

CÁNTICOS DEVOCIONALES

Buddhismo Theravada



**Compilación básica para la práctica diaria
del principiante**

CENTRO ISIPATANA
U r u g u a y

Edición y traducción al español por la
comunidad buddhista Theravada de Uruguay
(Tiratana.uy)

Fuentes utilizadas:

Libro de cánticos – “Reverencias y
reflexiones”

Monasterio Suddhavari

Minas Gerais - Brasil

Primera edición: Mayo 2023

Ud tiene derecho a: 'Compartir,
copiar y redistribuir el material en cualquier
medio o formato.

El autor no podrá revocar estos
derechos siempre que usted cumpla con los
términos de la licencia según lo siguiente:
***Debe asignar el crédito del autor original y
no puede utilizar el material con fines
comerciales.***

Si edita, transformas o crea algo
nuevo a partir de este material, no se
permitirá distribuirlo sin aplicar las
siguientes restricciones adicionales:

***“No se podrán aplicar términos
legales ni medidas tecnológicas que
restringan el espíritu inicial con el cual fue
creado por el autor original, este material
es totalmente gratuito en todas sus formas,
tanto originales como editados”.***

**Kāyena vācāya va cetasā vā
Saṅhe kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ
Saṅho paṭiggaṇhātu accayantaṃ
Kālantare saṃvaritaṃ va saṅhe**

Que, en cuerpo, palabra o mente, por cualquier mala acción que
haya cometido contra la Sangha, acepte mi admisión de error,
para que en el futuro sea más cuidadoso con la Sangha.

Saṅgho dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me

La Sangha es la destructora del sufrimiento que me trae
bienestar.

Saṅghass’āhaṃ niyyādemi sarīrañ-jīvitañ-cidaṃ

A la Sangha dedico mi cuerpo y mi vida.

Vandanto’haṃ carissāmi saṅghassopāṭipannataṃ

Con devoción seguiré la práctica genuina de la Sangha.

Natthi me saraṇaṃ aññaṃ saṅgho me saraṇaṃ varam

Para mí no hay otro refugio; la Sangha es mi refugio supremo.

Etena sacca-vajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane

Que al proclamar esta verdad, pueda progresar en la enseñanza
del maestro.

Saṅghaṃ me vandamānena yaṃ puññaṃ pasutaṃ idha

Que por el poder del mérito creado aquí y por mi devoción a la
Sangha,

Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā

que todos los obstáculos desaparezcan.

[reverencia]

Introducción

Durante muchos siglos, las escrituras budhistas se preservaron únicamente mediante recitaciones, e incluso después de que la práctica de registrar las enseñanzas por escrito se generalizara, el hábito de recitar fragmentos de enseñanzas y versos que evocan las cualidades del Buddha, el Dhamma y la Sangha sigue siendo universal.

Las biografías de todos los grandes maestros, tanto hombres como mujeres, demuestran consistentemente como la práctica de la pūjā (ceremonia devocional) era parte integral de sus actividades diarias.

Aunque hoy en día es común traducir textos al idioma local (lo cual en sí mismo tiene muchas ventajas), se dice que estos sonidos (en Pali) poseen un poder especial.

Al recitar los cánticos en Pali (además de ayudar a preservar el significado original de las enseñanzas), se entonan palabras y frases que muchos grandes seres - y muy probablemente, el propio Buddha - recitaron en el pasado, impregnándolas de sus energías espirituales. Además, es de esperar que muchos grandes seres recitan actualmente y reciten también estas mismas palabras en el futuro. Así, al hacer las recitaciones, creamos un pequeño puente entre nosotros y ellos, uniéndonos en un gran linaje de peregrinos en el camino de la verdad. El acto de recitar la pūjā es una costumbre noble y ancestral.

Estos cantos se recitan para fomentar la inspiración en la práctica del Dhamma, infundir valor en momentos difíciles, estimular la reflexión sobre aspectos de la enseñanza y apaciguar la mente. Al recitarlas con

regularidad, día tras día, durante un tiempo prolongado, las palabras se asientan en nuestro subconsciente y a menudo emergen en los momentos más inesperados, a veces provocando grandes momentos de comprensión. Usamos libros y pensamientos para instruir nuestro intelecto, pero estos cantos también intentan informar las capas más internas y sutiles de nuestra psique.

