

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

por Lama Zopa Rimpoché

*Vídeo 71: Qué hacer cuando
llegue tu hora*

Monasterio de Kopan, Kathmandu, Nepal

20 Septiembre 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el Monasterio de Kopan, *20 Septiembre 2020.*

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

Pendiente revisión definitiva.

© FPMT Inc., 2020

Qué hacer cuando llegue tu hora

Utilizar todas las cosas indeseables en el camino hacia la iluminación

Este tema que estamos hablando, debido al virus, es el lojong, la transformación del pensamiento que ya he venido hablando mucho sobre esto. Trata de cómo transformar las condiciones adversas, los problemas y demás, cualquier cosa que suceda indeseable, saber utilizarlo en el camino a la iluminación.

Como Lama Serlingpa dijo... Lama Serlingpa era el gurú de Lama Atisha, de quien recibió las enseñanzas completas de la bodichita durante doce años. Y así como pasas el agua de un recipiente a otro, Lama Atisha recibió así todas las enseñanzas de Lama Serlingpa, las enseñanzas sobre la bodichita. Cada vez que Lama Atisha pronunciaba el nombre de su gurú Lama Serlingpa se levantaba, o se le salían las lágrimas y ponía sus manos en el mudra de la postración recordando la bondad de Lama Serlingpa. Lama Atisha tuvo ciento cincuenta y siete o ciento cincuenta y seis gurús. Dos de sus gurús eran sus gurús raíz. Uno era Lama Serlingpa y el otro Lama Dharmarakshita, de donde procede *La rueda de las armas afiladas*.

*Nivelando las concepciones*¹ (v. 3) dice:

ཀྱེན་ངན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཏེ།
འདྲེ་གདོན་རྒྱལ་བའི་སྤྱལ་པ་ཡིན།
ན་ཚ་ཐེག་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱགས་མ་སྟེ།
སྤྱག་བསྐྱེད་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཡོ་ལངས་ཡིན།

KYEN NGÄN GE WÄI SHE NYEN TE
DRE DÖN GYÄL WÄI TRÜL PA YIN
NA TSHA DIG DRIB KYI CHHAG MA TE
DUG NGÄL CHHÖ NYI KYI YO LANG YIN

Las condiciones desfavorables son amigos virtuosos.

Las posesiones de espíritus son manifestaciones de los Victoriosos.

Las enfermedades son escobas para limpiar los karmas negativos y los oscurecimientos.

Los sufrimientos son muestras de la naturaleza última.

¹ རྒྱ་ལྷོ་རྟོག་པ་འབྱུང་འཛམས། Encontrado en *Entrenamiento mental: La Gran Colección* (ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ལྷོ་རྟོག་པ་), traducido por Gueshe Thubten Jinpa.

Todas las condiciones adversas son nuestro amigo espiritual. Los fantasmas y posesiones de espíritus son emanaciones de Buda. La enfermedad es como una escoba que limpia las negatividades y los oscurecimientos y los sufrimientos son las manifestaciones de la realidad última.

(Rimpoché no ha citado todo la cita). La va a ir comentando ahora en diferentes partes. La primera parte habla de las posesiones de espíritus, interferencias, nos persuaden a practicar el dharma. Las enfermedades son como una escoba que limpia las negatividades. Por ejemplo, si tienes una enfermedad, ya sea el cáncer, lo del virus, esa enfermedad sería similar a la escoba que usas para limpiar. Así, la enfermedad limpia todo el karma acumulado desde renacimientos sin principio.

La otra frase que dice, *Dug ngäl chhö nyi kyi yo lang yin*, el sufrimiento es como ese acto o esa manifestación de la naturaleza última. Es decir, es una manifestación de la vacuidad. Podríamos decir así. Es una representación de la vacuidad. Entonces meditando en como el sufrimiento surge dependientemente, existe como mero nombre, pensando así, meditando de esta forma nos ayuda a llegar a realizar la naturaleza última del sufrimiento, su vacuidad. Dice Rimpoché, que no recuerda exactamente las palabras, una por una, de esta cita.

