

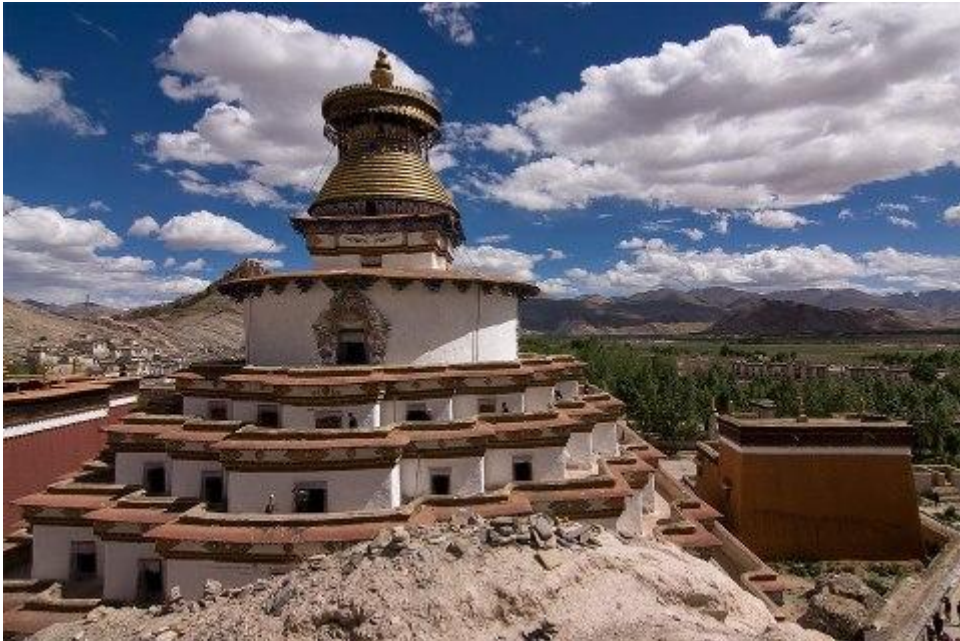
CLASICOS TIBET.

# Yongzin Yeshe Gyaltzen: Un Vaso de Excelente Ambrosía.

---

El Corazón de las Instrucciones del Libro de  
Kadam.

Trad. UPASAKA LOSANG GYATSO.



## **Este es el Corazón de las Instrucciones del Libro de Kadam, titulado “Un Vaso de Excelente Ambrosía”, compuesto por Yongzin Yeshe Gyaltsen (1713-93)**

### **I. SUPLICANDO AL LINAJE DE MAESTROS, Y CONFIANDO ADECUADAMENTE EN EL MAESTRO ESPIRITUAL.**

#### ***Namo gurú Muni Indraya.***

1. En medio de la miríada de los cuerpos celestiales de los Salvadores  
El cuerpo de Tu excelente coraje permanece como el más completo;  
Esta belleza es realizada además por los diversos comportamientos compasivos.  
Yo me postro ante ti, ¡Oh Maestro sin par, tú que pareces la Luna radiante!
2. Aunque he estado siguiendo tras las huellas de este Maestro Supremo,  
Al tener los ojos de la inteligencia cerrados, yo no vi Tu cuerpo de marcas nobles;  
Con las piernas de la ética moral dañadas, yo he fracasado en el discurrir por el Sendero;  
Te ruego que me sostengas, a alguien que está desesperado, con tu gran compasión.
3. El Soberano del Dharma Maitreya, el Regente del Buda;  
Asanga y su hermano<sup>1</sup>, los dos “Senas”<sup>2</sup>, y los demás,  
¡Oh asamblea de los maestros del linaje de las prácticas vastas!,  
Os ruego que bendigáis mi continuo mental.
4. Mañjushri, quien encarna la sabiduría de todos los Budas,  
El Noble Nagarjuna, Chandrakirti, y los demás,  
¡Oh asamblea de los maestros del linaje de la visión profunda!,  
Os ruego que me otorguéis el excelente sendero del Camino del Medio<sup>3</sup>.
5. El Señor Vajradhara quien todo lo interpenetra, y Vajrapani,  
Saraha, Tilopa, Naropa y los demás,  
¡Oh asamblea de maestros del linaje de la inspiración!,  
Os ruego que bendigáis mi continuo mental.

---

<sup>1</sup> Vasubandhu.

<sup>2</sup> Vimuktisena y Bhadanta Vimuktisena.

<sup>3</sup> Madhyamaka.

6. En presencia del Buda Ratnagarbha,  
Tras haber activado la mente suprema<sup>4</sup> que es el brote de la Budeidad,  
Tú has viajado más allá de los hechos de los Bodhisattvas;  
Yo te suplico, ¡Oh, Inmaculado Conquistador!
  
7. Habiendo extraído la esencia destilada del océano de escrituras del Mahayana,  
Esta ambrosía del Vehículo Supremo, diste satisfacción a todos aquellos  
Que en India y Tibet tuvieron la fortuna de practicar el Vehículo Supremo<sup>5</sup>;  
Me postro ante ti<sup>6</sup>, el iniciador del camino de carro del Vehículo Supremo.
  
8. Para diseminar el Dharma del Buda, tu realizaste hechos semejantes  
A los de un segundo Buda a través de India y Tibet.  
Tú no tuviste rival a la hora de sostener el Dharma del Buda;  
Yo me postro ante ti, que eres una luz para el Dharma del Buda.
  
9. En especial, a los desesperados seres del norte<sup>7</sup>, tu les volviste a dar la vida  
Con el néctar de la preciosa mente de la Iluminación.  
Tú eres un gran Bodhisattva, quien ha sido predicho en profecías;  
Yo me postro a tus pies, ¡Oh, Dipamkara!
  
10. Debido a su compasión, ninguno de los Budas y sus Hijos<sup>8</sup> en las miríadas de  
mundos,  
Es capaz de soportar el sufrimiento de los seres tremendamente ignorantes  
De este país, el cual está rodeado por montañas completamente blancas.  
Me postro ante ti, que emanaste en esta tierra como un cristal de juventud.
  
11. Ni siquiera el Maestro Incomparable, el más compasivo,  
Pudo domar a los seres de este país del norte.  
¡Oh, Señor Compasivo!, tú que cuidas especialmente de ellos,  
Te suplico a ti, el más santo Detentador del Loto Blanco.
  
12. Todos los factores beneficiosos y toda la felicidad de los seres que llenan el  
espacio,  
Todo eso, definitivamente depende de tu fuerza.  
Considerado como la única fuente del Océano de Conquistadores,  
Me postro ante ti<sup>9</sup>, quien eres alabado por todos los Budas.

---

<sup>4</sup> La *bodhicitta*.

<sup>5</sup> *Mahayana*.

<sup>6</sup> Atisha.

<sup>7</sup> Tibet.

<sup>8</sup> Los Bodhisattvas, que han nacido en la familia de los Budas.

<sup>9</sup> Dromtönpa.

