

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

por Lama Zopa Rimpoché

Vídeo 53: Cómo la sangha puede protegerse

Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal

21 julio 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el monasterio de Kopan, *21 de Julio de 2020.*

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

Pendiente revisión definitiva.

© FPMT Inc., 2020

Vídeo 53: Cómo la sangha puede protegerse

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

El sentido verdadero de la vida es alcanzar el estado de omnisciencia

La motivación. No basta con que tú logres el nirvana, la liberación individual que se logra a través del camino del vehículo inferior, la cesación de los océanos de sufrimiento samsárico logrando la cesación de la verdadera causa del sufrimiento, los engaños y el karma. Logrando la verdad del camino con la sabiduría que percibe directamente la vacuidad. Aun así, ése no es el verdadero sentido de la vida que es poder liberar a los innumerables seres infernales, suras, asuras, seres del estado intermedio; liberarlos de los océanos de sufrimiento samsárico y llevarlos a la iluminación, la budeidad, felicidad sin igual, por uno mismo solo. Por lo tanto, para hacerlo a la perfección, necesitas alcanzar el estado de omnisciencia, el estado perfecto para revelar el método, el estado de completa compasión hacia todos los seres.

Los budas y bodisatvas tienen cien mil veces más compasión por los seres que la que tenemos hacia nosotros mismos

Y así puedes ver, cuando ya has completado el camino, que no hay nada más que aprender, porque tienes completa compasión hacia cada uno de los seres. Así, ese mosquito que zumba, ese insecto, esa hormiga pequeñita, ese insecto tan pequeñito, los innumerables budas, no solo Gurú Buda Shakyamuni, sino los innumerables budas y bodisatvas tienen compasión por ellos. Tienen compasión por los gusanos que comen tu cuerpo, los mosquitos que beben tu sangre, los insectos pequeños. Tienen completa compasión hacia cada uno de ellos. Así que, ellos te estiman, eres estimado por ellos, por los innumerables budas, más que lo que te amas a ti mismo. Cien veces más, mil veces más que lo que los insectos se quieren a ellos mismos o lo que tú te quieres a ti mismo, mucho más que eso, cien veces más los budas nos quieren. *Ah-hah*.

Por lo tanto... Incluso hoy lo voy a decir pero volverá a salir. Por tanto, los budas cuando fueron bodisatvas, durante tantos eones estuvieron acumulando méritos y purificando su mente. Realizaron el camino para cada uno de esos mosquitos, cada una de las hormigas, no se sabe cuántos tipos de hormigas hay, tres mil o algo así, para cada insecto pequeñito. Es solo un ejemplo de lo que podemos ver. Los bodisatvas, los innumerables bodisatvas, tienen tanta compasión. Entonces los budas tienen

más de cien veces hacia ti y hacia ellos. Incluso en la lluvia, que salen esos gusanos¹ rojizos, pues los budas tienen cien mil veces más compasión hacia ellos, hacia cada uno de los seres.

El buda practicó las seis paramitas durante tres grandes eones incontables y alcanzó la iluminación para cada uno de los seres

Por lo tanto, para cada uno de los seres, el Buda acumuló méritos practicando la moralidad y practicando la generosidad. Les dio a los seres, lo que más les convenía, la generosidad, durante tres grandes eones incontables.

Y practicó la moralidad, sobrellevando tantas dificultades, que conlleva la renuncia. El Buda renunció a los placeres mundanos, los placeres samsáricos y practicó moralidad durante tres grandes eones incontables.

También practicó la paciencia. Por ejemplo, en una ocasión, un rey vino al bosque a ver al Buda. Creo que el Buda dio enseñanzas a su mujer y él vino a la montaña.² El rey escuchó y fue a verlo, no recuerdo bien la historia. El rey dijo al Buda: “¿Qué estás haciendo?” El buda respondió: “Estoy practicando la paciencia”. Entonces el rey le cortó una mano al Buda. Entonces, el rey le volvió a preguntar: “¿Qué estás haciendo?” El Buda dijo: “Estoy practicando la paciencia”. Entonces le cortó la otra mano. Luego le preguntó y le cortó una pierna. El rey dijo: “¿Qué estás haciendo?” El Buda dijo: “Estoy practicando la paciencia”. Después le cortó la otra pierna. Así que solo quedaba el tronco del Buda. Luego, incluso así, practicó la generosidad en un basurero. Practicó la generosidad con miles y miles de hormigas. Incluso con lo que quedaba de su cuerpo. *Bah, bah, bah*. Así practicó la generosidad, *bah, bah, bah*, hacia los seres para realizar el camino a la iluminación con la motivación de la compasión hacia nosotros, hacia cada insecto pequeño, ser infernal, espíritu hambriento, animal, humano, hay innumerables universos y hay innumerables humanos, por todos los seres, por cada uno de los seres. *Oh*, el Buda practicó la paciencia. No solo fue una vez, lo hizo innumerables veces.

También practicó la perseverancia o esfuerzo entusiástico. Incluso si tuviera que nacer en los infiernos, soportando los sufrimientos más terribles, en el infierno más doloroso, el número ocho, donde se está tantos eones como gotas de los océanos. El Buda está feliz ahí para los seres, para beneficiar a los seres, para liberar a los seres del sufrimiento.

El Buda practicó así las diferentes paramitas y también la paramita de la meditación o concentración y la paramita de la sabiduría.

Así, practicó las seis paramitas durante tres grandes eones incontables para alcanzar la iluminación para beneficiar a los seres, a cada uno de los seres. El Buda hizo eso y alcanzó la iluminación. Cesó los engaños burdos y los sutiles, *nyön drib* and *she drib*, y alcanzó la iluminación. Logró el dharmakaya y el

¹ Lama Zopa Rimpoché se refiere probablemente a las lombrices de tierra.

² Ésta es la historia a la cual Lama Zopa Rimpoché se está refiriendo: https://en.wikipedia.org/wiki/King_Kal%C4%81bu

rupakaya, el sagrado cuerpo y mente, por los seres, para cada uno de los seres, para cada uno de los seres, los innumerables seres infernales, innumerables espíritus hambrientos, innumerables animales, innumerables seres humanos, innumerables suras, innumerables asuras, por cada ser y por ti. El Buda hizo eso. *Um-hum*.

Y reveló el dharma, terminó todo el camino completo a la iluminación y reveló el dharma, el completo camino a la iluminación, el camino completo para lograr el nirvana inferior y el gran nirvana.

¿Cómo te atreves a dañar a cualquier ser si eso daña a los innumerables budas?

Por tanto solo depende de nosotros, si practicamos o no, si aprendemos o no. *Bah, bah, bah*. Por ello, ahora la conclusión es: ¿Cómo te atreves a dañar a cualquier ser? Un ser humano, el insecto más pequeño, todos ellos, no importa, ¿cómo puedes hacer eso? Innumerables budas alcanzaron la iluminación para ellos, para cada uno de los seres. Tienen cientos de miles de veces más compasión hacia ese ser que la que tienen hacia ellos mismos. ¿Así que cómo te atreves a dañar a un ser humano? ¿Cómo puedes hacer cosas negativas? ¿Cómo puedes decir palabras negativas, ofenderles? Acciones negativas de cuerpo, palabra y mente. ¿Cómo te atreves? ¡No debe ser así!

En primer lugar, hoy no voy a hablar, además de la bondad de los seres, es increíble, pero ahora los budas y bodisatvas han hecho tanto, están tan preocupados por la felicidad de los seres, por eso, ¿cómo somos capaces de dañar u ofender a los seres? No. Es lo mismo que dañar a los innumerables budas; no solo a Gurú Buda Shakyamuni, sino a los innumerables budas. Es lo mismo que dañar a los innumerables bodisatvas. Si tú dices palabras duras, o dañar a los seres con tu cuerpo, palabra y mente, aunque sea poco, estás dañando a los innumerables budas y bodisatvas. Ellos estiman son los que estiman a los seres de la mejor manera, así que si dañas a los seres, estás dañando a los innumerables budas y bodisatvas. Hacemos lo que a los budas desagrada.

Beneficiar a los seres es el mejor ofrecimiento a los innumerables budas y bodisatvas porque les complace

Por eso, ahora, cualquier pequeño beneficio, incluso que des comida a las hormigas, un trocito de pan o azúcar, lo que sea, a los insectos, abejas, moscas, cualquier beneficio que ofrezcas es el mejor ofrecimiento a los budas y bodisatvas. Es el mejor ofrecimiento a los innumerables budas y bodisatvas. *Oh-hoh*. Es lo que les hace más felices. Es el mejor ofrecimiento porque les hace lo más felices. Es el mejor ofrecimiento porque les hace lo más felices incluso si les beneficias un poco.

