

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

por Lama Zopa Rimpoché

Vídeo 57: Satisfacer los deseos del gurú es lo más gozoso en la vida

Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal

6 Agosto 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el Monasterio de Kopan, *6 de agosto de 2020.*

Traducción simultánea desde el inglés por Ven.Tenzin Chöky.

Transcrito al castellano por el Equipo del Centro Nagarjuna Valencia,
25 de noviembre de 2020.

Pendiente revisión definitiva.

© FPMT Inc., 2020

Vídeo 57: Satisfacer los deseos del gurú es lo más gozoso en la vida

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

No me acuerdo bien dónde nos quedamos la última vez.

Ven. Joan: Nos quedamos en una cita muy extensa de Lama Tsongkhapa.

Rimpoché: Bueno, lo primero vamos a generar la motivación, entonces piensa que igual que tú quieres liberarte para siempre y lograr la completa liberación del samsara, el estado gozoso de paz, en realidad ése no es el verdadero propósito de la vida, ya que el verdadero propósito de la vida es el beneficiar a los demás.

1. Generar la gran ecuanimidad que siente que la felicidad de todos los seres es tan importante como tu propia felicidad

La felicidad de todos es tan importante como tu propia felicidad

Y aquí lo primero a tener en cuenta es tener una gran ecuanimidad, y de la misma forma que tú consideras tu felicidad como lo más importante, lo primero es igualarte e intercambiarte con los demás. Darte cuenta de que exactamente igual los innumerables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, mosquitos, hormigas y esas pequeñísimas criaturas, todos y cada uno de ellos, se consideran lo más importante.

No hay ni una sola prueba de que la felicidad de la persona que te hace daño es menos importante que tu propia felicidad

La persona que se queja de ti incluso aunque tú no hayas cometido errores, esa persona que se queja de ti y ves que está equivocada, y que incluso que abusa de ti y te daña, te golpea, te quita la vida, es decir, esa persona a la que no le agradas, incluyendo a esa persona. Pues de la misma forma que tú te crees lo más importante, tu felicidad es lo más importante, pues de la misma forma la felicidad de esa persona es exactamente igual. No hay una sola razón para que no consideres que la felicidad de esa persona no sea importante, es importante. El pensar que tú eres más importante que esa persona, el pensar que tu cuerpo, palabra y mente es lo más importante, más que esa persona que te está dañando. ¿Cuál es la prueba? No hay ni una sola prueba, no es lógico, no hay nada que demuestre que la felicidad tuya es más importante que la de otra persona. No hay ninguna lógica en pensar, en defender que tu felicidad es más importante que la felicidad de esa persona que te está dañando. No hay ninguna razón lógica que lo demuestre. La gente que se pelea, se daña continuamente, acaba con

la vida unos de otros. O por ejemplo con los animales, los animales no te están dañando, pero sin embargo tú les quitas la vida.

Al dañar a otros, estás creando las causas para que ellos te dañen

Entonces aunque los animales no te hagan daño pero quieres comer animales, así que matas pollos, matas peces, un sinnúmero. ¿Puedes darte cuenta? No te hacen daño y sin embargo tú le quitas la vida. Incluso aunque tú no necesites, aunque tengas suficientes medios para alimentarte, pues vas de pesca por deporte, por placer. Tú no sabes, no eres consciente de que estás creando karma negativo y estás creando las causas para nacer como un pez, y que otro te pesque, y que un pescador te atrape. Ni te lo imaginas, no tienes ni idea, porque no comprendes el karma. Y, claro, claro que no te gustaría ser pescado, ser un pez que atrapan, claro que no pero, ¿cómo puedes saber que no va a suceder eso? Estás ahora creando las causas para que eso suceda en el futuro.

Eres tan afortunado de ser capaz de abrir tu mente para entender el karma

Pero sin embargo no tienes ni idea, no comprendes. Es como estar en una total oscuridad, en una total neblina, todo oscuro. Hay una completa ignorancia. Y así durante eones, eones y eones. *Bla, bla, bla. Lama kyen, lama kyen, lama kyen.* Por eso cuando comprendes esto, te darás cuenta de lo afortunado que eres en esta vida. No solo por haber nacido como humano, sino que en realidad la mayoría de los humanos no comprenden, no creen el karma. Lo afortunado que eres por comprender el karma y abrir la mente a esa comprensión del karma. Esto realmente te hace muy, muy, muy afortunado. ¡Es increíble! porque así de esa forma puedes abandonar el karma negativo y practicar un buen karma, acciones virtuosas. *Tsk, tsk, tsk.*

Nunca piensas cómo sufren los otros. Ejemplo como con los animales, y los tratamos como si no sufrieran. Lama kyen. ¡Tratarles así de esa forma! Completamente desconociendo que estás creando un karma negativo que te va a llevar a un sufrimiento durante eones, eones, y eones. *Tsk, tsk, tsk.*

Así pues, ése el primer paso: la ecuanimidad, (sentirte igual a los demás).

2. Comprueba cómo todo el sufrimiento viene de la actitud egocéntrica y toda la felicidad viene de apreciar a los demás

Al estimarte a ti mismo, no puedes lograr la iluminación y continuarás sufriendo; por lo tanto, estima más a los demás

Y lo siguiente es darte cuenta de esa actitud egocéntrica que se aferra al yo. Es por eso que no hemos logrado la Iluminación en el pasado. Y todavía al seguir al yo, al pensamiento egocéntrico, eso también nos va a incapacitar a lograr la iluminación en el futuro. Y si no logramos la iluminación, pues no vamos a poder conducir a los seres a ese estado. Y así es como ha sucedido hasta la fecha. y así continuamente sin lograr la iluminación, en el samsara, y así desde renacimientos sin principio. Si

continuamos de esa forma, siguiendo con nuestra actitud egocéntrica, nuestro sufrimiento en el futuro no tendrá fin.

