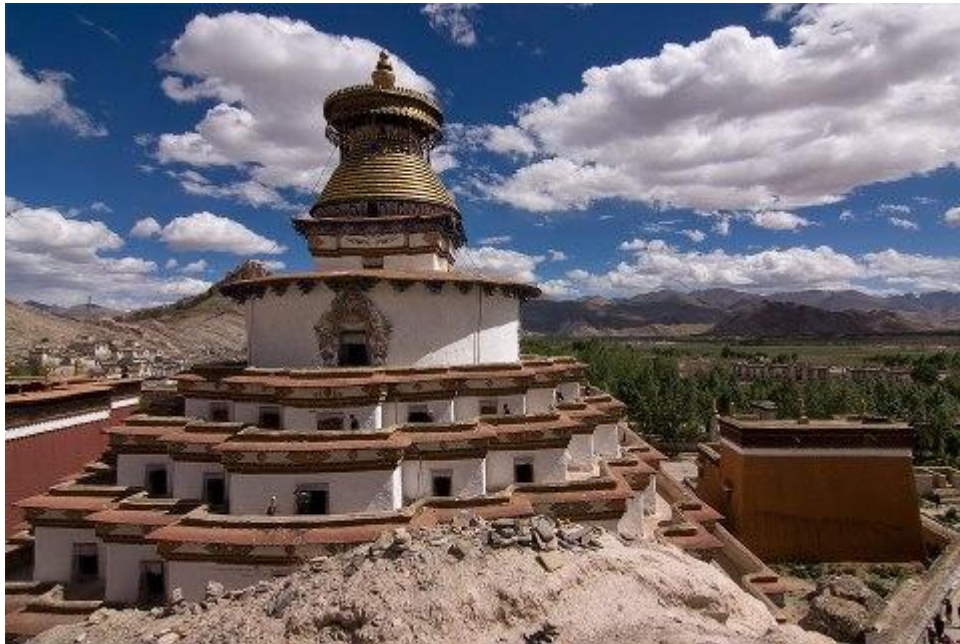


CLASICOS TIBET. LAM RIM.

El Camino Gradual del Gran Meditador.

Gomchen Lam Rim.

GOMCHEN NGAWANG DRAKPA.



El Sendero Gradual del Gran Meditador. (Gomchen Lam Rim)

La Puerta Definitiva a la Práctica, Extraída de las Etapas del Sendero a la Iluminación:

LA ESENCIA DE TODOS LOS SUBLIMES DISCURSOS.

También conocido como GOMCHEN LAM RIM,

Por Gomchen Ngawang Drakpa.¹

¡Homenaje a los Gurús perfectos!

A través de su práctica superior de las Tres Instrucciones, y de la enseñanza de ambas, de las escrituras y la realización, él es capaz de mantener de forma exacta el pensamiento del Conquistador; guiado por este gran maestro², yo practicaré las etapas del Sendero del Sutra y el Tantra.

Esta explicación de las etapas del Sendero a la Iluminación, tiene cuatro secciones:

- 1. La grandeza del autor.*
- 2. La grandeza de la enseñanza.*
- 3. Como explicar y escuchar la enseñanza.*
- 4. Como los discípulos son guiados progresivamente por la verdadera enseñanza.*

Con respecto a la primera sección, remitirse a otras obras. La segunda sección tiene cuatro partes:

2.1. La grandeza de permitirte realizar que todas las enseñanzas están libres de contradicciones.

¹ Gomchen (Gran Meditador) Ngag dbang Grags pa, también conocido como Gom Chen Ngag kyi dbang po.

² El Maestro del autor, rJe bLo Gros brTan pa, (1404-78) fundador del Monasterio de Dagpo Shedrup Ling (Dagpo Dratsang) y que fue el Sexto sucesor del gran Je Tsongkhapa.

El comprender que dentro de los Tres Vehículos todo lo que ha de ser abandonado y realizado, tanto en el sendero principal como en cada una de sus ramas, constituye el método para que cada individuo realice la Budeidad, es realizar que todas las enseñanzas están libres de contradicción.

2.2. La grandeza de permitirte reconocer a todas las escrituras como instrucciones (para la práctica).

Gracias al confiar en todas las preciosas instrucciones, una vez que hayas discernido el significado de todos los discursos³; y tras haber llegado a discernir correctamente respecto a en qué prácticas se requiere meditación analítica y en cuales se precisa concentración, dejas de rechazar la Enseñanza⁴; y reconoces los Sutras como instrucciones.

2.3. La grandeza de permitirte discernir fácilmente las principales ideas del Conquistador.

Aunque los grandes tratados son las instrucciones supremas, para una mente no entrenada, es difícil identificar los puntos principales por medio de ellos; o el discernirlos requiere de mucho tiempo y de un gran esfuerzo; mientras que con esta instrucción puedes determinar fácilmente las principales ideas del Conquistador.

2.4. La grandeza de permitirte abandonar automáticamente todas las faltas graves.

Por consiguiente, con esta instrucción dejarás de abandonar los excelentes Sutras debido al imaginar que algunas de las palabras del Conquistador⁵ son obstáculos para el logro de la Budeidad, y que otras son medios para ello; la comisión de graves faltas es evitado de este modo automáticamente.

3. Como escuchar y explicar la enseñanza.

3.a) Como escuchar la enseñanza.

3.b) Como explicarla.

3.c) La forma de conclusión común a ambos, (maestro y discípulo).

³ Sutras.

⁴ El Dharma.

⁵ El Buda.

3.a)1. *Contemplar los beneficios de oír la enseñanza.*

3.a)2. *Generar respeto hacia la enseñanza y los maestros.*

3.a)3. *Como escuchar realmente.*

3.a)1.

“Aquellos que oigan esto tendrán su mente llena de fe;

Se deleitarán (en la práctica espiritual) y alcanzarán estabilidad en ella;

Su sabiduría crecerá, y su ignorancia será disipada.

¡Sería digno de ser comprado incluso con nuestra propia carne!”⁶

3.a)2.

Mientras estás escuchando la enseñanza con fe firme y veneración, libre de orgullo y de desdén hacia la enseñanza y los maestros, realizando los servicios y similares, y siendo respetuoso, considera a los maestros tal como harías con el Buda.

3.a) 3.a) *Confianza en los Seis Reconocimientos.*

3.a) 3.b) *Eliminando las Tres Faltas Similares a las de un Vaso.*

3.a) 3.a)

Genera los reconocimientos: **(1)** de ti como una persona enferma y **(2)** del maestro como un médico; **(3)** de la enseñanza como una medicina y **(4)** su constante aplicación como la cura; **(5)** de los Tathagatas como seres superiores; **(6)** y de que la enseñanza puede continuar por siempre.

3.a) 3.b)

Elimina las faltas de estar **(1)** invertido, **(2)** agujereado, y **(3)** contaminado; escucha bien y completamente, y recuerda lo que oíste.

⁶ *Jatakamala*, La Guirnalda de las Historias de los Nacimientos (del Buda) de Aryasura.

En resumen, aunando todas las causas del logro de la Budeidad, y recordando los beneficios del aprender, escucha con entusiasmo.

3.b) Como explicar la enseñanza.

3.b) 1. *Contemplando los beneficios de explicar la enseñanza.*

3.b) 2. *Generando respeto por el Maestro y por la enseñanza.*

3.b) 3. *Con qué estado mental, y con qué comportamiento enseñar.*

3.b) 4. *Diferenciando entre quien enseña, y quien no enseña.*

3.b) 1.

Abandonando los pensamientos perturbadores de ganancia, honores, etc, y las explicaciones incorrectas, enseña tal como los Budas hacen en los Sutras y demás; entonces tú obtendrás los incontables beneficios enseñados en el *Sutra Requerido por Ugra*, y la *Exhortación a la Suprema Determinación*.

3.b) 2

Cuando El enseñó la Madre de los Conquistadores⁷, el Guía⁸ se levantó de su asiento, siendo el Dharma el objeto de la veneración del Buda.

Por tanto, recordando las buenas cualidades y la amabilidad de la Enseñanza y del Maestro⁹, genera veneración hacia ellos.

3b)3. Con qué estado mental, y con qué comportamiento enseñar.

3.b) 3.a) *El verdadero estado mental*

3.b) 3.b) *la conducta.*

3.b) 3.a)

⁷ La Prajñaparamita: la Perfección de la Sabiduría.

⁸ El Buda

⁹ El Buda.

Abandona el retener información, el fanfarronear, el cansancio con la enseñanza; el criticar a otros, la dilación, y los celos; cultiva el amor hacia tus discípulos, y mantiene los Cinco Reconocimientos; contempla la virtud del enseñar correctamente como el instrumento de tu propia felicidad.

3.b) 3.b)

Prepárate bien, lávate, etc; una vez que estés limpio siéntate en un trono y pronuncia el profundo Dharani; con una disposición amistosa, confiando en el significado y las analogías, utiliza abundantes citas y argumentos, y enseña el excelente Dharma.

3.b) 4.

Enseña a aquellos cuyo comportamiento, cuando escuchen, esté de acuerdo al *Vinaya*, después de que te lo hayan requerido; cuando sepas que ellos son recipientes adecuados, aún cuando no lo hayan solicitado, se ha dicho que excepcionalmente tú puedes enseñarles.

3c) La forma de conclusión común a ambos (maestro y discípulo).

A continuación, dedica a la Completa Iluminación toda la virtud del enseñar y escuchar.

Haciéndolo de esta forma cada vez que enseñes o escuches, de forma acorde, tú lograrás los innumerables beneficios explicados.

Esta instrucción sobre transformar el enseñar y el escuchar en una práctica espiritual es excelente, y es la preparación ideal; ¡Adóptala, querido!

4. Como los discípulos son guiados por la verdadera enseñanza.

4.a) Como confiar en los maestros espirituales, la raíz del Sendero.

4.b) Habiendo confiado en ellos, como entrenar vuestra mente de forma progresiva.

4.a) 1. Una explicación detallada para determinar (el tópico).

4.a) 2. Una breve explicación para los propósitos de la meditación.

4.a) 1.1. Las características de los maestros espirituales, para confiar en ellos.

4.a) 1.2. Las características de los discípulos que confían en ellos.

4.a) 1.3. Como confiar en ellos.

4.a) 1.4. Los beneficios de confiar en ellos.

4.a) 1.5. Las desventajas de no confiar en ellos.

4.a) 1.6. Un resumen de lo anterior.

4.a) 1.1.

Entonces practica verdaderamente la enseñanza, puesto que cada una de las cualidades existentes en la mente de los discípulos depende del complacer a los excelentes maestros espirituales.

Para comenzar, la forma de confiar en ellos es de extrema importancia.

Confía en aquellos que:

(1) Han domado la montura de su mente gracias al entrenamiento en la disciplina ética; **(2)** y que con las cuerdas del recuerdo y la vigilancia durante la concentración la han hecho útil; **(3)** que perciben la profunda Asidad¹⁰ con el Ojo de la Sabiduría; **(4)** que han estudiado mucho, **(5)** que tienen buenas cualidades que superan a las de sus discípulos; **(6)** (La comprensión de la Asidad gracias a las citas de las escrituras y a los argumentos lógicos también es aceptable); **(7)** son oradores elocuentes, con la destreza para guiar a los demás de forma progresiva; **(8)** poseen una naturaleza adorable, ya que están movidos por la compasión cuando enseñan; **(9)** tienen alegría y entusiasmo constantes, **(10)** y han superado la laxitud hacia la enseñanza.

Aunque los cinco- los Tres Entrenamientos Superiores, la comprensión de la Asidad, y la compasión- son esenciales, dado el momento, si son difíciles de encontrar, entre lo bueno y lo malo, busca como esencial el poseer el mayor número de buenas cualidades.

Asegúrate de que tú las tengas todas; como discípulo confía también en aquellos que las tengan.

4.a) 1.2.

El abandonar los prejuicios, y estar dotado con una intensa aspiración; poseer la inteligencia para distinguir entre un sendero espiritual y aquel que no lo es; prestar una gran atención a las enseñanzas cuando se está escuchando.

¹⁰ Asidad, la forma en la que los fenómenos existen verdaderamente, esto es de forma vacía. En tibetano De nyi, o chos nyi son otros términos que se utilizan para referirse a la vacuidad.

Asegúrate de que tú tienes estas buenas cualidades, pues son las características de un discípulo.

4.a) 1.3.a) Como confiar en ellos con el pensamiento.

4.a) 1.3.b) Como confiar en ellos con la acción.

4.a) 1.3.a) 1. El cultivo de la fe, la raíz.

4.a) 1.3.a) 2. Tras haber recordado su amabilidad, desarrolla la veneración.

4.a) 1.3.a) 1. El cultivo de la fe, la raíz.

Con gran fe, céntrate en las buenas cualidades de los maestros; no consideres sus faltas ni tan siquiera por un instante, pues ello será un obstáculo para el logro de tus realizaciones espirituales.

Si debido al descuido, has observado sus faltas, confíésalo inmediatamente.

4.a) 1.3.a) 2. Tras haber recordado su amabilidad, desarrolla la veneración.

Aquí, para recordar su amabilidad, recita con una voz melodiosa, tal como se ha enseñado, los Sutras de los *Diez Dharmas*¹¹ y de la *Colección de Tallos*¹², y medita en ellos.

Esta es la forma de confiar en los maestros espirituales con el pensamiento.

4.a) 1.3.b) Como confiar en ellos con la acción.

Complácelos ofreciéndoles tu vida, hijos, esposa, riquezas, y séquito; por medio del bañarlos, masajearlos, secarlos, cuidarlos; por no ir nunca contra sus palabras, sean estas las que sean.

Y lo que es más importante, por ofrecerles nuestra práctica.

4.a) 1.4. Los beneficios de confiar en ellos.

¹¹ Dasadharmaka Sutra.

¹² Se trata del Sutra Gandavyuha, el último capítulo del Avatamsaka.

Sus beneficios son el de complacer a los Conquistadores y estar cerca de los maestros; el de no caer en los renacimientos inferiores y de no estar afectado por el karma y las kleshas¹³; y gracias al incremento de tus buenas cualidades, ser capaz de conseguir tus fines temporales y últimos.

Estos beneficios superan a los de hacer ofrendas a los Budas.

4.a) 1.5. Las desventajas de no confiar en ellos.

Si tú cometes la falta de romper la confianza hacia un maestro espiritual debido a la ignorancia, a tu muerte serás quemado en el Infierno del Tormento Implacable¹⁴; las buenas cualidades no surgirán, y las que tienes irán declinando.

Las malas compañías y los falsos maestros serán la causa de estas desventajas.

4.a) 1.6. Un resumen de lo anterior.

En resumen, si tú deseas practicar sinceramente la Enseñanza, confía durante mucho tiempo en maestros que te guíen de forma infalible; comprende los beneficios y los inconvenientes a un tiempo, y valora tu compromiso hacia los gurús más que a tu vida.

4.a) 2. Una breve explicación para los propósitos de la meditación.

4.a) 2.a) *Como meditar realmente.*

4.a) 2.b) *Por qué es necesario meditar empleando ambos métodos de meditación.*

4.a) 2.a) 1. *Qué hacer en las verdaderas sesiones de meditación.*

4.a) 2.a) 2. *Qué hacer entre sesiones de meditación.*

4.a) 2.a) 1.1. *Las prácticas preliminares.*

4.a) 2.a) 1.2. *Como dirigir la verdadera meditación.*

4.a) 2.a) 1.3. *Qué hacer a la conclusión.*

¹³ Emociones aflictivas.

¹⁴ Avici.

4.a) 2.a) 1.1.

A continuación, en un lugar limpio, coloca los símbolos del cuerpo, habla, y mente (del Buda); prepara ofrendas que hayas conseguido de forma honesta, arregladas de forma atractiva.

Sobre un asiento, con las piernas cruzadas y tu cuerpo erguido, toma refugio y genera la bodhicitta, siendo cuidadoso de hacerlo con sinceridad.

Visualiza el campo de mérito, con el gurú como figura principal; realiza la práctica de las siete ramas, la cual condesa todo lo esencial para la acumulación y purificación.

Los cinco- *el homenaje, la ofrenda, la petición, la súplica, y el regocijo*- acumulan las colecciones¹⁵; la *confesión* purifica las obstrucciones; la *alegría* intensifica (la bondad).

