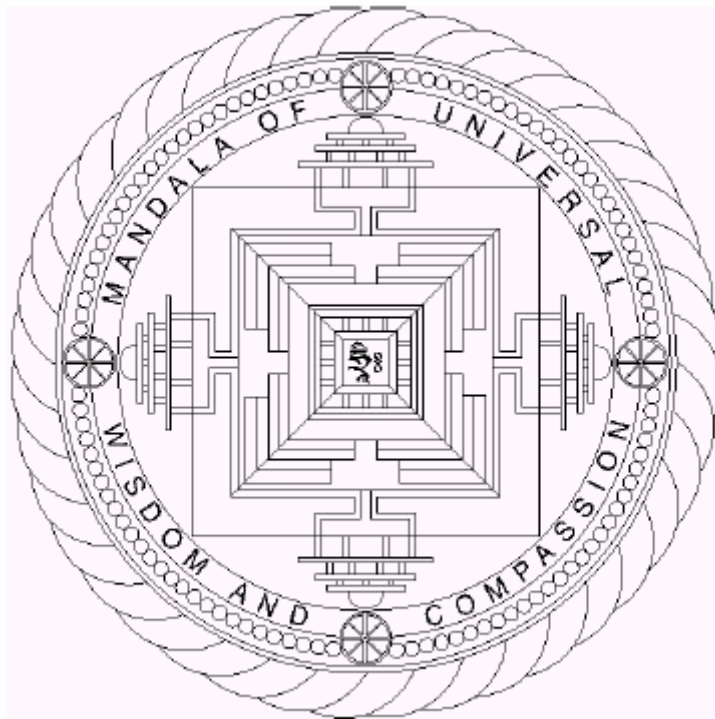


# DESCUBRE EL BUDISMO



*Despierta el potencial ilimitado de tu mente  
para lograr toda la paz y felicidad*

**El maestro espiritual**  
*Meditaciones*

Traducido al español por el equipo del Servicio de Traducciones de la FPMT Hispana.  
Noviembre 2006.

© FPMT, Inc., 2001. Todos los derechos reservados. Los derechos de distribución de este programa en español pertenecen al Servicio de Traducción FPMT España. Es preciso un permiso previo para realizar copias.

## Índice

Por qué necesitamos un guía espiritual.....	5
Ventajas de confiar correctamente en un guía espiritual y desventajas de no hacerlo así.....	7
Relación con el maestro espiritual con el pensamiento (1).....	9
Devoción al maestro espiritual con el pensamiento (2) .....	11



# Por qué necesitamos un guía espiritual

*preparada por Ven. C. Miller*

## Preparación

Comenzamos fijándonos en la posición del cuerpo, buscamos la postura más beneficiosa con la espina dorsal recta y erguida, una postura en la que podemos estar atentos y despiertos sin estar rígidos. Sentimos el peso del cuerpo, su carácter sustancial y terrestre. Traemos la atención al presente, al momento y lugar en que estamos.

A continuación, meditamos en la respiración durante unos cinco minutos: enfocamos la atención en el aire que entra y sale en la entrada de los orificios nasales. Dejamos que todos los pensamientos pasen como nubes en el cielo. Si surgen distracciones tomamos conciencia de ellas sin involucrarnos ni juzgar y, suavemente, llevamos de nuevo la atención a la respiración hasta que la mente esté apacible y clara.

## Motivación

Generamos una motivación altruista para esta sesión. Pensamos que sin guía espiritual no hay modo de escapar del océano de la existencia cíclica ni de alcanzar la plena iluminación. El guía espiritual es la base de todos los caminos a la liberación del samsara y a la iluminación, es esencial para lograr estos estados. Por consiguiente, pensamos que estamos meditando no sólo para nuestro propio bienestar, paz mental o buena reputación, sino también para acumular gran cantidad de mérito a fin de encontrar un guía espiritual cualificado que nos ayude a alcanzar la iluminación y, así, poder beneficiar del modo más hábil a todos los seres.