13. A través de inconcebibles manifestaciones de medios hábiles,  
Tú trajiste al Glorioso Señor Dipamkara,  
Y disipó la oscuridad de la tierra de Tibet.  
Yo te suplico, ¡Oh, maestro espiritual Dromtönpa!
14. Sosteniendo el linaje profundo y secreto de las instrucciones susurradas al oído,  
De las vidas ejemplares de Dipamkara y de Gyalwa Jungné,  
Tú has realizado el poder del océano de olas de aspiraciones;  
Yo suplico a tus pies, ¡Oh, Lekpa Sherab!
15. En el jardín de disciplina pura de la verdadera renunciación,  
Desde los mil pétalos de la preciosa mente de la Iluminación,  
Tú satisfaces a quienes se entrenan con la ambrosía de la práctica vasta;  
Te suplico a ti, ¡Oh, Potowa Rinchen Sal!
16. Tu enarbolas la Suprema Joya que Otorga los Deseos de las enseñanzas  
susurradas al oído de Kadam,  
Levantando los excelentes estandartes de la victoria de las prácticas  
meditativas,  
Y realizando espontáneamente los dos propósitos, el de uno y el de los otros.  
Yo suplico a tus pies, ¡Oh, Shönu Gyaltzen!
17. A través de la maduración del poder de la familiarización durante muchos ciclos  
de vidas,  
Y desde la infancia, fuiste bendecido por las deidades objeto de meditación.  
Así, tú te convertiste en un tesoro de instrucciones refinadas;  
Te suplico a ti, ¡Oh, Chenga Tsultrim Bar!
18. Vuestra luz de conocimiento ilumina sobre todas las escrituras;  
Vosotros elimináis el egocentrismo con el rayo de la igualdad y el cambiarse por  
los demás;  
Vosotros os entrenáis en querer a los demás más que a uno mismo;  
Yo os suplico, Maestros Kadam tales como Chekawa.
19. Tu fama como el más valiente entre todos los Budas Compasivos es  
renombrada en las miríadas de mundos de las diez direcciones;  
Aunque has perfeccionado todos los campos del conocimiento, tu das incluso  
tu cuerpo y vida, sin sensación de posesión, en la búsqueda del conocimiento;

Aunque has alcanzado el Nivel de un Conquistador<sup>10</sup>, como un Bodhisattva siempre joven, Tu<sup>11</sup> muestras el Camino Excelente y Sin Error, a los seres de la edad degenerada.

Yo me postro de corazón ante el Compasivo Mañjushri<sup>12</sup>, quien es afamado como el segundo Buda a la hora de diseminar las enseñanzas del Buda.

20. Tu traes todas las palabras sagradas, junto con los tratados que las comentan,  
Juntadas como los niveles de práctica de una persona  
Dotada de buena fortuna, e impartes las instrucciones contenidas en ellos.  
Te lo suplico, maestro supremamente bondadoso, te ruego que bendigas mi mente.
21. Todas las excelencias de la existencia cíclica y su pacificación  
Están dependiendo definitivamente de vuestros poderes;  
¡Oh, maestros espirituales, quienes mostráis el sendero excelente y sin error;  
Benedicidme para que yo sea capaz de confiar en vosotros correctamente!
22. Si incluso respecto a alguien que nos guía durante un día a un lugar peligroso,  
Es necesario examinar si es digno de confianza,  
Entonces, ¿Cómo puede ser aceptable cualquiera como  
Guía nuestro, en el Sendero hacia la Iluminación?
23. Viendo a un maestro espiritual semejante-dotado con todas las cualificaciones-  
Perfectamente como la encarnación de todos los Budas,  
Yo generaré siempre y en cualquier situación, una admiración y respeto sinceros,  
Y me esforzaré en complacerle aplicando sus palabras.
24. Si yo veo a charlatanes, llenos de bravuconería,  
Quienes agitan juntos una mezcolanza de temas de Dharma y ajenos al Dharma,  
Engañando a los devotos, yo los rechazaré como a mocos;  
Incluso en mis sueños yo nunca me involucraré en esa contaminación.
25. A los sublimes maestros espirituales que me guían  
Por el sendero que complace a los Budas,  
Yo nunca los abandonaré, incluso a costa de mi vida.  
¡Que por medio del deleitarlos a través de las tres formas complacer,

---

<sup>10</sup> *Jina.*

<sup>11</sup> *Mañjushri.*

<sup>12</sup> Señor Gentil.

Pueda yo perfeccionar la vida pura ejemplar de los Kadam<sup>13</sup>!

Por tanto, partiendo de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por nuestro Único Señor, el gran Dipamkara Atisha, al Rey del Dharma Dromtönpa-en la que los puntos clave de todas las escrituras y de sus comentarios, los cuales están reunidos en las Tres Cestas de las Escrituras<sup>14</sup> y en las cuatro clases de Tantra<sup>15</sup>, están completamente resumidos y enseñados-este es Capítulo Uno, el cual es de importancia definitiva al principio, la sección sobre *“la súplica a los maestros, quienes están dotados con los tres linajes, y el confiar adecuadamente en el sublime maestro espiritual”*, quien es la raíz de todas las excelencias.

## II-EXHORTACIÓN A UNO MISMO PARA HACER SIGNIFICATIVA ESTA VIDA HUMANA LLENA DE OCIO Y OPORTUNIDAD.

1. Habiendo reunido mérito en las vidas pasadas, yo he obtenido una existencia humana ;  
Me he encontrado con un maestro espiritual que revela el excelente Sendero sin error;  
Ante esta coyuntura, en la que han convergido todas las condiciones externas e internas,  
Tendré que estar seguro de no ser engañado nunca por mi propio ego.
2. En estos Tres Reinos de la Existencia Cíclica<sup>16</sup>, desde un tiempo sin principio,  
Yo he estado vagando por todas partes, sin tener un momento de alivio;  
La mayor parte de ese tiempo yo lo he pasado en los abismos de los tres destinos inferiores<sup>17</sup>,  
Y todas las veces yo he sufrido cientos de insoportables dolores.
3. Incluso cuando de vez en cuando yo he conseguido un cuerpo humano,  
Yo no he oído siquiera el nombre de las Tres Joyas,  
Sino que he nacido en tierras oscuras, falto de tiempo libre;  
Yo no era más que una bestia con el cuerpo de ser un humano.

---

<sup>13</sup> Kadampa.

<sup>14</sup> Vinaya, Sutra, y Abhidharma.

<sup>15</sup> Kriya Tantra, Charya Tantra, Yoga Tantra, y Anuttara Yoga Tantra.

<sup>16</sup> Los Reinos del Deseo, Forma, y Sin Forma.

<sup>17</sup> Renaciendo en los reinos infernales, como *preta* o fantasma hambriento, o como animal.

4. Incluso cuando yo he nacido en una era de luz,  
Puesto que las latencias generadas por mis hábitos del pasado eran tan fuertes,  
Yo ansiaba un gozo contaminado, y por ello acumulé un karma  
Que me fue hundiendo más y más.
5. Incluso cuando yo tuve la oportunidad de encontrar el sublime Dharma,  
Puesto que yo estaba privado de los perfectos ojos del razonamiento,  
Yo fracasé a la hora de distinguir lo que es el verdadero Dharma, y lo que no;  
Y engañado por el falso Dharma, me hundí.
6. Incluso aunque conozca diversas categorías del Dharma<sup>18</sup>,  
Si yo no poseo las instrucciones de un maestro del linaje,  
No podré reconocer qué práctica es la más adecuada  
Para mi inclinación natural y mis facultades mentales.
7. Repitiendo las palabras de otros como si fuera un eco,  
Y sin comprender las enumeraciones o secuencias de los senderos,  
Si yo emplazo todas mis esperanzas en mi esfuerzo sincero en solitario,  
Todo lo que conseguiré como fruto, será quedar exhausto.
8. Al no estar sostenido por un sublime maestro del linaje,  
Si yo carezco del poder de examinar los tratados<sup>19</sup> con el razonamiento,  
Entonces, lo mismo que un hombre ciego vagando en una llanura desolada,  
Sin ningún sentido de dirección, yo caeré en el abismo de la falsedad.
9. Muchos son engañados por maestros carentes de virtud,  
Y por malos amigos que propagan un Dharma ficticio.  
Descartando todos los límites de los preceptos de los tres votos<sup>20</sup>,  
Ellos alardean del reconocimiento instantáneo de la naturaleza de la mente.
10. *“Todas las prácticas del aspecto del método son conceptualizaciones;  
El no involucrar a la mente en nada, es lo supremo.”*

---

<sup>18</sup> Son: 1) Discursos (*Sutra*) ; 2) narraciones en verso (*Geya*) ; 3) profecías (*vyakarana*); 4) resúmenes en verso(*gatha*) ; 5) palabras solemnes (*Udana*) ; 6) directrices (*Nidana*); 7) hazañas (*Avadana*); 8) historias de eventos del pasado (*Itivrttaka*) 9) historias de nacimientos (*Jataka*) ; 10) Discursos amplios y extensos (*Sutra Vaipulya*) 11) acciones maravillosas (*Abhutadharmas*); 12) instrucciones (*Upadesa*).