En Washington, en el centro de retiros, cada semana practicamos la generosidad. Un monje, Tharchin, sale al campo para practicar la generosidad en los hormigueros. Al principio era yo y vi dos hormigueros... tengo un texto que dice cómo hacer generosidad con tsampa. Bendices la tsampa. La mezclas con píldoras de mani, bendecidas por su santidad el Dalai Lama, y agua bendecida. Lo mezclas, lo dejas secar y lo esparces en los hormigueros. Lo terminan en dos días. Entonces, él

encontraba a veces más de cien hormigueros, otras veces menos. Cada semana practica la generosidad con las hormigas, es muy fácil, muy simple.

Cualquier cosa que tú puedas hacer para ayudar a los seres, sobre la base de no dañarles, incluso un pequeño beneficio, cualquier ayuda que puedas ofrecer, es el mejor ofrecimiento a los innumerables budas y bodisatvas. Es lo que les hace más felices, más complacidos. *Oh, así. Oh-oh.* Ser bondadoso con los demás, hacia cualquier ser, el ser bondadoso es lo que más complace a los budas y bodisatvas. *Oh*, es el mejor ofrecimiento.

Necesitas ser consciente cada día de lo que más complace a los budas y bodisatvas

Hoy... Hablaré más en el futuro, pero hoy lo dejamos aquí, quiero retomar otro tema. Cada día tenemos que ser conscientes qué es lo que más complace a los budas y bodisatvas. Eso hace que tú te libres antes del samsara y logres más rápidamente la iluminación. Son increíbles los méritos que acumulas así. Cualquier servicio que prestes, qué importante es ayudar a los seres, incluso pequeñas cosas, incluso hablar de forma amable. Alguien que está deprimido o alguien que está enfadado, tú le hablas amablemente y le haces sentir bien, cómodo, feliz. Así, cualquier cosa, incluso darle comida o dinero, ayudar así.

Así puedes lograr la iluminación. Para eso, para ayudar a los seres, uno mismo necesita alcanzar la iluminación. Por lo tanto, escucha enseñanzas.

Bueno. Todo bien.

Te estás engañando a ti mismo al pensar en “yo, yo, yo”

Éstas son las bases del lo.jong, la transformación del pensamiento. Es la razón, la base, que hace que tú practiques lo.jong para dedicar tu vida para los seres. En vez de estar pensando: “Yo, yo, yo,” toda tu vida es sufrimiento, tantos problemas. Entonces mueres con nada, y vas a los reinos inferiores. Así, es una locura, te estás engañando a ti mismo.

Si contemplamos el mundo, la mayoría de la gente no ha encontrado el dharma. La mayoría de la gente que no ha encontrado el dharma es así, vive en una locura, engañándose a sí mismo y decepcionándose a sí mismo. Eres enemigo de ti mismo. Si miras tu vida en realidad es así. Incluso habiendo encontrado el dharma, todavía sigues al pensamiento egocéntrico. *Ooooooh.* Solo trabajas para ti mismo, incluso a pesar que toda la felicidad del pasado, presente y futuro vino de los seres, y también Buda, Dharma, y Sangha vinieron de los seres.

Una “A” real es una proyección de la huella negativa dejada por la ignorancia en el continuo mental desde renacimientos sin principio

Ahora, voy a continuar con el tema de ayer. *Hee, hee*. Ayer os estaba dando el ejemplo de la letra A. Di ese ejemplo, pero todo está relacionado con lo que dijo Lama Tsongkhapa sobre el yo. Entonces otro ejemplo es A. Lo repetiré de Nuevo para dejarlo claro.

La primera vez que un niño ve A, ve unas líneas simplemente, porque nadie le ha enseñado que eso se llama A. ese niño no ve una A, no se le aparece como A. Nadie le ha dicho: “Eso es A”. Si tienes esto claro ya puedes tener una idea de cómo funciona la vacuidad y ayuda para muchas cosas y cómo poder aplicarla y darte cuenta que todo viene de tu mente. Entonces, todo viene de la mente pero normalmente nunca pensamos así. “*Oh*, todo vino de fuera. Incluso “yo” vino desde su propio lado. Todo, formas, sonidos, olores, sabores todo viene de fuera”. Así hemos estado pensando desde renacimientos sin principio. Es totalmente erróneo. Todo viene de la mente, formas, sonidos, olores, sabores, los objetos tangibles, todos los fenómenos.

Entonces, volviendo a la A, cuando el maestro dice: “Esto es A.” Okay. Ahora, tú crees al maestro, lo que él o ella ha dicho y tu mente nomina sobre esa base “A”. Eso es lo primero que sucede, en el primer momento. En el segundo instante, como tu mente ya ha nominado, ya aparece esa “A” en tu mente. Pero ahí solo hay tres líneas.

Por supuesto, se supone que debe aparecer como meramente imputado por la mente, como en el primer momento, ¿qué paso? Tu mente meramente lo imputó. Entonces, la correcta manera de aparecer ante ti es como meramente imputado por la mente. ¿Lo ves?

Oh, para un buda, aparece como meramente nominado por la mente. *Oh*. Un buda no tiene la apariencia de existencia verdadera, o la apariencia de que exista por su propio lado o existiendo por su naturaleza inherente. Lo que a nosotros se nos aparece como real, como verdadero, el Buda no lo ve igual no tiene esa apariencia. La alucinación que tenemos nosotros el Buda no la tiene. ¿Por qué?! Esas huellas negativas sutiles dejadas por la ignorancia que se aferra a contemplar todo como real lo ha cesado completamente, lo ha cesado y purificado. Por lo tanto, la alucinación, lo que es proyectado, no está ahí. La huella negativa que proyecta ha cesado, por lo tanto, no hay alucinación, apariencia, la apariencia de existencia verdadera no está ahí. Eso ha acabado. El Buda no tiene eso. Para un buda, lo que se le aparece, como meramente imputado por la mente, así que la “A” aparece como meramente imputada por la mente. Sí.

Pero para nosotros, no tenemos eso. Nosotros seres ordinarios que no hemos realizado la vacuidad, como yo, se nos aparece de forma completamente opuesta, existiendo por su propio lado, como verdaderamente existente. Se nos aparece como una “A” real, existiendo por su propio lado. Como ayer os describía, es una proyección o decoración de nuestras huellas negativas dejadas en nuestro continuo mental desde renacimientos sin principio por la ignorancia que se aferra a las cosas como existiendo verdaderamente o como siendo reales cuando son una proyección.

Si llevas gafas de cristal rojo, todas las cosas blancas las vas a ver rojas. Es así. Las montañas nevadas, si llevas gafas de cristal rojo, las ves como rojas. *Oh*. Dependiendo del color del cristal de las gafas verás distintos colores. Si es azul, todo será azul, el blanco lo verás como azul. Dependiendo del concepto, dependiendo de esas huellas negativas, que tenemos, nosotros los seres ordinarios, que no tenemos esta realización de la vacuidad, por eso se nos aparece como una A real. Pero esa A real, para la gente común, que no tiene la realización de la vacuidad, todo aparece como existiendo desde ahí, no desde la propia mente, sino desde ahí.

Sobre esa base surge el apego y el enfado, como Lama Tsongkhapa dijo, todos los engaños surgen.³ Entonces, tanto, todos los problemas en la vida, *bah, bah, bah, bah, bah, bah*, como torrentes de problemas, infelicidad, sufrimiento, como duchas, como lluvia de duchas, así pasa en la vida. Hemos estado sufriendo desde renacimientos sin principio, desde renacimientos sin principio hasta ahora. Hemos de tener mucho cuidado y darnos cuenta que viene de nuestra mente. Incluso que existe desde su propio lado, incluso que es una A real, vino de tu mente, no de ahí. La huella negativa te hizo verlo como real, lo proyectó ahí. Dependiendo del color de las gafas que lleves lo vas a ver de una forma u otra.

Si tomas drogas, datura, vas a ver animales e insectos, como las cosas se mueven. Mencioné la historia de Massimo Corona en la montaña en Lawudo. Había otro estudiante, que luego se hizo monje, un americano alto. Tenía luces en la tienda por la noche, muy cómodo, porque tenía luz solar. Nosotros no tenemos luces solares, así que parecía muy agradable y cálido. Massimo Corona tomó datura y veía cosas y gusanos. Estaba afectado por la droga, el efecto de la datura, y tenía alucinaciones. Incluso si la A es real, sí, vino desde tu propia mente.