Todos los obstáculos, todos los problemas, todo eso viene del yo que es lo que tenemos que abandonar. Y lo que llamamos "los otros", eso es lo que tenemos que estimar más, a los que tenemos que apreciar. Porque recibimos toda nuestra felicidad del pasado desde renacimientos sin principio. La felicidad presente y la del futuro, la recibimos de los demás. Por eso a los otros seres es a quienes debemos querer más, estimar más.

Aquellos que te dañan te dan la oportunidad de practicar la paramita de la paciencia, por la que alcanzas la iluminación

La persona que te daña, que te golpea, o que se enfada contigo, que se queja de ti, que acaba con tu vida Si practicas paciencia sin enfadarte, entonces si practicas la paramita de la paciencia, podrás lograr la iluminación. Por eso esa persona es la que te está proporcionando la iluminación. Él o ella te proporciona, te da la iluminación, la completa cesación del sufrimiento. De todos los errores, las faltas y la completación de todas las realizaciones. Es algo, *guau*, impresionante, increíble. Las cualidades como el espacio, como el cielo, las recibimos de él o de ella, te lo da él o ella. Entonces la bondad de esa persona es infinita como el espacio. En realidad es así.

Si piensas en el karma, en vez de querer dañar a esa persona, solo quieres ayudarla

Si seguimos el pensamiento egocéntrico, la ignorancia que se aferra a las cosas como existiendo verdaderamente, especialmente el apego y el enfado...

No piensan así, solo piensan que es una alucinación. Lo que se aparece a esas mentes y lo que creen es una alucinación. No piensan sobre la realidad.

O sea, si tú sigues esa mente, si sigues la paciencia, si eres consciente de la bondad de la persona, si respetas, si sigues el karma, entonces en realidad haces que surja una compasión increíble hacia esa persona, ¡increíble! Y así, en vez de desear dañar, lo único que quieres es ayudar a esa persona, hacer lo que puedas por ayudar a esa persona.

Porque dañaste a otros en el pasado, ellos te dañan ahora, lo que causa que renazcan en los reinos inferiores

Como dije, el *Bodisatvacharyavatara* (v. 6.47) dice:

བདག་གི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱུལ་བྱས་ནས། །
བདག་ལ་གནོད་བྱེད་དེ་འབྱུང་སྟེ། །
དེས་ནི་སེམས་ཅན་དམྱལ་དོང་ན། །
བདག་གིས་དེ་དག་མ་བརྒྱུག་གམ། །

DAG GI LÄ KYI KÜL JÄ NÄ
DAG LA NÖ JE DE JUNG TE
DE NI SEM CHÄN NYÄL DONG NA
DAG GI DE DAG MA LAG GAM

**Los que me causan daño,
surgen instigados por mi propio karma,
si debido a ello van al infierno:
¿no soy yo quién está dañando a ellos?**

Es decir, en el pasado tú trataste a los demás, a esa persona dañándole y debido a eso, hace que tú recibas ese daño. ¿Por qué la gente se enfada o se queja de ti? Ése es un fenómeno causativo. Los fenómenos causativos son de la naturaleza de la impermanencia, no existen verdaderamente, dependientemente en tu continuo mental. Depende de cómo has tratado a esos seres en el pasado, y eso es lo que hace que ahora ellos te dañen, que te traten mal, o lo que tú creas que te están tratando mal. Debido a eso, ellos ahora están creando karma negativo que va a provocar que dejen este renacimiento humano. Es decir, ahora son humanos pero están creando karma negativo dañándote, y eso les va a llevar a abandonar esta vida, y cuando renazcan renacerán en los infiernos y sufrirán durante eones, eones, y eones.

Por lo tanto, no puedes dañar a los demás ni siquiera por un segundo y debes hacer todo lo que puedas para prepararte a ayudar a todos los seres para llevarlos a la iluminación

Nuestra mente ha de ser la de beneficiarles, ayudarles, es hacer lo que podamos por ellos. Y en el futuro por supuesto, cuando logremos la iluminación, y poder llevarles a la iluminación, por supuesto es el mayor de todos los beneficios, lo que podemos hacer por ellos en el futuro, y por eso practicar el dharma ahora. No solamente para él o ella sino para toodos y cada uno de los seres practicar el dharma. Incluso aunque no hayas generado el camino, pero purificar, hacer las prácticas preliminares, purificas, acumulas mérito, meditas en el camino, y así logras el camino que estás preparando para eso. Para ayudar a todos y cada uno de los seres, no solamente para tú lograr la iluminación, sino para poder llevar a todos los seres incluyendo a esa persona que te daña y llevarlos a la iluminación. *Guau, guau, guau.*

3. Abandona el yo y aprecia a los demás

Renunciando al yo y estimando a los demás consigues la iluminación

El yo es algo a lo que debes renunciar sin retrasarlo un segundo. Y lo siguiente es soltar el yo y estimar a los demás, y a partir de ahí si quieres ser feliz. *iGuau!* Eso es justamente lo que va a hacer que logres la iluminación. Eso es por lo que Buda Sakyamuni logró la iluminación hace muchísimo tiempo, antes era un ser ordinario como nosotros. No, no solamente refiriéndonos a Bodhgaya si no hace mucho,

mucho tiempo. Lo de lograr la iluminación en Bodhgaya, fue la representación de un acto. Como cuando uno va a un teatro y alguien actúa. Bueno, pues así mostró, actuó, mostrando esas doce acciones sagradas. Entonces mostró la ignorancia, mostró la vida de príncipe, mostró cómo renunciaba al sufrimiento, mostró cómo encontraba el sufrimiento. Se encontró con la vejez, la muerte, la enfermedad, y le llevó hasta salir del palacio. Todo eso para mostrarnos cómo liberarnos del samsara, y cómo por renunciar a esa vida que llevaba, y seguir la vida de renunciante. No voy a repetir esto otra vez, lo he dicho varias veces.