La *dedicación* asegura que las virtudes de la acumulación, purificación, e intensificación nunca estén agotadas;

Resumiendo, hay tres: acumulación, purificación, e intensificación que se vuelven inexhaustibles.

El mandala viene primero; a continuación suplica por aquellos logros que tú desees: que todas las formas de pensamiento correcto- tales como la veneración hacia los maestros, etc- puedan surgir en tú mente; y que todos los obstáculos internos y externos puedan ser apaciguados, etc; asegúrate de suplicar una y otra vez con una intensa aspiración.

4.a) 2.a) 1.2. La verdadera meditación.

4.a) 2.a) 1.2.1. Como meditar en general.

4.a) 2.a) 1.2.2. Como hacerlo en el presente contexto.

4.a) 2.a) 1.2.1.

Si deseas hacer a tu mente susceptible a la virtud, tienes que estar seguro del orden y del número de los tópicos; y sin exceso ni falta, utilizando el recuerdo y la vigilancia, que la mente esté absorta en ellos; de otro modo, las prácticas virtuosas de toda una vida serán imperfectas.

¹⁵ Mérito y sabiduría.

4.a) 2.a) 1.2.2.

En este contexto, reflexiona en las ventajas de confiar en los maestros espirituales; reflexiona en las desventajas de no confiar en ellos, y así evita el ver sus faltas.

Con una fe que es exclusivamente consciente de sus buenas cualidades, recuerda su amabilidad; y tras haber generado una devoción sincera, medita en ello.

4.a) 2.a) 1.3 Que hacer a la conclusión.

Al final, dedica la virtud. Siguiendo este procedimiento: divide el día en cuatro sesiones, y haz todo el esfuerzo.

Al principio, haz sesiones cortas y frecuentes, finalizándolas con una buena señal.

Una vez que hayas dominado esto, puedes meditar tanto como te convenga.

Entre las sesiones, no olvides los tópicos en los que has meditado, sino que has de recordarlos una y otra vez.

Para este propósito acumula mérito, y purifica las obstrucciones.

Además, controla tus sentidos, y come con moderación.

Esfuézate en el yoga del no dormir, y cuando duermas, mantén la postura del cuerpo, el recuerdo, la vigilancia, y demás.

Los preliminares, la sesión principal, la conclusión, y el periodo entre sesiones es lo mismo hasta la sabiduría, excluyendo la meditación principal.

4.a) 2.b) Por qué es necesario meditar usando ambos métodos de meditación.

Lo mismo que el oro llega a ser maleable cuando es calentado y lavado, lo mismo sucederá enfocando la mente en el deleite y el disgusto con el karma blanco y el negro, junto con sus efectos (como ejemplo).

Con una aprehensión intensa del objeto y una prolongada meditación analítica, asegura la capacidad mental para el logro de la serenidad o la sabiduría, cualquiera que sea la que pretendas.

Por tanto, para realizar la “carencia de un yo”, la meditación analítica es mejor.

Cuando estamos trabajando para lograr la serenidad mental por ejemplo, no es bueno el analizar excesivamente, tal como es necesario en la meditación de la concentración.

Por esta razón, puesto que eruditos y meditadores necesitan obtener una completa serenidad, fe en el maestro y demás; deberían de entrenarse utilizando ambas meditaciones, la analítica y la concentración.

Además, puesto que la laxitud y la excitación son obstáculos para la estabilidad mental, una intensa claridad es ideal para disipar la laxitud; y un intenso disgusto lo es para vencer la excitación, tal como ha sido explicado en numerosos tratados excelentes y autorizados.

Puesto que disipan las condiciones adversas, no consideréis erróneo el utilizarlos.

4.b) Habiendo confiado (en los maestros espirituales), como entrenar tu mente de forma progresiva.

4.b) 1. Exhortación para aprovechar completamente la ventaja de un renacimiento humano con libertad.

4. b) 2. Como aprovechar completamente la ventaja de uno.

4.b) 1.1. Identificando libertad y fortuna.

4.b) 1.2. Contemplando su gran potencial.

4.b) 1.3. Contemplando que difíciles son de obtener.

4.b) 1.1.1. Libertad.

4.b) 1.1.2. Fortuna.

4.b) 1.1.1.

El haber nacido en una tierra remota con los sentidos incompletos, manteniendo puntos de vista erróneos, y donde no puede encontrarse la Enseñanza del Conquistador, son las faltas de libertades de los humanos.

Junto con el renacer como un dios de larga vida o en los tres estados inferiores¹⁶, hacen ocho.

Se enseña que el no tener ninguna de estas circunstancias, constituye las libertades.

4.b) 1.1.2.1. La buena fortuna personal.

¹⁶ Ser Infernal, fantasma hambriento, y animal.

4.b) 1.1.2.2. La buena fortuna general.

4.b) 1.1.2.1.

Siendo un ser humano, habiendo nacido en una tierra central, con los sentidos completos, no habiendo cometido ninguna de las acciones irremediables¹⁷, y teniendo fe en las Tres Colecciones¹⁸.

4.b) 1.1.2.2.

Que haya aparecido un Buda y haya enseñado el Dharma, que su enseñanza aún perdure, que aún haya presencia de sus seguidores y de aquellos dotados de compasión hacia los demás.

4.b) 1.2. Contemplando el gran potencial de la libertad y fortuna.

Una vez que hayas obtenido una vida con los diez tipos de libertad y buena fortuna, el esforzarse solo en los intereses de esta vida es un comportamiento digno de un animal.

Solamente el renacer como un hombre o una mujer en los otros tres continentes¹⁹ es una base adecuada para tomar los votos, pero no en Uttarakuru.

Con la mayor parte de los renacimientos como un dios de los reinos más elevados²⁰ y del Reino del Deseo, no es posible alcanzar por primera vez el Sendero de un Noble²¹.

Una vez que has conseguido un renacimiento humano con una mente poderosa, si tú la utilizas sin un propósito adecuado, eres como alguien aturdido por la magia.

No solo es la base necesaria para transitar por el Sendero del Tathagata, es también la base con la cual tú puedes producir las causas para un renacimiento elevado, para la riqueza y el coraje, que son la generosidad y demás, y no ninguna otra.

Por estas razones, contempla constantemente su potencial.

¹⁷ Hacer sangre a un Buda, matar a la madre, al padre, a un Arhat, crear disensión en la Comunidad destruyendo el Dharma.

¹⁸ Sutra, Vinaya, y Abhidharma.

¹⁹ Los Cuatro Grandes Continentes son: el Continente Sur de Jambudvipa, el Continente Este de Purvavideha, el Continente Oeste de Avaragodaniya, y el Continente Norte de Uttarakuru.

²⁰ Reinos de la Forma, y de la No Forma.

²¹ Arya.

4.b) 1.3. Contemplando cuan difíciles son de obtener.

Manteniéndote enteramente al lado de lo no virtuoso, tú abres la puerta a los reinos inferiores; el ladrón de la ira roba la virtud que hay dentro de ti; dejas de purificar las acciones erróneas del pasado, y de abstenerte de cometerlas en el futuro.

Sin embargo, estas tan tranquilo; ¡pensando que el renacimiento perdurará!

Puesto que el obtener la felicidad depende del Dharma, tienes que practicarlo.

Puesto que tienes maestros espirituales, y libertad y fortuna, tú *puedes* practicarlo.

Si tú no lo haces de esta forma ahora, será difícil el obtener la libertad y fortuna en el futuro.

Puesto que la hora de tu muerte es incierta, ¡practica a partir de hoy!

Comparada con los reinos inferiores, la probabilidad de un renacimiento elevado es muy pequeña.

Si los simples renacimientos elevados son algo raro, ¡considera la rareza de la libertad y fortuna!

En resumen, identifica la naturaleza de la libertad y fortuna, y en el contexto del karma y sus efectos, contempla la dificultad de obtenerlas.

4.b) 2. Como obtener una ventaja completa de ello.

4.b) 2.a) La obtención de certeza al ver el sistema el Sendero espiritual en general.

4.b) 2.b) Como realmente obtener ventaja de ello.

4.b) 2.a) 1. La forma en la que todos los discursos están incluidos en el Sendero de los tres tipos de seres.

4.b) 2.a) 2. Explicando por qué estas siendo guiado de forma progresiva de acuerdo a los senderos de los tres tipos de seres.

4.b) 2.a) 1.

Todos los senderos espirituales- los cuales son el contenido de todos los Sutras- sin ninguna duda, están incluidos en el sendero de los tres tipos de seres²²; pues no hay

²² Seres de capacidad inferior, media, y superior.

ningún Sutra que haya sido pronunciado por ninguna razón distinta del asegurar el logro de un renacimiento elevado, y de unas ciertas buenas cualidades.

Puesto que los tres niveles te permiten alcanzar respectivamente un renacimiento elevado y ciertas buenas cualidades, estas últimas clasificándose en dos²³, y el tercero siendo fundamental, hay inclusión.

4.b) 2.a) 2.1. Qué significa ser guiado de acuerdo a los Senderos de los tres tipos de seres.

4.b) 2.a) 2.2. Explicación de por qué estas siendo guiado progresivamente de esta forma.

4.b) 2.a) 2.1.

En lo referente al camino por el que se es guiado, los senderos inferior e intermedio son compartidos; siendo preparado por alguno de ellos, eres dirigido al sendero de los grandes seres.

4.b) 2.a) 2.2.a. Las Verdaderas razones.

4.b) 2.a) 2.2.b. El Propósito.

4.b) 2.a) 2.2.a.

La bodhicitta²⁴, es la viga maestra del Mahayana²⁵; es como una piedra filosofal para completar las dos colecciones.

Sin que pueda haber ninguna excepción, todos los logros temporales y últimos son conseguidos indudablemente gracias a esta suprema aspiración.

Para realizar la aspiración que comporta semejantes ventajas, necesitas sentir un gran deleite contemplando sus beneficios.

Puesto que tú la alcanzarás gracias al contemplar los senderos compartidos con los seres de capacidad inferior e intermedia, asegúrate de meditar en ellos, y tú la realizarás.

²³ Las buenas cualidades de la liberación personal del samsara, y de la Budeidad.

²⁴ La mente de la Iluminación.

²⁵ Gran Vehículo.

El amor y la compasión son las raíces que permiten su desarrollo; cuando alguien reflexiona en la forma en la que ella²⁶ está personalmente privada de la felicidad, y atormentada por el sufrimiento, si uno no se aterroriza, sería imposible el sentir que los sufrimientos de los demás son insoportables.

Por tanto, al reflexionar con respecto a la forma en la que estás atado a la desolación de los reinos inferiores; y que incluso en los reinos elevados estás privado de la felicidad, de acuerdo a los senderos de los seres inferiores e intermedios, los cuales están relacionados personalmente contigo, surgirá el amor y la compasión hacia los seres sintientes, tus amigos.

Además, las acumulaciones y purificaciones dentro de los senderos de los seres inferiores e intermedios, son los medios para purificar tu mente preparándola para la bodhicitta.

Consecuentemente, contempla de qué forma los tópicos de los senderos inferior e intermedio son auxiliares del sendero de los grandes seres, y desea el practicarlos; el entrenarse de este modo es la base para generar la bodhicitta.

Mantiene la aspiración de la bodhicitta por medio del ritual y del aprender los preceptos; y entonces, cuando sientas que puedes soportar el peso de la práctica de los Hijos de los Conquistadores, toma el voto de la práctica de la bodhicitta, y guárdalo de las transgresiones raíz incluso a costa de tu propia vida.

Abstente de cometer las transgresiones menores e intermedias, y si por haberlas cometido, tus votos se deterioran, restáuralos.

Entrénate en las Seis Perfecciones en general; en particular, logra la calma mental para generar la clarividencia, y la sabiduría con una comprensión determinante de la Asidad; entonces practica Tantra.

Además, habiendo comprendido ambos senderos, el profundo y el vasto; junto con su orden, número, y relación; deja de contentarte con un método incompleto hacia la Budeidad.

4.b) 2.a) 2.2.b.) El Propósito.

Si tú preguntas, puesto que los senderos inferior e intermedio son auxiliares del superior, ¿Por qué hablar de tres?

²⁶ Viendo al ser que sufre como nuestra madre.

Es para vencer la pretensión de aquellos no entrenados de ser un Hijo del Conquistador, y para beneficiar a aquellos de capacidad superior, intermedia, e inferior.

La necesidad de generar las actitudes de los tres tipos de seres de forma progresiva es explicada por los Sutras y por los grandes pioneros.

Un ser de capacidad inferior no es un recipiente adecuado para el sendero supremo, pero no hay ningún daño en el enseñar los senderos compartidos a los seres intermedios y superiores.

4.b) 2.b) Como conseguir realmente una ventaja completa de ello.

4.b) 2.b) 1. Entrenando la mente en los niveles del Sendero compartidos con los seres inferiores.

4.b) 2.b) 2. Entrenando la mente en los niveles del Sendero compartidos con los seres intermedios.

4.b) 2.b) 3. Entrenando la mente en los niveles del Sendero de los grandes seres.

4.b) 2.b) 1.1. El verdadero entrenamiento de la actitud de los seres inferiores.

4.b) 2.b) 1.2. La medida de haber producido esta actitud.

4.b) 2.b) 1.3. Eliminando las ideas con respecto a esto.

4.b) 2.b) 1.1.1. Generando interés hacia las vidas futuras.

4.b) 2.b) 1.1.2. Confiando en el método para obtener la felicidad en las vidas futuras.

4.b) 2.b) 1.1.1.1. Reflexionando en que esta vida no durará, contemplando el ser consciente de la muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.2. Reflexionando sobre cómo serán las vidas futuras, las alegrías y sufrimientos de los dos tipos de renacimiento.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.a) Los inconvenientes de no meditar en el ser consciente de la muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.b) Las ventajas de meditar en ello.

4.b) 2.b) 1.1.1.1. c) Qué tipo de consciencia de la muerte generar.

4.b) 2.b) 1.1.1.1. d) La forma de meditar en el ser consciente de la muerte.

4.b) 2.b) 1. Entrenando la mente en los niveles del Sendero compartido con los seres inferiores.

4.b) 2.b) 1.1.1.1. a)

Por estar pensando cada día: “Hoy no moriré”, y estar interesado tan solo en esta vida, el ojo de tu inteligencia declina; tu virtud es débil, y tus tres puertas están implicadas en acciones incorrectas.

¿Qué podría ser peor que el que estar volviéndole la espalda a la Enseñanza, al actuar de esta forma?

Consecuentemente, desde lo profundo de tu corazón, contempla tu muerte, y ve que la gran importancia que le atribuyes a esta vida es algo vano.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.b) Las ventajas.

El mantener la idea de que tú nunca morirás es la fuente de toda miseria, mientras que el ser consciente de la muerte es la mina de toda excelencia.

En resumen, ahora, cuando tú has obtenido los medios para conseguir los fines de los seres, comprende las faltas del posponer la práctica del Dharma, del sueño y el letargo, del hablar sin sentido, del complacerse en comer y beber, de las distracciones, etc; e instala en tu corazón la incertidumbre con respecto a la hora de tu muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.c) Qué tipo de consciencia de la muerte generar.

Entonces, aunque no puedas detener la muerte, deberías de temer una muerte que estuviera asociada con las faltas.

El morir una vez que hayas parado las causas para los renacimientos inferiores, y que hayas generado las causas para los renacimientos elevados y ciertas buenas cualidades, es la práctica de la persona sabia.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) La forma de meditar en el ser consciente de la muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1. Recordando la certeza de la muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 2. Contemplando la incertidumbre con respecto a la hora de la muerte.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 3. *Contemplando que a la hora de la muerte todo, excepto la Enseñanza, es inútil.*

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1.1. *Contemplando que la muerte vendrá, y que nada puede hacerla volverse.*

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1.2. *Pensando que la duración de la vida no puede extenderse, y que se acorta incesantemente.*

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1.3. *Pensando que tú morirás sin haber tenido tiempo para practicar la Enseñanza mientras estabas vivo.*

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1.1.

Por ahora, es difícil no sentir miedo cuando encaramos la muerte.

“La impermanencia en los Tres Mundos es como las nubes de otoño;

El nacimiento y la muerte de los seres son como el ver escenas de una representación;

Las vidas de los seres pasan como el destello de un relámpago en el cielo,

Y transcurren rápidamente, como las aguas que se precipitan por la ladera de una montaña.”²⁷

Cuando uno ha sido entrenado completamente en la noción de la impermanencia, no hay ni un solo fenómeno externo que no la manifieste.

