

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

por Lama Zopa Rimpoché

*Vídeo 76: Tener incluso un poco de
fe en la vacuidad, es tan afortunado*

Monasterio de Kopan, Katmandú, Nepal

16 de octubre de 2020

Transcrito en directo por Ven.Joan Nicell y Ven.Tenzin Tsomo,
en el Monasterio de Kopan, 16 de octubre de 2020,
posteriormente cotejado con la grabación de audio por Ven. Joan Nicell.

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

Pendiente revisión definitiva.

© FPMT Inc., 2020

Vídeo 76: Tener incluso un poco de fe en la vacuidad, es tan afortunado

Video: [Tener incluso un poco de fe en la vacuidad, es tan afortunado](#)

Así como no nos preparamos para la felicidad de mañana, tampoco nos preparamos para la felicidad de las vidas futuras

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

La motivación. El propósito de nuestra vida, incluso lograr la liberación del samsara para siempre, aunque la gente en el mundo ni siquiera pueden contemplar eso, solo piensan en la felicidad temporal, es lo único que se les ocurre, es como pensar en la felicidad presente, de hoy y no pensar en el mañana. Eso es ridículo. Nunca se preparan para la felicidad del mañana, de la próxima semana, mes o años. Solo piensan la felicidad de ahora, de este momento. Lo que sucede es que uno sufre, no se prepara, no crea las causas y entonces lo que vive es el sufrimiento. *Wow*. Y por eso sufres tanto. ¿Cómo es eso? Porque nunca piensas en la felicidad de las próximas vidas, ni de tooooooodas las vidas futuras, nunca hablas de ello, nunca lo piensas.

¿Qué puedes hacer cuando tu karma madura?

¿Qué puedes hacer cuando madure tu karma, cuando tengas que experimentar el sufrimiento del sufrimiento, el sufrimiento del cambio, en particular el de los reinos inferiores? *Wow, wow, wow*. ¿Qué harás? No importa cuánto te desagrade, tendrás que experimentarlo. Cuando llegue el momento y el karma madure, cuando el resultado del karma que tú has creado madure, tendrás que experimentarlo. Por eso tenemos que ser tan cuidadosos. Por eso es tan importante practicar el dharma y la meditación. Practicar el dharma sagrado, no el dharma mundano.

Y así, tendremos que sufrir las innumerables vidas futuras, *bah, bah, bah*, todo el sufrimiento del samsara, en particular en los reinos inferiores. ¿Puedes imaginarlo? De hecho ya lo hemos experimentado, no es la primera vez, sino que desde renacimientos sin principio lo hemos experimentado, pero no tenemos clarividencia para acordarnos de lo que hemos ya sufrido. *Bah, bah, bah*. *Lama khyen, lama khyen, sssssssh, lama khyen, lama khyen*.

La práctica del dharma no es sentarse sobre un cojín de meditación o hacer oraciones durante todo el día

Por eso la práctica del dharma es taaaaaaaan importante, lo más importante, muy, muy importante. Mucho más que el dinero o que el trabajo. *Aaaaaah*. Y eso no quiere decir que digas: «Oh, soy un practicante de dharma tengo que ir a la gompa, a la puja, sentarme en el cojín de meditación», *oooooh*, todo eso, hacer esas cosas todo el día. *Ooooooh*.

Como esa historia que ya habéis escuchado los antiguos estudiantes, la historia de cuando Gyalwa Dromtonpa, el traductor de tibetano de Lama Atisha, estaba en Reting, donde le aconsejó que construyera un monasterio, el monasterio de Reting. La última vez que estuve de peregrinación en Tíbet fuimos allí. Pero los chinos nos dijeron que los tibetanos no podían acercarse al monasterio. Nos lo prohibieron.

Yo estaba en la tienda donde me alojaba cerca del monasterio, eran cerca de las diez o las once y una tibetana vino con su incienso y su delantal típico tibetano y dejó allí el incienso. No pude leer su mente, no sé quién era pero el caso es que me dejó allí su incienso.

Ya os lo he dicho también hace mucho tiempo que ahí está el objeto sagrado de devoción de Lama Atisha, Sangdū Mikyo Dorje o Sangdū Jampa Dorje. Ofrecí perlas. Debería haber ido ahora. Pensé en ofrecer oro en los días de Buda donde se recogen cien millones de méritos, en esos días especiales de Buda, cualquier virtud que hagas, creo que tal vez por un año.

Pues allí arriba está la estatua, abajo hay agua. Se dice que quien bebe de ese agua no renace en los reinos inferiores, así que todos bebimos. Al día siguiente o no sé si fue el mismo día, el monje que los chinos habían encargado como responsable del monasterio, ahora no recuerdo su nombre, era el encargado de cuidar el monasterio, el caso es que nos invitó a tomar té y *kapse*. Fuimos allí, a la montaña donde Lama Tsong Khapa escribió el *Lam.Rim Chenmo*. Y allí hicimos la práctica de Jorcho. El monje también estaba allí. Y no le pedí una piedra de ese lugar ya que es un lugar muy, muy sagrado, donde Lama Tsong Khapa escribió en *Lam.Rim Chenmo*, pero no llegué a pedírsela.

Por encima de ese lugar está la habitación de Lama Umapa, el gurú de Lama Tsong Khapa. Pero no tuvimos ocasión de verla por dentro. Se reconstruyó, pero no pudimos entrar.

Entonces descendimos una cuesta muy pronunciada, era muy fácil resbalarse pero afortunadamente nadie se cayó. Era ya de noche.

La historia de Gyalwa Dromtonpa y el viejo que no sabía lo que significa la práctica del dharma

Y aquí va la historia de Gyalwa Dromtonpa. Gyalwa Dromtonpa estaba caminando por el bosque. Gyalwa Dromtonpa no tenía el aspecto de monje, era un laico. El caso es que estaba caminando por el bosque, entre los árboles. Árboles muy antiguos, increíbles. Las ramas de esos árboles son increíbles. Así es como nosotros lo vemos, pero quien tiene una mente más pura puede verlo de diferente

manera, no solo los grandes practicantes tántricos. Se cuenta que Gyalwa Dromtonpa había esparcido sus cabellos por la montaña y de ahí nacieron todos esos árboles. Es lo que se cuenta. Y lo cierto es que esos árboles tienen una expresión increíblemente interesante. Son muy, muy viejos, cientos de años, puede que miles, no lo sé.

El caso es que Gyalwa Dromtonpa estaba caminando y encontró a un anciano sentado y le pregunto: «¿Qué estás haciendo?» El anciano le contestó: «Estoy meditando». Y Dromtonpa dijo: «Está muy bien que medites, pero ¿no sería mejor que practicaras el dharma?». Entonces el anciano empezó a circunvalar el templo. Y cuando lo vio Dromtonpa le preguntó: «¿Qué estás haciendo?» A lo que el anciano contestó: «Circunvalando el templo». Dromtonpa le volvió a decir: «Está muy bien que circunvales el templo, pero ¿no sería mejor que practicaras el dharma?». El anciano pensó que Dromtonpa quería que estudiase los textos y se puso a leer los textos. Cuando Dromtonpa lo vio le preguntó: «¿Qué estás haciendo?». El anciano contestó: «Leyendo los textos». «Está muy bien que leas los textos, pero ¿no sería mejor que practicases el dharma?». Y solo entonces el anciano preguntó: «¿Qué quieres decir con practicar el dharma?». Entonces Gyalwa Dromtonpa dijo: «Renuncia a esta vida». Sí, tienes que saber eso. Tienes que entender que la apariencia externa no es nada. Eso no es lo principal. Lo principal que tienes que entender es renunciar al apego, a las tres mentes venenosas, luego, por supuesto, aún más profundo, al pensamiento egoísta, la raíz del samsara, tu aferramiento al yo, *dagdzin marigpa*. Así que, Gyalwa Dromtonpa dijo: «Renuncia a esta vida». Es decir, renunciar a la causa de tooooooos los problemas, todas las emociones, ¡el apego a esta vida! Así que, ese es el primer dharma, el primer dharma. Tienes que saber eso. *Aaaah*. Tienes que saber eso.