Puedes controlar tu apego al ver que el objeto agradable vino de tu mente

Lo que estoy diciendo, a la persona por la cual sientes apego o cualquier fenómeno, el cuerpo de alguien o cualquier cosa que tú veas tan preciosa, tan atractiva y sientes apego, tú crees que viene desde su propio lado, pero en realidad está viniendo de tu mente, tú lo has creado, tú lo has proyectado. Viene de tu mente, es decir, algo que viene de tu mente pero tú crees que viene de su propio lado y generas apego. Es completamente erróneo. Tienes que reconocer que es una visión falsa. Algo que tú has creado, una alucinación que tú creaste, y crees que es la verdad, una verdad real que viene de fuera y entonces sientes apego. *Oh, oh*. Un concepto erróneo, está probado que es un concepto erróneo. Lama Tsongkhapa probó que es un concepto erróneo, la manera de aprehender, un concepto erróneo. No hay tal objeto, es completamente equivocado. ¿Ves? Lo puedes eliminar. *Aaaah*. Dándote cuenta que el objeto al que estás aferrándote es erróneo, entonces ves que el concepto es erróneo, y puedes eliminar el concepto.

³ Lama Zopa Rimpoché se refiere a esta cita del *Lam.Rim* Chenmo que aparece en el vídeo 52: “La ignorancia, en la naturaleza de la exageración, exagera el bien y el mal. Entonces surgen el apego y la ira. Por lo tanto, su forma de aprehender objetos también puede demostrarse que es incorrecta por lógica”.

Otra cosa es que necesitas controlar el apego... Es muy importante reconocerlo. Es muy importante reconocer esto, la visión falsa, eso que tú crees es totalmente equivocado. Tenemos que familiarizar nuestra mente de esa forma, no de forma errónea, sino familiarizarnos con la realidad. Así aplicar el antídoto a los engaños, la causa del sufrimiento. Y así, con el antídoto, aplicarlo a la raíz del samsara, a la ignorancia que se aferra a las cosas como reales, como verdaderas. Es muy importante. Es algo lógico, muy lógico, una gran meditación, un muy, muy, muy importante meditación.

Cada año, la sangha de la FPMT debe pasar uno, dos o tres meses en un monasterio o convento de monjas

En la FPMT, tenemos más de 166 centros. Algunos son escuelas, otros son hospicios, pero la mayoría son centros de meditación. Debido a eso, la sangha está muy ocupada. Están muy ocupados enseñando, trabajando y viajando. Están muy ocupados enseñando, trabajando y viajando para los centros, para la organización.

Quiero mencionar, como algunos de vosotros sabéis, especialmente en India conocéis a Kabir, el monje. Kabir apenas tiene tiempo de estar en un monasterio. En Delhi, no tenemos monasterio. Ahora hay dos proyectos de Maitreya. Él tiene que estar en Maitreya, en Bodhgaya, trabajando por un largo tiempo. Entonces, en Delhi, estaba enseñando en el centro. También ha estado trabajando en el proyecto de Maitreya Kushinagar. Muy ocupado yendo de un lado a otro. Así, durante tantos años con ese ritmo. Él me dijo que llegó a pensar que no era monje, que quizá era mejor que dejara los hábitos, porque llevaba una vida tan ocupada. Ha estado trabajando tantos y tantos años para la organización y a veces, llegamos a situaciones así de límites y es muy triste, a veces se nos olvida que la sangha está trabajando durante tanto tiempo y no tiene tiempo de pensar lo que es una vida de sangha, no tienen tiempo para completar lo que es una vida de monje o monja. Hay muchos centros con muchas actividades para hacer, para completar y lleva su tiempo.

Lo bueno es que finalmente Kabir no dejó los hábitos, no cayó en desgracia haciendo cosas negativas, no, no sucedió así. No hizo nada negativo, ni hacia la organización, ni hacia la gente, ni con las mujeres y demás, él siempre ha llevado una vida humilde, a pesar de que nunca ha estado en un monasterio. Él, a veces no sentía que era un monje y debido a eso cambió su vida, yo lo entendí, por supuesto.

Él trabajó tantos años como monje, es una cosa increíble. Es un gran ejemplo, una inspiración para muchos. Es increíble, una gran inspiración para todos.

La conclusión es que quizá es bueno que cada año deberían estar uno, dos o tres meses en un monasterio. A pesar de que tengas que trabajar mucho y viajar, deberían estar con la sangha, asistiendo al sojong, las prácticas de purificación y restaurar los votos. Son conductas que se siguen en los monasterios, tú practicas todas esas cosas, y así llevas vida de monje en el monasterio aunque solo sea por uno, dos o tres meses. Aunque estés muy ocupado, pero que te protejas a ti mismo, estando en el monasterio.

Creo que eso es algo en lo que pensé desde que salió la historia de Kabir. Lo alabé durante muchos años siendo monje y viviendo una vida humilde. Así que, mi idea es ésa.

La sangha de la FPMT debe estudiar y meditar el Lam.Rim cada día

Entonces, pienso, el otro es todos los días hacer una meditación de Lam.Rim. Eso es seguro. Cada día levántate temprano y haz una meditación de Lam.Rim durante quince o diez minutos.

Puedes coger un texto de Lam.Rim, el *Lam.Rim mediano* de Lama Tsongkhapa, o *Liberación en la palma de la mano*, que es más accesible, también hay otros Lam.Rim. Léelo tres o cinco veces desde el principio al final. Estúdialo. Léelo atentamente, no solo *bla, bla, bla*. Así no. Si la mente está pensando en otra cosa, entonces *bla, bla, bla*, no puedes dejar huellas positivas.

Debes leer los textos de dharma con atención plena como una meditación analítica

En Hong Kong, hay un hombre en Hong Kong. Creo que ya os lo he dicho. Es de una familia India muy rica que vive en Hong Kong; su esposa es O.B., su nombre es O.B. Eran ricos antes, en New York, tenían dos edificios que fueron destruidos por Bin Laden. Eran muy ricos. Era una de las más ricas familias indias en Hong Kong. Una de las hijas, O.B., creo, se casó con un hijo de la familia más rica. De todos modos, esa vez tenían edificios. Tenían muchos edificios de grandes torres. No se preocupaban del dinero porque tenían muchísimo. No tuvieron cuidado. Cuando estoy diciendo que no tuvieron cuidado es que no utilizaron su riqueza para crear méritos, no para crear karma negativo sino para acumular méritos. Así continuamente poder experimentar felicidad de vida en vida y llegar hasta la iluminación. Eso es lo principal, incluso a un nivel mundano no tenían cuidado. No solo del dharma, sino en un sentido mundano no tuvieron cuidado porque eran muy ricos.

Pasó que después de que las dos torres fueron destruidas, la economía en el resto del mundo cayó. Entonces probablemente tuvieron que preocuparse de pagar los alquileres, no estoy seguro. Toda la familia, el padre, la madre, toda la responsabilidad de los negocios cayó en sus hombros, y tuvieron dificultades económicas muchos años. Os conté esta historia hace unos días. Incluso se enemistó con su mujer. Nadie de la familia le quería porque no era capaz de ganar dinero. Su único amigo era Pemba del centro en Hong Kong. Son Ester y Pemba, son codirectores. Llamaba a Pemba sesenta veces al día. Entonces un día Pemba lo regañó, y lo llamaba solo treinta veces, no sesenta. Siempre llamaba: “¿Puedes hacer otra gran puja?”. Una casa grande en Bombay que quería vender pero no podía. No sé si la vendió.

Le dije que recitara el *Arya Sanghata Sutra* sesenta veces, creo. Lo hizo pero no creo que ni siquiera pensara una sola palabra. Incluso una palabra, no creo que la pensara. *Bla, bla, bla*, él leía pero su mente no estaba allí. Así no lo debes hacer. Cuando lees libros de dharma, no puedes hacerlo de esa forma. Es lo que quiero enfatizar a todos, tenéis que ser conscientes. Cuando lees libros de dharma es una meditación, se convierte en una meditación. Una meditación analítica.

Una meditación fija es mantener tu mente en el Lam.Rim. *Oh*, es la meditación de mantener la mente en un punto. O en mantener la meditación en un tema, por ejemplo, meditar en como el gurú es un buda. Fijada así, mantienes tu mente en ese tema o en la impermanencia o en el sufrimiento de los seres. Eso es meditación en un punto.

Si no meditas en el Lam.Rim, te conviertes indisciplinado e incapaz de guardar tus votos

Lam.Rim es muy, muy importante. Si no practicas Lam.Rim, tu vida se deteriora. Te vuelves indisciplinado, laxo. No hay autodisciplina, como dice Su Santidad. Te vuelves laxo, indisciplinado. No sé cómo decirlo, tu vida se afloja y eres incapaz de mantener los votos.

La sangha de la FPMT debería leer un texto de Lam.Rim tres o cinco veces

Meditar en Lam.Rim, no importa lo ocupado que estés, una hora, media hora, lo que sea, incluso quince minutos.

Necesitas leer un texto de Lam.Rim como principal, la esencia de todas las enseñanzas, quizá tres o cinco veces, las que sea, desde el principio al final. Si hay algo que no entiendas, lo escribes y se lo preguntas a alguien. Si no conoces el tibetano, dependes de un traductor. Si el traductor no conoce bien el dharma, *ssssh, oooooo*, no obtienes la respuesta correcta o es una respuesta aproximada pero no la adecuada.

