandala de Akshobhya	
Leer el Sutra de Akshobhya (no hay texto en español)	

Sesión IV • 3:30–5:00 pm

Aspiración para Renacer en Abhirati	269
Aspiración para Renacer en Sukhavati	276
La Aspiración del Camino Gradual	221
La Indestructible Guirnalda de Vajras	113
Plegarias de Larga Vida	**
Ofrecimiento a los Protectores	**
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
“El Maestro Sublime es Venerado”	116
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	

8^o

Día

31 de Diciembre 2009

Jueves

Sesión I • 6:00–8:30 am

Votos sojong Mahayana	*
Recitación en Sánscrito	*
Refugio y Bodhichitta, y siguientes	12
La Rama de la Bendición de la Tierra	14
Postraciones y Ofrendas a los 16 Ancianos	293
“Eres el protector de todos”	17
“Incomparable, mirarte nunca cansa”	294
“Con flores perfectas” y otras ramas	70
“Reunión de nobles arhats...”	298

Sesión II • 9:00–10:00 am

Ofrenda a los Gurus	**
---------------------	----

Procesión de las Limosnas • 10 am

Sesión III • 1:00–2:30 am

Ofrenda a los Gurus	**
---------------------	----

Sesión IV • 3:00–5:00 am

Agradecimiento a los Auspiciadores	
Discurso Especial	
La Gran Plegaria de Aspiración y siguientes dedicatorias	96–109
La Plegaria de Aspiración de Mila	263
Aspiración para la Felicidad del Tibet	265
La Canción que Proclama Buenos Auspicios	136
“Poseyendo Excelencia como una Montaña de Oro”	116
La Aspiración para el Fulgor de las Enseñanzas	171
Los Buenos Auspicios del Gran Campamento	138
Plegaria Para el Cumplimiento de las Aspiraciones	**

La Lámpara del Monlam • 7:30 pm

*Preguntas y
respuestas sobre
el
Monlam Kagyu*

¿Cuál es la razón para recitar plegarias de aspiración?

El propósito es que así como una gota de agua que cae en el océano no se acaba hasta que se acaba el océano entero, nuestro mérito no se agotará. Así como el conductor dirige un auto, recitar plegarias puede transformar el mérito que hemos acumulado en la causa de la iluminación insuperable. Tal como una pequeña semilla puede producir muchos frutos cuando es buena y las condiciones favorables están presentes, una pequeña acción virtuosa puede crecer más y más si va unida a buenas aspiraciones.

¿Qué motivación debería uno tener cuando está recitando?

En general, el alcance de la intención determina el alcance del resultado. En particular, nuestras aspiraciones deberían ser tan intensas y tan vastas como sea posible, como por ejemplo, “¡Que pueda yo lograr la budeidad ahora!”. Si nosotros sólo aspiramos a objetivos menores o a nuestro propio beneficio, la plegaria es limitada, pero si recitamos plegarias para el beneficio vasto, para nosotros y para los otros, tales como la iluminación insuperable, el beneficio de los seres y del Dharma, la paz en el mundo; así, la plegaria es extremadamente vasta. En breve, nuestras plegarias no deberían estar limitadas por nuestras propias intenciones egoístas y temporales; deberíamos hacer plegarias con el anhelo altruista de tomar la responsabilidad de ayudar a otros.

¿Por qué las plegarias son importantes para los budhistas?

Hay un dicho entre los budhistas: “Dos actividades: una al comienzo, una al final”. Para cada actividad, tenemos una motivación al principio, y hacemos dedicatorias y aspiraciones al final. En cualquier cosa que hacemos, para nosotros es importante tener una buena motivación cuando la comenzamos. Esto es así porque se dice que, el que nuestras acciones sean buenas o malas depende de nuestra motivación. Finalmente, recitar dedicatorias y aspiraciones evita que el resultado de las acciones virtuosas que hemos hecho se extinga. Por eso se consideran importantes las plegarias de aspiración.

¿Cuál es la diferencia entre recitar plegarias individualmente y hacerlo en grupo?

Hay una diferencia en el poder de las plegarias cuando se recitan individualmente y cuando se hace en grupo. Es como barrer con una sola paja o hacerlo con una escoba. Además, cuando un grupo de personas recitan juntas plegarias de aspiración, trae felicidad a todo el grupo, en cambio si una sola persona reúne mérito, esto sólo hace feliz a esa única persona. En particular, cuando hombres y mujeres se reúnen y recitan plegarias de aspiración juntos, las plegarias realizarán sus propósitos más rápidamente, porque ambos, sabiduría y medios hábiles, están presentes. Si la comunidad de los cuatro tipos de miembros, bhikshus, bhikshunis, hombres que sostienen los cinco preceptos, y mujeres que sostienen los cinco preceptos, se reúne, se dice que cualquier aspiración que ellos hagan se realizará.

¿Cuál es la diferencia entre plegarias de aspiración y dedicatorias?

Una dedicatoria se convierte en una aspiración cuando hay alguna virtud que se está dedicando. En una plegaria de aspiración, aunque puede no haber virtud que dedicar, uno tiene el deseo, “pueda ser así”.

¿Cuál es la historia del Monlam Kagyu? ¿Cómo surgió?