Si no sabes cómo practicar el dharma, no abandonarás el apego a esta vida

Hay una cita que no recuerdo, creo que es de Padmasambhava que dice algo así como que todas esas prácticas externas que pueden parecer dharma, en realidad no son práctica de dharma. *Chhö päi zug kyi chhö min je si pä*, son cosas mundanas con apariencia de dharma, como dice Padmasambhava¹. Es decir, podemos tener la apariencia de ser un practicante de dharma, vestirnos como un practicante tántrico, por ejemplo, o llevar los cabellos largos como los que tienen algunos practicantes tántricos, llevando el *damaru* o haciendo esta práctica de Chod, pero no es seguro que eso sea práctica de dharma, no se puede decir por la apariencia externa. Es difícil decir que han renunciado al apego. *Chhö päi zug kyi chhö min je si pä*.

Hay un verso de *Las 37 prácticas de un bodisatva*, de Togme Sangpo², y también hay dos versos de Padmasambhava que van en esta línea, se me han olvidado las palabras concretas pero viene a decir que no puedes considerarte un practicante de dharma si no has renunciado a esta vida.

¹ Esta parte del video fue borrada debido a las interferencias causadas por un cable suelto en el micrófono.

² Las treinta y siete prácticas de un bodisatva (v.31):

རང་གི་འགྲུལ་པ་རང་གིས་མ་བརྟགས་ན། |

Tienes que saber qué es el dharma

Entonces, alcanzar la liberación del samsara para siempre no es realmente el significado de una vida humana. El significado real de una vida humana es no dañar a los seres sino solo beneficiarles, causarles la felicidad. Y así, para liberar a los innumerables seres del sufrimiento samsárico tenemos que saber lo que es el dharma. Tomando refugio en Buda, Dharma y Sangha tenemos tres cosas a abandonar y tres a practicar. Por tomar refugio en el Dharma, tienes que dejar de dañar a los seres. Eso tienes que recordarlo continuamente. Y no enfadarte cuando alguien te provoca, o responder gritando si alguien te critica, o devolver el golpe cuando alguien te golpea. *Aaaaah*. Uno ha de practicar estas cuatro prácticas virtuosas. *Ge jong gi chhö zhi, ge jong gi chhö zhi*. No responder a la provocación con provocación, al enfado con enfado, al insulto con insultos y a los golpes con golpes.³

Recuerda cada día dejar de dañar a los seres

Esto es importantísimo. Lo tenemos que recordar cada día y se nos olvida. Hacemos lo opuesto, dañar a los seres. La idea es protegernos pero hacemos lo opuesto, no nos cuidamos, no nos guiamos y seguimos nuestra mente alucinada del pensamiento egocéntrico y las tres mentes venenosas y si alguien te daña respondes con daño. Hacemos justamente lo opuesto. Por eso es por lo que hay tantos conflictos en el mundo. La Primer Guerra Mundial, la Segunda Guerra Mundial. *Wow, wow, wow*. Murió tanta gente, mataron a tantos, a millones de personas. Además de los conflictos entre los diferentes países, tanto sufrimiento, siempre peleando. Y luego las guerras religiosas. *Wow, wow, wow*. Peleando, matando a taaaaaaaantas personas. Y así ha sucedido. *Tsk, tsk, tsk*. Y esto es por seguir el pensamiento egocéntrico y las tres mentes venenosas, que son completamente erróneas. Entonces, para beneficiar, no dañar a los seres, sino para beneficiarlos. Igual que tú no quieres que te dañen a ti, hacer igual por todos los seres y llevarlos al beneficio último de la felicidad inmaculada, la

ཚོས་པའི་གཟུགས་ཀྱིས་ཚོས་མིན་བྱེད་མིད་པས།
དེ་ལྟར་རྒྱན་དུ་རང་གི་འབྲུལ་པ་ལ།
བརྟགས་ནས་སྤོང་བ་རྒྱལ་སྐས་ལག་ལེན་ཡིན།

Traducido del tibetano al inglés por Ven. Joan Nicell y del inglés al español por Ven. Tenzin Chöky:

Si no examinas tus propios errores,
es posible hacer lo que no es Dharma con la forma de un practicante de Dharma.
Por lo tanto, examinar continuamente tu mente y abandonar los propios errores

es la práctica de un bodisatva.

³ དགེ་སྤྱོད་གི་ཚོས་བཞི། Las cuatro prácticas de dharma virtuoso:

གཤེ་ཡང་སྐར་མི་གཤེ་བར་བྱ་

ཁྱོས་ཀྱང་སྐར་མི་ཁྱོ་བར་བྱ་

འཚང་བྱས་ཀྱང་སྐར་མཚང་འབྲུ་བར་བྱ་

བརྟེན་ཀྱང་སྐར་མི་བརྟེན་པར་བྱ་

Si alguien te provoca, no le devuelves la provocación.

Si alguien te muestra ira, no le devuelve la ira.

Si alguien te insulta, no le devuelves el insulto.

Si alguien te golpea, no le devuelves el golpe.

completa cesación de los oscurecimientos burdos y sutiles y a completar todas las realizaciones, *sang gyä*. Llevarlos a todos ellos por ti mismo, para ello necesitamos lograr la omnisciencia. Por eso vamos a escuchar estas enseñanzas.

Practicar lo.jong significa transformar tu mente de sufrimiento en una mente feliz todo el tiempo

Estas enseñanzas, debido a la situación de la pandemia, el tema es el Lo.jong, transformación del pensamiento. Es decir, transformar una mente que sufre en una mente positiva, en una mente feliz. Y no solo eso sino transformarla en el camino hacia la iluminación. Y no solo durante unos momentos o una hora, no, sino continuamente. Feliz todo el tiempo.

Acumulas grandes méritos por escuchar enseñanzas sobre vacuidad, enseñando a otros sobre vacuidad y meditando sobre vacuidad

Como mencioné el otro día, la otra noche, *yab sä jäl wäi do*, ⁴*del Sutra del encuentro del padre y el hijo*:

ཡབ་སྲས་འཇམ་བའི་མདོ། བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་པར་སྦྱོན་ལྡན་དང་པ་བས། དེ་ལོ་ན་ཉིད་ཐོད་པ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་དང་
བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་དེ་ཉན་པས་སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་བསྟན་པ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་དང། ཤ་རིའི་བྱ་གང་གིས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་པར་
དུ་དེ་ལོ་ན་ཉིད་གཞན་ལ་བསྟན་པ་བས། གང་གིས་སེ་གོལ་གཏོག་པའི་ཚད་ཅམ་དུ་ཞེས་ཏེ་ལོ་ན་ཉིད་བསྐྱེད་པ་བསོད་ནམས་
ཆེས་གངས་མེད་པ་འབྲེལ་ལོ།

El Sutra del encuentro del padre y el hijo dice: "Se acumulan mayores méritos escuchando las enseñanzas sobre la vacuidad que practicando las cinco paramitas durante diez eones. Se acumulan méritos mucho mayores revelando [la vacuidad] a un ser sensible que escuchando [las enseñanzas sobre la vacuidad] durante diez eones. Sharipu, alguien que medita sobre la vacuidad por la mera duración de un chasquido de dedos acumula muchos más méritos, innumerables, que alguien que revela la vacuidad a otros durante diez eones".