La motivación para escuchar las enseñanzas

Vamos a generar la motivación pensando que no basta que uno mismo logre el estado gozoso de paz y la liberación del samsara. Que debo liberar a los innumerables seres del sufrimiento samsárico y no sólo eso sino además poder llevar a los innumerables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, suras, asuras y a los seres del estado intermedio, llevar a todos y cada uno de ellos al estado de la completa cesación de todos los sufrimientos y la completación de todas las realizaciones, *sang gyä*, el estado de Buda. Es decir, la cesación completa de todos los oscurecimientos y la completación de todas las realizaciones, *sang gyä*. Conducir a los seres a esa felicidad inmaculada. Y para ello tengo que lograr la iluminación, con esa motivación voy a escuchar las enseñanzas.

Transmisión oral de “La necesidad más urgente del corazón” (continuación)

Continuamos con la transmisión oral de “La necesidad más urgente del corazón”, antes traducida como “La cuchara esencial”, y nos quedamos en este verso que dice:

འགྱུར་བཞི་ལྷག་པའི་འཇིགས་རྩལ་གྱི་དྲག་བཞི། །ཐོག་ཏུ་བབས་པའི་དངངས་སྒྲག་ཅིག་འོང་ངོ། །
རི་རལ་གད་པའི་ཐིབས་འོག་ཏུ་ཚུད་ཅིང་། །ས་ཆར་དྲག་པོས་ཞོན་སྤང་དེ་ཅི་དྲག་།

Los terrores de los cuatro temibles enemigos...

Pregunta Rimpoché: ¿cuándo se dice terror, significa miedo?

Estudiantes: sí.

Como un gran, gran miedo...

...descendiendo.

Rimpoché:

Los terrores de los cuatro temibles enemigos que descenden sobre ti van a venir.

Surgirán los cuatro enemigos temibles descendiendo sobre ti. La apariencia de estar atrapado bajo una montaña de roca y escombros, enterrado bajo una avalancha de tierra, ¿qué podré hacer?

Continúa traduciendo palabra por palabra, de repente descenderán. Vendrán de repente como cuando empieza a llover. No se trata como descender una lluvia, eso no muestra la expresión de que algo sucede repentinamente. Cuando dice este término, *thog tu bab päi*, quiere decir de repente sucederá. Y luego dice, *jung zhi log pa*, lo que va a quedar, lo que queda.

Los cuatro enemigos aterradores, *jung zhi log pa*, quiere decir aquí no están las palabras de los cuatro elementos. Parece como que lo han excluido en la traducción.

Ven. Tenzin: ¿quién tradujo esto?

Rimpoché: ¿*huh?*

Ven. Tenzin: ¿quién hizo esto?

Rimpoché: ¡yo lo hice! (*todo el mundo ríe*)

Ven. Tenzin: terrible.

Rimpoché: así que ahora estoy corrigiendo la traducción de mi vida pasada. (*todo el mundo ríe*)

“Descendiendo repentinamente”. Tienes que añadir “descendiendo repentinamente”. *Ngang trag*. (*Rimpoché le pregunta al Ven. Tsenla si en el Tíbet ngang trag es “terror”*)

Ven. Tsenla: *ngang trag*. “Los terrores” es *ngang trag*.

Rimpoché: “Los cuatro temibles enemigos...” (*Rimpoché habla en tibetano con Ven. Tsenla*) *Jung zhi log pa* no está ahí. “Los terrores de los cuatro temibles enemigos”. Así que no dice cuáles son los cuatro temibles enemigos. Quedó *jung zhi log pa*. Esos son los cuatro enemigos temibles, pero lo que son los cuatro enemigos temibles se deja fuera. En tibetano *jung zhi log pa* significa que son los cuatro enemigos temibles. Los describe—“el cambio de los cuatro elementos”, *jung zhi log pa*. *Jung zhi log pa*.

Rimpoché: “Los cuatro elementos vinieron para dañarte”, como los incendios en América, como los tsunamis en China, todo eso. Los vientos, los tornados, por lo que el viento se convierte en daño. Ciclones.

Ven. Fran: ¿qué tal “los cuatro elementos se giraron contra ti”?