Ya que logras la iluminación debido a los seres. ¿Por qué no respetas a los seres cómo respetas al Buda?

Toda tu felicidad, tu felicidad del pasado, presente y futuro, incluyendo la iluminación, incluyendo todas las realizaciones, incluyendo Buda, Dharma y Sangha, en los que tú te apoyas, en los que tomas refugio, a los que rezas, bueno pues todo ello viene de cada uno de los espíritus hambrientos o pretas, aunque no los veas. De cada uno de los seres, desde los más pequeñitos a los animales más grandes aunque puedan ser bacterias, ballenas, sí: ¿cómo se llaman esos animales tan grandes en los océanos? ballenas. Bueno pues Buda, Dharma y Sangha, vienen de ese mosquito o esa hormiga que te muerde. Por eso son tan preciosos. Como ya he mencionado, tú lograrás, lo lograrás, la Iluminación de Buda, y se logra de los seres. Entonces de la misma forma que respetamos a los budas ¿Por qué no respetamos a los seres? El *Bodisatvacharyavatara* (v. 6.113) dice:

[སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས།
སངས་རྒྱས་ཚོས་འགྲུབ་འདྲ་བ་ལ།
རྒྱལ་ལ་གྲུས་བྱ་དེ་བཞིན་དུ།
སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ།

Las cualidades de Buda se obtienen tanto de los seres como de los Conquistadores; entonces, ¿por qué no los respeto como respeto a los Conquistadores?¹

Cierto.

Si toda tu felicidad, Buda, Dharma y Sangha vienen de todos los seres, ¡cómo te atreves a dañarles!

Entonces esa persona que se queja de ti, que con su cuerpo, palabra y mente sólo piensa en dañarte, incluyendo no solamente esa persona, sino todos y cada uno de los seres. Por tanto sí es así, ¿cómo te atreves a dañarles? A esos seres de donde vienen y proceden los innumerables buda, dharma y sangha, que por tanto son lo más precioso. Comprended esto. ¿Cómo eres capaz de dañarles? Solo nos queda ayudarles, ayudarles, respetarles, de la misma forma que respetamos al Buda. Respetar a

¹ Lama Zopa Rimpoché no mencionó el verso real aquí, pero lo tradujo en los vídeos 29 y 34 de esta serie.

los seres para liberarnos de los océanos del sufrimiento samsárico y llevarles a la felicidad inmaculada de la completa Iluminación, la total cesación de los sufrimientos, y la completación de todas las realizaciones. Y hacer esto por uno mismo. Para ello uno tiene que lograr la iluminación, el estado de omnisciencia. Y para eso vamos a escuchar las enseñanzas. Estas enseñanzas que debido al virus son las enseñanzas de la transformación del pensamiento de lo.jong.

Cumplir los deseos y consejos del gurú es la cosa más agradable de la vida

Cuando tú cumples los deseos del gurú es como hacer muchas prácticas preliminares.

Creo que ya lo mencioné. No me acuerdo muy bien en otra ocasión hablé sobre los beneficios que el pandita Sakya dijo:²

[བསྐྱེད་པ་སྣོད་དུ་པ་རོལ་ཕྱིན་པའི་ཚུལ།
མགོ་དང་རྐང་ལག་བཞོག་པ་གཏོང་བའི་ཚཱིགས།
ལྷ་མའི་ལམ་འདིས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་སྤྱད།]

**Los méritos de ofrecer tu cabeza, piernas, manos y posesiones
Practicando la paramita de la generosidad durante mil eones,
Se acumulan en un segundo cuando sigues los deseos del Guru.**

No voy a repetirlo otra vez. Lo mencioné hace unas cuantas veces.

Aunque estés esforzándote mucho en tu trabajo, en el centro o en cualquier otro servicio, intentando seguir los consejos y los deseos del maestro. Es decir, seguir el plan del gurú o maestro aunque sea muy difícil llevar todo eso a cabo. Y aunque surjan tantos problemas, tengas tantas dificultades al llevarlo a cabo, en tener éxito y tienes que llevar muchas dificultades pero como ya he dicho en realidad cuando haces eso, en las enseñanzas se dice que ese servicio es como hacer cientos de miles de postraciones a los Treinta y cinco Budas. Como Lama Tsongkhapa hizo durante mucho tiempo, hizo miles y miles de postraciones, o es como hacer muchísimas prácticas de purificación. Por eso aquí cuando tú estás experimentando dificultades en seguir los consejos del maestro, tienes que recordarlo y entonces disfrutarlo. Porque estás haciendo lo mismo que hacer miles de postraciones. En realidad es así, ése es el beneficio que tú tienes. Es como hacer cientos de miles de mantras, de purificación de Vajrasatva, ofrecimientos de mandala, postraciones y demás. Tantas prácticas preliminares que haces, están incluidas en ese ofrecer servicio y con las dificultades incluidas, en ese ofrecer servicio y con las dificultades que eso conlleva.

² Lama Zopa Rimpoché parece que se está refiriendo a la cita del vídeo 56. Aunque Rimpoché no lo citó, ha sido insertado aquí para facilitar la comprensión.

Por lo tanto tienes que ser consciente de ello, recordarlo, darte cuenta de eso. Por eso es lo más fantástico, la cosa más feliz en tu vida, lo más gozoso. ¿Qué otra cosa hay más interesante? Para ese estado presente de mente, algo increíble.

Si experimentas sufrimiento cuando sigues correctamente al amigo virtuoso, significa que el karma negativo que te haría vagar por los reinos inferiores durante eones está siendo purificado.