En general, la práctica de la pūjā se realiza ante un altar, que en la mayoría de los casos alberga una imagen de Buddha. No existe un formato fijo para este altar; es posible ofrecer la pūjā incluso sin uno, pero para quienes deseen instalar uno en casa, aquí tienen algunos consejos:

Si no puede conseguir una estatua de Buddha, simplemente busque en línea una representación que le guste (puede ser una foto de una estatua o un dibujo de Buddha), luego imprímala, enmárcuela y úsela como elemento principal en su altar.

Si desea incluir fotos de maestros o imágenes que representen sāvakas (Arahants contemporáneos de Buddha), estas deben colocarse siempre a un nivel inferior al de la imagen de Buddha. Esta debe estar en el punto más alto y central del altar.

Las velas y el incienso son comunes en el altar, pero no obligatorios. Algunas personas usan velas e incienso simplemente como decoración, sin encenderlos; otras encienden las velas como ofrenda de luz y el incienso como ofrenda de perfume a las Tres Joyas. Se permite decorar el altar con flores, campanillas y mala (algo similar a un rosario), e incluso se pueden colocar libros u otros objetos relacionados con el Dhamma como objetos de veneración.

Evite colocar objetos como llaves, bolígrafos, notas, billeteras, teléfonos, etc., sobre el altar. El altar no debe usarse como mesa. La única excepción podría

Alabanza al Saṅgha

Pali / Español

[Handa mayaṃ saṅghābhigītiṃ karomase]

Saddhammajō supatīpatti-guṇādiyutto

Nacido del Dhamma supremo, dotado de virtudes excelentes, como la práctica correcta.

Yo'tṭhabbidho ariyapuggala-saṅgha-seṭṭho

La Sangha suprema está formada por los ocho tipos de Seres Nobles,

Sīlādidhamma-pavarāsaya-kāya-citto

Guiados en cuerpo y mente por el principio de la virtud.

Vandāma'haṃ tam-ariyāna-gaṇaṃ susuddhaṃ

Me inclino ante este grupo purificado de Seres Nobles.

Saṅgho yo sabba-pāṇīnaṃ saraṇaṃ khema-uttamaṃ

La Sangha, que es el refugio seguro y supremo para todos los seres,

Tatīyānussatiṭṭhānaṃ vandāmi taṃ siren'ahaṃ

Bolando con la cabeza en reverencia, como el tercer objeto de recuerdo.

Saṅghass'āhasmi dāso va saṅgho me sāmi-kissaro

Soy un sirviente de la Sangha; la Sangha es mi maestra y guía.

Dakkhiṇeyyo

Merecedora de ofrendas,

Añjali-karaṇīyo

Merecedora de reverencia;

Anuttaraṃ puñṇakkhettaṃ lokassa'ti

Campo incomparable para cultivar méritos en este mundo.

ser un reloj para marcar la hora de la meditación, si no hay un lugar más apropiado para colocarlo.

No hay un formato fijo para la pūjā, pero una sugerencia que podemos dar es que el practicante se arro-dille ante el altar, encienda las velas y el incienso y haga tres postraciones.

A partir de este momento, cada persona puede elegir qué textos recitar, según sus preferencias y la duración de la recitación. Algunos prefieren pujas cortas de 15 minutos, otros más largas, de 40 minutos o incluso una hora. Algunos prefieren sentarse a meditar después de recitar.

Al finalizar, arrodíllate nuevamente, recita los versos finales, póstrate, apaga las velas y ponte de pie, tratando de mantener las buenas cualidades que fueron cultivadas.

Tampoco hay reglas sobre cuándo se debe realizar la pūjā, algunas personas la recitan todas las mañanas, algunas por la mañana y por la noche antes de ir a dormir, algunas durante el día cuando tienen tiempo libre, según lo que sea apropiado.

Cánticos matinales

Remembranza del Saṅgha

Pali / Español

[Handa mayaṃ saṅghānuṣṣatinayaṃ karomase]

Supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Los Nobles Discípulos del Bendito que practicaron tan bien,

Ujupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Que practicaron con rectitud,

Ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Que practicaron apropiadamente,

Sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Que practicaron correctamente

Yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā

Es decir, los cuatro pares, los ocho tipos de seres nobles

Esa bhagavato sāvakasaṅgho

Así es la Savaka Sangha del Bendito.