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 1.2.

Aunque aún estés vivo, cada día te estás acercando a tu muerte:

“¡Ser Heroico!²⁸Cuando en tu primera noche

En este mundo tú entraste en un vientre,

A partir de ese momento, cada día,

Incesantemente corres hacia el Señor de la Muerte²⁹”

²⁷ Del Sutra Lalitavistara.

²⁸ Bodhisattva.

²⁹ Del Sutra Lalitavistara.

4.b) 2.b) 1.1.1.1. d) 1.3.

Cuando eres muy anciano o muy joven no recuerdas la Enseñanza.

En el periodo intermedio, pasas tu tiempo pensando en la comida, bebida, la enfermedad, etc.

Así que incluso aunque vivas cien años, es muy difícil que encuentres tiempo para practicar el Dharma.

Sin embargo, no hay ninguna certidumbre sobre si hoy morirás o vivirás; mantener esto último es el comportamiento del sabio.

Si en vez de esto, mantienes lo anterior, cuando te llegue la hora de la muerte, estarás lleno de remordimientos.

Si tienes que morir, ¿No es mejor estar preparado?

4.b) 2.b) 1.1.1.1.d) 2. Contemplando la incertidumbre con respecto a la hora de la muerte.

(1) Pensando que en este mundo de Jambudvipa, puesto que la duración de la vida es incierta, no hay ninguna certeza con respecto al momento de la muerte.

(2) Pensando también que puesto que el cuerpo es extremadamente frágil, no hay ninguna certeza con respecto al momento de la muerte.

(3) Pensando que las causas de la muerte son muchas, y las de la vida pocas.

(1) La duración de la vida es extremadamente incierta en Jambudvipa³⁰.

(2) Este cuerpo tan débil comporta innumerables factores de muerte.

(3) Aunque hay algunas pocas condiciones que mantienen la vida, estas llegan a convertirse en causas de muerte,

Estas seguro de que vas a morir; ¡Por tanto toma ventaja del Dharma!

4.b) 2.b) 1.1.1.1 .d) 3. Contemplando que a la hora de la muerte todo, excepto la Enseñanza, es inútil.

³⁰ Este mundo, el continente Sur de acuerdo al Abhidharma.

En resumen (piensa): *“Yo tendré que dejar todas las cosas buenas de esta vida;*

Y sin duda también ellas me abandonarán.

Consecuentemente yo no deberé de encapricharme

Con mi cuerpo, con los seres queridos, y con las riquezas; ¡Sino que he de tomar la determinación de practicar el Dharma!”

Por estas razones, no menosprecies esta enseñanza buscando otras enseñanzas más elevadas que están más allá de tu aprehensión; o si te sientes sin fuerzas y piensas: *“Aunque medite, ¡Yo no lograré nada!”*

¡Realiza súplicas, y aumenta tu coraje!

4.b) 2.b) 1.1.1.2. Reflexionando sobre cómo serán las vidas futuras, las alegrías y sufrimientos de los dos tipos de renacimientos.

4.b) 2.b) 1.1.1.2.a) *Contemplando el sufrimiento de los seres infernales*

b) *De los fantasmas hambrientos.*

c) *De los animales.*

4.b) 2.b) 1.1.1.2.

Por tanto, tú morirás pronto; no te queda tiempo para perdurar.

Cuando esto ocurra, tú no dejarás de existir, sino que de acuerdo a tu karma serás lanzado hacia uno de los dos tipos de renacimiento, y renacerás en ellos.

Si caes en uno de los renacimientos inferiores, los tormentos serán numerosos e insoportables: **a)** Calor o frío; **b)** demacración debido al hambre y la sed; **c)** estupidez, respectivamente, durante el periodo de un largo eón intermedio.

Siendo un mes humano equivalente a un solo día, la duración de la vida de un espíritu hambriento es de diez mil de sus propios años; los animales también pueden estar atormentados por el sufrimiento durante tanto tiempo como un eón.

Si no puedes soportar ni la punzada de un espino, pregúntate: ¿Qué sucedería cuando afrontes los tormentos de los reinos inferiores?

4.b) 2.b) 1.1.2. Confiando en el método para lograr la felicidad en las vidas futuras.

4.) 2.b) 1.1.2.1 *Entrenándose en la toma de refugio, la excelente puerta hacia la Enseñanza.*

4.b) 2.b) 1.1.2.2. *Desarrollando la fe de la convicción (en el karma y sus efectos), la raíz de toda la felicidad y buenas cualidades.*

4.b) 2.b) 1.1.2.1.a) *Identificando los objetos.*

4.b) 2.b) 1.1.2.1.b) *La razón para que sean dignos de refugio.*

4.b) 2.b) 1.1.2.1.c) *Qué hace efectivo al refugio.*

4.b) 2.b) 1.1.2.1.d) *Habiendo tomado refugio, los diferentes preceptos que adoptar.*

4.b) 2.b) 1.1.2.1.a)

Confiando en el método para lograr la felicidad en las vidas futuras, aquellos que desean la liberación, toman refugio en quienes están completamente libres de todas las faltas, y que poseen todas las buenas cualidades; al igual que en Su Enseñanza, y en la Comunidad de los Nobles³¹.

4.b) 2.b) 1.1.2.1.b)

Son dignos de refugio aquellos que están completamente libres de todos los miedos personales, que son diestros en los métodos para liberar a los demás de sus temores, y cuya compasión abarca a todos.

Aunque el Conquistador ya ha proveído las condiciones externas para ello, tú tienes que ser quien aporte las condiciones internas: confiar en ellos, y verlos firmemente como un refugio.

4.b) 2.b) 1.1.2.1.c)

Si tú preguntas, ¿Qué hace una práctica de refugio eficaz?

Un *cuerpo hermoso*, espléndido con la gloria de todos los signos y marcas; el *habla*, que con una sola línea contesta todas las preguntas a la vez; la *sabiduría y compasión*, que directamente abarcan la esfera de todos los objetos de conocimiento; la *actividad*, que es espontánea e incesante.

Estas son en resumen, las buenas cualidades de un Buda.

³¹ Buda, Dharma, y Arya Sangha.

Además, la cualidad del Dharma³² es producir lo anterior cuando se medita en ella.

La cualidad de la Sangha es el practicar bien la enseñanza.

Conociendo las cualidades particulares de las Tres Joyas en profundidad, viendo al Conquistador como el Guía, al Dharma como el verdadero refugio, y a la Sangha como los compañeros; y al Guía, a su Dharma, y a su Sangha como libres de faltas, mientras que otros son lo contrario; aquellos que han logrado dentro de ellos todo lo anterior, por este hecho, se considera que tienen una práctica de refugio eficaz.

4.b) 2.b) 1.1.2.1.d)

El abstenerse de tomar refugio en otras deidades y de la intención de hacer daño o matar, y no rodearse de malas compañías, son los preceptos que no han de ser transgredidos.

Con relación a cualquier imagen del Tathagata, aunque esté hecha de madera, hazle ofrendas, ríndele homenaje, desarrolla la fe, etc.

Siente por una sola línea de la Enseñanza, o por una pequeña porción de los hábitos amarillos la misma veneración que sentirías hacia los verdaderos Dharma y Sangha.

Además, siendo tu propio testigo, en relación con las Tres Joyas descarta toda irreverencia, y desarrolla una completa veneración.

Conoce las diferencias entre guías internos y externos, entre las enseñanzas y los discípulos.

Reconociendo la amabilidad de las Tres Joyas, esfuérate sinceramente en hacerles ofrendas.

Guía a los seres a la virtud del tomar refugio.

Cualquier actividad que emprendas, hazla con fe en las Tres Joyas.

De esta forma entrarás en el Dharma del Buda, y establecerás las bases para que todos los votos surjan dentro de ti; las obstrucciones kármicas que habías acumulado previamente, son quemadas y consumidas.

Si el mérito de ello se materializara, el espacio no podría contenerlo.

No caes en los reinos inferiores; eres invulnerable a la confusión producida por humanos y no humanos; alcanzas todos tus fines, y rápidamente realizas la Budeidad.

³² La Enseñanza.

Por lo tanto, seis veces al día y la noche, recuerda estos beneficios, y toma refugio; y sin importar lo que pueda sucederte, nunca abandones el refugio.

Cuando es un asunto de vida o muerte, si tú consideras el abandonar el refugio, o si tú mantienes dos refugios diferentes, tú rompes tus compromisos.

Observando tu miedo a la existencia cíclica³³, y a la capacidad de las Joyas de protegerte de ello, nunca abandones a las Joyas, ni tan siquiera bromeando.

El refugio común es la actitud de fe en ellas.

4.b) 2.b) 1.1.2.2. Desarrollando la fe de la convicción (en el karma y sus efectos), la raíz de toda felicidad y buenas cualidades.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) Contemplando el karma y sus efectos en general.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) Contemplándolos en particular.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) Habiéndolos contemplado, como apartarse de lo no virtuoso, y practicar la virtud.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1. La verdadera contemplación del karma y sus efectos en general.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2. Contemplando los diferentes tipos de karma de forma separada.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1.a) La certeza del karma.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1.b) El crecimiento del karma.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1.c) No experimentando (los resultados) de una acción kármica no cometida.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1.d) Una vez cometida, no se extingue.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 1.

a) A partir de acciones kármicas virtuosas y no virtuosas en general surgen la felicidad y el sufrimiento generales; las formas particulares tanto de felicidad como de sufrimiento, surgen de las formas particularmente sutiles de ambos tipos de karma.

b) A partir de pequeñas virtudes y faltas, surgen gran felicidad y sufrimiento.

³³ Samsara.

c) Sin haber acumulado virtud y faltas es imposible experimentar la felicidad y el sufrimiento.

d) El karma realizado no se agota, y tú no experimentas los efectos de lo que tú no has hecho: no hay un cambio como cuando se dan y reciben regalos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2. Contemplando los diferentes tipos de karma de forma separada.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.a) Explicando que los Diez Senderos son básicos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) Estableciendo el karma y sus efectos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.a)

Aunque todas las acciones de las tres puertas³⁴ no se encuentran en los diez, se enseña que las principales están incluidas en los diez senderos kármicos.

Si tú no adoptas ni siquiera una sola virtud, como la disciplina ética y demás, y aún así te haces pasar por un seguidor del Mahayana, se dice que tú engañas a todo el mundo ante los Conquistadores.

Por lo tanto, son aquellos que vigilan su habla y que controlan bien su mente, y que se abstienen de cometer actos no virtuosos por medio de sus cuerpos, quienes se comportan siguiendo el Sendero del Gran Rishi³⁵.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) Estableciendo el karma y sus efectos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1. Los senderos kármicos negros.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2. Los senderos kármicos blancos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 3. Explicando otros aspectos del karma.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.a) Los verdaderos senderos kármicos negros.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) Su diferencia en gravedad.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) Explicando sus efectos.

³⁴ Cuerpo, habla, y mente.

³⁵ Sabio dedicado a la vida espiritual, en este caso el Buda, el gran Sabio.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.a)

Al considerar las diez no virtudes, comenzando con el *matar*, la forma de analizarlas es desde la base, el pensamiento, y la acción.

La base es otro ser sintiente; la Identificación, la *klesha*³⁶, y la motivación constituyen el pensamiento; el reconocer a un ser como siendo así y así, etc, son las cuatro identificaciones; a *klesha* es cualquiera de los tres venenos³⁷; la motivación el deseo de matar.

Cuando la motivación es general, incluso si está errada, habrá falta.

La acción es apuñalando, envenenando, utilizando magia negra, etc; tanto que lo hagas por ti mismo, como que haya sido hecho³⁸.

Se dice que para que esté completo, debido a la acción, la víctima tiene que morir antes que tú.

El principio de la motivación general es el mismo para las nueve restantes.

La base para el *robo* es la propiedad poseída por algún otro.

En lo que es el pensamiento, la identificación y la *klesha* son análogos al caso de matar.

La motivación es el deseo de privar al dueño de la propiedad, cuando esta no es dada.

La acción es realizada por medio de la fuerza o de la astucia, tanto que lo hagas tu mismo, o que sea hecho.

Además, respecto a las cosas que han sido puestas bajo tu cuidado, las deudas, etc, cuando tú engañas a alguien, en la mayoría de los casos es equivalente al robo.

Se enseña que es completado cuando surge el componente que es un pensamiento de propiedad.

Las bases para la *conducta sexual errónea* son las parejas no apropiadas, tales como tu madre; los orificios no apropiados tales como la boca, el ano, etc; los lugares no apropiados, tales como ante una estupa, tu maestro, etc;

Los momentos no apropiados, tales como durante el embarazo, en los días en los que se toman los votos por un día, y similares.

Para las anteriores no virtudes, con respecto al pensamiento, la identificación tiene que ser inequívoca.

³⁶ Emoción aflictiva.

³⁷ Codicia, enfado, e ignorancia.

³⁸ Instigado por ti.

Pero para las relaciones sexuales se dice que es lo mismo, sin que importe el estar equivocado.

Sin embargo, en el *Tesoro*³⁹ se da una explicación diferente.

La Klesha puede ser cualquiera de los tres venenos.

La motivación es el deseo de tener relaciones sexuales bajo la forma de la conducta sexual errónea; la acción es el esforzarse para lograr ese fin; es completado con el encuentro de dos de los dos (genitales).

Las bases para el *mentir* son que tú viste, etc- las ocho- y el interlocutor que está oyendo.

Dentro del pensamiento, la identificación es la transformación de lo que viste en eso que tu no viste, etc; la klesha es como antes.

La motivación es el deseo de hablar de la identificación transformada; la acción es estar hablando (o no); o asentir.

Es lo mismo cuando te expresas con gestos físicos o con señales.

Tanto que sea para tu beneficio o para el de algún otro, supone al igual mentir.

Para los tres- el mentir, el hablar causando división, y el emplear palabras crueles- se dice que si hay alguien que lo está haciendo por ti, es también un sendero kármico, pero de acuerdo al *Vinaya*, tienes que hacerlo tú mismo.

Se completa cuando otra persona entiende lo que dices.

Cuando los tres- el mentir, etc- no son entendidos, se convierte en hablar sin sentido.

Las bases del *hablar causando división* son los seres compatibles o incompatibles.

Dentro del pensamiento, la identificación y la Klesha son lo mismo que para el mentir.

La motivación es el deseo de separar a los compatibles, y de impedir la reconciliación de los incompatibles.

La acción puede ser el hablar algo que es verdadero o lo contrario, algo que es placentero o al revés.

Puedes hacerlo tú, o hacer que otros lo hagan por ti.

Se completa cuando las palabras que causan división son pronunciadas, y son entendidas.

³⁹ El Abhidharmakosha de Vasubandhu.

La base para las *palabras crueles* es un ser hacia quien sientes hostilidad.

Los dos componentes del pensamiento son los mismos que antes.

La motivación es el deseo de hablar cruelmente.

La acción es hablar de forma desagradable, tanto que sea verdadero como falso, centrándose en las imperfecciones de la ascendencia familiar de alguien, del cuerpo o de la disciplina ética.

Se completa cuando la persona a la que se ha dirigido entiende lo que has dicho.

La base para el *hablar sin sentido* es un asunto insensato.

Dentro del pensamiento, está la identificación del tópico sobre el que deseas hablar como tal.

La Klesha es cualquiera de los tres venenos mentales.

Y la motivación es el deseo de entablar una conversación sin sentido y fútil.

La acción es el comenzar tu charla vacía.

Se consciente de que se completa tan pronto como has hablado sin sentido.

La base de la *codicia* es la riqueza o propiedad de otra persona.

Dentro del pensamiento, la identificación consiste en el reconocimiento como tal.

La klesha es uno de los tres venenos, y la motivación es el deseo de poseerlo.

La acción es proponerse ese fin.

Se completa cuando, considerando la riqueza y demás, cualquiera que pueda ser, surge el pensamiento: “*¡Que pueda ser mío!*”

La base para la *malicia* y los dos primeros componentes del pensamiento son los mismos que para el habla cruel; la motivación es el deseo de golpear a alguien, el deseo de que sus pertenencias se deterioren, etc.

La acción es mantener semejantes pensamientos.

Se completa cuando tú decides golpear a alguien, etc.

Se afirma que la base de las *visiones erróneas* es algo que existe.

La identificación es el reconocimiento de la verdad del objeto negado.

La klesha es cualquiera de los tres venenos; la motivación es el deseo de negar su existencia.