## Parte principal de la meditación

Examinamos las razones por las que necesitamos un guía espiritual:

1. Pensamos, con ejemplos concretos, en la necesidad de tener un maestro para aprender casi todo en la vida, desde que nacemos hasta que morimos.
2. Pensamos en los maestros más significativos de nuestra vida, en la bondad que nos han mostrado y en los beneficios que hemos obtenido gracias a sus esfuerzos y buenas cualidades.
3. Reflexionamos sobre la gran importancia de tener un maestro espiritual que nos enseñe aquello que debemos practicar y aquello que debemos evitar. Un maestro que nos guíe en el camino del Dharma, que nos ayude a salir del samsara y nos conduzca a la completa iluminación. Necesitamos un guía para el camino, pues nos adentramos en un territorio en el que nunca antes habíamos estado. Tenemos que confiar en alguien con experiencia, alguien que ya haya recorrido el camino del Dharma y que, por consiguiente, sepa más que nosotros.
4. Pensamos en el tipo de maestro espiritual que desearíamos encontrar. Pensemos específicamente en las 10 cualidades generales de un guía espiritual Mahayana (v. *La liberación en la palma de tu mano*, Ed. Dharma, p.192).
5. Generamos entusiasmo y un gran deseo de encontrar un guía espiritual cualificado, para ello tendremos que abrir nuestro corazón y realizar un examen cuidadoso.

Confiamos en encontrar al precioso amigo espiritual que nos acompañe y nos guíe en el camino espiritual y nos alegramos por ello.

## **Dedicación**

Debido a nuestros méritos, que todos los seres y yo encontremos un guía espiritual perfectamente cualificado y que, en todas nuestras vidas futuras, nunca estemos separados de él o ella, ni de las enseñanzas puras del Dharma. Que todos nuestros preciosos maestros tengan una vida larga y gocen de buena salud, y que todos sus proyectos compasivos para con los seres se completen con éxito y sin obstáculos.

# Ventajas de confiar correctamente en un guía espiritual y desventajas de no hacerlo así

*preparada por Ven. C. Miller*

## Preparación

Comenzamos fijándonos en la posición del cuerpo, buscamos la postura más beneficiosa con la espina dorsal recta y erguida, una postura en la que podemos estar atentos y despiertos sin estar rígidos. Sentimos el peso del cuerpo, su carácter sustancial y terrestre. Traemos la atención al presente, al momento y lugar en que estamos.

A continuación, meditamos en la respiración durante unos cinco minutos: enfocamos la atención en el aire que entra y sale en la entrada de los orificios nasales. Dejamos que todos los pensamientos pasen como nubes en el cielo. Si surgen distracciones tomamos conciencia de ellas sin involucrarnos ni juzgar y, suavemente, llevamos de nuevo la atención a la respiración hasta que la mente esté apacible y clara.

## Motivación

Generamos una motivación altruista para esta sesión. Pensamos que sin guía espiritual no hay modo de escapar del océano de la existencia cíclica ni de alcanzar la plena iluminación. El guía espiritual es la base de todos los caminos a la liberación del samsara y a la iluminación, es esencial para lograr estos estados. Por consiguiente, pensamos que estamos meditando no sólo para nuestro propio bienestar, paz mental o buena reputación, sino también para acumular gran cantidad de mérito a fin de encontrar un guía espiritual cualificado que nos ayude a alcanzar la iluminación y, así, poder beneficiar del modo más hábil a todos los seres.

## Parte principal de la meditación

Empezamos meditando en las 8 ventajas de confiar correctamente en el guía espiritual (del Lam-rim):

- A) Nos acercaremos a la budeidad:
  - a) practicando sus instrucciones.
  - b) haciéndole ofrecimientos y sirviéndole.
- B) Complaceremos a todos los budas:
  - a) los budas de las diez direcciones desean enseñarnos el Dharma, pero ni tan siquiera tenemos el karma de ver su nirmanakaya, que aparece sólo a los seres comunes con karma puro.
  - b) si no confiamos correctamente en el maestro espiritual, los budas no estarán complacidos, sin importar cuántos ofrecimientos les hagamos.
- C) Ni los seres no-humanos ni las malas compañías nos perturbarán.
- D) Automáticamente cesarán todos los engaños y las acciones negativas.
- E) Aumentarán los conocimientos y logros de los distintos niveles del camino.

