

Una Luz en el Camino

བུད་ཀྱི་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ།



por Atisha Dīpamkarashrijnana

FPMT Inc.
1632 SE 11th Avenue
Portland, OR 97214 USA
www.fpmt.org

Traducción de Una Luz en el Camino de Atisha por Ediciones Dharma, Novelda (Alicante) España. Utilizado con permiso.

El texto Tibetano fue copiado de una edición crítica por Losang Norbu Shastri y publicado por el el Instituto Central de Estudios Superiores Tibetanos, Sarnath, Varanasi, 1994.

Tipografiada en Calibri 12.5./15, Century Gothic, Lydian BT, y Tibetan Machine Unicode.

Una Luz en el Camino

བྱུང་རྒྱུ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ།

༄༅། །བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རུ་གྱུར་པ་ལ་
ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

Homenaje al Bodisatva, el joven Manyusri

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག་དང་དེའི་ཚེས་དང་།
དག་འདུན་རྣམས་ལ་གྱུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་བྱས་ཏེ།
སྒྲོན་མ་བཟང་པོ་བྱུང་རྒྱུ་འོད་གྱིས་བསྐྱེད་གྱུར་པས།
བྱུང་རྒྱུ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ། ༡ །

- 1 Con gran respeto rindo homenaje a todos los victoriosos de los tres tiempos, a su enseñanza y a los que aspiran a la virtud. Exhortado por el buen discípulo Yangchup Wo, alumbraré la lámpara para el camino a la Iluminación.

ཆུང་དུ་འབྲིང་དང་མཚོག་གུར་པས།
སྐྱེས་བུ་གསུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱ།
དེ་དག་མཚན་ཉིད་རབ་གསལ་བ།
སོ་སོའི་དབྱེ་བ་བྱི་བར་བྱ། ༢ །

- 2 Comprende que existen tres tipos de personas a causa de sus capacidades inferior, media y suprema. Yo escribiré distinguiendo claramente sus características individuales.

གང་ཞིག་ཐབས་ནི་གང་དག་གིས།
འཁོར་བའི་བདེ་བ་ཙམ་དག་ལ།
རང་ཉིད་དོན་དུ་གཉིར་བྱེད་པ།
དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་ཤེས། ༣ །

- 3 Has de saber que los que sólo buscan los placeres de esta vida por cualquier medio y para sí mismos, son personas de capacidad inferior.

སྤྱིད་པའི་བདེ་ལ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཤིང་།
སྤྱིག་པའི་ལས་ལས་ལྷོག་བདག་ཉིད།
གང་ཞིག་རང་ཞི་ཙམ་དོན་གཉེར།
སྐྱེས་བུ་དེ་ནི་འབྲིང་ཞེས་བྱ། ུ །

- 4 Se dice que los seres de capacidad media son los que buscan felicidad sólo para sí mismos alejándose de los placeres mundanos y evitando las acciones destructivas.

རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྤྱིག་བསྐྱེད་གྱིས།
གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྤྱིག་བསྐྱེད་ཀྱིས།
ཡང་དག་ཟད་པར་ཀུན་ནས་འདོད།
སྐྱེས་བུ་དེ་ནི་མཚོག་ཡིན་ནོ། ཥ །

- 5 Los que desean sinceramente poner fin a todos los sufrimientos de los demás mediante su propio sufrimiento, son personas de capacidad superior.

སེམས་ཅན་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་
འདོད་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ།
སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི།
ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། ། ༦ །

6 Para los seres excelentes
que desean la Iluminación suprema,
voy a explicar los métodos perfectos
que enseñan los maestros espirituales.

ཇོགས་སངས་བྱིས་སྐུ་ལ་སོགས་དང་།
མཆོད་རྟེན་དམ་པ་མངོན་སྟོན་གསུངས་ནས།
མེ་ཏོག་བདུག་སྟོས་དངོས་པོ་དག་
ཅི་འགྲུང་བ་ཡིས་མཆོད་པར་བྱ། ། ༧ །

7 Ante las pinturas, las estatuas, etc.,
del ser completamente iluminado.
Y ante los relicarios y las enseñanzas excelentes,
ofrece flores, incienso –todo cuanto tengas–.

ཀུན་བཟང་སྲོད་ལས་གསུངས་པ་ཡི།
མཚོན་པ་རྣམ་པ་བདུན་དག་ཀྱང་།
བྱང་རྒྱུ་སླིང་པོའི་མཐར་ཐུག་པར།
མི་ལྷོག་པ་ཡི་སེམས་དག་གིས། ༩ །

- 8 Con la ofrenda en siete puntos de la “Oración de la Noble Conducta”, con el pensamiento de no abandonar jamás hasta que alcances la Iluminación última.

དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་རབ་དང་ཅིང་།
དུས་པོའི་ལྷ་ང་སར་བཅུགས་ནས།
ཐལ་མོ་སྐྱར་བར་བྱས་ནས་ནི།
དང་པོར་སྐྱབས་འགོ་ལན་གསུམ་བྱ། ༡༠ །

- 9 Y con gran fe en las Tres Joyas. Postrándote con una rodilla en tierra y con las manos juntas, en primer lugar, toma refugio tres veces.

དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།
བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སྡོན་འགྲོ་བས།
ངན་སྲུང་གསུམ་དུ་སྐྱེ་སོགས་དང་།
འཆི་འཕོ་སོགས་གྱིས་སྐྱབ་བསྐྱེལ་བའི། ༡༠ །

10 A continuación, empezando con una actitud de amor hacia todos los seres vivos, piensa en que todos los seres, sin excluir ninguno, sufren en los tres renacimientos desfavorables padeciendo el nacimiento, la vejez, etc.

འགྲོ་བ་མ་ལུས་ལ་བཟུང་།
སྐྱབ་བསྐྱེལ་གྱིས་ནི་སྐྱབ་བསྐྱེལ་བ།
སྐྱབ་བསྐྱེལ་སྐྱབ་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚན་ལས།
འགྲོ་བ་ཐར་བར་འདོད་པ་ཡིས།
སྡོག་པ་མེད་པར་དམ་འཆའ་བའི།
བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༡ །

11 Entonces, puesto que deseas liberar a dichos seres del sufrimiento del dolor, del sufrimiento y de las causas del sufrimiento, genera la determinación inmutable de alcanzar la Iluminación.

དེ་ལྟར་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི།
 བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ།
 དེ་ནི་སྤོང་པོ་བཀོད་པ་ཡི།
 མདོ་ལས་བྱམས་པས་རབ་ཏུ་བཤད། ༡༢ །

12 Las cualidades de desarrollar
 tal aspiración, han sido perfectamente
 explicadas por Maitreya
 en “El Sutra de los Puntos Esenciales”.

དེ་ཡི་མདོ་སྒྲོག་པའམ་སྒྲ་མ་ལ་མཉམ་ཏེ།
 རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་པ།
 རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་ནས་རྒྱ་མཚན་དུ།
 དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༣ །

13 Habiendo aprendido los infinitos beneficios
 de la intención de alcanzar la Iluminación completa
 mediante la lectura de este sutra o escuchando
 al maestro,
 genérala repetidamente para que se estabilice.

དཔའ་སྤྱིན་གྱིས་ལྷུས་མདོ་དག་ལས།
འདི་ཡི་བསོད་ནམས་རབ་བསྟན་པ།
གང་དེ་ཚོགས་བཅད་གསུམ་ཙམ་དུ།
མདོར་བསྟུས་འདིར་ནི་བྲི་བར་བྱ། ༡༤ །

14 “El Sutra Solicitado por Viradata”
explica detalladamente el mérito que contiene.
Aquí citaré, brevemente,
tan sólo tres estrofas.

བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་།
དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཚིས་ན།
ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀང་སྟེ།
དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འགྱུར། ༡༥ །

15 Si el mérito de la intención altruista
poseyera una forma física
colmaría la totalidad del espacio
y aún lo excedería.

གཞུང་གི་བྱེ་མའི་གྲངས་སྟོད་གྱི།
སངས་རྒྱས་ཞིང་རྣམས་མི་གང་གིས།
རིན་ཆེན་དག་གིས་ཀུན་བཀང་སྟེ།
འཇིག་རྟེན་མགོན་ལ་ཡུལ་བ་བས། ༡༦ །

16 Si alguien llenara de joyas
tantos campos de mérito como granos
de arena hay en el Ganges
para ofrecerlas al Protector del Mundo.

གང་གིས་ཐལ་མོ་སྐྱར་བགྱིས་ཏེ།
བྱང་རྒྱལ་ཏུ་ནི་སེམས་བརྟུང་ན།
མཚོད་པ་འདི་ནི་བྱད་པར་འཕགས།
དེ་ལ་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སོ། ༡༧ །

17 Esta ofrenda sería superada por
la de juntar las manos
e inclinar la propia mente ante la Iluminación,
pues no tiene límites.

བྱང་རྒྱལ་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་བསྐྱེད་ནས་ནི།
 འབད་པ་མང་པོས་ཀུན་དུ་སྤེལ་བྱ་ནིང་།
 འདི་ནི་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་བྲན་དོན་དུ།
 ཇི་སྐྱད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པའང་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་། ༡༥ །

18 Habiendo desarrollado la aspiración por la Iluminación, incrementala constantemente mediante un esfuerzo coordinado.

Y para recordarla en esta vida y también en otras, mantén correctamente los preceptos, tal como se ha explicado.