La libertad de no saber tibetano es la novena libertad de un perfecto renacimiento humano

Hay muchos problemas si no hablas tibetano. Si no conoces bien tibetano, hay muchos problemas. Si no consigues, no encuentras, es difícil encontrar un traductor, incluso si saben bien el inglés pero no conocen bien el dharma. Hay tantos problemas. Eso es porque los occidentales, creo... Tenemos ocho libertades para practicar el dharma, pero quizá al no conocer la lengua tibetana, es difícil tener la respuesta correcta. Incluso si haces preguntas a los gueshes o los lamas que no hablan inglés, es difícil obtener la respuesta correcta. Entonces, de las ocho libertades, de no nacer en los infiernos y demás, y el no conocer tibetano, no ser capaz de hablar tibetano, entonces son nueve libertades. *Ha-ha*. Estaba pensando así.

Bah, bah, bah. Si no sabes tibetano, *ssssh*, es realmente difícil. Hay tantos problemas, porque un traductor que conozca bien tibetano e inglés es muy difícil de encontrar.

Por eso, si puedes aprender tibetano mientras seas joven... Lama Yeshe, os dije, en Darjeeling... Lama llevaba zapatos de Buxa que estaban hechos de los neumáticos de las ruedas de los coches. Él lleva los zapatos, luego abre su paraguas y se mete bajo la lluvia, *tac, tac, tac, tac*. Creo que fue probablemente, dos millas. No estoy seguro. Va a aprender inglés de dos mujeres, dos mujeres cristianas, misioneras. Eran muy ancianas y estaban intentando aprender tibetano para convertir a los tibetanos al cristianismo, a pesar de su edad. Ellas estudiaban tibetano mientras que Lama Yeshe aprendía inglés de ellas. Lama tenía, de una Buena marca inglesa, un libro de gramática y con eso fue

a aprender inglés. Sus cuerpos eran tan viejos, pero aun así estaban aprendiendo tibetano. *Aaaaah*. Tienes que saber eso. Su Santidad dice que la forma más fácil de aprender dharma, sobre todo temas filosóficos, es aprender tibetano, para aprender el lenguaje filosófico técnico. Su Santidad lo mencionó.

Haz meditación intensa en cada sección del Lam.Rim durante varios meses

Entonces al menos leer el Lam.Rim tres veces. Y si puedes más tiempo, mejor.

La idea general es estar tres meses o cinco meses meditar en las líneas directrices sobre cómo desarrollar una devoción correcta al maestro espiritual. Haz esa meditación a través de las líneas directrices.

La guía de meditación que sea *La esencia del néctar*. Después lee los comentarios, *La esencia del néctar* no es muy elaborado ni muy simple. Está muy bien para meditar directamente. ¿De acuerdo?

Luego, la otra cosa es meditar siguiendo las líneas directrices. Está *Liberación en la palma de la mano*, tiene directrices, debes seguirlas. Este libro está desde hace mucho tiempo. Así, ésa es una guía de meditación, después de leer los comentarios. Tres meses o cinco meses y luego haces el camino gradual del ser de capacidad inferior desde el perfecto renacimiento humano hasta el karma. Vas por las líneas directrices durante un tiempo y luego ya pasas al camino gradual de la persona de capacidad intermedia durante tres o cinco meses. Con las líneas directrices, haces las meditaciones. Después pasa a la bodichita durante tres o cinco meses. Bodichita, los siete puntos de causa y efecto e igualarse e intercambiarse por los demás. Luego la vacuidad durante cinco o tres meses.

Si lo necesitas, puedes hacer ese ciclo otra vez dos veces más. Si quieres, lo puedes hacer más veces, repetir el ciclo hasta cinco veces. Así tu vida va a ser muy beneficiosa, significativa. La vida más significativa. Estás disciplinando tu mente, tu cuerpo, palabra y mente. Disciplinando tu mente en la vacuidad, tu palabra y tu mente. Tu vida en el Lam.Rim beneficia a los innumerables seres, los innumerables seres infernales, innumerables espíritus hambrientos, innumerables animales, innumerables seres humanos, suras, asuras. Cada insecto pequeño, incluso en otro universo, tú estás beneficiando, especialmente con bodichita.

Practica la meditación sin esfuerzo durante el tiempo que sea necesario para darte cuenta de que el gurú es un buda

Y luego debes llevar a cabo... Esta meditación con esfuerzo. De ahí pasarás a una meditación sin esfuerzo no importa cuántas semanas, meses o años tardes en conseguir la realización de ver al gurú como un buda con una mente estable. Poder seguir exactamente al gurú. Eres lo más feliz de seguir los consejos y deseos del gurú. Estarás muy feliz, no lo sentirás como una carga. "*Waaaw*, tengo que hacer esto." No. Eres muy feliz, lo más feliz de hacerlo. Es tu más grande felicidad porque haciendo eso puedes alcanzar la iluminación más rápido. Podrás liberarte del samsara y podrás alcanzar la

iluminación más rápido. Dependiendo de eso. La raíz del camino a la iluminación depende de la devoción al gurú. *Aaaah*. En Occidente, alguna gente habla *bla, bla, bla* sobre dharma pero no saben la raíz del camino a la iluminación. No saben nada acerca del gurú, como proceder. No tienen idea. No han recibido enseñanzas. Piensan que son invenciones de lamas tibetanos, que los lamas quieren ofrecimientos...

(Ha habido un ruido) ¿Qué? Quizá tengo que parar aquí. Parece que se ha caído un cuadro que estaba colgado.

Es algo que se han inventado los lamas tibetanos. Parece que lo han inventado para su beneficio. Parece que lo han inventado para su beneficio. Es algo así. Pueden pensar así. Así que, en el Lam.Rim, están todas las citas, del Buda, de los panditas, los seguidores de Buda, luego los yoguis, los yoguis indios. Siempre hay referencias; no son solo historias de los lamas tibetanos.

Es fácil tener realizaciones de Lam.Rim si tienes una intensa devoción

Incluso tú puedes decir si es verdad desde tu experiencia. Aquellos que practican pueden decir, cuando tienes una devoción intensa, es fácil sentir la impermanencia, la compasión, la vacuidad. Cuando la devoción desaparece un día, no sabes cómo meditar. Cuando la devoción desaparece, todo se vuelve difícil. La compasión se convierte en solo palabras entre tus labios. Muchas cosas se transforman así. Cuando la devoción se va, te conviertes en un desierto caliente donde nada crece. Tu mente se vuelve así, como un desierto muy, muy caliente donde nada puede crecer. Incluso a pesar de que conozcas el dharma y puedas hablar con tanta lógica, pero tu mente está completamente vacía. No la sientes. Así que, debes ser cuidadoso.

Entonces lo que pasa es que depende de la devoción. Si tu mente tiene dharma o no, depende de tu devoción. Puedes comprobarlo por tu propia experiencia. Si practicas, podrás decirlo. Es tan fácil tener realizaciones si tienes una devoción intensa.

La realización grande o pequeña depende de si tienes una gran o pequeña devoción

Gyalwa Ensapa, que alcanzó la iluminación en una vida breve en esta época degenerada, que logró la iluminación, Gyalwa Ensapa, discípulo de uno de los discípulos de Lama Tsongkhapa, dijo, creo que la primera parte es:

མདོར་ན་ཉམས་རྟོགས་ཆེ་ཚུང་གང་སྐྱེས་ཀྱང་། །
དད་པ་ཆེ་ཚུང་བསྐྱེས་པའི་མཐུ་ཡིན་པས། །

DOR NA NYAM TOG CHHE CHHUNG GANG KYE KYANG
DÄ PA CHHE CHHUNG GOM PÄI THU YIN PÄ

En resumen, ya sea que tengas una gran o pequeña realización es debido a si meditas con gran o poca devoción.

Dor na nyam tog chhe chhung gang kye kyang, “en resumen, si tienes una gran o pequeña realización”, *dor na*, “en resumen”, *nyam tog chhe chhung gang kye kyang*, “en resumen”, la esencia, él está aconsejando, *dor na*, “en resumen”, *nyam tog chhe chhung gang kye kyang*, “que tu generes realizaciones pequeñas o grandes”, *nyam tog chhe chhung*, *Dä pa chhe chhung gom päi thu yin pä*, “es debido a si tienes gran o poca devoción”, *Dä pa chhe chhung gom päi*, “ya sea que medites con gran devoción o poca devoción”. *Dä pa chhe chhung gom päi thu yin pä*, “es debido a eso”.

