

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

*por Lama Zopa Rimpoché*

*Vídeo 67: Las 7 Ramas es la práctica básica  
para lograr la iluminación*

*Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal*

*septiembre 2020*

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,  
en el Monasterio de Kopan, 4 septiembre 2020.

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

*Pendiente revisión definitiva.*

© FPMT Inc., 2020

## *Video 67: Las 7 Ramas es la práctica básica para lograr la iluminación*

*Los bodisatvas tienen una actitud totalmente diferente hacia los seres.*

**Para los bodisatvas, la liberación del samsara, el estado gozoso de paz para uno mismo, es como papel de higiénico usado**

El propósito de mi vida no basta con lograr la felicidad última, la liberación del samsara para siempre lograr ese estado gozoso de paz para uno mismo. Como os he mencionado en otras ocasiones, quizás un par de veces, para los arahats es lo principal pero para los bodisatvas ese propósito, ese objetivo, es como papel higiénico usado y sucio con excrementos, algo de lo que completamente deshacerse, así es como lo consideran los bodisatvas. Lograr la propia liberación del samsara, la felicidad última, para la felicidad personal, eso es algo que lo descartan totalmente. En las enseñanzas, se dice que los bodisatvas consideran ese propósito como las piedras a las que uno escupe, es por eso por lo que Rimpoché utiliza esta expresión de papel higiénico usado, ya que es algo que inmediatamente lo quieres desechar, no lo quieres mantener cerca.

**Para los bodisatvas, sufrir en los infiernos aunque sea por un solo ser, les hace tan felices como los cisnes cuando entran en un estanque.**

Los bodisatvas no piensan en su felicidad personal. Incluso sufrir en los infiernos aunque sea por un solo ser, ellos están tan felices como los cisnes cuando entran en un estanque. Los bodisatvas están felices de nacer en un infierno aunque sea para beneficiar a un solo ser, ¡guau!, así es como lo sienten, tan contentos, para ellos eso les proporciona más felicidad, mucha, mucha más felicidad. Y por supuesto, el tener que sufrir en los reinos inferiores para innumerables seres por supuesto no, no tiene reparo, no hay dudas, aunque tengan incluso que experimentar el sufrimiento para beneficio de un solo ser.

**Cuando el Gurú Buda Shakyamuni era un capitán bodisatva, mató a alguien que planeaba matar a quinientos comerciantes, por lo que fue liberado del samsara**

Como por ejemplo, el caso del bodisatva que era capitán<sup>1</sup>. Era una de las vidas pasadas de Gurú Buda Shakyamuni y que iba en ese barco en el que había muchos mercaderes y uno de ellos llevaba un

---

<sup>1</sup> *Liberación en la palma de la mano*, dice: "Mientras nuestro Maestro, el Buda, estaba todavía en el camino del aprendiz, en uno de sus renacimientos fue un valiente capitán de barco llamado Mahasatva. Se hizo a la mar con quinientos comerciantes en una expedición para encontrar joyas. También había un villano llamado Kalashakti a bordo, y en el camino de regreso planeó matar a los quinientos comerciantes. El capitán, por su gran compasión, mató al de corazón negro, no sólo para salvar inmediatamente las vidas de los comerciantes, sino también para salvar a Kalashakti de los reinos inferiores al final. Se dice que este acto ha acumulado [el mérito] de más de cuarenta mil grandes eones."

puñal<sup>2</sup> y pensaba matar a los otros comerciantes para apropiarse de sus pertenencias. Entonces él pensó, para salvar a esa persona de renacer en los infiernos, pensó aunque yo tenga que renacer en los infiernos por matar a este señor y así salvarle de ese renacimiento infernal, decidió matarlo y fue movido por su gran, gran compasión. Su motivación de matar a ese hombre fue la gran compasión y estaba dispuesto a nacer en los reinos infernales para poder salvar a esta persona de esos crímenes que lo hubieran llevado a ese renacimiento. Pero entonces tras matarle ¿Qué pasó? Como su motivación era la compasión eso hizo que se acortara su tiempo de estar en samsara, cien mil eones menos en samsara y poder liberarse antes, y eso por supuesto significa que pudo lograr antes la iluminación.

### **Para los bodisatvas, las siete acciones de cuerpo y palabra pueden volverse virtud y causa de iluminación**

Para los grandes bodisatvas, debido a su bodichita tan intensa, incluso las acciones del cuerpo como matar, robar, la conducta sexual incorrecta y las acciones de la palabra como mentir, la charlatanería, la murmuración y las palabras duras pueden volverse virtud. Uno puede a lo mejor decir las cosas muy suavemente pero haciendo daño, a veces es así, lo dices de forma agradable pero son palabras muy ofensivas. Sin embargo, estas siete acciones las del cuerpo y palabra pueden volverse virtud, causa de iluminación cuando las realizas con bodichita, y así es para estos héroes increíbles los bodisatvas, aunque estas acciones normalmente las consideramos negativas cuando son llevadas a cabo por una bodichita muy, muy intensa se vuelven virtud.

### **Los bodisatvas tienen una actitud totalmente diferente**

Los bodisatvas ¡*guau!* es increíble su actitud completamente dedicada a los demás, son como héroes. Disfrutan tanto incluso de un nacimiento infernal si pueden beneficiar a un solo ser, increíble, y por supuesto no hay duda para el beneficio de innumerables seres. Y eso, es lo que necesitan los bodisatvas, es su necesidad, es lo que quieren. Es compleeeeetamente una actitud muy diferente a la de los otros seres la del bodisatva. Increíble.

### **La principal práctica en nuestra vida debe ser la bodichita**

Por tanto, la principal práctica en nuestra vida, la principal práctica debe ser la de la bodichita no simplemente pensar bueno estoy haciendo dzogchen, estoy practicando el tantra, los aires, las gotas, los chakras, haciendo el yoga. Mucha gente piensa así pero no, ha de ser la bodichita, para ti ha de ser lo mejor. La bodichita hacia cada uno de los seres, cada hormiga, cada mosquito, cada ser infernal, considerar a cada uno de ellos como lo mejor, a cada espíritu hambriento lo mejor, a cada animal como lo mejor, a cada ser humano, a cada sura, a cada asura considerarlo como lo mejor, la bodichita ha de ser tu práctica principal, tu práctica esencial, vivir con bodichita. Eso es lo mejor, increíble.

---

<sup>2</sup> མི་ནག་མཛུང་བྱང་ཅན་ Skt. Kalashakti.

Continuaré hablando en el futuro sobre la bodichita sobre esto, pero por hoy lo dejamos aquí.

### **La motivación para escuchar las enseñanzas**

Entonces, piensa en tu motivación para escuchar las enseñanzas. Considerar a los innumerables seres de los que he recibido toda la felicidad del pasado, presente y futuro incluyendo la iluminación. Necesito eliminar cada una de mis faltas y obtener todas y cada una de las cualidades de los bodisatvas, todo eso lo he logrado las cualidades me vienen gracias a la bondad de los demás. Entonces, tengo que liberar a los seres de los océanos del sufrimiento samsárico llevarlos a la iluminación completa, a la felicidad completa de la iluminación y hacer esto por mí mismo, y para ello, debo de lograr la omnisciencia por eso voy a escuchar estas enseñanzas.

