

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

por Lama Zopa Rimpoché

Vídeo 50: El apego a los placeres te traiciona.

Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal

12 julio 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el Monasterio de Kopan, 12 julio 2020,

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

FPMT Inc., 2020

Vídeo 50: El apego a los placeres te traiciona

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

Se está oyendo la puja que están haciendo abajo. Están usando platillos y tambores para sus enseñanzas, esto va a la par con las enseñanzas. *ha-ha*.

Todos los monjes de la sangha han sido héroes desde su ordenación

Entonces, como dije la última vez, por supuesto, sí claro que también están para los laicos los cinco votos pero especialmente la sangha cuando piensas tú como sangha eres el verdadero héroe porque conquistas los engaños. Tantos años, meses, semanas que hayas mantenido la ordenación como sangha has sido un verdadero héroe, durante el tiempo que has mantenido los votos. Y eso, no es algo fácil, desde renacimientos sin principio no hemos sido liberados del samsara, de los océanos de sufrimiento samsárico. *Aaaaah*, tienes que recordar eso. *Pawo*, héroe, has sido un verdadero héroe durante todos esos años, meses, semanas.

Has matado a todos los seres desde renacimientos sin principio pero eso no te convierte en héroe

Piensa en eso. No pienses que no tienes importancia. No piensas en el valor de ser sangha. Solo buscando felicidad pero sin alcanzarla. En la vida mundana buscas la felicidad pero no la encuentras y no sabes qué hacer, *je je*, si vivir o morir. Estoy bromeando, pero sin embargo, como sangha, has sido un verdadero héroe. *Aaaaah*.

Como en las guerras, hemos estado en ellas innumerables veces. Hemos matado gente, mucha, millones, billones. Si contamos desde tiempo sin principio, hemos matado a todos los seres. *Aaaaah*. Hemos matado a todos los seres, *aaaah*, si piensas desde tiempo sin principio. *Aaaaah*. Entonces, todavía estás sufriendo. No eres libre del samsara. La razón es ésa. Nos hemos matado innumerables veces desde tiempo sin principio. Entonces, ¿qué? Nada. Entonces, ¿qué? Nada.

Tienes que saber eso. Tienes que pensar bien, profundamente, no tener en cuenta solo esta vida. Entonces, el verdadero héroe, la sangha. Los laicos, los votos que toman están bien pero especialmente la sangha como guetsul y guelong. Tienes que saber, reconocer que la sangha es el verdadero héroe.

La sangha necesita reconocer que es increíblemente valiente

Los seres, especialmente los que no han encontrado el dharma, que tienen el karma para encontrar el dharma, viven empujados por los engaños y los siguen continuamente, todo el tiempo sufriendo. Tú sangha, tú eres el héroe.

Basta por hoy del payaso de Lawudo, el cómico. (Rimpoché se dice a si mismo) *Aaaah*.

Hay que reconocer el gran coraje que tienes como sangha. Has estado bajo el control de los engaños, has sido manipulado, esclavo de los engaños, no solamente durante una vida. Ahora, por fin, haces frente a los engaños, al encontrar el dharma, ahora has encontrado el camino, has encontrado la forma, el dharma, de derrotar a los engaños que han hecho que sufras tanto desde renacimientos sin principio. *Aaaah*. ¿Ves?

Y esto es por lo que tengo que gritar para que pienses más profundamente, no son meras palabras porque a veces no se valora a la sangha. En algunos países occidentales, en Estados Unidos que ha habido tantos muertos durante la primera guerra mundial, la segunda guerra mundial, normalmente a los que destacan en los conflictos bélicos, se considera que son los héroes, cuando en realidad ya veis, qué tipo de héroes.

No estás solo, todos los innumerables budas y bodisatvas están contigo

Y no pienses que estas solo en el mundo, es estúpido pensar eso. Innumerables budas y bodisatvas están muy felices contigo. Incluso aunque los seres malignos no estén felices contigo pero sí los seres santos están felices, y tienes que recordarlo. No pienses, estoy solo, estoy solo, nadie me acompaña.

Si estás practicando el buen karma, si estás abandonando el karma negativo practicando el buen karma, respetando los votos eso es lo que trae toooooodo el éxito y la felicidad en tu vida, tienes que recordarlo. Tienes que crear la felicidad, tienes que abandonar el sufrimiento, tienes que crear la felicidad porque sino... Has estado en samsara desde tiempo sin principio, en los reinos inferiores desde tiempo sin principio. Hay innumerables budas y bodisatvas, pero, ¿qué están haciendo? ¿No hacen nada están quietos y tranquilos sin hacer nada? ¿Son invisibles, no ven a los seres? ¿Piensas eso acaso, que no están ayudando a los seres?

