

Enseñanzas sobre la transformación del pensamiento en tiempos del COVID-19

por Lama Zopa Rimpoché

Vídeo 40: Esta vida humana es muy valiosa porque podemos usarla para hacer postraciones

Monasterio de Kopan, Katmandú, Nepal

9 de junio de 2020

Transcrito del inglés directamente por Ven. Joan Nicell y Ven. Tenzin Tsomo, en el Monasterio de Kopan, el 9 de junio de 2020

Transcrito al castellano por el Equipo de transcripción del Centro Nagarjuna Valencia, Valencia, octubre de 2020

Pendiente revisión definitiva

© FPMT Inc., 2020

Esta vida humana es muy valiosa porque podemos usarla para hacer postraciones

Mis más queridos estudiantes, preciados, amables, joyas que satisfacen todos los deseos, y todos vosotros; amigos, padres, madres, hermanos, hermanas, todos los seres.

El tema general de las enseñanzas es lo.jong y, en particular, la importancia de no desperdiciar este perfecto renacimiento humano

Vamos a continuar con el tema general. El tema es la transformación del pensamiento, lo.jong, que estamos tratando durante esta época de la pandemia. Todo el Lam.Rim es en realidad transformación del pensamiento, pero como os he comentado anteriormente, en el Lam.Rim hay una parte en específico donde se habla de lo.jong. Especialmente en el *Lama Chöpa*, después de la bodichita cuando habla de que pueda tomar todas las condiciones adversas y utilizarlas en el camino a la iluminación, es decir, todas estas estrofas que son para meditar en la compasión y en la bodichita, bodichita, *kundzob gyi jangchub gyi sem, jangchub gyi sem*, la verdad de la bodichita [convencional] para una mente que todo lo oscurece, y luego vendría la bodichita última.

Especialmente aquí quiero enfatizar en cómo llegar a darnos cuenta de que este perfecto renacimiento humano que hemos recibido una vez, como Lama Tsongkhapa menciona en *El fundamento de todas las buenas cualidades* y en todos los otros Lam.Rim, cómo llegar a darnos cuenta, realizar y reconocer que esto sucede solo una vez, por lo tanto, no debemos desperdiciarlo y hacer que tenga valor y el mayor sentido.

Con la bodichita, cada acción no solo crea cielos de méritos, también se convierte en una causa de iluminación

Otros días he mencionado sobre la bodichita. La importancia de desarrollar la mente de la bodichita, por ejemplo, como cuando circunvalamos templos, estupas, estatuas y llevar a cabo todas estas actividades con una mente de bodichita. Si nuestras actividades están motivadas por la bodichita y abandonando el pensamiento de estimar al yo, en vez de a los demás, ya sea que estemos hablando, dando enseñanzas o cualquier actividad. Lo que quiero que comprendas es que no solamente estás creando beneficios increíbles, sino que también estas creando causas de iluminación. Cada una de estas actividades, cada paso, con cada bocado estás creando la causa de iluminación si realmente lo haces de esta manera, no solamente creas unos méritos increíbles, sino que con cada acción estás creando la causa de iluminación y esto es lo que quiero enfatizar hoy, para que os deis cuenta lo increíble que es esta oportunidad. *Wow, wow, wow*. Es realmente increíble.

Al dar un verso de enseñanzas a un ser, acumulas más méritos que ofrecer un gran número de universos llenos de siete tipos de joyas

(*Rimpoché mira uno de sus muchos libros pequeños que contienen citas*). Hoy me gustaría mencionar una cita para darnos cuenta de cómo este perfecto renacimiento humano que ahora hemos recibido, para darnos cuenta de lo increíble que es, de lo maravilloso, de los beneficios que tenemos.

Por ejemplo, si uno da enseñanzas a los seres, como se menciona en el *Sutra del rugido del león de la bondad amorosa, Sutra del sonido del rugido de la bondad amorosa [del León]*.¹ Esta cita dice lo siguiente. Primero leeré en tibetano.

གང་གིས་གཞན་གྱི་སྒྲིབ་སངས་རྒྱས་འོང་། །
རིན་ཆེན་བདུན་གྱིས་ཡོང་སུ་བཀའ་བྱེད་ན། །
རབ་དགའ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱལ་ལ་ཕུལ་བ་དང་། །
གང་གིས་སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་ཚིགས་བཅད་བྱིན། །

GANG GI GANG GÄI JE NYE SANG GYÄ ZHING

Si alguien llena tantos campos de Buda como el número

RIN CHHEN DÜN GYI YONG SU KANG JE NA

de granos de arena del río Ganges con los siete tipos de joyas

RAB GA SEM KYI GYÄL LA PHÜL WA DANG

y, con una mente extremadamente feliz, lo ofrece a los budas,

GANG GI SEM CHÄN CHIG LA TSHIG CHÄ JIN

y si alguien más da un versículo de enseñanza a un ser,

རིན་ཆེན་སྐྱེན་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་དེས། །
ཚིགས་བཅད་སྐྱེན་པ་སྒྲིབ་རྗེས་བསྐྱབས་དེ་ལ། །
ཆར་ཡང་མི་ཤོད་གངས་སུའང་མ་ཡིན་ནོ། །

RIN CHHEN JIN PA SHIN TU GYA CHHEN DE

Esta extremadamente extensa joya de compasión

TSHIG CHÄ JIN PA NYING JE DRUB DE LA

no puede ser comparado con dar un verso de enseñanzas

CHHAR YANG MI PHÖ DRANG SU'ANG MA YIN NO

con compasión, ni siquiera en número.

La primera línea dice: “Cualquiera que haga ofrecimiento de acuerdo a tantos campos de budas como granos de arena contiene el río Ganges”. Cuando llamamos a este mundo *mi je jig ten zhing*² creo que está hablando de la Tierra pura de Buda Shakyamuni. Imaginamos “ofrecer tantos mundos llenos de

¹ འཕགས་པ་བྱམས་པའི་སང་གི་སྐྱེན་པའི་མདོ།

² མི་མཚེད་འཇིག་རྟེན་འོང་། Mundo insostenible.

los siete tipos de joyas”, tantos mundos como granos de arena existen en el río Ganges y hay que ofrecerlo con una mente feliz a los budas.