- F) No nos faltarán maestros espirituales virtuosos en renacimientos futuros.
- G) No caeremos en los reinos inferiores.
- H) Lograremos sin esfuerzo todos los objetivos a corto y largo plazo.

A continuación, meditamos sobre las 8 desventajas de no confiar correctamente en el guía espiritual o de transgredir la práctica del respeto debido (del Lam-rim):

- A) Si, aún sin querer, menospreciamos al maestro espiritual, estamos ofendiendo a todos los budas.
- B) Cuando albergamos pensamientos de enfado hacia el amigo espiritual, destruimos raíces de virtud (méritos) y, en consecuencia, renaceremos en el infierno (durante tantos eones como momentos de enfado hayamos tenido).
- C) Aunque practiquemos tantra, no lograremos la iluminación.
- D) Aunque busquemos los beneficios de la práctica del tantra, sólo conseguiremos renacer en los reinos inferiores.
- E) No desarrollaremos nuevas cualidades y las que habíamos conseguido degenerarán.
- F) En esta vida, estaremos atormentados por enfermedades y otros sufrimientos.
- G) En vidas futuras, vagaremos sin fin por los reinos inferiores.
- H) En el futuro, no tendremos maestros espirituales.

Tomamos esta firme determinación: “Con el propósito de alcanzar la iluminación y lograr los dos objetivos (nuestro y de los demás) y para nunca estar separados del Dharma, el camino a la liberación, mantendremos con esfuerzo y diligencia una relación correcta y sana, basada en el respeto y la confianza hacia nuestros maestros espirituales. Cueste lo que cueste”. Fijamos esta determinación intensamente en nuestra mente.

## **Dedicación**

Debido a nuestros méritos, que todos los seres y yo encontremos un guía espiritual perfectamente cualificado y que, en todas nuestras vidas futuras, nunca estemos separados de él o ella, ni de las enseñanzas puras del Dharma. Que todos nuestros preciosos maestros tengan una vida larga y gocen de buena salud, y que todos sus proyectos compasivos para con los seres se completen con éxito y sin obstáculos.



# Relación con el maestro espiritual con el pensamiento (1)

*preparada por Ven. C. Miller*

## Preparación

Comenzamos fijándonos en la posición del cuerpo, buscamos la postura más beneficiosa con la espina dorsal recta y erguida, una postura en la que podemos estar atentos y despiertos sin estar rígidos. Sentimos el peso del cuerpo, su carácter sustancial y terrestre. Traemos la atención al presente, al momento y lugar en que estamos.

A continuación, meditamos en la respiración durante unos cinco minutos: enfocamos la atención en el aire que entra y sale en la entrada de los orificios nasales. Dejamos que todos los pensamientos pasen como nubes en el cielo. Si surgen distracciones tomamos conciencia de ellas sin involucrarnos ni juzgar y, suavemente, llevamos de nuevo la atención a la respiración hasta que la mente esté apacible y clara.

## Motivación

Generamos una motivación altruista para esta sesión. Pensamos que sin guía espiritual no hay modo de escapar del océano de la existencia cíclica ni de alcanzar la plena iluminación. El guía espiritual es la base de todos los caminos a la liberación del samsara y a la iluminación, es esencial para lograr estos estados. Por consiguiente, pensamos que estamos meditando no sólo para nuestro propio bienestar, paz mental o buena reputación, sino también para acumular gran cantidad de mérito a fin de encontrar un guía espiritual cualificado que nos ayude a alcanzar la iluminación y, así, poder beneficiar del modo más hábil a todos los seres.

## Parte principal de la meditación

1. Podemos visualizar al que consideremos nuestro maestro espiritual en el espacio frente a nosotros. Pensamos en sus buenas cualidades esenciales o en las del maestro espiritual *en general* si todavía no tenemos ninguno. Prestamos atención a estas cualidades con claridad y concentración. Generamos una fuerte convicción de que el maestro posee dichas cualidades y así, purificamos la mente de emociones y actitudes que perturban nuestra relación con él, tales como la arrogancia y la duda.
2. Pensamos en el significado de la expresión “tener buenas cualidades”. Para empezar, las buenas cualidades representan aspectos de la naturaleza búdica, es decir, potenciales intrínsecos de la mente de luz clara (el nivel más puro de nuestra mente). “Cualidad”, también aquí se refiere a aquello que corrige una deficiencia. Por lo tanto, aunque todos tenemos el mismo potencial, el hecho de desarrollarlo dependerá de reforzar nuestras habilidades naturales para subsanar los defectos. Las cualidades del maestro han surgido debido a causa y efecto, al adiestramiento positivo de la palabra, el cuerpo y la mente para superar las negatividades.