Tú has comenzado el camino, has comenzado el camino a la liberación que está basado en proteger el karma y dejar de dañar a los seres. Y eso es lo principal, proteger el karma es lo básico.

En el camino mahayana lo más importante es la compasión hacia los seres que sufren. La renuncia del samsara y, entonces, compasión hacia los seres que están sufriendo. A partir de la gran compasión, generas la bodichita y entras en el camino de la iluminación.

Entonces, desde el comienzo del camino, estás comenzando el camino de esa forma y cuando alcances la iluminación, los bodisatvas, los innumerables budas y bodisatvas, que son seres superiores y tienen una compasión increíblemente más intensa hacia ti que la que tú tienes hacia ti mismo, te aman a ti muchísimo más que lo que tú te amas. Los bodisatvas, los seres iluminados ¿no están viendo lo que les pasa a los seres? ¿Están relajados cómo si hubieran tomado drogas o alcohol? No, no es así.

Tienes que trabajar, tienes que abandonar las causas del sufrimiento y crear las causas de la felicidad

Por tanto, eso muestra que tú tienes que trabajar. Sí, sí, tienes que esforzarte en abandonar la causa del sufrimiento, el karma negativo, y crear la causa de la felicidad, el buen karma. Eso es por lo que aquellos ya se han iluminado en el pasado, los que se están iluminando ahora y los que se iluminarán en el futuro. No hacen eso, aquellos que no nos esforzamos de esa forma seguiremos sufriendo en el samsara. Por lo tanto el esfuerzo tiene que venir por tu parte, no pienses: “Dios o Buda van a resolverme los problemas”, y dejas todo en manos de Buda o de Dios, no, entonces claro que nada pasa y tus problemas no se solucionan, hasta la fecha ha sido así. Y por eso, has estado continuamente en el samsara sufriendo.

Escribe que la práctica del dharma es derrotar a los engaños

Recuerda, ahora, los seres santos están contigo. Los innumerables budas y bodisatvas están aquí para ayudarte, sí, siempre que sigas los consejos de Buda, en vez de dedicar tu vida a los engaños, que es lo que has estado haciendo desde renacimientos sin principio. Ahora, por fin, te das cuenta de que los engaños son tu enemigo, ahora, hay que derrotarlos, los engaños te han estado traicionando desde tiempo sin principio. Por tanto, ahora es el momento de derrotar a los engaños, ésa es la práctica del dharma. Piénsalo, reconócelo, escríbelo en tu diario, Rimpoché dice en tu libro de diarrea, porque en inglés se parecen.

El apego al cuerpo de otros se debe al hábito desde el samsara sin principio

Cuando surge el apego hacia un hombre o una mujer del sexo opuesto, es un hábito. Es un hábito desde tiempo sin principio en el samsara. El pensar esto es agradable es atractivo es un hábito. Y no solamente entre los humanos, incluso los insectos. Como en el océano ese animal que es como un caballo ¿cómo se llama?

Ven. Tsenla: Caballito de mar.

Sí, caballito de mar. También está ese animal que tiene muchas piernas, ¿cómo se llama?

Ven. Tsenla: Pulpo.

Todos los insectos y animales tienen interés en el sexo opuesto, no solamente los humanos, incluso insectos hacia los de su propia nacionalidad o especie. Es por el hábito desde renacimientos sin principio que nos hace ver eso como bueno, como agradable. Pensamos “esto es bonito”, esa atracción hacia el sexo opuesto desde renacimientos sin principio. Nos hemos habituado pero cuanto más analizas vas descubriendo el concepto erróneo, vas dándote cuenta de la falsedad de la atracción. Es algo que tienes que eliminar porque causa mucho sufrimiento. Si no lo analizas no lo comprendes, no eres consciente.

La evolución y cesación del apego a otras personas

Es así, al principio el objeto no es el objeto del apego. Entonces, después de un tiempo, al principio no es atracción, pero después de un tiempo quizá esa persona te hace muchos regalos y como tú tienes apego hacia los regalos, como en los cumpleaños, entonces tú empiezas a sentir apego hacia esa persona del sexo opuesto, incluso sin haber apego antes.

