



Las Siete Ofrendas Diarias

Tib. ཡོན་ཇམ། fonético *iön chab*.



En el vehículo Vajrayana es una práctica habitual recitar, al comenzar el día, la plegaria Aspiración en Siete Ramas, acompañada por siete ofrendas vinculadas con cada una de las ramas.

Las ofrendas normalmente se efectúan con agua, pero se dice que nada obsta para que se ofrenden alimentos, incienso, piedras preciosas u otros elementos de tan gran valor como lo permita la motivación y los recursos del practicante.

La imagen que se muestra arriba presenta una de las varias formas de llevar a cabo esta práctica, la ofrenda en cada bol corresponde a la práctica tradicional que se detalla en el cuadro *Variantes Habituales* en la página 3 de este texto, primera columna.



Prerrequisitos.

Si decides ofrendar agua, deberás contar con:

1 - Siete bols. El tamaño no es importante y el material puede ser oro, plata, cobre dorado o plateado, cerámica, etc. Y la forma tradicional, que se muestra en la imagen superior, no necesariamente debe ser mantenida. Para elegirlos, sugerimos te dejes inspirar por formas, materiales y colores de los bols que prefieras usar, no por reglas fijas. Tradicionalmente su tamaño es “grande” y su valor es “alto”. Por ejemplo, en los templos tibetanos no es difícil encontrar bols de plata u oro de medio o un litro de capacidad. Te recomendamos, por practicidad, orientarte hacia tamaños pequeños. En este punto, así como en todo lo demás de esta práctica, te recordamos consultes con tu guía de práctica.

2 - Una jarra para llenar y vaciar el agua de los bols. Con respecto a materiales, tamaño, etc. Valen las mismas consideraciones del punto 1.

3 - Un paño para limpiar y secar los bols al retirar las ofrendas.

En lo práctico, los autores de esta nota recomiendan, para los practicantes occidentales, bols de pequeñas dimensiones y conseguibles localmente. Asimismo, puedes traer o hacer-te traer de India los bols tradicionales, pero recuerda que eso no es imprescindible. Sí cuenta que te sientas inspirado al efectuar tu práctica cotidiana.



La Práctica.

1 - Los bols se colocan y permanecen en tu altar, frente a las imágenes de tu maestro, de budas y bodhisattvas que hayas decidido incorporar a él. Si tienes dudas sobre cómo establecer un altar, consulta con tu guía de práctica. Y recuerda que siempre lo más simple es lo más conducente. En el linaje Drukpa Kagyü se habla “*kundu lug norbu lug*”, “el estilo simple es el estilo enjoyado”.

2 - Todas las mañanas al comenzar el día, mientras recitas la Aspiración en Siete Ramas, vas colmando cada uno de los bols de acuerdo a la rama que estés recitando. Memoriza la Aspiración, no te ates a papeles.

Es importante la visualización y la conexión con todo cuanto estés llevando a cabo. Sabes que efectuar una práctica mecánicamente, distraídamente, no es una práctica seria y sincera, por consiguiente, no es practicar. Cuando suceda que desbordas un bol o choca la jarra con él o similares “contratiempos”, sonríte, estabas distraído... Una simple desincronización de cuerpo y mente. Vuelve al aquí y ahora, y continúa o reinicia según prefieras.

3 - Incluimos acá uno de los textos tradicionales (hay muchos, algunos más largos, otros más cortos etc.). El recitarlo en castellano o tibetano es tu elección. Pero si eliges recitarlo en tibetano, asegúrate que recuerdas el sentido de aquello que estés recitando.

