

Enseñanzas sobre transformación del pensamiento en tiempos del COVID-19

Video 23: La felicidad viene abandonando el deseo

Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal

29 Abril 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el Monasterio de Kopan, 29 Abril 2020.

Traducción simultánea desde el inglés por Ven.Tenzin Chöky.
Transcrito al castellano por el Equipo del Centro Nagarjuna Valencia,
noviembre de 2020.

Pendiente revisión definitiva.

© FPMT Inc., 2020

Video 23: Tan pronto abandonas el deseo, hay felicidad

Mis muy queridos, los más bondadosos y preciosos, joyas que satisfacéis los deseos, todos vosotros, estudiantes, amigos, padres, madres, hermanos, hermanas, todos los seres.

Mientras estemos en samsara no podemos estar bien

Espero que estéis todos bien pero en realidad, como he dicho a algunos estudiantes, mientras estamos en samsara, de hecho, no hay forma de sentirnos bien. Mientras no te liberes, mientras no te liberes del samsara no estarás bien. Siempre estás experimentando el sufrimiento del samsara. Como estás en el samsara, no estás liberado, así que no hay manera de estar bien.

Hay sufrimiento, el sufrimiento del sufrimiento y el sufrimiento del cambio. Todos los placeres samsáricos temporales, el sufrimiento del cambio, son de la naturaleza del sufrimiento, por eso no pueden continuar y no pueden desarrollarse, y no puede ser completado como la felicidad del dharma. Puedes lograr la liberación, el nirvana. Puedes lograr el estado de paz para ti mismo y la felicidad sin igual, el cese total de las obscuridades y la completación de las realizaciones. Sí, puedes lograr esto. Y verte libre de los sufrimientos del samsara. El samsara es la naturaleza del sufrimiento.

Desarrollamos compasión al comprender el karma

Las personas tratan a los animales como servilletas

Y luego, es como, como mencioné, ¿en Tailandia, Corea, Camboya o Corea? *Bah, bah, bah. Lama khyen, lama khyen.* Hacen, es increíble, cerca del agua, hacen un agujero para atrapar a los peces, peces grandes, no sé, y vienen. Para atraparlos hacen, un agujero con agua. Se van y luego vuelven. Muchos peces entran en el agujero. Luego lo sacan y lo matan para alimentarse. *Bah, bah, bah. Lama khyen.*

Y entonces, saben... Los adolescentes llevan las hachas. Saben dónde vive la serpiente dentro. A veces huelen las piedras. No se ve una serpiente desde afuera, pero cavan. La serpiente está ahí y cavan. Entonces, después de cavar, dentro está la serpiente. No hay ningún espacio vacío. Está completamente apretado, completamente apretado. No hay ningún espacio vacío. Nacen así. Son largas. Después de cavar, sacan la serpiente. No hay espacio. *Tsk, tsk, tsk* No sé lo que hacen. Y cómo las serpientes se las arreglan para encontrar comida viviendo allí, no lo sé. *Lama khyen, lama khyen.* Los adolescentes cavan y la encuentran. *Ssssh. Lama khyen.* Se la llevan. Los niños pequeños llevan la serpiente en su espalda. No tienen miedo de atraparla. Luego la cortan. Luego la fríen. Luego la queman en el fuego, luego la cortan. La fríen. Quiero decir que la queman. La fríen cortándola en pedazos. *Lama khyen.*

Y comen mucho, mucha serpiente. Sin darse cuenta, sin experimentar la más mínima compasión hacia ellas, las tratan como si fueran algo inerte, como si fuera una servilleta. Como si fuera algo que no siente, no tienen ni idea, no saben, que están sufriendo. O como por ejemplo, los pescadores, igual que los que atrapan serpientes, exactamente igual. Exactamente igual. No se dan cuenta, de que sufren y que no les gusta sufrir. Entonces, imagínate cómo te sentirías, si alguien te hace eso, que te queman vivo, o que te corten en pedazos. Imagínate cómo te sentirías. Tienes que pensar eso.

La gente no tiene ni idea sobre el karma

Porque claro que luego, cuando esa acción madure, *sufrirán mucho por matar*, luego durante quinientas vidas al menos, van a nacer como serpiente y ser matados por otros. Esos jóvenes, chicos y chicas, eran antes serpientes, pero no tienen ni idea, no hay clarividencia, no hay mente omnisciente. No tienen ni idea y de nuevo durante quinientas vidas, al menos, nacerán como serpientes, teniendo que experimentar, una y otra vez, esos terribles sufrimientos. Guau, qué pena, por matar a uno, por dañar a uno, quinientas vidas de sufrimiento y no tienen ni idea de que esto va a suceder. Una completa ignorancia, tan, tan densa. Más densa, más pensada que una montaña rocosa. No comprenden y por eso, les tratan así. *Bah, bah, bah*.

Los seres son tan desafortunados

Entonces, comprendiendo esto, así es como tu generas la compasión hacia los seres. Igualmente hacia las serpientes como hacia esos jóvenes que las atrapan, que las están buscando. Están en una situación tan desafortunada, porque tienen que hacer todo tipo de cosas para cazar diferentes animales, *guau*. Tan desafortunados son, muy hábiles en saber atrapar, cazar a estos diferentes animales pero no tienen ni idea, desconocen totalmente las consecuencias, que por matar a una serpiente durante quinientas vidas vas a sufrir algo similar. Tener que experimentar esos sufrimientos en los reinos infernales, que es el resultado de la maduración. Eso conlleva no conocer el dharma, no encontrar el dharma durante eones, eones, *guau*. La luz del dharma no llegará a sus mentes, tan, tan, tan oscura. Una mente tan oscura sin conocimiento durante eones y eones, sin poder conocer el dharma, sin tener forma de comprender el dharma. A parte por supuesto, de practicar y abandonar la causa del sufrimiento de la no virtud y practicar la causa de felicidad, la virtud, *guau*. *Ssssh, lama khyen. Tsk, tsk, tsk*.