Pero eso también puede cambiar. Incluso sin tener que meditar, los objetos de apego cambian. Cuando ves a alguien más atractivo, empiezas a perder interés y empiezas a sentir apego hacia la otra persona. Así es. ¿Lo ves?

Ya que tú creaste el apego, liberarte del apego está en tus manos

Esto prueba que vino de tu mente. El apego no vino del objeto sino que vino de tu mente. Tú lo creaste. Así que depende de tu mente, depende de ti. Eres tú quien produce el apego. Depende de ti, no del objeto. Eso lo muestra y significa que eres libre. Infierno e iluminación, samsara y nirvana, liberación del sufrimiento samsárico, el nirvana, el samsara, sí, incluso los problemas de cada día, todo eso está en tus manos. Depende de cómo pienses.

Si mantienes tu mente en el dharma, especialmente en la bodichita, en la vacuidad, en el lojong, *guau* increíble, solo felicidad. Con la mente de la bodichita, todo se vuelve causa de iluminación. Con la vacuidad, todo se vuelve en remedio al samsara, todo lo que tú hagas. *Guau*. Cuando realizas la vacuidad directamente cesan las huellas negativas y los engaños. Esa huella negativa dejada por los engaños cesa al ver directamente la vacuidad y puedes lograr la iluminación. Todo es para el beneficio de los seres. Todo está a tu alcance. Todo está en tus manos.

Dependiendo de cómo te trate alguien, tu mente cambia

No pienses que tu vida no tiene sentido, que tu vida está completamente bajo el control del apego, que no hay otra posibilidad, no pienses que es así.

Por ejemplo, cuando cien personas miran a una persona, algunos la encuentran atractiva, para otros es fea, para otros no es fea pero no es atractiva, está bien. Cien personas mirando a una misma persona cada una la ve diferente. Dependiendo de si la persona te estima, si agradas a la persona, si te alaba o te critica, dependiendo de todo eso tu mente cambia. La contemplas como negativa, como mala, como enemigo o como amigo, y todo eso viene de tu mente. Tu discriminas.

Solo la persona que te daña te da la oportunidad de practicar la paramita de la paciencia

Por ejemplo, alguien que te daña y que está enfadado contigo te ayuda a practicar la paciencia, si completas la paramita de la paciencia podrás lograr la iluminación para el beneficio de los seres, sino no puede ser. Entonces si no completas esa paramita, por tanto el Buda, el maestro nos explica como practicar la paciencia y los amigos no nos brindan la oportunidad de practicar la paciencia, tampoco con los extraños. Los únicos que nos dan la oportunidad de practicar estas enseñanzas que hemos

escuchado del Buda Shakyamuni y otros maestros, la paciencia, son aquellos a los que no agradamos, aquellos que nos critican, aquellos que nos dañan, o los que te miran con cierto menosprecio. Ése es el único que te da la preciosa oportunidad de practicar la paciencia.

Solo la persona que te daña te da la iluminación

Practicando la paciencia, puedes eliminar el enfado. Y no solamente lograr la liberación del samsara, también podrás lograr la iluminación con las infinitas cualidades del sagrado cuerpo, palabra y mente, para que puedas hacer un trabajo perfecto para los seres. ¿Quién te brinda esa oportunidad? Ése que tú llamas enemigo, es el que te está dando la iluminación, increíble. Esa persona a la que llamas enemiga te está dando la oportunidad a llegar a ser buda, con todas esas infinitas cualidades, *guau*, tan vastas como el espacio, insuperables, inexpresables. Esta persona es tan bondadosa que no cabría en el espacio. *Bah, bah, bah. Lama khyen, lama khyen.* Beneficios como el espacio infinito te está dando. *Guau, guau, guau.* Increíble. *Oooooooh*, increíblemente precioso.

La bondad de la persona que te daña no puede ser recompensada

Así puedes darte cuenta que su bondad es increíble.

(Rimpoché intenta coger una hormiga de la mesa).

¿Cuál es la palabra?

Ven. Janne: la bondad del enemigo

La bondad del enemigo no cabe en el espacio infinito. El beneficio que obtienes, *guau*, es increíble, por eso incluso aunque le ofrezcas tantos dólares como cupieran en el espacio, no sería nada. Aunque le ofrezcas diamantes o joyas que satisfacen todos los deseos tantas como cupieran en el espacio, no compensaría esa gran bondad que te ha mostrado. Te da la oportunidad de practicar la paciencia y te da la iluminación. ¿Puedes imaginar? Cada una de las cualidades de buda. *Guau*. Por tanto, él o ella son increíblemente bondadosos, algo que no puedes recompensar con ningún bien material, no puedes compensar esa bondad con ninguna cosa material, es increíble. Bondad infinita como el espacio. Incluso aunque esa persona te está dañando, mientras está enfadada contigo, tú puedes ver su increíble bondad. No solamente la persona que te dañó en el pasado, también la persona que te está dañando ahora.