## *La práctica de las 7 ramas*

### *1. La rama de las postraciones*

#### **Las postraciones son el antídoto para el orgullo**

Aunque ya lo mencioné la última vez o lo mencioné hace tiempo. Las postraciones, es el remedio específico para el orgullo pero no solamente algo para los seres santos, tú puedes postrarte para destruir tu orgullo. Por ejemplo, alguien que muestra mucha arrogancia o cuando tú sientes mucho orgullo pues tú puedes mostrar esa actitud humilde. Te puedes postrar o mostrar ese respeto hacia la persona, ya sea a la que se siente muy superior a ti, practicar la humildad, postrarte es muy bueno. No tiene porqué ser solo hacia un ser santo para destruir tu orgullo. Haciéndolo de esa forma realmente está muy bien, el que muestres ese respeto, esa humildad ante aquellos que se te muestran como arrogantes contigo.

#### **Las postraciones purifican los karmas negativos y oscurecimientos y traen como resultado el sagrado cuerpo, palabra y mente**

El resultado es que purificas el karma negativo y los oscurecimientos acumulados con cuerpo, palabra y mente, y logras el sagrado cuerpo, palabra y mente de un buda.

### *2. La rama de ofrecimientos*

#### **Hacer ofrecimientos es el antídoto a la codicia**

Y luego el hacer ofrecimientos, es el antídoto a la codicia. El resultado de hacer ofrecimientos, es eliminar la codicia y progresivamente te lleva a la iluminación.

## **Por hacer ofrecimientos a un buda, no renacerás en los reinos inferiores por ochenta millones de eones y crearás las causas de la iluminación**

Como ya he dicho en otras ocasiones. Cualquier ofrecimiento que hagas, por ejemplo ofrecimientos de los cuencos de agua, incluso aunque sean visualizados, y visualizas por ejemplo que ofreces frutas, nueces, dulces, cualquier ofrecimiento, incluso un granito de arroz.

Ven. Tsenla: Grano.

Rimpoché: Grano de arroz. Si ofreces un grano de arroz. Tienes que saberlo, tienes que comprenderlo, debes despertar de tu pereza, despertar de ese concepto de permanencia, que hace que tengamos, tantos y tantos engaños como el pensamiento egocéntrico, la ignorancia, el apego, tenemos como cielos inmensos de estos engaños. Tenemos que despertar de ellos por eso si incluso que ofrezcas un grano de arroz a un buda, no hablo del gurú, a un buda un grano de arroz, incluso una estatua, estupa, escritura, sí también. Por ofrecer a las estatuas, estupas, escrituras, durante ochenta millones de eones no renaces en los reinos inferiores, esto es algo práctico. No, no es algo a dejarlo ahí ese conocimiento en un libro, no sino, como cuando por ejemplo tienes un armario lleno de medicinas o llevas una bolsa llena de medicinas... Un botiquín pero nunca lo usas y nunca te recuperas de la enfermedad, o cuando las cosas en los museos, dejas almacenadas ahí las cosas.

No, tienes que ponerlo en práctica. Cualquier cosa que ofrezcas a un buda, incluso aunque sea un grano de arroz, se vuelve causa de iluminación, causa de lograr la budeidad, de poder lograr ese estado de la completa cesación de los oscurecimientos de todas las faltas, todos los sufrimientos y completar todas las realizaciones.

*Chhö kün tseg yön tän kün te*, como por ejemplo lo que os he dicho otras veces respecto al Brahmin Paldenma que ofreció polvo de incienso a los pies de Buda. Buda predijo que ella, esta Brahmin, no renacería en los reinos inferiores durante ochenta millones de eones u ochocientos mil, no sé, durante todo ese periodo tan grande Buda predijo que no renacería en reinos inferiores pero no solo eso, sino que a partir de ahí uno está creando las causas para la iluminación.

## **No seas perezoso, despierta tu mente**

Por tanto cualquier ofrecimiento que tú hagas, cualquier ofrecimiento ya sea una semilla, un grano de arroz o cualquier otra cosa que ofrezcas a una estatua, estupa o escritura de Buda obtienes toodos esos beneficios. Tú obtienes todos esos beneficios por lo tanto, ¡házlo! No seas perezoso y cada día despiértate ¿comprendes?, despierta tu mente.

## **Debido al concepto de permanencia y pereza, no practicas**

No sé si en otras ocasiones os he hablado o no sobre los beneficios de hacer ofrecimientos pero voy a mencionar algo ahora. Es tan importante recordarlo una y otra vez para que nuestra mente lo retenga, porque a veces lo oímos pero no lo guardamos en la mente y no practicamos. Eso es debido

a ese concepto de permanencia y esa pereza que está siempre ocupándonos, esas tres mentes venenosas, la mente egocéntrica, la ignorancia y debido a eso no practicamos y nuestra vida humana es muy corta. Si tenemos ese concepto de permanencia la malgastamos en karma negativo, en distracciones, y solo cuando llega el momento de la muerte, entonces recordamos o comprendemos y pensamos, ¡guau! debería haber aprendido el dharma, debería de haber hecho esto o aquello, debería pero ya no hay tiempo. Eso es lo que sucede cuando llega el momento de la muerte, cuando te despiertas ya es tarde y te das cuenta que has desperdiciado toda tu vida y que se ha acabado ya. Por eso durante la vida, especialmente si tienes salud, desperdiciar tu vida en distracciones a pesar de haber encontrado el dharma es muy triste, muy penoso.

### **Hacer ofrecimientos purifica el karma negativo para renacer en reinos inferiores y lograr un renacimiento superior**

Por eso voy a decirlo, a repetirlo otra vez. Por ofrecer incluso una estatua de un buda, eso purifica el karma negativo para renacer en los reinos inferiores y causa que tengas un renacimiento superior como deva o humano. Ése es el primer beneficio.

### **Hacer ofrecimientos te causa experimentar nuevamente toda la felicidad que has experimentado desde renacimientos sin principio hasta ahora**

Y lo segundo. Que es también importante que te acuerdes en tu vida diaria como se dice en el *Sutra del montón de flores*, *Metog Tsejpa'i Do*<sup>3</sup> en tibetano, y es algo que es bueno que recordéis:

**Cuánta felicidad has experimentado desde renacimientos sin principio hasta ahora, eso es lo que experimentarás en el futuro.**

Por hacer ofrecimientos, es decir: “Toda la felicidad que has experimentado desde tiempo sin principio hasta ahora, ese tanto de felicidad lo volverás a experimentar en el futuro”. Como resultado de cualquier ofrecimiento que hagas a las estatuas, estupas, etc., *guau, guau, guau*, increíble, increíble, increíble. No hay negocio mejor en el mundo, no hay mejor inversión por eso es tan importante aprender el dharma y practicarlo.

### **Hacer ofrecimientos crea las causas para la liberación del samsara**

Entonces por ofrecer ese grano de arroz incluso a una estatua de un buda te da otro de los beneficios, te libera de los océanos de sufrimiento samsárico, te libera del samsara. Hace que logres, creas las causas para la liberación del samsara. Lograr ese estado gozoso de paz para ti.