<sup>19</sup> *Shastras*.

<sup>20</sup> Los Votos de la Liberación Individual, los Votos del Bodhisattva, y los Votos Tántricos.

Hay muchos que son engañados por estas visiones falsas que contravienen la originación dependiente;  
Y ellos vuelven de sus vidas humanas con las manos vacías.

11. Si uno no posee las instrucciones de un maestro del linaje,  
Incluso aunque uno pueda leer numerosas categorías del Dharma,  
Uno no conocerá cómo practicar eso que es lo más acorde con su mente;  
Así, hay muchos cuyos esfuerzos llegarán a ser estériles.
12. Por consiguiente, Atisha, un conocedor perfecto del Dharma del Buda,  
Afirmó lo siguiente a Dromtön Gyalwa Jungné<sup>21</sup>:  
*“Puesto que es vital entender el punto esencial  
De cómo integrar todas las enseñanzas encarnadas dentro*
13. *De las Tres Cestas y de las Cuatro Clases de Tantras,  
Dentro del entramado único de la práctica de cada uno,  
El consejo de corazón definitivo de toda la asamblea de maestros  
Que poseen las tradiciones de los tres linajes, es este:*
14. *“Desde los versos (del Vinaya<sup>22</sup>) hasta el Glorioso Samāja<sup>23</sup>,  
Su integración dentro de una secuencia de práctica para una persona,  
Los Niveles del Sendero de Sutra y Tantra,  
Esto, yo te lo revelaré, así que quíerele bien.”*  
De este modo, él impartió esta instrucción esencial.
15. Para el modo más excelente de hacer significativa la vida humana,  
Llamado “la Profunda Instrucción del Dharma”,  
Se requieren los Niveles del Sendero de las tres capacidades;  
Sea un renacimiento afortunado, o el bien definitivo<sup>24</sup>, todo lo que uno busca  
Es logrado por medio de esta aproximación del sendero de las tres  
capacidades;  
No hay nada que no pueda ser realizado a través de esto.
16. En cuanto a las diversas instrucciones que tienen la apariencia de Dharma,  
Si, sin llegar a confiar en estos niveles del sendero,  
Yo me entrenara en ellas, no tendría ningún éxito en mi práctica;  
Incluso aunque las practique, mis propósitos no se verán realizados.

---

<sup>21</sup> Dromtönpa.

<sup>22</sup> La parte del Canon Budista que trata de la Disciplina, es la primera de las Tres Cestas (*Tripitaka*) de dicho Canon.

<sup>23</sup> Se trata del *Tantra de Guhyasamāja*.

<sup>24</sup> La liberación.



17. Como cuando se está guiando a alguien que quiere ir del Este al Oeste,  
Y se está cogiendo el talismán para la puerta Oeste,  
Mientras que el demonio maligno está apostado en la puerta Este;  
Hay muchos cuyas búsquedas se convierten básicamente en fútiles.
18. Si seguís estas instrucción del sendero de las tres capacidades,  
No hay aspiración que no podáis realizar;  
Por tanto, si temiendo un futuro en los reinos inferiores  
Buscáis una existencia en un reino afortunado,  
Vosotros podréis lograr esto a través del sendero de la capacidad inicial;  
En el cual la reunión de condiciones necesarias es completa y sin error.
19. Si estáis desencantados con la existencia cíclica de los Tres Reinos,  
Y queréis conseguir el estado de liberación,  
Esto puede ser logrado a través del sendero de la capacidad media,  
En el cual la reunión de condiciones necesarias es completa y sin error.
20. Si queréis conseguir el estado de Budeidad  
Para liberar a todos los seres que llenan el espacio en su totalidad,  
Esto puede ser conseguido a través del sendero de la capacidad grande,  
En el cual la reunión de condiciones necesarias es completa y sin error.
21. Sin confiar en una enseñanza excelente como esta,  
No emplacéis vuestra confianza en numerosas enseñanzas,  
En sistemas que se jactan de ser “excelentes” y “profundos”.  
Así mucha gente sufre un gran fracaso al errar en la elección correcta  
Entre la joya que otorga los deseos, y una joya ordinaria.
22. Atisha y el Conquistador Tsongkhapa-  
El corazón de sus enseñanzas es profundo e intachable-  
Puesto que será difícil encontrar tales instrucciones en el futuro,  
Yo no las abandonaré incluso a costa de mi vida.
23. A todos los maestros dotados con los tres linajes,  
A mi maestro Munindra Vajradhara<sup>25</sup>, quien encarna  
A todas las deidades objeto de meditación, a los Budas y a sus Hijos,  
Yo os suplico; os ruego que bendigáis mi mente.

---

<sup>25</sup> Aquí se está refiriendo a su propio gurú Phurchok Jampa Rinpoché como una encarnación de Buda Sakyamuni y del Buda Vajradhara.

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Dos, la sección sobre *“Exhortación a uno mismo para hacer significativa esta vida humana de ocio y oportunidad”*.

### III- EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN EL SENDERO COMÚN, CON LA PERSONA DE CAPACIDAD INICIAL.

1. Encarnación de la compasión de miríadas de Budas,  
¡Oh, mi maestro raíz, Munindra Vajradhara!  
Te ruego que residas sobre mi coronilla sentado en un asiento de loto,  
Y me bendigas para que mi mente pueda volverse hacia el Dharma.
2. Esta vida humana, tan difícil de encontrar y sin embargo tan valiosa,  
Definitivamente se acabará, y no hay certeza sobre cuándo sucederá esto;  
A la hora de la muerte solo el Dharma nos resulta beneficioso,  
Por ello, yo ruego que pueda practicar el Dharma hasta el final de mi vida.
3. Aunque no hay ninguna garantía de que yo no vaya a morir este mismo día,  
Yo hago planes y preparativos como si fuera a permanecer por siempre;  
¿Qué clase de demonio monstruoso ha poseído mi corazón?  
Bendíceme para que yo pueda ser capaz de expulsar a este demonio maligno  
del aferramiento al yo.
4. Después de la muerte yo no puedo escoger el lugar en el que vaya a renacer;  
Si estoy renaciendo en las regiones de los reinos inferiores,  
¿Cómo podré soportar los tormentos del fuego, el frío, el hambre, y la sed?  
¿Quién será mi salvador y mi refugio en ese tiempo?
5. Por tanto hoy, cuando yo tengo la libertad en mis manos,  
Yo tomaré refugio en las Tres Joyas, las cuales nunca defraudan.  
Los refugios que me salvan de todos los terrores de los reinos inferiores;  
Yo me aseguraré de que los preceptos de la toma de refugio nunca degeneren.
6. Si, por mi parte, yo no voy a por refugio,

Incluso aunque con el poder unido de todos los Budas y Bodhisattvas, ellos tiraran juntos,  
Esto no me rescataría del abismo de las malas migraciones;  
Por tanto, yo nunca me dejaré hundirme.

7. Cualquiera que sea la felicidad y el sufrimiento que exista en esta existencia cíclica,  
Puesto que todo ello es debido al karma de uno,  
En todo momento y en toda circunstancia yo guardaré mis tres puertas<sup>26</sup>,  
Y me esforzaré en abandonar todo mal, y en adquirir la virtud.
8. Yo abandonaré todos los pensamientos y acciones manchadas,  
Tales como el perseguir ganancias materiales y honores llevado por el apego al yo;  
Y abrazaré las acumulaciones de acciones completamente blancas,  
Tales como el dar limosnas, y observar la disciplina llevado por el altruismo.
9. Si yo soy indulgente en la comisión de acciones negativas debido a las aflicciones,  
Aterrorizado y alarmado, yo las abandonaré inmediatamente  
Como si una serpiente venenosa hubiera tocado mi cuerpo;  
Y a través de los cuatro poderes oponentes<sup>27</sup>, las purificaré inmediatamente.
10. ¡Oh, Munindra Vajrasattva, el maestro más bondadoso!