Bonito y feo viene de tu mente, no por parte del objeto

Lo que estoy diciendo es que si agradable es solo de parte del objeto, desagradable es solo de parte del objeto, indiferente es solo de parte del objeto, no debería cambiar. Ha sido desagradable todo el tiempo, siempre, o agradable siempre, pero cambia. Si ves a alguien que es más agradable, su cuerpo, entonces el otro se vuelve feo. Aquel que creías que es agradable se convierte en feo, y el otro es agradable. Luego cuando ves otro más agradable que éste, se convierte en feo y el otro es agradable. Así que todo lo agradable viene de ti.

Tienes que saber que pensar que lo es desde el lado del objeto es una visión incorrecta. Es una visión incorrecta. Agradable o desagradable es exagerado, vino de ti. Nada existe desde el lado del objeto. Eso lo prueba. Entonces, vino de ti. *Aaaah*.

Si existiera de parte del objeto, aunque vieras a alguien mucho más agradable, todavía te seguiría pareciendo atractiva esa persona. No se convertiría en más feo. Sería siempre atractivo, no habría ningún cambio. No iría cambiando dependiendo de que encuentres algo más agradable, se mantendría así por siempre. Pero, ¿por qué no es así, por qué no pasa eso? Eso nos ayuda a ver que en realidad viene de nuestro karma, viene de nuestra mente, que veamos al objeto con determinadas cualidades.

Entonces, pensamos que vino de parte del objeto, sí, pero entonces, cuando ves otra forma, la ves como fea y ves la otra como agradable. O ves ésta como fea, entonces otra forma, ves otra forma, “*oh, ésta es bonita. Oh, ésta es fea. Oh, ésta es bonita*”. ¿Ves? Si es cierto que vino de parte del objeto, debería ser agradable siempre o debería ser fea siempre, sin depender de esas cosas. Pero no pasa. Así que, debes saber eso. Vino de tu karma. Vino de tu mente. Tu mente lo creó.

La gente enloquece por el apego porque nunca piensa en lo que hay debajo de la piel

En Delhi, hace mucho tiempo, estaba en un hotel, el hotel York, en una zona del hotel había una reunión. Había gente de negocios reunida allí. No era fácil para ellos, al no conocer el dharma, superar el apego. Entonces me preguntaron: ¿Cuándo generas apego hacia una mujer qué hay que hacer? Por suerte, me acuerdo de contemplar dentro del cuerpo, y aconsejo que no solamente se fijaran en lo externo, que se fijaran en lo interno, la carne, las venas, todo lo que envuelve la piel, los huesos, dentro de los huesos, la médula, los músculos etc. Que contemplaran todo eso, se quedaron impactados, nunca se les hubiera ocurrido. Estaban muy sorprendidos de la respuesta. Fue muy gracioso. Que contemplaran lo que hay dentro de la piel.

En el supermercado la carne está ya cortada, en piezas y la ponen con una apariencia agradable, todavía huele, pero lo mantienen controlado con la temperatura. En Nepal o en India en las carnicerías las piezas de carne están colgadas y ves los intestinos, la cabeza, está todo a la vista, no está preparado como en Occidente que está todo bonito y agradable. Es exactamente igual con el cuerpo, cuando ves eso no puedes generar apego, es bueno recordar eso.

Todo está envuelto por la piel. Como un saco, como una bolsa de plástico donde pones la carne, huesos y demás, es algo similar, tu piel cubre todo eso, pero la mayoría de la gente en el mundo nunca piensa en lo que está dentro y generas un gran apego con una vida totalmente loca porque solamente se quedan con la apariencia, con la piel. Pero nunca piensan en lo que hay por debajo que realmente es aterrador lo que hay dentro, sale sangre del cuerpo, incluso cuando sale un poco de sangre nos quedamos aterrados, pero si cortas el cuerpo puedes ver lo que hay dentro. Bueno, increíble.