Āhuneyyo

Merecedora de donaciones,

Pāhuneyyo

Merecedora de hospitalidad,

**Kāyena vācāya va cetasā vā
Dhamme kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ
Dhammo paṭiggaṇhātu accayantaṃ
Kālantare saṃvarituṃ va dhamme**

Que, con cuerpo, palabra o mente, por cualquier mala acción
que haya cometido contra el Dhamma, que mi admisión de error
sea aceptada, para que en el futuro sea más cuidadoso con el
Dhamma.

Dedicación de Ofrendas

Pali / Español

Yo so bhagavā araham sammāsambuddho

Al Bendito, el Arahant, por sí mismo perfectamente
despierto,

Svākkhāto yena bhagavatā dhammo

a la enseñanza por él perfectamente expuesta,

Supaṭipanno yassa bhagavato sāvakasaṅgho

y a los discípulos del Bendito que tan bien practicaron,

Tam-mayaṃ bhagavantam sadhammam

sasaṅgham

a estos, - el Buddha, el Dhamma, y la Saṅgha -

Imehi sakkārehi yathāraham āropitehi

abhipūjayāma

con ofrendas, rendimos el debido homenaje.

Sādhū no bhante bhagavā sucira-parinibbutopi

Es excelente para nosotros que el Bendito, habiendo
alcanzado la liberación,

Pacchimā-janatānukampa-mānasā

todavía tuvo compasión por las generaciones futuras.

Ime sakkāre duggata-pañṇākāra-bhūte

paṭiggaṇhātu

Que estas sencillas ofrendas sean aceptadas,

Amhākaṃ dīgharattam hitāya sukhāya

para nuestro duradero beneficio y felicidad.

Dhammo dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me

El Dhamma es el destructor del sufrimiento que me brinda
bienestar.

Dhammass'āham niyyādemi sarīraṇ-jīvitaṇ-cidaṃ

Al Dhamma dedico mi cuerpo y mi vida.

Vandanto'ham carissāmi dhammass'eva

sudhammatam

Con devoción recorreré el camino del Dhamma a la Verdad.

Natthi me saraṇam aññaṃ dhammo me saraṇam

varam

Para mí no hay otro refugio; el Dhamma es mi refugio
excelente.

Etena sacca-vajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane

Que al proclamar esta verdad, pueda progresar en la enseñanza
del maestro.

Dhammam me vandamānena yaṃ puññaṃ

pasutaṃ idha

Por el poder del mérito creado aquí y por mi devoción al
Dhamma,

Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā

que todos los obstáculos desaparezcan.

[em reverência]

Alabanza al Dhamma

Pali / Español

[Handa mayaṃ dhammābhigītiṃ karomase]

Svākkhātataḍḍigūṇa-yoga-vasena seyyo

Superior por poseer cualidades como: haber sido bien expuesto,

Yo magga-pāka-pariyatti-vimokkha-bhedo

estar compuesto de camino y fruición, estudio y liberación.

Dhammo kuloka-patanā tada-dhāri-dhārī

El Dhamma protege a quienes lo practican de nacimientos inferiores.

Vandāmaṃ ahaṃ tama-haraṃ vara-dhammam-etaṃ

Reverencio al Dhamma, destructor de la oscuridad.

Dhammo yo sabba-pāṇīnaṃ saraṇaṃ khemam-uttamaṃ

O Dhamma é o supremo refugio seguro para todos os seres,

Dutiyānussatiṭṭhānaṃ vandāmi taṃ siren’ahaṃ

Con la cabeza inclinada, lo reverencio como el segundo objeto de recuerdo.

Dhammassāhaṃ asmi dāso va dhammo me sāmī-kissaro

Soy un sirviente del Dhamma; el Dhamma es mi maestro y guía.

Arahaṃ sammāsambuddho bhagavā

Al Arahant, el Bendito, por sí mismo perfectamente despierto,

Buddhaṃ bhagavantaṃ abhivādemi - [reverencia]

al Buddha, el Bendito, rindo homenaje. [reverencia]

Svākkhāto bhagavatā dhammo

A la enseñanza tan perfectamente expuesta por el Bendito,

Dhammaṃ namassāmi - [reverencia]

al Dhamma, rindo homenaje. [reverencia]

Supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

A los discípulos del Bendito que tan bien practicaron,

Saṅghaṃ namāmi - [reverencia]

a el Saṅgha, rindo homenaje. [reverencia]

Homenaje preliminar

Pali / Español

(sólo el líder)

[Handa mayaṃ buddhassa bhagavato pubbabhāga-
namakāraṃ karomase]

Ahora cantemos el homenaje preliminar al Despierto, el
Bendito.