Podemos también pensar en las diferentes y extraordinarias maneras en que nuestro maestro es capaz de ayudarnos, tanto a nosotros como a los demás, gracias a dichas cualidades. Así generamos una fe basada en el razonamiento.

3. Continuamos pensando que:

- a) Todos tenemos los mismos potenciales de naturaleza búdica.
- b) Todos podemos aplicar el esfuerzo adecuado.
- c) Todos podemos comprobar que el desarrollo de dichas cualidades nos aporta un gran beneficio a nosotros y a los demás.

De esta manera generamos la firme determinación de practicar el Dharma y la aspiración de lograr la bodhichitta. A medida que profundicemos en la meditación, surgirá entusiasmo por lograr estas mismas cualidades.

- 4. Reflexionamos sobre la gran bondad de nuestro maestro espiritual, especialmente al enseñarnos el camino y los métodos que eliminan el sufrimiento y nos permiten lograr el increíble objetivo de la iluminación. Contemplamos su enorme valía y la excepcionalidad de este regalo fruto de su extraordinaria bondad.
- 5. Con la mente debidamente preparada y abierta a la inspiración del maestro espiritual, ofrecemos primero y de todo corazón, la oración de las siete ramas (abreviada o extensa) y, a continuación, pedimos bendiciones e inspiración para la práctica del Dharma, con el fin de superar los obstáculos o problemas específicos que tengamos y para obtener logros en el camino a la iluminación tan rápido como sea posible.

Visualizamos rayos de luz y néctar que emanan de nuestro maestro y que, a través de la coronilla, inundan nuestro cuerpo (trayendo consigo las bendiciones y la inspiración del camino), a la par que eliminan todos los obstáculos y visiones erróneas y nos conceden todos los logros. Nos concentramos con la convicción de que está sucediendo realmente.

Entonces el maestro espiritual se transforma en luz y se absorbe en nuestro corazón, y mora para siempre en nosotros.

## **Dedicación**

Dedicamos los méritos de esta meditación para profundizar en la fe que nos hará capaces de tener una relación inmejorable con nuestro maestro espiritual así como para encontrar (si no lo tenemos ya) en esta vida, un maestro perfectamente cualificado que nos conduzca rápidamente a la iluminación.

Que todos los seres tengan esta misma suerte y que puedan progresar rápidamente en el camino a la iluminación. Que en todas nuestras vidas, ni todos los seres ni yo estemos nunca separados de las perfectas enseñanzas del Dharma y que siempre contemos con un maestro espiritual bondadoso que nos enseñe y nos guíe en el camino.

## Devoción al maestro espiritual con el pensamiento (2)

*Lama Zopa Rimpoché*

### Introducción

*Se trata de una breve meditación en la que utilizamos los errores observados en el maestro para desarrollar devoción y para obtener logros en el camino a la iluminación.*

### Preparación

Comprobamos la postura y nos aseguramos de que la columna vertebral esté recta. Respiramos profundamente permitiendo que nuestro cuerpo y nuestra mente se asienten; después respiramos de modo natural y observamos el aire que entra y sale. Si nos ayuda a concentrarnos, contamos las inhalaciones de uno a diez.