---

<sup>26</sup> Cuerpo, habla, y mente.

<sup>27</sup> “En aquel tiempo, el Bhagavan dijo al gran Bodhisattva Mahasattva Maitreya: “¡Oh, Maitreya, Bodhisattva Mahasattva!; si tu posees cuatro fenómenos, tu superarás las malas acciones que han sido cometidas y acumuladas. ¿Cuáles son esos cuatro? El Poder del Completo Arrepentimiento, el Poder del Remedio, el Poder de la Restauración, y el Poder del Soporte.

El *Poder del Completo Arrepentimiento* significa que si tú has cometido una acción no virtuosa, sientes un gran remordimiento por ello.

El *Poder del Remedio* significa que una vez que has cometido una acción no virtuosa, pondrás un gran esfuerzo en la acción virtuosa.

El *Poder de la Restauración* significa que por tomar un voto positivo de la manera correcta, obtienes un indestructible refreno.

El *Poder del Soporte* significa que tomando refugio en el Buda, el Dharma, y la Sangha, y no abandonando la bodhicitta<sup>27</sup>, si tú posees este poder, no serás dominado por las acciones dañinas.

Oh, Maitreya, Bodhisattva Mahasattva, si tienes esos cuatro fenómenos, las acciones dañinas que han sido cometidas y acumuladas pueden ser superadas.” (*Caturdharma nirdesa Sutra*) **Sutra de la Enseñanza de los Cuatro Fenómenos.**

Mírame, a un indigente, con compasión;  
Bendíceme para que en el futuro yo pueda verme libre de los reinos inferiores,  
Y que así yo pueda obtener una existencia excelente en los reinos superiores.

11. Obteniendo un existencia dotada con los ocho atributos especiales<sup>28</sup>,  
Que pueda yo estar libre de todos los obstáculos, y que puedan todas las condiciones favorables  
Estar presentes para cultivar el Sendero completamente perfecto;  
Que pueda yo volver a despertar la potencia de la semilla del Vehículo Supremo.

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Tres, la sección sobre *“El entrenamiento de la mente en el sendero común, con la persona de capacidad inicial”*.

#### **IV-EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN EL SENDERO COMÚN, CON LA PERSONA DE CAPACIDAD MEDIA.**

1. Buda Munindra, maestro insuperable,  
Y la asamblea de los maestros de los tres linajes,  
Os ruego que bendigáis mi continuo mental  
Y me guíéis a través del sendero a la liberación.
2. Si, tras haber ido por refugio en las Tres Joyas que no defraudan,  
Yo practico correctamente; abandonando el mal y ejercitando la virtud,  
Yo seré salvado del abismo de las migraciones desafortunadas en los reinos inferiores,  
Y seré capaz de lograr una migración afortunada.

---

<sup>28</sup> Uno no tiene la oportunidad de ver a un Buda y de escucharle proclamar el Dharma mientras padece alguna de las siguientes ocho dificultades: 1) nacer como un ser infernal, 2) nacer como fantasma hambriento; 3) nacer como animal; 4) nacer como humano en el Continente Norte de Uttarakuru, donde la vida es demasiado placentera; 5) nacer en un cielo del Reino Sin Forma, y estar abstraído en profundas meditaciones; 6) nacer como ciego, sordo, o mudo; 7) ser un intelectual mundano lleno de orgullo; 8) nacer en el periodo que se extiende desde la desaparición de un Buda, hasta la aparición del siguiente.

3. No obstante, si no llego a generar el pensamiento de renunciación pura,  
Mi mente caerá presa del poder del karma y de las aflicciones.  
Una vez más me hundiré<sup>29</sup> y seguiré vagando continuamente;  
Por lo tanto, yo cultivaré la renunciación hacia la existencia cíclica.
  
4. Desde el Pico de la Existencia hasta el infierno más incesante<sup>30</sup>,  
No importa donde yo pueda haber nacido dentro de esta existencia cíclica de  
los Tres Reinos,  
Yo permaneceré cautivo dentro del sufrimiento omnipresente de lo  
condicionado;  
Por lo tanto, yo desarrollaré revulsión y desencanto hacia todo lo relativo a la  
existencia.
  
5. Aunque es positivo el nacer en alguno de los reinos afortunados de la  
existencia cíclica,  
Nacer en los reinos afortunados también supone estar atrapado dentro del  
sufrimiento,  
Porque cuando uno nace con un cuerpo humano,  
Los sufrimientos son incalculables, tal como ha sido enseñado.
  
6. Con la mente de uno bajo el dominio del apego,  
Esta se combina con los fluidos de los padres,  
Y lo mismo que un gusano dentro de un entorno fétido, oscuro, y sucio,  
Uno mora dentro del vientre, experimentando dolor.
  
7. Cuando después de que hayan pasado nueve meses completos, uno nace en el  
décimo mes<sup>31</sup>;  
Uno es apretado fuertemente entre los huesos de la entrada del vientre;  
Uno experimenta dolores más agudos e insoportables  
Que si estuviera renaciendo en los reinos infernales<sup>32</sup>, tal como ha sido  
enseñado.
  
8. Después de nacer, el cuerpo de uno es atacado en todo momento  
Por diversos daños externos e internos, tales como la enfermedad y las fuerzas  
malignas;  
Con la proliferación de las aflicciones uno se involucra en acciones negativas,  
Por lo tanto, yo reconoceré que el nacimiento es la fortaleza de la existencia  
cíclica.

---

<sup>29</sup> En los destinos desafortunados de los infiernos, fantasmas hambriento, y animales.

<sup>30</sup> El gran infierno de Avici, el Infierno Sin Tregua.

<sup>31</sup> Meses lunares de 28 días.

<sup>32</sup> Se enseña que el nacimiento en los reinos infernales se produce “de forma milagrosa”.

9. Puesto que la realidad de las cosas condicionadas es su impermanencia,  
Los sufrimientos de la enfermedad, vejez, y muerte  
Surgen secuencialmente como las ondas en un lago.  
Por lo tanto, yo generaré el deseo de liberarme de la existencia cíclica.
10. Además, uno tiene que verse apartado pronto,  
En contra de sus deseos, de sus queridos familiares y amigos,  
Y los enemigos de uno nos causan numerosos daños no deseados.  
Por lo tanto; ¿Qué hay de fiable en esa realidad transitoria?
11. Lo que está junto se separa, lo que ha sido amasado se agota,  
El final de un estatus elevado es el declinar, y todo lo que nace muere,  
Todo comparte la naturaleza del sufrimiento de lo condicionado.  
Contemplando semejante verdad, yo generaré el deseo de ser libre.
12. El que yo tenga que experimentar sufrimientos de tan insoportable magnitud  
Es debido al demonio monstruoso del aferramiento al yo.  
Yo abandonaré el apego a mi yo, el cual es el que trae mi perdición;  
Yo practicaré el sendero de libertad que lleva más allá del mundo.
13. Si vosotros deseáis alcanzar el estado de la sublime liberación,  
Confiad en el noble maestro espiritual que os muestra el Sendero;  
Abandonad el pensamiento base que está apegado a vosotros mismos,  
Y practicad los tres entrenamientos<sup>33</sup>, lo opuesto a las aflicciones.
14. Puesto que se enseña que entre los tres entrenamientos  
La base y la raíz es la moralidad de la liberación individual<sup>34</sup>,  
Bendíceme para que yo pueda hacer de la ética de la liberación individual,  
Que es la raíz de la enseñanza del Buda, mi práctica principal.
15. Tu posees una compasión mayor que la de todos los Budas,  
¡Oh, supremamente precioso maestro Munindra Vajrasattva!  
Te ruego que residas como ornamento de mi coronilla,  
Y me bendigas, para que mis votos de liberación individual permanezcan puros.