(todos)

**Namo tassa bhagavato arahato
sammāsambuddhassa (x3)**

Rindo homenaje al Bendito, el Arahant, quien está
perfectamente despierto.

Remembranza del Dhamma

Pali / Español

[Handa mayaṃ dhammānussatinayaṃ karomase]

Svākkhāto bhagavatā dhammo

El Dhamma ha sido bien expuesto por el Bendito,

Sandiṭṭhiko

Visible aquí y ahora,

Akāliko

Atemporal,

Ehipassiko

Animando a uno a verlo por sí mismo,

Opanayiko

Guiando hacia el interior,

Paccattaṃ veditabbo viññūhi'ti

Para ser experimentado personalmente por los sabios.

Buddhass'āhaṃ niyyādemi sarīrañ-jīvitañ-cidaṃ

Al Buda le dedico mi cuerpo y mi vida.

Vandanto'haṃ carissāmi buddhass'eva subodhitaṃ

Con devoción recorreré el camino del Buda hacia el despertar.

**Natthi me saraṇaṃ aññaṃ buddho me saraṇaṃ
varaṃ**

Para mí no hay otro refugio; el Buda es mi refugio supremo.

Etena sacca-vajjena vaḍḍheyyaṃ satthu-sāsane

Que al proclamar esta verdad, pueda progresar en la enseñanza del maestro.

**Buddhaṃ me vandamānena yaṃ puññaṃ pasutaṃ
idha**

Por el poder del mérito creado aquí y por mi devoción al Buda,

Sabbepi antarāyā me māhesuṃ tassa tejasā

que todos los obstáculos desaparezcan. [con reverencia]

Kāyena vācāya va cetasā vā

Buddhe kukammaṃ pakataṃ mayā yaṃ

Buddho paṭiggaṇhātu accayaṃtaṃ

Kālantare saṃvaritaṃ va buddhe

Que, con cuerpo, palabra o mente, por cualquier mala acción que haya cometido contra el Buda, que mi admisión de error sea aceptada, para que en el futuro pueda ser más cuidadoso con el Buda.

Veneración al Buddha

Pali / Español

(sólo el líder)

[Handa mayaṃ buddhābhitthutiṃ karomase]

Ahora, veneremos al Buddha.

Yo so tathāgato arahaṃ sammāsambuddho

Aquel que ha alcanzado la Verdad, el Arahant, está perfectamente despierto por sí mismo.

Vijjācaraṇa-sampanno

Impecable en conocimientos y conducta,

Sugato

quien anduvo por el buen camino,

Lokavidū

conocedor del universo entero.

Anuttaro purisadamma-sārathi

Entrenador inigualable de quienes desean formarse,

Satthā deva-manussānaṃ

maestro de seres humanos y celestiales,

Buddho bhagavā

despierto, bendito,

**Yo imaṃ lokam sadevakam samārakam
sabrahmakam**

a este mundo con sus seres celestiales, Māra y Brahma,

**Sassamaṇa-brāhmaṇiṃ pajam sadeva-manussam
sayam abhiññā sacchikatvā pavedesi**

a sus generaciones de renunciates, brahmanes, reyes y súbditos,
les expuso la verdad, habiéndola experimentado por sí mismo.

**Yo dhammam desesi ādi-kalyāṇam majjhe-
kalyāṇam pariyosāna-kalyāṇam**

Él enseñó el Dhamma, hermoso en su principio, medio y final,

**Sāttam sabyañjanam kevala-paripuṇṇam
parisuddham brahma-cariyam pakāsesi**

explicó el camino espiritual en su esencia y detalles, completo,
insuperablemente puro.

**Tam-aham bhagavantam abhipūjayāmi tam-aham
bhagavantam sirasā namāmi – [reverencia]**

A ese Bendito rindo homenaje; a ese Bendito, con la cabeza
inclinada, reverencio. – [reverencia]

Alabanza al Buddha

Pali / Español

[Handa mayam buddhābhigītiṃ karomase]

Buddha’vārahanta-varatādiguṇābhiyutto

El Buda, el verdaderamente valiente, poseedor de excelentes
cualidades.

Suddhābhiñña-karuṇāhi samāgatatto

En él convergen la pureza, el conocimiento supremo y la
compasión.