Rimpoché: *yeah*, eso está muy claro. Eso es lo más claro.

Ven. Joan: “El terror de los cuatro enemigos espantosos, que son los cuatro elementos que se vuelven contra ti”.

(Ruido como el mono cae de la mesa)

Rimpoché: Bien. “De repente”. No olvidéis “descienden de repente”.

Ven. Tsenla: el muñeco mono se ha rendido.

Está bien. Ahora el siguiente.

རི་རལ་གད་པའི་ཐིབས་འག་དུ་ཚུད་ཅིང་། །ས་ཆར་བྲག་པོས་འབྱར་སྒར་དེ་ཅི་བྲག་།

Ri räl gä päi thib og tu tshü ching.

La apariencia de estar atrapado bajo de una montaña de roca y escombros

Pregunta, ¿qué quiere decir en inglés ese término que traducimos como escombros? Y se lo han especificado.

Rimpoché:

Y enterrado bajo una furiosa avalancha de tierra, ¿qué hacer?

Dice que tiene que ver si se está refiriendo a una lluvia intensa, como si fuera una lluvia intensa sobre la tierra. Tiene que mirar bien en tibetano para que sea correcta la traducción.

El siguiente verso:

རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་འཇིང་གྲོང་དུ་ཚུད་ཅིང་། །ར་འཕྱུར་བྲག་པོས་འབྱར་སྒར་དེ་ཅི་བྲག་།

La apariencia de estar abandonado, ir a la deriva en la superficie de un inmenso océano y ser arrastrado por un impetuoso oleaje, ¿qué hacer?

Apariencia dice que no viene en la primer línea en el texto en tibetano. Dice que es como cuando te hundes en un océano, cuando estás en medio de un océano y hay unas olas aterradoras en ese océano y tú estás ahí en medio, sin ninguna libertad. No es como cuando te pones botellas de oxígeno y buceas, no, sino que estás en medio de ese océano con esas olas terribles, muy violentas y no puedes hacer nada, estás como atrapado, atrapado en esas olas aterradoras. No es tanto como se ha

traducido, ir a la deriva, sino como que estás atrapado en medio de esas olas aterradoras, de ese vasto océano.

Y lo segundo, lo que dice en la segunda línea, dice: la apariencia de ser arrastrado por olas muy violentas, ¿qué hacer? Este término de la apariencia de ser atrapado tiene que venir en la segunda línea. Atrapado en las olas terribles del gran océano, de ese mar o gran océano.

Rimpoché pregunta que qué es mejor decir mar u océano. Le dicen que océano. En ese océano vasto. Entonces la apariencia de ser como arrastrado por esas olas violentas, ¿qué hacer? Así es como debería enunciarse, no poner apariencia al principio. Muchas palabras aquí en inglés no son necesarias. Ser atrapados en las olas aterradoras del vasto océano y la apariencia de ser arrastrado. La apariencia de ser arrastrado por esas olas violentas, entonces ¿qué hacer?

Siguiente verso:

མེད་དཔུང་ཆེན་པོའི་ཆོག་སྒྲ་དང་རྟོག་སྒྲས། རྟིང་དང་ན་བ་འགས་ཉམས་དེ་ཅི་དྲག །

**La experiencia de tu corazón y oídos revienten
por los sonidos chisporroteantes de la hoguera abrasadora, ¿qué hacer?**

Dice Rimpoché, que también está como picándole la nariz, las fosas nasales.

El siguiente verso que acaba de leer os lo traduzco tal como lo tenemos en la versión que se tradujo hace tiempo:

བསྐལ་བའི་རྒྱང་ནག་འཕྲུབ་མ་ཡིས་འཁྱམས་ཤིང་། འབྱུར་བའི་སྒྲ་ཚུལ་འཇིགས་རུང་དེ་ཅི་དྲག །

**La espantosa experiencia de verse envuelto y barrido
por los oscuros torbellinos de viento del final de un eón, ¿qué hacer?**

Envuelto por los torbellinos de viento. La palabra envuelto tiene que aparecer. Envueltos en esos torbellinos de la oscuridad del final de un gran eón. Esa experiencia aterradora de ser arrastrado, ¿qué hacer? Envuelto por esos oscuros torbellinos de viento al final de un eón, ¿qué hacer? La palabra envuelto tenía que aparecer la primera, dice. Como veis está contrastando la traducción que había con las anotaciones que está observando. Aquí como se ha traducido tanto en inglés como en castellano habla de experiencia, dice, la experiencia de que las orejas y el corazón revienten, o la experiencia aterradora.