Los tres grandes significados de la vida humana

El primer gran significado

Por eso tenemos que darnos cuenta, lo increíblemente magnífico, que es haber encontrado el dharma, en esta vida. Tu vida humana es increíblemente preciosa, lo que tú puedes hacer. Lo que puedes hacer con esta preciosa vida humana, lograr los tres grandes objetivos o significados. Al haber encontrado el dharma, al conocer el dharma puedes purificar el karma negativo del pasado, tomando refugio en Buda,

Dharma y Sangha y proteger de esta forma el karma, abandonando el crear acciones no virtuosas, que son causas de reinos inferiores y crear la virtud que es causa de felicidad, de renacimientos superiores. Así puedes proteger el karma, practicar la moralidad, *guau*.

De los cinco votos de liberación individual Upasika, pues puedes tomar, por lo menos uno. Hablamos del voto de refugio, están las instrucciones de lo que, aquello de lo que te has de refrenar. Luego las tres cosas que tienes que practicar por tomar refugio en Buda, Dharma y Sangha.

Están los ocho consejos generales:

- (1) Practicar la compasión hacia los seres.
- (2) Antes de comer o de beber, haz ofrecimientos a Buda, Dharma y Sangha, que es un beneficio de unos méritos increíbles. Cada vez que ofreces a Buda.
- (3) El poder controlar tu mente, controlar tus sentidos y no permitir que caigan bajo los engaños. Controlar a los engaños, que te están dañando tanto a ti y a los demás.
- (4) Hacer postraciones por la mañana y por la noche al Buda, Dharma y Sangha, al menos tres postraciones.

Y puedes tomar todavía mucho más preceptos que los cinco votos o preceptos Upasika, de liberación individual, puedes tomar, uno, dos, tres o cuatro, o los cinco.

Luego también están los votos *nyer ne*, de proximidad al nirvana y los ocho preceptos, luego los dieciséis. Luego también están los dieciséis de los getsul, los docientos cincuenta y tres de los gelong y 365 de las bikshunis.

Cuanto más alto sea el número de votos que mantegas mientras vivas, se vuelve más fácil, acercarse, lograr, acercarse al nirvana, acercarse a la liberación del samsara.

Entonces confiando completamente en Buda, Dharma y Sanga, proteges el karma y puedes así abandonar la causa del no sufrimiento, la no virtud y cultivar las causas de felicidad.

Practicar el buen karma y así poder llegar a tener un renacimiento superior en una tierra pura. Y obtener la felicidad de esos renacimientos superiores

El segundo gran objetivo

Entonces, sí, practicando los tres adiestramientos superiores, la renuncia al samsara, los tres adiestramientos superiores, te liberas del samsara. Logras la liberación del samsara para siempre. *Bah, bah, bah*. Ése es el segundo gran significado de una vida humana.

El tercer gran objetivo

Luego el tercer objetivo de la vida humana, es la generación de la bodichita, generando la compasión hacia todos los seres. La bodichita es la raíz del camino Mahayana la iluminación, lograr la omnisciencia para liberar a todos los seres. Éste es el tercer gran significado de la vida humana.

El primero era la felicidad, un renacimiento superior; segundo, la liberación del samsara y tercero, la iluminación. Es algo increíble. Somos tan afortunados, increíblemente afortunados comparados con otros seres. En esta ocasión hemos obtenido este renacimiento humano, *guau*. Entonces una gran, gran diferencia. Qué afortunados somos, algo que parecía imposible de que sucediera, nos ha sucedido en esta vida, *guau, guau, guau..*

Utiliza tanto la felicidad como el sufrimiento en el camino hacia la iluminación

Entonces volviendo al tema del adiestramiento mental, que nos habla que incluso aunque experimentes felicidad, no solamente sufrimiento, sino incluso tu vida sea una vida de felicidad, no la desperdices, no desperdices este precioso renacimiento humano siendo perezoso, sin practicar el dharma porque es tan fácil dejarnos llevar por el apego, el enfado y la ignorancia y crear así sólo karma negativo, sin interrupción.

Realmente es algo, sería algo muy, muy triste. Sería como estar practicando, acumulando el combustible para los infiernos. Es decir, que incluso, aunque tu vida sea una vida feliz, utiliza esa felicidad en el camino a la iluminación para el beneficio de los seres. Utilízalo para que tu felicidad sea útil para los seres, para los innumerables seres, incluso los insectos más pequeñitos, las moscas.

Y si tu vida es como ahora que en la actualidad que estamos teniendo estas dificultades con el coronavirus, entonces cualquier sufrimiento que experimentes, cualquier problema, utilízalo en el camino a la iluminación, sirviéndote de esos problemas para generar la bodichita. Haz que sean útiles para los seres, para poder lograr la iluminación y liberar del samsara y poder alcanzar cuanto antes la iluminación, *guau, guau*, es algo increíble, increíble, increíble, que podamos hacer esto.

La motivación para escuchar las enseñanzas

Antes de entrar en detalles, el poder ver los sufrimientos, el poder contemplar tu sufrimiento y el de los demás. Sobre esa base, realizas la vacuidad. Es decir, que todas estas reflexiones nos lleven a generar esa motivación de que no es suficiente lograr el estado gozoso de paz o de liberación para uno mismo. Nuestra vida debe ser para beneficiar a los seres. Para liberar a los innumerables seres de los océanos de sufrimiento samsárico y llevarles a la felicidad inmaculada de la completa cesación de los oscurecimientos y completación de todas las realizaciones. Tengo que hacer esto por mí mismo solo por tanto, tengo que lograr la iluminación y para eso voy a escuchar las enseñanzas.

Te engañas a ti mismo si no renuncias a este mundo

Así que el tema de anoche, continuaré un poco.

