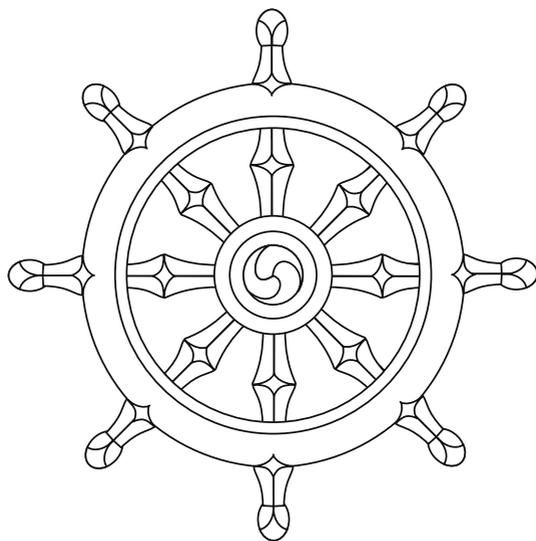


# *Oraciones de lam rim*



Ediciones Mahayana

Título extraído de: Oraciones budistas esenciales, vol. 1  
Publicado originalmente por: Ediciones Mahayana

2ª edición: Febrero de 2013

Traducción al español del Servicio de Traducción. Primera edición, enero de 2009; segunda edición, febrero de 2013, totalmente revisada y corregida.

© De la traducción al español: Servicio de Traducción de la FPMT (CPTM), 2009, 2013.

De la edición en español:

© Ediciones Mahayana  
C. Santa Engracia 70, 3º dcha.  
28010, Madrid (España)  
[www.edicionesmahayana.es](http://www.edicionesmahayana.es)

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción de cualquier parte de este libro mediante medios electrónicos o mecánicos, incluido el fotocopiado, la grabación o cualquier sistema o tecnología de grabación y recuperación de información conocido o desarrollado en el futuro, sin permiso previo y por escrito del editor o del propietario del copyright.

# Índice

LLAMANDO AL LAMA EN LA DISTANCIA	5
LLAMANDO AL LAMA EN LA DISTANCIA (ABREVIADA)	14
EL FUNDAMENTO DE TODAS LAS BUENAS CUALIDADES	17
LOS TRES ASPECTOS PRINCIPALES DEL CAMINO	22
PRÁCTICA DE LA DEVOCIÓN AL MAESTRO CON LAS NUEVE ACTITUDES	29
MEDITACIÓN BREVE EN TODOS LOS PUNTOS IMPORTANTES DEL LAM RIM	32



*Su santidad el XIV Dalái Lama*

# Llamando al lama en la distancia

*Un lamento atormentado que atrae rápidamente  
la bendición del lama, los tres kayas inseparables*

༄། །ལྷ་མ་རྒྱུད་འབོད་སྐྱེ་གསུམ་དབྱེར་མེད་སྣ་མའི་བྱིན་རླབས་ལྷུ་ར་འབྲིན་  
གདུང་དབྱུས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་པོ་

LA MA KYEN

*iLama, piensa en mí!*

LA MA KYEN

*iLama, piensa en mí!*

LA MA KYEN

*iLama, piensa en mí!*

SANG GYÄ KÜN GYI YE SHE DE CHEN CHÖ KUR RO CHIG

*La sabiduría del gran gozo de todos los budas, de un sabor con  
el dharmakaya,*

DE NI DRIN CHÄN LA MA KÜN GYI RANG SHIN TAR TUG

*es en sí misma la naturaleza última de todos los bondadosos  
lamas.*

LA MA CHÖ KYI KU LA ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama dharmakaya,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta*

*vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

YE SHE GYU MÄI RANG NANG GYÄL WA YÄN LAG DÜN DÄN

*La propia apariencia ilusoria de la sabiduría, la conquistadora con siete ramas,*

DE ÑI DRIN CHÄN LA MA KÜN GYI TRÜL SHI TAR TUG

*es en sí misma la base última de la emanación de todos los bondadosos lamas.*

LA MA LONG CHÖ DSOG KUR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama sambhogakaya,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

JI ÑE DÜL JÄI KAM SHIN NA TSOG TRÜL PÄI RÖL GAR

*El juego de las distintas emanaciones, adecuadas para las disposiciones de los numerosos seres que deben ser subyugados,*

DE ÑI DRIN CHÄN LA MA LONG CHÖ DSOG KÜI NAM GYUR

*es en sí mismo el campo de acción del sambhogakaya de los bondadosos lamas.*

LA MA TRÜL PÄI KU LA ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama nirmanakaya,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