### Motivación

Aunque buscamos la felicidad y estar libres del sufrimiento, seguimos creándonos muchos problemas. Queremos ser fuente de felicidad para los demás pero, casi siempre, pensamos sólo en nosotros y, aunque queremos lograr la iluminación, la ignorancia y el egoísmo nos engañan fácilmente. Estamos confusos, no sabemos qué prácticas adoptar y cuáles abandonar para obtener logros en el camino. Si practicáramos incondicionalmente la devoción al maestro cualificado, podríamos superar estos obstáculos y, sin embargo, albergamos dudas sobre ellos y no nos esmeramos en seguir sus consejos. ¿Qué vamos a hacer? Necesitamos desarrollar fe en nuestros maestros para poder esforzarnos en seguir sus consejos y recibir sus bendiciones para así, obtener logros. Este es el camino más rápido a la iluminación. Por lo tanto, vamos a hacer esta meditación en la devoción al guía espiritual con el pensamiento, cuya esencia es percibir al maestro como Buda.

### Parte principal de la meditación

Pensamos que todo es una ilusión. Tenemos muchos conceptos erróneos como, por ejemplo, percibir lo impermanente como permanente; tampoco podemos saber lo que sucederá mañana y ni siquiera lo que sucederá en el próximo minuto. Somos total y profundamente ignorantes. Reconozcamos las múltiples alucinaciones en las que creemos y los muchos pensamientos equivocados y conceptos erróneos que tenemos. (*Reflexionamos*).

El primer paso es establecer que el maestro es un bodhisattva. Nos aseguramos de entender y creer que los bodhisattvas no tienen el pensamiento de buscar la felicidad para ellos mismos; ni siquiera por un segundo surge en ellos el pensamiento de buscar la felicidad para ellos mismos: sólo piensan en los demás y sólo trabajan por los demás con bodhichitta, beneficiando a todos los seres. (*Hacemos una pausa y reflexionamos sobre si nuestro maestro podría ser un bodhisattva.*)

Tras establecer esta idea, pensamos que los bodhisattvas acumulan dos tipos de mérito para lograr la iluminación para todos los seres (incluidos nosotros). Hay innumerables bodhisattvas trabajando por los seres y por mí.

Hay innumerables budas que han completado los dos tipos de mérito y han erradicado las manchas burdas y sutiles al hacer realidad el camino (método y sabiduría). Poseen una mente omnisciente y ven a todos los seres (incluyéndonos a nosotros); perciben todos nuestros sufrimientos, necesidades, karmas, características, nuestro nivel de inteligencia. Todo. Pueden ver cuáles son los métodos adecuados para cualquiera de nosotros, para conducirnos, sin el menor error, de felicidad en felicidad hacia la iluminación. Conocen también los métodos para cada uno de los incontables seres que existen. Y no sólo esto, sino que tienen pleno conocimiento de mi mente; pueden verlo todo directamente; pueden ver el pasado, el presente y el futuro; tienen el poder para revelar estos métodos de acuerdo con el karma de cada uno. Su mente está adiestrada en la gran compasión que abraza a todos los seres; sienten mayor compasión hacia aquellos que acumulan más karma negativo y cuyo sufrimiento es tremendo, una compasión difícil de sobrellevar. *(Pausa para reflexionar)*

Buda nunca abandona a los seres y ha perfeccionado todas las cualidades para guiarnos a todos y cada uno de nosotros. Todos los budas me están guiando incluso ahora, en este momento. ¿Y quiénes son? *(pausa)*

No hay nadie a quien buscar excepto a estos maestros, especialmente aquel ante el que sentimos enfado o que consideramos que se equivoca: el maestro que percibimos con engaños, con agregados que producen sufrimiento o que comete errores.

Si el maestro se manifestara con una forma inferior, por ejemplo, como animal, sería difícil reconocerlo y que me pudiera guiar. Si se mostrara en una forma más pura, yo no tendría el karma para verlo pues no tendría suficiente karma puro ni una mente lo suficientemente pura. Sólo cuento con karma impuro que me hace percibirlo en este aspecto: con engaños, con agregados que producen sufrimiento, con errores en sus acciones, con inmoralidad, etcétera.