འཇུག་སེམས་བདག་ཉིད་སྒྲོམ་པ་མ་གཏོགས་པར།
 ཡང་དག་སྒྲོན་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན།
 ཇོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སྒྲོན་པ་འཕེལ་འདོད་པས།
 དི་ཕྱིར་འབད་པས་འདི་ནི་ངེས་པར་གྲུང་། ༡༦ །

19 Sin el voto de la intención implicada, no crecerá la aspiración perfecta. Esfuérzate definitivamente para tomarlo puesto que deseas que crezca el deseo de la Iluminación.

སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་གྱི།
རྟལ་ཏུ་སྡོམ་གཞན་ལྡན་པ་དང་།
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་པ་ཡི།
སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། 20 །

20 Son los que guardan cualquiera de los siete tipos de votos de la liberación individual, quienes tienen el requisito ideal para el voto del bodisatva, y no otros.

སོ་སོར་ཐར་པར་རིགས་བདུན་དང་།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཤའ་པ་ལ།
ཚངས་སྤྱོད་དཔལ་ནི་མཚོག་ཡིན་ཏེ།
དག་སྦྱོང་སྡོམ་པ་དག་ཏུ་བཞིན། 21 །

21 El Tatágata habló de siete clases de votos de liberación individual. El mejor de todos ellos es la conducta pura y gloriosa, que es el voto de una persona completamente ordenada.

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི
རྒྱལ་ཁྲིམས་ལེགས་གསུངས་ཚོ་ག་ཡིས།
ཡང་དག་མཚན་ཉིད་ལྡན་པ་ཡི།
སྤྲུལ་བཟང་ལས་སྤྲོམ་པ་སྤང་། ༢༢ །

22 De acuerdo con el ritual descrito en el capítulo sobre disciplina en “Los Estadios del Bodisatva”, recibe el voto de un maestro espiritual bueno y bien cualificado.

སྤྲོམ་པའི་ཚོ་ག་ལ་མཁས་དང་།
བདག་ཉིད་གང་ཞིག་སྤྲོམ་པ་གནས།
སྤྲོམ་པ་འབོགས་བཟོད་སྦྱིང་རྗེར་ལྡན།
སྤྲུལ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། ༢༣ །

23 Comprende que un buen maestro espiritual es el que es diestro en la ceremonia del voto que vive de acuerdo con el voto y tiene la seguridad y la compasión necesarias para otorgarlo.

དེ་ལ་འབད་པས་འདི་འདྲ་བའི།
གལ་ཏེ་སྐྱེ་མ་མ་རྟེན་ན།
དེ་ལས་གཞན་སྡོམ་ཚོད་པ་ཡི།
ཚོ་ག་ཡང་དག་བཤད་པར་བྱ། ༢༣ །

24 No obstante, en caso de que lo intentes pero no puedas encontrar tal maestro espiritual, explicaré otro procedimiento correcto para tomar el voto.

དེ་ལ་སྡོམ་ཚོ་འཇམ་པའི་དཔལ།
ཨ་སྐར་རྩ་ཇར་གྱུར་པ་ཡིས།
ཇི་ལྟར་བྱང་རྒྱུ་བྱགས་བསྐྱེད་པ།
འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སངས་རྒྱས་ཞིང་།
རྒྱན་གྱི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར།
དེ་བཞིན་འདིར་ནི་རབ་གསལ་གྱི། ༢༤ །

25 Voy a escribir aquí, con gran claridad, tal como se explica en el “Sutra del Ornamento de la Tierra de Buda” de Manyusri, el modo en que Manyusri, mucho tiempo atrás, cuando era Ambaraya, generó la intención de alcanzar la Iluminación.

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོན་སྡུ་ཅུ།
རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་།
འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་མགྲོན་དུ་གཉེར།
དེ་དག་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱལ་ལོ། ༢༦ །

26 En presencia de los protectores,
genero la intención de alcanzar la Iluminación completa.
Acojo a todos los seres como mis invitados
y me comprometo a liberarles de la existencia cíclica.

གཞོན་སེམས་ཁྲོ་བའི་སེམས་ཉིད་དང་།
སེར་སྣ་དང་ནི་ཕྱག་དོག་ཉིད།
དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་རྒྱུ་མཚོགས་
ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བྱུ་ལོ། ༢༧ །

27 A partir de este momento
y hasta que alcance la Iluminación,
no abrigaré pensamientos dañinos,
enfado, codicia o envidia.