KU SUM YER ME RÖL PA LA MÄI SUG SU SHAR WA

*El juego de los tres kayas inseparables, que aparece en la forma del lama*

DE ÑI DRIN CHÄN LA MA KÜN GYI NGO WO CHIG ÑI

*es en sí mismo una sola cosa con la esencia de todos los bondadosos lamas.*

KU SUM YER ME LA MAR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama, los tres kayas inseparables,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

YI DAM SHI TRO RAB JAM KÜN KYANG LA MÄI RANG SHIN

*Todos los infinitos yidams, pacíficos y airados, también son la naturaleza del lama,*

DRIN CHÄN LA MA ÑI LÄ YI DAM LOG SU ME PÄ

*y como no existe ningún yidam separado del bondadoso lama,*

YI DAM KÜN DÜ LA MAR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*te ruego de corazón, lama, que abarcas a todos los yidams,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

SANG GYÄ KÜN GYI CHI SUG LA MÄI NAM PAR SHAR WÄ

*Como la forma ordinaria de todos los budas surge en el aspecto del lama,*

DRIN CHÄN LA MA ÑI LÄ SANG GYÄ LOG SU MI MIG

*no se puede observar ningún buda aparte del bondadoso lama.*

SANG GYÄ KÜN DÜ LA MAR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama, que abarcas a todos los budas,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

GYÄL KÜN KYEN TSE NÜ PÄI RANG SUG LA MAR SHAR WÄ

*Como la forma de la sabiduría, la compasión y el poder de todos los conquistadores se manifiesta como el lama,*

PAG CHOG RIG SUM GÖN KYANG DRIN CHÄN LA MA ÑI YIN

*los señores arya supremos de los tres tipos también son el bondadoso lama.*

RIG SUM CHIG DÜ LA MAR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama, que reúnes los tres en uno,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

RIG GYA RIG NGA RIG SUM JI ÑE TRO YANG LA MA

*Los cien, los cinco y los tres tipos, no importa cuántos, son el lama.*

DE KÜN GANG DU DU WÄI KYAB DAG ÑI KYANG LA MA

*El maestro que los abarca todos, en quien todos ellos están incluidos, es también el lama.*

LA MA RIG KÜN DAG POR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama, como maestro de todos los tipos,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

SANG GYÄ CHÖ DANG GE DÜN KÜN GYI JE PO LA MA

*El creador de todos los Budas, Dharma y Sangha es el lama.*

CHIG CHOG KYAB SUM KÜN DÜ DRIN CHÄN LA MA ÑI YIN

*El que combina los tres refugios es el bondadoso lama.*

KYAB KÜN DÜ SHÄL LA MAR ÑING NÄ SÖL WA DEB SO

*Te ruego de corazón, lama, cuya presencia combina todos los refugios,*

DI CHI BAR DO KÜN TU DRÄL ME JE SU SUNG SHIG

*por favor, guíame siempre, sin separarte nunca de mí, en esta vida, en las vidas futuras y en el bardo.*

SANG GYÄ KÜN GYI RANG SUG LA MÄI NAM PAR SHAR NÄ

*Pensar en cómo la forma real de todos los budas surge en el aspecto del lama*

TSE WÄ JE SU DSIN TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y me cuida con misericordia, me recuerda a ti, lama.*

SANG GYÄ KÜN GYI PANG PÄI KÄL CHÄ ÑAM TAG DAG LA  
*Pensar en cómo me muestras el excelente camino sin error a mí,*

MA NOR LAM SANG TÄN TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*un ser desafortunado y desgraciado, abandonado por todos los budas, me recuerda a ti, lama.*

ÑE KA DÖN CHEI TEN SANG KE ÑEN KYI DUG DAM GA  
*Pensar en este cuerpo excelente, muy significativo y difícil de obtener,*

MA NOR ÑING PO LEN DÖ SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y desear tomar su esencia sin equivocación entre ganancia y pérdida, felicidad y sufrimiento, me recuerda a ti, lama.*

LO BUR CHI WÄI JIG CHEN RANG GI TOG TU WÄ NÄ  
*Pensar en la experiencia de no saber qué hacer cuando descienda de repente*

CHI JA TÖL ME NGANG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*sobre mí el gran temor a la muerte, me recuerda a ti, lama.*

TSE DII PÜN TSOG KÜN DANG DA TA LO BUR DRÄL NÄ  
*Pensar en la experiencia de separarme ahora mismo de todas las excelencias de esta vida*

CHIG PUR DRO WÄI NGANG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y continuar solo, me recuerda a ti, lama.*

JIG RUNG ÑÄL WÄI ME NANG RANG LÜ JEN PAR LUNG NÄ  
*Pensar en la experiencia de mi cuerpo desnudo cayendo en los horribles fuegos del infierno*