Aryadeva dijo... Él es uno de, *gan den drug nyi*, los seis ornamentos y dos sublimes discípulos, panditas, Aryadeva de Nalanda.

El texto de Chen Nga Lodro Gyaltsen *Abriendo la puerta del dharma* dice:¹

སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷན་དབྱེས་པའི་བརྒྱ་བར་།

Se menciona en el texto de Acharya Aryadeva *Cuatrocientas estrofas del camino medio*:

“Se menciona en las *Cuatrocientas estrofas del camino medio*, *Uma Zhi Gyapa*, (v. 281):

གང་གིས་འཇིག་རྟེན་འདི་མཐོང་དགའ། །
དེ་ནི་གཞན་ལ་སྤྱོད་པ་ཉིད། །
གང་དག་དེ་རྗེས་འགྲོ་དེ་དག། །
ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་བསྐྱུས་པར་འགྱུར།

GANG GI JIG TEN DI THONG KA

Cualquiera para quien sea difícil renunciar a este mundo

DE NI ZHÄN LA LÜN PA NYI

es más ignorante que otros.

GANG DAG DE JE DRO DE DAG

Cualquiera que lo siga

SHIN TU YÜN RING LÜ PAR GYUR

se engañará a sí mismo por un tiempo increíblemente largo.

Aryadeva dijo en las *Cuatrocientas estrofas del camino medio*, “Cualquiera que le sea tan difícil de renunciar a esta vida, a este mundo”. *Gang gi jig ten di thong ka / De ni zhän la lün pa nyi*. “Esto es tan ignorante, tonto, loco”. *Gang dag de je dro de dag*, “Cualquiera que siga después de esto”, al que para quien es tan difícil renunciar a este mundo, esta vida, entonces, “te engaña”, “te engañas a ti mismo por un tiempo increíble”. “Te engañas a ti mismo”, “Te engañas a ti mismo por un tiempo increíble”, por eones, eones, eones.

El texto de Chen Nga Lodro Gyaltsen *Abriendo la puerta del dharma* dice:

ཞེས་ཚེས་ལེགས་པར་བྱས་པས། ཚོ་འདི་རང་ཡང་གཞན་ལས་སྤྱིད་པར་འོང་བ་ལ།

Si practicas bien el dharma sagrado, incluso en esta vida serás más feliz que los demás.

Entonces, “Si practicas el dharma”, “Si practicas bien el sagrado dharma, incluso en esta vida serás más feliz que los otros”. “Otros” significa los multimillonarios y millonarios que tienen aviones a reacción, helicópteros, lo que sea, edificios, océanos, edificios de muchos pisos. Como en Bombay, el hombre

¹ Lama Zopa Rimpoché está citando el texto *Abriendo la puerta del dharma* (བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ལ་ཐོག་མར་སྤྱོད་པ་ཚེས་ཀྱི་སློབ་འབྲུག) de Chen Nga Lodro Gyaltsen.

indio más rico tiene tanto dinero, ¿entonces qué hizo? Construyó un edificio alto.² Por supuesto, hay tanta gente pobre, hay un sinnúmero de seres, para ayudar, pero el pensamiento no viene a la mente para ayudar a los que están sufriendo. El pensamiento de ayudar, eso no viene. Quieren felicidad y para ayudarles tienes cosas, tienes mucho dinero para ayudarles, pero ese pensamiento no viene, piensas sólo en ti mismo para disfrutar.

Así que construyó un edificio. ¿Cuántas torres?

Ven. Tsenla: 37.

Ven. Roger: 66 plantas.

Rimpoché: ¿Cuántas?

Ven. Roger: 66 plantas.

Rimpoché: Tan alto. Tiene una piscina en el interior. Luego se la mostró a un experto en feng shui. Luego el experto en feng shui dijo que no era bueno para la familia, así que tuvieron que mudarse. ¿Te imaginas? Con tanto dinero puedes ayudar al mundo, a los sin techo, a los que no tienen comida, a los enfermos. Es increíble cuánto puedes ayudar, *wow, wow, wow, wow, wow, wow, tsk, tsk, tsk*, tanto beneficio.

Entonces, "Si practicas bien el sagrado dharma, eres mucho más feliz que muchos otros." Te estoy dando el ejemplo de millonarios y multimillonarios. Sí, estoy dando un ejemplo como esos multimillonarios en la India. Eres mucho más feliz que ellos, increíblemente feliz. ¿Lo ves?

Hagas lo que hagas, nunca te satisface. Si no practicas el Dharma, cualquier placer samsárico, no importa cuántos obtengas... Hemos estado tratando de obtener el placer samsárico desde renacimientos sin principio. Hemos sido incluso un rey universal en el mundo innumerables veces. Pero nada ha sido beneficioso, así que seguimos sufriendo, no estamos libres de sufrimiento. Tienes que pensar así.

El texto de Chen Nga Lodro Gyaltshen *Abriendo la puerta del dharma* dice:

དེ་ཙམ་ཡང་མི་རྟོགས་པ་ནི། ལྷན་པའམ་སློན་པ་ཡིན་པས། དེས་རང་གཞན་འདུང་། དེས་ན་ཚོས་ལེགས་པར་བྱས་པས་བདེ་བའི་གནད་རྣམས་
སློབ་པ་གལ་ཆེ་བར་གསུངས།

² The Guardian, 2007: El hombre más rico de la India, Mukesh Ambani, está construyendo una nueva casa en el centro financiero de Mumbai: un palacio de 60 pisos con helipuerto, club de salud y seis pisos de estacionamiento. El edificio, que lleva el nombre de Antilla en honor a una isla mítica, tendrá una superficie total mayor que la de Versalles y será el hogar del Sr. Ambani, su madre, su esposa, sus tres hijos y sus 600 empleados a tiempo completo. Cubierto por jardines colgantes, el edificio tendrá un piso para un home theater, un apartamento con fachada de vidrio para los huéspedes y un gimnasio de dos pisos. Como los techos son tres veces más altos que los de un edificio normal, la torre de 173 metros sólo tendrá 27 pisos.