[El verso de Gyalwa Ensapa continua:]

དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་མཚན་ལྡན་སྐྱེ་མ་ལ། །
ཡོན་ཏན་བསམ་ཞིང་སྐྱོན་ནས་མི་བརྟ་བའི། །
གདམས་པ་འདི་ཉིད་མཐིལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །
དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་གོགས་མེད་མཐར་སྐྱེན་ཤོག །
NGÖ DRUB JUNG NÄ TSHÄN DÄN LA MA LA⁴
YÖN TÄN SAM ZHING KYÖN NÄ MI TA WÄI
DAM PA DI NYI THIL DU DZIN PA DANG
DAM CHA DI DRA GEG ME THAR CHIN SHOG

**Por lo tanto, para un gurú válido, el creador de tus realizaciones,
piensa en las cualidades y no mires en los errores.
Pueda yo mantener esta instrucción como la práctica más importante,
y completar esta promesa sin obstáculos.**

Ésta es la esencia misma. Debes escribirlo en tu libro de diarrea o diario.

Ngö drub jung nä tshän dön la ma la, “el maestro válido”, “el gurú válido”, el gurú válido, *tshän dön la ma la*, “quien origina tus realizaciones”, “que es el origen de tus realizaciones”, de quien recibes tus realizaciones, *Ngö drub jung nä tshän dön la ma la*. *Yön tän sam zhing*, “piensa en sus cualidades”, “piensa en sus cualidades, no en los errores”, los errores del gurú, “no busques errores”, mira las cualidades del gurú. *Yön tän sam zhing kyön nä mi ta wäi / Dam pa di nyi thil du dzin pa dang*.

Complaciendo al gurú, lograrás todas las realizaciones comunes y sublimes en esta vida

En los *Cincuenta versos de la devoción al gurú* (v. 46bc), dice:

སྐྱེ་མ་དགུས་བྱེད་གང་ཡིན་གྱ།
མི་མཉེས་བྱེད་ཀུན་སྣང་བར་ནི།
LA MA GYE JE GANG YIN JA
MI NYE JE KÜN PANG WAR NI
**Haz cualquier cosa que complazca al gurú.
Abandona todo lo que le desagrada.**

⁴ La versión que Rimpoché cita tiene མཚན་ལྡན་སྐྱེ་མ་ en vez de རྐྱེན་སྐྱེ་མ་ como aparece en algunos textos.

La ma gye je gang yin ja, “haz lo que complace al gurú”. *La ma gye je gang yin ja / Mi nye je kün pang war ni*, “cualquier cosa que le desagrade, abandónala”, renuncia. “abandona todo lo que le desagrade”. *La ma gye je gang yin ja / Mi nye je kün pang war ni*.

མཚོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་ནི།
ཚེ་འདི་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར།

CHHOG DANG THÜN MONG NGÖ DRUB NI
TSHE DI NYI DU THOB PAR GYUR

**En esta vida, lograrás
Las realizaciones comunes y sublimes.⁵**

Chhog dang thün mong ngö drub ni / Tshe di nyi du. Entonces, “En esta vida lograrás las realizaciones comunes y sublimes”. *Oh*, eso.

(Rimpoché recita las cuatro líneas en tibetano)

LA MA GYE JE GANG YIN JA
MI NYE JE KÜN PANG WAR NI
CHHOG DANG THÜN MONG NGÖ DRUB NI
TSHE DI NYI DU THOB PAR GYUR
**Haz cualquier cosa que complazca al gurú.
Abandona todo lo que le desagrade.
En esta vida, lograrás
Las realizaciones comunes y sublimes.**

“Las realizaciones comunes y sublimes que logras en esta vida”, entonces alcanzas la iluminación en esta vida.

Eso es lo que Gyalwa Ensapa hizo. Alcanzó la iluminación, como Milarepa, pero sin tener que soportar tantas dificultades. Kyabje Zong Rimpoché dijo que Gyalwa Ensapa al comer buena comida y estar en un sitio agradable, alcanzó la iluminación. Pero como Kyabje Zong Rimpoché a menudo dice, que él se refiere a las cualidades de un discípulo de Lama Tsongkhapa.

Si consideras que el gurú tiene cualidades, lograrás realizaciones

Entonces, hay otra cita de *Lag na dor je wang kur wäi gyü*,⁶ [*Iniciación al tantra de Vajrapani*], creo, otro texto:

⁵ Esas dos líneas son realmente del *Kalachakra Root Tantra* pero Lama Zopa Rimpoché a menudo las recita después de las líneas b y c del verso 46 en *Cincuenta versos de la devoción al gurú*.

སྐྱོན་ནམས་བཟུང་ན་དངོས་མི་འགྲུབ།
ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་འཕྲོབ།⁷

KYÖN NAM ZUNG NA NGÖ MI DRUB
YÖN TÄN ZUNG NA NGÖ DRUB THOB

**Si consideras que tu gurú tiene errores, no lograrás realizaciones.
Si contemplas las cualidades del gurú, lograrás realizaciones.**

Kyön nam zung na ngö mi drub. “If you think of mistakes,” “If you hold mistakes in the guru, you don’t achieve realizations.” *Kyön nam zung na ngö mi drub / Yön tän zung na ngö drub thob.* “If you hold qualities, then you achieve realizations.”

Mantén la instrucción de contemplar las cualidades de tu gurú y no mirar sus errores como la práctica más importante

[Gyalwa Ensapa dijo:]

[མདོར་ན་ཉམས་ཉོགས་ཆེ་རྒྱུ་གང་སྐྱེས་ཀྱང་།
དད་པ་ཆེ་རྒྱུ་བསྐྱོན་པའི་མཐུ་ཡིན་པས།
དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་མཚན་ལྡན་སྐྱེས་ལ།
ཡོན་ཏན་བསམ་ཞིང་སྐྱོན་ནས་མི་བཟོ་བའི།
གདམས་པ་འདི་ཉིད་མཐིལ་དུ་འཛིན་པ་དང་།
དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་གོགས་མེད་མཐར་ཕྱིན་ཤོག།

DOR NA NYAM TOG CHHE CHHUNG GANG KYE KYANG
DÄ PA CHHE CHHUNG GOM PÄI THU YIN PÄ
NGÖ DRUB JUNG NÄ TSHÄN DÄN LA MA LA
YÖN TÄN SAM ZHING KYÖN NÄ MI TA WÄI
DAM PA DI NYI THIL DU DZIN PA DANG
DAM CHA DI DRA GEG ME THAR CHIN SHOG

**En resumen, ya tengas una gran o pequeña realización
Se debe a si meditas con gran o poca devoción.
Por lo tanto, para un gurú válido, el creador de tus realizaciones,
Contempla las cualidades y no mires sus errores.
Pueda yo mantener esta instrucción como la práctica más importante,
y completar esta promesa sin obstáculos.**

⁶ ལག་ན་རྩོ་རྩེས་དབང་སྐྱར་བའི་རྒྱུད་ལས།

⁷ Estas dos líneas suceden en el orden opuesto en el *Lam.Rim Chenmo*, traducción inglesa, volumen 1, p. 83 (libro tibetano, p. 50), cuando citan al *Vajrapani Initiating Tantra*.

Dä pa chhe chhung gom päi thu yin pä / Ngö drub jung nä tshän dön la ma la. Gyalwa Ensapa dijo, *Ngö drub jung nä tshän dön la ma la*, “el gurú válido, que es el origen de tus realizaciones”, *Yön tän sam zhing*, “piensa en sus cualidades y no en sus errores”. *Yön tän sam zhing kyön nä mi ta wäi*.

Dam pa di nyi thil du dzin pa dang, “mantén estas instrucciones”, *Dam pa di nyi thil du dzin pa dang*, *thil du*, “como en la palma de tu mano”, cerca, lo más importante, “mantenlo como la práctica más importante”. *Thil du*, “es lo más importante”, “esta instrucción es la práctica más importante”. *Dam cha di dra geg me thar chin shog*, entonces, “que pueda yo completar,” *Dam cha di dra*, “esta promesa en mi vida, sin obstáculos”.

Gyalwa Ensapa, el discípulo del discípulo de Lama Tsongkhapa, que alcanzó la iluminación en una vida breve en esta época degenerada, dijo esto con su experiencia. No es *bla, bla, bla*, no como yo *bla, bla, bla, oh*, sino con su propia experiencia. *Dam cha di dra geg me thar chin shog*.