SÖ LAG ME PÄI NGANG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y no poder soportarlo, me recuerda a ti, lama.*

KÄL CHÄ YI DAG NÄ SU SÄ KOM CHU TIG ME PÄI  
*Pensar en cómo el sufrimiento del hambre y la sed, sin gota de agua,*

DUG NGÄL NGÖN SUM ÑONG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*se experimenta en el desafortunado reino de los pretas, me recuerda a ti, lama.*

LÜN MONG DÜ DROR GYUR NÄ SHIN TU MI DUG KÄL NGÄN  
*Pensar en lo repulsivo y desdichado que es convertirse en un animal necio y estúpido*

DE DRA RANG TOG ÑONG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y en cómo sería experimentar eso por mí mismo, me recuerda a ti, lama.*

ÑAM TAG NGÄN SONG NÄ DER DA TA LUNG LA ÑE WÄ  
*Pensar en un refugio que me proteja de todo eso,*

DI LÄ KYOB PÄI KYAB SHIG SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*cuando estoy a punto de caer en los estados desgraciados de una mala migración, me recuerda a ti, lama.*

KAR NAG LÄ KYI ÑONG WA SHIB CHING TRA WÄI JUG DOG  
*Pensar en cómo se experimentan las acciones blancas y negras*

JI SHIN LAG LEN DEB TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*y en la forma correcta de practicar y evitar, me recuerda a ti, lama.*

TA ME SI PÄI TSÖN KANG DUG NGÄL KÜN GYI JUNG KUNG  
*Pensar en un método para escapar de esta prisión de existencias sin fin,*

DI LÄ TAR PÄI TAB SHIG SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*frente de todo el sufrimiento, me recuerda a ti, lama.*

JIG RUNG SI TSÖI LONG DU KA KYAB ÑAM TAG MA GÄN  
*Pensar en la difícil situación de mis ancianas y desdichadas  
madres, que lo llenan todo como el espacio,*

LUNG SHING NAR WÄI NGANG TSÜL SAM KYIN LA MA DRÄN NO  
*caídas en medio del pavoroso océano del samsara donde son  
atormentadas, me recuerda a ti, lama.*

DE CHIR LAM TSO SUM DANG RIM ÑI SAB MÖI ÑAM ÑONG  
*Por todo ello, lama, te ruego que me bendigas para que genere  
en mi mente*

TSÖL ME GYÜ LA KYE WAR LA MÄ JIN GYI LOB SHIG  
*la experiencia sin esfuerzo de los tres principios del camino y  
los dos estadios profundos.*

SHUG DRAG NGE JUNG SAM PÄ TAR PÄI TSÄN SA SIN CHIR  
*Te ruego que me bendigas para que me esfuerce con concentración  
en la práctica de los tres adiestramientos, con un pensamiento  
intenso de renuncia,*

LAB SUM TSE CHIG DRUB LA TSÖN PAR JIN GYI LOB SHIG  
*para alcanzar el estado seguro de la liberación.*

DRO KÜN RANG ÑI CHIG PÜ DRÖL WÄI LAG SAM KUR GYI  
*Te ruego que me bendigas para que me adiestre en la preciosa  
bodichita suprema, con la actitud especial*

RIN CHEN JANG CHUB SEM CHOG JONG PAR JIN GYI LOB SHIG  
*de responsabilizarme de liberar yo solo a todos los seres errantes.*

LAB CHEN GYÄL SÄ CHÖ PÄI PA TAR DRÖ PÄI ÑING TOB  
*Te ruego que me bendigas para que siga al océano de conquis-  
tadores*

GYÄL WA GYA TSÖI JE SU JUG PAR JIN GYI LOB SHIG

*practicando las grandes olas de acciones de los hijos de los conquistadores con gran determinación hasta el final.*

TONG DANG TEN JUNG NANG TONG CHIG DROG CHIG TU CHAR WÄI

*Te ruego que me bendigas para que comprenda la visión suprema, libre de extremos,*

TA DRÄL TA WÄI YANG TSE TOG PAR JIN GYI LOB SHIG

*en la que la vacuidad y el surgir dependiente, apariencia y vacuidad, se complementan mutuamente.*

SHI YI KYE CHI BAR DO KU SUM LAM DU KYER WÄI

*Te ruego que me bendigas para que genere rápidamente la experiencia de tomar los tres kayas en el camino,*

MIN JE ÑAM ÑONG ÑUR DU KYE WAR JIN GYI LOB SHIG

*al madurar las bases del nacimiento, la muerte y el bardo.*

LUNG SEM U MAR TIM PÄI GA SHI TONG SHII RÖL WA

*Te ruego que me bendigas para que surja como el cuerpo divino ilusorio, el juego de los cuatro gozos y las cuatro vacuidades*