Ni siquiera la piel es nada para sentir apego cuando la miras de cerca

Incluso la piel, cuando tu vista no es muy buena, no puedes percibir con claridad, como cuando te pones las gafas. A simple vista la piel parece bonita pero si miras más en profundidad, con gafas o lupa, puedes ver pequeñas cosas en la piel, toda la piel está como con esos pequeños bultos, como montañas, no es uniforme o atractivo. Desde lejos es uniforme y atractivo, pero desde cerca ves que no es tan atractivo.

Kyabje Khunu Lama Rimpoché dijo separar la piel por un lado y la carne por otro. Separar piel, carne huesos, no hay nada para generar apego. Kyabje Khunu Lama Rimpoché, un gran bodisatva, dio que no hay nada lo que apegarse.

Renuncias a un renacimiento superior por unos pocos segundos de placer

Sin entrar a valorar las desventajas del apego, que causa un increíble sufrimiento en la vida siguiente, haciendo la muerte tan difícil. Luego estás en un renacimiento inferior, un reino inferior, durante eones. Sin hablar de eso, solo hablando de esta vida. Entonces, los placeres samsáricos, no la felicidad del dharma, solo un minuto, unos pocos segundos, piensa eso, y entonces lo siguiente. Si eliges estos pocos segundos de placeres, estás abandonando tu vida al apego. Es decir, al pensamiento egocéntrico, a la ignorancia que se aferra al yo como real, especialmente el apego. Te abandonas a esa vida de apego para nacer en los reinos inferiores, donde se experimenta el más terrible sufrimiento

Quizá lo mencioné pero no me acuerdo bien de la última parte, sobre un verso, no lo he llegado a memorizar, no me acuerdo ahora.

El más increíble, más terrible sufrimiento en los reinos inferiores, el más terrible sufrimiento samsárico en los reinos inferiores. Estás entregando tu vida al apego para experimentar el sufrimiento de los reinos inferiores, por esos pocos segundos o minutos de placer, *guau*, tener que sufrir luego durante eones. Dejas de lado obtener un renacimiento superior, como deva o humano, por experimentar unos segundos de placer y eliges renacer en los reinos inferiores.

Renuncias al nirvana por unos pocos segundos de placer

Entonces abandonas el nirvana, abandonas la liberación, la felicidad última, la liberación del samsara, el estado gozoso de paz par siempre. Abandonas eso por esos minutos o segundos de placer, por esos momentos de placeres samsáricos, dejas todo ese estado de paz gozoso para siempre, lo abandonas. Ese poder liberarte del samsara, lo dejas de lado. Es un gran error en tu vida.

Renuncias a la iluminación por unos pocos segundos de placer

Abandonas... por placeres samsáricos, por esos pequeños momentos de placer abandonas la completa cesación de los oscurecimientos y la completación de la realización de la iluminación. Esa felicidad inmaculada que ya perdura para siempre, no durante una semana o unas vacaciones, no,

una felicidad perdurable. Eso lo abandonas, lo dejas de lado y sigues el apego a los placeres samsáricos, algo que dura tan poco y solo es de la naturaleza del sufrimiento. Incluso, la iluminación para el beneficio de los innumerables seres, no solo un solo ser, sino innumerables seres, seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, suras, asuras. El poder lograr la iluminación para liberarlos del sufrimiento samsárico y llevarlos a la iluminación. Abandonas eso por el apego al placer samsárico, por esos pocos minutos o segundos de placeres samsáricos, *guau*.

Eso es lo que en verdad sucede, si lo piensas bien. Si estás con tu mente distraída, completamente distraído, entonces no piensas, pero es lo que está pasando en realidad. Y es muy, muy, muy, muy triste, un error increíble como infinitos cielos de errores. *Lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen*. Oh, tienes que recordarlo, pensarlo.

Renuncias a llevar a los innumerables seres a la iluminación por unos pocos segundos de placer

Por supuesto eso significa que estás abandonando a los innumerables seres de liberarles del samsara. Renuncias a eso, por tus propios placeres samsáricos, solo unos pocos segundos o minutos. Renuncias a llevar a los innumerables seres a la iluminación. Renuncias a eso.

Es muy importante que pienses esto. Escríbelo en tu libro de diarrea, tu diario.