A la vista de tu mente alucinada, tus propios errores aparecen en las acciones del gurú

Entonces, el quinto Dalai Lama dijo en *Sagradas palabras de Manjushri*. Puedo recordarlo esta vez. El quinto Dalai Lama, las palabras son tan poderosas:

རང་སེམས་ལོག་པར་སྐྱེལ་བའི་ཤེས་པོ་ལ།
རང་སྐྱོན་སྤྲོ་མའི་མཛད་པར་ཤར་བ་ཀུན།
རང་སྙིང་འཁྲིང་ནས་རུལ་བ་ངེས་པ་ཡིན།
རང་མཚོང་ཡིན་པར་གོ་ནས་དུག་བཞིན་སྤང་།།

RANG SEM LOG PAR TRÜL PÄI SHE NGO LA
RANG KYÖN LA MÄI DZÄ PAR SHAR PA KÜN
RANG NYING TING NÄ RÜL PA NGE PA YIN
RANG TSHANG YIN PAR GO NÄ DUG ZHIN PANG

**A la vista de tu mente equivocada y alucinada,
todos tus propios errores aparecen en las acciones del gurú.
Tu corazón está podrido desde el fondo.
Reconociéndolo como tu propio error, abandónalo como el veneno.**

Rang sem log par trül päi she ngo la, “a la vista de nuestra propia mente”, *log par trül pa*, “alucinada”.
Log par, ¿qué es?

Ven. Tsenla: Equivocada.

Rimpoché: “Equivocada, mente alucinada, a la vista de esto”, *Rang sem log par trül päi she ngo la*. *Rang kyön la mäi dzä par shar pa kün*, “tus propios errores aparecen en los actos del gurú”. “tus propios errores aparecen en los actos del gurú”. *Rang kyön la mäi dzä par shar pa kün*. *Dzä par shar pa kün*, “todo eso”. “Tus propios errores aparecen en los actos del gurú, todo eso”. *Rang nying ting nä rül pa nge pa yin*, so, “definitivamente tu corazón está podrido desde el fondo”. *Rang tshang yin par*

go nä dug zhin pang, “dándote cuenta que es tu error” ver errores en las acciones del gurú es tu propio error, dándote cuenta, *dug zhin pang*, “abandónalo como el veneno”. El veneno es algo que te mata, por lo tanto cuando está cerca inmediatamente lo tiras. Igualmente, debes desechar estos conceptos erróneos porque te pueden matar. *Rang tshang yin par*, viendo errores en las acciones del gurú, dándote cuenta que es tu propio error, te deshaces de él, *Rang tshang yin par go nä*, como veneno. *Rang tshang yin par go nä dug zhin pang*.

Contempla todo lo que haga el gurú como positivo

El siguiente texto del quinto Dalai Lama *Sagradas palabras de Manjushri* dice:

[ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་དག་སྣང་དང་།།
ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་ཚོས་གུས་ཀྱིས།།
ཅི་བྱས་ཚོས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཟབ་གནད་དེ།།
ཅི་བསམས་འགྲུབ་པའི་ཕན་བདེའི་རྩ་བར་འཁུམས།།

CHI DZÄ LEG PAR TONG PÄI DAG NANG DANG
CHI SUNG KA ZHIN TRÜL PÄI MÖ GÜ KYI
CHI JÄ CHHÖ SU DRUB PÄI ZAB NÄ DE
CHI SAM DRUB PÄI PHÄN DEI TSA WAR TRUM

Con la apariencia pura que ve todo lo que hace el gurú como perfecto y con el respeto y la devoción que logran exactamente todo lo que dice el gurú, comprende el profundo punto vital de que todo lo que hagas se convierte en dharma. Como la raíz de la felicidad y la panacea para lograr lo que deseas.]

Chi dzä leg par tong päi dag nang dang, “cualquier acción que el gurú haga”, acción, “todo lo que el gurú haga, contéplalo”, “todo lo que el gurú haga, contéplalo como puro”, *dag nang*, “apariciencia pura”, pura apariciencia. “Todo lo que el gurú haga, contéplalo como puro”.

Entonces, matar, robar, conducta sexual incorrecta, beber, lo que sea, las diez acciones no virtuosas, incluso si el gurú las muestra, incluso si las muestra, debes darte cuenta que es tu propia equivocación.

RANG SEM LOG PAR TRÜL PÄI SHE NGO LA
RANG KYÖN LA MÄI DZÄ PAR SHAR PA KÜN
RANG NYING TING NÄ RÜL PA NGE PA YIN
RANG TSHANG YIN PAR GO NÄ DUG ZHIN PANG

A la vista de tu mente errónea y alucinada, todos tus propios errores aparecen en las acciones del gurú. Tu corazón está definitivamente podrido desde el fondo. Reconociéndolo como tu propio error, abandónalo como veneno.

Así, aparece a tu mente errónea, alucinada. *Rang sem log par trül päi she ngo la*, “en vista de eso, tus propios errores aparecen en los actos del gurú”. “te das cuenta de eso”, “reconoces eso”, *Rang nying ting nä rül pa nge pa yin*, “definitivamente tu corazón está podrido desde el fondo”. *Rang tshang yin par go nä*, “reconociendo que es tu propio error, abandónalo como veneno”.

CHI DZÄ LEG PAR TONG PÄI DAG NANG DANG

[CHI SUNG KA ZHIN TRÜL PÄI MÖ GÜ KYI]

CHI JÄ CHHÖ SU DRUB PÄI ZAB NÄ DE

CHI SAM DRUB PÄI PHÄN DEI TSA WAR TRUM

Con la apariencia pura que ve todo lo que hace el gurú como perfecto y

[con el respeto y la devoción que logran exactamente todo lo que dice el gurú,]

comprende el profundo punto vital de que todo lo que hagas se convierte en dharma.

Como la raíz de la felicidad y la panacea para lograr lo que desees.

Chi dzä leg par tong päi dag nang dang, “cualquier acción del gurú, contéplala como pura, que tenga una apariencia pura”. *Chi dzä leg par tong päi dag nang dang*.

Chi jä chhö su drub päi zab nä de, “cualquier cosa que se haga, es dharma”. *Chi jä* is “cualquier cosa que se haga, es dharma”. Entonces, “que profundo”, “es profundo, es un punto vital”. *Chi jä chhö su drub päi zab nä de*, “cualquier acción que se haga se convierte en dharma”. “Ése”, *zab nä de*, “es el punto profundo”, “el profundo punto vital”. “El profundo punto vital”. *Chi jä chhö su drub päi zab nä de*. Eso puede estar relacionado con el tuyo, creo.

Después de todo eso, lo que se ha dicho, si eres capaz de hacer eso, hagas lo que hagas, *Chi jä chhö*, entonces se convierte en dharma. A partir de ahí, se convierte en el punto profundo. Todo lo que el gurú hace, *Chi jä chhö su drub päi*, se convierte en dharma. Ése es el punto profundo, el profundo punto vital.

Chi jä chhö su drub päi zab nä de / Chi sam drub päi phän dei tsa war trum. So, that is the last one. “Cualquier cosa que pienses,” *Chi jä chhö su drub päi zab nä de / Chi sam drub päi phän dei tsa war trum*, “cualquier cosa que pienses, se convierte en la raíz para lograr los beneficios”, *Chi sam drub päi phän dei tsa war trum*. Así que, cualquier cosa que pienses, se convierte en dharma. Se convierte en dharma. “Se convierte en la raíz de”, “cualquier cosa que pienses”, “cualquier cosa que pienses, tú comprendes que es la raíz del camino”, “la raíz de”, raíz, “cualquier cosa que pienses, es la raíz del dharma”. *Chi sam drub päi phän dei tsa war trum*. “cualquier cosa que pienses, se convierte en la raíz del dharma”.

Oh, esto es una práctica taaaaaaaaaaaaan importante, escríbelo, tienes que saberlo. Si puedes meditar en ello, si lo puedes utilizar cada día, wow, es la manera más poderosa de limpiar tu mente de conceptos erróneos. Como basura, cuando limpias tu cuarto y sacas la basura, igual con tu mente, la limpias.

La sangha debe pasar algún tiempo cada año en un monasterio o convento de monjas

Ahora, lo siento, volviendo a la sangha, es lo que creo. Lo básico, puede haber más cosas pero creo que es importante que pases cada año un tiempo en el monasterio siguiendo las actividades con otros monjes, asistiendo al sojong y las diferentes prácticas. Por supuesto, la sangha occidental no puede seguir el tibetano. Aquí en Kopan, por ejemplo, todo es en tibetano. Por supuesto el Monlam, es el festival de oraciones gracias a Oi Loon, que es muy amable y generosa, patrocinó a los monjes de Nalanda y fueron capaces venir al Monlam. La primera vez cuando el Monlam empezó se suponía que yo era la cabeza principal. Es tan bonito. Las palabras que tú recitas son increíbles, tan preciosas. Los monjes occidentales de Nalanda vinieron, *ssssh*, y disfrutaron tanto, tanto. Así que creo... ahora los monjes quedaron atrapados en Maratika. Algunos monjes y Sarah. Lo disfrutaron. Lo disfrutaron y tradujeron todas las oraciones que quedaban por traducir, para que pudieran recitar las oraciones y supieran qué se decía. Especialmente aquellos que han estado estudiando debate en Sera y pueden entender.