GYU MÄI LA KU ÑI DU CHAR WAR JIN GYI LOB SHIG

*cuando el viento y la mente se absorben en el canal central.*

SUNG DSIN SHÜN PA BÜ PÄI ÑUG MÄI RANG SHÄL JEN PA

*Te ruego que me bendigas para que me encuentre con el lama definitivo, el rostro desnudo de mi mente innata*

NÄ LUG DÖN GYI LA MA JÄL WAR JIN GYI LOB SHIG

*habiendo eliminado tanto la envoltura de la percepción (de la existencia verdadera) como el percibirla (como verdadera).*

DRIB ÑI TRÖ PA SÄ PÄI DE CHEN CHÖ KÜI LONG DU

*Te ruego que me bendigas para que sea uno con tus tres secretos, lama, en el vasto dharmakaya del gran gozo,*

RANG DANG LA MÄI SANG SUM CHIG TU JIN GYI LOB SHIG  
*que ha eliminado las elaboraciones de los dos oscurecimientos.*

DOR NA JANG CHEN BAR DU NING Ü DRÄL ME SHUG NÄ  
*En resumen, te ruego que permanezcas siempre conmigo en el  
centro de mi corazón hasta la gran iluminación,*

PA JE BU YI SIN PAR TSE WÄ JIN GYI LOB SHIG  
*y que me bendigas con misericordia a mí, el hijo, para que pue-  
da seguirte a ti, el padre.*

LA MA KYEN  
*iLama, piensa en mí!*

LA MA KYEN  
*iLama, piensa en mí!*

LA MA KYEN  
*iLama, piensa en mí!*

# Llamando al lama en la distancia

(Versión abreviada)

LA MA KYEN

*¡Lama, piensa en mí!*

LA MA KYEN

*¡Lama, piensa en mí!*

LA MA KYEN

*¡Lama, piensa en mí!*

MA RIG MÜN SEL PÄL DÄN LA MA

*Magnífico y glorioso lama, que disipas la oscuridad de la ignorancia,*

TAR PÄI LAM TÖN PÄL DÄN LA MA

*magnífico y glorioso lama, que revelas el camino de la liberación,*

KOR WÄI CHU DRÖL PÄL DÄN LA MA

*magnífico y glorioso lama, que liberas de las aguas del samsara,*

DUG NGÄL NÄ SEL PÄL DÄN LA MA

*magnífico y glorioso lama, que eliminas las enfermedades de los cinco venenos,*

YI SHIN NOR BU PÄL DÄN LA MA

*magnífico y glorioso lama, que eres la joya que concede los deseos,*

KYE LA SÖL DEB JIN GYI LOB SHIG

*por favor, te ruego que me bendigas.*

MI TAG CHI WA ÑING NÄ DREN PA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para que, en mi corazón, recuerde la transitoriedad y la muerte.*

GÖ ME LO NA GYU LA KYE PA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para que genere en mi mente el pensamiento de no necesidad.*

BEN PAR TSE CHIG DRUB LA NÄ PA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para que permanezca concentrado en la práctica en lugares aislados.*

DRUB LA BAR CHE GANG YANG ME PA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para que no tenga ningún obstáculo en la práctica.*

KYEN NGÄN TAM CHÄ DROG SU CHAR WA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para que todas las condiciones adversas se presenten como un apoyo.*

DAG SHEN DÖN ÑI LÜN GYI DRUB PA

*Magnífico y glorioso lama, te ruego que me bendigas*

PÄL DÄN LA MÄI JIN GYI LOB SHIG

*para realizar sin esfuerzo los dos trabajos, el mío y el de los demás.*

DAN TA ÑUR DU JIN GYI LOB SHIG

*Te ruego que me bendigas rápido, ahora mismo,*

ÑUR WA ÑUR DU JIN GYI LOB SHIG

*te ruego que me bendigas pronto, muy pronto.*

DEN TOG DIR RU JIN GYI LOB SHIG

*Te ruego que me bendigas en este cojín.*

TÜN TOG DIR RU JIN GYI LOB SHIG

*Te ruego que me bendigas en esta sesión.*

---

Después de recitar estos versos, recita las oraciones de súplica que desees a tu propio lama.

---

PÄL DÄN LA MÄI NAM PAR TAR PA LA

*Que no surja la visión errónea ni siquiera por un segundo*

KÄ CHIG TSAM YANG LOG TA MI KYE SHING

*respecto a las acciones del glorioso maestro,*

CHI DSÄ LEG PAR TONG WÄ MÖ GÜ KYI

*que considere puras todas sus acciones*

LA MÄI JIN LAB SEM LA JUG PAR SHOG

*y, por esta devoción, que reciba las bendiciones del maestro en mi corazón.*

---

Ahora recita la siguiente estrofa y medita en que el lama entra en tu corazón.