ཚངས་པར་སྤྱོད་པ་སྤྱད་བྱ་ཞིང་།
སྤྱིག་དང་འདོད་པ་སྤང་བར་བྱ།
ཚུལ་གྲིམས་སྡོམ་པ་ལ་དགའ་བས།
སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། ༢༥ །

28 Cultivaré la conducta pura,
abandonaré las acciones erróneas y el deseo
y, regocijándome en el voto de la disciplina,
me adiestraré en seguir a los budas.

བདག་ཉིད་སྐྱུར་བའི་ཚུལ་གྲིས་ནི།
བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་མི་སྤོ་ཞིང་།
སེམས་ཅན་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིས་ནི།
ཕྱི་མའི་སྐྱ་མཐར་གནས་པར་བགྱི། ༢༦ །

29 No tengo que estar ansioso de alcanzar
la Iluminación lo más rápidamente posible,
sino que debo quedarme detrás hasta el fin de los tiempos
por el bien de un sólo ser.

ཚད་མེད་བསམ་གྲིས་མི་བྱུང་པའི།
ཞིང་དག་རྣམ་པར་སྤྱང་བར་བྱ།
མིང་ནས་བཟུང་བ་བྱས་པ་དང་།
ཕྱོགས་བཅུ་དག་ཏུ་རྣམ་པར་ཐོས། 30 །

30 Purificaré tierras
ilimitadas e inconcebibles
y permaneceré en las diez direcciones
para todos aquéllos que pronuncien mi nombre.

བདག་གིས་ལུས་དང་ངག་གི་ལས།
ཐམས་ཅད་དུ་ནི་དག་པར་བྱས།
ཡིད་གྱི་ལས་ཀྱང་དག་བྱ་སྟེ།
མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱ་འོ། 31 །

31 Purificaré todas la formas de
mi actividad física y verbal.
También debo purificar mis actividades mentales
y no hacer nada que carezca de virtud.

རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་ནི་རྣམ་དག་རྒྱ།
འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྡོམ་གནས་པ།
རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་པས།
རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གུས་ཆེར་འགྱུར། 32 །

32 Cuando los que observan el voto de la intención activa se han adiestrado bien en las tres formas de disciplina, crece su respeto por estas tres formas de disciplina. Esto origina la pureza de cuerpo, palabra y mente.

དེ་བས་རྣམ་དག་ཇོགས་བྱང་རྒྱལ།
སེམས་དཔའི་སྡོམ་པའི་སྡོམ་དག་ནི།
འབད་པར་བྱས་པས་ཇོགས་བྱང་རྒྱལ།
ཚོགས་ནི་ཡོངས་སུ་ཇོགས་པར་འགྱུར། 33 །

33 Por lo tanto, mediante el esfuerzo en el voto que han tomado los bodisatvas para el logro de la Iluminación pura y completa, se consumarán, sin reservas las acumulaciones para la Iluminación completa.

བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི།
ཚོགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡི།
རྒྱ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དག།
མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཞིན། ༣༥ །

34 Dicen todos los budas que la causa para la culminación de las acumulaciones, cuya naturaleza es mérito y sabiduría sublime, es el desarrollo de la percepción superior.

ཇི་ལྟར་འདབ་གཤེག་མ་རྒྱས་པའི།
བྱ་ནི་མཁའ་ལ་འཕུར་མི་རུས།
དེ་བཞིན་མངོན་ཤེས་སྟོབས་བྲལ་བས།
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་རུས་པ་མིན། ༣༥ །

35 Así como un pájaro que no ha desarrollado sus alas no puede volar en el cielo, los que carecen del poder de la percepción superior no pueden trabajar por el bien de los seres vivos.

མངོན་ཤེས་ལྡན་པས་ཉིན་མཚན་གྱི།
 བསོད་ནམས་དག་ནི་གང་ཡིན་ཏེ།
 མངོན་ཤེས་དག་དང་བུལ་གྱུར་ལ།
 སྐྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ༣༥ །

36 El mérito obtenido en un sólo día
 por quien posee la percepción superior
 no puede producirlo, ni siquiera en cien vidas,
 quien no la posee.

སྐྱུར་དུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཚོགས།
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་གྱུར་པ།
 དེས་ནི་འབད་བྱས་མངོན་ཤེས་དག།
 འགྲུབ་པར་འགྱུར་གྱི་ལེ་ལོས་མིན། ༣༦ །

37 Los que desean efectuar rápidamente
 las acumulaciones para la Iluminación completa,
 desarrollarán la percepción superior
 con esfuerzo y no con pereza.