La acción es proponer este fin: negando la existencia de los cuatro **1)** causas, **2)** efectos, **3)** actividades, **4)** entidades existentes.

Se completa estando seguro de tus negaciones.

Los karmas mentales, como intenciones, son karma; no senderos kármicos.

Los siete karmas físicos y verbales son karma y también senderos kármicos.

Los tres- la codicia, etc- son senderos kármicos, no karma.

Una acción que es instigada por una intención es necesariamente un sendero kármico.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) Su diferencia en gravedad.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 1. La gravedad de los diez senderos kármicos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2. A este respecto, una breve explicación del poderoso karma.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 1.

Con respecto a los siete karmas físicos y verbales, el precedente es más grave que el que le sigue.

Con respecto a los tres mentales, el siguiente es más grave que el que le precede.

Además se dice que aquellos que son motivados por una forma violenta de cualquiera de los tres venenos, que son hechos a lo largo de un periodo largo de tiempo, de forma habitual, o muchas veces, son más graves.

El karma generado **1)** continuamente, **2)** de forma apasionada, **3)** sin antídoto, con relación a una base dotada de buenas cualidades o que sea importante para ti; estando la base dividida en dos: **4)** el poseedor de las buenas cualidades, y **5)** quien se beneficia de ellas; se enseña que estos cinco factores devuelven substancialmente cualquier acto virtuoso o no virtuoso, que tú hayas hecho.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2. Con respecto a esto, una breve explicación del poderoso karma.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.1. Poderoso con respecto al campo.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.2. Poderoso con respecto a la base.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.3. Poderoso con respecto a la acción.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.4. Poderoso con respecto al pensamiento tras él.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.1.

Con respecto a las Tres Joyas, los gurús, los seres objeto de ofrendas, los padres, etc, cualquier bien o daño que hagas, tendrá como retribución respectivamente un gran mérito o una gran falta.

El robo de las propiedades de las otras joyas es reparado devolviéndolas; el coger las propiedades de la Sangha no es purificado hasta que no experimentes el resultado.

El robar a la Sangha su fuente de alimentación lleva a renacer en el Gran Infierno; el robar cualquier cosa suya lleva renacer en la Oscuridad, contiguo al Tormento sin Respiro.

Comparado con el arrojar a todos los seres de las diez direcciones dentro de una oscura prisión movido por el odio, es aún peor el decirle a un Bodhisattva: “*Eres horrible. ¡No quiero verte más!*” y darle la espalda.

Comparado con destruir tantas estupas como granos de arena hay en el Rio Ganges, se enseña que el sentir odio o malicia hacia un Bodhisattva, o el hablarle a uno de forma desagradable, es una falta mucho más grande.

Si lleno de amor hacia ellos, uno restaurara la vista de todos los seres de las diez direcciones que han sido cegados, o liberara a todos los prisioneros y los estableciera en la alegría del reino de Brahma; comparado con ello, se enseña que el aspirar al Gran Vehículo, el desear encontrar a los Bodhisattvas, o el alabarlos, produce un mérito mucho mayor.

Comparado con el matar a todos los seres de Jambudvipa, o robar sus pertenencias, resulta más grave el impedir a alguien que ofrezca a un Bodhisattva un puñado de comida.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.2.

Arrepiéntete de lo que hayas hecho anteriormente, evita volver a hacerlo en el futuro, y no disimules tus faltas.

Por medio del antídoto, practica la virtud; las faltas del sabio son más leves.

El minimizarlas y el sentirte orgulloso de la erudición son particularmente graves.

Comparada una ofrenda a los Conquistadores hecha por un Bodhisattva cabeza de familia, de un montón de lámparas de mantequilla tan alto como el Monte Meru, y tan numerosas como todos los seres que hay en los Tres Reinos, con la ofrenda a los Conquistadores de una sola lámpara de aceite hecha por un Bodhisattva ordenado, esta última es superior.

Siguiendo esta lógica, aquellos que poseen los votos, comparándolos con aquellos que no los tienen, tienen una práctica del Sendero mucho más eficiente.

Si un cabeza de familia se implica en todas las diez acciones no virtuosas durante cien años, aún así, es más grave para un monje con una defectuosa disciplina ética, que lleva el estandarte de los hábitos amarillos, el comer de las ofrendas del que tiene fe un solo día.

Se enseña que es debido a la base por lo que esta falta es tan poderosa.

Sobre la base de los votos, dependiendo de si son tres, o dos, o son los votos tomados por un día, cualquier bien o mal hecho es proporcionalmente mayor.

Sería preferible comer ardientes pedazos de hierro fundido que, para aquellos con una disciplina ética degenerada, fracasar al abstenerse completamente del anterior comportamiento.

Al lado de las faltas cometidas contra el Dharma, las faltas de las diez acciones no virtuosas son insignificantes.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.3.

Entre los diferentes tipos de generosidad, el dar enseñanza; entre los distintos tipos de ofrendas, la ofrenda de tu práctica de las instrucciones. Estas son las mejores.

Existen muchos otros tipos de karma poderoso con respecto a la acción.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.b) 2.4.

La virtud imbuida con el pensamiento de alcanzar la Omnisciencia; y en el caso del actuar erróneamente, imbuida por el odio, la malicia, etc; cualquier acción hecha teniendo a estos potentes factores dentro de ti, y durante mucho tiempo, se enseña que son karmas poderosos con respecto al pensamiento.

La virtud de las tres cualidades básicas no compensa la falta de la malicia.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) Explicando sus efectos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 1. La maduración de los efectos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 2. La concordancia de los efectos con las causas.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 3. Efectos medioambientales.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 1.

Para el acto muy grave de matar, hasta el acto muy grave de los puntos de vista erróneos, se enseña que la maduración es nacer como un ser infernal.

Para los diez de mediana gravedad, es el nacer como un espíritu hambriento.

Para los diez de menor gravedad, es nacer como un animal.

Sin embargo, el *Sutra de Los Diez Niveles*⁴⁰ invierte los efectos de las gravedades media y menor.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 2.

Para el *matar*, el efecto concordante con la causa es tener una vida corta.

Para el *robar* es el carecer de posesiones.

Para el mantener una *conducta sexual incorrecta* es la incapacidad de conservar una esposa.

Para el *mentir* es el ser difamado.

Para el *hablar dividiendo* es el estar separado de los seres queridos.

Para el *hablar con crueldad* es el que te digan cosas desagradables.

Para el *hablar sin sentido* es el que se ignore lo que dices.

Para *las tres mentales* se enseña que es el estar sujeto al apego, al odio, y la ignorancia respectivamente.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 1.c) 3.

⁴⁰ *Dashabhumika Sutra*, incluido en el Avatamsaka.

Se enseña que el efecto medioambiental del *matar* es que en una vida futura, la comida, bebida, medicinas, y fruta no alimentarán.

Para el *robo* habrá sequías e inundaciones, y escasez de frutos.

Para la *conducta sexual errónea*, el lugar será pantanoso, sucio, y repulsivo.

Para el *mentir* el trabajo en los campos y en los barcos será improductivo.

Para el *hablar dividiendo* el terreno será accidentado, haciendo difícil el viajar.

Para el *hablar con crueldad* habrá abundancia de leños, espinas, y grava.

Para el *hablar sin sentido* los frutos de los árboles serán inferiores, y madurarán intempestivamente.

Para la *codicia* las cosas excelentes degenerarán cada año, cada mes, cada día.

Para la *malicia* habrá epidemias, obstáculos, enfermedades, conflictos y guerras.

Para *las visiones erróneas*, los mejores recursos del mundo se agotarán.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2. Los senderos kármicos blancos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2.1 El karma blanco.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2.2 Sus efectos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2. 1.

Ahora yo explicaré los senderos kármicos blancos.

En el presente contexto, de los cuatro- la base, el pensamiento, la acción, y el completarlo- la *base* es otro ser sintiente.

En lo que se refiere al *pensamiento*, debido a ver sus desventajas, es el deseo de abstenerse de ello.

La *acción* es el abstenerse de ello completamente;

El *completarlo* es el karma físico de realizar completamente la abstención.

Esta es la virtud del abstenerse de matar; aplicad esto a las otras (virtudes).

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 2.2.

Los efectos de la maduración de las tres virtudes- grande, media, y pequeña- son respectivamente el nacer como un ser humano, un dios del Reino del Deseo, o un dios de uno de los reinos superiores.

Toma a los efectos concordantes con la causa, y a los efectos medioambientales como siendo los contrarios a los de las no virtudes.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.a) 2.b) 3. Explicando otros tipos de karma.

El karma que te impulsa dentro de un renacimiento feliz es virtuoso; el karma que te impulsa dentro de un mal renacimiento es no virtuoso.

Aunque esto es cierto, el completarse del karma es incierto, y se enseña que existen cuatro combinaciones.

El que tiene ambas condiciones- la de ser hecho intencionadamente, y la de estar acumulado- es el karma cuyos efectos tienen que ser experimentados.

Lo opuesto es el karma cuyos efectos no hay certeza de que sea experimentado.

El karma consumado es aquel que es hecho física o verbalmente después de haber reflexionado sobre ello, lo cual es su motivación.

El karma acumulado es postulado como siendo casi todo el resto, una vez que el diez- lo que es hecho en sueños, etc- ha sido excluido.

Los karmas no acumulados son los diez- lo que es hecho en sueños, etc⁴¹.

Los karmas cuyos efectos tienen que ser experimentados, desde la perspectiva de cuando son experimentados, son llamados “*fenómenos visibles*” cuando se experimentan en esta vida; “*efectos experimentados después del renacimiento*” cuando se experimentan en la siguiente vida; y “*experimentados en otro tiempo*” cuando se experimentan a partir de la tercer vida.

Estas son las tres categorías.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) Contemplando el karma y sus efectos en particular.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 1. *Las ventajas de la maduración completa.*

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 2. *Sus funciones.*

⁴¹ Lo hecho en sueños, lo hecho sin darte cuenta, de forma no intencionada, lo hecho sin intensidad y de forma no continuada, lo hecho por error, lo hecho con olvido, lo hecho sin haberlo querido, lo – éticamente neutral, lo erradicado por el remordimiento, lo erradicado con un remedio.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 3. *Las causas de las maduraciones completas.*

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 1.

Las ventajas de las maduraciones completas, sus funciones, y las causas de las maduraciones completas; con ellas tú consigues una base excelente que lleva a la Omnisciencia.

Tienen que ver con la duración de la vida, color, linaje, poder, habla creíble, grandes poderes, masculinidad, y gran fuerza.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 2.

Una *vida larga* permite la acumulación de virtud.

El *buen color*, la doma de discípulos.

El *buen linaje*, la práctica de tus instrucciones.

El *poder*, atraer a los seres sintientes.

El *habla creíble*, reunirlos por los cuatro medios,

El *gran poder*, que lo que hagas sea reconocido, y lograr que tus instrucciones sean tenidas en cuenta rápidamente.

El tener *un órgano masculino* permite una vasta sabiduría y el no tener obstáculos.

El tener *gran fuerza* trae un gran entusiasmo y el logro de los poderes supra normales.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.b) 3.

Las causas de las *maduraciones completas* son respectivamente:

- 1) No hacer daño a los seres sintientes.
- 2) Hacer ofrendas de luces- tales como lámparas de mantequilla- y ropas nuevas.
- 3) Vencer el orgullo.
- 4) Dar comida, vestido, etc cuando sea requerido.
- 5) La familiarización con el abstenerse de las cuatro faltas del habla.
- 6) Hacer oraciones de aspiración, y el hacer ofrendas a los gurús y las Tres Joyas.

7) El reflexionar en las desventajas de la feminidad, y salvar de la castración.

8) El ayudar de toda forma posible, proveyendo de comida y bebida.

Si las ocho tienen los tres, las maduraciones completas serán excelentes.

Los tres son: el pensamiento puro, la práctica pura, y el campo puro.

Con respecto al pensamiento puro, en lo que a ti atañe, hay dos:

La *dedicación a la Completa Iluminación* de todas las causas virtuosas que hayas producido; y el *producir esas causas* desde lo profundo de tu corazón.

Cuando veas a alguien en armonía con el Dharma, abandona todo tipo de rivalidad y, en vez de ello, regocíjate; y aunque no puedas hacer lo mismo, desea todos los días el poder llegar a ser capaz de hacerlo.

Esos son los dos con relación a los otros.

Con respecto a la práctica pura también hay dos relacionados contigo y con los otros.

El primero es una práctica a largo término, intensa, e ininterrumpida.

El segundo es incitar a aquellos que aún no ejercitan la práctica de la virtud a que lo hagan; alabar a aquellos que lo han hecho de forma que se complazcan en ello; y asegurarse de que lo continuarán haciendo y que nunca lo abandonarán.

Son considerados como campos puros, puesto que ambos, el pensamiento y la práctica proporcionan una abundante y excelente cosecha, y por ello son como los campos.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) *Habiéndolo contemplado, como apartarse de (lo no virtuoso) y practicar (la virtud).*

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) 1. *Una explicación general.*

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) 2. *En particular las forma de purificarte por medio de las cuatro fuerzas.*

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) 1.

Tras haber aprendido con respecto a los karmas blancos y negros, y sus efectos; si no logras una completa certeza con respecto a este tópico de meditación, cuando medites en la vacuidad, tú rechazarás el karma y sus efectos, y cualquiera que sea tu práctica, es seguro que no complacerá a los Conquistadores.

El *Sutra Rey de las Concentraciones*⁴², dice:

*“La Luna y las estrellas pueden caerse de su sitio,
Las montañas, ciudades y el resto pueden desintegrarse,
El elemento del espacio puede adoptar otra forma,
Pero Tú nunca pronunciarás palabras falsas.*

*Semejantes a ilusiones mágicas, burbujas, espejismos y relámpagos,
Todos los fenómenos son similares al reflejo de la luna en el agua;
Los seres sintientes, que tras la muerte van a otra vida,
Los Hijos de Manu, tampoco existen verdaderamente.*

*Sin embargo, los karmas consumados no desaparecen;
Sean blancos o negros, ellos fructifican de forma correspondiente.
Este acercamiento lógico es excelente;
Y aunque es sutil y difícil de comprender, es el objeto de percepción del Conquistador.”*

Además, el *Capítulo de la Verdad*, dice:

*“¡Oh, rey! ¡No mates!
Para todos los seres, su vida es lo más querido;
Por lo tanto, si tu deseas seguir viviendo durante mucho tiempo,
No pienses en matar, ni tan siquiera en lo más recóndito de tu mente”*

De acuerdo a esto, contemplando las diez no virtudes y el resto, refrena incluso la intención de cometerlas.

Puesto que este sistema es muy oculto y extremadamente sutil, es necesaria una inteligencia discriminativa para poder establecerlo con certeza.

⁴² Samadhi raja Sutra.

A este respecto, no te muestres como un bravucón en una contienda; examina cada día tus tres puertas, y esfuérzate en ser consciente, pues se ha ensañado que todo lo que nos ocurre es consecuencia de nuestras acciones.

4.b) 2.b) 1.1.2.2.c) 2.

Corrige tus transgresiones con los procedimientos específicos para cada uno de los tres tipos de votos.

Se dice que la mejor forma de purificar tus faltas es por medio de los cuatro poderes:

1) Un fuerte y repetido arrepentimiento con respecto a un acto no virtuoso cometido es el *poder de la erradicación*;

2) a) El memorizar Sutras, **b)** la creencia en la vacuidad, **c)** el recitar profundos dharanis, **d)** el hacer imágenes del Conquistador, **e)** el esforzarse para hacer ofrendas a las Tres Joyas, **f)** el pronunciar los nombres (de los Budas); estos seis junto con otros, constituyen el *poder de la aplicación de los antídotos*.

3) El refrenar la comisión de actos erróneos y transgresiones en el futuro es el *poder del abandono de la repetición*.

4) La generación de la bodhicitta y la toma de refugio constituyen el *poder de la base*.

Con respecto a cómo son purificadas las transgresiones, se enseña que el sufrimiento que ha de ser experimentado es acortado, aminorado, o neutralizado completamente; o que aquello que de otra forma sería experimentado gravemente en un renacimiento inferior, en vez de ello, acontece en la presente vida simplemente como una enfermedad menor.

Los cuatro poderes purifican incluso los karmas cuyos efectos hay la seguridad de experimentar, y la confesión debilita su capacidad de producir la maduración de los efectos.

