

CLÁSICOS INDIA. DIPAMKARA SRIJÑANA.

# Atisha: Instrucción sobre la entrada en el sendero del bodhisatva sabio en la acción.

Bodhisatvādikarmika-margavātara-desana.

Trad. UPASAKA LOSANG GYATSO.





# Atisha: Instrucción sobre la entrada en el sendero del bodhisatva sabio en la acción.

---

*En sánscrito: **Bodhisatvādikarmika margavātara desanā.***

**Catálogo Tohoku del Kangyur de Degé, Nº 3952/4477**

Homenaje a los maestros santos,  
Homenaje a los pies de los Maestros gloriosos,  
Y a todas las Joyas de las diez direcciones,  
Quienes han evitado el nacimiento en los destinos desafortunados,  
Y han llegado a tener la certeza de alcanzar los destinos más altos.

Ahora, con respecto a este tema, yo deseo que todos los que naturalmente tienen la visión profunda y la sabiduría más grande, propia del linaje Mahayana, y todos aquellos que han cultivado el Mahayana en vidas pasadas, siendo personas descontentas con el hecho de experimentar el nacimiento, siendo conscientes de la muerte, y con poco apego a cualquier bien externo o interno, yo deseo que ellos puedan escuchar el sendero sin error del Mahayana, de labios de un amigo espiritual virtuoso.

Reflexionando, uno llega a la conclusión de que necesita contactar con alguien virtuoso, entonces primero busca a un maestro adecuado como amigo espiritual, y toma el Refugio Triple de acuerdo con el Dharma, teniendo como su objeto a todas las criaturas. Entonces, poseyendo una motivación auspiciosa, él engendra la aspiración especial de alcanzar la gran y suprema Iluminación. Y así, poseído de esta motivación superior propicia, progresa sin engaño en el pensamiento de la Iluminación comprendiendo correctamente los tres entrenamientos del recorrido del bodhisatva.

Entonces, imaginándose como un perro, un paria, un sirviente, todas las acciones de cuerpo, palabra, y mente de este bodhisatva sin doblez, serán significativas día y noche, puesto que está en el “camino de la acumulación.”

Y así, con lo que necesita ser conocido con respecto a la moderación en la comida, y con las puertas de sus sentidos bloqueadas, él ve con miedo incluso la menor transgresión, y día y noche persevera en su práctica yóguica.

## **La oración de las siete ramas.**

Deseando que cada respiración, inhalación y exhalación, sirva de beneficio a todos los seres, el se levanta al amanecer para la meditación, ocupándose de las cuestiones usuales del cuerpo prestándole cuidados y lavándose, de acuerdo a las diferentes

circunstancias que acontecen en la ciudad o el campo; y pensando en los infinitos seres, genera el pensamiento de la Iluminación con los cuatro inmensurables.

Entonces disponiendo un lugar para las representaciones de las Tres Joyas, y colocando flores, perfumes, dulces, y polvos ante ellas, se arrodilla y junta sus manos.

Entonces, imaginando la indescriptible e inimaginable reunión de todos los cuerpos de los Budas que habitan en los mundos de las diez direcciones, y a todas las enseñanzas del Dharma, y a la Sangha de los seres nobles que siguen el Mahayana,

**1) La obediencia.**

Les rinde homenaje a todos y cada uno de ellos, postrándose.

**2) La ofrenda.**

El está contento con las enormes ofrendas que puede hacerles, las cuales son ilimitadas, inmensurables, y enormes.

**3) La confesión de las faltas.**

Y entonces, creando cabezas y lenguas para cada uno de aquellos cuerpos indescriptibles, el confiesa todas sus faltas y las de los demás.

**4) El regocijo en la virtud.**

El se regocija de sus propias virtudes y de las de otros.

**5) Pidiendo que gire la Rueda del Dharma.**

El pide al Buda Bhagavan que gire la Rueda del Dharma para aquellos que no están lejos de la Completa y Perfecta Iluminación.

**6) Pidiendo que no entren en el nirvana.**

A todos aquellos que han abandonado las impurezas de esta vida, tras haber girado la Rueda del Dharma, el les pide que no entren en el nirvana mientras exista la existencia cíclica.

**7) Dedicación del mérito.**

El dedica todas esas raíces de virtud a la Insuperable y Perfecta Iluminación.

El debería de recitar las palabras de forma completa para cada una de las ramas, tal como se encuentra en los Sutras. Y entonces, después de haber hecho la oración de las siete ramas, visualizando a los seres ilimitados en número, debería de recitar las palabras de refugio en las Tres Joyas, al menos por tres veces. Entonces él genera el pensamiento de la Iluminación, haciéndolo de forma que sea satisfactoria.