Practicar durante diez eones las cinco paramitas, por escuchar enseñanzas de vacuidad, el mérito es increíble. *Wow, wow, wow, wow, wow, wow*. No importa cuántos años escuches, incluso aunque sea un minuto, medio minuto. Imagínate lo que es practicar durante diez eones las cinco paramitas de generosidad, paciencia, esfuerzo, concentración, meditación, durante diez eones, pues los méritos que acumulas por escuchar sobre vacuidad durante medio minuto son muchísimos más. *Wow, wow, wow, wow, wow*.

Lo siguiente que dice es: «Sharipu», Buda dice: «Sharipu». De los dos arhtas uno era Sharipu que era el que destacaba por su sabiduría, «revelar enseñanzas de vacuidad durante diez eones, y meditar en

⁴ ཡབ་སྲས་འཇམ་བའི་མདོ། Sutra del encuentro de padre e hijo, que relata un encuentro entre el Buda Shakyamuni y su padre, Shuddhodana.

vacuidad lo que dure un chasquido de dedos. Acumulas muchíiiiisimos más méritos por meditar en vacuidad». Todo esto es lo que tenemos que comprender.

Acumulas muchos méritos por escribir y leer la *Prajnaparamita*

Se dice, Je Miphampa dice:

བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྣོད་དུ་ཡང་། །
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཚོན་པ་བས། །
ཚུལ་བཞིན་ཚོག་གི་བྲིས་བ་དང་། །
ལྷོག་པའི་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་སོང་། །

KÄL PA JE WA TONG DU YANG
SANG GYÄ THAM CHÄ CHHÖ PA WÄ
TSHÜL ZHIN TSHIG GI DRI WA DANG
LOG PÄI PHÄN YÖN CHHE WAR SONG

**Hay un mayor beneficio por escribir y leer
una palabra [de la Prajnaparamita]
que haciendo ofrendas a todos los budas
incluso por diez millones de veces mil eones.**

ཅི་སྣང་ཅེས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི། །
ཉེས་ཀུན་རྩ་བ་མ་རིག་པ། །
ཤིན་ཏུ་སེལ་བྱེད་???) །
ཆོས་འདི་གཅིག་སུ་ངེས་བྱེད་རྟོ། །

CHI LÄ CHE NA JIG TEN GYI
NYE KÜN TSA WA MA RIG PA
SHIN TU SEL JE...
CHHÖ DI CHIG BU NGA CHHIR RO

**Si se pregunta por qué, es porque
la única manera de eliminar completamente
la ignorancia, la raíz de todos los defectos
en el mundo, es definitivamente a través de este dharma].**

Sobre esto, Buda dijo a Ananda: «Aunque se te olviden todas las enseñanzas de Buda, no olvides las enseñanzas de *Prajnaparamita*». Buda le dijo esto a Ananda, que preservaba el sagrado dharma, las enseñanzas de Buda. Buda de forma precisa dio las enseñanzas y confió en Ananda para mantener estas enseñanzas de *Prajnaparamita*.

El Buda dijo: *Käl pa je wa tong du yang*. Si haces ofrecimientos a toooooodos los budas, durante no solo diez millones de eones, sino diez veces diez millones, bueno pues escribir una palabra de

Prajnaparamita o leerla, es un beneficio muchiiiiiiiiismo mayor, es un graaaaaaan beneficio. Tshig gyi dri wa dang / Log päi phän yön chhe, por escribir una palabra el beneficio es todavía mayor . *¿Por qué?* Porque la raíz de toooooodo el sufrimiento del mundo, de todos los vicios, es la ignorancia que se aferra al yo. No habiendo un yo real, sostienes la existencia de un yo real como verdadero. Esa ignorancia es la que tenemos que eliminar compleeeeeeeetamente. Y la única enseñanza para eliminarla es la de la *Prajnaparamita*. Solo así. Y esto es lo que Je Miphampa citó acerca de lo que dijo Buda.

Rimpoché y otras personas están escribiendo los *Sutras del Prajnaparamita* en oro

En la actualidad estamos escribiendo, para crear las causas para poder construir la estatua de Maitreya de cincuenta pisos, para crear las causas estamos escribiendo la *Prajnaparamita* y pondremos luego la escritura dentro como una reliquia. Yo mismo empecé a escribir el *Gyā Tongpa*⁵, *Ocho mil versos*, las enseñanzas de vacuidad, *Gyā Tongpa*. Yo lo escribí por mí mismo pero desde que tuve la parálisis no he podido escribir una palabra. Lo tengo allí, en Aptos, en Estados Unidos. Está escrito en un papel muy, muy fino. (*Rimpoché muestra una pila de hojas de unos 10 centímetros de alto*) El marido de Chunan Lai, que es científico, estuvo investigando durante un año cuál era el mejor papel. Y este papel parece que viene de los musulmanes, es donde los musulmanes escriben sus textos. Es como un papiro que puede durar hasta mil años. Se estuvo investigando mucho para conseguir un buen papel y logré escribir unas cuantas páginas, diez centímetros en total. Pero vino la parálisis y ya no pude. Pero bueno, se sigue con este proyecto.

Un día cuando yo estaba escribiendo vino Kyabje Kirti Tsenshab Rimpoché a la casa y cuando me vio escribiendo dijo: «Eres muy afortunado». Rimpoché dijo: «Sonam chenpo rey. Eres muy afortunado». Y escribí todos esos mantras que están en la casa de Aptos. Me salieron bien pero los tuve que dejar en la casa de Aptos. Y aquí en Kopan, Tsering ha terminado la *Prajnaparamita*. Hay cerca de doce volúmenes, ha terminado cuatro de los doce, *Nyi Tri*⁶, y luego *Gyā Tongpa*. Ahora va por el quinto. También hay otro monje que escribe muy bien y está ayudando a copiar este libro. Lo hacen con mucho cuidado.

También la monja africana, Nina, está aprendiendo tibetano. Ha estado aprendiendo durante tres años y no sé cómo es su escritura. Me dio un texto y tiene muy buena caligrafía. Lo hace exactamente como corresponde. Ella es artista y cambiaba un poco las cosas, y quedaba un poco raro. Pero recientemente volvió a copiarlo y le quedó bastante bien, creo que depende de cuánto es capaz de controlar su mente. Le dije esto. Ella lo iba a hacer por su cuenta pero los gastos, claro, se está escribiendo en oro, ella lo quiere escribir por mí. Ella está involucrada en esto para crear las causas para realizar *shiné*. Tiene bastantes obstáculos con la concentración. Escucha mucho los ruidos, el

⁵ བརྒྱད་ཚོང་པ། *Sutra de la perfección de la sabiduría de ocho mil versos.*

⁶ ཉེ་མེ་ *Sutra de la perfección de la sabiduría de veinte mil versos.*

ruido del río, toda clase de sonidos que no la dejan concentrarse. *Bah, bah, bah*. Por eso necesita acumular méritos y es por lo que está involucrada en este trabajo.

Porque esa es la forma de acumular muchísimos méritos. Por una sola palabra. ¿Puedes imaginar? *Woowooow*. Hacer ofrecimientos a innumerables budas durante diez mil, no diez millones de eones, y no solo eso sino mil veces más, a innumerables budas, tienes que saber lo que significa esto, pues por escribir una sola palabra de la *Prajnaparamita* acumulas muchos, muchos, muchos más méritos. *Aaaaah*. También por leer el *Sutra del cortador vajra*, por ejemplo, hay muchas personas que lo recitan cada día y eso wow, wow, wow los méritos que supone esto.

Los monjes en los monasterios memorizan la *Prajnaparamita* y otros textos y más tarde traen la luz del dharma al mundo

En los monasterios, hay monjes que han memorizado y pueden recitar las enseñanzas de *Prajnaparamita* de Lama Tsong Khapa, *Drang Nge Legshe Nyingpo*, *El significado interpretativo y definitivo y la esencia de la buena explicación*.