---

PÄL DÄN TSA WÄI LA MA RIN PO CHE

*Magnífico y precioso maestro raíz,*

DAG GI NING KAR PA MÖI TENG SHUG LA

*te ruego que permanezcas en el asiento de loto y luna en mi corazón.*

KA DRIN CHEN PÖI GO NÄ JE SUNG TE

*Guíame con tu gran bondad*

KU SUNG TUG KYI NGÖ DRUB TSÄL DU SÖL

*y concédeme los logros de tus sagrados cuerpo, palabra y mente.*

# El fundamento de todas las buenas cualidades

ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ།

YÖN TÄN KÜN GYI SHIR GYUR DRIN CHÄN JE

*El fundamento de todas las buenas cualidades es el maestro  
bondadoso, perfecto y puro.*

TSHÜL SHIN TEN PA LAM GYI TSA WA RU

*La correcta devoción hacia él es la raíz del camino.*

LEG PAR TONG NÄ BÄ PA DU MA YI

*Al ver esto claramente y aplicar gran esfuerzo,*

GÜ PA CHEN PÖ TEN PAR JIN GYI LOB

*te ruego que me bendigas para confiar en él con gran respeto.*

LÄN CHIG ÑE PÄI DÄL WÄI TEN SANG DI

*Al comprender que la preciosa libertad de este renacimiento  
sólo se encuentra una vez,*

SHIN TU ÑE KA DÖN CHEN SHE GYUR NÄ

*que es altamente significativa y difícil de encontrar de nuevo,*

ÑIN TSHÄN KÜN TU ÑING PO LEN PÄI LO

*te ruego que me bendigas para que genere la mente que, sin cesar,*

GYÜN CHÄ ME PAR KYE WAR JIN GYI LOB

*día y noche, toma su esencia.*

LÜ SOG YO WA CHU YI CHU BUR SHIN

*Esta vida es tan transitoria como una burbuja de agua;*

ÑUR DU JIG PÄI CHI WA DRÄN PA DANG

*recordando cuán rápidamente decae y llega la muerte,*

SHI WÄI JE SU LÜ DANG DRIB MA SHIN

*y que después de la muerte, como la sombra sigue al cuerpo,*

KAR NAG LÜ DRÄ CHI SHIN DRANG WA LA

*siguen los resultados del karma blanco y negro;*

NGE PA TÄN PO ÑE NÄ ÑE PÄI TSHOG

*al hallar una convicción firme y definitiva en esto,*

TRA SHING TRA WA NAM KYANG PONG BA DANG

*te ruego que me bendigas para que siempre ponga cuidado*

GE TSHOG TA DAG DRUB PAR JE PA LA

*en abandonar incluso la más pequeña de las negatividades*

TAG TU BAG DANG DÄN PAR JIN GYI LOB

*y llevar a cabo todas las acciones virtuosas.*

CHÄ PÄ MI NGOM DUG NGÄL KÜN GYI GO

*Buscar placeres samsáricos es la puerta a todo el sufrimiento:*

YI TÄN MI RUNG SI PÄI PÜN TSHOG KYI

*son inciertos y no se puede confiar en ellos.*

ÑE MIG RIG NÄ TAR PÄI DE WA LA

*Al reconocer estos defectos,*

DÖN ÑER CHEN POR KYE WAR JIN GYI LOB

*te ruego que me bendigas para que genere la fuerte aspiración  
por el gozo de la liberación.*

NAM DAG SAM PA DE YI DRANG PA YI

*Guiado por este pensamiento puro*

DRÄN DANG SHE SHIN BAG YI CHEN PO YI

*surgen la atención, la alerta y una gran cautela.*

TÄN PÄI TSA WA SO SOR TAR PA LA

*La raíz de las enseñanzas es mantener los votos de la liberación*

**individual:**

DRUB PA ÑING POR JE PAR JIN GYI LOB

*te ruego que me bendigas para que lleve a cabo esta práctica esencial.*

RANG ÑI SI TSHOR LUNG WA JI SHIN DU

*Tal como yo he caído en el océano del samsara,*

MAR GYUR DRO WA KÜN KYANG DE DRA WAR

*así han caído todos los seres errantes, mis madres.*

TONG NÄ DRO WA DRÖL WÄI KHUR KHYER WÄI

*Te ruego que me bendigas para que vea esto, para que me adiestre en la suprema bodichita,*