---

<sup>3</sup> མེ་ཏྲོག་བརྗེས་པའི་མདོ་

### **Hacer ofrecimientos crea las causas para el gran nirvana**

Y no solo eso, también te libera del nirvana inferior y creas las causas para el gran nirvana, la completa cesación de oscurecimientos y la completación de todas las realizaciones, el estado de buda *sang gyä*, porque cuando uno se queda atrapado en el nirvana personal, nirvana inferior, se queda ahí durante eones, eones, eones.

Tienes que recordar todo esto y practicarlo, no mantener esos conocimientos ahí como almacenados como en un libro que lo tienes ahí aparte. Y está ahí todo tu dharma pero nunca lo practicas, y así pues claro que eres pobre en realizaciones. Eres como un mendigo, pobre en realizaciones.

Puedes imaginar solo por ofrecer un grano de arroz a una estatua los beneficios que obtienes. *Guau*. Son increíbles. Y lo mismo cuando hacemos ofrecimientos de luz o cualquier ofrecimiento. *Lama khyen, lama khyen*. Los beneficios de aprender el dharma, los beneficios de tu precioso renacimiento humano, lo valioso que es, los beneficios de lo valiosa de tu preciosa vida humana, así no la malgastas, sino que la aprecias y la valoras. Todo te lleva a ese punto, a tener esa comprensión.

Ok, ahora ya no voy a gritar más. Probablemente mi voz se me agote pronto si sigo gritando y tendré un cuerpo pero sin voz. Como un coche sin, ¿cómo se dice? No lo sé. Bueno si sigo gritando no tendré voz.

Todo esto lo tenemos que recordar en nuestra vida diaria para practicarlo.

### **El resultado de hacer ofrecimientos es que recibirás inconcebibles ofrecimientos cuando te conviertas en un buda y todo se aparezca como puro**

Otro de los beneficios de los resultados es que cuando logres la budeidad, recibirás ofrecimientos inconcebibles, innumerables.

Por supuesto, no sé si lo debo de decir o no, pero bueno todo se te aparece como muy puro, la sabiduría trascendental, en esencia sabiduría trascendental de gozo y vacuidad.

### **Tienes la oportunidad de hacer ofrecimientos donde quiera que estés**

¿Por qué me traigo este tema? Para que en tu vida diaria donde quiera que estés no pierdas la oportunidad de hacer ofrecimientos. Si estás en el exterior y ves hermosas flores puedes pensar que lo ofreces a tu guru raíz y así acumulas tantísimos méritos y una gran purificación. Tienes que saber eso, no solamente al buda sino también al gurú. Donde quiera que tú vayas siempre tienes oportunidad, no solamente es algo que lo tengas que hacer en la gompa de meditación, no. Que sea simplemente algo reservado para hacer en la gompa, no, tienes que utilizar tu cabeza. Es una oportunidad increíble poder hacer ofrecimientos donde quiera que estés.



**Rogocijarte del conocimiento de los demás hace que obtengas ese conocimiento en el futuro y hace que tu mente esté feliz**

Aquí en Kopan no voy a ver a los monjes cuando están debatiendo uno a uno en sus clases. Debería ir más a menudo. Hay un *gegu*, el disciplinario, que está ahí siempre presente viéndoles, contemplándoles. Yo solo de vez en cuando voy a verles debatir, aunque vaya poco cuando voy me regocijo de su comprensión del budadharmá. Los monjes jóvenes cuando debaten, incluso aunque el tema no sea del todo correcto pero como conocen los nombres, por ejemplo, conocen las palabras “permanente”, la palabra “impermanente”. Todos esos términos filosóficos incluso cuando debaten, aunque cometen errores conocen las palabras, y entonces te regocijas aunque sea del mero hecho de que conozcan las palabras. Es decir, además de tener una buena comprensión, esos monjes jóvenes que están empezando, te regocijas aunque sea solo de que conozcan las palabras.

Me regocijo aunque no conozca de qué tema están debatiendo, pero me regocijo. Eso hace que uno llegue a conocer el tema. El regocijarse. Cuando te regocijas tu mente está muy feliz psicológicamente, tu vida se vuelve feliz, haces que tu mente esté feliz con los demás, y eso es una práctica de dharma muy importante.

**Al regocijarte de la virtud de otros, acumulas méritos increíbles**

Lo mismo, por ejemplo, cuando estás en Bodhgaya o cuando estás en la estupa de Boudha o Swayambunath o en alguno de estos lugares santos donde hay taaaaaaaantas personas circunvalando, practicando virtud. Te regocijas de que todos estén haciendo postraciones, circunvalando, todos están recitando, *guau, guau* y así todos y cada uno de ellos te está dando esa gran oportunidad de acumular tantos, tantos, tantos méritos, méritos increíbles, *guau, guau, guau*, y así tu mente se vuelve muy feliz. Cuando practicas el regocijo de la virtud que los seres crean, acumulas muchos más mérito dependiendo de su nivel de mente.

*Al regocijarte en la virtud de alguien cuyo nivel de mente es inferior al tuyo, acumulas el doble de méritos que ellos.*

Si te regocijas en la virtud de alguien cuya mente es más baja que la tuya, acumulas el doble de sus méritos. *Bah, bah, bah.*

*Al regocijarte en la virtud de alguien cuyo nivel de mente es el mismo que el tuyo, acumulas la misma cantidad de méritos que ellos acumulan*

Si te regocijas en la virtud de alguien que tiene el mismo nivel de mente, el mismo nivel de mente, obtienes el mismo nivel de karma.

*Al regocijarte en la virtud de alguien cuyo nivel de mente es superior al tuyo, acumulas la mitad de los méritos que ellos acumulan*

Y respecto a los que tienen un nivel de mente superior al tuyo acumulas la mitad de esos méritos. Por ejemplo, los bodisatvas, si tú no tienes bodichita y te regocijas de los méritos que ese bodisatva acumula en un día, tú por recocijarte acumulas la mitad de esos méritos en un segundo.

### **Al regocijarse de los méritos que un bodisatva crea en un día, acumulas 13,000 años de mérito en un segundo**

Kyabje Phabongkha Rimpoché dijo que te regocijes en los méritos que crea un bodisatva en un día. Cuando tú te regocijas, si tú no tienes bodichita acumulas todos esos méritos. Pero si no te regocijaras el poder acumular toda esa cantidad de méritos te llevaría 13,000 ¿años o eones? ¿Te acuerdas qué era?

Ven. Drachom: 13.000 años.

Rimpoché: ¿años o eones?

Ven. Drachom: años.

Rimpoché: no meses, 13.000 años. Todo lo que te costaría acumular durante 13.000 años, todos esos méritos que por el regocijo hacia un bodisatva los acumularías en un instante. Incluso en un segundo acumularías todos esos méritos que de otra forma que te costaría acumular durante 13.000 años.

### ***3. La rama de la confesión***

*Chhag tsäl wa dang chhö jin*, primero hacer ofrecimientos. Entonces *chhö jin shag pa dang*. Y luego la otra rama es la de la confesión. Que es el antídoto a las tres mentes venenosas y al karma negativo, a los tres engaños. Y como resultado de la confesión uno logra la cesación de los engaños, uno logra el dharmakaya.