Por ejemplo, en Buxa, donde yo viví durante ocho años, donde estuvieron encerrados Gandhi, Nehru, donde estuvieron prisioneros taaaantos durante el imperio británico. Allí viví yo durante ocho años. Pues junto a mi puerta, no, no junto a mi puerta, junto a mi habitación, había una especie de pared de bambú para separar, los monjes cortaban el bambú de la selva y construían una separación. Pues en la habitación junto a la mía separada por esta pared de bambú, había un monje que había memorizado 235 páginas del *Drang Nge Legshe Nyingpo*, de Lama Tsong Khapa.

Entoces, por la mañana, uno se levantaba y empezaba la memorización de los textos, hacíamos oraciones. Luego íbamos a las enseñanzas, al debate, también hacíamos pujas, oraciones para retirar la causa de la enfermedad, todos los obstáculos, para tener éxito en la práctica del dharma y en el estudio. Y también oraciones por todos los que habían muerto, para poder beneficiarlos. También tenías que aprender a escribir y muchas otras cosas. Había quien estudiaba gramática y luego debate. Nos juntábamos en el patio donde se reunían los monjes de las diferentes escuelas. La mayoría eran monjes de Sera, Ganden y Drepung, de esos seis monasterios, hacíamos debate uno por uno, oraciones. También exámenes a cada monje. Y por la noche, más allá de las doce o la una, el debate duraba hasta muy tarde. Luego tomábamos té negro. Nos sentábamos en la *dingwa*, el asiento de los monjes. Salías de tu habitación y te sentabas en tu *dingwa*. Todas estas casas eran muy pequeñas, eran celdas para prisioneros, entonces salíamos y pasábamos horas y horas recitando fuera. Taaaaaantas veces hacíamos esto.

En los últimos años se lo mencioné a Khen Rimpoché, el ex abad de Sera Je. Tiene miles de discípulos. A partir de Buxa había estudiado tantísimo. Había sacrificado su vida día y noche, *bah, bah, bah*, aprendiendo el dharma, *bah, bah, bah*, estudiando, debatiendo, analizando. *Bah, bah, bah*. *Lama khyen, lama khyen, lama khyen, lama khyen*. Y gracias a aquellos que aprendieron tanto allá en Buxa, se desarrollaron los diferentes monasterios que ahora están en el sur de la India. Y hay tantos

discípulos tan eruditos, capaces de preservar, extender el dharma, capaces de enseñarlo a los demás. Incluso en nuestros centros de la FPMT hay cerca de 46 gueshes más o menos y tenemos tantos de estos maestros de Kopan y Sera. Y también algunos de otros monasterios como Ganden y Drepung. Ellos no solamente enseñan el Lam.Rim sino también la filosofía, el programa básico, el programa de maestros que traen la luz del dharma al mundo, a los seres cuyas mentes están oscurecidas por la ignorancia, ignorancia inmensa como el espacio, unas mentes complementante oscuras, sin sol, sin luz, sin estrellas, sin luna, una mente espesa. Pues gracias a estos maestros llega la luz del dharma a los seres. Y así pueden ver las cuatro verdades nobles, pueden recibir los votos tántricos y del bodisatva, *bah, bah, bah, wow, wow, wow*, y todo el camino a la iluminación.

(Rimpoché ríe)

Ok, he acabado mi comedia.

Puedes acumular méritos en los días sagrados de Buda escribiendo e imprimiendo sutras

Entonces, estamos escribiendo, Tsering está escribiendo en oro puro la *Prajñamaramita*. Y pensé en que se continúe este trabajo, aunque yo muera, que se continúe de vida en vida, mientras exista la FPMT. Esa es la idea. ¿Entendéis el propósito, lo importante que es? Por eso el padre del Dr. Chuman Lai, que murió hace tiempo, cuando le expliqué los beneficios, escribió el *Sutra del corazón*, lo logró escribir antes de morir. *Wow, wow, wow*. Y así puedes escribir incluso el *Sutra del corazón* en esos días especiales. Puedes escribirlo o imprimirlo. Esos días especiales de Buda, o el día de eclipse de sol. «Eclipse» no es la traducción exacta del tibetano *nyi dzin*, «captura del sol». «Eclipse», yo no lo traduzco así, es una idea diferente. Bueno, cien millones de méritos es lo que acumulas en esos días con cada acción. *wow, wow, wow, wow, wow, wow*. Imagínate si imprimes esto, *wow, wow, wow*, cuántos méritos acumulas ese día, *wow, wow, wow*.

La mejor práctica preliminar es estudiar la *Prajñaparamita*

Eso es por lo que Kyabje Kirti Tsenshab Rimpoché dijo que la mejor práctica preliminar es estudiar la *Prajñaparamita*. Creo que Rimpoché mencionó estudiar la *Prajñaparamita*. La mejor práctica preliminar es estudiarla. Los programas de nuestros centros, el programa básico, el programa de maestros, date cuenta de lo importante que es. La práctica mediana, intermedia es leer cien veces *Gyā Tongpa*. Las nueve preliminares (refugio, postraciones, Vajrasatva...) serían las inferiores. La gente piensa que estas prácticas preliminares están separadas del estudio y que el estudio no purifica tu mente ni acumulas méritos. Lo ven separado de hacer el ofrecimiento del mandala y demás. Pero tienes que darte cuenta de que la mejor práctica preliminar es el estudio. Los que estudian el programa básico, el programa para maestros tienen que saber que están haciendo la mejor práctica preliminar. Ok.

Incluso una pequeña duda sobre la vacuidad de las cosas sacude tu samsara

Aryadeva dijo en las *Cuatrocientas estrofas* (v.180):

བསོད་ནམས་ཚུང་ཏུ་ཚོས་འདི་ལ། །
ཐེ་ཚོམ་ཟ་བར་ཡང་མི་འགྱུར། །
ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ཙམ་ཞིག་གིས། །
མིན་པ་སུལ་པོར་བྱས་པར་འགྱུར། །

SÖ NAM CHHUNG NGU CHHÖ DI LA
THE TSHOM ZA WAR YANG MI GYUR
THE TSHOM ZA WA TSAM ZHIG GI
SI PA HRÜL POR JÄ PAR GYUR

**Aquellos que tienen pocos méritos
no dudan de este dharma.
Pero el mero hecho de dudar
hace tambalearse todo tu samsara.**

Aryadeva dijo: aquellos que tienen pocos méritos no captan este dharma, las enseñanzas de la *Prajnaparamita*, las enseñanzas sobre vacuidad. No llegan ni siquiera a dudar, pero ¿por qué dice dudar? Porque cuando empiezas a dudar tu samsara empieza a resquebrajarse, como cuando se rompe una taza en pedazos. Esta duda es *dön gyur gyi the tshom*,⁷ Bueno, pues cuando aparecen dudas, haces que tu samsara se resquebraje. Piensas: «Esto puede no existir por su propio lado, tal vez no existe por su propio lado». Esas pequeñas dudas.

Tener incluso un poco de fe en las enseñanzas sobre vacuidad es tan afortunado

Lama Tsong Khapa dijo en *Tendrel Töpa lä*, la *Alabanza a Buda por la revelación del surgir dependiente*:

འོན་ཀྱང་འཆི་བདག་ཁར་ཕྱོགས་པའི། །
སོག་གི་རྒྱན་ནི་མ་རུབ་པར། །
ཁྱོད་ལ་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་པ། །
དེ་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་བགྱིད། །

ÖN KYANG CHHI DAG KHAR CHHOG PÄI
SOG GI GYÜN NI MA NUB PAR
KHYÖ LA CHUNG ZÄ YI CHHE PA
DE YANG KÄL WA ZANG NYAM GYI

**Mientras que la continuidad de mi vida
que está enfrentando la muerte, no ha cesado todavía,**

⁷ འོན་ཀྱང་གྱུར་གྱི་ཐེ་ཚོམ།. Duda concordante con los hechos.