ASPIRACIÓN EN SIETE ETAPAS	
Nº	<p>ཡེན་ལག་བདུན་པ།</p> <p>IEN LAK DÜN WA</p>
1, 2, 3	<p>ལྷུག་འཚལ་བ་དང་མཚོན་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།</p> <p>CHAK TSEL WA TANG CHÖ CHING SHAK PA TANG</p> <p>Postraciones, ofrendas, admisión,</p>
4, 5, 6	<p>རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བ་དང་བསྐྱེལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས།</p> <p>JE SU YI RANG WA TANG KÜL SHING SÖL WA DEB</p> <p>Regocijo, pedido, súplica,</p>
7	<p>དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།</p> <p>GE WA CHUNG SE DAK GI CHI SAK PA</p> <p>Dedico todos las virtudes por mí acumuladas, no importa cuán pequeñas,</p> <p>ཐམས་ཅད་ཚོགས་པའི་བྱང་ལྷུབ་ཆེན་པོར་བསྐྱོ།</p> <p>THAM CHE DZOK PEI JANG CHUB CHEN POR NGO</p> <p>Al logro de la inmensa, completa budeidad.</p>

4 - En algún momento de la tarde, se retiran las ofrendas. No están indicados horarios, visualizaciones o recitaciones especiales para esta etapa. Sin embargo nuestra recomendación es mantener toda la atención en el proceso, considerando que se trata de ofrendas del dharma. Recitar un mantra que te inspire; el mantra de Chenrezi o el de Guru Rinpoche puede también ser de beneficio.

5 - El agua no se descarta en inodoros, bañaderas y similares. Ten en cuenta que es conveniente mantener sagrado todo el proceso, no profanarlo; de manera que en un entorno urbano, el tradicional riego de plantas con esa agua puede no ser posible; sí lo es el dar de beber esa agua consagrada a los animales. Otra sugerencia es usar la pileta de la cocina, efectuando aspiraciones para que esa agua pueda beneficiar a todos los seres que viven en esos desagües o similar actitud dhármica. Sin distracción.



Notas generales

1 - Cada aspiración es un antídoto para una forma particular de confusión; se recomienda tener esto en mente al recitarlas. En el cuadro que incluimos abajo, la cuarta columna indica los antídotos correspondientes.

2 - Hay varias posibilidades para ofrendar por las mañanas. En el cuadro te ofrecemos varias alternativas a la de la Aspiración en Siete Ramas.

- ✿ **Ofrenda tradicional.** Basada en la tradición india sobre cómo recibir a un huésped muy respetado: primero se le ofrece agua para beber, luego agua para lavarse los pies, etc. Ver la imagen al comienzo de este documento. En esta versión tradicional, ocasionalmente, se menciona una octava ofrenda (sonidos).
- ✿ **Ofrenda alternativa.** Una enseñanza del Ven. Choegyal Rinpoche.
- ✿ **Aspiración de Siete Ramas.** Referirse al texto completo mencionado más arriba.

Variantes habituales				
	Ofrenda tradicional	Ofrenda alternativa	Aspiración de Siete Ramas	Antídoto para
1	agua para beber	práctica auspiciosa	postraciones	orgullo
2	agua para lavarse	buena práctica	ofrendas	amarretismo / avaricia
3	flores	buena compasión	admisión de faltas	acciones negativas
4	incienso	buena honestidad	regocijo	envidia / celos
5	luz	buena claridad	pedido enseñanzas	ignorancia
6	agua perfumada	buena aceptación	que no mueran	persistencia de la ignorancia
7	alimentos	buena energía meditativa	dedicación de méritos	no está indicado
8	sonidos	buena diseminación de las enseñanzas		

3 - En esta, como en todas tus prácticas, una vez estudiada, contemplada y meditada, conviene la practiques por un corto tiempo para encontrar las dudas o problemas que sólo surgen al practicar. Y luego, sin demoras, chequear con tu guía de práctica todo cuanto estás llevando a cabo. De lo contrario, corres el riesgo de no estar practicado correctamente, por haber mal entendido o porque la mente derivó desde que estudiaste el tema. Es una irreparable pérdida del poco tiempo que te queda...



Si quieres saber más sobre este tema en el documento **Aspiración de Siete Ramas**, (Cetepso, Buenos Aires, 2003) [disponible](#) en nuestra página web.



Puedan todos los seres
Beneficiarse