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma

---

<sup>33</sup> *Siksa-traya*, el entrenamiento en la moralidad excelente, el entrenamiento de la mente excelente en la concentración, y el entrenamiento en la sabiduría excelente.

<sup>34</sup> *Pratimoksa*.

Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Cuatro, la sección sobre *“El entrenamiento de la mente en el sendero común, con la persona de capacidad media”*.

## V-EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN LA MENTE DE LA ILUMINACIÓN.

1. Maestro supremamente precioso encarnación de todos los tres objetos de refugio,  
Te ruego que residas sobre mi coronilla sentado en un loto y un disco lunar;  
Bendíceme para que la suprema mente de la iluminación,  
Que es la esencia de todas las escrituras de Sutra y Tantra, surja en mí.
2. Viendo a los Tres Reinos como un gran hoyo de fuego abrasador,  
Y espoleado por la revulsión y el desencanto hacia ellos,  
Si yo me involucro correctamente en los tres entrenamientos puros,  
Yo seré capaz de liberarme de la existencia cíclica.
3. Sin embargo, si yo carezco de amor, compasión, y de la mente de la iluminación,  
No seré capaz de alcanzar el estado de Budeidad;  
Ni uno podrá realizar completamente los dos propósitos, los de uno y los de los otros;  
Por consiguiente, me esforzaré en generar la suprema mente de la iluminación.
4. Si yo encasillo a los demás con las etiquetas de “enemigos” y “amigos”,  
La mente suprema de la ecuanimidad hacia todos, no surgirá;  
Por lo tanto, yo abandonaré el apego hacia mí mismo y hacia otros seres,  
Y practicaré la ecuanimidad, teniendo una mente ecuánime hacia todos.
5. Mis padres, quienes han sido tan amables conmigo desde un tiempo sin principio,  
Están encadenados por el karma y aflicciones en la prisión de la existencia cíclica;  
Ellos tienen que soportar cientos de los más insoportables sufrimientos.  
Pensando en esto, yo desarrollaré la compasión hacia los seres.

6. En cuanto a mí y a todos los innumerables seres iguales a la extensión del espacio,  
Lo que nos tiene encadenados en esta existencia cíclica,  
Desde un tiempo sin principio hasta ahora, es el demonio del aferramiento al yo;  
Yo me esforzaré en domar a este demonio monstruoso del aferramiento al yo.
7. Reflexionando en cómo este demonio monstruoso del aferramiento al yo  
Nos ha causado daño desde un tiempo sin principio hasta ahora,  
Yo abandonaré este pensamiento de querer mi propio bienestar,  
Y practicaré el pensamiento de querer a los otros más que a mí mismo.
8. Urgido por las fuerzas poderosas del amor benevolente y la compasión,  
Sin ningún indicio de posesión,  
Yo daré mi cuerpo, posesiones, y las raíces de virtud,  
A mis amables padres que están en la indigencia; daré todo cuanto deseen.
9. Como en la vida ejemplar de nuestro maestro Munindra,  
Yo contemplaré los beneficios de querer a los demás,  
Y todos los karmas negativos y los sufrimientos de los demás  
Los llevaré sobre mi mente, y los purificaré.
10. Lo mismo que el incomparable maestro Munindra  
Practicó la generosidad en todo momento, tal como se encuentra en los Jatakas,  
Como cuando nació como Maitrakanyaka,  
Yo practicaré el dar y tomar en todas mis actividades.
11. Todas las alegrías de la existencia cíclica de los Tres Reinos,  
E incluso el gozo de la insuperable liberación,  
Todo ello proviene del pensamiento de querer más a los demás que a mí mismo,  
Yo me esforzaré en la práctica de la igualdad y en cambiarme por los demás.
12. En cuanto a mis extremadamente bondadosos padres, quienes están vagando en la existencia cíclica,  
Verlos como joyas que otorgan los deseos que satisfacen todo lo que queremos,  
O como a deidades objeto de meditación, las cuales otorgan las elevadas realizaciones,



Y el querer a todos los seres, esta es la forma de vida de los grandes seres Kadam.

13. Contemplándolo de este modo, a través del poder de la técnica del dar y tomar, La potencia de la semilla del Vehículo Supremo llega a intensificarse aún más; Por consiguiente, yo cultivaré el propósito altruista y el coraje (generando la siguiente determinación): “Yo solo, liberaré a todos los seres sin excepción.”
14. Empujado por la fuerza de esta resolución altruista  
Yo generaré la suprema mente de la iluminación irreversible, pensando:  
“Yo lograré finalmente la Completa Iluminación,  
La consecución de todos los propósitos de uno y de los demás.”
15. Cuando surge esta preciosa suprema mente de la iluminación,  
En ese mismo instante te conviertes en un Hijo de los Budas;  
Todos los Budas te considerarán como si fueras su único hijo;  
Aceptándote como hermano suyo, los Bodhisattvas te alimentarán.
16. Sea por el vasto conocimiento, por el conocimiento superior, por los poderes sobrenaturales,  
O incluso aunque tú no poseas ninguna de estas cualidades,  
Debido a la generación de la mente de la iluminación, el lugar en el que residas Llegará a ser un objeto de veneración para todos los seres, incluidos los dioses.
17. Brahma, Indra, y los Cuatro Guardianes del Mundo,  
Incluso grandes seres como los Oyentes y los Realizadores Solitarios,  
Rinden homenaje al amor, la compasión, y la mente de la iluminación,  
Y los honran de todas las formas posibles.
18. El construir representaciones del cuerpo, habla, y mente del Buda;  
La práctica de la generosidad y la acumulación de las demás perfecciones,  
Si estas acciones no están reforzadas por la mente de la iluminación,  
Después de dar sus frutos, cesarán.
19. No obstante, la práctica del amor, la compasión, y la mente de la iluminación,  
Es como un árbol excelente con una fruta maravillosa;  
Cuanta más fruta da, más florece.  
Por tanto, yo practicaré la suprema mente de la iluminación en todo momento.
20. En cuanto a esta preciosa mente suprema que quiere a los otros más que a mí,

Yo la generaré durante las seis partes del día<sup>35</sup> y de la noche<sup>36</sup>;  
Y para ayudar a que esta mente se incremente, yo me esforzaré en reunir  
Las acumulaciones duales necesarias, tales como los ofrecimientos a las Tres  
Joyas.

21. Los seres de la edad degenerada, son inconsistentes con y sin;  
No obstante, si yo soy traicionado por ellos, por su engaño y pretensión,  
Yo nunca los abandonaré, sino que aumentaré aún más mi compasión,  
Y cultivaré el pensamiento altruista de: “¿Cuándo lograré su bienestar?”
  
22. Para que mi mente de la iluminación no degenere en las vidas futuras,  
Yo evitaré los cuatro factores negativos, tales como engañar a un preceptor o  
maestro,  
Y cultivaré constantemente los cuatro factores positivos,  
Tales como el prestar respeto a los Bodhisattvas.
  
23. El punto esencial de todas las escrituras del Mahayana,  
La única práctica esencial de todos los Bodhisattvas,  
Es esta mente de la Iluminación que quiere a los otros más que a uno.  
¡Que pueda yo ser bendecido de forma que esto surja pronto dentro de mí!

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Cinco, la sección sobre “*El entrenamiento de la mente en la mente de la Iluminación*”, la cual es la puerta de entrada, el fundamento y la raíz, el corazón y la vida misma de el sendero de la persona de capacidad grande.

## **VI- EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN LOS HECHOS DEL BODHISATTVA, EN GENERAL.**

1. Encarnación de la compasión de todos los Budas y de sus Hijos;  
¡Oh, maestro!, te suplico a ti, quien encarnas la realidad de todos los Budas;  
¡Que yo pueda ser capaz de entrenarme en los hechos de los Bodhisattvas,

---

<sup>35</sup> Mañana, medio día y tarde.