“Alguien que da un verso de enseñanzas”, solo un verso como éste, por ejemplo, “a un solo ser”, dar un verso de enseñanzas con gran compasión, practicar con compasión, no hay comparación con ese acto intenso de generosidad, de ofrecimiento de todos estos mundos llenos de joyas, como había mencionado, ofreciéndolo así, lo méritos que ofreces con todo esto, los méritos obtenidos de decir un verso a un solo ser son unos méritos mucho más pequeños. No se pueden comparar los méritos, es decir, se acumulan muchísimos más méritos y es mucho más beneficioso. *Bah, bah, bah, bah, bah, bah*. A nivel de número, no hay forma de comparar los méritos que obtienes ofreciendo un verso de las enseñanzas, con compasión, incluso a un solo ser. *Wow, wow, wow*, son muchísimos más méritos que acumulas al ofrecer ese verso, ¿puedes imaginarlo? Muchos más que ofrecer todos esos innumerables universos llenos de joyas a los budas, no a los bodisatvas y arahats, sino a los budas. Los méritos son *muuuuuuuucho* más increíbles si ofreces ese verso de enseñanza con compasión, mucho, muchísimo más.

Al dar un verso de enseñanzas a un ser, acumulas más méritos que ofrecer un gran número de universos llenos de oro

Creo que hay otra [cita] del mismo sutra. [*Sutra del rugido del león de la bondad amorosa dice:*]

[སྟོང་ཆེན་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་གསེར་དག་གིས། །
བཀའ་སྟེ་གང་ལ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་ནི། །
ཚོག་བཞིའི་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་བརྗོད་པས། །
རི་ལྷར་པན་འདོགས་དེ་ལྷར་འགྱུར་མ་ཡིན། །

TONG CHHEN JIG TEN KHAM NI SER DAG GI
Llenar mundos mil veces mayores
KANG TE GANG LA JIN PAR JE PA NI
con oro y ofrecérselos [a los budas]
TSHIG ZHII TSHIG SU CHÄ PA CHIG JÖ PÄ
no pueden ser comparados con los beneficios de
JI TAR PHÄN DOG DE TAR GYUR MA YIN
dar un verso de cuatro líneas [a un ser].]

Esta cita habla de ofrecer universos, cientos de miles de universos. Todos estos infinitos universos llenos de joyas y oro, ofreciéndoselos a los budas, en comparación a dar un verso de enseñanzas a los seres es *muuuuuuuucho* más beneficioso, *bah, bah, bah*. Como el ejemplo que he mencionado justo ahora.

¡Tienes que darte cuenta de que tu perfecto renacimiento humano es increíble porque creas muchos méritos al enseñar el dharma!

Entonces, si das enseñanzas a dos seres, será el doble. Los méritos que obtendrás serán, *Wow, wow, wow*, lo doble. Y, si lo haces a tres seres, oh, triple. *Wow, wow*. Por lo tanto, si hay diez o quince [personas], si hay sesenta, o setenta, o cien o doscientas [personas], *bah, bah, bah*, ¿te imaginas? *Wow, wow, wow, wow, wow, wow*, los beneficios que obtienes son enormes, y ¿los que enseñan dharma? Como muchos monjes y monjas. *Bah, bah, bah. Lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen*. Tienes que saberlo. Para los que están siempre ocupados dando enseñanzas alrededor del mundo, como muchos monjes y monjas, antes eran unos pocos, pero ahora, ya hay varios que están siempre ocupados dando enseñanza. ¡Tienes que reconocerlo! Y entenderlo. *Bah, bah, bah*. Daros cuenta lo increíble que es vuestro perfecto renacimiento humano.

(Refiriéndose al hecho de que ha estado gritando) Soy el comediante del Himalaya. Soy el comediante de Lawudo, el comediante de las montañas del Himalaya.

Ven. Tsenla: Comediante.

Rimpoché: Comediante. Espero que mis exageraciones no os molesten. Puedes pensar que soy muy gracioso, muy extraño, pero está bien siempre y cuando no te enojas, *wow*, y luego me comas, mierdas, como un perro se come excrementos.

Rimpoché regaló algunos de los perros de Lama, con el compromiso de recitarles mantras y oraciones de Lam.Rim para sacarlos del samsara

Esto me hace pensar en los perros de Tushita. Tenemos 13 o 14 perros que son una mezcla de Lhasa Apso. Rimpoché sugirió que dieran esos perros a la gente que los quisiera tener, pero Lama dijo “amo a mis perros”. Los perros estaban todo el rato ladrando en Tushita y la gente que estaba haciendo el retiro en grupo de Guyasamaya se quejaban. Después de que Lama falleciera, regalé alguno de estos perros, pero con el compromiso de que les recitaran mantras y oraciones de Lam.Rim. Una mujer que trabajaba en la embajada en Delhi, muy amable, yo no la llegué a ver, pero le regalé el perro. Ella tenía que recitar al perro, todos los días, *El fundamento de todas las buenas cualidades* para así poder tener esas huellas y poder liberarse de los océanos de sufrimiento samsárico, lograr la iluminación y preparar su mente. Ella lo estuvo haciendo así, le recitaba la oración con mucha sinceridad y quizá, creo que después de un año o el tercer año, un día que estaba la puerta abierta, el perro se escapó. Debería haberle dado otro perro, pero no fue así, al final, no sé qué sucedió. Ella estaba muy triste, realmente era muy sincera y mantenía ese compromiso de la recitación diaria de la oración al perro, cada día se lo recitaba y realmente era muy, muy bueno. *Bah, bah, bah*.

También había otro estudiante alemán, ahora mismo no recuerdo su nombre, era una chica, también le di un perro, era un perro muy bonito y creo que, a los dos años, el perro se hizo muy grande o alargado. Mi responsabilidad era ésta, que se les recitara mantras y oraciones del Lam.Rim. Incluso,

aunque vendas el perro y obtengas dinero, eso no es nada, mientras que recitar oraciones y mantras al perro eso es algo que no tiene precio, es increíble ya que les lleva a la iluminación. Todos sabemos lo difícil que es el samsara y lo difícil que es salir.