JANG CHUB SEM CHOG JONG PAR JIN GYI LOB

*y para que asuma la responsabilidad de liberar a los seres errantes.*

SEM TSAM KYE KYANG TSHÜL TRIM NAM SUM LA

*Si sólo desarrollo la bodichita, pero no practico los tres tipos de moralidad,*

GOM PA ME NA JANG CHUB MI DRUB PAR

*no alcanzaré la iluminación.*

LEG PAR TONG NÄ GYÄL SÄ DOM PA LA

*Al reconocer todo esto con claridad, te ruego que me bendigas*

TSÖN PA DRAG PÖ LOB PAR JIN GYI LOB

*para que practique los votos de bodisatva con gran energía.*

LOG PÄI YÜL LA YENG WA SHI JE CHING

*Una vez haya apaciguado las distracciones hacia los objetos erróneos*

YANG DAG DÖN LA TSHÜL SHIN CHÖ PA YI

*y haya analizado correctamente el significado de la realidad,*

SHI NÄ LAG TONG ZUNG DU DREL WÄI LAM

*te ruego que me bendigas para que genere en mi mente sin demora*

ÑUR DU GYÜ LA KYE WAR JIN GYI LOB  
*el camino unificado de la calma mental y la visión superior.*

TÜN MONG LAM JANG NÖ DU GYUR PA NA  
*Habiéndome convertido en un recipiente puro al adiestrarme  
en el camino general,*

TEG PA KÜN GYI CHOG GYUR DOR JEI TEG  
*te ruego que me bendigas para que entre  
por la puerta sagrada de los afortunados:*

DE LAG ÑI DU JUG PAR JIN GYI LOB  
*el supremo vehículo vajra.*

DE TSHE NGÖ DRUB NAM ÑI DRUB PÄI SHI  
*En ese momento, la base para conseguir los dos logros  
NAM DAG DAM TSHIG DOM PAR SUNG WA LA  
es mantener puros los votos y el samaya.*

CHÖ MA MIN PÄI NGE PA ÑE GYUR NÄ  
*Al convencerme firmemente de esto, te ruego que me bendigas  
SOG DANG DÖ TE SUNG WAR JIN GYI LOB  
para que proteja estos votos y compromisos como a mi vida.*

DE NÄ GYÜ DEI ÑING PO RIM ÑI KYI  
*Así pues, al haber comprendido la importancia de los dos estadios,  
NÄ NAM JI SHIN TOG NÄ TSÖN PA YI  
la esencia del Vajrayana, y practicar con gran energía,*

TÜN SHII NÄL JOR CHOG LÄ MI YEL WAR  
*sin abandonar el yoga supremo de las cuatro sesiones, te ruego que  
me bendigas*

DAM PÄI SUNG SHIN DRUB PAR JIN GYI LOB  
*para que practique correctamente las palabras del sagrado  
maestro.*

DE TAR LAM SANG TÖN PÄI SHE NEN DANG

*Así mismo, que los maestros que muestran el noble camino*

TSHÜL SHIN DRUB PÄI DROG NAM SHAB TÄN CHING

*y los amigos espirituales que lo practican gocen de una larga vida.*

CHI DANG NANG GI BAR DU CHÖ PÄI TSHOG

*Te ruego que me bendigas para que apacigüe por completo*

ÑE WAR SHI WAR JIN GYI LAB TU SÖL

*todos los obstáculos externos e internos.*

KYE WA KÜN TU YANG DAG LA MA DANG

*Que en todas mis vidas, sin separarme nunca de maestros perfectos,*

DRÄL ME CHÖ KYI PÄL LA LONG CHÖ CHING

*disfrute del magnífico dharma.*

SA DANG LAM GYI YÖN TÄN RAB DSOG NÄ

*Que por completar las cualidades de los estadios y caminos,*

DOR JE CHANG GI GO PANG NÜR TOB SHOG

*alcance rápidamente el estado de Vajradhara.*

# Los tres aspectos principales del camino

ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུ་མ།

Expresión de homenaje

Me postro ante mis maestros perfectos.

La promesa de la composición

- [1] Procuraré explicar lo mejor que pueda el significado esencial de las enseñanzas de los victoriosos, el camino alabado por todos los santos victoriosos y sus hijos, la puerta de los afortunados que aspiran a la liberación.

Persuadir para que se escuche

- [2] Aquellos que no estén apegados a los placeres del [samsara], que tengan interés por aprovechar su libertad y su fortuna, que confíen en el camino que complace a los victoriosos; esos afortunados que escuchen con calma.

El propósito de generar renuncia

- [3] Sin una renuncia completa y definitiva,

no hay forma de apaciguar el interés por los placeres en el océano del samsara.

Además, desear la existencia cíclica ata completamente a los seres encarnados.

Por eso, al principio debes buscar la renuncia.

## Cómo generar renuncia

[4] La libertad y la fortuna son difíciles de encontrar y la vida no dura mucho.  
Familiarizándote con esta idea  
evitarás la atracción hacia las apariencias de esta vida.