ཞི་གནས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས།
མངོན་ཤེས་འགྲུང་བར་མི་འགྲུར་བས།
དེ་སྤྱིར་ཞི་གནས་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར།
ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱ། 38 །

38 La percepción superior no ocurrirá sin el logro de la quietud mental, por consiguiente, esfuérezate siempre para lograr la quietud mental.

ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྣམས་ཉམས་པས།
རབ་དུ་འབད་དེ་བསྐྱོམས་བྱས་ཀྱང་།
ལོ་ནི་སྟོང་ཕྱག་དག་གིས་ཀྱང་།
ཉིང་འཇོན་འགྲུབ་པར་མི་འགྲུར་རོ། 39 །

39 Mientras que las condiciones para la calma mental sean incompletas, no se alcanzará la estabilización meditativa, aunque uno medite, vigorosamente, durante miles de años.

དེ་ཕྱིར་ཉིང་འཇིན་ཚོགས་ལེན་ལས།
གསུངས་པའི་ཡན་ལག་ལ་ལེགས་གནས།
དམུགས་པ་གང་རུང་གཅིག་ལ་ཡང་།
ཡིད་ནི་དགོ་ལ་གཞག་པར་བྱ། ༤༠ །

40 Así pues, mantener bien las condiciones mencionadas en el capítulo sobre la “Colección para la Estabilización Meditativa” emplaza la mente en cualquier objeto de concentración virtuoso.

རྣལ་འབྱོར་ཞི་གནས་གྲུབ་གྱུར་ན།
མངོན་ཤེས་དག་ཀྱང་འགྲུབ་པར་འགྱུར།
ཤེས་རབ་པ་ལོ་ཕྱིན་སྐྱོར་དང་།
བྲལ་བས་སྐྱིབ་པ་བྱད་མི་འགྱུར། ༤༡ །

41 Cuando el practicante ha alcanzado la calma mental ganará, también, la percepción superior, pero si no practica la perfección de la sabiduría, no pondrá fin a las obstrucciones.

དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ཡི།
 ལྷོ་བ་པ་མ་ལུས་སྤང་བའི་ཕྱིར།
 ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་རྣལ་འབྱོར།
 ཏྲག་ཏུ་ཐབས་བཅས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ལྔ༢ །

42 Así pues, para eliminar todas las obstrucciones a la liberación y a la omnisciencia, el practicante debe cultivar, incesantemente, la perfección de la sabiduría con los medios hábiles.

ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་དང་།
 ཤེས་རབ་བྲལ་བའི་ཐབས་དག་ཀྱང་།
 བཅད་ཕྱིར་འཆིང་བ་ཞེས་གསུངས་པ།
 དེ་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་སྤང་མི་བྱ། ལྔ༣ །

43 La sabiduría sin medios hábiles y también los medios hábiles sin la sabiduría, se describen como una atadura. Por consiguiente, no renuncies a ninguno de ellos.

།ཤེས་རབ་གང་དང་ཐབས་གང་ཞེས།
 ཐེ་ཚོམ་དག་ནི་སྤང་བུའི་ཕྱིར།
 ཐབས་རྣམས་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི།
 ཡང་དག་དབྱེ་བ་གསལ་བར་བྱ། རྩ །

44 Para eliminar la duda respecto a qué es la sabiduría y qué son los medios hábiles, clarificaré la diferencia entre los medios hábiles y la sabiduría.

།ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་སྤངས་པའི།
 ཕྱིན་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ལ་སོགས།
 དག་བའི་ཚོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག།
 རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་སུ་བཤམ། རྩ །

45 A excepción de la perfección de la sabiduría, todas las prácticas virtuosas, tales como la perfección de dar, son descritas por los victoriosos como medios hábiles.

ཐབས་གོམས་དབང་གིས་བདག་ཉིད་གྱིས།
གང་ཞིག་ཤེས་རབ་རྣམ་བསྐྱོམ་པ།
དེས་ནི་བྱང་ཚུབ་སྐྱུར་དུ་ཐོབ།
བདག་མེད་གཅིག་ཕུ་བསྐྱོམས་པས་མིན། ༥༦ །

46 Toda persona que, bajo la influencia de la familiaridad con los medios hábiles, cultiva la sabiduría alcanzará rápidamente la Iluminación, y no si sólo medita en la ausencia de existencia verdadera.

ཕུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས།
སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་གྱུར་པའི།
རང་བཞིན་སྣོད་ཉིད་ཤེས་པ་ནི།
ཤེས་རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་བཤད། ༥༧ །

47 La sabiduría se describe como la comprensión de la vacuidad de existencia inherente mediante el entendimiento de que los agregados, los componentes y las fuentes no son producidos.

ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་ཏེ
 མེད་པའང་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་བཞིན།
 ཉེས་པ་གཉིས་ཀར་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར།
 གཉིས་ཀ་དག་ཀྱང་འགྱུར་བ་མིན། ལ།

48 Algo existente no puede ser producido, ni tampoco algo inexistente, como una flor del espacio. Ambos errores son absurdos y, por lo tanto, no ocurrirá ninguno de los dos.

དངོས་པོ་རང་ལས་མི་སྐྱེ་ཞིང་།
 གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མིན།
 རྐྱེ་མེད་ལས་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར།
 ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད། ལ།

49 Un fenómeno no es producido por sí mismo. ni lo produce otro, ni ambos, tampoco se produce sin causa, por lo tanto, no existe inherentemente por su propia entidad.

ཡང་ན་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག
 གཅིག་དང་དུ་མས་རྣམ་དཔུང་ན།
 རོ་བོ་ཉིད་ནི་མི་དམིགས་པས།
 རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས། ༥༠ །

50 Además, cuando se examinan todos los fenómenos para saber si son uno o muchos, se comprende que no existen por su propia entidad y, por lo tanto, se afirman como carentes de existencia inherente.

ལྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་འི་རིགས་པ་དང་།
 དབུ་མ་རྩ་བ་སོགས་ལས་ཀྱང་།
 དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི།
 ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་གྲུབ་བཤད་པ། ༥༡ །

51 El razonamiento de “Las Setenta Estrofas sobre la Vacuidad” “El Tratado sobre el Camino Medio” y otros, explican que la naturaleza de todas los fenómenos se establece como la vacuidad.

གང་ཕྱིར་གཞུང་ནི་མང་གུར་བས།
 དེ་ཕྱིར་འདིར་ནི་མ་སྒྲོམ་ལ།
 གྲུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཙམ་ཞིག་ཏུ།
 བསྒྲོམ་པའི་ཕྱིར་ནི་རབ་ཏུ་བཤད། ༥༢ །

52 Son muchos los pasajes importantes,
 por eso no los he citado aquí.
 He explicado tan sólo sus conclusiones
 para el propósito de la meditación.

དེ་བས་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་པའི།
 རང་བཞིན་དག་ནི་མི་དམིགས་པས།
 བདག་མེད་པར་ནི་སྒྲོམ་གང་ཡིན།
 དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པ་ཡིན། ༥༣ །

53 Así pues, todo lo que sea meditación en
 la ausencia de existencia inherente,
 en cuanto que no observa
 una naturaleza inherente en los fenómenos,
 es el cultivo de la sabiduría.

ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀུན།
གང་གི་རང་བཞིན་མ་མཐོང་ཞིང་།
ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་རིགས་བཤའ་པ།
རྣམ་ཏྲོག་མེད་པར་དེ་བསྐྱོམ་བྱ། ༥༣ །

54 Del mismo modo que la sabiduría no ve una naturaleza inherente en los fenómenos, tras analizar la sabiduría misma mediante el razonamiento, medita en ella de un modo no conceptual.

རྣམ་ཏྲོག་ལས་བྱུང་སྲིད་པ་འདི།
རྣམ་པར་ཏྲོག་པའི་བདག་ཉིད་དེ།
དེ་ཕྱིར་མ་ལུས་ཏྲོག་སྤངས་པ།
སྤངན་འདས་པ་མཚོག་ཡིན་ནོ། ༥༤ །

55 La naturaleza de esta existencia mundana, que ha surgido de la conceptualización, es conceptualización. Así pues, la eliminación de la conceptualización es el estado superior del nirvana.

དེ་ལྟར་ནི་བཙམ་ལྡན་འདས་གྱིས།
 རྣམ་རྟོག་མ་རིག་ཆེན་པོ་སྟེ།
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་ལྷུང་བར་བྱེད།
 རྟོག་མེད་ཉིང་འཛིན་ལ་གནས་པ།
 རྣམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟོག་མེད་གསལ། ༥༦ །
 ཞེས་གསུངས་སོ།

56 La gran ignorancia de la conceptualización nos hace caer en el océano de la existencia cíclica. Permaneciendo en la estabilización no conceptual, se manifiesta claramente la no conceptualización que es como el espacio.

རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས་ཀྱང་།
 དམ་ཚཱ་འདི་ལ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ།
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་བསམས་གྱུར་ན།
 རྣམ་རྟོག་བགྲོད་དཀའ་རྣམས་འདས་ཏེ།
 རིམ་གྱིས་མི་རྟོག་ཐོབ་པར་འགྱུར། ༥༧ །
 ཞེས་གསུངས་སོ།

57 Cuando los bodisatvas contemplan de un modo no conceptual esta enseñanza excelente, trascenderán la conceptualización, ¡tan difícil de eliminar! y alcanzarán, finalmente, el estado no conceptual.