No puedes salir del samsara conduciendo rápido un coche de carreras

Pero si aprendemos el dharma, por ejemplo, seguimos los estudios del Programa de Maestros o del Programa Básico, dónde se estudia el dharma de forma más extensa; todo esto deja huellas positivas y está muy bien. Mas, si aprendes todo esto y no practicas entonces ¿cómo vas a salir del samsara? No se puede salir simplemente como el que conduce un coche muy rápido. Como en Occidente, que hay esas carreras de coches. No podemos utilizar coches para salir del samsara. Tampoco podemos salir del samsara en avión o un misil. Podemos ir a la luna, la gente rica paga dinero para poder reservar un viaje a la luna, pero esto no nos saca del samsara, ellos vuelven y aún siguen en samsara.

Para salir del samsara, es necesario practicar los tres entrenamientos superiores, pero la gente tiene miedo incluso de escuchar sobre la moralidad

Oh, este renacimiento es increíble. Para poder liberarnos del samsara, necesitamos como fundamento los tres adiestramientos superiores. El adiestramiento superior de la sabiduría que realiza la vacuidad, el adiestramiento superior de la concentración, del shamata, de la realización de la calma mental y, el adiestramiento superior de la moralidad. Hay mucha gente que tiene miedo de escuchar sobre la moralidad, miedos de tomar la ordenación, miedo de tomar votos y están asustados. No hablo de animales, hablo de seres humanos que oyen hablar de la moralidad y les asusta, también les asusta cuando oyen hablar de la posibilidad de tomar la ordenación. *Ssssh. Bah, bah, bah.* Has de relacionarlo con tu propia situación. Esto es porque la gente no comprende. Por ejemplo, algo que es un néctar pero que no lo ves como tal y piensas que es veneno, cuando en realidad es néctar.

Incluso cuando naces como un ser humano, no comprendes los sentimientos de los demás

En el mundo, la gente, desde presidentes, reyes, todos los billonarios, millonarios, hasta los mendigos, gente que tiene mucho, por ejemplo, mucho ganado como miles de cabras, miles de cerdos, miles de pollos y hacen su fortuna comerciando con estos animales, vendiéndolos y matándolos para que sirvan como alimento, incluso hay mucha gente que ha hecho su fortuna a partir de estos negocios. También los hay que tienen restaurantes y sacrifican muchos animales, no solo los que he mencionado sino también mariscos, pescados y no solo como negocio, sino también como su propio alimento. La gente piensa que esto es como un néctar y que no hay nada equivocado aquí y lo hacen para su felicidad y nunca piensan en lo mucho que sufren estos animales. No se dan cuenta del gran sufrimiento de estos animales, es una ignorancia grandísima la que tienen y quieren ser felices. Incluso tú ahora que eres humano, no te das cuenta. *Bah, bah, bah.*

Por supuesto, cuando nazcas como animal, tigre, serpiente, que no te quede más remedio que comer a otros animales vivos y cazarlos debido a tu karma. Claro, cuando eres animal, no te queda más remedio ya que no pueden alimentarse de verduras, ese es su karma, pero tú si puedes, tú eres un ser humano; sin embargo, no comprendes. No te das cuenta de cuánto sufren y que lo hacen exactamente igual que tú, no te das cuenta de que tienen sentimientos. *Wow, wow, wow*, es tanta ignorancia, tanta oscuridad, sin sol, ni luna; esa ignorancia tan grande, *bah, bah, bah*. *Lama khyen, lama khyen*, debido a esto, luego tienes que morir y renacer como animal o en los reinos inferiores.

Aunque como ser humano tienes un cerebro especial, todavía no comprendes que los demás son objetos de compasión

Incluso como ser humano, no lo comprendes. Tienes un cerebro y una capacidad de inteligencia muy grande, sin embargo, no la comprendes. *Bah, bah, bah*. *Lama khyen*. Si no conoces el dharma, no comprendes ese sufrimiento tan grande que tienen los animales. Incluso, piensas como si fuera algo bueno, como si fuera un néctar, cuando en realidad es veneno. Todas esas acciones no virtuosas que dañan tanto a los seres, las disfrutas como si fueran néctar. Sin embargo, cuando estamos hablando del verdadero néctar, por ejemplo, como he mencionado antes sobre los votos, sales corriendo porque piensas que es veneno y sufres, te cuesta comprender todo esto. Te cuesta comprender que estos animales son objeto de tu compasión. Nosotros, que hemos encontrado el dharma tenemos que darnos cuenta que siempre, los seres, son objeto de nuestra compasión y además han sido nuestras madres desde renacimientos sin principio y están sufriendo. Y esto necesariamente te hace que generes compasión, una gran compasión hacia ellos.

Tu práctica del dharma no solo es importante para ti, también es muuuuuuuuuuy importante para los innumerables seres

Esto te dice lo muuuuuuuuuuy importante que es tu práctica del dharma. Es importante no solo para ti, sino para todos los innumerables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, suras y asuras es muy, muy importante, incluso aunque recites OM MANI PÄDME HUM cinco veces o un mala con bodichita, para ellos; para liberarles de los océanos de sufrimiento samsárico y puedan alcanzar el nirvana y la iluminación. Es tan importante en tu práctica del dharma, incluso aunque recites un mala de OM MANI PÄDME HUM o una sola vez, con la mente de la bodichita.

También, es muy importante mantener los votos de laico, aunque sea un solo voy, es muuuuuuuuy importante para poder ayudar a los seres, para ayudar al mundo, ese mundo donde vives. Es tan, tan importante. Por ejemplo, el voto de no tomar alcohol o drogas. Al principio vale, las drogas pueden ayudar, pero no son para todos; para algunas mentes quizá les ha podido ayudar para abrirse al dharma, pero no continuamente, una vez encontrado el dharma; nada de drogas, no, no, no.

Ok, ¿qué era lo que iba a decir? Por favor, comprended. Por lo tanto, no seas perezoso en relación a la práctica de enseñar el dharma. Si conoces el tema, no seas perezoso y no enseñes determinados

temas porque tu mente esté distraída, en el mundo del deseo y dejándote arrastrar, en vez de ayudar a los seres. No hagáis esto.

Este cuerpo humano perfecto es tan precioso porque puedes usarlo para hacer postraciones

Cuando te postras, con cada grano de arena que tu cuerpo cubra hasta el suelo dorado, creas la causa para renacer como un rey que hace girar la rueda mil veces.