Piensa una y otra vez  
en que los efectos de las acciones son inevitables,  
contempla repetidamente los sufrimientos de la existencia cíclica,  
y evitarás así la atracción hacia las apariencias de las vidas futuras.

## La definición de haber generado renuncia

[5] Si, tras haberte adiestrado de este modo,  
no surge, ni por un instante,  
la atracción por las perfecciones de la existencia cíclica  
y permanece día y noche la intención de buscar la liberación,  
entonces, habrás generado el pensamiento de renuncia.

## El propósito de generar la mente del despertar

[6] Aunque hayas desarrollado la renuncia,  
si no va unida a la mente que desea alcanzar el despertar  
no se convierte en la causa del gozo perfecto de la insuperable budeidad.  
Por tanto, los inteligentes generan esta mente suprema.

## Cómo generar la mente del despertar

[7] Arrastradas por la poderosa corriente de los cuatro ríos,  
presas de las fuertes ataduras del karma, tan difíciles de deshacer,  
atrapadas en la red de hierro del aferramiento a una identidad,  
ofuscadas completamente por la espesa oscuridad de la ignorancia,

[8] nacen constantemente en la existencia cíclica,  
y son torturadas sin cesar por los tres sufrimientos.  
Al pensar que todas las madres se hallan en esa condición,  
genera la mente suprema del despertar.

## La definición de haber generado la mente del despertar

[8a]<sup>1</sup> En resumen,  
si, como aquella madre cuyo amado hijo ha caído en una hoguera  
y experimenta cada segundo de su sufrimiento como una eternidad  
insoportable,  
tu reflexión sobre el sufrimiento de todos los seres madres  
te ha hecho imposible soportar su sufrimiento ni siquiera un momento  
más  
y te surge sin esfuerzo el deseo de buscar el despertar por su causa,  
entonces, has desarrollado la suprema y preciosa mente del despertar.

## La razón para meditar en la visión correcta

[9] Sin la sabiduría que conoce la realidad última,  
aunque hayas generado renuncia y la mente del despertar  
no podrás cortar la causa raíz del samsara.  
Por tanto, emprende el método para comprender el surgir dependen-  
diente.

## La visión correcta

[10] Quien ve que la causa y el efecto de todos los fenómenos,  
tanto de la existencia cíclica como del estado que va más allá de  
todo dolor, son infalibles,  
y ha destruido completamente todo objeto al que se apega la mente  
de aferramiento,  
ha entrado así en el camino que complace a los budas.

## La definición de no haber completado el análisis de la visión correcta

[11] Mientras la apariencia del surgir dependiente, que es infalible,  
y la comprensión de la vacuidad  
aparezcan como algo distinto,  
no has comprendido todavía el mensaje de Buda.

## La definición de haber completado el análisis de la visión correcta

[12] Cuando de forma simultánea y sin discriminación,  
el ver la infalibilidad del surgir dependiente  
genera la certeza que destruye completamente el modo de percibir  
los objetos (inherentes),  
en ese momento, habrás completado el análisis de la visión.

## La cualidad particular y especial de la visión Prasangika

[13] Más aún, la apariencia elimina el extremo de la existencia  
y la vacuidad elimina el extremo de la inexistencia.  
Si comprendes cómo la vacuidad se manifiesta en la forma de  
causa y efecto,

entonces no estarás cautivado por las nociones erróneas que se aferran a visiones extremas.

Tras haber obtenido la certeza definitiva,  
consejo sobre cómo seguir la práctica

[14] De esta forma comprenderás exactamente  
los puntos vitales de los tres aspectos principales del camino.  
Practica en soledad, genera el poder del esfuerzo,  
y llegarás con rapidez a tu meta final, hijo mío.





*Vajradhara*

# *Práctica de la devoción al maestro con las nueve actitudes*

Te suplico, bondadoso maestro raíz, a ti que eres más extraordinario que todos los budas: por favor, bendíceme para que me dedique con devoción y un gran respeto al maestro cualificado en todas mis vidas futuras.

Al comprender que la devoción correcta al bondadoso maestro, que es el fundamento de todas las buenas cualidades, es la raíz de toda felicidad y bondad, me dedicaré a él con gran respeto, sin abandonarle ni aun a costa de mi vida.

Al pensar en la importancia del maestro cualificado, que me permita entrar bajo su control. Que yo sea como un hijo obediente, que actúa exactamente de acuerdo con el consejo del maestro.

Aunque los maras, los malos amigos y similares intenten separarme del maestro, que sea como un vajra, por siempre inseparable.

Cuando el maestro me dé trabajo, cualquiera que sea la carga, que sea como la tierra, que lo soporta todo.