Aunque es posible la restauración, lo mejor es la no contaminación

4.b) 2.b) 1.2. La medida de haber producido esta actitud.

El pasar del estar interesado solo en esta vida a interesarse principalmente por las vidas futuras, es la medida del haber producido la actitud de una persona de capacidad menor.

4.b) 2.b) 1.3. Eliminando las ideas falsas con respecto a esto.

El aspirar a conseguir las excelentes cualidades que resultan de un renacimiento elevado, no significa necesariamente que estés produciendo las causas del samsara.

La explicación perfectamente cierta de las prácticas del Sendero compartido con las personas de menos capacidad, está completada.

4.b) 2.b) 2. El entrenamiento de la mente en los niveles del Sendero compartido con los seres de capacidad intermedia.

4.b) 2.b) 2.1. El verdadero entrenamiento en esta actitud.

4.b) 2.b) 2.2. La medida de haberlo producido.

4.b) 2.b) 2.3. Eliminando falsas ideas con respecto a ello.

4.b) 2.b) 2.4. Estableciendo la naturaleza del Sendero que lleva a la liberación.

4.b) 2.b) 2.1. a) Identificando la aspiración a la liberación.

4.b) 2.b) 2.1.b) El método para generarla.

4.b) 2.b) 2.1.a)

No habiendo superado el sufrimiento de los humanos y de los dioses, ni el sufrimiento que surge de lo condicionado, estás seguro de volver a caer en un renacimiento inferior, y el resultado final solo puede ser terrible.

Consecuentemente tienes que entrenarte en la actitud compartida con los seres de capacidad intermedia.

La liberación es la completa libertad respecto a aquello que te ata a la existencia cíclica.

El deseo de lograrlo es la aspiración a la liberación.

4.b) 2.b) 2.1.b) El método para generarla.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1. Contemplando la verdad del sufrimiento- las desventajas de la existencia cíclica.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2. Contemplando los orígenes- el proceso que te arroja dentro de la existencia cíclica.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.a) De entre las Cuatro, demostrando la necesidad de explicar en primer lugar la Verdad del Sufrimiento.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) La verdadera meditación del sufrimiento.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.a)

Si reflexionas sobre los sufrimientos- las desventajas de los correspondientes agregados- al ver sus faltas, el deseo de eliminarlos surgirá por su propio peso.

Una vez que hayas comprendido perfectamente cómo estás atormentado por el sufrimiento, tú te esforzarás realmente para subyugar sus causas, el punto esencial.

Cuando veas que puedes subyugarlas, generarás la determinación de lograr la cesación, en cuyo caso tú realizarás el sendero que lleva a la cesación.

Por esa razón la secuencia- *el sufrimiento, su origen, su cesación, y el Sendero*- es crucial que sea practicada, y ha de ser altamente valorada.

Con respecto a los tópicos de meditación compartidos que se explicaron en el sendero de los seres de capacidad menor, y las meditaciones específicas explicadas en el presente contexto, una vez que hayas discernido de forma precisa los puntos básicos respecto a las meditaciones analíticas o a las de concentración, medita con un estado mental elevado e intenso.

Tú estás practicando las cualidades de los Tres Vehículos con verdadera serenidad y sabiduría, o estados emparentados con ellos- cualquiera que sea el apropiado.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) La verdadera meditación del sufrimiento.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1. Contemplando el sufrimiento de la existencia cíclica en general.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 2. Contemplando los sufrimientos específicos.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) Contemplando los ocho sufrimientos.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.b) Contemplando los seis sufrimientos.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 1.

El sufrimiento del nacimiento tiene cinco aspectos:

1) El sufrimiento está asociado con el dolor y **2)** está asociado con tendencias disfuncionales, **3)** es la base del sufrimiento y **4)** también es la base para las emociones aflitivas, **5)** es sufrimiento porque implica una separación no deseada.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 2.

De la misma forma, el sufrimiento de la vejez tiene cinco aspectos:

1) Un buen físico va declinando, **2)** la fuerza decrece y **3)** los sentidos se deterioran, **4)** el disfrute de los objetos mengua y **5)** la vida degenera.

Reflexiona en esos sufrimientos.....

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 3.

Y entonces están los cinco sufrimientos de la enfermedad:

1) El de la transformación física, **2)** el del incremento de la angustia mental y demás, **3)** de que no haya deseo hacia las cosas atractivas, **4)** el de verte obligado a recurrir a tratamientos desagradables en contra de tus deseos, **5)** y el de la pérdida de tu vida.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 4.

El sufrimiento de la muerte tiene también cinco aspectos:

La separación de **1)** tu cuerpo, **2)** tus pertenencias, **3)** tus queridos familiares, **4)** tus amigos, **5)** y el sufrimiento de la angustia mental.

Reflexionando bien sobre la forma en la que intensamente tienes que soportar todo esto, cultiva el desencanto.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 5.

1) El sufrimiento surge del simple encuentro con gente que no te agrada; **2)** del temor a ser maltratado; **3)** del miedo a que hablen mal de uno; **4)** del terror ante el miedo a una muerte horrible; **5)** de la agitación ante el pensamiento de caer dentro de un renacimiento inferior tras la muerte.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 6.

La separación de lo que te resulta agradable también tiene cinco aspectos:

1) Cuando estás separado de tus compañías y demás, el pesar llena tu mente; **2)** te lamentas **3)** e infringes daño a tu propio cuerpo; **4)** recordándolos y estando afligido debido a ellos, estás lleno de angustia; **5)** no pudiendo ya ser capaz de disfrutar de ellos, sufres.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 7.

El sufrimiento de no tener lo que quieres a pesar de buscarlo, es similar al sufrimiento de la separación de aquello que te resulta agradable.

Aunque te esfuerces en ello y busques eso que tú anhelas, no tienes éxito en ello; y decepcionado, sufres.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.a) 8.

1) Los correspondientes agregados llevan al sufrimiento en el futuro; **2)** también son las bases para el sufrimiento de la enfermedad, la vejez, y demás.

3) En cuanto al sufrimiento del sufrimiento, **4)** y al sufrimiento del cambio, ambos surgen en relación a las tendencias disfuncionales.

5) por su simple producción, los agregados surgen poseyendo la naturaleza del sufrimiento de lo condicionado, por lo tanto los agregados son por naturaleza sufrimiento.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.b) Contemplando los seis sufrimientos.

Los seis sufrimientos son: **1)** la incertidumbre, **2)** la insatisfacción, **3)** el abandonar tu cuerpo repetidamente, **4)** el renacer repetidamente, **5)** el cambiar de situación repetidamente, **6)** el no tener amigos.

Estos están condensados en tres: **1)** el hecho de que en el samsara nada es fiable; **2)** que los placeres samsáricos que experimentas nunca son completamente satisfactorios; **3)** y el hecho de haber entrado en el samsara desde un tiempo sin principio.

El primer sufrimiento tiene que ver con la incertidumbre **1)** del cuerpo obtenido, **2)** de los daños y beneficios recibidos, **3)** de los excelentes recursos, **4)** y de los amigos, cuatro en total.

El segundo es fácil de entender; reconoce el significado del tercero como siendo que no hay un principio para tus series de renacimientos.

4.b) 2.b) 2.1.b) 1.b) 1.b) 2. Contemplando los sufrimientos específicos.

Los humanos también tienen sufrimientos similares a los de los reinos inferiores.

Los asuras⁴³ están oprimidos por su envidia hacia los dioses.

Los dioses del Reino del Deseo también sufren debido a la muerte y al caer más bajo tras la muerte, debido a la intimidación, siendo cortado en pedazos, matado, y expulsado.

Al tener obstrucciones, los dioses de los reinos elevados tampoco disfrutaban de libertad, aunque su concentración es buena, está en sus naturalezas el caer al final.

Para generar el desencanto, reflexiona detalladamente también en los otros sufrimientos.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2. Contemplando los orígenes- el proceso que te arroja dentro de la existencia cíclica.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1. Como surgen los factores mentales perturbadores.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2. Como a través de estos factores tú acumulas karma.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3. Como mueres y renaces.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.a) Identificando los factores mentales perturbadores.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.b) La secuencia en la cual surgen.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.c) Las desventajas de los factores mentales perturbadores.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.a)

⁴³ Semidioses.

Lo mismo que sucede con las semillas cuando no tienen humedad, aunque tú tengas numerosos karmas, si careces de emociones aflictivas, las semillas del sufrimiento no crecerán; por lo tanto, conviértete en un experto sobre como confiar en los antídotos para las kleshas.

- 1) El *apego* es el aferrarse a los objetos agradables.
- 2) La *ira* es un estado violento de la mente, una actitud hostil en relación a sus objetos.
- 3) El *orgullo* es un estado inflado de la mente, que toma la forma de la superioridad.
- 4) La *ignorancia* es una falta de consciencia perturbada⁴⁴ respecto de la verdad y demás.
- 5) La *duda* es un estado mental dividido entre lo que existe y lo que no existe, entre qué es una cosa y qué no es.
- 6) La *visión de lo transitorio* es una comprensión perturbada que ve al yo, etc.
- 7) Las *visiones extremistas* consideran al ego como si fuera percibido por la visión de lo transitorio, y lo ve como eterno, o bien como sujeto a aniquilación.
- 8) El *sostener puntos de vista de superioridad* es una visión perturbada que observa a los agregados de quien sostiene la visión y a la visión errónea, etc, dentro de él.
- 9) La *visión de la supremacía de la ética y de las prácticas* es una visión perturbada que considera a estos como siendo senderos hacia la liberación.
- 10) La *visión errónea* es una comprensión perturbada que niega lo que existe, y que afirma lo que no existe.

Yo he explicado esto de acuerdo al sistema general de principios.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.b)

Para aquellos que postulan que la ignorancia y la visión de lo transitorio son distintas, a partir de la ignorancia que no ve con claridad la condición de los agregados, surge la visión de lo transitorio que confunde a los agregados con el “yo”; a partir de estos, surgen todas las kleshas.

Aquellos que sostienen que las dos son una, afirman que la visión de lo transitorio es la raíz de las kleshas; hay dos escuelas de pensamiento.

⁴⁴ En otras palabras, una klesha o factor mental perturbador.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.1.c)

(Las Kleshas) te destruyen, destruyen a los demás, destruyen tu disciplina ética; tus propiedades van degenerando y se agotan; los maestros y los protectores te sermonean; riñes, pierdes tu buena reputación, y renaces en una situación de carencia de libertad; pierdes la virtud ganada y aún la no ganada, y estás deprimido.

Reflexiona ampliamente y en profundidad en estas desventajas, y siempre que cualquier klesha raíz, o cualquier klesha secundaria surja, se consciente de ello; y pesando: “Ha llegado una”, considera el hacerle frente con su antídoto.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2.a) Identificando el karma que es acumulado.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2.b) La forma en la que es acumulado.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2.a)

Siendo concomitante con la mente, el factor mental que es karma mental, el cual impulsa a la mente hacia sus objetos, es el karma como intención.

Los karmas físicos y verbales que están motivados por el karma como intención, se dice que son karmas deseados.

Los karmas no virtuosos son karmas no generadores de mérito, los karmas meritorios son virtudes que se encuentran dentro de los seres del Reino del Deseo.

Los karmas invariables son postulados como virtudes contaminadas que se encuentran dentro de los seres de los Reinos de la Forma y de la No Forma.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.2.b)

Puesto que los Aryas no acumulan karma recién hecho para ser impulsados hacia el samsara, aquellos que lo acumulan son todos seres ordinarios, desde el nivel de “Supremo Dharma”⁴⁵ del Camino de la Preparación del Mahayana hacia abajo.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3. Como mueres y renaces.

⁴⁵ El cuarto de los niveles del Camino Mahayana de la Preparación.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.a) Los factores de muerte.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.b) El pensamiento a la hora de la muerte.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.c) De donde se va el calor.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.d) Como después de la muerte alcanzas el estado intermedio.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.e) Como desde allí renaces en una vida nueva.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.a)

Los factores de la muerte son la consunción de la duración de la vida, el agotamiento del mérito, el morir antes de que la duración de la vida se complete, etc; todas esas nueve causas están dadas en los Sutras.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.b)

A la hora de la muerte, ambos, el pensamiento virtuoso y el no virtuoso pueden surgir en tu mente mientras persiste la consciencia burda.

Si tú mueres en un estado neutral de mente, ninguno de los dos tipos de pensamiento mencionados anteriormente sucede.

Aquellos que han atesorado virtud, parecerán pasar desde la oscuridad a la luz, y la angustia de su muerte será menos intensa; para los pecaminosos la experiencia es la opuesta.

Cuando mueren aquellos que han acumulado actos no virtuosos, ellos perciben diversas formas desagradables, y experimentan un gran sufrimiento.

Aquellos cuyas acciones fueron neutras, a la hora de la muerte no experimentan ni sufrimiento ni alegría.

Se enseña que, aparte de que se renazca como un dios o como un ser infernal, las angustias de la muerte son experimentadas para todos los tipos de renacimiento.

Cuando mueres, de entre el pensamiento no virtuoso y el pensamiento virtuoso, se manifestará el que sea más familiar para ti; si tú posees la misma familiaridad con ambos, aquel con el que primero pienses permanecerá manifiesto, y no podrás pensar en nada más.

Sin embargo, cuando entra en juego el aspecto sutil de la mente, cesan ambos tipos de pensamiento, y la mente se convierte en neutra.

Cuando estás muriendo, mientras tanto que las diversas apariencias permanecen claras, debido a la prolongada familiarización, surge el apego a tu “yo”.

Debido al poder del apego a tu “yo”, tú piensas: “Yo dejaré de existir”. Entonces acontece un sentimiento de apego hacia tu cuerpo, el cual genera el estado intermedio.

Quienes han entrado en la Corriente, y Quienes Retornan Una Vez, no están sometidos al apego al “yo”.

En *Quienes No Retornan*, el apego al “yo” no ocurre.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.c)

Para los virtuosos y para los transgresores, el calor se va de la parte inferior y de la parte superior del cuerpo, respectivamente; la consciencia parte desde el corazón.

Al principio, cuando naces; y al final, cuando mueres, (la consciencia) entra (en la unión de) la sangre y el fluido, en el centro del corazón; y también se va desde allí.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.4.d)

Como una escala que se vuelca, una vez que mueres, tú entras inmediatamente en el estado intermedio.

Surges con los sentidos completos, y con la forma corporal de tu futuro renacimiento; del cual se dicen ambas cosas, que puede, y que no puede ser cambiado.

Los seres del estado intermedio similares a ti, y aquellos dotados con la visión divina pura, ven a los seres del estado intermedio, y los últimos pueden ver sus próximos lugares de renacimiento.

En el estado intermedio, los virtuosos y los transgresores respectivamente ven luz y oscuridad.

En el *Sutra de la Entrada en el Vientre*, se dice (que su color) es como el de un palo quemado, humo, agua, y oro, respetivamente para los (seres que renacen como) seres infernales, animales, espíritus hambrientos, y dioses del Reino del Deseo⁴⁶; y para aquellos que serán seres del Reino de la Forma, el color en el estado intermedio es blanco.

En el caso de renacer en el Reino de la No Forma, no hay estado intermedio.

⁴⁶ Y también como humanos.

En el estado intermedio de un dios, tú asciendes; en el de un humano te mueves hacia delante; en el estado intermedio de un transgresor avanzas con la cabeza baja, y la duración de la vida es como máximo de siete días.

Si tú encuentras tu lugar de nacimiento, la duración no es segura; si no lo encuentras al cabo de siete días, cambias tu cuerpo; es posible permanecer durante siete semanas.

Como las semillas del estado intermedio de renacimiento pueden ser alteradas, un ser en el estado intermedio de un dios puede renacer en cualquier otro estado, lo mismo que puede hacerlo cualquier otro tipo de ser del estado intermedio; el principio es el mismo.

Algunos creen que el Muni⁴⁷ afirmó que el estado intermedio de un dios dura siete días de un renacimiento celestial y demás; pero aquí esto no es aceptado.

4.b) 2.b) 2.1.b) 2.3.e)

Cuando sus padres futuros están copulando, se dice que el ser en el estado intermedio los percibe, pero también se dice que no los percibe- existen estas dos tradiciones.

No obstante, cuando va a renacer como mujer, desea al varón y quiere acostarse con él; y cuando va a nacer como un varón, el desea a la mujer y quiere excluir al hombre.

