

CLÁSICOS INDIA.

# Atisha: Canción para la Práctica.

---

Carya-giti.

Trad. UPASAKA LOSANG GYATSO.





## Atisha: Canción para la Práctica.

---

*En sánscrito: Carya-giti.*

¡Homenaje al Noble Mañjushri, el siempre lleno de juventud<sup>1</sup>!

¡Homenaje al glorioso Asiento de Diamante<sup>2</sup>!

1. Esta existencia es lo mismo que un reflejo en un espejo;  
Si es examinada su esencia, no puede encontrarse una naturaleza inherente.  
No comprendiendo la similitud a un espejo de la esencia,  
¡Oh, mente oscurecida, que puedas no ser engañada por la ignorancia!
2. Uno y todos los demás seres son vistos claramente, del mismo modo

---

<sup>1</sup> *Kumarabhuta.*

<sup>2</sup> *Vajrasana.* Un epíteto del Buda, en referencia al asiento donde logro la Insuperable, Completa y Perfecta Iluminación, en Bodhgaya.

En que los reflejos son vistos en una gran joya, en un día con el cielo claro.  
Como un niño que engañado toma a su propio reflejo como real,  
¿Por qué tienes la ilusión con respecto a la diferencia entre yo y los otros?

3. Aquellos que siempre están conceptualizando los reflejos  
Son como el animal que lucha contra su propia sombra.  
El yogui que conoce la Talidad, no se queda allí<sup>3</sup>,  
Él medita continuamente en el círculo del mandala.
4. El Gran Gozo<sup>4</sup>, precioso y noble,  
Ya está incluido en ese mandala.  
¿Cómo piensas que lo que tu imaginas  
Y creas en tu mente, es por naturaleza como eso<sup>5</sup>?
5. ¿Cómo puede uno lograr la Insuperable Iluminación  
Mientras que la naturaleza de todo eso<sup>6</sup> no sea realizada?  
La completa negación de todas las acciones de conceptualización imaginadas<sup>7</sup>,  
Es de la naturaleza del Gran Gozo.
6. Mantén tu mente indiferente ante los Ocho Intereses Mundanos<sup>8</sup>,  
Se firme en tu absorción en el objeto de meditación.  
Así siempre permanecerás puro y completamente libre  
De todas las acciones<sup>9</sup> innecesarias.
7. Todo lo que es creado como producto de las diversas imaginaciones  
Está carente de una naturaleza pura y buena.  
Solo esa Talidad, la cual está absolutamente libre  
De la acción e imaginación, es pura.
8. La absorción en la meditación más elevada sobre la verdad, quemará,  
Igual que las llamas del gran fuego, toda la suciedad de las aflicciones.  
Cuando el mundo es conocido completamente<sup>10</sup>,  
El mundo entero se convierte en vacío como el espacio.

---

<sup>3</sup> En el estado de tomar los reflejos como reales.

<sup>4</sup> *Mahasukha*.

<sup>5</sup> La Talidad.

<sup>6</sup> La Talidad.

<sup>7</sup> *Vikalpa-karma*.

<sup>8</sup> Los Ocho Intereses Mundanos son: 1) ganancia, 2) pérdida, 3) fama, 4) irrelevancia, 5) crítica, 6) alabanza, 7) felicidad, 8) sufrimiento.

<sup>9</sup> Físicas y mentales.

<sup>10</sup> Tal como es, en su Talidad.

9. No mantengas ilusiones con respecto a la naturaleza del mundo, la cual es como el espacio vacío.  
No permanezcas ciego bajo la oscuridad de las imaginaciones.  
El mundo sigue siendo lo mismo antes y después.  
El pasado, el presente, y el futuro no son diferentes.
10. Lo mismo que alguien con una enfermedad en la vista ve pelos en el aire,  
La persona afligida con la enfermedad de la conceptualización, ve el mundo distorsionado.  
Por lo tanto medita y examina las numerosas conceptualizaciones,  
Las cuales son por naturaleza calmas y vacías como el espacio.
11. Guarda el gran tesoro de tu moralidad de forma que no sea robado  
Por los ladrones de las diez acciones no virtuosas.  
¡Oh, mente! No hagas que la larga noche de la existencia no tenga fin  
Permaneciendo bajo el sueño de la ilusión. ¡Permanece alerta!
12. No puede haber día sin que haya Sol.  
Similarmente, ¿Cómo puede haber absorción meditativa sin el tesoro de moralidad?  
El ladrón ha entrado en la habitación en que duermes.  
¡Oh! Tu gran tesoro de moralidad está corriendo el riesgo de ser robado.
13. No permitas que tu mente desee realizar acciones no virtuosas ni siquiera durante un instante.  
Mantén una estrecha vigilancia de tu mente hasta que salga el Sol de la Talidad.  
Hasta que salga este Sol, permanece firmemente apegado a los principios del deber,  
Tal como uno permanece apegado a una joya preciosa.
14. Tú y todos los seres sintientes sois idénticos.  
No permitas que el mal interno diferencie entre yo y los otros.  
Este mal interno es la conceptualización.  
Domínalo como a una serpiente venenosa, hechízala con amrita<sup>11</sup>.
15. El mal interno es como una serpiente venenosa de varias cabezas.  
La correcta comprensión de todos los seres sintientes  
Es el gran néctar.<sup>12</sup>  
Esto trae la tranquilidad a la mente del gran yogui.