### ***4. La rama del regocijo***

La cuarta rama es la del regocijo, *je su yi rang*.<sup>4</sup> Que aunque Rimpoché ya ha explicado algo, quiere especificar que el resultado de practicar el regocijo es lograr el cuerpo perfecto, sagrado de un buda y uno nunca se sacia de ver el sagrado cuerpo de un buda. Es decir, no importa cuántas veces lo contemples quieres seguir contemplándolo.

### ***5. La rama de pedir al gurú que gire la rueda del dharma***

La siguiente rama es la de pedir que gire la rueda del dharma. Entonces visualiza que ofreces una rueda del dharma dorada de mil rayos radiando luz. Quizás ya mencioné que tanto Indra como

---

<sup>4</sup> རྗེ་སྐུ་ཡི་རང་

Brahma solicitaron a Buda que girara la rueda del dharma, entonces el visualizar esta rueda del dharma está relacionado con ese acontecimiento. Entonces, no solamente eso, tú ofreces esa rueda del dharma y eso también te capacita para tú mismo practicarlo.

### **Solicitar al gurú que gire la rueda del dharma purifica el karma negativo de abandonar el dharma sagrado**

Eso es el antídoto al karma negativo de evitar el dharma sagrado, algo que sucede de forma muy, muy fácil en muchas ocasiones. El antídoto para el karma negativo de evitar el sagrado dharma es ofrecer, pedir que gire la rueda del dharma, por ejemplo abandonar el dharma es un karma muy, muy, muy negativo peor que destruir todas las estatuas, estupas, escrituras en el mundo o destruir todos los templos, es mucho peor que todo eso.

Y cómo sucede lo de abandonar el dharma, por ejemplo cuando es escuchas sobre el *Abhidharmakosha* o ciertas enseñanzas que son difíciles de comprender o quizá temas como la vacuidad, temas difíciles de comprensión. Entonces lo dejas de lado y dices bueno de qué me va servir todo esto y lo abandonas, no quiero saber de esto. Eso sería abandonar el sagrado dharma.

O por ejemplo, cualquier enseñanza que de hecho viene del Buda y dices, bueno esto no me beneficia a mí y las dejas de lado, es decir retiras tu devoción de esas enseñanzas. Eso sería abandonar el dharma o por ejemplo si tú eres practicante Theravada dejas de lado las enseñanzas Mahayana, diciendo: “Éstas no son enseñanzas de Buda”, eso sería abandonar el dharma.

O viceversa, si tú eres mahayana y te consideras paracticante mahayana puedes considerar que estas enseñanzas de liberación individual las enseñanzas Hinayana, las enseñanzas del Patrimoksha, piensas que no son adecuadas y las abandonas, retiras tu devoción de ellas. Esto sería abandonar el sagrado dharma. O también, por ejemplo, eres un practicante mahayana, sigues las enseñanzas de los bodisatvas pero las enseñanzas del tantra las abandonas pensando que no son enseñanzas que vengan de Buda y las rechazas. Pensando que esas no son enseñanzas que vengan del Buda que son de los lamas tibetanos o cosas así y dejan de ser tu objeto de devoción, todo eso también es abandonar el sagrado dharma.

O viceversa, considerarte un gran practicante Vajrayana y pensar que estas enseñanzas de bodisatva Mahayana como que no son importantes y las consideras inferior, no tienes devoción hacia ellas, todo eso son ejemplos de abandonar el sagrado dharma. Creo que en *Liberación de la palma de la mano* se menciona, también si por ejemplo tú eres practicante, seguidor de la tradición kayupa, entonces criticas a las otras. O si eres practicante de la tradición guelugpa entonces menosprecias a las tradiciones Kagyu, Nyingma, etc. Todos esos son ejemplos de abandonar dharma.

Como veis es muy fácil, eso puede suceder en tu vida muchas veces, nunca sabemos por eso no sabemos el karma. Esta rama de pedir que gire la rueda del dharma sería el antídoto que purifica ese karma negativo.

### **Pedirle al gurú que gire la rueda del dharma, crea las causas para enseñar el dharma**

Y además creas el karma para poder enseñar el dharma a los seres, llegar a ser un maestro vajra. Incluso antes de llegar a ser buda poder enseñar el dharma a los seres crea las causas para eso.

### **El resultado de pedir al gurú la que gire la rueda del dharma es que obtienes las sesenta cualidades de la perfecta palabra de un buda.**

El poder dar enseñanzas y también otro resultado, es lograr la perfecta palabra de buda, *sung yän lag drug chu*,<sup>5</sup> con las 60 cualidades de su sagrada palabra. Creas las causas para lograr el habla perfecta, *sung tshang päi yang*,<sup>6</sup> de un buda y que lo necesitamos para poder beneficiar a los seres para trabajar de forma perfecta para beneficiarles.

### ***6. La rama de pedir al gurú una larga vida***

#### **Pedirle al gurú que tenga una larga vida es el antídoto de haber perturbado la sagrada mente del gurú**

Y bueno la siguiente rama es, *kül wa söl wa yi*, la de pedir al gurú que permanezca, que tenga una vida muy, muy larga y el gurú que es el aspecto de nirmanakaya de buda que se muestra en su aspecto ordinario.

Pedir que permanezca, es el antídoto para las faltas de haber perturbado la sagrada mente del gurú, que es el peor de los karmas, el perturbar la sagrada mente del gurú o generar enfado, herejía.

#### **El resultado de pedir al gurú tener una larga vida es llegar a tener una vida inmortal**

Entonces el resultado del pedir que el gurú permanezca, es llegar a tener una vida inmortal, el llegar a tener el sagrado cuerpo vajra inmortal, *chhi me dor je ku*. Por eso el hacer ofrecimiento de una puja de larga vida a los maestros elimina los peligros que puedas tener para la vida o para una muerte prematura, purifica todo eso y causa vida larga también que tú puedas tener una vida larga temporalmente y a nivel último, creas las causas para tener el sagrado cuerpo vajra de un buda, una vida inmortal, sin muerte.

---

<sup>5</sup> གསུང་ཡན་ལག་རྒྱལ་བཅུ་

<sup>6</sup> གསུང་ཚངས་པའི་དབྱངས་ El habla melodiosa de Brahma.

## *7. La Rama de la dedicación*

### **La dedicación es el antídoto al enfado y herejía**

Y la siguiente rama, la última, es la rama de la dedicación. Es el antídoto al enfado y herejía. Por ejemplo, algunas personas dicen bueno he hecho este retiro, aquél, he leído esto, estas enseñanzas del sutra, etc. Pero sus mentes están igual o incluso peor que antes de encontrar el dharma con más orgullo, un ego mayor, más egoístas, a pesar de que conozcan más dharma, en vez de que los engaños disminuyan, que es lo que tendría que pasar, empeoras, y la persona se vuelve más difícil, con más sufrimientos y problemas, incluso aunque hayan tomado la ordenación. Estudian tanto dharma pero no utilizan ese dharma que han aprendido, no les beneficia todo ese dharma aprendido, no beneficia su mente. No lo utilizan para subyugar su mente, solamente lo han aprendido como cuando vas a la universidad, conocen el dharma pero no les beneficia.