Cuando me entregue al maestro, sea cual sea el sufrimiento que acontezca [*dificultades o problemas*], que sea como una montaña, inamovible. [*La mente no debería perturbarse ni desanimarse.*]

Aunque tenga que realizar todas las tareas desagradables, que sea como el sirviente del rey, con una mente imperturbable.

Que abandone el orgullo; al considerarme inferior al maestro, que sea como un barrendero.

Que sea como una cuerda, que sujeta alegremente el trabajo del maestro, no importa lo difícil o pesada que sea la carga.

Aunque el maestro me critique, provoque o ignore, que sea como un perro sin enfado; que nunca responda con enojo.

Que sea como una barca, nunca molesto de ir o venir en cualquier momento por el maestro.

Glorioso y precioso maestro raíz, te ruego que me bendigas para que practique de este modo.

De ahora en adelante, en todas mis vidas futuras, que me entregue al maestro de este modo.

---

Por recitar estas palabras en voz alta y reflexionar sobre su significado en tu mente, tendrás la buena fortuna de poder entregarte correctamente al precioso maestro, en todas tus vidas futuras. Si ofreces servicio y respeto y haces ofrecimientos al precioso maestro con estas nueve actitudes, aunque no practiques intencionadamente, desarrollarás muchas cualidades positivas, acumularás mérito extenso y alcanzarás rápidamente la completa budeidad.

## Nota

Las palabras entre corchetes no deben leerse en voz alta. Se han añadido para aclarar el texto y deben tenerse en la mente pero no recitarse.



# *Meditación breve en todos los puntos importantes del lam rim*

Naturaleza que encarna a todos los Budas,  
fuente de toda transmisión y comprensión puras del Dharma,  
principales entre toda la Sangha arya:  
me refugio en todos los maestros puros y magníficos.

Os ruego que bendigáis mi mente para que se convierta en dharma,  
para que ese dharma se convierta en el camino,  
y para que ese camino esté libre de todo obstáculo.

Hasta que alcance la budeidad, que yo,  
como los bodisatvas Shönnu Norsang y Taktungu,  
practique la devoción pura a mi lama con pensamiento y acción,  
vea todas sus acciones como excelentes  
y lleve a cabo todo lo que me aconseje.  
Os ruego que me bendigáis con el potencial para llevar esto a cabo.  
*[Esto es confiar en el amigo espiritual.]*

Sabiendo que este perfecto renacimiento humano altamente significativa-  
tivo  
es difícil de obtener y se pierde fácilmente,  
al comprender la profundidad de la relación de causa y efecto  
y los sufrimientos insoportables de los reinos inferiores,

desde lo más hondo del corazón me refugio en las Tres Joyas,  
abandono toda negatividad y practico la virtud de acuerdo con el  
dharma.

Os ruego que me bendigáis con el potencial para llevar esto a cabo.  
*[Este es el camino del ser de capacidad inferior.]*

Dependiendo de lo anterior, puedo obtener  
sólo los renacimientos superiores de humanos y dioses.  
Por no haber abandonado las aflicciones,  
tengo que experimentar la existencia cíclica ininterrumpida e ilimitada.

Al contemplar bien cómo funciona la existencia cíclica,  
que practique día y noche el camino principal  
de los tres preciosos adiestramientos superiores,  
el medio para alcanzar la liberación.

Os ruego que me bendigáis con el potencial para adiestrarme siempre  
así.

*[Este es el camino de los seres de capacidad media.]*

Dependiendo de lo anterior, puedo obtener sólo la liberación indivi-  
dual.

Pero no hay ningún ser en los seis reinos  
que no haya sido mi madre o mi padre.

Me alejaré de esta felicidad inferior  
y generaré la aspiración de satisfacer sus objetivos últimos.  
Al contemplar el camino de igualarse e intercambiarse por los demás,  
generaré la preciosa bodichita  
y me involucraré en las acciones de las seis perfecciones de los bodi-  
satvas.

Os ruego que me bendigáis con el potencial para adiestrarme de este  
modo.

*[Este es el camino común del ser de capacidad superior.]*

Habiéndome adiestrado así en el camino común,  
no sentiré aversión a experimentar  
los sufrimientos de la existencia cíclica durante mucho tiempo;  
por la fuerza de una compasión extraordinaria e insoportable hacia los  
seres,  
que entre en el camino rápido del Vajrayana.

Al observar puramente mis votos y compromisos aun a costa de mi  
vida,  
que alcance rápidamente el estado unificado de Vajradhara  
en una vida breve de esta era degenerada.  
Os ruego que me bendigáis con el potencial para llevar esto a cabo.  
*[Este es el vehículo vajra del mantra secreto del ser de capacidad suprema.]*



Trichen Losang Jinpa