Por lo tanto el maestro-Buda se manifiesta, para guiarme, con este aspecto normal y cometiendo equivocaciones. Exactamente de acuerdo con mi karma: Qué increíblemente bondadoso es. *(Repetimos esto una y otra vez, 21 veces, medio mala o un mala.)*

El maestro-Buda se manifiesta, para guiarme, en este aspecto normal, con errores, exactamente de acuerdo con mi karma. Bajo esta apariencia corriente y con errores es de la única forma en que puede guiarme. Es el único que puede guiarme. *(Repetimos esto una y otra vez.)*

Meditamos concentrándonos en este pensamiento: “Qué valioso”, lo repetimos una y otra vez, y pensamos: “Qué precioso es esto”. Es lo más precioso e importante de mi vida, esta apariencia normal que me libera de los reinos inferiores, del samsara e incluso del nirvana inferior, y que me lleva a la iluminación revelándome el sagrado Dharma por medio de distintos métodos. Qué extraordinariamente bondadoso es el maestro. *(Nos concentramos en este punto y lo repetimos una y otra vez.)*

Buda Shakyamuni, Manjushri, Chenresig, Varjrayoguini, Tara, Guhyasamaja, Heruka, Yamantaka y Machig Labdron e innumerables budas me guían bajo este aspecto corriente, en esta manifestación. Pensamos: “Qué valiosa es esta apariencia corriente”. *(Lo repetimos una y otra vez.)*

“Lo más precioso e importante de mi vida.” *(Repetimos esta parte una y otra vez y nos concentramos en este punto.)*

Después pensamos que, con todas sus acciones, cada uno de mis maestros me está conduciendo, definitivamente, a la iluminación. Tan sólo con una transmisión oral (unas pocas sílabas o unos versos de sutra y tantra), dejan una impresión positiva en el continuo mental que nos acerca la posibilidad de recibir, nuevamente, este precioso cuerpo humano

en la siguiente vida. Asimismo es la causa de que encuentre el budismo y el Dharma, de que entienda el significado y las palabras de las enseñanzas, de que acumule mérito y purifique, y de que cesen todos los engaños burdos y sutiles. Me guía a la iluminación. No cabe la menor duda de que confiriéndome el refugio, los votos, las iniciaciones, las transmisiones orales o dándome instrucciones; incluso con otras acciones como elogiarme, hablarme de una manera dulce o airada; al reprenderme, ofrecerme regalos, comida o bebida: con todo ello, mi maestro me ayuda, apoya e inspira para practicar el Dharma y me conduce a la iluminación. *(Pausa para reflexionar en todas las maneras en que nuestro maestro nos está llevando a la iluminación.)*

Nuestra mente (corriente) cree que estos maestros son corrientes, pero al enseñarnos estos métodos, están realizando la labor de guiarnos a la iluminación plena. Si mi visión mediocre fuera la correcta, significaría que los innumerables budas no están haciendo nada por mí, y eso es totalmente imposible. Los budas tienen cualidades infinitas y, por lo tanto, los maestros que me guían y me cuidan ahora mismo son Buda.

Nuestros conceptos ordinarios son totalmente incorrectos y proyectan visiones erróneas. Son estos mismos conceptos los que nos hacen percibir equivocaciones en el maestro; nos hacen verlo impuro y sin disciplina. Nuestra mente ve algo y, aunque no tenga validez y sea la visión errónea más perjudicial de nuestra vida, lo cree.

Bikshuni Legpa Karma, que sirvió a Buda y permaneció junto a él veintiún años, sólo le veía como un mentiroso. No fue capaz de advertir ninguna de sus cualidades, mientras que un sinnúmero de seres ya lo reconocían como totalmente iluminado, como alguien que se había iluminado hacía muchísimos eones. De forma parecida percibimos a nuestros maestros.

Aunque nosotros los veamos como seres corrientes, otros pueden verlos como un buda real, y sentir devoción y una mente pura, feliz y sana. Por lo que no existe la menor duda de que son realmente Buda. *(Nos concentramos en ello.)*

Según si observamos con una mente pura o impura, consideraremos las cosas como puras o impuras: lo bueno, lo malo, la felicidad... todo surge de la etiqueta que pongamos, del tipo de mente creada. Por lo tanto, con seguridad, el maestro es Buda. *(De nuevo nos concentramos en esto.)*

Por poner un ejemplo: en Tíbet había un maestro (Gueshe Potawa) que vivía en una montaña, a gran altitud. Un día dos discípulos fueron a visitarlo, llegaron muy cansados y el maestro les ofreció té frío. Uno de ellos pensó: "Hemos recorrido una gran distancia, estamos agotados y el maestro ni siquiera nos ha ofrecido el té caliente". En cambio, el otro pensó: "Qué bondadoso es el maestro, nos ha hecho té frío para que pudiéramos calmar la sed".