Pero normalmente, las pujas y muchas oraciones, no se pueden seguir aquí en Kopan. Si traes un libro, si miras el libro, tal vez, si puedes leer tibetano puedes hacer pujas y oraciones con los monjes de Kopan. Pero, sin embargo, asistir al sojong es lo que los occidentales sí pueden hacer. ¿Ves?

¿Tenéis alguna otra idea de lo que la sangha occidental puede hacer, tú y Ani Janne? ¿Tenéis alguna idea de lo que deben hacer para proteger su vida como sangha? ¿Qué pensáis? ¿Tenéis alguna idea?

Ven. Drachom: Creo, yo fui a Nalanda. Ya tienen un sistema. Aquellos monjes que están fuera, como en Singapur, donde no hay sojong, así que la mayoría de las veces me quedo en Sera o intento ir a Kopan para asistir al sojong.

Rimpoché: Para ti creo que tanto Sera como aquí en Kopan es mejor.

Ven. Drachom: Correcto.

Rimpoché: Singapur no tiene.

Ven. Drachom: Singapur es bastante difícil.

Rimpoché: Creo que Sera o Kopan está bien. Ani Janne, ¿tienes alguna idea?

Ven. Tsenla: Joan.

Rimpoché: ¿Tenéis alguna idea para la sangha occidental de la FPMT para que pueda mantener su vida como sangha más tiempo? ¿Qué métodos, tenéis alguna idea desde vuestra experiencia?

Joan: Creo que es muy importante estar con otra sangha. Debe ser muy difícil estar solo todo el año en una ciudad. Como Rimpoché dijo, pasar un tiempo con la sangha cada año.

Rimpoché: ¿Quieres decir en un convento de monjas o monasterio o solo con sangha?

Joan: No es posible siempre estar en un monasterio, así que solo a veces con un grupo pequeño.

Rimpoché: Está Nalanda, ahí está el Instituto Chenrezig. Creo que sí, con sangha, pero creo que es mejor en un monasterio o convento de monjas porque tienen un sistema. El sojong y todas las cosas que se supone que deben hacer, lo han hecho, así que es bueno, aunque todavía es bueno estar con la sangha. Sí. ¿Algo más, Ani Fran?

Ani Fran: Estar en un entorno donde hay un sistema ayuda mucho a...

Rimpoché: Bien, tú has estado siempre en Kopan.

Ani Fran: La gente te dice qué hacer.

Rimpoché: ¿Huh?

Ani Fran: La gente te dice qué hacer, y eso ayuda.

Rimpoché: ¿Qué?

Ven. Tsenla: La gente te dice qué hacer, y eso ayuda.

Ani Fran: La gente te dice qué hacer, y cómo comportarte. Cuando estás solo, nadie te dice qué hacer.

Ven. Tsenla: La gente te dice qué es lo correcto, cuando estás en comunidad. Cuando estás solo, nadie te dice qué hacer. Puedes hacer lo que quieras.

Rimpoché: ¿Ani Janne?

Ani Janne: Algún retiro cada año, usted dijo hace años que la sangha debe hacer retiro todos los años.

Rimpoché: Sí.

Ani Janne: Para mí estar con alguien que es un ejemplo estable es muy útil y te da mucha inspiración.

Rimpoché: ¿No necesariamente en un monasterio o convento de monjas?

Ani Janne: Bueno, si puedes, pero si no puedes... Hay mucha sangha que ni siquiera viven donde hay un gueshe enseñando.

Rimpoché: ¿Huh? ¿Qué?

Ven. Tsenla: Alguna sangha, se convierten a la sangha y ni siquiera viven en un sitio donde tenga un gueshe dando enseñanzas.

Ani Janne: Entonces, no hay ejemplo de grupo estable de cómo vivir como monje o monja.

Rimpoché: No, no. Ése es el porqué yo digo que hagas Lam.Rim, por muy ocupado que estés, haz Lam.Rim siempre, incluso cuando viajes. Haz meditación de Lam.Rim por una hora, incluso media hora, incluso quince minutos. Eso, digo, debes hacerlo dondequiera que vayas. Di una breve explicación, eso incluye eso.

Pero aun así, estar de vez en cuando. Tú has estado en el monasterio de Kopan por muchos años, así que es muy diferente. Tienes mucho apoyo y ejemplos inspiradores y así tu vida es muy fácil. It gives

support and all that. Hay sangha que no tiene monasterios o conventos de monjas. Muchos de ellos no tienen otra sangha para estar juntos. Entonces, intenta estar en un monasterio o convento de monjas. Intenta, si es posible, seguir las prácticas del monasterio o convento de monjas. Aunque solo sea por un mes o dos. Hablo en general. Incluso si tienes que ir lejos de tu trabajo o centro de actividades, pero debes ir al monasterio o convento de monjas a pasar un tiempo. ¿Es posible o no?

Sangha: Sí. Sí.

La sangha debe meditar en Lam.Rim cada día

Es un consejo general. Depende de la vida de cada uno, estoy aconsejando en general. Haz Lam.Rim cada día. Sin Lam.Rim, el propósito de tu vida está acabado. Sin pensar en el Lam.Rim, el propósito de tu vida está acabado, como leche que se convierte en agua, no hay más leche, la leche desaparece. Así.

Hoy hablo de lo que creo que debemos hacer. Por supuesto, un retiro individual es bueno. Es algo a contemplar. Pero pasar un tiempo en un monasterio o convento de monjas durante un tiempo es muy importante. Entonces meditar cada día en Lam.Rim donde quiera que estés. Aunque estés en el infierno, medita en Lam.Rim. Incluso aunque nazcas en el reino sin forma medita en Lam.Rim. Estoy bromeando.

Kabir, sí Kabir, que durante tanto tiempo ha estado trabajando para los diferentes proyectos. No ha tenido ocasión de estar en monasterios. No ha tenido tiempo de pensar. Es por esto que estoy diciendo estas cosas. Pero él no ha dañado a nadie. Ha llevado una vida humilde, viajando y enseñando. Haciéndolo durante mucho tiempo lo que hace que se afloje tu vida como sangha. Como he dicho antes, trabajar para tu propia liberación del samsara, sí, por supuesto, después la iluminación, la gran liberación, el gran nirvana. La gran liberación que has de lograr para los seres, para liberarles del samsara, y no solo eso, sino para llevarles a la iluminación completa.

Bueno, quizá, voy a parar aquí.

Sé cuidadoso, no tomes la ordenación sin alguien que te guíe



Creo que es bueno, la idea general, cada año pasar uno o dos meses en un monasterio o convento de monjas. Si puedes trabajar desde ahí, fantástico, pero de todos modos pasar un tiempo en un monasterio o convento de monjas. Eso es todo. *Ja, ja. Ja, ja. ¿Tsomo?*

Ven. Tsomo: Ha sido muy útil estar unos meses aquí.

Rimpoché: También para él. (*Apuntando al muñequito de la foto que Rimpoché dio a Ven. Tenzin*).

Ven. Tenzin: Incluso sus hábitos se vuelven más rojos.

Ven. Drachom: En Singapore, mucha gente que conozco, sangha, después de dos o tres años dejan los hábitos, no son monjes tibetanos sino monjes mahayana chinos. No encuentran el sentido y dejan los hábitos.

Rimpoché: Es bueno que me lo digas porque se me ha olvidado decir algo. Cuando su santidad Karmapa vino a Nueva York, cien hombres tomaron los hábitos. Por que su santidad Karmapa vino, estaban tan inspirados. Pero ahí no hay monasterio para enseñarles las reglas para proteger los votos, no había monasterios, y entonces al año siguiente, cuando su santidad Karmapa volvió, todos habían dejado los hábitos. En esa época no había ningún monasterio ni forma de proteger los votos, hacer sojong, todas esas cosas, recibir educación, así que todos dejaron los hábitos.

Por lo tanto, digo, por lo tanto, digo que tengáis cuidado. Sed cuidadosos. La gente se emociona cuando el lama viene. De repente te conviertes en monje, ¿y luego qué? ¿Si no hay guía? Si no hay monasterio o convento para guiarte en el camino, para poder proteger tus votos, cómo vivir con los votos. Así que, al año siguiente de que viniera su santidad Karmapa todos habían dejado los votos. Por lo tanto, cuando el lama viene, te emocionas y te ordenas... De nada sirve estar emocionado. Tienes que pensar en lo que harás una vez te conviertas en sangha. Estás prometiendo para toda la vida, no como en la tradición teravada, se me ha olvidado el nombre... He olvidado el nombre. No es para un día o una semana o unos pocos días o unos pocos años. En algunos países teravadas creo que el rey se convierte en monje por unos pocos días. Ellos tienen ese sistema. En el linaje tibetano, no, no tienen eso. Es para toda la vida. No debería ser... Tienes que pensar en esa continuidad, no solo en esa excitación cuando viene el lama. Así no. Parece que los occidentales solo piensan en el momento y después de eso... Bien, también tal vez no recibieron orientación. Debido a su karma, no reciben la guía. Entonces, por supuesto, se quedan solos porque no tienen el karma. Así es.