**por tener un poco de fe en la vacuidad,
me considero muy afortunado.**

Lama Tsong Khapa, después de explicar sobre el surgir dependiente, dijo: «La vida está corriendo hacia la muerte continuamente». No es que por tener un cáncer vas a morir y si no tienes cáncer no vas a morir, no. No es así. Alguna gente piensa así. Piensa: «Oh, tengo cáncer voy a morir». O «Tengo el virus, voy a morir». Pero algunos que tienen el virus mueren ineditamente, otros mueren después de dos o tres días, otros se recuperan. La vida, desde que nacemos, está corriendo hacia la muerte, *chhi dag khar chhog*. Pues mientras esta vida no ha cesado, *Sog gi gyün*, si tienes una pequeña fe en las enseñanzas de vacuidad, *Khyö la chung zä yi chhe pa*, puedes sentirte muy afortunado, *De yang käl wa zang nyam gyi*. Incluso aunque tu fe sea muy pequeña.

Teniendo fe en las enseñanzas sobre vacuidad acumulas más cantidad de innumerables méritos que haciendo ofrecimientos con innumerables cuerpos

También quiero decirlos. Bueno, quizás digo otra cosa antes.

El *Sutra del cortador vajra* dice:

ཡང་རབ་འབྱོར། རྗེས་སའམ། ལུང་མེད་གང་ཞིག་ལྷ་འོ་འི་དུས་ཀྱི་ཚེ་ལུས་གསྐྱེ་ལྷུང་གི་བྱེ་མ་སྟེང་ཡོངས་སུ་གཏོང་ལ། བྱེད་ཀྱི་
དུས་དང། བྱི་འོ་འི་དུས་ཀྱི་ཚེ་ཡང་ལུས་གསྐྱེ་ལྷུང་གི་བྱེ་མ་སྟེང་ཡོངས་སུ་གཏོང་ཞྩ། རྣམ་གངས་འདི་ལྟ་བུར་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་ལྷག་
ཤིག་འབྱུང་ཤིག་དུ་མར་ལུས་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་བས། གང་གིས་ཚས་ཀྱི་རྣམ་གངས་འདི་ཐོས་ནས་མི་སྤོང་ན། དེ་ཉིད་གཞི་དེ་ལས་
བསོད་ནམས་ཚེས་མང་དུ་གངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་ན། གང་གིས་ཡི་གེར་བྲིས་ནས་ལེན་པ་དང། འཛིན་པ་དང། ལྷོག་པ་
དང། ཀུན་ཚུབ་པར་བྱེད་པ་དང་གཞན་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་ཚེར་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟོས།

"Además, Subhūti, comparado con algún hombre o mujer que, a la hora del amanecer, entregue tantos cuerpos como granos de arena del río Ganges - también entregue tantos cuerpos como granos de arena del río Ganges a la hora del mediodía y de la tarde, en tal número entregue totalmente sus cuerpos por muchos cientos de miles de diez millones, cien mil millones de eones - si alguien, habiendo escuchado este discurso del Dharma, no lo rechazara, produce un mérito mucho mayor sobre esa base, incalculable, insondable, ¿qué necesidad hay de mencionar a alguien que, habiéndolo escrito, lo guarde, memorice, lea, entienda y lo enseñe correcta y minuciosamente a otros en detalle?"]⁸

Después de leer el *Sutra del cortador vajra*, que revela las enseñanzas sobre vacuidad, si tienes fe, y no abandonas esa fe por el *Sutra del cortador vajra*, el mérito que acumulas es así. Practicas la generosidad de tu cuerpo. Primero estamos hablando de tu cuerpo. No sobre una posesión o cualquier otra cosa, es tu cuerpo lo que más estimas. Lo estimas más que a todos los seres, los

⁸ Traducido por Gelong Thubten Tsultrim (George Churinoff), FPMT, 2011.

innumerables seres, espíritus hambrientos, animales, humanos, suras, asuras. Tu cuerpo es lo que más estimas, pues aquí ofreces tu cuerpo a los seres. ¿Puedes imaginar? Cuantos cuerpos, tantos como granos de arena del río Ganges. Por la mañana, tantos cuerpos y los ofreces, el mismo número de cuerpos por la tarde y por la noche. Así acumulas muchos más méritos que eso, más que ofrecer tres veces tus cuerpos, por no abandonar tu fe en el *Sutra del cortador vajra*. Más que ofrecer tu cuerpo que es lo que más estimas por la mañana, tarde y noche. *Wow, wow, wow, wow, wow, wow*. Solo por mantener la fe en ese Sutra. *Waaaaaaah*.

Y si, además, lo escribes, lo recibes, el *Sutra del cortador vajra*, hablamos del *Sutra del cortador vajra* pero sucede con cualquier texto de *Prajnaparamita*, o lo memorizas, lo lees, incluso tenerlo guardado y generar su significado, revelarlo a los otros, todavía muchíiiiiiiiiisimos más méritos acumulas, infiniíiiiiiiitos méritos acumulas. El resultado de todos estos méritos inconcebibles, el aspecto de maduración, esos méritos increíbles.

El lugar donde lees enseñanzas sobre vacuidad se vuelve como una estupa

[El *Sutra del cortador vajra* dice:

ཡང་རབ་འབྱོར། ས་སྟོགས་གང་ན་མདོ་སྡེ་འདི་སྟོན་པའི་ས་སྟོགས་དེ། ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དུ་བཅས་པའི་
འཇིག་རྟེན་གྱི་མཚོན་པ་བྱ་བར་འོས་པར་འགྱུར་རོ། ས་སྟོགས་དེ་ཕྱག་བྱ་བར་འོས་པ་དང་། བསྐྱར་བ་བྱ་བར་འོས་པར་
འགྱུར་ཏེ། ས་སྟོགས་དེ་མཚོན་རྟེན་ལྷ་བྱར་འགྱུར་རོ།

Además, Subhūti, en cualquier lugar de la tierra en el que se enseñe este sutra, ese lugar en la tierra se hará digno de ser homenajeado por el mundo de devas, humanos y asuras. Ese lugar en la tierra se hará digno como objeto de prostración y digno como objeto de circunvalación. Ese lugar en la tierra se convertirá en un santuario.⁹

Donde lees este texto se vuelve un lugar sagrado. Devas, humanos, no devas, no humanos se vuelven objetos sagrados a los que circunvalar, hacer ofrecimientos. En ese lugar donde se lee el *Sutra del corador vajra*, o los textos de la *Prajnaparamita*, se convierten como estupas.

Memorizando o enseñando un verso de las enseñanzas sobre el vacío, recoges innumerables méritos, mayores que ofreciendo universos llenos de los siete tipos de joyas

[El *Sutra del cortador vajra* dice:

ཡང་རབ་འབྱོར། བྱང་ལྷུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གང་གིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དཔག་ཏུ་མེད་ཅིང་གངས་མེད་
པ་དག་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་གྱིས་རབ་དུ་གང་བར་བྱས་ཏེ་སྦྱིན་པ་བྱིན་པ་བསམ། རིགས་ཀྱི་སྤྲུམ་རིགས་ཀྱི་སྤྲུམ་ལོ་གང་གིས་ཤེས་
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་འདི་ལས་ཐ་ན་ཚོག་བཞི་པའི་ཚོགས་སྤྱི་བཅད་པ་ཙམ་བྲིས་ནས་འཛིན་ཏམ། འཆང་ངམ། ལྷོག་གམ།

⁹ Traducido por Gelong Thubten Tsultrim (George Churinoff), FPMT, 2011.