Entonces ve tan solo los genitales del varón y de la mujer, y al sentirse furioso con ellos, se dice que muere en el estado intermedio.

Similarmente a una escala que se vuelca, es concebido inmediatamente: en los padres se genera un intenso deseo, y el denso semen es producido; gotas tanto del semen como de la sangre se siguen inevitablemente; se mezclan en el lugar del nacimiento, y toman la forma de una capa similar a la que se forma sobre la leche (al ser hervida).

La concepción acontece de forma simultánea: por el poder de la consciencia, los cuatro grandes elementos que generan los sentidos, siendo distintos de la anterior, se combinan con ella, y el (embrión) incluyendo el semen y la sangre, surge junto con los sentidos.

Existen dos visiones: quienes afirman que existe una consciencia básica de todo, dicen que esta entra ahora; aquellos que no postulan una consciencia básica de todo, consideran que entonces nace una consciencia mental.

Si tú no sientes prisa por nacer en el lugar de nacimiento llevado por el apego hacia él, posiblemente no renazcas en ese lugar.

⁴⁷ Sabio, el Buda.

Por lo tanto, los carniceros y similares que han de renacer en el infierno ven a aquellos que han de ser sacrificados estando en ese lugar, y debido al habitual apego a ellos, se apresuran yendo hacia allí.

Entonces, al sentir ira debido a la imagen del lugar de nacimiento (que ellos ven), se acaba su estado intermedio, y renacen.

Cuando renacen los animales, espíritus hambrientos, humanos, dioses del Reino del Deseo, y dioses del Reino de la Forma, ellos ven en el lugar de renacimiento a seres de la misma categoría y, llevados por el apego hacia ellos, se apresuran en ir hacia allí.

A continuación, sienten furia con respecto al lugar de nacimiento y demás- lo restante es como anteriormente.

Aquellos que nacen de forma espontánea anhelan un lugar; quienes nacen del calor y de la humedad anhelan los olores; quienes nacen en los infiernos calientes anhelan el calor; quienes nacen en los infiernos fríos anhelan el frío.

De acuerdo al *Tesoro*, para quienes nacen de huevos se parece a lo que sucede con quienes nacen de un vientre.

4.b) 2.b) 2.2. La medida de haber generado ese pensamiento.

El sentir repulsión hacia el samsara, y el verse atraído hacia un estado de paz, que es similar al deseo de escapar que tienen aquellos atrapados en una casa en llamas o metidos en una prisión, es la medida de haber generado la actitud correspondiente al sendero compartido con los seres de capacidad intermedia.

Con cualquier cosa menor, el deseo de realizar el sendero de la liberación sigue como algo superficial.

Puesto que sin ello no puedes lograr nunca la gran compasión, no dejes que quede en una simple comprensión, sino que has de esforzarte en conseguirlo fervientemente.

4.b) 2.b) 2.3. Eliminando las ideas falsas con respecto a ello.

El estar vagando por el samsara bajo la influencia de los karmas y las kleshas, también es temido por los Bodhisattvas; pero se dice que uno debiera de deleitarse del renacer en el samsara bajo la influencia de la compasión y las oraciones (de aspiración).

¡Comprende el significado de los Sutras!

4.b) 2.b) 2.4. Estableciendo la naturaleza del sendero que lleva a la liberación.

4.b) 2.b) 2.4.a) *Con qué forma de vida triunfar sobre la existencia cíclica.*

4.b) 2.b) 2.4.b) *Con qué sendero triunfar sobre la existencia cíclica.*

4.b) 2.b) 2.4. a)

Si los cabezas de familia también se esfuerzan en hacerlo de este modo, ellos también pueden triunfar sobre el samsara.

Sin embargo, los Conquistadores y sus Hijos cantan numerosas alabanzas respecto al fundamento que supone la ordenación, para vencer las faltas del samsara.

Como el voto de ordenación es el de la liberación personal, mantén esta raíz de la Enseñanza como haces con tu propia vida.

4.b) 2.b) 2.4.b)

El excelente sendero para triunfar sobre el samsara son los *tres entrenamientos*.

“(Si alguien) sirviera a billones de Budas,

Durante tantos eones como granos de arena hay en el Rio Ganges,

Con comida y bebida, con parasoles y estandartes,

Y con filas de lámparas de mantequilla, movido por la fe;

Y si alguien observa un solo precepto durante un día y una noche,

En una época en la que el Sagrado Dharma se está desintegrando completamente,

Y en la que la enseñanza del Sugata está llegando a su fin,

El mérito del último será diez millones de veces más grande.”⁴⁸

¡Mantén esto en mente!

El *Tantra Pedido por Subahu*, dice:

⁴⁸ Sutra del Rey de las Concentraciones. (*Samadhi raja Sutra*)

“De todo el Vinaya- la disciplina ética pura

De la liberación personal que Yo enseñé-

Con la excepción de los signos y observancias (de los monásticos),

Un cabeza de familia practicante del mantra debería de practicar el resto.”

Por lo tanto, tú que aspiras a la liberación, por medio de tu práctica de Sutra y Tantra- cada uno completando al otro- ¡Difunde y desarrolla el Dharma del Conquistador!

La explicación perfectamente cierta de la práctica del sendero compartido con los seres de capacidad intermedia, está completada.

4.b) 2.b) 3. El entrenamiento de la mente en los Niveles del Sendero de los seres de gran capacidad.

4.b) 2.b) 3.1. Mostrando al espíritu de la Iluminación como siendo la única puerta de entrada al Mahayana.

4.b) 2.b) 3.2. Como desarrollar esa aspiración.

4.b) 2.b) 3.3. Habiendo desarrollado el espíritu de la Iluminación, como entrenarse en la práctica del Bodhisattva.

4.b) 2.b) 3.1.

Incluso aún obteniendo la simple liberación, tras la exhortación de los Budas, tú tendrás que entrar en el Gran Vehículo.

Por lo tanto, *“Inspirado por el altruismo puro, entra en el Vehículo que enseñó el Conquistador Sakyamuni movido por la compasión.”*⁴⁹

Es la fuente de todo lo bueno, para ti y para los demás, y el camino único transitado por todos los sabios.

Por medio del trabajar para el bienestar de los demás, alcanzas el tuyo de forma natural. ¡Eso es extraordinario!

⁴⁹ Aryasura, el *Compendio de las Perfecciones* (Paramita samasa)

El entrar en el Sublime Sendero es un logro sublime.

El espíritu de la Iluminación es la puerta de entrada al Gran Vehículo, pues incluso aunque no tengas nada más, con él te convertirás en un practicante Mahayana; y si lo pierdes, te caes del Gran Vehículo.

4.b) 2.b) 3.2. Como desarrollar esa aspiración.

4.b) 2.b) 3.2.a) Los pasos para entrenarse en el espíritu de la Iluminación.

4.b) 2.b) 3.2.b) La forma de mantenerlo a través del ritual.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1. La instrucción en siete partes, causas y efectos.

4.b) 2.b) 3.2.a) 2. El entrenamiento basado en las obras del Bodhisattva Shantideva.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.1. Certeza con respecto al orden.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2. Los verdaderos pasos hacia el entrenamiento.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.1.1. Mostrando que la compasión es la raíz del Sendero del Mahayana.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.1.2. La forma en la que otras causas y efectos son sus causas o efectos.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.1.1.

1) El espíritu de la Iluminación, **2)** la intención superior, **3)** la compasión, **4)** el amor, **5)** el deseo de devolverles su amabilidad, **6)** el recordar su amabilidad, y **7)** el reconocer a todos los seres como tus madres, son las siete causas y efecto para el logro de la Completa Budeidad.

La compasión es como la semilla, la humedad, el fertilizante, y el fruto maduro para la cosecha que es el estado de la Budeidad.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.1.2.

A partir de estos tres: **1)** el meditar reconociendo a todos los seres como tus madres, **2)** el recordar su amabilidad, **3)** y el deseo de devolverles su amabilidad, surge una disposición de afecto imparcial hacia todos los seres.

A partir de esta disposición surge **4)** el amor que los hace tan queridos como nuestro propio hijo, y el amor genera **5)** la compasión.

Aunque los Oyentes⁵⁰ y los Realizadores Solitarios⁵¹ tienen las *cuatro cualidades inmensurables*, ellos no toman la responsabilidad de terminar con el sufrimiento de todos los seres.

Aquellos que afirman: “*Yo conseguiré la felicidad, y de este modo se la procuraré a mis madres.*” Esos héroes sublimes, con su **6)** intención superior, toman esta responsabilidad.

La compasión inicia esta determinación, y a partir de ella nace el espíritu de la Iluminación.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2. Los verdaderos pasos hacia el entrenamiento.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) Cultivando el interés por el bienestar de los demás.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.b) Cultivando el interés por la Iluminación.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.c) Identificando el espíritu de la Iluminación- el resultado del entrenamiento.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 1. Produciendo los fundamentos para el cultivo de esta actitud.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 2. Cultivando verdaderamente la actitud.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 1.1. Produciendo un estado mental ecuánime hacia todos los seres.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 1.2. Produciendo la visión de ellos como queridos.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 1.1.

Pon un final a la separación que encasilla a los seres, arguyendo que tú tienes amigos y enemigos, y desarrolla la ecuanimidad hacia los seres, sin que en ti haya apego u odio, siguiendo las instrucciones sobre las visualizaciones de los seres indiferentes y de quienes te agradan.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 1.2. Produciendo la visión de ellos como queridos.

⁵⁰ Shravakas.

⁵¹ Pratyekabuddhas.

1) Meditando en tus madres. 2) Recordando su amabilidad. 3) Meditando en el deseo de devolverles su amabilidad.

1) Puesto que tú has estado errando en renacimientos sin principio, no hay ningún tipo de vientre en el que tú nunca hayas nacido; por consiguiente se ha establecido que todos los seres sintientes han sido tus madres.

2) En aquel tiempo, ellos cuidaron de ti con cariño, como hace tu madre en esta vida.

3) ¿Qué podría ser peor que el no desear devolverles su amabilidad?

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.a) 2. Cultivando verdaderamente la actitud.

1) Meditando en el amor. 2) La Compasión. 3) La intención superior.

1) Visualizando a los seres que están privados de felicidad, medita en el amor- el deseo de que todos ellos encuentren la felicidad y demás.

Para su beneficio referirse al *Sutra*⁵² y la *Preciosa Guirnalda*⁵³.

2) Visualizando a los seres sintientes atormentados por los tres tipos de sufrimiento, medita en la compasión- el deseo de que se encuentren libres de su sufrimiento y demás.

Con respecto al orden de la meditación, comienza por tus seres queridos.

3) Entonces reflexiona en los seres que están privados de felicidad, y afligidos con el sufrimiento, y entrénate en la intención superior- tomando para ti la tarea de liberarlos a ellos del sufrimiento.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.b) Cultivando el interés por la Iluminación.

Viendo la necesidad de alcanzar la Iluminación para beneficio de los demás, reflexiona bien en las buenas cualidades de un Buda, lo cual infunde la aspiración de obtenerlas.

4.b) 2.b) 3.2.a) 1.2.c) Identificando el espíritu de la Iluminación- el resultado del entrenamiento.

⁵² La Colección de Cualidades en el Campo de Buda de Mañjushri (*Mañjushri Buddha -ksetra guna-vyuha Sutra*)

⁵³ El *Ratnavali*, de Nagarjuna.

Tras haber determinado que la Omnisciencia es necesaria para tu bien, y que por este motivo desarrollaste ambas aspiraciones⁵⁴ de alcanzar este estado de la mente, comprométete a realizar la Completa Iluminación para el beneficio de los demás.

4.b) 2.b) 3.2.a) 2. El entrenamiento basado en las obras de Shantideva.

Puesto que la querencia hacia ti mismo es la fuente de toda miseria, y puesto que toda excelencia reside en querer a los otros, cesa de quererte a ti mismo y de hacer caso omiso de los demás, e invierte la orientación de las dos actitudes; aplica la entera dedicación al bienestar de los otros, incluso a tu respiración.

4.b) 2.b) 3.2.b) La forma de mantenerlo a través del ritual.

4.b) 2.b) 3.2.b) 1. Adquiriendo (el voto) que aún no has adquirido.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2. Guardando el que has adquirido del deterioro.

4.b) 2.b) 3.2.b) 3. La forma de restaurarlo si se deteriora.

4.b) 2.b) 3.2.b) 1.

a) De quien tomarlo. b) Sobre qué base tomarlo. c) El ritual para tomarlo.

a) Es tomado de alguien que tiene el voto de la práctica.

b) Una vez que hayas entrenado tu mente en ambos senderos compartidos, y sientas un gran entusiasmo hacia el espíritu de la iluminación.

c) Manteniendo la bodhicitta con los preliminares, la parte principal del ritual y su conclusión son excelentes.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2. Guardando el que has adquirido del deterioro.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.1. Entrenándose en las causas para el mantenimiento del espíritu de la Iluminación en esta vida.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2. Entrenándose en las causas que impiden su pérdida en otras vidas.

⁵⁴ Las dos bodhicittas, la convencional y la última.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.1.

Te conviertes en digno del homenaje de dioses y humanos.

Tú eres cuidado por protectores dos veces más numerosos de los que tiene un monarca universal⁵⁵.

La práctica del mantra confiere los dos tipos de logros.

Después de reflexionar en esta cuestión durante muchos eones, los Budas vieron que esto era lo más beneficioso.

Si el mérito de ello se materializara, se llenaría todo el cielo, y más allá.

Puesto que su deterioro significa el errar durante un largo tiempo en los reinos inferiores, no lo abandones ni tan siquiera durante un instante, sino que has de mantenerlo generándolo seis veces cada día.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2.2. El entrenamiento en las causas que impiden su pérdida en otras vidas.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2.2.a) El entrenamiento en el abandono de las cuatro acciones negras que lo debilitan.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2.2.b) Practicando las cuatro acciones blancas que impiden su debilitamiento.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2.2.a)

1) Engañando a los preceptores, a quienes ayudan, y a los dignos de ofrendas con mentiras.

2) El hacer que otros se arrepientan de actos virtuosos realizados, cuando no hay razón para que se arrepientan.

3) El hablar de forma desagradable de los bodhisattvas, llegando a sus oídos.

4) El ser falso e hipócrita por no buenas razones.

El emplear métodos para encubrir tus propios errores, y el simular buenas cualidades de las que careces se explica que son (respectivamente) engaño e hipocresía.

⁵⁵ Chakravartin.

4.b) 2.b) 3.2.b) 2.2.2.b)

Lo contrario de estas cuatro, son las cuatro acciones blancas:

1) Abstenerse de mentir, **2)** mantener una disposición honesta, **3)** considerar intencionadamente a los bodhisattvas como tus maestros, **4)** animar a los seres que tengan esa inclinación a que desarrollen la aspiración hacia la Completa Iluminación.

Estas ocho son las causas para no perder la aspiración suprema en el futuro.

4.b) 2.b) 3.2.b) 3. La forma de restaurarlo si se deteriora.

El ser capaz de tomarlo de nuevo si se deteriora es algo específico de este Vehículo.

Aunque rompas tu voto de la práctica, mientras tú mantienes la bodhicitta aspiracional (aparte de las dos: el abandono de la bodhicitta aspiracional, y el abandono de los seres), el actuar de forma contraria a cualquiera de los preceptos de los bodhisattvas es una falta que entretanto debilita tu compromiso hacia la virtud.

4.b) 2.b) 3.3. Habiendo desarrollado el espíritu de la Iluminación, como entrenarse en la práctica del bodhisattva.

4.b) 2.b) 3.3.a) Habiendo desarrollado el espíritu de la iluminación, por qué es necesario entrenarse en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.b) Mostrando que entrenándose en el método y la sabiduría de forma separada, tu nunca alcanzarás la Budeidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) Explicando el proceso de entrenamiento en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.a)

El tan solo producir la bodhicitta aspiracional aporta grandes beneficios, pero el hacerla el centro de tu práctica es mucho mejor.

Su verdadera práctica consiste en mantener los votos, y entrenarse en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.b)

Con el método y la sabiduría separados, no será lograda la Budeidad.

Entrénate en la inequívoca y completa inseparabilidad del método y la sabiduría.

El *método* en cuestión es el espíritu de la iluminación explicado con anterioridad, la *sabiduría* es la visión que ha dominado la Talidad.