Ya lo he mencionado antes. No recuerdo si fue en la última enseñanza o en la anterior. También, recuerda, sí, que las enfermedades e incluso las pesadillas o una hambruna, estas cosas, el gurú te regaña o algo así, cosas así, Lama Tsongkhapa dijo en el Lam.Rim, en el Lam.Rim, que en vez de vagar durante mucho tiempo en los reinos inferiores, sufriendo... No es sólo como un turista caminando por ahí, un turista viajando por ahí, no. No es esa idea. Este sufrimiento es increíble. Es el sufrimiento más pesado. Al experimentar alguna enfermedad, si uno sigue correctamente al amigo virtuoso, entonces por tanto tiempo vagando en los reinos inferiores, eso significa un sufrimiento increíble, que se purifica al experimentar alguna enfermedad en esta vida, incluso en un sueño. No lo recuerdo palabra por palabra. Mi memoria es tan mala que no la recuerdo palabra por palabra. Así que eso se purifica. Eones de sufrimiento en los reinos inferiores, *bah, bah, bah*, se purifican así. (*Rimpoché chasquea sus dedos sagrados*)

Lama Tsongkhapa mencionó en (*Lam.Rim Chenmo*) *El sutra del bodisatva Ksitigarbha*, dice:

སའི་སྒྲིང་པོའི་དངོས་ལས། དེས་ཟིན་པ་ནི་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ངན་འགྲོར་འཁྲུམ་པར་འགྱུར་བའི་ལས་རྣམས་ཚེ་
འདིར་རིམས་ལ་སོགས་པའམ་སྲ་གེ་ལ་སོགས་པ་ལྷས་དང་སེམས་ལ་གནོད་པ་བྱུང་བས་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཐ་ན་བརྒྱད་བཀག་
གས་རྗེ་ལས་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་བྱང་བར་འགྱུར་རོ།

SÄI NYING PÖI DO LÄ / DE ZIN PA NI KÄL PA JE WA PAG TU ME PAR NGÄN DROR KHYAM
PAR GYUR WÄI LÄ NAM TSHE DIR RIM LA SOG PA'AM MU GE LA SOG PA LÜ DANG SEM LA
NÖ PA JUNG WÄ JANG WAR GYUR TE / THA NA GYÄ KAG GAM MI LAM TSAM GYI KYANG
JANG WAR GYUR RO

El sutra del bodisatva Ksitigarbha dice: ("Cuando sigues los consejos de tu gurú), los pesados karmas negativos que te harían vagar por los reinos inferiores durante unos inconcebibles diez millones de eones son purificados por tu cuerpo y tu mente recibiendo daño en esta vida por una enfermedad contagiosa o una hambruna, o incluso por tan poco como una simple regañina o un sueño".³

Käl pa je wa pag tu me par ngän dror khyam par gyur wäi lä nam. Una inconcebible cantidad de diez millones de eones de karma negativo, que te haría vagar por los reinos inferiores y sufrir, el mayor sufrimiento, en esta vida, en esta vida, contraes una enfermedad epidémica, una enfermedad contagiosa como el virus, la hambruna, incluso el gurú te regaña, incluso sucede algo malo, incluso

³ Citado y traducido por Lama Zopa Rimpoché en el vídeo 30 de esta serie.

algo que ocurrió en una pesadilla, por eso, para la inconcebible cantidad de diez millones de eones de karma negativo a sufrir, vagar en los reinos inferiores, totalmente se purifica, completamente se purifica. Así es.

Es muy positivo enfermarse o tener problemas cuando se cumplen los deseos y consejos del gurú

Así que, siguiendo los consejos y deseos del gurú, si te enfermas o pasa algo, es algo increíblemente bueno. Es una purificación increíble. Tantos, tantos eones de este sufrimiento en los reinos inferiores se purifican, se terminan. (*Rimpoché chasquea sus dedos sagrados*) Lo que sea, algo, enfermedad o lo que sea, algo, algún problema ocurre, así que por eso, se acabó. Por lo tanto, es muy positivo. Es algo que disfrutas más. No es negativo. No es malo. Eso es un malentendido. Creo que muchas veces esto sucede pero no sabemos que es purificación así que pensamos que es malo.

Por ejemplo, Marcel, que trabajaba tan duro para el proyecto Maitreya, ahora tiene esta enfermedad. No sé cómo se llama esa enfermedad. No puede sentarse en una cama o silla; tiene que estar de pie. No sé el nombre. Lo ha experimentado durante muchos años, desde que dejó de hacerlo. De todos modos, eso y luego un monje, me olvido, en el Instituto Chenrezig...

Estudiante: Venerable Pende.

Rimpoché: Venerable Pende. Pende. Trabajó durante siete años. Día y noche, con un ordenador trabajaba tanto para el proyecto Maitreya. Luego, después de eso, siente una especie de enfermedad cuando ve un ordenador. No sé si es dolor o enfermedad, pero no puede pensar en un ordenador, no puede verlo. Ha estado enfermo durante muchos años. Ahora tal vez se ha mejorado un poco.

Creo que son positivos. La forma en que pienso es que son positivos. En realidad, muchos eones, eones, eones del sufrimiento más pesado en los reinos inferiores, en el reino del infierno, se purifican. Son purificados. Esto es lo que pienso.

Cuanto mejor practiques, más purificarás

Creo que ya os dije que practicando el dharma, recibes purificación. Creo que ya lo mencioné.

1. La mejor purificación es que se purifica el karma negativo acumulado desde renacimientos sin principio y nunca tener que experimentarlo

Por supuesto, lo mejor es que nunca experimentes ningún karma negativo pesado acumulado desde renacimientos sin principio. Tantos eones de karma se purifican y entonces no experimentas ningún problema, sí, nada.

2. La purificación intermedia es que se experimenta algo de sufrimiento en esta vida en lugar del sufrimiento de los reinos inferiores

Mediante la purificación, cuando uno experimenta debido a ese karma negativo, el sufrimiento durante eones, en los reinos inferiores, pues el que esos karmas negativos se manifiesten en algún

tipo de desastre o de adversidad en esta vida, ya sea un cáncer, enfermedad, algún problema. En realidad esos karmas negativos que te hubieran llevado a renacer en los reinos inferiores durante eones inconcebibles, los purificas y no los tienes que sufrir. Por experimentar sufrimiento en esta vida. Y eso es algo muy, muy, muy positivo. Tienes que darte cuenta de eso.