<sup>36</sup> La noche partida en tres partes: la primera de práctica antes de acostarse, la segunda entregada al sueño, y tras despertar otra parte dedicada a la práctica antes del alba.

El camino transitado por todos los Budas!

2. Observando a todos aquellos que han sido mis amables padres desde un tiempo sin principio,  
Incapaz de soportar su desesperado destino en la existencia cíclica,  
Yo he prometido: “Yo liberaré a todos los seres sin protección”.  
Ahora yo cumpliré este compromiso tal como prometí.
3. Puesto que los atributos de la Iluminación de un Buda son inconcebibles,  
La multitud de sus causas es igualmente inconcebible.  
Aún así, yo me entrenaré en eso que abarca los puntos esenciales de todas las acciones del Bodhisattva;  
Las Seis Perfecciones y los Cuatro Medios de Atraer a Otros al Dharma.
4. Yo abandonaré mi aferramiento avaricioso  
Hacia mi cuerpo, posesiones, y demás;  
Yo practicaré la generosidad de dar todo a los demás,  
Mi cuerpo, mis posesiones, y mis acumulaciones de virtud.
5. Yo abandonaré todas las acciones negativas que violan los preceptos  
De la mente de la iluminación, llevado por el apego al yo.  
Yo practicaré las tres disciplinas éticas del Vehículo Supremo,  
Tales como el evitar las acciones-y sus bases-que resultan dañinas para otros.
6. Yo abandonaré los pensamientos de hostilidad,  
Y no toleraré las condiciones adversas contrarias a mis deseos;  
Y como en el ejemplo del Sabio que Predicaba la Paciencia,  
Yo no heriré a los otros, sino que practicaré la tolerancia.
7. Abandonaré el pasar toda mi vida en la indecisión  
Debido al ansia por lograr mi propia felicidad;  
En vez de ello, a través del deseo de beneficiar a otros, yo practicaré  
Los hechos de un Bodhisattva con la firme perseverancia de un arroyo.
8. Abandonaré esta vida despilfarrada,  
En la que mi tiempo es consumido en la laxitud, letargo, y distracciones;  
Yo practicaré la concentración de la mente aspirando a ayudar  
A todos los demás seres, los cuales son iguales en extensión al espacio.
9. Me apartaré de este vagar en la existencia cíclica  
Seducido por el monstruoso demonio del aferramiento al yo;

Practicaré la sabiduría de la consciencia discriminativa  
En el sendero transcendente de los Nobles<sup>37</sup>.

10. Si, tras haber mejorado mi mente, yo aspiro a trabajar por el bienestar de los seres,  
Yo debería de abandonar esta arrogancia que reivindica la importancia del yo.  
Con el deseo de ayudar a todos los seres por igual,  
Yo practicaré las Cuatro Formas de Atraer a Otros al Dharma para su bienestar.
  
11. En particular, si yo no busco la visión perfecta,  
Yo no podré cortar la raíz de la existencia cíclica.  
Y seré incapaz de hollar los nobles senderos de cualquiera de los Tres Vehículos<sup>38</sup>,  
Por lo tanto, yo buscaré la visión del Camino del Medio<sup>39</sup>.
  
12. Es este demonio del aferramiento al yo el que me tiene encadenado  
En la prisión de la existencia cíclica desde un tiempo sin principio.  
Por tanto, yo abandonaré este pensamiento del aferramiento al yo,  
Y practicaré la visión de la ayuda a los demás.
  
13. Cualquiera que sean los objetos que aparezcan en los campos de mis seis sentidos,  
Yo los examinaré con el razonamiento de la profunda generación interdependiente;  
Viéndolos como meras apariencias, yo cortaré las raíces del aferramiento a lo “real”.  
*“Todos los fenómenos carecen de una realidad inherente”-enseñó el Buda.*
  
14. Aunque todos los fenómenos llegan a producirse a través de la dependencia,  
Y en base a sus propias causas y condiciones,  
Si son examinados a través del análisis crítico que prueba su forma última de existencia,  
No puede ser vista ni siquiera la menor partícula (como poseyendo una realidad substancial).
  
15. El mundo aparente de la infalible generación dependiente  
Y la vacuidad de no estar encontrando cuando es analizado,

---

<sup>37</sup> Arya.

<sup>38</sup> Los dos Vehículos Pequeños o Hinayana, que son el Vehículo de los Oyentes y el Vehículo de los Realizadores Solitarios; y el Vehículo Grande o Mahayana, que también recibe los nombres de Vehículo Único o Universal, Vehículo de los Budas, o Vehículo de los Bodhisattvas.

<sup>39</sup> Madhyamaka.

Si podéis entender que estas dos surgen como libres de contradicciones  
Y como complementarias, entonces habéis tenido éxito, dijo el más excelente<sup>40</sup>.

16. Si yo comprendo este camino excelente de la unión del Camino del Medio,  
Por el cual la determinación de la originación dependiente como infalible  
Puede extirpar la raíz del aferramiento engañoso a una realidad substancial,  
Entonces yo no volveré a caer en ninguna otra visión errónea.
17. Si, espoleado por la intención de la mente de la iluminación,  
Yo integro dentro de mi mente los infinitos modos de existencia,  
Los sufrimientos de la existencia cíclica serán extirpados de raíz;  
Este es el sendero de la irreversibilidad.
18. *“Mientras que permanezca el espacio,  
Yo tengo que buscar el sendero excelente que es la unión  
De la mente de la Iluminación y de la visión del Camino del Medio,  
Y ayudar a liberar a todos los seres”*; dijo Atisha.
19. Tal como se encuentra en los diálogos mantenidos  
Entre el Más Excelente y Gyalwa Jungné,  
¡Que pueda yo mantener la resolución de liberar a todos los seres  
A través de todos los tiempos, y mientras permanezca el espacio!

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Seis, la sección sobre *“El entrenamiento de la mente en los hechos del Bodhisattva, en general”*.

## VII- EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN EL VEHICULO ADAMANTINO RESULTANTE.

1. La convergencia de todos los Budas en una sola encarnación,  
Tú eres la naturaleza del propio Vajradhara que lo penetra todo,  
A ti te suplico, ¡Oh, el más precioso maestro!  
Te ruego que bendigas mi continuo mental.

---

<sup>40</sup> Tsongkhapa: “

2. Habiéndome entrenado en la renunciación, la mente de la Iluminación, y la visión perfecta,  
Ya que mi coraje se va incrementando más y más,  
Y puesto que yo ya no puedo esperar más para liberar a los seres,  
Entonces entraré en el sendero corto del Vajrayana.
3. Si yo quiero entrar en el insuperable Vehículo Adamantino,  
Yo buscaré con gran esfuerzo y complaceré  
Al maestro vajra cualificado, quien es la más excelente raíz  
De todos los logros, tanto comunes como supremos.
4. Habiendo complacido al maestro vajra,  
Yo entraré en un mandala dentro de un cercado y tienda vajra,  
Completamente envuelto con los rayos de luz de cinco colores,  
Y seré realzado a través de las cuatro iniciaciones puras.
5. En ese momento, puesto que yo hago mi promesa  
Llamando como testigos a todos los Budas y a sus Hijos,  
Yo guardaré los compromisos con respecto a la dieta, la salvaguardia, y las observancias,  
Teniéndolas como más queridas que mi propia vida.
6. Como la causa del logro rápido de los dos cuerpos resultantes<sup>41</sup>,  
Yo tengo que practicar el yoga de los dos profundos estados<sup>42</sup>;  
Por lo tanto, yo maduraré mi mente a través del primer estado,  
Y seré liberado a través de la práctica del segundo estado.
7. Ello completa rápidamente las grandes olas de mérito;  
Es el método supremo para la realización del Cuerpo de la Forma<sup>43</sup>;  
Yo contemplaré y cultivaré el cuerpo de la deidad, el aspecto de apariencia,  
Envuelto dentro de un halo de bella luz de los cinco colores.
8. Cuando los vientos de las acciones y conceptualizaciones, que son la raíz  
Del karma y de las aflicciones que nos encadenan a la existencia, son  
eliminados;  
Y cuando cesan de fluir a través de los canales del Sol y de la Luna<sup>44</sup>,

---

<sup>41</sup> Los dos Cuerpos de la Forma.