### **El enfado destruye los méritos, como cuando se queman las semillas de arroz**

Los méritos incluso aunque hagamos muchas, muchas cosas, muchos méritos pero no es fácil que lleguen a ser un dharma puro. Si te enfadas inmediatamente todos esos méritos se eliminan, o sea, por un lado es difícil que tus acciones se vuelvan dharma puro y luego te surge el enfado y todos esos méritos se destruyen. Por eso es muy importante, porque no has practicado la paciencia, es tan importante practicar la paciencia para proteger tus méritos. Pero como no te has habituado entonces te enfadas con facilidad, alguien te mira de forma poco respetuosa o con cierto aire de superioridad y entonces enseguida surge el enfado, habiendo estado habituada tu mente a enfadarse desde tiempo sin principio. Tan fácil vuelve a surgir el enfado y todos esos méritos que has podido acumular los quemas, los quemas como cuando se queman las semillas de arroz.

Por eso incluso aunque dediques los méritos para el logro de la iluminación para beneficiar a los seres, pero si no lo sellas con la vacuidad todos esos méritos entonces no tienen tanta fuerza. No se destruyen totalmente pero son más débiles.

### **Planifica desde la mañana proteger tus méritos practicando la paciencia**

Es por eso por lo que los seres no saben cómo practicar el dharma, no saben sobre la importancia de practicar la paciencia, lo peligroso que es sino practicas la paciencia. Y en primer lugar es difícil que tus acciones se vuelvan dharma, que sean un dharma puro, acumular méritos es ya difícil. Y luego encima es tan fácil destruirlos cuando te enfadas sino has dedicado esos méritos para el logro de la iluminación.

Y por eso hay tantas cosas, conoces muchas cosas, has hecho muchas cosas pero no hay realizaciones y puede que estés incluso peor que antes, con más enfado, apego y demás, antes de conocer el dharma. Tienes que darte cuenta de todo esto, si no te propones cada día, si no planificas o te esfuerzas cada día en practicar la paciencia aunque te esfuerces en acumular méritos los destruyes.

Por eso es tan importante, tan increíblemente importante practicar la paciencia para proteger tus méritos. Que desde primera hora de la mañana te comprometas a no enfadarte, por las mañanas cuando generas la bodichita que también planifiques eso desde primera hora de la mañana el no enfadarte.

Porque puedes pensar practicaré pero luego te enfadas tantas veces. Es tan importante la práctica de la paciencia. Necesitamos practicar paciencia y no solo por tu propio interés, por tu propia felicidad sino para no dañar a otros para que otros también obtengan felicidad, sean felices y así no responder con enfado cuando alguien te daña.

### **Hay cuatro practicas básicas en el budismo**

La práctica budista: (1) Cuando alguien te menosprecia, no respondes con una actitud similar. (2) Cuando alguien te menosprecia o se enfada contigo, no respondes con enfado. (3) Y cuando alguien te golpea, tampoco le devuelves ese daño (4) Y la cuarta cosa...

Son cuatro cosas: (1) cuando se enfadan contigo, (2) cuando te regañan o menosprecian, (3) cuando te provocan y (4) cuando te golpean, estas cuatro prácticas básicas tú no respondes con esa misma moneda. Son prácticas básicas, no responder cuando se enfadan, te provocan, te menosprecian o te regañan o te golpean.

Hay una historia que Kyabje Khunu Lama Rimpoché mencionó. Cuando la gente estaba circunvalando en Monasterio Tashi Lhunpo había una persona que estaba meditando y alguien le pregunta: “¿Qué haces?”, dice: “Estoy meditando en la paciencia”, entonces el hombre le dice: “A bueno entonces come caca, come mierda”, y esa persona que estaba meditando en la paciencia inmediatamente responde: “Tómate tú la mierda”. Se supone que estaba practicando la paciencia pero cuando le dicen: “Come mierda” enseguida respondió: “Cómetela tú” y con enfado. Se supone que tenía que meditar en la paciencia pero tan pronto escucha eso, esa provocación entonces se lo devuelve con la misma moneda, se le olvidó que estaba practicando la paciencia. Comprendéis. Es decir, responde inmediatamente con enfado. Comprendéis.

### **El resultado de la dedicación es que logras todas las cualidades de un buda**

Entonces, esta rama de la dedicación es el remedio al enfado y a la herejía, el resultado es *sang gyä kyī yön tän*,<sup>7</sup> es lograr las cualidades generales de buda. Lograrlas como resultado de la práctica de la dedicación.

---

<sup>7</sup> སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་

## **La práctica de las siete ramas, es la práctica básica para lograr la iluminación y las realizaciones**

Y aunque ya lo haya mencionado en otras ocasiones. Esta práctica de las siete ramas, estas prácticas básicas si las quieres practicar, estas son prácticas elementales, las siete ramas, son siete partes muy, muy importantes que te acercan a la iluminación, a tener realizaciones y lograr la iluminación.

### *Los beneficios de hacer ofrecimientos*

#### **Ofrecimiento del agua**

Y aunque lo he mencionado en otras ocasiones, ahora voy a volver a mencionarlo para que lo recordéis. Va a mencionar sobre los beneficios de los diferentes ofrecimientos de agua, incienso, perfume, etc. Entonces cuando uno hace ofrecimientos de agua, está el agua para beber, el agua para lavarse, a veces pueden ser tres tipos de ofrecimientos de agua. Normalmente está el agua para beber, y luego el agua para lavarse los pies siguiendo el estilo en la India. *Chhö yön zhab sil*, agua para beber y agua para lavarse los pies.

El agua, que es húmeda, con estos ofrecimientos tu mente se humedece con la bondad y la compasión, nuestro pensamiento egocéntrico que es tan sólido, tan grande con tantos engaños se suaviza. Los ofrecimientos de agua nos ayudan a eso y nos ayudan así a generar la bodichita. Esa mente tan densa, tan sólida se humedece con la bodichita. Por eso es tan importante si generas la bodichita logras tooodas las cualidades, tooooda la felicidad, puedes lograrla y así ser capaz de proporcionar esa felicidad a los seres, son infinitos los beneficios y cualidades. *Bah, bah, bah, bah, bah, bah, guau.*

#### **Ofrecimiento de flores**

Luego por ofrecer flores, *chhö yön zhab sil me tog*, esto crea las causas de temporalmente llegar a tener un cuerpo hermoso, agradable, en tus próximas vidas. No solamente en una sino en las vidas futuras, en una y otra vida futura durante quizás durante quinientas, o mil o millones de vidas en el futuro. Ofrecer flores, crea las causas para lograr el sagrado cuerpo de un buda perfecto con toda su belleza con sus cualidades perfectas con todas las marcas mayores y menores.