3. La menor purificación es que renaces en los reinos inferiores, pero el sufrimiento es ligero y dura muy poco tiempo.

Lo siguiente sería que incluso aunque nacieras en los reinos inferiores, experimentas un sufrimiento menor. Es decir naces en los reinos inferiores, pero sales muy, muy rápidamente. Como cuando cae una piedra sobre una roca y rebota. Y se experimenta durante muy poquito tiempo. Como que experimentas esos renacimientos pero muy brevemente, durante muy poquito tiempo, además el sufrimiento sería más ligero, ése sería otro nivel más profundo de purificación. Dependiendo del nivel de purificación, y de lo bien que hayas practicado esa purificación.

Aunque no me acuerdo palabra por palabra, hay una segunda cita, la primera es más breve. Bueno la esencia la habéis comprendido y tenéis que daros cuenta.

Si pasas por *Las nueve actitudes de la devoción gurú*, puedes reconocer cómo tu trabajo para el gurú es la práctica de la raíz del camino a la iluminación

Están las nueve actitudes de seguir una devoción correcta al maestro espiritual, *Las nueve actitudes de la devoción gurú*:

LA MÄI JA WA LÄ DÖN KHUR KUR KYANG

Cuando el gurú me da trabajo, cualquiera que sea la carga,

THAM CHÄ KHUR WA SA ZHI TA BUR JA

pueda yo ser como la tierra que lo sostiene todo.

No importa lo duro que sea el trabajo o la carga que el maestro me pida, no importa lo pesada, lo grande que sea esa carga. Aunque sea muy grande como una montaña, que tú seas como la tierra que lo soporta todo, que lo sostiene todo.

LA MÄI KU DÖN JA KÄ KHUR TSI WA

Que sea como una cuerda, sosteniendo alegremente el trabajo del gurú,

TRO ZHIN DZIN PA THAG PA TA BUR JA

no importa cuán difícil o pesada sea la carga.

No importa lo grande que sea la carga lo pesada que sea la carga, que yo pueda llevarla o ser como la cuerda que la ata con cuerdas, como esa cuerda que puede sostener, atar, llevar a cabo la carga de lo que quiera que el gurú me pida. No importa lo difícil que sea.

Lo difícil que puede resultar cuando la gente se queja de ti, contempla eso como si fuera un adorno que te embellece pensando, pensando en los beneficios de satisfacer, de seguir los deseos del gurú. Recordar que es una purificación increíble. Se purifican tantos eones de karma negativo y así nos llevan más cerca a la iluminación, te acerca a la iluminación, a la liberación del samsara, pensando que esas quejas, que esas dificultades son como un adorno, y tú estás feliz de sobrellevarlo.

Si realmente analizas a través las nueve actitudes de la devoción al gurú, puedes comprenderlo, puedes darte cuenta como tu trabajo es una realidad. La práctica es la raíz del camino a la iluminación.

Si crees que estás cumpliendo los deseos y consejos del gurú, no hay problemas y recoges cascadas de buen karma

Eso es sólo... Tienes que reconocerlo. Tienes que pensar. De lo contrario, si no piensas eso, entonces hay tantos problemas. *Wow, wow, wow*. Entonces, más o menos, entonces vienen tus emociones, emociones negativas, karma negativo. Otras personas crean un karma negativo y tú creas un karma negativo. Es como una lluvia, como una ducha de lluvia. ¿Te imaginas? La vida es muy corta, puedes morir en cualquier momento, pero en lugar de recoger cascadas de buen karma, recoges cascadas de karma negativo. Depende de cómo pienses. Si piensas correctamente siguiendo al amigo virtuoso, cumpliendo los deseos y consejos del gurú, entonces es positivo, muy positivo. Eres más feliz porque ves los beneficios. De lo contrario, terminas toda la vida con un karma negativo.

Bueno, creo que por hoy hasta aquí en cuanto al maestro espiritual. Alguna de estas citas las he comentado en otras ocasiones en el pasado.

Cuando alguien te trata mal, si tu bodichita es muy poderosa se purifican muchos eones de karma negativo

Dongpo Kupä Do lä, Sutra del, dongpo es "tronco," *kopä* is "decorado" o algo, no lo sé. De todos modos, *Dongpo Kupä Do*.

Ven. Tsenla: *Sutra del haz de troncos*.

Rimpoché: ¿Qué?

Ven. Tsenla: *Sutra del haz de troncos*.

Rimpoché: ¿Haz de? ¿Qué? ¿Qué?

Ven. Tsomo: *Sutra del haz de troncos*.

Ven. Tsenla: *Sutra del haz de troncos*.

Rimpoché mezcla las palabras del *Sutra del haz de tallos* con el *Sutra del haz de troncos*.

En las enseñanzas se dice, que si tienes bodichita y alguien se enfada contigo, se queja de ti, debido a que tu bodichita es muy poderosa, entonces tu karma negativo, tantos eones de karma negativo del pasado se purifican.

Bueno quizás lo dejo aquí en cuanto al maestro espiritual.

La devoción al gurú no es una historia de los lamas tibetanos, es lo que hace que suceda la realización del camino

La gente que ha estudiado mucho puede pensar que todo esto es una idea de los lamas tibetanos, eso de la devoción al gurú. Quizás no piensan que se pueden tener realizaciones, y piensan que bueno esto es algo inventado por los lamas tibetanos. Como en la época de los hippies que estaban tomando tantas diferentes drogas, tripi, viaje y droga en inglés. Como si fuera una historia, algo que se les haya ocurrido a los lamas tibetanos. Como el tripi de los hippies y demás y que no es algo que cambie la mente. Pero por supuesto que no estoy diciendo que tenga realizaciones, no, por supuesto no, pero es mi propia experiencia.