<sup>42</sup> Los estados de generación y de culminación.

<sup>43</sup> *Rupakaya*, que abarca los dos cuerpos de la Forma, el Cuerpo de Emanación (*Nirmanakaya*) y el Cuerpo del Gozo (*Sambhogakaya*).

La Luz Clara alborea en medio de la expansión del espacio<sup>45</sup> libre de dualidad.

9. Este es el punto esencial supremamente secreto,  
Elucidado más claramente en esta región de montañas nevadas  
Por Atisha y el Conquistador Tsongkhapa.  
Yo encontraré la convicción firme de que esto está libre de error,  
Y extraeré la esencia de esta vida humana.
  
10. Maestro Vajradhara, tú que encarnas todos los refugios,  
Te ruego que residas siempre en el estambre del loto en mi corazón,  
Y con la ambrosía de los niveles completos del sendero,  
Te ruego que satisfagas mi mente rápidamente.

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Siete, la sección sobre *“El entrenamiento de la mente en el Vehículo Adamantino resultante”*.

## VIII-EL ENTRENAMIENTO DE LA MENTE EN LA INSTRUCCIÓN QUINTAESENCIAL DE KADAM.

1. ¡Oh, asamblea de maestros dotados con los tres linajes!  
¡Oh, cuatro supremas deidades objeto de meditación de los Kadam<sup>46</sup>!  
Respetuosamente, yo os suplico desde lo profundo de mi corazón,  
Os ruego que bendigáis mi continuo mental.
  
2. Habiéndose entrenado en los niveles del sendero de las tres capacidades,  
Y habiendo cruzado la puerta de entrada en el Vajrayana,  
Aquellos que desean iluminarse más rápidamente

---

<sup>44</sup> Los canales llamados *Ida* y *Pingala*, situados en el cuerpo sutil, a derecha e izquierda del canal central, que se corresponde con la columna vertebral.

<sup>45</sup> El Dharmadhatu, el Reino de la Realidad, que en Tíbet es denominado a veces como “La Gran Expansión de la Sabiduría Primordial.”

<sup>46</sup> Buda Sakyamuni, Avalokiteshvara, Tara, y Achala.

- Deberían de buscar las instrucciones quintaesenciales de Kadam.
3. De un sublime maestro espiritual sostenedor de la Tradición Kadam,  
Alguien dotado con las instrucciones de los tres linajes,  
Yo recibiré las instrucciones quintaesenciales,  
Después de entrar en un palacio celestial encerrado dentro de un toldo de arco iris.
  4. En una mansión celestial de forma inconcebible  
Entrando en el espacio más interno del nudo infinito  
Del corazón secreto de la Gran Compasión del Océano de Conquistadores<sup>47</sup>,  
Yo recibiré las cuatro iniciaciones puras<sup>48</sup>.
  5. A través de la determinación del pensamiento de ecuanimidad y del cambiarse uno por los demás,  
Yo guiaré a todos mis padres, los seres; entrando gradualmente  
En la puerta secreta del corazón del Océano de Conquistadores, yo invocaré las bendiciones  
De los Budas y de sus Hijos, y limpiaré los dos oscurecimientos<sup>49</sup>.
  6. Contemplando las gloriosas ruedas de la resonancia natural de la sabiduría  
De los Conquistadores, de sus consortes, Bodhisattvas, y deidades pacíficas y coléricas,  
Yo completaré rápidamente grandes olas de mérito  
A través de la absorción meditativa que percibe todo como puro.
  7. Habiendo tenido éxito en el reconocimiento de las dos verdades<sup>50</sup>,  
A través del Yoga del Gurú dotado con los tres linajes,  
Yo cortaré rápidamente la raíz de todos los engaños, el aferramiento al yo;  
La fuente de todas las desgracias para todos, yo y los otros.
  8. Yo adornaré mi cuerpo con las cuatro deidades supremas de Kadam;  
Adornaré mi habla con las joyas de las Tres Cestas de las escrituras;  
Adornaré mi mente con los tres entrenamientos superiores,  
Y desarrollaré rápidamente el estado de unión.
  9. Si yo, a través de una conducta libre de toda elaboración conceptual,

---

<sup>47</sup> *Jinasāgara*.

<sup>48</sup> Las cuatro iniciaciones tántricas del vaso y demás.

<sup>49</sup> El oscurecimiento o impureza de las aflicciones, y el oscurecimiento de los obstáculos al conocimiento, esto es, la percepción de un donante, un receptor, y lo donado.

<sup>50</sup> La convencional o relativa, y la absoluta o última.



Que es la causa inmediata más excelente de ese estado de unión,  
Permanezco siempre como en un sueño en la expansión de la sabiduría  
Del último modo de existencia, las ilusiones dualísticas serán limpiadas.

10. *“Llevad a todos los seres a la Budeidad”*, aconsejó Atisha.  
Y cultivad la aparición del Cuerpo de la Forma de un Buda apareciendo en todas  
las apariencias posibles  
A través de practicar el Yoga de la no dualidad de lo profundo y lo luminoso,  
Con los medios hábiles de percibir todo como una ilusión.
11. Por lo tanto, desde la confianza en un maestro espiritual hasta llegar a la unión,  
Esta instrucción sobre los niveles del sendero  
Es la esencia completamente refinada de las instrucciones susurradas  
De Atisha y del Señor Gentil<sup>51</sup>, se dice.
12. Aquellos que quieran practicar instrucciones tales como estas,  
Deberían de abandonar esta vida mundana y, en la soledad de las montañas,  
Sin enemigos ni amigos, sin amos ni sirvientes,  
Sin tristeza ni cansancio, deberían de concentrar todos sus esfuerzos.
13. Para que esa práctica resulte exitosa hasta el final,  
Es vital que todas las adversidades aparezcan como condiciones favorables,  
Por tanto, cualesquiera que sean las percepciones surgidas-placer, dolor,  
bueno, o malo-  
Transfórmalas llevándolas dentro del sendero de las cuatro prácticas<sup>52</sup>.
14. *“Puesto que las mentalidades de los seres de la edad degenerada son tan  
diversas,  
De forma acorde existen numerosas tradiciones de práctica espiritual;  
No adulteréis (las enseñanzas), sino sostened vuestra propia tradición  
De las siete divinidades y enseñanzas<sup>53</sup>”*, dijo Atisha.
15. A través de la razón, diferenciando bien entre la verdad perfecta y su imitación,  
Entrad en el sendero que complace a los Conquistadores;  
Si en cambio albergáis un apego ciego basado en “mío” y “otros”,  
Esto traerá la perdición para uno, y para los otros.
16. Por lo tanto, sin estar apegado al modo del ignorante,

---

<sup>51</sup> Tsongkhapa.

<sup>52</sup> 1) acumulación de méritos, 2) purificación del karma negativo, 3) presentación de ofrendas a las fuerzas malevolentes, 4) ofrecimiento de *tormas* a los protectores del Dharma.

<sup>53</sup> Las cuatro deidades objeto de meditación, y las tres enseñanzas.

*“Aprended todos los sistemas, el vuestro y el de los otros,  
Y abandonad el difamar a las otras tradiciones”;*  
Así aconsejó el Inmaculado, el Hijo del Conquistador.