DE TSAM YANG MI TOG NI / LÜN PA 'AM LEN PA YIN PÄ / DE RANG ZHÄN PHUNG / DE NA
CHHÖ LEG PAR JÄ DE WÄI NÄ NAM LEB PA GÄL CHHE WAR SUNG

**No darse cuenta de esto es tonto y estúpido. Causa una pérdida para ti y para los demás.
Por lo tanto, practicando bien el sagrado Dharma, alcanzas el estado de felicidad. Esto es
muy importante.**

"No entender esto", "No darse cuenta de esto, es una tontería". Luego, "Eso hace *phung*," *rang zhän phung*, *rang zhän phung pa la*, *phung*, *phung pa la*, *rang zhän phung*?

(Ven. Tsenla sugiere algo)

Rimpoché: No. "Es una gran pérdida para ti y los demás", *rang zhän phung*.

Ven. Tsenla: Pérdida.

Rimpoché: La vida pasa sufriendo tanto. Para ti y para los demás, tanto sufrimiento. *Rang zhän phung*.

De na chhö leg par jä de wäi nä nam leb pa gäl chhe war sung, "por lo tanto, practicando bien el sagrado dharma, se alcanza el estado de felicidad. Es tan importante". Sí, el estado de felicidad, libre de todos los problemas, el apego a esta vida, todos los problemas de los que puedes ser libre, tanta paz y felicidad.

Logrando el dharma sublime obtienes una felicidad que nunca antes habías tenido

El texto de Chen Nga Lodro Gyaltshen *Abriendo la puerta del dharma* dice:³

སྲོལ་དཔོན་ཞི་བ་ལྷན།

Shantideva dice:

Aryadeva (Shantideva), Lopon Shiwa Lha, dice en el *Compendio de adiestramiento*:

གཡེང་བ་མེད་པའི་ཚུལ་ཅན་ཚོས་མཚོག་གང་ཐོབ་པས། །
སྲོན་ཚད་མ་ཐོབ་པ་ཡི་སྲིད་པའང་རབ་འཛོལ་ཅིང་། །
བདེ་བ་ལས་ནི་ནམ་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་མེད། །
རྗེགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བདེ་མཚོག་མི་ཟད་དང་། །
སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་མཉམ་མེད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའང་ཐོབ། །
ཅེས་བསྐབ་བདུས་ཀྱི་ཐོག་མར་གསུངས་སོ།

YENG WA ME PÄI TSHÜL CHÄN CHHÖ CHHOG GANG THÖ PÄ⁴

Habiendo, en la forma de ser sin distracción, logrado el dharma sublime,

³ Lama Zopa Rimpoché está citando del texto *Abriendo la puerta del dharma*.

⁴ En *Compendio de adiestramiento*, el verso comienza con estas dos líneas:

གང་ཐོབ་ནས་ཀྱང་གཡེང་བ་མེད་པའི་བདག་ཅན་གྱིས། །

NGÖN CHHÄ MA THOB PA YI KYI PA'ANG RAB THOB CHING
también recibes la felicidad que nunca antes habías tenido.

DE WA LÄ NI NAM YANG NYAM PAR MI GYUR DANG
Y nunca degenerarás esa felicidad.

DZOG PÄI JANG CHHUB SEM PÄI DE CHHOG MI ZÄ DANG
Alcanzas la incesante felicidad sublime de un bodisatva completo

SANG GYÄ GO PHANG NYAM ME PHÜN TSHOG THOB JE PA
Y el inigualable y perfecto estado de budeidad.

ཅེས་བསྐྱབ་བདུས་ཀྱི་ཐོག་མར་གསུངས་སོ།

CHE LAB TÛ KYI THOG MAR SUNG SO
Esto se menciona al principio de *Práctica condensada*.

“Se menciona al principio de” enseñanza de Shantideva, “*Lab Du, Práctica condensada*,” Creo.

Ven. Tsenla: *Adiestramiento*.

Rimpoché: *Práctica condensada*.

Ven. Tsenla: *Compendio de adiestramiento*.

Rimpoché: *Compendio de adiestramiento*. *Yeng wa me päi tshül chän chhö chhog gang thö pä, Yeng wa me pa* es “sin distracción”, “sin ninguna distracción, habiendo logrado el dharma sublime”, “habiendo logrado el dharma sublime”. *Ngön chä ma thob pa yi kyi pa'ang*, entonces, “obienes una felicidad que nunca antes tuviste”. “Tienes tanta felicidad que nunca antes habías tenido.” Significa que con una mente mundana, con el apego a esta vida, deseando la felicidad, nunca conseguiste esta felicidad. “Tienes tanta felicidad como nunca antes la tuviste”, *rab thob ching*. *De wa'ang rab thob ching*, también esta felicidad. *De wa lä ni nam yang nyam par mi gyur dang*, “tú nunca”, *De wa lä ni nam yang nyam par mi gyur*, “nunca decae, quiero decir degenera, tu felicidad”. “Nunca ocurre la degeneración de la felicidad”. *De wa lä ni nam yang nyam par mi gyur*, “no hay degeneración de la felicidad”. *Dzog päi [jang chhub] sem päi de chhog mi zä*, “La incesante y sublime felicidad de quien ha alcanzado la realización completa”. Luego, “alcanzas el inigualable estado perfecto de buda”, también. Así es.