También quiero mencionar sobre las postraciones. Para daros cuenta lo increíble, beneficioso y muuuuyyyyy precioso que es utilizar tu precioso cuerpo humano para hacer postraciones, hay una cita del *Dulwäi lung*, de las enseñanzas del Vinaya:³

དགོ་སྒོར་དག་དགོ་སྒོར་གིས་འདི་ལྟར་སྐྱ་དང་སེན་མའི་མཚོན་རྟེན་ལ་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཕྱག་འཚལ་ཏེ་
སེམས་དང་བར་བྱེད་པ་ལ་སྨོས། །བཙུན་པ་དེ་ལྟ་ལགས་སོ།

GE LONG DAG GE LONG GI DI TAR TRA DANG SEN MÖI CHHÖ TEN LA YÄN LAG THAM
CHÄ KYI CHHAG TSHÄL TE SEM DANG BAR JE PA LA TÖ / TSÜN PA DE TA LAG SO /

[Buda dijo:] "Bhikshus, consideren a un bhikshu que se postra con todas sus extremidades ante una estupa con cabello o uñas y que tiene devoción".

[Los bhikshus respondieron:] "Puro, que así sea".

El Buda dijo; “Bhikshus” son monjes. “Este Bhikshus que frente a una estupa de Buda se postra con toda su extensión, con toooooooooodos sus miembros estirados haciendo postración, eso depende de la devoción”. *Tsün pa* es alguien que conscientemente evita la no virtud, el karma negativo, practica la virtud y la causa de la felicidad.

El Buda continúa diciendo:

།དགོ་སྒོར་དག་དགོ་སྒོར་འདིས་ས་ཇི་ཅམ་ཞིག་འོན་པའི་འོག་དཔག་ཚད་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ན་ཡོད་པའི་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་
ལ་ཕྱག་པའི་བར་ན་བྱེ་མ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་སྟེད་དུ་དགོ་སྒོར་འདིས་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་སྟོན་སྟོང་འགྲུར་དུ་ལོངས་
སྟོན་པར་འགྲུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་

GE LONG DAG GE LONG DI SA JI TSAM ZHIG NÖN PÄI OG PAG TSHÄ GYÄ THRI ZHI TONG
NA YÖ PÄI SER GYI KHOR LO LA THUG PÄI BAR NA JE MA JI NYE YÖ PA DE NYE DU GE
LONG DI KHOR LÖ GYUR WÄI GYÄL SI TONG GYUR DU LONG CHÖ PAR GYUR RO ZHE JA

³ Ven. Tenzin Namjong encontró esta cita en el *bslab pa kun las btus pa (bslab btus)* de Shantideva, citado de ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་—un texto de los Sarvastivadins. Sin embargo, en otros textos se cita de una escritura del *Vinaya*. Es citado en *El gran tratado sobre las etapas del camino hacia la iluminación* de Lama Tsongkhapa, vol. 2, p. 155.

WA NÄ

[Buda dijo] “Bhikshus, ese bhikshu disfrutará del reinado de un rey que hace girar la rueda mil veces, sin importar cuántos granos de arena haya debajo de él hasta la rueda dorada, que está a 84.000 pagtses bajo tierra.

El Buda continúa diciendo: “Bhikshus”, está enseñando a los monjes “ese bhikshu que con toda la extensión de su cuerpo se postra ante una estupa, con una mente de devoción” y que es puro en mantener sus votos, “a partir de una superficie que cubre 80,000 pagtses”, el otro día os hable de esta medida, “está creando las causas para llegar a renacer como un rey que gira la rueda”. Es decir, cuando ese bhikshu se postra con toda la extensión de su cuerpo y los miembros extendidos, tantos átomos como se cubran con esos 80,000 pagtses, está creando las causas para llegar a tener un renacimiento como un rey que gira la rueda.

Esto significa que cuando haces postraciones largas, tantos átomos que hay en la superficie donde te postras hasta lo más profundo, en esa medida de los 80,000 pagtses de lo que tu cuerpo cubra, es decir, son infinitos los átomos ¿verdad? *Wow, wow, wow, wow, wow, wow*. Tantos átomos como tu cuerpo cubra al postrarte ante Buda, Dharma, Sangha o, una estupa, buda y escritura. Tantos átomos cuando estás así extendido y cubra tu cuerpo, son innumerables. Tantos como átomos como tu cuerpo cubra, acumulas los méritos para nacer mil veces como un rey que gira la rueda mil veces, tantas como granos de arena que tu cuerpo cubra; desde el nivel en que te postras hasta lo más profundo de la tierra. *Wow, wow, wow*. No creas las causas una vez para renacer como un rey que gira la rueda, sino mil veces y tantas veces como átomos cubra tu cuerpo.

Por lo tanto, cuando hacemos postraciones largas, si tus pies están completamente extendidos⁴, esfuérate que estén así extendidos, ya que así ocupas más espacio y si tienes pelo y se extiende en el suelo, todavía cubres más átomos. Y así estas creando el karma para renacer como rey que gira la rueda durante mil vidas. *Bah, bah, bah*.

Puedes hacer que el dinero que gastas en hospedarte en un hotel valga la pena usando la cama para postrarse

Por ejemplo, en los hoteles de cinco estrellas. Cuando viajo, antes del salir del hotel, me postro tantas veces como pueda, dependiendo del tiempo, incluso utilizo la cama para postrarme y así hacer que sea significativo el hacer las postraciones porque cubres más espacio y así acumular todos estos méritos. *Bah, bah, bah*. Por supuesto, la idea es dedicarlos para todos estos seres. A veces, hago las postraciones muy rápido y no hago bien la dedicación porque tengo que salir corriendo del hotel. *Ha-ha*. Intento que sea significativo el haber pasado por ese hotel, en vez solo de gastar dinero, que

⁴ Lama Zopa Rimpoché indica que esto significa estar con los pies en punta mientras tu cuerpo está extendido y tumbado en el suelo.

tenga sentido el haber disfrutado de la estancia en ese hotel y así, por lo menos, no haber malgastado el dinero en el alojamiento en ese hotel.