También es importante meditar en el sufrimiento del cambio para superar el apego

Una cosa importante, normalmente tienes que meditar, no solamente en el sufrimiento del sufrimiento; el sufrimiento no solo como el sufrimiento del renacimiento de los seres humanos. Hay cinco, creo, cinco, lo olvidé. En el *Lam.Rim* hay cinco tipos de sufrimiento, el sufrimiento de la muerte, el sufrimiento de envejecer, la enfermedad, encontrar lo desagradable, separarte de lo agradable, no encontrar lo que deseas. Los tres tipos de sufrimiento del samsara, los agregados. También en *Lam.Rim Chenmo*, seis tipos, ocho tipos de sufrimiento. En *Liberación en la palma de la mano* te habla de seis tipos en relación a los seres humanos.

No encontrar... Incluso aunque encuentres lo que deseas, lo que te produce bienestar, felicidad, aunque lo encuentres nunca logras la satisfacción. Desde renacimientos sin principio lo has intentado y no lo logras, tienes que saberlo. Eso es también el sufrimiento del sufrimiento.

Así que mucha gente comete suicidio. La gente que tiene millones, billones de dólares tienen tanta riqueza y se suicidan. No encuentran felicidad, no importa cuánta riqueza no encuentran felicidad sino una gran insatisfacción y acaban suicidándose. Y así ha sucedido a tanta gente, a tantos artistas, cantantes, famosos. Cometan suicidio, no conocen el propósito de la vida, no han encontrado el dharma, no han pensado bien, no tienen el dharma en su corazón.

Es muy importante meditar en el sufrimiento del cambio, *gyurwäi dug ngäl*, que es de la naturaleza del sufrimiento. Es muy importante meditar en eso. Lo tienes que tener muy claro para que no generes apego.

Lo que llamas “placer” es la cesación de un gran sufrimiento y el comienzo de uno pequeño.

Como se menciona en el *Lam.Rim Chenmo*, el Lam.Rim de Lama Tsongkhapa, ahí se dice, si alguien está experimentando mucho calor, tomando el sol, con el cuerpo desnudo y tiene mucho calor. Entonces, para experimentar placer entra en el agua fría, en el océano o en la piscina. Lo que sucede en ese instante es que el sufrimiento del calor cesa y empieza el sufrimiento de experimentar frío. Mientras estés en el agua el sufrimiento del frío va a más, en el primer momento que entramos en el agua fría le llamamos placer, el sufrimiento de un gran calor disminuye y empieza el sufrimiento del frío desde muy poquito, a eso le llamamos placer. Tu mente lo nomina como placer, la disminución de un gran calor y el comienzo de ese frío

Las impresiones negativas dejadas en el continuo mental por la ignorancia proyecta placer real y entonces el placer real aparece

Eso es todo, no hay ninguna otra cosa. Pero esa huella negativa dejada por la ignorancia que se aferra al yo y a las cosas como reales, cuando no lo son, cuando existen verdaderamente como mero nombre. Debido a esa huella negativa en ese primer instante en el que meramente nominamos placer y la mente proyecta como si fuera un placer real. En el tercer instante, en el siguiente momento se nos aparece como real, debido a la huella que decora y después el concepto erróneo surge y lo ve como real, un concepto erróneo, *guau*, surge ese concepto erróneo, porque es completamente falso, una alucinación.

El concepto erróneo de creer que es un verdadero placer te hace renacer continuamente en el samsara

El apego a eso hace que sigamos en samsara continuamente, experimentando los sufrimientos de los reinos inferiores. Desde tiempo sin principio hasta ahora hemos venido haciendo lo mismo una y otra vez continuamente, nada nuevo. Por eso no nos hemos liberado todavía del samsara, sé consciente de esto.

El placer verdaderamente existente es una alucinación total, como tomar drogas y ver todo tipo de cosas

Ésta es la experiencia común. Es el ejemplo normal en tu vida cotidiana, debes darte cuenta de lo que es erróneo o equivocado y lo que es correcto en la vida. *Lama khyen, lama khyen*. Qué alucinación. Qué concepto erróneo. *Lama khyen, lama khyen*. Así, sufrimos continuamente debido a este concepto erróneo, una mente alucinada. *Ooooooh*. Así que, en realidad, no hay tal placer verdaderamente existente, ¡no! ¡Es totalmente erróneo! No hay placer verdaderamente existente. Es una completa alucinación, como si tomaras drogas y vieras todo tipo de cosas.

Como le pasó a Massimo Corona, un antiguo estudiante que vino a Lawudo cuando yo estaba allí. Un día tomó datura. La datura crece por todas partes en Lawudo y alrededores. Las cabras la toman y

piensan que es deliciosa pero para los humanos es un veneno que produce alucinaciones. Fue a ver a Ron, un estadounidense. Aquellos en época de los hippies. Paso mucho tiempo en las montañas, se le acabo el dinero.