Como mencioné antes, la increíble felicidad y paz que logras al renunciar a las preocupaciones mundanas, al apego que se aferra a la felicidad de esta vida, ésa es la felicidad del dharma, existe la felicidad del dharma. La felicidad dharma es increíble. Eso se convierte... Eso causa la felicidad de las vidas futuras, el renacimiento en una tierra pura, la felicidad de los devas y los seres humanos. Luego, eso causa, se convierte en la base de la felicidad última, la liberación del samsara, los océanos del

མྱེག་ཐོག་ཐོག་བུས་མང་པོ་མ་ལུས་ཟང་བྱེད་ལ།

GANG THÖ NÄ KYANG YENG WA ME PÄI DAG CHÄN GYI
DIG PONG NGÖN JÄ MANG PO MA LÜ ZANG JE LA

sufrimiento samsárico, la liberación para siempre. También se convierte en la base para alcanzar la iluminación, la felicidad sin igual. *Oh*, tienes que saber esto, como ya mencioné una noche antes.

Si quieres felicidad, abandona el deseo

El texto de Chen Nga Lodro Gyaltshen *Abriendo la puerta del dharma* dice:⁵

ཁཚམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞུ་ནས་ཀྱང་། ཆོད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས་སུ།

CHOM DÄN DÄ KYI ZHÄL NÄ KYANG / CHHE DU JÖ PÄI THSOM SU

El Buda dijo en *Dhammapada*:

Las enseñanzas de Buda *Tshom, Heap of the Teachings* dice:

གལ་ཏེ་བདེ་བ་ཀྱན་འདོད་ན།།

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྡོངས།།

འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྡོངས་ན།།

མཚོག་དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར།།

GÄL TE DE WA KÜN DÖ NA

Si deseas toda la felicidad,

DÖ PA THAM CHÄ YONG SU PONG

debes abandonar completamente todo el deseo.

DÖ PA THAM CHÄ YONG PANG NA

Si abandonas completamente el deseo,

CHHOG TU DE WA THOB PAR GYUR

lograrás la felicidad sublime.

Gäl te de wa kün dö na/ Dö pa tham chä yong su pong. “Si deseas”, “si deseas toda la felicidad, debes abandonar todo el deseo”. “Si quieres”, “ *Gäl te de wa kün dö na*, “si quieres toda la felicidad, debes abandonar todo el deseo”. *Dö pa tham chä yong su pong*, “abandona completamente todo el deseo”. *Dö pa tham chä yong pang na*, “si abandonas completamente todo el deseo”, *Chhog tu de wa thob par gyur*, “lograrás la felicidad sublime”, *Chhog tu de wa thob par gyur*, la iluminación.

ཇི་སྲིད་འདོད་པའི་རྗེས་འབྲང་བ།།

དེ་ཡི་བར་དུ་ངོམས་མི་འགྱུར།།

དེ་ལ་གང་དག་ཤིས་རབ་ཀྱི།།

ཕྱག་བྱེད་དེ་དག་ཚམས་པ་ཐོབ།།

JI SI DÖ PÄI JE DRANG WA

Mientras sigas el deseo,

⁵ Lama Zopa Rimpoché está citando el texto *Abriendo la puerta del dharma*.

DE YI BAR DU NGOM MI GYUR
nunca obtendrás satisfacción.

DE LA GANG DAG SHE RAB KYI
Cuando la sabiduría detiene el deseo,

DOG JE DE DAG TSHIM PA THOB
logras satisfacción.

Ji si dö päi je drang wa, “mientras sigas el deseo”, *De yi bar du ngom mi gyur*, “mientras sigas el deseo, nunca obtendrás satisfacción,” todo eso es sufrimiento. Insatisfacción es el sufrimiento del sufrimiento. Eso es todavía el sufrimiento del sufrimiento. *Oh*, entonces, *De la gang dag she rab kyi / Dog je de dag tshim pa thob*. “Para esos practicantes, la sabiduría”, la sabiduría del dharma, *dog je*, detiene la mente mundana, el apego y demás. “Detiene eso, entonces logran satisfacción”. *Tshim pa thob*.

འདྲོད་པས་ངོམས་པར་མི་འགྱུར་བར།
ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ངོམས་པ་བསྐྱེད།
ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ངོམས་པའི་མི།
མིན་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་རོ།

DÖ PÄ NGOM PAR MI GYUR WAR
El deseo no trae satisfacción.

SHE RAB KYI NI NGOM PA KYE
La satisfacción viene de la sabiduría.

SHE RAB KYI NI NGOM PÄI MI
Un ser humano que está satisfecho por la sabiduría

SI PÄI WANG DU MI GYUR RO
no está bajo el control del samsara.

Dö pä ngom par mi gyur war. Entonces, “cualquiera que no obtenga satisfacción por el deseo”. *She rab kyi ni ngom pa kye*, entonces, “obtendrá satisfacción por la sabiduría”, felicidad. Logran satisfacción por la sabiduría, la visión de dharma, así consiguen la felicidad. *She rab kyi ni ngom pa kye. She rab kyi ni ngom päi mi / Si päi wang du mi gyur ro*. “Los seres humanos que están satisfechos por la visión de dharma”, *Si päi wang du mi gyur ro*, entonces, “no caen bajo el control del samsara”.

Oh. En *Abriendo la puerta del dharma* hay doce cosas que Asanga explicó como la felicidad del dharma.

Paro aquí.

Menos deseo significa más felicidad

Aquí, en América, en la casa de Aptos, tenemos dos coches. Roger compró un coche la primera vez. Esa vez nos quedamos en la casa del director de Vajrapani, John. Ahora tomó la ordenación; esa vez estaba acostado. Roger fue a comprar un coche, ¿cómo se llama? Una bonita furgoneta roja. Compró un coche.

Quería que saliera a ver el coche, pero no pude salir durante varias horas. Sí, compré un bonito coche. El segundo coche tiene una etiqueta en la parte delantera. Dice: "Menos deseo significa más felicidad en la vida". Ésa es la cosa más importante en el mundo para conocer. Usualmente la gente no conoce el dharma, excepto aquellos que realmente practican el dharma, que realmente saben lo que es el sagrado dharma, sólo aquellos que realmente entienden el sagrado dharma, que realmente practican *Las diez joyas secretas* de los gueshes kadampas, las enseñanzas de los Kadampas, esos practicantes, aquellos que renunciaron a la vida, que han renunciado al aferramiento.