Alcanzas la iluminación suprema postrándose con una mano, inclinando la cabeza o el cuerpo y postrándote incluso con la mente distraída

Entonces, en otro texto *Dam chhö päma karmo, dam chhö päma karmo, el Dharma Sagrado del loto blanco, se dice*⁵:

མཚོན་རྟེན་དག་ལ་གང་གིས་ཐལ་མོ་སྐྱུར། །
ཡོངས་སུ་ཚང་བའམ་ཐལ་མོ་ཡ་གཅིག་གམ། །
ཡང་ན་མགོ་བོ་སྐད་ཅིག་བརྟུང་བ་དང་། །
དེ་བཞིན་ལན་ཅིག་ལྷས་ཀྱང་བརྟུང་བ་དང་། །

CHHÖ TEN DAG LA GANG GI THÄL MO JAR
Cualquiera que ponga sus manos juntas ante una estupa,
YONG SU TSHANG WA 'AM THÄL MO YA CHIG GAM
ya sea completamente o con una mano,
YANG NA GO WO KÄ CHIG TÛ PA DANG
o cualquiera que incline su cabeza por un segundo,
DE ZHIN LÄN CHIG LÛ KYANG TÛ PA DANG
y, del mismo modo, cualquiera que incline su cuerpo una vez,

“Cualquiera que junte sus manos en el mudra de la postración ante una estupa, ya sea con las dos manos juntas o incluso solo con una mano o, incluso durante un segundo incline su cabeza ante una estatua de Buda, una estupa o una escritura, incluso esa inclinación reverente por un segundo, de la cabeza”.

Por ejemplo, en Japón están muy familiarizados con estos gestos de reverencia, incluso cuando se encuentran los unos con los otros, inclinan su cuerpo con reverencia. Los sherpas que trabajan para los japoneses escalando las montañas, cuando vienen a verme mientras estoy en Lawudo, también me saludan con ese estilo japonés, inclinando reverentemente sus cuerpos. En realidad, no es que sea un estilo japonés, sino que es de acuerdo a la práctica budista, lo tienen muy interiorizado debido a que están trabando con todos estos japoneses y lo han aprendido de ellos. *Ha-ha*.

གང་གིས་རིང་བསྐལ་གནས་པ་དེ་དག་ལ། །
གཡེངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྐྱུག་འཚལ་སངས་རྒྱས་ཤེས། །
ཚིག་གཅིག་ལན་འགའ་བརྗོད་བར་བྱས་པ་ཡང་། །
དེ་དག་ཀུན་གྱིས་བྱང་ལྷབ་མཚོག་འདི་འཕོབ། །

⁵ མདོ་བསྐྱེད་ཀྱི་པོ།

GANG GI RING SEL NÄ PA DE DAG LA
Cualquiera que se postre con una mente distraída
YENG PÄI SEM KYI CHHAG TSHÄL SANG GYÄ SHE
ante una estupa con reliquias de Buda
TSHIG CHIG LÄN GA JÖ PAR JÄ PA YANG
y recite la palabra “buda” unas veces,
DE DAG KÜN GYI JANG CHHUB CHHOG DI THOB
con todo esto, alcanzará la suprema iluminación.

“Cualquiera que se postre ante una estatua de Buda con reliquias y textos varias veces, quién se postre ante él y con una mente distraída recite, aunque sea unas cuantas veces, todo esto crea causas de iluminación y podrá lograr la completa iluminación”.

Cualquier tipo de respeto a un objeto sagrado siembra una semilla especial de liberación

KU SUNG THUG KYI TEN SO LA
TA NA KUNG GI NAM KYI JI
ZHING KHYÄ PAR CHING THU LA TEN NE

**Cualquier tipo de respeto a un objeto sagrado del cuerpo, el habla y la mente santos
planta una semilla especial de liberación.**
**Dependiendo de un campo de méritos en particular,
tiene un poder inconcebible.⁶**
Debes entender esto del Lam.Rim.

Prestando respeto a un objeto sagrado que represente el sagrado cuerpo, palabra y mente, cualquier forma de respeto o reverencia que demuestres. *Bah, bah, bah*. Por ejemplo, diciendo “me postro con reverencia” o incluso levantando una mano, pero con cuerpo, palabra y mente. Cualquier forma de respeto que demuestres, deja una huella y semilla especial para la liberación para del samsara, no un día o un fin de semana de vacaciones del samsara, no, es para siempre, de forma que no tienes que volver al samsara. Gracias a este “campo de méritos tan especial y tan particular, tiene ese poder especial inconcebible”. “Debes entender esto del Lam.Rim”. Esto es lo que menciona.

Si conoces el dharma, puedes hacer que tu cuerpo humano sea más beneficioso

Quería mencionar esto para que nos diéramos cuenta lo precioso que es este cuerpo humano y seamos conscientes de que podemos ser de beneficio. *Bah, bah, bah*. Saber que si haces esto (*Rimpoché pone las manos en postración*) con devoción a una estatua o, a Buda, aunque no estés

⁶ Ven. Tenzin Namjong: Este verso no se encontró en el *Sutra del loto blanco*.

viendo al Buda, simplemente con mostrar respeto, entras en el camino. Hay cinco caminos mahayana a la iluminación: el camino de la acumulación, el camino de la preparación, el camino de la visión, el camino de la meditación y el camino de no más aprendizaje. Estos son los cinco caminos mahayana hasta la iluminación. El camino de acumulación tiene estas tres partes; el pequeño, medio y superior. Cuando logres el nivel superior, en ese minuto donde quiera que estés en ese instante, no tienes por qué estar en un templo o un lugar sagrado, no, donde quiera que estés, en ese instante, cuando llegues al nivel superior del camino de la acumulación, podrás ver a innumerables budas en el aspecto de nirmanakaya, *woooooow*, ya que tu mente habrá llegado a ese nivel y lo podrás ver.

Dondequiera que estés, incluso en el baño, hay innumerables budas

Por ejemplo, el Gueshe kadampa Jayulwa, sirvió a su gurú Chen Ngawa. Una mañana, estaba limpiando el polvo de la habitación como lo hacía cada mañana, una práctica increíble de purificación del karma negativo y le ayudó para poder tener realizaciones del Lam.Rim y alcanzar la iluminación para el beneficio de los seres. Una mañana, él estaba haciendo ofrecimientos de mandala y tan pronto como escuchó la voz de su maestro, paró y lo dejó todo, no esperó a acabar de hacer el ofrecimiento de mandala y que su maestro espere un momentito, no, no, no, inmediatamente lo dejó y salió corriendo a la habitación de su maestro, el cual estaba escribiendo una letra, la *na* o alguna otra. Inmediatamente, al escuchar la voz de su maestro fue tan rápido, que él no alcanzó a tan siquiera a terminar la letra que estaba escribiendo de lo rápido que fue.