ཀུན་ཚུབ་བར་བྱེད་དམག་ཞན་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་ཡང་དག་བར་རབ་ཏུ་སྟོན་ན། དེ་ཉིད་གཞི་དེ་ལས་བསོད་ནམས་མང་དུ་
བྲངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་དོ།

"Además, Subhūti, comparado con cualquier bodisatva mahasatva que, llenando completamente sistemas de mundos insondables e incalculables con los siete tipos de joyas preciosas, si cualquier hijo o hija del linaje que, habiendo tomado tan sólo una estrofa de cuatro líneas de esta perfección de sabiduría, la memorizara o leyerá o la comprendiera o la enseñara correcta y detalladamente a otros, sobre esa base el mérito que él mismo produciría sería mayor, incalculable, insondable"¹⁰.

Incluso si memorizas un verso de las enseñanzas que revelan la vacuidad o lo muestras a otros, lo enseñas a otros, los méritos que acumulas son todavía mayores, muchos más que ofrecer tantos universos como granos de arena del río Ganges llenos de los siete tipos de joyas y ofrecerlo a los Budas. Entonces, memorizar un verso sobre las enseñanzas sobre vacuidad o revelarlo a los demás, acumulas muchos más méritos. ¿Comprendéis?

Pues imaginad todos aquellos que memorizan tantos textos sobre vacuidad como el *Sutra del corazón* o *Drang Nge Legshe Nyingpo*, o la *Alabanza al buda por el surgir dependiente*, o la versión corta de *Legshe Nyimpo*, todas las enseñanzas sobre Madiamika, *bah, bah, bah*. Es algo que va más allá de nuestra imaginación, *wow, wow, wow*. Algo de lo que tienes que ser consciente.

Y tenemos que tener ese coraje para memorizar estos textos y recitarlos de memoria cuando vayas en el coche o donde quiera que estés, en lo alto del Everest, donde quiera que estés. Y así te da valor, más que decir: «Oh, no puedo memorizar, esto es demasiado, bla, bla, bla». Incluso memorizar un verso y enseñarlo a otros, waaaaaaw. Un solo verso son taaaaantos méritos y es tan fácil de memorizar. Increíble.

Solo el deseo de recibir enseñanzas sobre vacuidad purifica los karmas negativos

Se dice:

ཚོས་འདི་ལ་མོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་། མི་དགེ་བ་བརྩུ་དང་མཚམས་མེད་ལྗོས་སྟོན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལོག་པར་ལྷགས་པ།
ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྲལ་བ་སོགས་ བན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ། བསྟན་པ་ཚོས་འདི་བག་ཆགས་གཏད་པ་¹¹

¹⁰ Traducido por Gelong Thubten Tsultrim (George Churinoff), FPMT, 2011.

¹¹ Fuente desconocida. Versión tibetana provisional reconstruida por Ven. Tenzin Namjong escuchando la grabación de audio.

CHHÖ DI LA MÖ PA TSAM GYI KYANG / MI GE WA CHU DANG TSHAM ME NGA SOG
CHÖ PA DANG TSHÜL THRIM LOG PAR ZHUG PA / NYE PA THAM CHÄ DRÄL WA SOG /
PHÄN YÖN PAG DU ME PA / TÄN PA CHHÖ DI BAG CHHAG TÄ PA

Incluso el mero hecho de desear este dharma purifica el comprometerse con una conducta y una moralidad equivocadas, como las diez no virtudes y los cinco pesados karmas negativos de retribución inmediata, y te separa de todos los errores. Tiene beneficios inconcebibles. Recuerda dejar tantas huellas como sea posible de esta enseñanza del dharma.

Incluso si alguien desea este dharma, las enseñanzas sobre vacuidad, solo por desearlo purifica completamente las diez acciones no virtuosas, las cinco acciones negativas de retribución inmediata, matar al padre, a la madre, a un ahrat, dañar a un buda, causar escisión en la sangha, las prácticas incorrectas de la conducta moral, todos esos errores se purifican solo por el deseo de la vacuidad, *bah, bah, bah*, solo por desearlo, *bah, bah, bah*, pensando que nada existe por su propio lado. Solo por desearlo. *Wow, wow, wow*, los beneficios son inconcebibles. Es lo que se menciona en los sutras. Recordad dejar tantas huellas positivas como sea posible por estas enseñanzas, escribiendo, recitando, especialmente meditando en vacuidad.

Escuchar el significado del surgir dependiente comienza a liberarte de los océanos de sufrimiento samsárico

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་ལ་ཐོས་འབྲུང་གྱི་སྐོར་དགོ་བ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལས་སློལ་ལུགས་འགོ་འཇུགས།¹²

TEN DREL GYI DÖN LA THÖ JUNG GYI KOR GE WA TSAM GYI KHOR WA LÄ DRÖL LUG
GO TSHUG

Sólo los méritos que surgen por escuchar el significado del surgimiento dependiente empiezan a liberarte del samsara.

Se dice: «El significado del surgir dependiente», *ten, ten* quiere decir «dependiente», y «surgir» es *drel, jung*, entonces *tenjung* o *tendrel*, surgir dependiente, el poder de comprenderlo. Solo por escuchar el significado del surgir dependiente, solo por eso, comienza la liberación del samsara, de los océanos del sufrimiento samsárico, empiezas a liberarte de los océanos de sufrimiento samsárico. Ni que decir de escribir, hacer ofrecimientos, postraciones al texto, memorizarlo, los méritos que acumulas son increíbles. Purificas los karmas negativos pesados y transgresiones, y acumulas méritos increíbles. *Bah, bah, bah*.

¹² Fuente desconocida. Versión tibetana provisional reconstruida por Ven. Tenzin Namjong escuchando la grabación de audio.

Al rechazar la visión del camino medio te vuelves malvado...

También se dice en *Uma Rinchen Trengwa*, las enseñanzas del camino medio, *La guirnalda preciosa* (v. 120), de Nagarjuna:

གཞན་ཡང་དེ་ནི་ལོག་བརྒྱུང་ནས། །
ལྷན་པ་མཁས་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན། །
ཚོར་བས་མ་རྒྱུངས་བདག་ཉིད་ཅན། །
མནར་མེད་པར་ནི་སྦྱིན་ཚུགས་འགྲོ། །

ZHÄN YANG DE NI LOG ZUNG NÄ
LÜN PA KHÄ PÄI NGA GYÄL CHÄN
POR WÄ MA RUNG DAG NYI CHÄN
NAR ME PAR NI CHI'U TSHUG DRO

**Además, los estúpidos que se imaginan a ellos mismos
como sabios, poseyendo una naturaleza arruinada
por el rechazo a la vacuidad
van de cabeza al infierno debido a su equivocada comprensión.**

[*La guirnalda preciosa* (v. 57ab) dice:]

ཡོད་པ་པ་ནི་བདེ་འགྲོར་འགྲོ། །
མེད་པ་པ་ནི་ངན་འགྲོར་འགྲོ། །¹³

YÖ PA PA NI DE DROR DROR
ME PA PA NI NGÄN DROR DRO

**Los que creen en la existencia van a una migración feliz.
Aquellos que creen en la inexistencia van a una migración malvada.**

Aparte de esto, «Si contemplas las enseñanzas erróneamente». Si contemplas lo opuesto. En la visión del camino medio dice: «Existe como mero nombre, no existe por su propio lado». *Tag ta*, la visión del eternalismo, está libre de eternalismo. Porque la función de las cosas, la función de los fenómenos, las cosas funcionan y entonces existe nacer, *nä pa*, perdurar, y cesar, así funcionan. Como mero nombre, existen como mero nombre . Por eso no existen por su propio lado. No cae en el eternalismo.

Y luego *jung*, «surgir», *ten-jung*, «surgir dependiente», es decir, ese «surgir» cesa el nihilismo que sostiene que no existe ni siquiera como mero nombre. Creer en el nihilismo o en el eternalismo es *log pa*, *log pa*, *log pa*. Lo correcto es el camino medio que elimina los extremos de eternalismo y nihilismo.