Porque normalmente, la gente piensa que practicar el dharma es recitar oraciones, hacer postraciones. Piensa que practicar el dharma quiere decir meditar, así con los ojos así muy cerrados. La gente piensa que todas esas apariencias tienen que ver con practicar el dharma, cuando en realidad de lo se trata es de renunciar al deseo mundano, a la mente mundana. No saben que eso es el verdadero dharma, porque todo el sufrimiento, no conocen de dónde viene el sufrimiento y los problemas. Entonces sólo aquellos, que verdaderamente practican como estos gueshes kadampa, que practicaban *Las diez joyas secretas*. Ellos sí que pueden, podemos decir sus experiencias, por su experiencia pueden saber, lo que significa abandonar el deseo, que es justo la fuente de todo el sufrimiento. Abandonando el deseo, logran la felicidad. La gente en común, eso no lo sabe. Y eso es lo más importante realmente, es lo más importante a saber en tu vida. Incluso antes de practicar el dharma, tienes que saberlo, porque si no tu práctica de dharma, no se convierte en una práctica de dharma auténtica, crees que estás practicando, crees que estás practicando Lam.Rim, pero no es Lam.Rim. Así te engañas toda tu vida, nunca acabas de practicar el dharma, incluso aunque estas viviendo en el monasterio o estas viviendo en un centro de dharma. Como os decía esta pegatina que teníamos en la parte frontal del coche que dice; "Menos deseo, más felicidad en tu vida, en tu mente".

Sin enfado, no hay enemigo

Luego en la parte trasera del coche hay más publicidad. En la parte trasera está OM MANI PÄDME HUM. En la rueda, creo está OM MANI PÄDME HUM. "Cualquiera que vea este coche, que toque este coche, que recuerde este coche", todo eso, "que se libere del samsara y alcance la iluminación." Está dedicado así en la parte trasera del coche, en la rueda que cuelga.

Luego abajo, "Sin ira, no hay enemigo". Si no tienes ira, no tienes ningún enemigo en el mundo. Porque no tienes ira, no hay enemigo en el mundo. Eso es muy cierto. Eso significa que depende de ti, si tienes un enemigo en el mundo, depende totalmente de ti, de cómo pienses. Así que si no lo haces, si lo pospones... Si renuncias, si evitas la ira, no hay enemigo en el mundo. Sí, es tan simple. No tienes ningún enemigo en el mundo, ¡sí! Si tienes bodichita, si tienes bodichita, cada ser, cada ser del infierno, cada espíritu hambriento, cada animal, insectos, incluso bichos, piojos, mosquitos, cualquiera, serpientes venenosas, cualquiera, seres humanos, suras, asuras, todos están en tu corazón. Si tienes bondad amorosa, gran compasión, bodichita, todos están en tu corazón, no hay separación. Para ti todo el

mundo es tan precioso. Todos son tan preciosos, tan queridos, tan queridos, tan amables, la esencia de la concesión de deseos. Lo sientes en tu corazón. Eso es lo que sientes en tu corazón por todos.

La bodichita protege de los animales salvajes y de los elementos

Un yogui que se siente más seguro cuando vienen osos y tigres

Recuerdo que en Bután había tres grandes yoguis. Si alcanzaron la iluminación o no, no lo sé. No tenían casa. Vivían en el bosque, el abad de un museo, fue a verlos. Vio a un yogui sentado en la roca y dijo: "No te sientes así. Si hay osos o tigres, podrían venir. No te sientes en la roca". Su respuesta fue: "Estoy más seguro cuando vienen". Me siento más seguro cuando vienen. Cuando no están ahí, no me siento seguro". Dio una respuesta muy profunda.

Un elefante loco se inclinó ante Buda

El rey que siempre estaba compitiendo con el Buda, desafió al Buda. Olvidé el nombre, mi mente está tan mal.

Ven. Tsenla: ¿Devadata?

Rimpoché: ¿Devadata? Devadata siempre estaba compitiendo con Buda. Le envió un elefante loco para dañarle, pero cuando llegó el elefante loco ante Buda, se puso en una posición muy sumisa, como cuando un perro está muy cerca de su dueño, con esa posición humilde. Porque el Buda no tiene, no tenía apego, no tenía las tres mentes venenosas. Él no tenía ningún tipo de mente egocéntrica, solo bodichita, no solo eso, también mente omnisciente, sin engaños burdos, ni sutiles. Y de esa forma, nadie podía dañar al Buda. Nadie podía dañar al Buda, incluso los elefantes locos, tan, tan peligrosos.

San Francisco le dice al lobo que deje de dañar

El cristiano, San Francisco, el monje, San Francisco, en el bosque hay un lobo. El lobo daña a la gente, a muchos seres. Siempre hace daño. San Francisco quiso ir al bosque para decirle al lobo que no dañara a la gente. Muchos estudiantes de San Francisco decían; "No vayas al bosque, te hará daño". Así que fue al bosque. Porque San Francisco es un bodisatva, un verdadero bodisatva, tiene bodichita, gran bondad amorosa y compasión, bodichita, así que por eso el lobo se convirtió en un perro, que, cuando ve que su amo le lame los pies. Entonces San Francisco dijo: "No hagas daño a los demás. Desde hoy haré comida en la ciudad y te la daré". Desde ese día el lobo dejó de dañar. Eso se debe a la bodichita de San Francisco.