El nombre “Kagyu Monlam” se originó hace quinientos años en Tíbet cuando el Séptimo Karmapa Chödrak Gyatso organizó un festival anual de plegarias para restablecer la disciplina Vinaya que se había hecho laxa entre la sangha, para hacer ofrendas a los budhas, y para inspirar fe sincera entre aquellos que lo oyeran o escucharan, a través de la magnificencia de las enseñanzas budhistas y de los presentes. Realizado durante el primer mes lunar, el mes de los milagros del Maestro, grandes asambleas de más de diez mil miembros de la sangha se reunían en el Monlam y bajo la guía del Karmapa llevaban a cabo la liturgia del Monlam de las Veinte Ramas, que él mismo había compilado. Hacían plegarias para que los seres reunieran la completa acumulación de mérito, para disipar obstáculos y circunstancias desfavorables, para que hubiera armonía en el mundo, la liberación de todo sufrimiento e infortunio. Esto estableció la base de la costumbre de realizar las asambleas del Monlam, sin interrupción hasta hoy.

En 1983, Kalu Rinpoche convocó a un Monlam para recitar la “Aspiración de la Conducta Sublime” cien mil veces en Bodhgaya, en el lugar donde nuestro maestro logró la completa y perfecta

iluminación, sembrando la semilla para convocar al Monlam Kagyu en la noble tierra de la India. En el año 2004, el Gjalwang Karmapa tomó la responsabilidad de continuar el Monlam. Siguiendo los ejemplos de las actividades dhármicas de los grandes seres del pasado, reorganizó el evento y compuso un libro nuevo para la recitación, correspondiendo al esplendor de esta tradición intemporal, asegurando que el Monlam sea más glorioso y cumpla las necesidades de la comunidad internacional budhista lo mejor posible, y así beneficie al mayor número de personas.

Hay alguna diferencia dónde uno hace sus aspiraciones?

Se dice que si uno hace una aspiración mientras recuerda al Señor Buddha con gran fe en los lugares sagrados donde nació, se despertó, giró la rueda del Dharma y pasó al nirvana, esto conduce a reinos superiores de felicidad, y purifica karma inexpiable. En particular, en Bodhgaya donde Buddha venció a los cuatro maras y alcanzó la iluminación, así que si practicas el Dharma aquí, tendrás pocos obstáculos y alcanzarás logros sin dificultades.

¿Qué es el logo para el Monlam Kagyu y que representa?

El Gjalwang Karmapa diseñó este logo en 2007 basándose en su sensación de cercanía con el mundo natural y en una conexión especial con los elementos. Hemos usado la tierra intensamente desde el tiempo que se formó hasta al presente. La tierra nos ha ofrecido una ayuda incommensurable, pero en realidad nosotros no tomamos pasos para corresponder y ayudarle. Nunca pensamos en amarla o pro-

tegerla, y ahora hemos llegamos al tiempo en que la tierra nos está mirando con el ceño fruncido. Estamos llegando a una situación en la cual nos va a abandonar, pero ni la tierra ni los seres que vivimos en ella debemos de desampararnos el uno al otro. Al contrario, debemos de juntar las manos. Como símbolo de esto, esta insignia toma la forma de dos manos unidas. Ya que el Monlam Kagyu es una ocasión en la que hacemos plegarias por la paz y felicidad en la tierra y para que ésta perdure largo tiempo, esta insignia ahora se ha convertido en el símbolo del Monlam Kagyu, representando nuestro cariño para la tierra y nuestro anhelo de protegerla. Usarlo regularmente indica no sólo una sensación de cercanía o conexión especial con los elementos naturales, sino también un gran cariño por la tierra. Ya que el cuerpo y la mente están íntimamente conectados con los elementos de forma natural, probablemente puede además ofrecernos alguna protección ante los peligros de los elementos naturales del mundo externo.

¿Cuál es la importancia de recitar las aspiraciones en tibetano?

La mayoría del Dharma Mahayana fue escrito primero en sánscrito, pero la escritura tibetana fue inventada con el propósito de traducir a esta lengua el buddhismo, así que tiene una gran afinidad con el sánscrito. Además, Tibet mismo surgió de las aspiraciones compasivas que tienen los bodhisattvas para todos seres sintientes, así que si uno recita aspiraciones en tibetano recibe grandes bendiciones. Otra razón para recitar en tibetano en el contexto del Monlam Kagyu es que es más fácil si recitamos todos juntos en un idioma.

Sobre el Sojong Ma- hayana

Durante el Monlam Kagyu, todas las mañanas tendrás la oportunidad de tomar los votos del sojong mahayana. No estás obligado, pero los puedes tomar, si quieres. Si decides hacerlo, debes de observar los ocho preceptos desde el momento en que los tomas hasta al amanecer del día siguiente. Los ocho votos de sojong mahayana son:

1. No matar
2. No robar
3. Evitar actividad sexual
4. No mentir
5. No tomar intoxicantes
6. No sentarse a acostarse en camas o sillas altas
7. No comer en horario inapropiado
8. No usar perfumes, joyería, ornamentos, y no bailar o cantar.

No sentarse a acostarse en camas o sillas altas implica no sentarse a acostarse en camas o sillas que son lujosas, caras, grandes, o más altas que aproximadamente 38 centímetros. Sin embargo hay una excepción, en el caso de que el único lugar para acostarse sea muy alto.

No comer en horario inapropiado implica no consumir alimentos después de las doce del mediodía hasta el amanecer del día siguiente. Se puede tomar té u otros líquidos en los cuales uno pueda ver su reflejo. Sin embargo, si estás enfermo, puedes comer y tomar medicina. Ya que los votos de sojong mahayana vienen del kriya tantra, la limpieza y pureza son de gran importancia. Por lo tanto, debes de evitar cualquier tipo de carne, huevos, cebolla y ajo mientras estás guardando los votos.

No usar perfumes, joyas, ornamentos, y no bailar o cantar implica no usar joyería u otros ornamentos que normalmente no usas. Si normalmente usas un anillo, un dije o otra joyería, puedes seguirla usando mientras observas los votos.