Bodhesi yo sujanatam kamalam va sūro

Eél despierta a las personas buenas como el sol despierta a la
flor de loto.

Vandām’aham tam-araṇam sirasā jinendam

Me inclino ante el pacífico conquistador supremo.

**Buddho yo sabba-pāṇīnam saraṇam khemam-
uttamam**

El Buda es el refugio supremo y seguro para todos los seres,

Paṭhamānussatiṭṭhānam vandāmi tam siren’aham

con la cabeza inclinada me inclino ante él, como el primer
objeto de recuerdo.

Buddhassāh’asmi dāso va buddho me sāmi-kissaro

Soy el sirviente del Buda; el Buda es mi maestro y guía.

Buddho dukkhassa ghātā ca vidhātā ca hitassa me

El Buda es quien destruya el sufrimiento y me brinde bienestar.

Remembranza del Buddha

Pali / Español

[Handa mayaṃ buddhānussatinayaṃ karomase]

**Taṃ kho pana bhagavantam evaṃ kalyāṇo
kittisaddo abbhuggato**

La buena fama del Bendito se ha extendido por todas partes:

Itipi so bhagavā araham sammāsambuddho
Él es, en verdad, el Bendito, el Arahant, perfectamente
iluminado por sí mismo,

Vijjācaraṇa-sampanno
impecable en conocimiento y conducta,

Sugato
que ha recorrido el buen camino,

Lokavidū
conocedor del universo entero.

Anuttaro purisadamma-sārathi
Incomparable instructor de quienes desean aprender,

Satthā deva-manussānaṃ
Maestro de seres humanos y celestiales,

Buddho bhagavāti.
Despierto, bendito.

Veneración al Dhamma

Pali / Español

(sólo el líder)

[Handa mayaṃ dhammābhitthutiṃ karomase]

Ahora, veneremos al Dhamma.

Yo so svākkhāto bhagavatā dhammo
El Dhamma ha sido bien explicado por el Bendito,

Sandiṭṭhiko
visible aquí y ahora,

Akāliko
eterno,

Ehipassiko
te animo a que lo veas por ti mismo.

Opanayiko
conduciendo hacia el interior,

Paccattam veditabbo viññūhi
para ser experimentado personalmente por los sabios.

**Tam-ahaṃ dhammaṃ abhipūjayāmi tam-ahaṃ
dhammaṃ sirasā namāmi**
- [reverencia]

A ese Dhamma rindo homenaje; a esa Verdad, con la cabeza
inclinada, rindo homenaje. - [reverencia]

Veneración al Sangha

Pali / Español

(sólo el lider)

[Handa mayaṃ saṅghābhitthutiṃ karomase]

Ahora, veneremos al Sangha.

Yo so supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

Los Nobles Discípulos del Bendito que practicaron tan bien,

Ujupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

quien practicó directamente,

Ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

quien practicó apropiadamente,

Sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho

quien practicó correctamente,

Yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā

es decir, los cuatro pares, los ocho tipos de seres nobles.

Esa bhagavato sāvakasaṅgho

Así es el Sāvaka Saṅgha del Bendito.

Āhuneyyo

Merecedor de donaciones,

Pāhuneyyo

merecedor de hospitalidad,

Homenaje preliminar

Pali / Español

(sólo el líder)

[Handa mayaṃ buddhassa bhagavato pubbabhāga-
namakāraṃ karomase]

Ahora cantemos el homenaje preliminar al Despierto, el
Bendito.

(todos)

**Namo tassa bhagavato arahato
sammāsambuddhassa (x3)**

Rindo homenaje al Bendito, el Arahant, quien está
perfectamente despierto.

Buddhaṃ bhagavantam abhivādemī - [reverencia]

al Buddha, el Bendito, rindo homenaje. [reverencia]

Svākkhāto bhagavatā dhammo

A la enseñanza tan perfectamente expuesta por el Bendito,

Dhammaṃ namassāmi - [reverencia]

al Dhamma, rindo homenaje. [reverencia]

Supaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅgho

A los discípulos del Bendito que tan bien practicaron,

Śaṅghaṃ namāmi - [reverencia]

a el Śaṅgha, rindo homenaje. [reverencia]

Dakkhiṇeyyo

merecedor de ofrendas,

Añjali-karaṇīyo

merecedor de reverencia;

Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa

campo incomparable para cultivar el mérito en este mundo.