Los bodisatvas tienen control sobre los elementos

En el pasado también hay historias de muchos bodisatvas. Uno especialmente, que cuando tenía que cruzar un río, las aguas se separaban. Es decir, que controlan los elementos. Por ejemplo, el bodisatva Keutsang Jamyang. Se me ha olvidado el último nombre, ah, sí, sí. Gracias, gracias, Keutsang Jamyang

Monlam era un bodisatva. Entonces en el monasterio del Panchen Lama había una gran inundación que se encaminaba hacia allí. Él estaba afuera, entonces dijo, si es verdad que poseo la bodichita, que esta agua retroceda. Y lo escribió esto en una roca, en el agua. Y entonces el agua dejó de fluir en esa dirección y retrocedió.

Se me ha olvidado por qué decía todo esto, cómo empecé con esta parte. ¿Os acordáis? Ah sí, sí tenía que ver con lo que pasó en Bhutan.

Este yogui sentado en una roca, contestó, dice: “Estoy mucho más a salvo cuando estoy ahí”. Es decir, era una respuesta muy profunda pero el abad desconocía por qué. Es decir, eso es gracias a la bodichita. Con grandes realizaciones tántricas como la historia que os decía del Buda con el elefante loco, no pueden dañarles, cuando tienes esa realización. Tienes que saber eso. No pueden hacerles daño. Cuando, controlando su mente, los engaños, subyugando la mente, los engaños, y habiendo cesado de dañar a los innumerables seres. Entonces, claro que era una respuesta muy profunda. Si me encuentro con el abad, le recordaré, le voy a recordar esto. Pero no lo veo ya.

La felicidad está en tus manos

Eso es lo que tenemos que saber, la importancia de subyugar nuestra mente, controlar la mente de donde viene la felicidad. La felicidad viene de tu mente no de fuera, por tanto, está en tus manos, la liberación del samsara está en tus manos. Y la iluminación está en tus manos. ¿Os acordáis de este verso de Padampa Sangye? Dice, donde quieras que estés, está la iluminación o algo así. Me lo he inventado un poco, pero la idea es buena. Bueno lo dejamos aquí.

Dedicaciones

Dedicación para generar la bodichita

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, que la bodichita, que es la fuente de toda felicidad y éxito para uno mismo y para todos los seres, se genere en los corazones de todos los seres, y que la que se ha generado, aumente.

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE

Que la suprema joya de la bodichita

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

que no ha nacido, surja y crezca,

KYE PA NYAM PA ME PA YI

y que la que ya ha nacido no disminuya

GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG

sino que aumente más y más.

Dedicación para generar la vacuidad

Entonces la vacuidad, para nosotros y todos los seres.

KHOR DÄ RANG ZHIN DÜL TSAM ME PA DANG

El samsara y el nirvana no tienen un solo átomo de existencia inherente,

GYU DRÄ TEN DREL LU WA ME PA NYI

mientras que causa y efecto y el surgir dependiente son infalibles.

PHÄN TSHÜN GÄL ME DROG SU CHHAR WA YI

Solicito tus bendiciones para discernir el significado del pensamiento de Nagarjuna:

LU DRUB GONG DÖN TOG PAR JIN GYI LOB

Que ambos aspectos son complementarios y no contradictorios.

Dedicación por los enfermos

Ya lo he dicho. Rezamos: Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, por muchos seres enfermos que haya, que se liberen de las enfermedades rápidamente, y que nunca experimenten los seres la enfermedad.

SEM CHÄN NÄ PA JI NYE PA

Que todos los enfermos

NYUR DU NÄ LÄ THAR GYUR CHIG

se liberen rápidamente de sus dolencias.

DRO WÄI NÄ NI MA LÜ PA

Que ninguna de las enfermedades

TAG TU JUNG WA ME PAR SHOG

que hay en el mundo vuelva a producirse.

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas de los tres tiempos, que los seres enfermos, que nunca jamás renazcan en los reinos inferiores. Que todos sus deseos se cumplan inmediatamente de acuerdo al sagrado dharma. Que realicen la bodichita. Y que cualquier acción que hagan con el cuerpo, palabra y mente se convierta en causa de iluminación. Y que logren la iluminación tan rápido como sea posible.

Que aquellos que hayan fallecido, especialmente por el coronavirus, puedan nacer en una tierra pura donde puedan lograr rápidamente la iluminación o, al menos, recibir un renacimiento humano perfecto, enseñanzas Mahayana, maestros Mahayana perfectamente cualificados, que revelen el

camino inequívoco a la iluminación y llevando a cabo, las acciones que complazcan más a los maestros espirituales y puedan realmente lograr la iluminación.

Dedicación para encontrar un gurú perfecto en todas las vidas

KYE WA KÜN TU YANG DAG LA MA DANG

En todas mis vidas, que nunca me separe de gurús perfectos

DRÄL ME CHHÖ KYI PÄL LA LONG CHÖ CHING

que pueda disfrutar del magnífico dharma

SA DANG LAM GYI YÖN TÄN RAB DZOG NÄ

y completando las cualidades de las tierras y caminos

DOR JE CHHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG

pueda rápidamente lograr el estado de Vajradhara.

Dedicación de los versos de *La guirnalda preciosa* de Nagarjuna

Desde renacimientos sin principio hemos usado a los seres para nuestra felicidad, para nuestro poder, reputación, lo que quiera que sea, y es por debido a eso, que todavía seguimos en samsara, que no estamos libres de samsara. Entonces eso lo cambiamos ahora. Y practicamos, así como Gurú Buda Shakyamuni lo hizo, los bodisatvas lo han practicado o los innumerables budas y llegaron a alcanzar ese estado. El verso dice: que yo pueda ser usado completamente por parte de los seres, que siempre sea usado por ellos de la forma que deseen como el agua, la tierra, el fuego, el viento y las medicinas. O como el fuego que calienta en lugares aislados, sin ninguna resistencia. Que puedan usarme totalmente, que puedan verse libres, que puedan usarme como deseen completamente, sin ningún tipo de resistencia, que pueda llegar a ser así. Sin que nada se interponga, que pueda ser yo siempre un objeto de disfrute para todos los seres de acuerdo a sus deseos como son la tierra, el agua, el fuego, el viento, las medicinas y los árboles,