¿Qué más? Eso es una cosa. De acuerdo, hablaremos más mañana. ¿De acuerdo? Es un tema muy importante. Por hoy ya está bien.

Básicamente, para aquellos que están tomando la ordenación, hablaremos más mañana sobre cómo proceder para proteger los votos. Así será. He estado diciendo lo básico. Mañana y el día siguiente, no he terminado este tema. Bien.

Cuando veas al lama no te dejes llevar por la emoción y cuando el lama se va, luego nada. *Ja, ja*. Es así, tienes que continuar.

Mantener un voto incluso durante una hora trae increíbles méritos

Por su puesto, claro que, de los cinco votos de liberación individual, los cinco votos upasika, que pueden tomar los laicos, hay ejemplos como éste. Es una historia... Phagpa Katyayana estaba viajando, quiero decir caminando por la playa o algo. Entonces vio a una persona que durante el día su vida era muy placentera, comola vida de un deva, con un bonito palacio, *bah, bah, bah*, una vida de

deva, con muchísimos placeres y diosas. Por la noche, cuando llegaba la noche, de repente todo cambiaba y la casa era consumida por el fuego. Por la noche todo cambiaba de repente. La cabeza de la persona era mordida por un perro. Sí. Por la noche era una vida infernal. Por la mañana, tan pronto como empezaba a salir el sol, su casa se convertía en una mansión celestial llena de placeres y diosas.

Phagpa Katyayana encontró a esta persona. La persona que experimentaba la vida diurna de deva y el infierno nocturno le dijo que enviara un mensaje al país de donde era.

En su vida pasada durante el día tenía una conducta sexual correcta. Tenía el voto de no cometer conducta sexual incorrecta. Es más fácil de día. Por la noche era más difícil mantener el voto y tenía unos actos sexuales incorrectos por la noche. Porque tomó el voto, por el día tenía una vida como deva con increíbles disfrutes. Luego por la noche, se volvía un infierno con perros mordiendo su cabeza. Así tiene que experimentar este karma. Como eso.⁸

Para mostrar que esa historia era real había un cuchillo, una espada, cerca del fuego. Ésta era la prueba que el mensaje era de él, de otra manera hubiera sido difícil para la familia creer a Phagpa Katyayana. Entonces él escondió la espada cerca de su familia y. Phagpa Katyayana llegó y les dijo que la espada estaba allí. Así es como le creyeron la historia.

De día, la persona no mataba animales, luego por la noche, él mataba animales. Algo así. Por el día tomaba el voto de no matar, por la noche no lo tomaba. Creo que he cometido un error. De día, vida de deva; por la noche, infierno. Entonces, nuevamente, envió un mensaje para no matar. Podría haber alguna historia para probar que era de él. Phagpa Katyayana se lo dijo a la familia. Él envió un mensaje a la familia de que no mataran animales. De día, no mantenía el voto de no matar, por la noche, no mataba.⁹

⁸ Phabongkha Rimpoché, *Liberación en la palma de la mano*, p. 336-337 (Wisdom Publications): Kotikarna siguió adelante. Había una Hermosa casa donde un hombre y dos hermosas mujeres disfrutaban de la cima de la felicidad y de la dicha. Pero el capitán vio que era todo lo contrario por la noche, cuando las mujeres se convertían en serpientes y se comían al hombre, empezando por la coronilla. Kotikarna le preguntó al hombre por qué era esto. El hombre dijo que cuando era brahmán en Sthira solía ser un adúltero, pero tomó el voto de Katyayana de no hacer esto durante el día. Éste fue el resultado. Dijo: “Ve y habla con el hijo que tengo en Sthira”, y le dio a Kotikarna un mensaje similar al anterior para recuperar. Y, como prueba, le dijo a Kotikarna que había Escondido una olla llena de oro debajo de la estufa.

⁹ Phabongkha Rimpoché, *Liberación en la palma de la mano*, p. 336 (Wisdom Publications): una vez hubo un capitán de barco llamado Kotikarna que había nacido con un arete engastado con una gema por valor de diez millones de piezas de oro. El capitán Kotikarna se había embarcado para obtener joyas. Se quedó dormido en la orilla del mar y los demás comerciantes continuaron sin él. Se despertó y descubrió que un viento fuerte había borrado el camino, e incluso su animal de carga, un burro, no podía percibir el olor. Kotikarna deambulaba, incapaz de encontrar el camino. Había una casa como un palacio, y en ella un hombre rodeado por cuatro diosas. El capitán vio que por la noche el hombre tenía tal dicha, era como la de los dioses. Pero de día, la casa se convertía en hierro ardiente, lamido por el fuego, las mujeres se convertían en cuatro perros feroces, el hombre caía de bruces y los perros se comían su carne poco a poco. Luego, después de que el sol se hubiera puesto, las cosas volvían a su estado anterior. Le preguntó al hombre cuál era la causa. El hombre dijo que solía ser un carnicero en la ciudad de Sthira, pero por consejo de Arya Katyayana había hecho votos de no

Así, el resultado cambió. El otro, el infierno nocturno, el reino de deva durante el día; este infierno de día, otra cosa de noche.

Mantener un voto durante una hora crea increíbles méritos. Normalmente, es así.

Dedicaciones

Dedicación para generar la bodichita

Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, que la bodichita sea generada en mi propia mente y en las mentes de todos los seres y la que ya haya sido generada, se incrementa.

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

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 para los enfermos

Ahora, en general por toda la gente con problemas, enfermedades, en particular los que tienen el virus.

matar por la noche. No había podido tomar estos votos durante el día, y éste fue el resultado. El hombre dijo que tenía un hijo en Sthira que era carnicero. Kotikarna debía darle un mensaje al hijo: "No debes matar; cuando das limosna a Arya Katyayana debes dedicarme las raíces de virtud". Como prueba, el hombre le dijo a Kotikarna que había escondido una olla en casa de su hijo donde se guardaban las espadas.

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 para los muertos

Por aquellos que han muerto, en particular por el virus. Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, que nunca renazcan en los reinos inferiores, y que puedan renacer en una tierra pura donde alcancen la iluminación, o al menos que reciban un perfecto renacimiento humano, encontrar las enseñanzas mahayana, encontrar maestros mahayana perfectamente cualificados que revelan el camino inequívoco a la iluminación y llevando a cabo aquello que complace más la sagrada mente de los amigos virtuosos puedan lograr rápidamente la iluminación.

KYE WA KÜN TU YANG DAG LA MA DANG

En todas mis vidas, que nunca me separe de gurus 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

“Que pueda ser objeto de disfrute de los seres, como ellos deseen y sin ninguna resistencia, como la tierra, el agua, el viento, el fuego, la leña de los bosques y las medicinas”.

SA DANG CHHU DANG ME DANG LUNG

Como la tierra, el agua, el fuego y el viento,

MÄN DANG GÖN PÄI SHING ZHIN DU

las medicinas y la leña de los bosques

TAG TU SEM CHÄN THAM CHÄ KYI

que pueda siempre ser objeto de disfrute de los seres

RANG GAR GAG ME CHÄ JAR SHOG

como ellos deseen y sin ninguna resistencia.

Sem chän nam la sog zhin phang. Aprecia a los seres más queridos, más preciosos, como te aprecias a ti mismo. Uno se convierte en el amigo virtuoso de los seres, luego ellos te aprecian. Te tienen como lo máspreciado. Entonces eso les ayuda a conseguir toda la felicidad y alcanzar la iluminación. Ellos obtienen todo de eso.

“Que sus sufrimientos”, no, “que su karma negativo madure en mí”. Medita en eso, los seis reinos, todos los sufrimientos. (*pausa para meditar*)

“Que toda mi felicidad y virtud maduren en cada uno de los seres”. Nuevamente los seres de los seis reinos, haz eso, dales toda tu felicidad y virtud. Hasta la iluminación, toda la felicidad la das a los seres. (*pausa para meditar*) Todos se iluminan. Regocíjate.

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 hay seres en samsara, que no estén libres del samsara, incluso si alcanzo la iluminación, que pueda yo permanecer en samsara para liberarles”. En el comentario dice: “Incluso si hay un ser en samsara, incluso si alcanzo la iluminación, que pueda yo permanecer en samsara para liberarles, para llevarlos 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.

De acuerdo.

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.

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 para la larga vida de su santidad el Dalai Lama y 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
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!

Gracias.