Se podría decir *nang tshül*, es como la apariencia aterradora de ser arrastrado. Entonces, cuando eso suceda, ¿qué hacer?

Cuando dice *nang tshül* se refiere a eso a la apariencia aterradora, podríamos decir que es la forma aterradora de aparecer, la apariencia aterradora está bien. O sea, como se aparece. De ser arrastrado, ¿qué hacer?

La siguiente estrofa:

ལས་ཀྱི་རྒྱུ་དམར་བྲག་པོ་ཡིས་དེད་ཅིང་། །འཛིགས་རུང་ཐུན་པས་བསུ་དུས་དེར་ཅི་བྲག་།

Cuando te arrastren los vientos poderosos del karma

Drag po quiere decir poderoso. Aquí pone otra palabra como intenso. Como arrastrado por los poderosos vientos del karma, poderosos vientos rojos del karma.

Y te arrastre o te engulla una oscuridad terrorífica, ¿qué vas a hacer?, ¿qué hacer?

El siguiente verso:

གཤམ་རྒྱུ་ལྷོ་པོ་ཉས་ཞགས་ཐག་གིས་བཅིངས་ནས། །སྒྲི་ཆད་ལིང་ངར་འབྲིད་དུས་དེར་ཅི་བྲག་།

**Cuando te atan con un lazo los mensajeros de Yama
Y, en total desesperación, te llevan lejos, ¿qué hacer?**

ལས་མཁན་ཨ་བ་རྒྱུང་མགོ་དང་ཕྱིག་མགོས།

El siguiente verso: que aquí mencionan que hay como dos traducciones. Está correcta en la versión que tienen, parece ser que dice:

ཁི་འདྲོད་ལྷ་དགུ་གཉོང་དུས་དེར་ཅི་བྲག་།

Cuando seas torturado de todas las formas detestables.

Detestables quiere decir horribles. En la traducción castellana no pone lo de detestables. Dice, cuando te torturen de todas las formas posibles

Por agentes kármicos con cabeza de buey y escorpión, ¿qué hacer?

En el texto tal como lo lee Rimpoché, dice: todas las formas detestables, refiriéndose a eso de todas las formas detestables por los agentes kármicos con cabeza de escorpión y buey entonces, qué hacer? Aquí dos versos más y acabamos.

འཆི་བདག་གཤིན་མེད་ཀྱི་ལ་པོ་ཡི་བྱང་དེས། །དཀར་ནག་དགེ་ཕྱིན་བཅི་དུས་དེར་ཅི་བྱས།

**Cuando estés delante del rey Yama, el señor de la muerte,
Y cuando sopesen tus acciones blancas y negras, virtuosas y no virtuosas, ¿qué hacer?**

Está bien. Y el siguiente verso:

མི་ཆོ་ཆགས་སྤང་གཡོ་སྦྱུ་ལ་བསྐྱེལ་བའི། །རྩོན་སྤྲུགས་གཤིན་མེས་བརྟོལ་དུས་དེར་ཅི་བྱས།

**Cuando Yama exponga tu mentira de haber pasado
tu vida humana en el apego, el odio y el engaño, ¿qué hacer?**

Lo vamos a dejar aquí. Hasta aquí, muchas gracias.

Dedicaciones

Dedicación para generar la bodichita

Debido a todos 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 pueda ser generada en el corazón de todos y cada uno de los seres, así como de los miembros de nuestra familia vivos o muertos y aquellos que la hayan generado que pueda incrementarse.

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 realizar la vacuidad

Para comprender que la vacuidad y el surgir dependiente que son complementarios. Y que el surgir dependiente aparece en 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.