Yo hice muchas pujas en aquella época. Como Lama me aconsejó, hacía *Drugchuma* cada día. Porque estábamos construyendo el monasterio, yo hacía *Drugchuma* cada día para los estudiantes. Había muchas tormas en la cocina para la *Drugchuma* y otras cosas. Él vino a coger las tormas que estaban en la cocina y hacía un pequeño pan negro.

Geshe Thubten Tashi, un gueshe muy erudito de Hamdong Kangtsen, Hamdong, y era muy bueno en *Vinaya*. Creo que en una ocasión Gueshe Sopa le hizo unas preguntas. Él fue el abad de Lawudo durante seis meses. Nos conocimos en Buxa, hablaba sobre Solu Khumbu, no había ido a Solu Khumbu pero hablaba de ello, así que le invité. Fue abad durante seis meses.

Los primeros monjes de Kopan empezaron allí, en Lawudo. Empezaron la escuela por las mañanas, a las ocho más o menos, todos venían a la cueva de Lawudo, donde yo estaba comiendo. Venían y hacíamos oraciones juntos, postraciones y luego se iban a estudiar. De todos modos, él fue el abad que les dio la ordenación.

Ron hizo una pequeña torma, una plana y se la ofreció a Gueshe-la para que la comiera, pero Gueshe-la no come comida sherpa, no come ni siquiera pasteles de patata. Durante seis meses hizo tsampa, tsampa *thugpa*, y cosas así. Nyima Tashi, el cocinero, le servía. Nyima Tashi, está ahora Sera. Era científico, un profesor de ciencia, en los primeros tiempos en Sera.

Volviendo a Ron, él me dio algo negro para comer, pero yo no quería. fue Gueshe-la el que se lo comió. *Ha-ha*.

Él movía la tienda donde dormía de un sitio a otro. Massimo fue a verle y tomó datura. Su visión fue que todo el polvo que había eran gusanos moviéndose por todas partes. Así que, eso es una alucinación, una proyección de una mente alucinada. Entonces, es lo mismo aquí, nuestros conceptos erróneos. Cosas que no existen, nos parecen que existan. Vemos placer verdaderamente existente cuando en realidad no existe en ninguna parte. Todo el placer es así, debemos meditar, comprender. Esto es solo un ejemplo, pero así todos los placeres en nuestra vida.

El apego te engaña como miel en el filo de una espada

El apego a los placeres samsáricos es como tomar con la lengua miel en el filo de una navaja, en cualquier momento te puedes cortar. Esa experiencia de tomar la miel te corta la lengua, es un buen ejemplo.

Cuando la gente pesca, los peces se sienten atraídos por los gusanos, “ahí está el gusano. Voy a comerlo”. Ellos nunca piensan que los van a coger y matar. Nunca piensan eso, ven de lejos el gusano y corren para comerlo, entonces son atrapados y se acaba. *Bah, bah, bah*. Quizá, no están completamente muertos pero su cuerpo está cortado por la mitad.

Así, tus conceptos erróneos no te permiten ver cómo te están dañando y piensas que son completamente placenteros. Todos los conceptos erróneos, corres hacia ellos y ya está, estás acabado. Eso es el apego que te engaña. Es el apego que te está engañando, te traiciona.

La gente engaña a los animales para atraparlos pero terminan siendo engañados por su apego

Creo que era Tailandia, lo he olvidado. ¿Qué país está cerca de Tailandia?

Estudiante: Camboya.

Rimpoché: Camboya.

Ven. Tsenla: Vietnam.

Rimpoché: en esos países, los jóvenes, saben cómo atrapar grandes peces. No sé cómo se llaman, hay diferentes, las grandes ballenas. Lo saben exactamente. Hacen una trampa de goma o algo así en la tierra cerca del agua. Entonces muchos de ellos entran mientras la gente está fuera. Luego, cuando regresan, encuentran que hay tantos adentro. Hay un pequeño agujero, luego sale el agua y muchos entran.

También las serpientes grandes, saben cómo atrapar grandes serpientes. Hacen agujeros y ponen un pájaro o un pollo vivo. El pájaro se va, luego la gran serpiente se va. Ellos son así, no sé, son tan buenos en cómo hacer cosas para engañar. Las serpientes van allí, luego son atrapadas por el hilo, por la cuerda. El hilo o la cuerda atrapan al cuerpo y no pueden escapar. Al cabo de un rato los jóvenes vuelven y ven a la serpiente. Para ella se terminó.