Si tú continuamente purificas, intensamente con las postraciones a los Treinta y cinco Budas, y acumulas méritos, como por ejemplo, el ofrecimiento del mandala, y demás, entonces desarrollas una intensa devoción al gurú, viéndole como buda. Si desarrollas estas cosas, entonces incluso aunque no tengas la realización todavía, pero piensas de esa forma, cuando piensas de esa forma, puedes llegar a generar esa realización.

Todo esto es un fenómeno causativo, las realizaciones son un fenómeno causativo. Esas experiencias es un fenómeno que depende de causas. Y cuando estas cosas suceden es mucho más fácil ser conscientes de la impermanencia y la muerte. ¡Y darte cuenta cómo esta vida es tan preciosa! Y que incluso aunque poseyeras el espacio lleno de joyas que satisfacen los deseos, si lo comparas con el valor de esta vida, no hay comparación. ¡Taaaan precioso! Poseer el espacio lleno de joyas que satisfacen los deseos. Aunque lo poseyeras todo, eso no es nada en comparación con lo que significa un renacimiento superior, el que te permite purificar el karma negativo, liberarte de los reinos inferiores. Eso no lo puedes lograr simplemente con una joya que satisface los deseos. Ni lograr el nirvana, ni librarte del samsara, tampoco lograr la bodichita, renunciar al pensamiento egocéntrico y lograr la iluminación. Todo eso no lo puedes conseguir con una joya que satisface los deseos. Pero con este cuerpo, con este precioso renacimiento humano, sí.

Por eso te puedes dar cuenta de lo precioso que es este precioso renacimiento humano actual. Y es mucho más fácil poder generar compasión hacia los demás, incluso aunque no conozcas mucho. Aunque no conozcas muchas palabras filosóficas, muchas enseñanzas. Pero eres capaz de reconocer el yo falso. O sea, si puedes llegar a comprender lo que significa la vacuidad. Tener una idea. No, no de meras palabras. Sino tener esa experiencia. Y sobre esa base es como el cimiento, y de ahí sobre esa el aumento, el tantra. No simplemente *bla, bla, bla*. Una historia, un trip(viaje) de los lamas tibetanos. No, no es un *bla, bla, bla*. Ni son palabras para decir: *¡Guau*, lo grande que soy! no es la

realidad. La gente dice: ¡oh! ésta es una historia de los lamas tibetanos. Cosas que se han inventado. No, esto no es verdad. Y no lo creen. Y eso es porque la persona no ha estudiado bien, no ha analizado. Y entonces no saben, lo dejan ahí, sin investigar.

Si no pasa nada en tu mente, Lama Tsongkhapa dijo que la respuesta es confiar en el sagrado campo de méritos

Por lo tanto, esto es lo que Lama Tsongkhapa explicó (en el Lam.Rim mediano) pero estoy añadiendo esto encima.

མཉན་ན་ཚོག་མི་ཟེན། བསམས་ན་དོན་མི་གོ། །བསྐྱོམས་ན་རྒྱུ་ལ་མི་སྐྱེ་བའི་སྐྱོམ་མཐུ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུ་བའི་དུས་སུ་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་
བརྟེན་པ་ནི་མན་ངག་ཡིན་ཅོ།

NYÄN NA TSHIG KYI MI ZIN / SAM N DÖN MI GO / GOM NA GYÜ LA MI KYE WÄI LÖI THU
SHIN TU CHHUNG WÄI DÜ SU / ZHING GI THU LA TEN PA MÄN NGAG YIN NO

Durante el tiempo en que el poder de tu mente es muy débil, de tal manera que si escuchas el dharma, no puedes captar las palabras; si reflexionas sobre el dharma, no entiendes el significado; y si meditas, no se genera nada en tu mente, el consejo es confiar en el poder del sagrado campo de méritos.⁴

Así que, ves, *zhing gi thu la ten pa*, cuando escuchas enseñanzas que no puedes seguir, no puedes entender, no puedes reflexionar, no puedes meditar, es tan difícil. O incluso si entiendes algunas pero las olvidas. Todas estas cosas. *Zhing gi thu la ten pa män ngag yin*. It is advice. Es un consejo. Sigue el consejo de depender del sagrado *zhing*, campo de méritos, campo de méritos, *zhing*. *Aaah*. Ésa es la respuesta. *Aaaah*. Si no le pasó nada a tu mente... Durante tantos años escuchaste tantas enseñanzas sobre sutra y tantra, esto y aquello, o incluso hiciste muchos retiros, muchos, pero no pasó nada, ésta es la respuesta, *Zhing gi thu la ten pa män ngag yin*, “depender del sagrado campo de méritos”. Eso es lo que Lama Tsongkhapa dijo. Ésta es la razón para practicar *Jorcho*, la práctica preparatoria.

Manjushri aconseja a Lama Tsongkhapa hacer claras peticiones al gurú para tener rápidas realizaciones en el Lam.Rim

Liberación en la palma de la mano de Phabongkha Rimpoché dice:

དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་ཙོང་ཁ་པ་ཚེན་པོས། རྟོགས་པ་སྤྱད་དུ་རྒྱུ་ལ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་གང་ལ་འབད་དགོས་
ལྷུ་པར། སྐྱོམ་ཡི་དམ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། ཚོགས་བསམས་སྐྱིབ་སྤྱད་ལ་འབད་པ་དང་། ཉེར་
ལེན་གྱི་རྒྱ་རྒྱ་དམིགས་རྣམ་སྐྱོང་བ་གསུམ་སྐྱིལ་ལ་འབད་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར།

⁴ Citado y traducido por Lama Zopa Rimpoché en el vídeo 56 de esta serie.