Tam-aḥaṃ saṅghaṃ abhipūjayāmi tam-aḥaṃ

saṅghaṃ sirasā namāmi - [reverencia]

A esta Sangha rindo homenaje; a la Sangha, con la cabeza

inclinada, rindo homenaje. [reverencia]

Saludo a la Triple Joya

Pali / Español

(sólo el lider)

[Handa mayaṃ ratanattaya-paṇāma-gāthāyo c’eva
saṃvega-parikittana-pāṭhañca bhaṇāmase]

Ahora recitemos nuestro saludo a la Triple Gema y un pasaje a despertar urgencia

(todos)

Buddho susuddho karuṇā-mahaṇṇavo

El Buddha, de pureza perfecta, de compasión como un océano,

Yo’ccanta-suddhabbara-ñāṇa-locano

poseedor de la visión purificada de la sabiduría,

Lokassa pāpūpakilesa-ghātako

destructor de las impurezas y los males del mundo:

Vandāmi buddhaṃ aham-ādarena taṃ

con devoción venero a este Buddha.

Dhammo padīpo viya tassa satthuno

Su enseñanza, como una lámpara,

Yo magga-pākāmata-bheda-bhinnako

mostrando el Camino, sus Frutos y lo Inmortal,

Dedicación de Ofrendas

Pali / Español

Yo so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho

Al Bendito, el Arahant, por sí mismo perfectamente despierto,

Svākkhāto yena bhagavatā dhammo

a la enseñanza por él perfectamente expuesta,

Supaṭipanno yassa bhagavato sāvakasaṅgho

y a los discípulos del Bendito que tan bien practicaron,

Tam-mayaṃ bhagavantam sadhammam sasaṅgham

a estos, - el Buddha, el Dhamma, y la Saṅgha -

Imehi sakkārehi yathārahaṃ āropitehi

abhipūjayāma

con ofrendas, rendimos el debido homenaje.

Sādhu no bhante bhagavā sucira-parinibbutopi

Es excelente para nosotros que el Bendito, habiendo alcanzado la liberación,

Pacchimā-janatānukampa-mānasā

todavía tuvo compasión por las generaciones futuras.

Ime sakkāre duggata-paṇṇākāra-bhūte

paṭiggaṇhātu

Que estas sencillas ofrendas sean aceptadas,

Amhākaṃ dīgharattaṃ hitāya sukhāya

para nuestro duradero beneficio y felicidad.

Arahaṃ sammāsambuddho bhagavā

Al Arahant, el Bendito, por sí mismo perfectamente despierto,

Lokuttaro yo ca tadatthadīpano

trascendente y señalando el camino hacia tal trascendencia:

Vandāmi dhammaṃ aham-ādarena taṃ

Con devoción me inclino ante este Dhamma.

Saṅgho sukhettābhyati-khetta-saṅghito

La Sangha, el campo más excelente para cultivar el mérito,

Yo diṭṭha-santo sugatānubodhako

Aquellos que han alcanzado la paz, despertados después de
aquel que ha recorrido el buen camino,

Lolappahīno ariyo sumedhaso

Noble y sabio, habiendo abandonado todo anhelo:

Vandāmi saṅghaṃ aham-ādarena taṃ

Con devoción me inclino ante esta Sangha.

Icevam-ekantabhipūja-neyyakaṃ vatthuttayaṃ

vandayatābhisaṅkhatam

Este homenaje es apropiado para aquello que tiene valor.

Puññaṃ mayā yaṃ mama sabbupaddavā mā hontu

ve tassa pabhāva-siddhiyā

Por el poder de tal mérito, que todos los obstáculos
desaparezcan.

Idha tathāgato loka uppanno arahaṃ

sammāsambuddho

Aquel que ha alcanzado la Verdad, un Arahant completamente
despierto, ha aparecido en el mundo,

**Dhammo ca desito niyyāniko upasamiko
parinibbāniko sambodhagāmī sugatappavedito**

y expuso el Dhamma que conduce a la salida (del samsāra), que calma, que dirige a la plena Liberación, al Despertar, habiendo sido declarado por alguien que ha recorrido el buen camino.