---

<sup>11</sup> Néctar.

<sup>12</sup> La comprensión de la Talidad de todos los seres.

16. El Gran Gozo del Nirvana ha de ser conocido como lo mejor,  
Y viene del beber continuamente de este gran néctar.  
El ir desnudo y la realización de sacrificios no lo convierten a uno en brahmán;  
Ni tampoco por llevar el pelo enmarañado, o por nacimiento.
17. *“Aquel que tiene un comportamiento puro de cuerpo, habla y mente es un brahmán”*.  
Esto fue dicho por el Buda.  
Un verdadero brahmán tiene que abstenerse de las diez acciones no virtuosas,  
Y tiene que fortalecer las diez virtudes<sup>13</sup>.
18. Aunque uno haya nacido en un entorno humilde<sup>14</sup>,  
A través de toda su vida uno debería de evitar todas las acciones inmorales,  
Debería de conquistar el enfado por medio de la paciencia,  
Y debería de renunciar al deseo hacia los placeres de los sentidos.
19. Báñate siempre en el océano de las acciones virtuosas,  
Evita el mal de la lujuria, el miedo, y el engaño<sup>15</sup>.  
Es debido a la estupidez por lo que no entiendes la futilidad  
De montar una y otra vez sobre un esqueleto que gotea suciedad.
20. Evita el deseo y la ignorancia, pues son los senderos al sufrimiento.  
¡Oh mente mía! Limpia tu propia suciedad.  
Toma refugio en el noble gurú, que es como una fuente.  
Lava allí la ropa manchada por la suciedad de la Gran Ilusión.
21. Las instrucciones del noble gurú son como el agua clara.  
¡Acéptalas y aprende a lavarte!  
¡Oh mente mía! Comprende y ve bien.  
Limpia la gran suciedad del engaño.
22. Quien no escucha las enseñanzas expuestas por el Sabio de los Sakyas<sup>16</sup>,  
Es como aquel que se adentra en un incendio forestal o en una inundación.  
Con toda certeza, tendrás que ir al otro mundo en el futuro,

---

<sup>13</sup> Las diez virtudes o acciones virtuosas son: 1) no matar, 2) no coger lo que no ha sido dado, 3) no tener relaciones sexuales inadecuadas, 4) no mentir, 5) no insultar o injuriar, 6) abstenerse de la charlatanería, 7) no calumniar, causando división, 8) no tener pensamientos de avaricia, 9) no tener pensamientos maliciosos, 10) no mantener visiones erróneas.

<sup>14</sup> Literalmente “en una casta baja”.

<sup>15</sup> *Moha*, el engaño, ignorancia, o ilusión.

<sup>16</sup> Sakyamuni, el Buda, que pertenecía al clan de los Sakya.

Por tanto, escucha las palabras del Buda.

23. Nunca seas alguien que obre contra el Dharma tras haber oído Sus enseñanzas,  
Porque no habrá nadie que pueda rescatarte del Infierno de Avici<sup>17</sup>.  
Aquel que tras escuchar el Dharma, medita en su significado,  
Con facilidad alcanzará los renacimientos elevados, y conseguirá la liberación.
24. El Dharma es la lámpara que guía a través de la oscuridad de la ignorancia,  
Y es el barco en el que uno cruza el océano de la existencia.

*Aquí termina la Canción para la Práctica, compuesta por el Gran Maestro Dipankara-Srijñana; fue traducida, revisada, y finalizada por el pandita indio Vajrapani, y por el monje traductor Dharmaprajña (Chökyi Shes rab).*

Trad. al castellano por el ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso.  
Editado a 1-03-2015.

---

<sup>17</sup> El Infierno de Sin Respiro; es el octavo y más terrible de los infiernos calientes.