Dice que Rimpoché canta de una forma muy especial y así es muy poderoso. Está bromeando. Dice, es un canto secreto.

Dedicación para los enfermos y los muertos

Dedicación para la gente que tiene tanto sufrimiento, especialmente para los que están sufriendo debido al virus, los que están enfermos o tienen el karma para enfermarse, para que nunca, nunca renazcan en los reinos inferiores y que todos sus deseos puedan tener éxito inmediatamente de acuerdo al sagrado dharma y puedan generar la bodichita y puedan alcanzar la iluminación cuanto antes.

Aquellos que han fallecido, especialmente por el virus, que nunca renazcan en los reinos inferiores, que puedan renacer en una tierra pura donde puedan lograr la iluminación o al menos recibir un perfecto renacimiento humano, encontrar enseñanzas Mahayana y a maestros perfectamente cualificados que revelan el camino inequívoco a la iluminación y llevando a cabo aquello que complace más al amigo virtuoso puedan lograr cuanto antes 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.

Que tantos enfermos como haya que puedan rápidamente verse libres de toda enfermedad. Y que todas las enfermedades sin excepción de los seres transmigrantes nunca vuelvan a aparecer. Tres veces.

Dedicamos por aquellos que han muerto, especialmente por el virus.

(Rimpoché empieza la dedicación del verso *Chhö kyi gyäl po tsong kha päi* por error y luego para)

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.

También dedicamos por aquellos que confían en mí, por los que yo he prometido rezar, aquellos cuyos nombres me han dado, que puedan ser guiados por Lama Tsongkhapa en todas sus vidas sin separación. Puedan encontrar el sagrado dharma y nunca separarse de dharma puro.

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 para cumplir con todos los deseos y expectativas de los seres

Debido a todos los méritos del presente, pasado y futuro acumulados por mí, y los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que los deseos de todos los seres se satisfagan inmediatamente y que yo pueda ser capaz de satisfacer los deseos de todos los seres más que una joya que satisface todos los deseos y que pueda cumplir las expectativas de los seres más que un árbol que concede los deseos.

Dedicación por cualquier ser que te vea, etc..., o que veas, etc..., libre de sufrimiento y experimente cada felicidad

Debido a los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí y los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y budas, que por el mero hecho de que los seres me vean, me oigan, acordarme de ellos, que me toquen, que me hablen, o hablarles, que todos los seres ya sea que yo les vea, me toquen, me acuerde de ellos, o les hable o viceversa, que por solo eso que todos sus sufrimientos se apacigüen y puedan lograr toda la felicidad, el estado de omnisciencia.

Dedicación sellando los méritos con el vacío

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

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

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

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

Dedicación para la larga vida de su santidad el Dalai Lama y que se cumplan todos sus santos deseos

JIG TEN KHAM DIR PHÄN DE MA LÜ PA
Joya que concedes y colmas los deseos,
GANG LÄ JUNG WÄI SAM PHEL YI ZHIN NOR
fuelle de todo beneficio y felicidad en este mundo,
KA DRIN TSHUNG ME TÄN DZIN GYA TSHO LA
a ti, de bondad incomparable, Tenzin Gyatso, te suplico:
KU TSHE TÄN CHING THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG
que todos tus sagrados deseos se cumplan espontáneamente.

Dedicación para la larga vida de Lama Zopa Rimpoché

THUB TSHÜL CHHANG ZHING JAM GÖN GYÄL WÄI TÄN

**Tú, que sostienes el camino moral del Subyugador, que sirves como el generoso que lo
soporta todo,**

DZIN KYONG PEL WÄ KÜN ZÖ DOG POR DZÄ

que mantienes, preservas y esparces la victoriosa doctrina de Manjunath;

CHHOG SUM KUR WÄI LEG MÖN THU DRUB PA

y que realizas con maestría oraciones magníficas que honran a las Tres Joyas,

DAG SOG DÜL JÄI GÖN DU ZHAB TÄN SHOG

salvador mío y de los demás, tus discípulos: te lo ruego, ¡ten una vida larga!