Cada mañana, el geshe Jayulwa limpiaba y un día, puso el polvo en su shamtab y al salir de la habitación y bajar las escaleras, al ir por el tercer escalón, su mente estaba tan purificada gracias a ese servicio que prestaba a su maestro, que alcanzó el nivel superior del camino del dharma sublime, el nivel superior del camino de acumulación y justo en ese instante, pudo ver a innumerables budas en el aspecto de nirmanakaya, justo en ese instante ya que su mente se había desarrollado y era muy pura. *Aaah!* No tuvo que esperar ni tan siquiera a la realización de la sabiduría de la vacuidad, no, en ese tercer nivel del camino de la acumulación ya lo logró.

Eso quiere decir que los budas están siempre ahí, pero por nuestro karma y nuestros oscurecimientos no los vemos, aunque hay innumerables budas donde quiera que estés, incluso en el baño, pero no les ves. Los budas están en cualquier sitio, no solamente en los templos o lugares sagrados. Incluso cuando estás haciendo retiro también están ahí, pero nuestros oscurecimientos nos impiden verlos.

El Buda Maitreya siempre estuvo en la cueva con Asanga, aunque Asanga no podía verlo

Es como el ejemplo de Asanga. Cerca de Bodhgaya hay un lugar donde Asanga estuvo meditando, muchos monjes han ido ahí ya que es el lugar donde estuvo haciendo retiro durante doce años para ver al Buda Maitreya. Finalmente, pudo ver al Buda Maitreya. Cada tres años abandonaba el retiro porque pensaba que no tenía éxito, pero volvía a entrar ya que algo le inspiraba para continuar en retiro y poder tener esa realización del Buda Maitreya y así, transcurrieron doce años. Finalmente

salió y vio a una perra completamente llena de llagas y gusanos y generó una gran compasión, llegando a cortar su cuerpo para que no murieran de hambre esos gusanos y estaba dispuesto a cogerlos con la lengua para no hacerles daño y para ello, cerró sus ojos para cogerlos y cuando los abrió, ya no vio a la perra sino al Buda Maitreya, debido a su gran compasión y porque su mente estaba oscurecida pero la gran compasión le purificó. Con su mente su mente oscurecida veía a un perro lleno de llagas y gusanos, después de generar la gran compasión, pudo ver al Buda Maitreya porque purificó todos sus oscurecimientos completamente. Una vez que purificó, ya no vio un perro y entonces, se le quejó a Maitreya preguntándole: “¿Dónde estabas? Durante doce años he estado meditando todo este tiempo contigo y no te vi” y Maitreya le respondió que él había estado todo el tiempo ahí y, de hecho, le mostró las marcas de saliva en sus ropas, cuando Asanga había escupido en la cueva y le habían llegado al *chögö*, la túnica del Buda Maitreya. *Aaaah*, es así.

Es decir, incluso cuando estás haciendo retiro, ahí están los budas, aunque pienses: “*Oh*, estoy haciendo retiro, estoy solo”, y estás completamente equivocado porque los innumerables budas están ahí, Tara o cualquier deidad en la que estés meditando están siempre ahí. Tienes que ser consciente de esto y acordarte de esa historia de Asanga.

Por supuesto el Buda Maitreya le llevó a la Tierra pura de Tushita, no al reino de los devas de Tushita, no, lo llevo a la tierra pura de Tushita y le dio enseñanzas una mañana, pero para los humanos es como si hubiesen sido cincuenta años. Le enseñó los cinco textos que luego trajo a este mundo, por su gran bondad, y escribió los comentarios y gracias a ello, innumerables seres realizaron el camino. Estas enseñanzas se mantienen hasta ahora. Y todo eso viene de esa gran e increíble compasión que generó Asanga hacia ese perro lleno de gusanos, que le llevó incluso a cortar su propia carne para alimentar a esos gusanos. Gracias a esa gran compasión purificó todos sus oscurecimientos y pudo ver al Buda Maitreya.

Los ocho beneficios de juntar las manos en postración ante un objeto sagrado

Donde quiera que estés, hay innumerables budas. Por tanto, si haces postraciones, incluso con las dos manos juntas, tiene grandes beneficios.

(Rimpoché recita este verso que compuso para recordar los ocho beneficios)

གཟུགས་བཟང་འཁོར་གཡོག་ཚུལ་སྤྲིམས་དང། །
སྤོབས་བ་མཚོག་དང་ལྷ་མི་སྐྱེ། །
འཕགས་ལམ་ཐོབ་བ་མངོན་འཚང་བྱ། ⁷

ZUG ZANG KHOR YOG TSHÜL THRIM DÄ

Un cuerpo perfecto, gente circundante, moralidad, devoción,

⁷ El tibetano de este verso fue reconstruido por el Ven. Tenzin Namjong al escuchar el audio y compararlo con los beneficios enumerados en el *Sutra del ofrecimiento de luz*. Este verso fue compuesto por Lama Zopa Rimpoché.

POB PA CHHOG DANG LHA MI KYE

una mente suprema valiente, renacida como un deva o un ser humano,

PHAG LAM THOB PA NGÖN TSANG GYA

alcanza el camino arya, y logra la iluminación

Se habla de cinco [ocho] beneficios de juntar las manos en el mudra de la postración ante una imagen de Buda, estupa, escritura, etc. El verso dice “con un cuerpo perfecto, gente que te rodea perfecta, moralidad, devoción, una mente superior, un renacimiento superior como deva o humano, alcanza el camino arya y logra la iluminación”.

1. Recibirás un cuerpo perfecto

Zug zang significa un cuerpo perfecto, sano, hermoso, un cuerpo perfecto. *Zug zang* es el primero.

2. Tendrás gente perfecta que le rodea

Khor yog, entorno perfecto [gente]. Si tienes un entorno perfecto [gente], te ayudarán a tener éxito en los trabajos para los seres y en los trabajos para las enseñanzas de Buda y para tu práctica del dharma. Un entorno perfecto [gente] no te causa obstáculos ni problemas, no. *Zug zang / khor yog*.

3. Vivirás en la moralidad pura

Tshül thrim te, eres capaz de vivir en moralidad. *Aaah*, al hacer eso, *tshül thrim te*, hace que puedas vivir en una moralidad pura. *Oh*, eso es lo más difícil, por eso es importante crear las causas [de eso]. Por supuesto, eso necesita renuncia. Tienes que renunciar a los placeres samsáricos y darte cuenta de que estás sufriendo.