#### **Ofrecimiento de incienso**

Por ofrecer incienso entonces uno podrá practicar una moralidad pura en las vidas futuras. Por eso es tan importante ofrecer incienso a los gurús, a Buda, Dharma, Shanga. Ofrecerlo cada día tantas veces como puedas. También en tus vidas futuras el no tener mal olor, el no emitir mal olor, solamente emitir un buen olor, un buen aroma. Ése sería un resultado temporal.

## **Ofrecimientos de luz**

Y ahora los ofrecimientos de luz que son muy, muy importantes. Para desarrollar la sabiduría del dharma y poder así reducir la ignorancia, eliminar la oscuridad de la ignorancia e incrementar así la luz del dharma, incrementar así la sabiduría, es tan importante. Y así también lograr la clarividencia, muy importante. Necesitamos clarividencia en negocios. Por ejemplo, si no tienes una buena clarividencia de lo que va suceder en el futuro en tus negocios no sabrás si vas a sacar provecho, va ser rentable, etc. Por que las cosas pueden cambiar rápidamente. Incluso aunque pienses que es un buen negocio y que vas hacer mucho dinero pero de repente algo cambia y pierdes todo ese dinero. Tantas cosas pueden suceder, a pesar de que pueda tener una buena vista para los negocios.

O también, para gobernar un país también necesitas clarividencia. No puedes cometer muchos errores para poder guiar a la gente. O los médicos, también necesitan esa clarividencia porque pueden equivocarse con las medicinas adecuadas para las diferentes enfermedades, por eso es realmente necesaria la clarividencia. Más que lo que se enseña en los libros porque lo que se enseña en los libros es muy limitado. Por ejemplo, como abogado también necesitas clarividencia, prácticamente en cualquier actividad, en cualquier trabajo se necesita, aunque no tengamos una mente omnisciente, para poder comprender el pasado, el futuro. Entonces, hacer los ofrecimientos de luz. Por ejemplo, hacer cientos de luces de ofrecimientos o mil luces. Es muy común hacerlo cuando alguien muere, ofrecer muchas luces. En tu vida diaria hacer ofrecimientos de luz es muy, muy importante para desarrollar la sabiduría.

## **Ofreciendo claras, brillantes luces eléctricas es mejor porque disipan más la oscuridad**

Como un ejemplo, tenemos mil budas aquí por fuera de la gompa en el tejado, en el piso de arriba, y entonces ahí ponemos luces eléctricas, no velas, en el pasado en Tíbet como no había electricidad todo era con las lámparas de mantequilla pero lo mejor es que la luz sea muy, muy clara, entonces la luz eléctrica da una luz muy clara que elimina la oscuridad. Por eso, en las casas tibetanas por la noche siempre hay alguna luz pero es una luz muy débil que viene de la vela que no elimina la oscuridad, la habitación se mantiene prácticamente oscura y una pequeñita luz que no elimina mucha oscuridad, ésas no son las luces apropiadas. Por supuesto, si no tienes una luz más brillante, pues vale, pero puedes ofrecer eso, pero lo mejor, es preferible eso que nada, pero lo mejor es luces brillantes que eliminen la oscuridad.

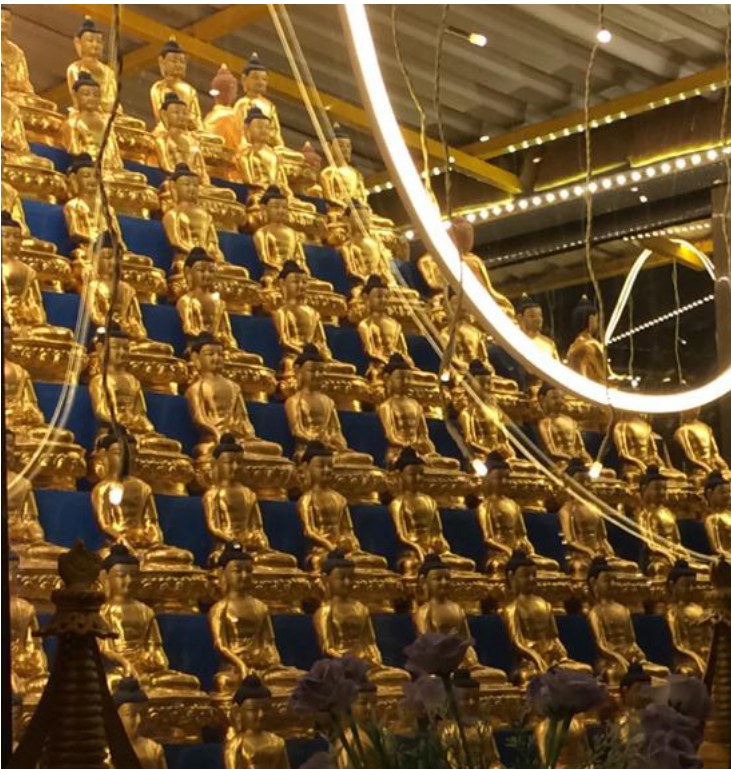
## **Cómo hacer ofrecimientos de luz**

### *1. Generar la motivación de la bodichita*

Para ofrecer ofrecimientos de luz lo primero es generar la motivación de la bodichita. Como decía antes muchos ofrecimientos de luz a los mil budas. Los budas de Nepal están muy bien hechos con sus proporciones adecuadas o las tsatsas, que son las réplicas estas imágenes de buda que están muy



bien hechas, pintadas con oro y muy, muy, muy hermosas<sup>8</sup>. Poner luces a su alrededor, ofrecimientos de luz para practicar la generosidad, lo primero que tienes que hacer es generar la mente de la bodichita pensando: “El propósito de mi vida es liberar a los innumerables seres de los océanos de sufrimiento samsárico y llevarlos a la iluminación, y por ello necesito lograr la iluminación y para ello voy hacer estos ofrecimientos de luz”.



*2. Haciendo ofrecimientos de luces para los innumerables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, seres humanos, suras, asuras y los seres del estado intermedio.*

Entonces, pensando que haces estos ofrecimientos de luz para beneficiar a todos y cada uno de los seres infernales practicando también para el beneficio o practicado esa generosidad para los innumerables espíritus hambrientos.

También para los innumerables animales. Es decir todos, vacas, perros, gatos, no solamente aquellos que te gustan sino incluyendo a todos, incluso los más minúsculos, los más grandes, en los océanos, en la tierra o en los arbustos que

<sup>8</sup> "Abrir los ojos" es una expresión que significa que los ojos de una estatua han sido pintados, es decir, no sólo dejados en blanco en su forma original.

hay tantos insectos pequeños.

Todos esos pequeños insectos que viven en los árboles, en los arbustos, también en innumerables universos, no solamente en éste sino en los innumerables universos. Por ejemplo las moscas, las hormigas, todos estos que están a tu alrededor lo dedicamos para todos y cada uno de ellos. Sin excluir a ninguno, ni a una pequeña hormiga o mosquito, practicamos la generosidad de estos ofrecimientos sin excluir a ninguno también para cada humano independientemente de la raza, o del color, también para cada uno de los asuras, suras y seres del estado intermedio sin dejar a ninguno afuera.