Lama Tsongkhapa preguntó a Manjushri: "¿Cuál es el método para lograr rápidamente las realizaciones del Lam.Rim?" Manjushri respondió: "Apaciguar los obstáculos. Acumular méritos. Pedir al gurú con un solo propósito. Meditar en el Lam.Rim."

Manjushri... Lama Tsongkhapa le preguntó a Manjushri cuál es el método para hacer posible la realización del Lam.Rim. Creo que tal vez dijo "rápidamente". Así que Manjushri respondió, "Una manera, pacificar los obstáculos para las realizaciones". Apaciguar los obstáculos mediante Vajrasatva. y a la vez acumular méritos, y luego pedir con intensidad al maestro, hacer suplicas al maestro, generar esa devoción al maestro, contemplándolo como siendo Buda, y hacer peticiones sinceras. Entonces las realizaciones vendrán. Viene el cuarto paso que es meditar en el Lam.Rim. Entonces vendrán las realizaciones incluso sin la meditación, si se han hecho todas las otras cosas con mucha intensidad, desarrollando una buena devoción al gurú, haciendo súplicas sinceras al maestro. Incluso aunque tu meditación sea débil o poca, aunque medites solo un poco, vendrá la experiencia. (*Rimpoché chasquea sus sagrados dedos*) *Aaah*, así. *Aaah*, así.

Zhing gi thu la ten pa män ngag yin. "El consejo es confiar en el campo de méritos". Es así. Eso es lo que Manjushri explicó. ¿Lo ves? El Buda de la sabiduría. Manjushri es una manifestación de toda la sabiduría de los budas.

Cuando los cuatro dharmas se estabilizan, el resto de los dharmas virtuosos en el camino de la Iluminación se generan fácilmente

Lama Tsongkhapa dijo, no sé el título, qué texto:⁵

ཚེས་བཞི་དེ་སྣང་རྩ་བ་བརྟན་གྱུར་ན།
དགེ་ཚེས་ལྷག་མ་བདེ་ལྷག་ཉིད་དུ་སྐྱེ།⁶

CHHÖ ZHI DE TAR TSA WA TÄN GYUR NA
GE CHHÖ LHAG MA DE LAG NYI DU KYE

Por lo tanto, si la raíz, estos cuatro dharmas, se estabiliza, el resto de los dharmas virtuosos se generarán fácilmente.

"Si se estabilizan estos cuatro dharmas", entonces, *Ge chhö lhag ma de lag nyi du kye*, "el resto de virtudes", "el resto de virtudes", *Ge chhö lhag ma de lag nyi du kye*, "el resto de virtudes se generarán instantáneamente".

⁵ Encontrado por Ven. Tenzin Namjong en *A Letter Containing the Basis of Benefit and Happiness* (འབྲིན་ཡིག་ཡན་བདེའི་གཞི་འཛིན།) de Lama Tsongkhapa, que fue escrito en respuesta a una carta de Bönpo Namkha Palzang.

⁶ El texto tibetano encontrado por Ven. Tenzin Namjong dice:

དེ་སྣང་དེ་བཞིའི་རྩ་བ་བརྟན་གྱུར་ན།
དགེ་ཚེས་ལྷག་མ་བདེ་ལྷག་ཉིད་དུ་སྐྱེ།
DE TAR DE ZHI TSA WA TÄN GYUR NA
GE CHHÖ LHAG MA DE LAG NYI DU KYE

Tienes que escribir esto.

Es decir, este perfecto renacimiento humano que es increíblemente significativo, luego, difícil de encontrar de nuevo, la impermanencia y la muerte, y luego el karma. Las cuatro cosas, si tu mente desarrolla bien en estos cuatro estados, si se estabiliza bien, si está en tu mente, entonces el resto del camino a la Iluminación, el resto de los dharmas virtuosos, inmediatamente se generan.

Tienes que saberlo, tienes que escribir esto.

Entonces eso significa, la bodichita, piensa: ¡Va! bodichita, la bodichita nunca va a llegar, y nunca lo logras, nunca lo lograrás, la iluminación. Nunca logras la iluminación.

Encontré a un lama que estudió en Ganden, en el monasterio de Ganden hace mucho tiempo y debatía allí. Creo que era un lama nyingma. Donde quiera que lo encontrara, siempre me decía que meditaba en los aires, los vientos, las gotas y chacras. Al menos en dos ocasiones sucedió así. Siempre me decía que estaba meditando en eso, aunque no me decía cómo iba. Pues mucha gente, pues si le gustan mucho estas prácticas así avanzadas, y dejan los cuatro dharmas iniciales cómo si fuera basura o desperdicio. Cuando en realidad es en realidad el cimiento. Estas meditaciones del perfecto renacimiento humano, el karma y todas estas cosas básicas las desechan como si fueran, pues eso, basura.

Así, eso es lo que dijo Lama Tsongkhapa. *Chhö zhi de tar*, "La raíz", "la raíz", *Chhö zhi de tar tsa wa tän gyur na*, "Estos cuatro dharmas, si la raíz está estabilizada", then, *Ge chhö lhag ma*, "el resto de virtudes se generarán inmediatamente". Así que, como eso significa el camino a la iluminación, el resto del camino a la iluminación se generará tan fácilmente.

Así que, escucha. Si quieres practicar, escucha. ¡Hazlo! Entonces la bodichita vendrá rápidamente, la bodichita, la vacuidad, todo eso.... Tú quieres hacer *dzogchen*, *dzogrim*, de otro modo, incluso si piensas que es *dzogchen*, *dzogrim*, elevado, incluso será difícil que eso se convierta en dharma. ¿Entiendes? Si no renuncias a esta vida, entonces la renuncia al samsara, no será una causa de liberación. No sólo la iluminación, sino que no sería una causa de liberación. Es una causa del samsara. Así es.