ལྷུང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་ནི།
ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མིང་པའི།
རང་བཞིན་མིང་པ་ངེས་བྱས་ནས།
རྣམ་པར་རྟོག་མིང་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ༥༤ །

58 Una vez confirmado, mediante las escrituras y el razonamiento, que los fenómenos nos son producidos ni existen inherentemente, medita sin conceptualización.

དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་བྱས་ན།
རིམ་གྱིས་དྲོད་སོགས་ཐོབ་བྱས་ནས།
རབ་དགའ་ལ་སོགས་ཐོབ་འགྱུར་ཏེ།
སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡུན་མི་རིང་། ༥༥ །

59 Tras meditar de este modo en la vacuidad, después de alcanzar “calor”, etc., se obtiene, finalmente, el “muy gozoso” y los otros y, poco después, el estado iluminado de un buda.

སྐྱབས་མཐུ་ཉིད་ལས་གྲུབ་པ་ཡི།
ཞི་དང་རྒྱས་སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱིས།
བུམ་པ་བཟང་གྲུབ་ལ་སོགས་པ།
གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་སོགས་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་། ༤༠ །

60 Si quieres acumular sin dificultad
las colecciones para la Iluminación
mediante las actividades de pacificación,
de incremento y demás, adquiridas por el poder del mantra,

བདེ་བ་ཡིས་ནི་བྱང་རྒྱབ་ཚོགས།
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་པ་དང་།
བྱ་བ་སྟོད་སོགས་རྒྱད་གསུངས་པའི།
གལ་ཏེ་གསང་སྐྱབས་སྟོད་འདིད་ན། ༤༡ །

61 Y también por la fuerza de los ocho
grandes logros y de otros, como el “buen recipiente”,
si quieres practicar el mantra secreto,
tal como se explica en los tantras de la acción
y de la ejecución.

དེ་ཚེ་སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་ཕྱིར།
 བསྐྱེན་བཀུར་རིན་ཆེན་སོགས་སྐྱིན་དང་།
 བཀའ་སྐྱབ་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
 ལྷ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱས། ། ༦༢ །

62 Para recibir, después, la iniciación del preceptor, debes complacer a un maestro espiritual excelente mediante el servicio, obsequios preciosos, etc., así como mediante la obediencia.

ལྷ་མ་མཉེས་པར་བྱུར་པ་ཡིས།
 ཡོངས་རྫོགས་སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་བས།
 ལྷིག་ཀུན་རྣམ་དག་བདག་ཉིད་ནི།
 དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་པའི་སྐལ་ལྷན་འགྱུར། ། ༦༣ །

63 Al recibir la iniciación completa del preceptor que te otorga un maestro complacido te purificas de toda acción errónea y te conviertes en un recipiente adecuado para los logros poderosos.

དང་པོ་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་ཆེན་ལས།
 རབ་ཏུ་འབད་པས་བཀའ་པའི་ཕྱིར།
 གསང་བ་ཤེས་རབ་དབང་བསྐྱར་ནི།
 ཚངས་པར་སྤྱོད་པས་སྤང་མི་བྱ། ། ༦༤ །

64 Porque el Gran Tantra del Buda Primordial lo prohíbe enfáticamente, los que observan la conducta pura no deben tomar las iniciaciones secreta y de sabiduría.

གལ་ཏེ་དབང་བསྐྱར་དེ་འཇོག་ན།
 ཚངས་སྤྱོད་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་པས།
 དཀའ་པ་སྤྱད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།
 དཀའ་ཐུབ་སྒྲོམ་པ་དེ་ཉམས་ཏེ། ། ༦༥ །

65 Si los que observan la práctica austera de la conducta pura recibieran tales iniciaciones, su voto de austeridad se vería dañado por hacer lo que está prohibido.

བརྒྱལ་ལྷགས་ཅན་དེ་ཕམ་པ་ཡི།
ལྷུང་བ་དག་ནི་འགྱུར་འགྱུར་ཞིང་།
དེ་ནི་ངན་སོང་ངེས་ལྷུང་བས།
གྲུབ་པ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༤༤ །

66 Esto crea transgresiones que son una derrota para los que observan la disciplina. Puesto que caerán, inevitablemente, en un renacimiento desfavorable, nunca obtendrán logros.