### *3. Hacemos ofrecimientos al Gurú, Buda, Dharma, Sangha en nombre de todos los seres.*

Hacemos ofrecimientos en beneficio de todos ellos, lo hacemos en su nombre, también hacemos ofrecimientos de luces, los dedicamos para todos ellos, ofrecimientos a los Gurú, Buda, Dharma y Sangha, en nombre de todos los seres. Somos como un representante de ellos, de cada uno de ellos hacemos ofrecimientos en su nombre.

Practicamos la generosidad de hacer estos ofrecimientos en nombre de todos estos seres. Los ofrecemos a los mil budas, a los miles de budas pensando que todos ellos son el gurú, se manifiestan así y son el Gurú, es decir Buda, Dharma y Sangha, tantos objetos sagrados como puedas pensar así como estatuas, estupas, escrituras, les hacemos ofrecimientos sabiendo que son el gurú.

### *4. Piensa que tu gurú genera cielos de felicidad*

Y así generamos tanta alegría, tanta felicidad. La esencia de los ofrecimientos y a la vez los innumerables Buda, Dharma y Sangha de las diez direcciones, estatuas, estupas, escrituras pensando que son mi gurú. Haces los ofrecimientos y de nuevo generas una felicidad ilimitada, gozo que es su esencia, así ya sea un ofrecimiento de luz o cualquiera o mil, tantos ofrecimientos como hagas. He compuesto una práctica de ofrecimientos de luz que puedes recitar y en esa práctica está la dedicación puedes utilizarla esa práctica.

### **Hacer ofrecimientos a cada objeto sagrado de cada universo**

Y esto es sin dedicación. Ahora estoy hablando de la motivación de cómo hacer ofrecimientos de luz. Haces esos ofrecimientos pensando en cada uno de los objetos sagrados de Tíbet, China, de todas partes, aunque no los hayas visto pero piensas donde estás haciendo tus ofrecimientos, donde quiera que tú estés piensas que estás haciendo ofrecimientos en todos y cada uno de los universos, a todos los objetos sagrados que haya Buda, Dharma y Sangha, estatuas, estupas, escrituras y demás, no solamente a la estatua concreta o imágenes que estén en tu altar. Despierta, sé sabio, inteligente. Ofrecimientos infinitos como el espacio infinito y eso te ayuda a lograr rápidamente la iluminación. El ofrecimiento no solamente para esa estatua, por supuesto claro que sí que se convierte en causa de iluminación.

Esto es todo en cuanto estos ofrecimientos de luz.

### **Ofrecimiento de perfume**

Ahora el ofrecimiento de agua perfumada. Lo mismo piensas que estás haciendo ofrecimientos de agua perfumada para la sagrada mente, el resultado es la felicidad ilimitada, gran gozo que experimentarás y podrás lograr el dharmakaya.

### **Ofrecimientos de comida**

Y luego, ofrecimientos de torma, son para una vida larga y tener éxito, riqueza, se vuelve causas para esta felicidad temporal de vida larga y riqueza. Y luego lograr la iluminación y poder recibir ofrecimientos inconcebibles. Se vuelve causa de eso. Poder tener una vida inmortal y cuando logres la iluminación y recibir increíbles ofrecimientos.

### **Ofrecimiento de música**

Y luego el ofrecimiento de música. Los resultados, por ejemplo temporales como estos cantantes o actores famosos que hay taaanta gente que les siguen atraídos por su voz, hay muchos millones de personas atraídos por la voz, ése sería uno de los resultados temporales por ofrecer música. El que tu voz sea muy atractiva para tantos y te sigan, y el resultado a nivel último es lograr la palabra perfecta de un buda. Gracias a la cual, podrás conducir hacia la iluminación a innumerables seres por lograr esa perfecta palabra de un buda.

Por ejemplo, cuando tocamos en las pujas los platillos o tocamos los tambores o los gongs, tienes que pensar que estás haciendo ofrecimientos al Buda. Por supuesto lo superior es ofrecer al gurú que es el Buda, Dharma y Sangha. Cada vez que tocas, haces ofrecimientos, se vuelve causa de iluminación y así con cualquier música que estés haciendo pensando que estás haciendo ofrecimientos al gurú que es todos los Budas, Dharma y Sangha. Y así cada vez estás creando causas de iluminación, la completa cesación de toodos los obscurecimientos y la completación de toooodas las realizaciones. Esto es increíble, increíble, increíble.

Bien. Muchas gracias.

## *Dedicaciones*

### **Dedicación y generación de bodichita**

Vamos a dedicar 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 pueda la bodichita ser generada en la mente de todos y cada uno de los seres y la que haya sido generada que pueda incrementar.

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.**

### **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.**

### **Dedicaciones por los enfermos y los que han fallecido**

Dedicamos por las personas enfermas especialmente en relación al virus. Debido a los méritos pasado, presente y futuro acumulados por mí y los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que toodas las personas enfermas, especialmente las afectadas por el virus, que nunca renazcan en los reinos inferiores y que inmediatamente se recuperen de su enfermedad. Que todos sus deseos se satisfagan inmediatamente de acuerdo al sagrado dharma, que puedan generar la bodichita y lograr la iluminación tan rápidamente como sea posible.

También por todas estas personas que no tienen trabajo, no tienen comida ni dinero. Y que tantos, y tantos están sufriendo, tantos muriendo. Aquí en Nepal, tantos sufriendo y tantos que están suicidándose. Que nunca renazcan en los reinos inferiores, que nunca jamás renazcan ahí y que todas estas personas puedan verse libres de todos los problemas, sus deseos se satisfagan inmediatamente de acuerdo al sagrado dharma, y que puedan generar la preciosa mente de la bodichita.

Y también por aquellos que han muerto, especialmente los que han muerto en relación al virus, y que nunca jamás renazcan en los reinos inferiores, que puedan nacer en una tierra pura donde puedan lograr la iluminación o al menos recibir un perfecto renacimiento humano, encontrar enseñanzas Mahayana, encontrar a un maestro Mahayana perfectamente cualificado que revele el camino inequívoco a la iluminación, llevando a cabo aquello que complace más a la sagrada mente del maestro y puedan lograr rápidamente la iluminación.

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.**

TSHE RAB KÜN TU GYÄL WA TSONG KHA PÄ

**Por la fuerza del Victorioso, Tsongkhapa**

THEG CHHOG SHE NYEN NGÖ SU DZÄ PÄI THÜ

**actuando como nuestro amigo mahayana virtuoso en todas nuestras vidas**

GYÄL WÄ NGAG PÄI LAM ZANG DE NYI LÄ

**pueda nunca separarme ni por un segundo**

KÄ CHIG TSAM YANG DOG PAR MA GYUR CHIG

**del camino puro altamente admirado por los Victoriosos.**

MÄ JUNG NAM THAR TSANG MÄI THRIM DANG DÄN

**Pueda yo y todos los seres encontrar las enseñanzas del Victorioso, Lobsang Dragpa**

LAB CHHEN GYÄL SÄ CHÖ PÄI NYING TOB CHÄN

**que vivió una vida eminente dotada de una moralidad pura.**

DE TONG CHHOG GI RIM NYI NÄL JOR CHÖ

**Un corazón valiente realizando las acciones extensas de los bodisatvas.**

LO ZANG GYÄL WÄI TÄN DANG JÄL WAR SHOG

**Y el yoga de los estadios, la suprema sabiduría transcendental de gozo y vacuidad no dual.**

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

Hoy, de las enseñanzas de Nagarjuna.