4. Tendrás devoción

Zug zang / khor yog / tshül thrim / dä. Luego, devoción. Sin devoción, no hay realización, no hay camino. No actualizas el camino. Tu mente no puede desarrollar el camino hacia la iluminación, de ninguna manera. *Bla, bla, bla*, solo las palabras no son suficientes; necesitas devoción. *Tsül thrim / dä*. Devoción. Provoca que surja la devoción, eso es muy importante. De ahí viene la realización. Necesitamos devoción a Buda, Dharma y Sangha, al karma. También, tienes que darte cuenta desde tu lado que el gurú es un buda. Eso es increíble, *bah, bah, bah*, y difícil de realizar, pero puedes lograrlo.

5. Tendrás una mente valiente

Zug zang / khor yog / tshül thrim / dä. *Pob pa chhog dang* es una mente valiente, no una mente débil, "Ooooh, no tengo esperanza, no puedo. Oh, soy esto, oooooh". ¡Así no es una mente valiente! Puedes guiar a la gente por el camino de la iluminación, la liberación del samsara. *Aaaaaah*. Puedes ayudar a mucha gente, sí.

6. Renacerás como un deva o un ser humano

Pob pa chhog dang / lha mi kye. Tienes un renacimiento superior como un deva o un ser humano.

7. Lograrás el camino de arya

Alcanzarás el sendero arya, la sabiduría que percibe directamente la vacuidad con la bodichita.
Ooooh.

8. Alcanzarás la iluminación

Phag lam thob pa / ngön tshang gyä. Alcanzarás la iluminación.

ZUG ZANG KHOR YOG TSHÜL THRIM DÄ

Un cuerpo perfecto, gente circundante, moralidad, devoción,

POB PA CHHOG DANG LHA MI KYE

una mente suprema valiente, renacida como un deva o un ser humano,

PHAG LAM THOB PA NGÖN TSANG GYA

alcanza el camino arya, y logra la iluminación

Éstos son los 8 beneficios.

Por lo tanto, en nuestra vida, cuando veamos una estupa, un objeto sagrado, estatuas, por supuesto, y qué decir cuando estés en presencia de tu maestro, pon tus manos en oración con gran respeto y utiliza bien tu cuerpo con medio ofrecimiento, así. Si lo haces así, obtendrás estos ocho beneficios y estarás creando las causas para la iluminación. Póstrate ante cuantas estupas y objetos sagrados haya.

No hay diferencia entre hacer ofrecimientos a un buda real y hacer ofrecimientos a una estatua de un buda

Lo mencioné en el pasado, pero no recuerdo el texto. Se dice [en el *Tantra raíz de Manjushri (Jampel Tsa Gyü)*]:

ང་ཡི་འཁོར་ནི་རྣམ་བཞི་ཡིས། །
ད་ལྟར་དེ་ལ་མཚོད་བྱས་དང། །
མ་འོངས་པ་ན་དད་པ་ཡིས། །
གཟུགས་བརྟན་རྣམས་ལ་མཚོད་པ་ལ། །
[བྱད་པར་བྱང་ཟད་ཡོད་མ་ཡིན། །]
བསོད་ནམས་མཉམ་ཞིང་རྣམ་སྐྱེན་མཉམ། །⁸

⁸ Ven. Tenzin Namjong found this quoted in the text ལྷ་སྐུའི་ཕྱག་ཚང་བྱུང་བའི་གཟུགས་བརྟན་ལེགས་པར་བརྟེན་བའི་མེ་ལོང་ by Lama Tsongkhapa, where he in turn quotes Dharma King Songtsen Gampo.

NGA YI KHOR NI NAM ZHI YI
Cuatro [personas] a mi alrededor
DA TAR DE LA CHHÖ JÄ DANG
haciéndome ofrecimientos ahora
ZUG NYÄN NAM LA CHHÖ PA LA
o en el futuro, con devoción,
ZUG NYÄN NAM LA CHHÖ PA LA
haciendo ofrecimientos a mis estatuas,
[KYÄ PAR CHUNG ZÄ YÖ MA YIN]
[No hay la menor diferencia.]
SÖ NAM NYAM ZHING NAM MIN NYAM
El mérito es igual y el resultado de maduración es igual.

Así es.⁹ El Buda dijo “Cuatro personas a mi alrededor”. Ellos son bhikshus, bhikshunis, getsuls, getsulmas; los que vivís con los treinta y seis votos. Hay diferentes formas de explicar esta frase. “Los ofrecimientos que me hagáis a mí ahora o en el futuro con devoción, haciendo estos ofrecimientos a mí o a mis estatuas, no va a haber la más mínima diferencia y el mérito es exactamente igual y el resultado de maduración también será igual”.

Es el mismo beneficio, en el futuro los méritos de ofrecer a mis representaciones de estatuas o estupas, es el mismo beneficio de ofrecérmelos a mí ahora. Es decir, por hacer ofrecimientos a las estatuas, estupas, escrituras ahora, es lo mismo que si hubiéramos conocido al mismo Buda y los beneficios son los mismos que serían de hacerle a él directamente ofrecimientos. Esto es lo que tienes que saber cuando haces ofrecimientos o circunvalaciones, obtienes los mismos méritos. Exactamente igual, no menos. No debes pensar que son muchísimos más méritos que si se los ofreces a él, no, es exactamente igual.

⁹ La nota continua (traducida por Lama Zopa Rimpoché, en el curso de noviembre de Kopan del año 2019):

ཅི་དེ་སངས་རྒྱལ་བྱིན་རྒྱལ་ཏེ།
སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་ཤེས་མི་འགྲུར།
དེ་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་མ་བྱིན་པའི།
ཞིང་ན་སྐུ་གནུགས་ཡོད་མེན་ཞིང།
མཐའ་འཁོབ་སྐྱོ་རྣམས་ན་མེད།
བསྐྱན་པ་རུབ་ན་ཡོད་མེན་ཞིང།
སྐུ་སྐྱེགས་བྱིས་སོང་སོགས་མི་མཐའ།
དེ་ཕྱིར་སྐུ་གནུགས་སྐྱུལ་པ་ཡིན།

Ésta es la bendición de Buda,
Pero los seres ordinarios no lo saben.
Por lo tanto, en lugares donde no hay budas,
No hay objetos sagrados.
No existen en los países bárbaros periféricos.
No existen cuando las enseñanzas de Buda degeneran.
No pueden ser vistos por [practicantes] sin nivel ni por animales.
Por tanto, todos los objetos sagrados son manifestaciones de los budas.