མུད་ཀུན་ཉན་དང་འཆད་པ་དང་།
སྒྲིན་སྒྲིག་མཚོད་སྒྲིན་སོགས་བྱེད་པ།
སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་རྙེད་འགྱུར་ཞིང་།
དེ་ཉིད་རིག་ལ་ཉེས་པ་མེད། ༤༥ །

67 No hay falla si alguien que ha recibido la iniciación del preceptor y tiene conocimiento de la vacuidad escucha o explica los tantras y realiza rituales de ofrendas quemadas, o hace ofrecimientos u obsequios, etc.

གནས་བརྟན་མར་མེ་མཛད་དཔལ་གྱིས།
 མདོ་སོགས་ཚོས་ལས་བཤད་མཐོང་བ།
 བྱང་རྒྱལ་འོད་གྱིས་གསོལ་བཏབ་ནས།
 བྱང་རྒྱལ་ལམ་བཤད་མདོར་བསྟུས་བྱས། ། ༦༨ །

68 Yo, el anciano Dipamkarashi, tras haberlo visto expuesto en el sutra y en otras enseñanzas, he realizado esta explicación concisa a petición de Yangchup Wo.

བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་གྱིས་
 མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་
 ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྤོང་དག་བའི་སྒོ་གྲོས་གྱིས་བསྟུར་ཅིང་ལྷས་ཏི་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ།
 ། ཚོས་འདི་ཞང་ཞུང་ཐོ་ལིང་གཙུག་ལག་གང་དུ་མཛད་པའོ། ། ། ། རྟུན། །

Esto concluye “Una Luz en el Camino”, por el gran maestro Dipamkarashrijñana. Fue traducida, revisada y concluida por el eminente abad indio en persona y por el gran revisor, traductor y monje completamente ordenado Guewe Lodro. Esta enseñanza fue escrita en el Templo de Tholing en Zhang Zhung.

Fundación para la Preservación de la Tradición Mahayana



La Fundación para la Preservación de la Tradición Mahayana (FPMT en inglés) es una organización dinámica de ámbito mundial dedicada a la educación y el servicio público. Creada por Lama Thubten Yeshe y Lama Zopa Rimpoché, la FPMT entra en contacto con la vida de seres de todo el mundo. A principios de los 70, unos jóvenes occidentales, inspirados por la profundidad del método budista y su posibilidad de ser llevado a la práctica, conocieron a ambos lamas en Nepal, y así nació esta organización. Ahora, con más de 150 centros, proyectos, servicios sociales y editoriales en treinta y tres países, seguimos llevando ese mensaje iluminado de compasión, sabiduría y paz por doquier.

Le animamos a que se una a nosotros en el esfuerzo por desarrollar la compasión en todo el mundo. Visite la página web (www.fpmt.org), donde podrá encontrar su centro más cercano, un programa de estudios adaptado a sus necesidades, textos para la práctica, materiales de meditación, arte sagrado, y enseñanzas en línea. Ofrecemos una serie de beneficios para los socios, como la revista Mandala y descuentos en la tienda de la Fundación en línea (Foundation Store). También podrá conocer algunos de los vastos proyectos que Lama Zopa Rimpoché ha desarrollado a fin de preservar la tradición mahayana y ayudar a acabar con el sufrimiento en el mundo. Por último, no dude nunca en entrar en contacto con nosotros si podemos serle de utilidad.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition
1632 SE 11th Avenue
Portland OR 97214 USA
(503) 808-1588

www.fpmt.org

Servicio de Educación de la FPMT



El Servicio de Educación de la Oficina Internacional de la FPMT ofrece una amplia gama de programas de estudio budistas, libros de oraciones y materiales para la práctica del linaje Guelug. Nuestro programa de estudios cubre las necesidades de los estudiantes, con cursos para principiantes (introducción al budismo) y para los más avezados en la materia (estudio de los textos filosóficos tibetanos más elevados).

A medida que el Dharma va arraigando en Occidente, se realizan traducciones claras de los textos, oraciones y enseñanzas budistas, y se ponen a su disposición, por medio de nuestros programas de estudios y publicaciones. Trabajamos con traductores de diversas partes del mundo para editar textos en inglés, español, chino, francés, alemán y muchos otros idiomas.

Publicamos libros de oraciones, sadhanas, materiales para retiro y textos de prácticas budistas en colaboración con el Lama Yeshe Wisdom Archive (Archivo de la sabiduría de Lama Yeshe), muchos de ellos contienen comentarios de Lama Thubten Yeshe y Lama Zopa Rimpoché. También ofrecemos DVD y CD de oraciones y enseñanzas que inspiran e informan. En función de sus intereses, el Servicio de Educación de la FPMT le puede proporcionar los materiales que necesite para llevar a la práctica el camino budista.

Education Services
FPMT International Office
1632 SE 11th Avenue
Portland OR 97214
(503) 808-1588
education@fpmt.org

www.fpmt.org