¹³ Estas dos líneas aparecen en orden inverso en *La guirnalda preciosa* de Nagarjuna.

Los estúpidos o los locos se sienten orgullosos pensando que son eruditos, abandonando la visión del camino medio, de que las cosas no existen por su propio lado sino como mero nombre, rechazando esta visión uno mismo se vuelve de naturaleza maligna y cuando muere va al peor de los infiernos, Narme, de entre todos el de mayor sufrimiento, es donde te ponen boca abajo, *chi'u tshug*. Renaces ahí en ese infierno, el peor de los infiernos, el número ocho.

[*La guirnalda preciosa* (v. 57ab) dice:]

ཡོད་པ་ས་ནི་བདེ་འགྲོར་འགྲོ།
མེད་པ་ས་ནི་ངན་འགྲོར་འགྲོ།¹⁴

YÖ PA PA NI DE DROR DROR

ME PA PA NI NGÄN DROR DRO

Los que creen en la existencia van a una migración feliz.

Aquellos que creen en la inexistencia van a una migración malvada.

De manera similar, las cosas existen como mero nombre. Yo, acción, objeto, buen karma, el resultado de la felicidad, karma negativo, el resultado del sufrimiento, todo existe como mero nombre. Quien cree esto va a un renacimiento de felicidad. Quien no cree en esto, como en la no existencia, como los seguidores Zen que piensan que nada existe, pues estos van a los reinos inferiores.

Si abandonas las enseñanzas de *Prajnaparamita*, te quedas sin guía y vas al peor de los infiernos

Se menciona en *Sher Chhin Do Düpa lä*, el *Sutra abreviado del Prajnaparamita*:

སྒོ་ཚད་ཚོ་ན་སངས་རྒྱས་ཁྲིམ་ཁྲིམ་བཀུར་བྱས་ཀྱང།
རྒྱལ་བའི་ཤེས་རབ་པ་ལོ་ལྟོ་སྤྱོད་ལ་མ་དད་ན།
ཐོས་ནས་སློ་ཚུང་དེ་ཡིས་འདི་ནི་སློང་བྱེད་དེ།
སྤངས་ནས་རྒྱལ་བའི་མེད་ཀྱང་པ་དེ་ནི་མནར་མེད་འགྲོ།

NGÖN CHHÄ TSHE NA SANG GYÄ THRAG THRIG KUR JÄ KYANG

GYÄL WÄI SHE RAB PHA RÖL CHHIN LA MA DÄ NA

THÖ NÄ LO CHHUNG DE YI DI NI PONG JE DE

PANG NÄ KYAB ME GYUR PA DE NI NAR ME DRO

Aunque en el pasado hicieron ofrendas a miles de millones de budas,

si no tienen fe en el Prajnaparamita de Buda,

aquellos con mentes pequeñas lo dejarán al oírlo.

Al renunciar a ello, se quedan sin guía y van Narme.

¹⁴ Estas dos líneas aparecen en orden inverso en *La guirnalda preciosa* de Nagarjuna.

Aunque hayas actualizado el camino y hecho ofrecimientos a millones budas, si no tienes fe en la *Prajnaparamita*, la sabiduría que ha ido más allá, si escuchas estas enseñanzas con esta mente pequeña, las abandonarás, entonces te quedarás sin guía y vas a Narame, el octavo infierno, el insoportable, inextinguible infierno, *nar me dro*.

Por memorizar cuatro líneas de las enseñanzas que revelan la vacuidad acumulas gran cantidad de méritos

Una cita más, del increíble *Sutra del cortador vajra*: Cuatro palabras, memorizar cuatro palabras de dharma, las enseñanzas que explican la vacuidad, incluso por memorizar cuatro palabras acumulas grandes méritos. Graaaaandes méritos. Ahora tienes que escuchar lo que viene después. (*Rimpoché ríe*). El *Sutra del cortador vajra*... Hace tiempo que no he hablado de los beneficios.

(*Rimpoché lee un pasaje en tibetano que parece ser de un texto sobre los beneficios de recitar el Sutra del cortador vajra*)

Dice: «Universos, tantos como granos de arena del río Ganges». Tantos átomos de agua. Los átomos son muy pequeños.... Partículas muy pequeñas, se les llama átomos de agua. Cuando los átomos son muy pequeños se les llama *chhu dü*¹⁵. Hay dos o tres diferentes clases de átomos, *chhu dü*, *lug dü*.¹⁶ Pues los más pequeños, estos átomos de agua.

«Tantos universos como átomos de granos de arena del río Ganges». Lo siguiente es tantos universos como granos de arena del río Ganges, y tantos universos como estas partículas de agua todavía más pequeñas, pues tantos como estos llenos con los siete tipos de joyas y lo ofreces a los budas, ¿puedes imaginar? *Wow*.

Por ejemplo, en el pasado, en India, una persona muy pobre hizo un ofrecimiento de comida a cuatro monjes. No eran aryas, no tenían la visión directa de la vacuidad, sino monjes comunes, a cuatro de ellos les ofreció comida una vez y el resultado fue que en una vida siguiente ese hombre nació como el rey... en India, muy poderoso, muy rico, con mucha fortuna y mucho renombre. *Bah, bah, bah*. En India. Solo por eso. *Waaaw*. Es decir, el resultado que experimentó en la otra vida por haber hecho ofrecimientos a esos cuatro monjes, lo que pasó luego. Imaginad. *Wow, wow, wow*. El karma es así, tenéis que comprenderlo. Pequeñas acciones, los resultados son grandísimos. Igual con el karma negativo, *woooah*, pequeñas acciones traen resultados grandísimos. Y así, comprendiendo esto, debes abandonarlo. No pienses: «Total es una cosa pequeña, no importa». No pienses eso. En realidad el resultado es muy grande. Tienes que abandonarlo. Por lo mismo, por una pequeña acción positiva, los resultados son increíbles. Son grandes méritos los que acumulas.

¹⁵ རྩུ་རྩུ་ལ་ Partícula de agua.

¹⁶ ལྷག་རྩུ་ལ་ Partícula de oveja, es decir, el tamaño de las partículas de polvo levantadas por un rebaño de ovejas.

Entonces, por memorizar cuatro palabras de enseñanzas de vacuidad los méritos que acumulas son muchos más que por hacer ofrecimientos de universos de átomos tantos como granos de arena que hay en el río Ganges, imaginaos cuántísimos son, *wow, wow*. Incluso un puñado de arena en tu mano son tantísimos átomos de arena, pues imagina los del río Ganges. Entonces, tantos universos como átomos de granos de arena, incluso todavía más pequeños, estas partículas de átomos de agua, *chhu düil, lug düil, lang düil*¹⁷, hay como tres tipos de partículas: de agua, de oveja, de vaca... ofrecer todos esos universos como partículas de agua a los budas, *bah, bah, bah*, llenos de los siete tipos de joyas y los ofreces a los budas, pues por memorizar cuatro versos de las enseñanzas que revelan la vacuidad se acumulan muuuuuuuchos más méritos. *Bah, bah, bah. Lama khyen, lama khyen, lama khyen.*

Tienes que memorizar enseñanzas sobre vacuidad y recitarlas

Así puedes darte cuenta de lo increíble que es esa gente que memoriza el *Sutra del corazón*, *wow, wow, wow*. Tienes que memorizar las enseñanzas de vacuidad, aunque no sean textos largos, como la *Alabanza al surgir dependiente*, que es muy corta. Es muy bueno recitarla cada día o cuando circunvalas, por ejemplo. Yo la recito cuando circunvalo. Así no te caes mientras vas leyendo y golpearte las piernas o el pecho, o tu nariz o extender tus orejas o alargar tu nariz. (*Rimpoché se ríe a carcajadas*).