Así que te paso el mensaje. ¿Cómo hacer...? ¿Tu pregunta es cómo hacer posibles las realizaciones? Mantén en tu mente lo que el libro, el libro de dharma, el Lam.Rim explicaba sobre cómo tener realizaciones. Oh, eso, eso es muy difícil de hacer, ¡comenzando desde esa raíz en tu mente! Bien.

CHHÖ ZHI DE TAR TSA WA TÄN GYUR NA

GE CHHÖ LHAG MA DE LAG NYI DU KYE

**Por lo tanto, si la raíz, estos cuatro dharmas, se estabiliza,
el resto de los dharmas virtuosos se generarán fácilmente.**

Así que tal vez me detenga aquí esta noche. Espera un momento. Me detendré aquí.

Dedicaciones

Dedicación para generar la 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, que es fuente de todo éxito y felicidad para uno mismo y para los seres, incluyendo la Iluminación, pueda ser generada en el corazón de todos y cada uno de los seres incluyéndome a mí, y la que haya sido generada pueda aumentar más y más.

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE

Que la suprema joya de la bodichita

MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG

que no ha nacido, surja y crezca,

KYE PA NYAM PA ME PA YI

y que la que ya ha nacido no disminuya

GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG

sino que aumente más y más.

Dedicación para generar la vacuidad

Entonces la vacuidad.

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 en particular por todos aquellos con cualquier otra enfermedad, pero en particular por aquellos con el virus. "Cuántos seres enfermos haya, que se liberen de las enfermedades inmediatamente. Que los seres nunca contraigan la enfermedad de los seres". Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, los méritos de los tres tiempos acumulados por innumerables seres y budas:

SEM CHÄN NÄ PA JI NYE PA

Que todos los enfermos

NYUR DU NÄ LÄ THAR GYUR CHIG

se liberen rápidamente de sus dolencias.

DRO WÄI NÄ NI MA LÜ PA

Que ninguna de las enfermedades

TAG TU JUNG WA ME PAR SHOG

que hay en el mundo vuelva a producirse.

Esos, no sólo eso. Debido a todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí, todos los méritos de los tres tiempos acumulados por innumerables seres e innumerables budas, que aquellos que están enfermos con el virus, nunca jamás renazcan en los reinos inferiores. Que todos sus deseos triunfen de acuerdo al sagrado dharma. Que nunca creen un karma negativo, sólo un buen karma, y que logren la iluminación lo más rápido posible. Hazlo rápido.

Dedicación para los muertos

Los que murieron y, en particular, los que murieron por el virus, que nunca renazcan en los reinos inferiores. 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 nazcan en una tierra pura donde puedan lograr la iluminación, o al menos recibir un perfecto renacimiento humano, conocer las enseñanzas Mahayana, conocer a un gurú mahayana perfectamente cualificado que revele el camino inequívoco a la iluminación y que complazcan de la mejor manera la mente santa del amigo virtuoso y logren la iluminación lo más rápidamente posible”

Dedicación para cumplir todos los deseos y expectativas de los seres

Entonces hoy: "Debido a los méritos de los tres tiempos acumulados por mí, los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres e innumerables budas, que pueda cumplir los deseos de todos los seres más que una joya que cumple los deseos. Que cumpla las expectativas de los seres más que un árbol que concede los deseos".

Dedicación de tonglen

“Cualquier sufrimiento que tengan los seres, que yo lo experimente. Cualquier felicidad que tenga, que madure en todos los seres”.

Sellar los méritos con la vacuidad

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

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.

Para que las enseñanzas de Lama Tsongkhapa se extiendan en los corazones de todos los seres

CHHÖ KYI GYÄL PO TSONG KHA PÄI
Por apaciguar todos los signos de obstáculos
CHHÖ TSHÜL NAM PAR PHEL WA LA
y perfeccionar todas y cada una de las condiciones requeridas,
GEG KYI TSHÄN MA ZHI WA DANG
que la tradición de dharma del rey del dharma Tsongkhapa
THÜN KYEN MA LÜ TSHANG WAR SHOG
se preserve y desarrolle.

DAG DANG ZHÄN GYI DÜ SUM DANG
Por los dos tipos de mérito acumulados
DREL WÄI TSHOG NYI LA TEN NÄ
durante los tres tiempos por los demás y por mí mismo
GYÄL WA LO ZANG DRAG PA YI
que resplandezca la enseñanza de sabiduría pura
TÄN PA YÜN RING BAR GYUR CHIG
del célebre Victorioso.

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!

Rimpoché lee las frases escritas en un par de juguetes de peluche

Vale. Ya he leído eso antes, ¿no? ¿Las leí la última vez?

Estudiante: hay tres frases nuevas.



Rimpoché: ¿cuáles? ¿Éstas dos?

Estudiante: sí.

Rimpoché: ¿ésta no la he leído?

Estudiantes: no. Es nueva. Para nosotros es nueva.

"¡Vaya! Tengo demasiada felicidad. ¿Debería compartir sólo un poco", no toda, sólo un poco, "para la gente que se muere por la felicidad?" *Ha-ha-ha.*

Está bien. Entonces éste. "Todos aman desde el corazón pero yo trato de amar desde el cerebro o

desde la punta de mi nariz. ¡Ja! ¡Ja! ¡Ja! ¡He! ¡He! ¡He!"



¿Bien? Bien.

Ven. Tsenla: ése es su hermano.

Ven. Janne: Hermana.

Rimpoché: ¿*Huh?*

Ven. Janne: ésa es su hermana.

Rimpoché: *yeah*, hermana. La major hermana.

¿Leo ésta?

Estudiante: sí.

Rimpoché: ¿leo ésta?

Estudiantes: sí.

Rimpoché: ¿ésta?

Estudiantes: sí.

Rimpoché: ¿ésta?

Estudiantes: sí.

Rimpoché: *aleh*. Lo olvidé. Bien. Todo bien. *Ha-ha*.