17. *“Aprende todas las instrucciones de las cuatro escuelas;  
Intégralas dentro del cuerpo único de los niveles del sendero,  
Aseguraros de que disciplináis vuestra propia mente”;*  
Así el erudito pandita describió el cristal lleno de juventud.
18. *“Lo mismo que cualquier cosecha puede crecer cuando el suelo es fértil,  
En un buen corazón todas las cualidades supremas surgen tal como son  
deseadas;  
Cualquier cosa que hagas tiene que estar ejecutada con la mente de la  
Iluminación”;*  
Así lo aseguró Atisha al maestro espiritual Dromtönpa.
19. *“Uno cuya mente es estable y diligente no tiene obstáculos;  
Uno que está versado en lo permitido y lo no permitido va hacia la liberación;  
Por tanto, el estudio, la disciplina, y la bondad tienen que complementarse  
mutuamente”;*  
Esto es lo más importante, dijo el Más Excelente Señor.
20. En resumen, sea que uno esté involucrado en la práctica de los tres puntos  
generales<sup>54</sup>,  
O asegurándose la posesión de las tres condiciones inseparables<sup>55</sup>,  
Es vital entender todas estas prácticas de los compromisos y preceptos del  
entrenamiento de la mente,  
E involucrase en su práctica.
21. Bendíceme, ¡Oh, el Más Excelente de los Maestros!, para que yo pueda  
Perfeccionar las causas puras, los senderos puros, y los resultados puros,  
Domando mi mente siguiendo el modo de vida puro de Kadam de las siete  
divinidades y enseñanzas.

---

<sup>54</sup> 1)El entrenamiento de la mente no debiera de contradecir los compromisos, 2) no debiera de llegar a ser ofensivo; 3) no debiera de ser parcial.

<sup>55</sup> 1) tener un maestro realizado y poseedor de las instrucciones susurradas; 2) uno ha de poseer ciertas realizaciones, desde apreciar la rareza de una vida humana, hasta la no existencia del yo; 3) poseer las condiciones adecuadas para la práctica del Dharma (fe, inteligencia, esfuerzo, desencanto, comida, ropa, etc.

Por lo tanto-a partir de las prácticas de la esencia más interna del corazón de las instrucciones dadas por Nuestro Único Señor, Atisha Dipamkara, al Rey de Dharma Dromtönpa, en las que los puntos clave de todas las escrituras y sus comentarios, englobando dentro las Tres Cestas y las Cuatro Clases de Tantras, están completamente resumidos y enseñados-este es el Capítulo Ocho, la sección sobre “*El entrenamiento de la mente en la instrucción esencial de Kadam.*”

## COLOFÓN.

Así, yo proclamo:

1. Este, que es el más profundo y secreto de los diálogos  
Entre el Señor Dipamkara Srijñana  
Y la Fuente del Océano de Conquistadores<sup>56</sup>,  
¿Cómo puede ser un objeto de la mente de uno que es como un niño?
2. Es como si un niño pequeño  
Fuera a medir el cielo con su puño;  
O el océano con la palma de su mano,  
¿Qué podría haber más cómico?
3. Similarmente, para un ignorante pueril como yo,  
El hacer afirmaciones definitivas sobre esto y eso,  
En relación a los senderos de los Héroes en los niveles superiores<sup>57</sup>,  
Esto entristece al instruido y al sublime.
4. No obstante, puesto que debido a la amabilidad de mi maestro, el Señor  
Maitreya<sup>58</sup>,  
Yo recibí las instrucciones de Kadam,  
Yo he escrito alguno de mis pensamientos dentro de un molde  
Con el pensamiento de que esto también pudiera servir de beneficio.
5. Cualesquiera defectos en esto, sea debido a mi explicación incorrecta,  
Debido a falsas explicaciones, o debido a revelar secretos (inapropiadamente).  
Yo los confieso de corazón ante todos los Compasivos;  
Y ruego que ayuden a limpiar todos estos defectos, junto con sus causas.

---

<sup>56</sup> Un epíteto para Dromtönpa, cuyo nombre Gyalwa Jungné significa “fuente de Conquistadores”.

<sup>57</sup> Los caminos Mahayana de la meditación de los Bodhisattvas, en su discurrir por los Bhumis o Niveles del Bodhisattva.

<sup>58</sup> Es una referencia al maestro raíz del autor, Phurchok Jampa Rinpoché. En tibetano “Jampa” es el equivalente al sánscrito “Maitreya”.

6. Yo dedico cualquier raíz de virtud que haya conseguido con este empeño,  
Para que las instrucciones de Kadam,  
La esencia más completa e inmaculada de las enseñanzas del Buda,  
La única base para la vida de los seres, perdure por mucho tiempo.
  
7. ¡Que pueda yo ser cuidado por inseparables maestros  
A partir de ahora y a través de todas mis vidas;  
Y que pueda ser capaz de transitar los niveles y los senderos paso a paso,  
Viviendo la vida pura de las siete divinidades y enseñanzas!

En lo que es conocido como *El Libro de Kadam*, en los versos raíz de “La Guirnalda de Joyas del Bodhisattva” (*Bodhisattvamanevali*) y el Capítulo Veinte de su comentario<sup>59</sup>, que es una enseñanza de los diálogos mantenidos por el Glorioso Atisha y Dromtön Gyalwa Jungné durante un periodo de tres años sobre el tema de cómo integrar los puntos esenciales de todas las escrituras y sus comentarios, como englobadas dentro de las Tres Cestas de las escrituras y las Cuatro Clases de Tantra, dentro de los niveles de práctica de una sola persona, Atisha afirma:

*“Yo te daré algo por lo cual todas las enseñanzas son condensadas sucintamente. Esto es lo que es necesario para lo llamado: “la práctica del Dharma”. Si las enseñanzas son demasiado numerosas, uno no puede ponerlas en práctica. Si hay demasiadas enseñanzas excelentes, y resulta impracticable el hacer una elección, mantén lo siguiente en tu mente:*

*“Abandona el yo, abraza a los otros, y reside en una esfera de luminosidad;*

*Desecha la base de apariencia y producción, carentes de esencia;*

*No encontrarlas cuando son buscadas es un éxito en el sendero;*

*Este es el Sendero Irreversible.”*

*Dromtönpa: “Maestro, esta es una enseñanza profunda.”*

*“Drom, intégrala dentro del inmensurable modo de existir;*

*Elimina desde sus raíces el sufrimiento de la existencia cíclica;*

---

<sup>59</sup> Titulado “La Práctica de la Enseñanza Profunda sin Difamar otras enseñanzas”

*Este es el Sendero Irreversible.*

*Cultívalo mientras perdure el espacio.*

*Drom, aunque hay numerosas tradiciones, sostén la tuya;*

*No te aferres a una tradición, sino que has de entrenarte en otras;*

*Abandona la exageración y el denigrar otras tradiciones;*

*Entrénate en todas, e intégralas en una.*

*Drom, si el suelo es fértil, cualquier cosa que uno siembre, crecerá;*

*Para aquel de corazón bondadoso todos sus deseos llegarán a cumplirse;*

*Para aquellos que perseveran, no hay obstáculos;*

*Aquellos sabios que practican la moralidad viajan hacia la liberación.*

*Guía a todos los seres por medio de la apariencia,*

*Quédate en el sueño de la expansión última de la sabiduría.”*

Jedrung Lobsang Dorje, el hermano mayor del Soberano Conquistador y Salvador de Todos<sup>60</sup>, tiene los ojos de la inteligencia fijados ampliamente sobre miríadas de tratados. Él pidió una explicación comprensible, pero fácilmente accesible, de las instrucciones sobre cómo practicar las instrucciones esenciales condensadas. Ha sido urgido por él, por lo que esta instrucción condensada de las instrucciones del *Libro de Kadam* titulada “*Un Vaso de Excelente Ambrosía*” fue compuesta por el monje Yeshe Gyaltzen, un sostenedor de las instrucciones de Kadam y un vagabundo, en la habitación llamada Sukhāvati, en el gran palacio de Potala.

---

<sup>60</sup> Referencia al Octavo Dalai Lama, Jampel Gyatso.

Traducido al castellano y anotado por el ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso. Editado a 12/02/2016.