Para ello él utiliza las siguientes palabras: *“Hasta que alcance la Iluminación, tomo refugio en el Buda, en el Dharma, y en la Asamblea de los Nobles. ¡Que por la práctica de la generosidad y de las demás perfecciones, pueda alcanzar el estado de un Buda, para beneficio de todos los seres!”* Esto ha de repetirlo tres veces.

De este modo, el ofrece su cuerpo, haciendo el voto de discurrir dentro del sendero del Mahayana, el sistema de la persona superior.

Entonces, sentado en su estera con las piernas cruzadas, habiendo aprendido las nueve ramas expuestas en el *Capítulo sobre el equilibrio meditativo*, compuesto por el Venerable maestro, el glorioso Bodhibhadra, el practica la calma mental y la visión profunda; y eliminando todos los defectos que puedan aparecer, tales como la pereza y la distracción, medita.

Con los ojos entreabiertos y la respiración regulada, cuando ve cosas dentro y fuera de él, piensa: “¡Ah, qué maravilloso! Todo esto surge del espacio ilimitado no producido, gracias a la originación dependiente.” Y también piensa: “¡Ah, que maravilloso! Esta

permanencia aparente es como si estuviera velada con los ocho ejemplos de la ilusión.” Así es como lo entiende.

Y entonces, él debería de recitar en voz alta los Sutrás del Mahayana, con la clase de comprensión que él pueda tener, sea cual sea, para explicar el Dharma a todos los seres no iluminados, movido por un corazón dotado de gran compasión.

A la hora de la comida, él reflexiona que este cuerpo insustancial, llenado con las treinta y seis impurezas, es finalmente destruido; y por tanto, él busca realizar la esencia del Cuerpo de la Verdad de un Buda.

Y cuando la comida no es nutritiva, o no es placentera en modo alguno para el sentido del gusto, debería de comer con el convencimiento de que este cuerpo es solo como una barca útil para cruzar el río de la existencia.

Aprenderá la moderación en la comida a partir de las ocho ramas de la sabiduría sanadora. En la alimentación hay tres partes: una es de comida, otra de bebida, y una parte se deja vacía para cosas como la respiración controlada. Así se ha explicado.

Uno puede dividir la comida en cuatro porciones: una parte se ofrece al maestro espiritual y a las Tres Joyas; una parte la debería de disfrutar uno; una parte debería de ser dada a los niños y a los menesterosos; y una parte ha de estar reservada a los animales, tales como perros y cuervos. Yo mismo he enseñado esto en otra parte como una práctica concisa, y también ha sido expuesto concisamente en otros lugares por otros. El primer método procede de mi explicación en la *Lámpara de la práctica concisa*.

Uno debería de realizar todas las prácticas completas tal como está prescrito. Existen prescripciones para las sesiones del amanecer y de primeras horas de la mañana; y también para las del medio día, y la tarde; y para las de primera y última hora de la noche. Para este tipo de yogui, los maestros dicen que no es necesario que lo hagan cuando se retiren y vayan a dormir.

Para un yogui principiante, que está en el camino de la acumulación, y que desea generar las raíces de virtud adecuadas para acumular las provisiones necesarias para la Iluminación, para esa persona, el permanecer con un propósito fijo día y noche, en ocasiones, presenta signos de fracaso. Pero si debido a la fuerza de las tendencias habituales se produce alguna desviación, él actúa para corregirlo rápidamente, examinándose así: durante dieciocho periodos, cada uno de ellos dividido en tres, suponiendo cincuenta y cuatro veces durante las veinticuatro horas del día.

Existen muchos bodhisatvas con capacidades superiores o mediocres; uno tiene que aprender los medios de cura a través de las instrucciones de un maestro. El sendero auspicioso explicado por los Nobles, y que ha sido requerido por discípulos tales como Jangchub O, que ha sido transitado por aquellos que pertenecen al linaje Mahayana, ¡Que pueda ser recorrido por ellos con ambos pies, hacia el lugar del poder!

El laico Jangchub O suplicó esta enseñanza al Venerable maestro, el bodhisatva Atisha; el monje Tsultrim Gyalwa lo editó y tradujo; ¡Que pueda ser practicado por los seguidores del Mahayana!

**Colofón:**

Esta *“Instrucción sobre la entrada en el sendero del bodhisatva sabio en la acción,”* fue compuesta por el Maestro Sri Dipamkara-jñana. Fue traducido por el propio pandita, y por el traductor Tsultrim Gyalwa.

Traducido al castellano por el ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso.  
Editado a 28/12/2019.