La meditación en la vacuidad mientras se está manteniendo la influencia del espíritu de la Iluminación, y la práctica de la generosidad y demás mientras se está manteniendo la influencia de la sabiduría, es lo que se quiere decir por mantener la *inseparabilidad del método y la sabiduría*.

Algunos afirman que una vez que has establecido la realidad⁵⁶ por medio de la sabiduría discriminativa, entonces uno debería de apartar esta visión, y no pensar en nada; y que esta concentración en un solo punto así enfocada, es la meditación en la realidad.

Entonces, cuando se les pregunta en qué creen, otros mantienen: “Tú no estás estableciendo el significado por medio del análisis correcto, ni concentrándote en él; la “simple absorción” - el emplazar la mente en un estado libre de análisis, y sin pensar en nada- es mejor. Si este estado mental está presente, todos los tipos de acciones incorrectas pueden servir como causas de la Budeidad.”

Bien, entonces ¿Qué encuentras erróneo en el hacer meditación analítica por medio de la sabiduría discriminativa?

“Es que todas las concepciones que piensan: “Esto es esto”, son adherencias a la entidad propia de los objetos que se conciben a partir de las tres esferas; es por esta razón por la que uno fracasa en el vencer las causas del samsara.”

Entonces el ser consciente del refugio, de las cualidades del maestro espiritual, de la libertad y fortuna; el recordar la muerte y los sufrimientos de los reinos inferiores; el amor, la compasión, el desarrollo del espíritu de la Iluminación, y el entrenamiento en los preceptos de la bodhicitta practicada, puesto que tienen que ser determinados individualmente, ¿Tú te atreves a decir que son obstrucciones a la omnisciencia?

Si este fuera el caso, puesto que el meditar más y más en la ausencia de una existencia inherente en los objetos solo serviría para debilitar esas cualidades del refugio y demás, ¿No llegarían la visión y la conducta a ser tan incompatibles como lo son el calor y el frío?

Si esas buenas cualidades no pueden causar la Budeidad, es extraordinario que, de acuerdo a tu visión, transgresiones como la cólera y demás ¡Puedan ser causa de la Budeidad!

⁵⁶ En tibetano: yin lugs, la forma en la que las cosas existen, su modo de existencia último, esto es, la vacuidad.

Si tu afirmas que es como la práctica de la armadura, todo en uno, y que este (método de meditación) incluye a todos los demás, entonces, ¿Por qué no podría un acto de generosidad como el (mandala untado) con boñiga de vaca y orina, y los otros mencionados, ser suficientes en sí mismos?

Esto es solo palabrería, e incorrecto.

¿Cuáles son tus argumentos para probar la veracidad de tus aseveraciones?

Si ellos saben cómo establecer la base- las dos verdades- sin incompatibilidad, entonces quienes poseen una inteligencia amplia, con solo una explicación parcial, comprenderán el método y la sabiduría, los Senderos, y sus resultados: los dos Kayas.

Por lo tanto, en aquellos que de forma decisiva enseñan la ausencia de la existencia inherente, la (Ley de) causa y efecto libre del mínimo error, y que poseen compasión “sin ningún objeto”; ¡Yo tomo refugio!

4.b) 2.b) 3.3.c) Explicando el proceso de entrenamiento en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1. Como entrenarse en el Mahayana en general.

4.b) 2.b) 3.3.c) 2. Como entrenarse en el Vajrayana en particular.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.1. Cultivando el deseo de entrenarse en la práctica del bodhisattva.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.2. Habiéndolo cultivado, mantener los votos de los Hijos del Conquistador.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3. Manteniéndolos, como entrenarse en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.1.

Sin haber tomado los votos del mantra, o los de la disciplina de la liberación personal, no es correcto entrenarse en sus preceptos.

En este contexto, habiéndote familiarizado primero con los preceptos, puedes tomar los votos, lo cual es el método para hacerlos extremadamente estables.

Con respecto a la forma de tomarlos, remitirse a la explicación en el *Capítulo de la Ética*.⁵⁷

⁵⁷ Se refiere al capítulo de los *Niveles del Bodhisattva (Bodhisattvabhumi)*, de Arya Asanga.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3. Manteniéndolos como entrenarse en los preceptos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.a) *La base del entrenamiento.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) *Como los preceptos están incluidos en estas.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) *El proceso por el cual entrenarse en ellos.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.a)

Todos los preceptos están incluidos dentro de las Seis Perfecciones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) Como los preceptos están incluidos en estas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) 1. *Certeza con respecto al número de tópicos verdaderos.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) 2. *En paralelo a esto, la certeza con respecto a su orden.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) 1.

En lo referente a las seis perfecciones, la forma en la que son numeradas es cierto que tiene seis aspectos.

1) Su número es cierto en términos de nacimiento elevado; 2) en términos de completar los dos fines; 3) de realizar los fines de otros; 4) de incluir todo el Mahayana; 5) en términos de los diferentes tipos de métodos; 6) en términos de los tres entrenamientos y demás, su número es cierto como correcto.

Con una base excelente, cualquiera que sea el fin- sea tuyo o de los demás,-mientras permanezcas en el Mahayana, cualquiera que sea el método que uses de entre los diversos métodos, y cualquiera que sea el precepto que practiques, no va más allá de las seis perfecciones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.b) 2.

Entre las seis perfecciones el orden es cierto, la siguiente surge basada en la precedente; y cada una de ellas es superior a la precedente, y la precedente es más burda que la que la sigue.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) El proceso por el cual uno se entrena en ellas.

4.b) 2.) 3.3.c) 1.3.c) 1. Como entrenarse en la práctica (del Bodhisattva) en general.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2. Como entrenarse en las dos últimas perfecciones en particular.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1. Entrenándose en las perfecciones que desarrollan tus cualidades de Buda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.2. Los cuatro medios de reunir que maduran los continuos mentales de los demás.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.1. La forma de entrenarse en la generosidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.2. La disciplina ética.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.3. La paciencia.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.4. El esfuerzo entusiasta.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.5. La concentración.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.6. La sabiduría.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.1.a) La naturaleza de la generosidad. b) Sus divisiones. c) La forma de desarrollarla.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.1.

a) La intención virtuosa de *dar*, y la intención presente cuando uno está dando física o verbalmente estando motivado por esta virtud, es la naturaleza de la generosidad.

b) Sus divisiones son el dar enseñanza y demás.

c) Lo mejor es generar el pensamiento sincero de dar todas tus posesiones a los demás.

El superar tu avaricia simplemente, no es la Perfección de la Generosidad.

Comprende que cuando la intención de dar está completa, la Perfección de la Generosidad está completa.

Cuando tú das tu cuerpo, tus posesiones, y la virtud generada en los tres tiempos, conectando todas las Perfecciones, tú tendrás cubiertas todas las necesidades a corto y a largo plazo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.2.

Principalmente, en términos de la *disciplina ética* del abstenerse, el abandonar la intención de dañar y de devolver el daño sufrido por parte de otros, y sus fundamentos, es la naturaleza de la disciplina ética; tiene tres apartados.

El voto de la liberación personal dentro de la mente de los bodhisattvas es su voto de disciplina ética, no el voto de bodhisattva.

Si el voto de abstención del bodhisattva degenera, se enseña que por este hecho todos los votos se deterioran.

Los preceptos a los cuales te has comprometido, incluso los más sutiles, todos ellos y sin excepción han de ser mantenidos puros.

Aquellos que mantienen la disciplina ética sobresalen como las montañas entre los demás seres.

Sin utilizar la fuerza y la coerción pueden domar a los seres.

No teniendo faltas, estando adornados de este modo, etc- los beneficios son numerosos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.3.

La naturaleza de la *paciencia* es no ser vencido por aquellos que te hacen daño, ni por el sufrimiento; y es determinación con respecto a la práctica del Dharma.

Tiene tres aspectos- la convicción con respecto al Dharma y demás.

Las virtudes son destruidas por la malicia y los puntos de vista erróneos; los actos no virtuosos son purificados por los cuatro poderes; aunque ambos puedan encontrar otras condiciones, entonces no pueden producir sus resultados.

Este es el significado de la "*destrucción de la maduración de los efectos.*"

Para los efectos concordantes con la causa se enseña que no hay certeza.

Puesto que los puntos de vista erróneos, el abandonar el sagrado Dharma, el despreciar a los bodhisattvas, a los gurús, etc, presa del orgullo, produce la maduración de efectos muy graves y destruye las virtudes tal como hace la ira, compórtate de forma tal que seas capaz de pararlo.

En resumen, con respecto a la paciencia e impaciencia, se consciente de sus beneficios y de sus inconvenientes, y estima el adoptar la primera y el abandonar la segunda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.4.

La actitud de deleitarse en la acumulación de la virtud y en ayudar a los seres es lo que incluye principalmente el *esfuerzo entusiasta*.

Si para aliviar un solo sufrimiento de los seres, permanecieras en los infiernos durante un gran lapso de tiempo sin tu esfuerzo entusiasta por lograr la Completa Iluminación, la armadura de tu esfuerzo entusiasta se debilita.

Junto con el entusiasmo por acumular virtud y por ayudar a los seres, hay tres.

Abandona la dilación, la falta de confianza en uno mismo, y el apego a las acciones erróneas.

Sus condiciones favorables son los poderes de **1)** la aspiración, **2)** la perseverancia, **3)** la alegría, **4)** la renuncia.

Mientras estás conectado con todas las Seis Perfecciones y aspiras la virtud, permanece en el esfuerzo entusiasta, y anima a los demás a hacer lo mismo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.5.

La naturaleza de la *concentración* es principalmente la intención que se centra unipuntualmente en un objeto virtuoso.

Con respecto a su *naturaleza* tiene dos aspectos: mundano y supramundano.

De acuerdo a su *orientación* hay tres: **1)** dirigida hacia la serenidad, **2)** hacia la visión profunda, **3)** hacia ambas combinadas.

De acuerdo a la *función*, son **1)** aportar un estado de felicidad física y mental, **2)** proporcionar el logro de buenas cualidades, **3)** ayudar a los seres.

Siempre que entras en un estado de absorción, surge la flexibilidad física y mental, logras los conocimientos superiores, las liberaciones, las totalidades, y las destrezas; y practicas las once formas de ayudar a los demás conforme a sus necesidades.

Esto es lo que significan las divisiones con respecto a la función.

Entrénate en ello en conexión con todas las Seis Perfecciones, como antes.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.1.6.

La *sabiduría* observa un objeto examinado, y es el estado mental que examina todos los fenómenos completamente.

Se enseña que sus tres divisiones son **1)** la realización de lo primordial, **2)** la realización de lo convencional, **3)** y la sabiduría de ayudar a todos los seres.

La sabiduría es la raíz de todas las buenas cualidades visibles e invisibles; erradica todas las miserias de la existencia cíclica y de la paz (personal); hace que sea consistente aquello que parece contradictorio; sin ella, las visiones y la disciplina ética no serán puras; la utilización de la sabiduría para analizar los tópicos que han de ser aprehendidos y contemplados llevará rápidamente a la sabiduría sublime, el fruto de la meditación.

El permitirte olvidar las enseñanzas y el poner todas tus esperanzas en la absorción es como el dejar irse al ganado valioso, y aferrarse a sus huellas.

Por lo tanto, practica la sabiduría conectada con todas las Seis Perfecciones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 1.2. El entrenamiento en los cuatro medios de reunir que maduran el continuo mental de los demás.

1) *Dar cosas* es el dar incluso tu vida y demás, sin dudarlo; **2)** el *habla agradable* es el enseñar a los discípulos las seis perfecciones; **3)** la *ejecución de los propósitos* es el incitarles a practicar lo que tú les has enseñado; **4)** la *consistencia en los propósitos* es actuar en armonía con lo que has enseñado a otros.

Esfuézate en estos elementos básicos para madurar las mentes de los demás.

El dar cosas los pone contentos, y ellos escuchan tus palabras; entonces, el habla agradable disipa su ignorancia y sus dudas; el animarlos a ejecutar los propósitos los inspira a practicar; la consistencia en los propósitos es el armonizar tu práctica con la de los otros, quienes entonces te ven a ti como un modelo.

Con respecto a la práctica de las seis perfecciones tanto durante la meditación como en la post meditación, la calma mental, la visión profunda, y cierta clase de paciencia con respecto al Profundo Dharma son practicadas principalmente durante la absorción meditativa.

La generosidad, la disciplina ética, parte de la paciencia, parte de la concentración y sabiduría son practicadas principalmente en el periodo posterior a la absorción meditativa.

Antes de tomar los votos del compromiso, practica con gran deleite la conducta del bodhisattva y gana confianza; entonces cuando tú tomes los votos por medio del ritual, estos serán muy estables.

Esto completa la explicación clara del desarrollo de la bodhicitta aspiracional, y del entrenamiento en la conducta de los Hijos del Conquistador en general.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2. Como entrenarse en las dos últimas perfecciones en particular.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.1. Los beneficios de meditar en la serenidad y en la visión profunda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.2. Explicando como todos los estados de concentración están incluidos en las dos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.3. La naturaleza de la serenidad y de la visión profunda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.4. Por qué es necesario meditar en ambas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.5. Como el orden es correcto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6. Como entrenarse en cada una.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.1.

El pensamiento fijado unipuntualmente en un objeto virtuoso, y las inferencias de la sabiduría sutil al analizar discriminando son llamadas respectivamente “serenidad” y “visión profunda”.

Las huellas, cualesquiera que puedan ser, que generan más y más percepciones incorrectas en la mente, y los estados mentales que activan esas impresiones- el aferramiento erróneo a los objetos- son conocidos (respectivamente) como “tendencias disfuncionales” y “atarse a los signos”; son eliminados por la meditación de la serenidad y de la visión profunda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.2.

Puesto que las buenas cualidades de la concentración y de la sabiduría, cualesquiera que ellas puedan ser, son todas las cualidades de la serenidad y la visión profunda; por

medio de la práctica de ambas, serenidad y visión profunda, las cuales abarcan todos los estados de meditación, tú consigues la raíz de todas las buenas cualidades de los Tres Vehículos enseñados por el Conquistador.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.3.

Una vez que la distracción hacia el exterior es apaciguada, el estado mental no analítico que observa su objeto unipuntualmente, y que da lugar a que surja la felicidad de la flexibilidad, es la serenidad meditativa.

Cuando la meditación analítica que cabalga en la montura de la serenidad, por su propio poder da lugar a la flexibilidad, se logra la visión profunda.

Puesto que percibe de una forma particularmente clara, es calificado como visión profunda especial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.4.

Algunos afirman que mientras que el aspecto de la claridad de la serenidad carece de intensidad, la visión profunda si la tiene; esto es incorrecto, pues la diferencia estriba en la presencia o ausencia de laxitud, y la serenidad también tienen que estar libre de laxitud: puede garantizarse que todos los estados meditativos libres de laxitud tienen el aspecto de la claridad mental.

Tanto que sea la serenidad como la visión profunda la que esté meditando en la vacuidad, tiene que realizar⁵⁸ la vacuidad; sin embargo, los estados meditativos no discursivos no necesariamente realizan la vacuidad.

Deberías de saber que ambos estados de concentración cuando no están dirigidos hacia la vacuidad, y los estados de concentración que están realizando la vacuidad, provienen de la claridad bienaventurada no discursiva.

Tras haber logrado la serenidad, la sabiduría que analiza la realidad está libre de la falta de la inestabilidad; además, las meditaciones analíticas sobre todos los tópicos que requieren que no haya una falta de la inestabilidad excesiva con respecto a esos objetos, hacen mucho mayor cualquier virtud que tú produzcas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.5.

⁵⁸ En otras palabras: “tiene el aspecto de”

A los seguidores del presente sistema, según el cual la serenidad y la visión profunda tienen que ser producidas en sucesión, si tu les preguntas: “Antes de esto, ¿Qué hay de malo en una persona que tiene una comprensión inicial de la carencia de existencia inherente del yo, que ha conseguido la serenidad y la visión profunda con respecto a la vacuidad al mismo tiempo?”

La respuesta es que para alcanzar una simple experiencia y comprensión de la realidad, nosotros no decimos que se requiera primero el haber logrado la serenidad.

No obstante, para una persona que no ha logrado una realización de la vacuidad surgida de la meditación, el logro de una de la visión profunda especial surgida de la meditación que toma a la vacuidad como su objeto, es posible en el (Tantra del) Yoga Supremo sin meditación analítica previa; sin embargo en las tres clases inferiores del Tantra y en el presente contexto, antes de alcanzar la serenidad, aunque tú puedas buscar una comprensión de la carencia de existencia inherente del yo, y analizarlo de forma repetida, eso solo será insuficiente para hacer posible la serenidad.