*Que pueda siempre ser usado por los seres*

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**

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 pueda yo ser un objeto de disfrute

completamente, que los seres puedan disfrutar de mí siempre, siempre, no solo de vez en cuando, no. Es decir, tener este pensamiento no solamente cuando estamos felices y contentos, no, sino que en cualquier momento yo pueda ser un objeto de disfrute de los seres como lo son la tierra, el agua, el fuego, el viento, las medicinas, la leña de los bosques, pues así que los seres puedan disfrutar de mí. Medita ahora en ello. Y disfruten como les complazca.

*Considerar a los seres como lo más precioso*

SEM CHÄN NAM LA SOG ZHIN PHANG

**Que pueda querer a los seres más que a mi propia vida.**

DAG LA DE DAG CHHE PHANG SHOG

**Que los seres me consideren como lo más querido.**

DAG LA DE DAG DIG MIN CHING

**Que todas sus negatividades maduren en mí.**

DAG GE MA LÜ DER MIN SHOG

**Y todas mis virtudes maduren en ellos.**

*Sem chän nam la sog zhin phang.* “Que pueda considerar a los seres como lo más precioso, más precioso que mi propia vida”. Así como tú aprecias tanto tu vida, para ti es lo más importante entre los innumerables seres, con esa misma actitud que tú puedas querer a cada uno de los seres que están en los infiernos, a cada uno de los espíritus hambrientos, a cada uno de los animales, a cada uno de los humanos, a cada uno de los suras y a cada uno de los asuras, y a cada uno de los seres que están en el estado intermedio. Podemos añadir esto.

**El yo debe desecharse y apreciar a los demás**

Ahora la siguiente dedicación. Los gueshes kadampa nos dicen:

[བདག་ནི་ལས་ངན་སྦྱོར་བ་སྟེ།  
རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་བསྐྱུར་བའི་ཚོས་གཅིག་ཡིན།  
གཞན་ནི་བྱང་རྒྱུ་འབྱུང་ཁུངས་ཏེ།  
བསྐྱུང་ཏེ་ལེན་བའི་ཚོས་གཅིག་ཡིན།

DAG NI LÄ NGÄN TSA WA TE  
GYANG KYI KYUR WÄI CHHÖ CHIG YIN  
ZHÄN NI JANG CHHUB JUNG KHUNG TE  
CHANG TE LEN PÄI CHHÖ CHIG YIN

**Eso llamado “yo”, la raíz del karma negativo,  
es un fenómeno que hay que desechar inmediatamente lejos.  
Eso llamado “otros”, el creador de la iluminación,**

**es un fenómeno a apreciar inmediatamente.<sup>9]</sup>**

Lo que llamamos el yo, ese fenómeno inmediatamente es algo a echar muy lejos, a desechar muy lejos, inmediatamente es algo a dejar muy lejos y lo que llamamos los demás, los innumerables seres es algo inmediatamente sin retrasarse ni un segundo estimarlos muchísimo. ¿Por qué? Porque el yo, todos los sufrimientos desde renacimientos sin principio hasta ahora vienen del yo. Todos los sufrimientos presentes y los que vendrán del futuro vienen de la actitud egocéntrica que solo piensa en sí mismo, mientras que tooooooda la felicidad desde renacimientos sin principio hasta ahora y la felicidad del futuro hasta la iluminación viene de los demás por tanto, estima a los demás. Entonces el yo es algo a desechar, a separarte muy lejos, echarlo muy lejos inmediatamente y los demás sin retrasarse ningún segundo es algo a estimar y así, te dedicas completamente, te ofreces completamente a los innumerables seres infernales, pretas, animales, innumerables humanos, innumerables suras, innumerables asuras y seres del estado intermedio.

**Dedicación de *La giralda preciosa de Nagarjuna* (continuación)**

*Dag la de dag chhe phang shog.* “Que los seres puedan tener una gran estima hacia mí”. Significa que yo pueda llegar a ser su amigo virtuoso y entonces ellos tengan esa gran estima hacia mí. A través de esto yo pueda dirigirlos hacia la iluminación y puedan así ellos lograr toooda la felicidad.

*Dag la de dag dig min ching.* “También que todo el sufrimiento, tooodo el karma negativo de los seres pueda madurar en mí”. Tú recibes todos los sufrimientos de los seres junto con su karma negativo.

*Dag ge ma lü der min shog.* “Y que toda mi virtud hasta la iluminación que pueda madurar en ellos”. Es decir, tanto mi virtud como el resultado de ella, que pueda madurar en todos y cada uno de los seres de los diferentes reinos de existencia. Medita en ello.

***Permanecer en el samsara para el beneficio de los seres***

JI SI SEM CHAN GA ZHIG KYANG

**Mientras que haya seres en cualquier lugar,**

GANG DU MA DRÖL DE SI DU

**que no hayan sido liberados (del samsara),**

DE CHHIR LA NA ME PA YI

**aunque yo haya logrado la iluminación,**

JANG CHHUB THOB KYANG NÄ GYUR CHIG

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

---

<sup>9</sup> Este verso se encuentra en *Leveling Out All Conceptions*, que se atribuye a Serlingpa, el gurú de Lama Atisha. Ver *Mind Training: The Great Collection*, traducido por Gueshe Thubten Jinpa.

“Mientras haya seres en el samsara, aunque yo haya logrado la iluminación, pueda yo permanecer en el samsara para liberarles”. El comentario resalta que incluso aunque sea para beneficio de un solo ser, pueda yo ser capaz de permanecer en el samsara beneficiarles.

**Dedicación para cualquier ser que te vea o que veas, etc. pueda liberarse del sufrimiento y experimentar felicidad.**

La siguiente dedicación. Debido a los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que cualquier ser a quien yo vea, oiga, recuerde, toque o hable, solo por eso, cualquier ser que me vea, me oiga, me toque, que solo por eso sus sufrimientos se apaciguen inmediatamente y que todos sus sufrimientos se apaciguen de forma inmediata. Y que puedan lograr toda la felicidad, la omnisciencia, la felicidad inmaculada de la omnisciencia y que todo eso suceda inmediatamente.

**Sellar los méritos con vacuidad**

Debido a los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que existen como mero nombre, pueda yo, que existo como mero nombre, lograr la budeidad que existe como mero nombre y poder conducir a todos los seres que existen como mero nombre, conducirles hacia la iluminación que existe como mero nombre por mí mismo solo que existo como mero nombre.

**Dedicar de la misma forma que todos los budas y bodisatvas del pasado dedicaron**

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

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



### **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 por la larga vida de Su Santidad y para que se cumplan sus santos deseos**

Recordando la bondad de su santidad el Dalai Lama solicitamos que tenga una vida, muy, muy larga, que sus sagrados deseos se satisfagan. Debido a los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, y todos los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas:

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:**

SÖL WA DEB SO THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG

**que todos tus sagrados deseos se cumplan espontáneamente.**

### **Dedicación por 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!**