Tienes que ser consciente de todo lo que puedes lograr con este valioso cuerpo humano cuando tienes la mente abierta para practicar el dharma. Como budista, con una mente abierta y no cerrada. No una mente como si fuera un nudo, toda revuelta. Y, confiar en el Buda, Dharma y Sangha. Si pones tus manos juntas en el mudra de la postración, obtienes los mismos méritos que si te estuvieses ofreciendo a Buda o, circunvalando. Tienes que darte cuenta de esto y ser consciente de lo valioso que es tu cuerpo humano. Tienes que conseguir estos ocho beneficios. *Wow*.

Siempre que veas un objeto sagrado, junta las manos en postración. Es la forma más rápida de liberarte de los problemas del samsara

Estaba pensando en mi habitación de Aptos, donde hay tantos objetos sagrados, muchas imágenes y thankas en las diferentes habitaciones, en la habitación principal. Cada vez cuando entro hago así (*Rimpoché pone las manos en el mudra de la postración*), no tengo que mirar todo porque si no me llevaría todo el día y, me postro ante cada una de ellas pensando, “me postro ante todos los objetos sagrados, todas las estatuas, todas estupas e imágenes, porque todas son mi gurú”. Es la forma en que sacas más beneficio, ya que todas ellas son la manifestación de tu propio gurú.

Cada vez que entro en la habitación pienso así. Esto es lo que intento tener en mente, pero claro, soy perezoso y con una mente distraída, por lo que no me acuerdo siempre de pensar de esta manera.

Cuando, por ejemplo, vas de peregrinación a los templos donde hay millones de pequeñas imágenes o grandes estatuas y muchas veces, no tienes tiempo de ver a todas y cada una de ellas, es bueno poner las manos en el mudra de la postración y piensas: “Todos son la manifestación de mi gurú raíz para liberarme del samsara y llevarme a la iluminación. Todos estos objetos sagrados y thankas son manifestaciones de mi propio maestro raíz”. Das la vuelta por la habitación y giras tu cuerpo hacia todas las imágenes y eso te lleva tan solo un par de minutos, muy poco tiempo. Así, tantos objetos sagrados como haya, quizá millones, estás creando las causas de iluminación, por poner tus manos en el mudra de la postración ante todos los objetos sagrados que hay en la habitación. *Wow, wow, wow*.

Este es mi consejo a todos aquellos que hacen peregrinaje a los monasterios. Es una forma rápida de lograr la iluminación, un camino rápido para purificar el samsara, liberarte de los problemas que siempre tenemos, ya que siempre estamos quejándonos de los problemas que tenemos, porque acaba un problema y empieza otro y así, desde renacimientos sin principio aún no hemos acabado con los problemas porque no hemos purificado el karma y no hemos acumulado méritos. Así sufrimos en samsara sin fin, no solamente no tiene principio y si no practicamos el dharma, tampoco tendrá fin.

Transmisión oral del *Sutra de la gran liberación*

Ven. Roger: La hora, Rimpoché.

Rimpoché: ¿Hora de la llamada telefónica?

Ven. Roger: No.

Rimpoché: ¿Media hora?

Ven. Roger: Sí.

Ven. Roger: La batería de la cámara está casi terminada.

Rimpoché: ¿Qué?

Ven. Roger: La batería de la cámara está casi vacía. Solo unos minutos más.

Rimpoché: Está bien. Entonces, voy a leer el *Sutra de la gran liberación*, quizá solo una página o alguna más. No mencionaré los beneficios hoy. Leeré algunas [páginas].

Piensa: "Debo liberar a los innumerables seres de los océanos de sufrimiento samsárico. No solo eso, [debo] llevarlos al cese total de los oscurecimientos y el sufrimiento y a la culminación de las realizaciones. [Debo] llevar a todos los seres allí por mí solo. Y, debo alcanzar el estado de omnisciencia. Por lo tanto, voy a tomar el *lung*, la transmisión oral, del *Sutra de la gran liberación*".

(Rimpoché da algunas páginas del lung del Sutra de la gran liberación)

Bueno. Continuaré mañana o pasado mañana. Hay más para darse cuenta de cómo este perfecto renacimiento humano es taaaan increíble, increíblemente precioso, las cualidades y los beneficios. *Bah, bah, bah.*

Ok, 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 innumerables seres e innumerables budas, que la bodichita:

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 lograr la vacuidad

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

En *Bodisatvacharyavatara*, el gran bodisatva Shantideva dice: "Sin importar cuántos seres enfermos haya, que puedan ser liberados de todas sus enfermedades inmediatamente. Que ninguna enfermedad nunca más se vuelva a producir". Debido a todos los méritos presentes, pasados y futuros acumulados por mí, todos los méritos acumulados en los tres tiempos por los innumerables seres e innumerables budas:

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.

Dedicación por los muertos

A todos aquellos que han muerto por diferentes condiciones y por el virus. Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por innumerables seres e innumerables budas, que puedan nacer en una tierra pura donde puedan ser iluminados, o al menos recibir un perfecto renacimiento humano, conozcan las enseñanzas mahayana, conozcan a un gurú mahayana perfectamente cualificado que les revele el camino inconfundible hacia la iluminación y, complaciendo a la mente más santa, que puedan alcanzar la iluminación lo más rápido posible:

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 para cumplir los deseos y expectativas de los seres

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de tres tiempos acumulados por innumerables seres e innumerables budas, que pueda cumplir los deseos de los seres más que una joya que concede deseos. Que pueda cumplir las expectativas de los seres más que un árbol que concede deseos.

Dedicación sellada con vacuidad

Debido a todos los méritos de los tres tiempos acumulados por mí y por los innumerables seres y budas que existen como mero nombre, pueda yo que existo como mero nombre, lograr rápidamente la iluminación que existe como mero nombre y conducir a todos los seres que existen como mero nombre, a ese estado de budeidad que existe como mero nombre, por mí mismo, solo, que existo como mero nombre.

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

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 que se cumplan los deseos de Su Santidad

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.

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.