Mayan-taṃ dhammaṃ sutvā evaṃ jānāma

Habiendo escuchado el Dhamma, sabemos:

Jātipi dukkhā

Nacer es sufrir,

Jarāpi dukkhā

envejecer es sufrir,

Maraṇampi dukkhaṃ

morir es sufrir,

**Soka-parideva-dukkha-domanass’upāyāsāpi
dukkhā**

el dolor, la lamentación, el sufrimiento, la angustia y la desesperación son sufrimiento;

Appiyehi sampayogo dukkho

estar atado a lo desagradable es sufrimiento;

Piyehi vippayogo dukkho

estar separado de lo que es agradable es sufrimiento;

Yamp’icchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ

no conseguir lo que quieres es sufrimiento.

Cánticos vespertinos

Bhikkhūnaṃ sikkhāsājīva-samāpannā

equipado con el estilo de vida y formación de monjes/monjas.

Taṃ no brahma-cariyaṃ imassa kevalassa dukkha-kkhandhassa antakiriyāya saṃvattatu

Que esta vida espiritual conduzca al fin de todo sufrimiento.

[sólo para laicos]

Cira-parinibbutampi taṃ bhagavantaṃ saraṇaṃ gatā

El Bendito, que hace mucho tiempo alcanzó el Parinibbāna, es nuestro refugio.

Dhammañca saṅghañca

Al igual que el Dhamma y la Sangha.

Tassa bhagavato sāsanaṃ yathā-sati yathā-balaṃ manasikaroma anupaṭipajjāma

Con toda nuestra atención y energía seguimos las enseñanzas del Bendito.

Sā sā no paṭipatti

Que el cultivo de esta práctica,

Imassa kevalassa dukkha-kkhandhassa antakiriyāya saṃvattatu

nos guíe hasta el fin de todo sufrimiento.

Saṅkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā

En resumen, los cinco agregados a los que nos aferramos están sufriendo.

Seyyathīdaṃ

Nominalmente:

Rūpūpādānakkhandho

El agregado corporal,

Vedanūpādānakkhandho

el agregado de sensaciones,

Saññūpādānakkhandho

el agregado de percepciones,

Saṅkhārūpādānakkhandho

el conjunto de formaciones mentales,

Viññāṇūpādānakkhandho

el agregado de la conciencia sensorial.

Yesaṃ parīññāya

Para una comprensión completa de esto,

Dharamāno so bhagavā evaṃ bahulaṃ sāvake vineti

el Bendito, durante su vida, a menudo instruyó a sus discípulos de la siguiente manera:

Evaṃ bhāgā ca panassa bhagavato sāvakesu anusāsanī bahulā pavattati

A menudo enfatizando este aspecto de su enseñanza:

Rūpaṃ aniccaṃ

El cuerpo es impermanente,

Vedanā aniccā

las sensaciones son impermanentes,

Saññā aniccā

las percepciones son impermanentes,

Saṅkhārā aniccā

las formaciones mentales son impermanentes,

Viññāṇaṃ aniccaṃ

la conciencia sensorial es impermanente;

Rūpaṃ anattā

el cuerpo no soy “yo”,

Vedanā anattā

las sensaciones no son “yo”,

Saññā anattā

las percepciones no son “yo”,

Saṅkhārā anattā

las formaciones mentales no son “yo”,

Viññāṇaṃ anattā

la conciencia sensorial no soy “yo”.

Sabbe saṅkhārā aniccā

Todas las fabricaciones son impermanentes,

Sabbe dhammā anattā’ti

ningún fenómeno es “yo”.

Te mayaṃ otiṇṇāṃha jātiyā jarā-maraṇena

Todos estamos afligidos por el nacimiento, la vejez y la muerte;

Sokehi paridevehi dukkhehi domanassehi

upāyāsehi

por el dolor, el lamento, la pena, la angustia y la desesperación;

Dukkhotiṇṇā dukkha-paretā

afligido por el sufrimiento, obstruido por el sufrimiento.

Appeva nānimassa kevalassa dukkha-kkhandhassa

antakiriya paññāyethā’ti

¡Que se pueda experimentar el fin de esta inmensa masa de sufrimiento!

[sólo monjes]

Cira-parinibbutampi taṃ bhagavantaṃ uddissa

arahantaṃ sammāsambuddhaṃ

Teniendo en mente al Bendito, el Arahant, él mismo completamente despierto, quien ha alcanzado hace mucho tiempo el Parinibbāna,

Saddhā agārasmā anagāriyaṃ pabbajitā

abandonamos la vida laica y tomamos la vida monástica,

Tasmiṃ bhagavati brahma-cariyaṃ carāma

practicando la vida espiritual prescrita por el Bendito,