Los seres son los más considerados como los más preciosos, los más bonitos. El comentario dice: Que llegue a ser el amigo virtuoso de los seres y que ellos me contemplen como lo más precioso, que yo pueda llegar a ser como lo más precioso para los seres. Eso es dice el comentario, que, llegando a ser el amigo virtuoso de los seres, que eso les ayude a lograr la iluminación, les libere de los océanos de sufrimiento samsáricos y que sea de gran beneficio para ellos y por supuesto también que nosotros consideremos a los seres como lo más precioso como dijo su santidad el Dalai Lama, *Dag lä de dag chhe phang shog*. Del aferramiento del yo, del ego viene todo el sufrimiento, el sufrimiento de los tres tiempos, de estimar a los demás viene toda la felicidad. Es decir, de estimar a los demás. Entonces ahora hacemos la práctica de intercambiarse uno con los demás. Que pueda el sufrimiento de los seres madurar en mí, el sufrimiento de los innumerables seres infernales, pretas, animales, humanos, suras, asuras. Meditar en ello.

Que pueda querer a los seres como a mi propia vida, que pueda quererlos más que a mí mismo, que sus negatividades puedan madurar en mí. Y mis virtudes y mis acciones virtuosas madurar en ellos. Que toda mi virtud madure en ellos, es decir que tanto mi virtud como el resultado de esa virtud, la felicidad, etc. Que pueda, se la das, se la ofreces a los innumerables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, suras y asuras. Medita de esa forma. Y así todos logran la iluminación. Que así pueda llevar a los seres a la iluminación.

JI SI SEM CHAN GA ZHIG KYANG

Mientras que haya seres en cualquier lugar,

GANG DU MA DRÖL DE SI DU

que no hayan sido liberados (del samsara),

DE CHHIR LA NA ME PA YI

aunque yo haya logrado la iluminación,

JANG CHHUB THOB KYANG NÄ GYUR CHIG

pueda yo permanecer (en el samsara) para el beneficio de los seres.

Mientras que haya seres en cualquier lugar, incluso un solo ser que no haya sido liberado, aunque yo haya logrado la iluminación, pueda yo permanecer en el samsara para el beneficio de los seres.

JI SI SEM CHAN GA ZHIG KYANG

Mientras que haya seres en cualquier lugar,

GANG DU MA DRÖL DE SI DU

que no hayan sido liberados (del samsara),

DE CHHIR LA NA ME PA YI

aunque yo haya logrado la iluminación,

JANG CHHUB THOB KYANG NÄ GYUR CHIG

pueda yo permanecer (en el samsara) para el beneficio de los seres.

Sellar los méritos con la vacuidad

Debido a los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, por los innumerables budas y por los innumerables seres, que están completamente vacíos de existir por su propio lado, pueda yo, que estoy completamente vacío de existir por mi propio lado, lograr el estado de la iluminación completa, que está completamente vacía de existir por su propio lado y conducir a todos los seres, que están completamente vacíos de existir por su propio lado, a ese estado, que está completamente vacío de existir por su propio lado, por mí mismo solo, que estoy completamente vacío de existir por mi propio lado.

Dedicación de los méritos de la misma forma que todos los budas y bodisatvas del pasado dedicaron

JAM PÄL PA WÖ JI TAR KHYEN PA DANG
Así como el valeroso Manjushri y Samantabhadra
KÜN TU ZANG PO DE YANG DE ZHIN TE
comprendieron la realidad tal como es,
DE DAG KÜN GYI JE SU DAG LOB CHHIR
yo también dedico estos méritos de la mejor manera,
GE WA DI DAG THAM CHÄ RAB TU NGO
para poder seguir su perfecto ejemplo

DÜ SUM SHEG PÄI GYÄL WA THAM CHÄ KYI
Dedico todas estas raíces de virtud
NGO WA GANG LA CHHOG TU NGAG PA DE
con la dedicación alabada como la mejor
DAG GI GE WÄI TSA WA DI KÜN KYANG
por los victoriosos así idos de los tres tiempos,
ZANG PO CHÖ CHHIR RAB TU NGO WAR GYI
para poder realizar buenas acciones.

Dedicación para la larga vida de su santidad el Dalai Lama y que se cumplan todos sus santos deseos

Su Santidad, recordando la bondad de Su Santidad, que toda la felicidad vino de Su Santidad, que tenga una larga vida y todos sus santos deseos se cumplan.

JIG TEN KHAM DIR PHÄN DE MA LÜ PA
Joya que concedes y colmas los deseos,
GANG LÄ JUNG WÄI SAM PHEL YI ZHIN NOR
fuelle de todo beneficio y felicidad en este mundo,
KA DRIN TSHUNG ME TÄN DZIN GYA TSHO LA
a ti, de bondad incomparable, Tenzin Gyatso, te suplico:
KU TSHE TÄN CHING THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG
que todos tus sagrados deseos se cumplan espontáneamente.

Muchas gracias.

Dedicación para la larga vida de Lama Zopa Rimpoché

THUB TSHÜL CHHANG ZHING JAM GÖN GYÄL WÄI TÄN
Tú, que sostienes el camino moral del Subyugador, que sirves como el generoso que lo soporta todo,

DZIN KYONG PEL WÄ KÜN ZÖ DOG POR DZÄ
que mantienes, preservas y esparces la victoriosa doctrina de Manjunath;
CHHOG SUM KUR WÄI LEG MÖN THU DRUB PA
y que realizas con maestría oraciones magníficas que honran a las Tres Joyas,
DAG SOG DÜL JÄI GÖN DU ZHAB TÄN SHOG
salvador mío y de los demás, tus discípulos: te lo ruego, ¡ten una vida larga!

Buenas noches.