Para atrapar, no un águila, en Taiwan, no estoy seguro, un gran pájaro. Quizá un halcón.

Ven. Janne: halcón.

Rimpoché: quizá un halcón, creo. Saben cómo atraparlos. Vienen. A veces traen una especie de pollo y el halcón viene a atraparlo y se enreda en la cuerda.

El apego es así. Te engaña, te traiciona, el apego a los placeres samsáricos. *Lama khyen*.

Por supuesto, matar un animal, dañar a un animal, les causa daño durante quinientas vidas. Les causa renacer como animal y sufrir el mismo daño durante quinientas vidas debido al karma. No tienen ni idea. Esas personas durante toda su vida, cuando son niños pequeños, no tienen idea de que durante eons, eons, eones sufrirán en los reinos inferiores. Es debido a la ignorancia, debido al apego. *Lama khyen*. ¿Qué les hace sufrir? Su apego. Han sido engañados, traicionados por el apego y por el pensamiento egocéntrico y el aferramiento al yo, la raíz del samsara. *Lama khyen*.

Así que hay muchas meditaciones muy buenas para darnos cuenta de las desventajas del apego, muchos de estos ejemplos son muy buenos para aplicarlos en nuestra meditación.

Muy bien, lo vamos a dejar aquí, muchas gracias.

Dedicaciones

Dedicación para generar bodichita

Debido a los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí y los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que la bodichita fuente de toda felicidad hasta la iluminación, pueda ser generada en el corazón de todos los seres y la que haya sido generada pueda desarrollarse más y más y nunca degenerar.

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, para realizar, uno mismo y los seres, la vacuidad en el sentido del surgimiento dependiente y el surgimiento dependiente en el sentido de la vacuidad, unificada, una comprensión correcta de 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

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, que se recuperen inmediatamente los que están enfermos y los que tienen el karma de enfermarse. Vamos a hacer la oración por todas las personas del mundo.

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

También: 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 aquellos que murieron debido a otras enfermedades y problemas, y, en particular, aquellos que murieron por el virus... Rezamos para que nunca vuelvan a nacer en los reinos inferiores, para que nazcan en una tierra pura donde puedan iluminarse, o al menos reciban un renacimiento humano perfecto, conozcan las enseñanzas Mahayana, conozcan a un amigo virtuoso perfectamente cualificado que les revele el camino inequívoco hacia la iluminación y, complaciendo al máximo la mente sagrada del amigo virtuoso, puedan alcanzar la iluminación lo antes posible.

TSHE RAB KÜN TU GYÄL WA TSONG KHA PÄ
Por la fuerza del Victorioso, Tsong Khapa
THEG CHHOG SHE NYEN NGÖ SU DZÄ PÄI THÜ
actuando como nuestro amigo mahayana virtuoso en todas nuestras vidas
GYÄL WÄ NGAG PÄI LAM ZANG DE NYI LÄ
pueda nunca separarme ni por un segundo
KÄ CHIG TSAM YANG DOG PAR MA GYUR CHIG
del camino puro altamente admirado por los Victoriosos.

Dedicación para ser capaz de cumplir los deseos y las expectativas de todos los seres

Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, a todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, que yo pueda cumplir todos los deseos de los seres más que los árboles que conceden deseos, no, las joyas que conceden deseos. Que pueda cumplir todas las expectativas de los seres más que un árbol que concede todos los deseos.

Dedicación para tomar todos los sufrimientos de los seres y darles felicidad

Todos los sufrimientos que tienen los seres, que maduren en mí. Toda la felicidad, la alegría y los méritos que tengo, que maduren en todos los seres. Todos los méritos, toda la felicidad, hasta la iluminación, la reciben todos los seres. Medita en eso, primero tomando todos los sufrimientos y la causa, el karma negativo, toda la causa. (*pausa para meditar*) Todos los seres alcanzan la iluminación.

Sellar la dedicación con la vacuidad

Debido a todos los méritos pasado, presente y futuro acumulados por mí y los innumerables seres y budas que existen como mero nombre, debido a eso, pueda yo que existo como mero nombre, lograr la budeidad 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.

Dedicar 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 por la larga vida de Su Santidad y para que se cumplan todos sus santos deseos

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
fuentes 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!

Gracias.