Tantas como sea posible, hay muchas enseñanzas sobre vacuidad, el *Sutra del corazón* y muchas más, cortas también. Hay mucho para recitar. *Tendrel Töpa* es tan bueno recitarlo. *Bah, bah, bah*. Al menos leerlas, aunque no las sepas de memoria. Te llevas el libro y vas caminando por la estupa, o en el templo, o en el monasterio. Yo lo hice en Budhanah con un grupo, recitamos, y también en Swayamu. Unas veces hacíamos *Jampäl Tshän Jö*¹⁸, y otras el *Sutra del cortador vajra*.

Lo vamos a dejar aquí. Buenas noches.

Todavía hay más beneficios, pero algunos los vamos a dejar para la vida próxima. Puede que yo sea un perro, quién sabe. Y vosotros seréis reyes y reinas. (*Rimpoché ríe*)

Dedicaciones

Para generar la preciosa mente de la bodichita

Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, por los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas:

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE
Que la suprema joya de la bodichita

¹⁷ ལྷ་རྩུལ་ལྷག་རྩུལ་གླང་རྩུལ་ Partículas de agua, partículas de ovejas, partículas de vacas.

¹⁸ འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད། *Recitación de los nombres de Manjushri,*

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 realizar 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.

Para los enfermos

Rezamos ahora por los enfermos, en general por la gente que tiene tantos problemas, muchas veces las monjas, recibo gente con muchos problemas: sherpas, tibetanos, chinos... Por todos ellos y en particular por los que han enfermado del virus, tanta gente con el virus, todos ellos. 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 todos ellos nunca renazcan de nuevo en los reinos inferiores, y que se liberen inmediatamente de la enfermedad, de todos esos problemas, del virus, y que todos sus deseos se cumplan inmediatamente de acuerdo con el sagrado Dharma. Y que generen bodichita, que nunca hagan daño a los seres, que sólo les causen felicidad, y que logren rápidamente la iluminación para el beneficio de todos los seres.

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.

Para los que han muerto

Para todos los que murieron, los seres humanos, en particular, los que murieron por el virus en el mundo para que nunca renazcan en los reinos inferiores y los que nacen allí que inmediatamente puedan liberarse de los reinos inferiores y nacer en una tierra pura donde pueden alcanzar la iluminación, o por lo menos que puedan recibir un perfecto renacimiento humano, conocer las enseñanzas Mahayana, conocer a un gurú Mahayana perfectamente calificado que revela el camino inequívoco a la iluminación y, complaciendo la sagrada mente del amigo virtuoso, que logren la iluminación lo más rápido posible.

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.

Versos de dedicación de *La guirnalda preciosa*, de Nagarjuna

Hoy *La guirnalda preciosa*, 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 todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, por los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas, que pueda ser usado por los seres siempre como quiera que deseen como usan el agua, la tierra, el fuego, el viento, las medicinas, la madera de los mosques, siempre, no solo por poco tiempo, no, siempre y por siempre.

Esta es la mejor meditación. Tenéis que saber que esta es la mejor meditación. El pensamiento egocéntrico sufre. El pensamiento egocéntrico pierde. ¿Lo veis? Si no, el pensamiento egocéntrico es lo más importante, waaaaw, de tu vida. Es como tu gurú, como un gurú, a quien le ofreces todo, haces todo por él, escuchas todo lo que dice. Te conviertes en su esclavo. Esto es lo que hemos pensado desde renacimientos sin principio, por eso no nos hemos iluminado todavía. No solo no nos hemos iluminado, sino que no podemos iluminar a los seres, ni siquiera a uno, hasta ahora.

Esta es la mejor meditación. Es totalmente opuesto a lo que normalmente piensas, a lo que normalmente eres. Hemos estado en la otra dirección desde renacimientos sin principio, no sólo desde esta mañana, desde el nacimiento, no, desde renacimientos sin principio. Pero en occidente la gente piensa que lo antiguo, lo viejo, es muy precioso, la caca vieja también es muy preciosa, cualquier cosa antigua es muy preciosa en occidente. Ja, ja. Desde el nacimiento tienes una enfermedad, entonces es antiguo. Es muy antiguo. Si tienes cáncer durante cien años, es antiguo. Cualquier enfermedad que tengas durante cien, mil años, entonces es bueno tenerla. Ja, ja. No creo que exista la caca antigua. No creo que ningún museo tenga caca antigua, ni siquiera cien años. En Nueva York, hace sólo unos años, hay una pintura en un gran tablero, el artista puso caca, creo que caca de animal. No creo que fuera caca humana. Puso ahí caca animal. lo puso ahí. Es arte. Dijo que eso es arte, su forma de arte. Entonces muchos cristianos se manifestaron, no les gusta. Escuché eso en Nueva York. (Discusión sobre la caca vikingo en un museo del Reino Unido)

Sem chän nam la sog zhin phang / Dag la de dag chhe phang shog. Aprecia como tu vida a cada ser del infierno, cada fantasma hambriento, cada animal, cada mosquito, cada insecto, cada bicho en la hierba cuando salgas. ¿Qué es este animal que...?

Ven. Drachom: sanguijuela.

Estudiantes: garrapata. Tick. Tick.

Rimpoché: cada garrapata. Así aprecia a cada animal, el más pequeño y el más grande, como una montaña. Cada preta, cada ser humano, cada sura, asura, cada ser del estado intermedio. Aprecias a todos los que son como tú. *Sem chän nam la sog zhin phang.* Esto es igualar. El intercambio de uno mismo con los demás, esto es igualar.

Dag la de dag chhe phang shog. Que me aprecien más que a ellos mismos. El comentario dice que te conviertes en el amigo virtuoso de ellos, entonces ellos te aprecian más. Si te aprecian más, consiguen lo que necesitan, iluminación, rápidamente.

Ven. Tsenla: *Dag la de dag dig min ching. Dag ge ma lü der min shog.*

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 LÄ 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.

(Rimpoché lee en inglés)

Meditemos en esto.

(Pausa para meditar)

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.

El comentario dice que si hay un solo ser sensible, aunque hayas alcanzado la iluminación, permanecerás en el samsara para ayudarlo. Eso significa que olvidas, incluso para un ser sensible, «Oh, mi iluminación es fantástica», por lo que permaneces en el samsara para ayudar a los seres sensibles. Pero olvidas, nunca piensas, en «mi iluminación». *Waaaw*, totalmente diferente.

Dedicación para que cualquier ser que te vea, etc., o cualquier ser a quien veas, etc., se libere del sufrimiento y experimente felicidad por siempre

Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, por los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas, que cualquier ser que me vea, me toque, me oiga, me recuerde, sólo por eso, y cualquiera al que vea, sólo por verlos, sólo por oírlos, sólo por recordarlos, sólo por eso, que todo su sufrimiento se apacigüe inmediatamente y que reciba toda la felicidad incluyendo la iluminación.

Para sellar los méritos con la vacuidad

Debido a todos los méritos del pasado, presente y futuro acumulados por mí, por los méritos de los tres tiempos acumulados por los innumerables seres y los innumerables budas, que no existen por su

propio lado, sino que existen como mero nombre, debido a ello, que yo, que no existe por su propio lado, que existe como mero nombre, logre la budeidad, que no existe por su propio lado, que existe como mero nombre, y lleve a todos los seres, que no existen por su propio lado, que existen como mero nombre, a la budeidad, que no existe por su propio lado, que existe como mero nombre, por mí solo, que no existo por mi propio lado, sino solo como mero nombre.

Dedicación de méritos como lo hicieron todos los budas y bodisatvas del pasado

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 la larga vida de Su Santidad y para que se cumplan todos sus sagrados 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.

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!

Muchas, muchas gracias.