Este último hizo una lectura muy positiva y se alegró, por lo que recibió mucho beneficio y bendiciones. Sin embargo, el otro vio la situación como negativa e incluso probablemente se enfadó, por lo que sólo recibió daño.

Podemos ver las cosas como puras o impuras dependiendo del tipo de mente con el que observemos. Todo dependerá de cómo lo hagamos; si con una mente pura o con una negativa (impura).

Así que recibir muchas o pocas bendiciones no depende del objeto en sí mismo, sino de cómo lo percibimos nosotros.

Incluso cuando el maestro muestra faltas, es decir, se manifiesta bajo aspecto normal, está empleando el método más hábil para guiarme a la iluminación. Los maestros lo hacen

para llevarnos a la iluminación. Si ellos no son Buda, entonces, ¿quién? Sin duda ellos lo son. *(De nuevo nos concentramos en ello.)*

Meditamos realmente en el maestro mostrando un aspecto normal, lo que significa tener engaños, un cuerpo que sufre, realizar acciones equivocadas, inmorales, etcétera. Esta apariencia es muy necesaria para nosotros, lo más trascendente de nuestra vida; más importante que ninguna otra cosa, lo más urgente y necesario.

Sin esta manifestación que aparece con errores no tendría guía, estaría totalmente perdido en el samsara, como bebé abandonado en el desierto, sin nada ni nadie que me ayudara o cuidara. A la falta de guía, habría que añadir los muchos peligros que acechan en el vasto desierto habitado por animales feroces y serpientes venenosas. Mi vida estaría expuesta a un gran peligro.

Como Pabonka Rimpoché apuntaba: “Si te hubieras perdido en el bosque en una noche sin luna ni estrellas, no podrías ver. En este bosque en total oscuridad, lúgubre y con tigres y otros animales feroces acorralándote, no sólo estarías sin guía sino que también correrías un gran peligro”. Así es estar en el samsara.

No hay nadie más sino estos budas que muestran un aspecto normal para guiarnos. Sólo estos maestros.

## **Resolución**

Tomamos la determinación de que todos los maestros y , en especial, aquel con el que me enfado, aquel hacia el que genero visiones erróneas y al que percibo con errores, son indudablemente Guru Shakyamuni. *(Después de habernos convencido de que son Buda, meditamos concentrándonos en ello y reconociéndolos como Buda.)*

## **Dedicación**

Debido a los méritos de los tres tiempos acumulados por mí, por todos los budas y bodhisattvas y por todos los seres, que mi familia, los estudiantes y benefactores de esta organización, todos los seres y yo mismo podamos encontrar maestros Mahayana perfectamente cualificados en todas nuestras vidas futuras. Por nuestra parte, que siempre los veamos como iluminados. Que nuestras acciones de cuerpo, palabra y mente complazcan siempre al amigo virtuoso y que podamos cumplir sus sagrados deseos inmediatamente.

Que ni tan siquiera por un segundo surjan visiones erróneas sobre las acciones del glorioso maestro. Que pueda ver todas sus acciones como puras, y que de este modo reciba sus bendiciones en mi corazón.

## **Conclusión**

He aquí una breve meditación para cada día que se podría acompañar del mantra del nombre del maestro y, en especial, del mantra u oración (normalmente de una estrofa) de petición de nuestro maestro particular.

*Cada vez que veas errores, inmediatamente, deberías pensar que es Buda que se manifiesta bajo un aspecto normal, mostrando inmoralidad, dando explicaciones o enseñanzas equivocadas o diciendo: "No sé". Piensa esto de inmediato sin dejar que surja el pensamiento de los errores cometidos y recapacita en lo que significa manifestarse en un aspecto normal. De este modo pondrás fin a este tipo de pensamiento*

*Lama Zopa Rimpoché*

**Colofón:** Preparación, motivación y ligera corrección de Kendall Magnussen.