Si practicas una concentración meditativa no discursiva, aunque tú alcanzarás la serenidad, puesto que no hay entrenamiento en la visión profunda, la serenidad vendrá primero y después lo hará la visión profunda, y el orden no diferirá.

Con respecto a la forma de lograr la visión profunda, es gracias al análisis de la sabiduría discriminativa como aparece la flexibilidad.

Tanto que sea en relación a como son las cosas, o a su diversidad⁵⁹, el orden es cierto; si fuera de otra forma, contradeciría a los Sutras y numerosos tratados de eruditos y meditadores.

Este orden tiene que ver con un logro inicial; posteriormente puedes meditar primero en la visión profunda.

Algunos, gracias a la visión profunda incluida en el nivel de preparación (del primer Dhyana), alcanzan la serenidad que está incluida en el verdadero Dhyana.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6. Como entrenarse en cada una.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) Como entrenarse en la serenidad meditativa.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) Como entrenarse en la visión profunda especial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) Como unir las dos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 1. Confiando en los requisitos para la serenidad meditativa.

⁵⁹ Esto es, tanto que se refiera a la realidad primordial o a la verdad relativa.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2. Sobre qué base, como meditar en la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3. La medida de haber alcanzado la serenidad a través de la meditación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 1

1) Residir en un lugar armonioso con las cinco buenas cualidades⁶⁰; **2)** tener pocos deseos; **3)** tener contentamiento; **4)** tener pocas actividades; **5)** tener una disciplina ética pura; **6)** y el abandonar los deseos, son los requisitos para la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2. Sobre esta base, como meditar en la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.1. La fase preparatoria.

Medita en los tópicos preparatorios, el espíritu de la iluminación y demás.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2. La fase central.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.1. En qué postura física meditar.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2. La explicación del proceso meditativo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.1.

En la fase central mantiene la postura física con las ocho características.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2. La explicación del proceso meditativo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) Como generar una concentración sin faltas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) Sobre esa base, el proceso de producir los estados mentales.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 1. Que hacer antes de fijar la mente en el objeto de meditación.

⁶⁰ 1) fácil acceso, 2) que sea un buen lugar para vivir, 3) que esté en un buen suelo, 4) tener buenos compañeros, 5) que este bien situado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2. Que hacer mientras la mente se está fijando en el objeto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3. Que hacer una vez que la mente se fijó en el objeto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 1.

Poseyendo alegría y gozo, tú estás físicamente satisfecho y tienes el resultado visible que es la felicidad; puesto que ha sido lograda la flexibilidad, tu mente puede ser dirigida hacia la virtud; como las distracciones incontroladas hacia los objetos incorrectos está apaciguada, no se producen comportamientos incorrectos; tu virtud es poderosa, y pronto alcanzarás los conocimientos superiores y los poderes supra normales; desarrollando la visión profunda que conoce la naturaleza real, tu superas el renacimiento en el samsara.

Para resumir, siempre que medites, ve las virtudes de la concentración y, sintiendo respeto hacia ellas, surgirá la fe; a partir de la fe surge la aspiración, y de ella el entusiasmo; del esfuerzo entusiasta surge la flexibilidad, la cual detiene por completo a la pereza que debilita la concentración.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2. Que hacer mientras la mente se está fijando en el objeto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.1. Identificando el objeto, la base sobre la cual la mente está emplazada.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2. Como fijar la mente en ello.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.1.1. Una presentación general de los objetos de meditación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.1.2. Identificando los objetos en el presente contexto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.1.1.1. Presentando los verdaderos objetos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.1.1.2. Mostrando que objetos son para cada persona.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.1.1.1.

1) Objetos de meditación universales; **2)** objetos para purificar el comportamiento; **3)** objetos para los diestros en la meditación; **4)** objetos para purificar las kleshas, estos son los cuatro tipos de objetos generales.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.1.1.2.

En particular, el objeto para aquellos con un fuerte apego es la fealdad; para aquellos con un fuerte pensamiento discursivo es su respiración.

Además, examina el modo con relación a los objetos de apego, etc.

El apego y demás surgen con una intensidad grande, media o menor, por tanto se han de discernir los remedios que rechazan al apego y el resto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.1.2. *Identificando los objetos en el presente contexto.*

Cuando el pensamiento discursivo es dominante, la respiración es un buen objeto; puesto que el tomar como objeto al cuerpo del Tathagata, etc, sirve para muchos propósitos, practica esto.

Observando repetidamente una imagen del cuerpo del Guía, retiene sus características.

Esto sirve para hacer aparecer una imagen mental del Buda.

Visualízala en tu mente como siendo el verdadero Buda.

Para facilitar que se te aparezca, comienza meditando en las características burdas del cuerpo; cuando estas ya son estables, medita en los detalles.

El cambiar los objetos de meditación impide el logro de la serenidad.

Visualizando varias veces de forma sucesiva la cabeza, los dos brazos, el torso, y las dos piernas, al final, cuando puedes tener una imagen general en tu mente de todo el cuerpo a la vez, y distinguir burdamente las características desde la cabeza a los pies, incluyendo los brazos, aunque aún pueda no ser clara y no incluir la luz, tu deberías de sentirte contento con esto puesto que has “encontrado” el objeto.

Entonces, queriendo hacerlo más claro, si tú lo visualizas una y otra vez, puede llegar a hacerse más claro, pero eso obstaculiza tu concentración.

Aunque pueda no ser muy claro, si el objeto es inequívoco, tú conseguirás la concentración pronto y lograrás la claridad fácilmente.

En este nivel, si el color, forma, tamaño, o número del objeto de meditación cambia, no lo aceptes, sino que mantiene sin fallo el objeto de meditación inicial- esto es de gran importancia.

Si, no importando lo que hagas, es difícil coger una imagen de una deidad para que aparezca, emplaza tu mente en cualquiera de los objetos mencionados antes, o en la visión que investiga la vacuidad, y mantenla allí, puesto que el principal propósito es lograr la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2. Como fijar la mente en ello.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.1. *Presentando el método intachable.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.2. *Rechazando los métodos defectuosos.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.3. *Explicando la duración de las sesiones.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.1.

Los dos rasgos que tiene la concentración son la gran claridad mental- el aspecto de claridad con intensidad- y el aspecto de estabilidad no discursiva que permanece unipuntualmente en el objeto, cualquiera que pueda ser.

Algunos, añadiendo el gozo y la pureza, afirman que son cuatro; sin embargo, la pureza es obtenida por la claridad, y el gozo no necesariamente está aún en este punto.

Por lo tanto, tal como se explicó anteriormente, es cierto que tiene dos rasgos.

La laxitud impide la consecución de la intensa claridad; la excitación imposibilita la concentración unipuntual no discursiva; por tanto, habiendo identificado las condiciones adversas: los aspectos burdos y sutiles de la laxitud y la excitación, aprecia el confiar en las condiciones favorables: memoria y vigilancia.

Habiendo imaginado el objeto de meditación previamente determinado, la intensa memoria se dice que “ata la mente” al objeto, y protege a la mente del estar siendo distraída por otros objetos.

Así que los rasgos de la memoria en este contexto son tres: relacionados **1)** con su objeto, **2)** con su forma de aprehensión, **3)** con su función.

Además, tal como se explicó antes, una vez que has encontrado el objeto de meditación, la mente lo coge, pensando: “*Mi mente está atada al objeto.*”

Una vez que has aumentado la intensa forma de aprehensión, sin estar analizando nada más, el estar manteniendo la fuerza de ese estado mental de forma ininterrumpida es la instrucción sobre como confiar en la memoria.

Cuando se está cultivando la concentración, el principal aspecto de la meditación es desarrollo de la memoria; en lo que se refiere a la memoria, el aspecto de su modo de aprehensión es el recuerdo; y el modo de aprehensión del recuerdo es estar ceñido⁶¹; de otra forma, aunque la claridad pueda ser alcanzada, el aspecto de la claridad carecerá de intensidad.

Aquellos que creen en la meditación sin objetos, también tienen que defender una forma de meditación libre de distracciones, en cuyo caso la forma de la memoria durante la meditación, sin que haya distracción y sin que se pierda el objeto de meditación, se dice que no difiere.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.2.

Algunos creen que de acuerdo con la anterior instrucción sobre la memoria, aunque no hay laxitud, existe un gran riesgo de excitación, y yo los he visto afirmar: *“Una buena meditación surge de una buena relajación”*, lo cual es un caso de confundir la presencia de la laxitud con la meditación.

Algunos piensan que puesto que el aspecto de la claridad está presente, entonces no hay falta; pero en este caso el error está en no distinguir el aletargamiento de la laxitud.

Por lo tanto, el sabio y el interesado deberían de guardar la explicación sobre el grado correcto de soltura y de tensión lo mismo que hacen con sus vidas.

En el punto en el que piensas: *“Si voy un poco más arriba, la excitación surgirá”*, tienes que aflojar un grado; en el punto en el que piensas: *“Si lo dejo así, la laxitud surgirá”*, tienes que elevar la tensión un grado.

Tú sabrás como emplazar tu mente gracias al observarla inteligentemente.

Sin dejar que el modo de aprehensión de la memoria se deteriore, la vigilancia solamente verifica si el objeto raíz se está manteniendo aún o no, y si la laxitud y la excitación han surgido o no, observando y vigilando desde una esquina de la mente.

Antes de que la intensidad del estado mental inicial se pierda, de cuando en cuando, ni demasiado raramente, ni demasiado frecuentemente, examínala; y similarmente de cuando en cuando recuerda el objeto original observado.

⁶¹ Al objeto.

Meditando así, con una fuerte memoria, tú serás consciente de la laxitud y de la excitación.

Si no sigues esta instrucción sobre la memoria, y meditas durante largos periodos, tu sabiduría se deteriorará y tu olvido se incrementará considerablemente.

Comprende la afirmación: *“la mente recita el objeto una y otra vez”*, con el significado de que la memoria mantiene el objeto, sin olvidarlo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 2.2.3.

Mientras que aún tengas la falta de una vigilancia débil, lo cual supone el fracaso a la hora de identificar rápidamente el olvido que lleva a la distracción, al igual que a la laxitud y la excitación, la instrucción es meditar en sesiones de meditación cortas y numerosas.

Calculando una hora como el tiempo de una sesión de meditación, o como media sesión, permanece tanto tiempo como seas capaz.

Adaptando la duración a tu capacidad mental personal, sin forzarte, medita mientras vas rechazando los obstáculos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3. Que hacer una vez fijada en el objeto.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1. Qué hacer cuando acontecen laxitud y excitación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.2. Qué hacer cuando están ausentes.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.1. Aplicando el antídoto para el dejar de identificar laxitud y excitación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2. Aplicando el antídoto contra el no esforzarse en rechazarlos, a pesar de haberlos identificado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.1.1. Estableciendo la definición de laxitud y excitación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.1.2. Como producir la vigilancia que los percibe cuando se está meditando.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.1.1.

Por naturaleza, la excitación se deriva del apego.

Su objeto es placentero y atractivo.

El aspecto de este modo de aprehensión es la agitación y la dispersión.

Se ocupa de su objeto con el aspecto del ansia.

Su función particular y su papel es interferir en la mente que está permaneciendo fijada en el objeto.

En cuanto a la laxitud, la cual o bien es virtuosa o neutral éticamente, no aprehende el objeto estrechamente, aunque es diáfana, la claridad carece de intensidad.

El letargo es una obstrucción o bien no virtuosa o neutral éticamente.

Es una causa de laxitud, y se deriva de la ignorancia.

Es la pesadez física y mental, y la inutilidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.1.2. Como producir la vigilancia que las percibe cuando se está meditando.

Cuando ves que la laxitud y la excitación están a punto de surgir, si no aplicas una fuerte vigilancia, el solo conocer lo que son la laxitud y la excitación será algo inútil.

Así pues, hay dos medios para mantener la vigilancia: como se explicó anteriormente, uno de ellos es confiar continuamente en la memoria; el otro es vigilar atentamente desde una esquina de tu mente, desde dentro de este estado, y examinar si la mente se ha dispersado desde su objeto a otro distinto.

Estas son las dos instrucciones para la aplicación de la vigilancia, pues lo mismo que una fuerte memoria es una causa de la vigilancia, también lo es el estar examinando de forma repetida desde una esquina de tu mente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2. Aplicando el antídoto contra el no esforzarse en rechazarlos, a pesar de su identificación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2.1. Identificando la intención, como rechazar la laxitud y la excitación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2.2. Identificando las causas basadas en las cuales surgen la laxitud y la excitación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2.1.

De la misma forma que por medio del poder de un imán se mueve un trozo de hierro, lo que mueve a la mente hacia la virtud, la no virtud, y lo éticamente neutro es el factor mental de la intención.

En este contexto, el desarrollo del esfuerzo- la intención- es el remedio para el no esforzarse cuando acontecen la laxitud y la excitación.

Puesto que la laxitud surge cuando la mente está vuelta hacia el interior con demasiada lejanía (con respecto al objeto) y ha perdido su aprehensión del objeto de meditación, es meditando en la alegría, y no en la tristeza, como tú la vences.

Por consiguiente, por medio del analizar los objetos deseados, deidades, imágenes de luz, y con la alegría aumentada en tu mente, haz surgir e incrementarse tu aprehensión del objeto.

Camina, haz recitaciones, medita en los seis tópicos de recuerdo⁶², lava tu cara con agua, mira a los planetas y estrellas, contempla los beneficios del espíritu de la iluminación, y de la libertad y fortuna, detiene las causas de laxitud, y medita en cualquier cosa que favorezca la transparencia.

Debido al apego, la excitación corre tras los objetos.

En este caso, meditar en la impermanencia, renunciación, desencanto y demás, apaciguará automáticamente la excitación.

Cuando predomina la dispersión mental, la instrucción es volver la mente inmediatamente hacia el objeto.

Cuando prevalece la excitación, también es apropiado el mover la mente hacia dentro.

4.b) 2.b) 3.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.1.2.2.

El no guardar los sentidos, no comer con medida, el dormir, el estar falto de entusiasmo, y el no ejercitarse en la vigilancia, son las causas comunes a ambas, la laxitud y la excitación.

Las causas específicas de la laxitud son el excesivo sueño, el extender en exceso la práctica de la meditación en la serenidad, permaneciendo en un estado de oscuridad y no deleitándose en mantener el objeto de meditación.

⁶² El Buda, el Dharma, la Sangha, la disciplina ética, la renunciación, las deidades.

Las causas específicas de la excitación son el desencanto insuficiente, el no estar familiarizado con el esfuerzo entusiasta, una forma de aprehensión demasiado ceñida, y el estar distraído por tu tierra natal y por tus seres queridos.

Cuando la laxitud y la excitación están a punto de surgir, tienes que hacerlas parar; si tú descuidas el hacer esto así, restándoles importancia debido a su sutilidad, tu concentración será imperfecta.

Cuando surjan la dispersión y la excitación, busca dentro la estabilidad; cuando la mente este estable, si tú sospechas que pueda haber laxitud, genera una intensa claridad.

No te conformes con una simple transparencia.

Es difícil tenerlas en equilibrio rápidamente, sin embargo a través del hábito en la práctica llega a ir haciéndose más fácil.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.a) 3.2. Qué hacer cuando están ausentes laxitud y excitación.

Una vez que sientes confianza en que la laxitud y la excitación no aparecen durante la sesión de meditación, entonces medita sin aplicación y aminora el esfuerzo, sin permitir que la intensidad de tu aprehensión disminuya.

Durante el nivel preliminar, la (principal falta) es **1)** la *pereza*; cuando uno se esfuerza en la concentración, es el **2)** el *olvido de las instrucciones*; cuando se está en equilibrio meditativo, son **3)** la *laxitud y la excitación*; cuando han surgido la laxitud y la excitación, es **4)** el *no esforzarse*; cuando se está libre de la laxitud y de la excitación, es **5)** la *aplicación*; esas son las cinco faltas.

Las cuatro: **1)** fe, **2)** aspiración, **3)** esfuerzo, y **4)** flexibilidad, impiden la pereza; las cuatro: **5)** memoria y **6)** vigilancia, **7)** aplicación y **8)** ecuanimidad, respectivamente impiden el olvido, la laxitud y excitación, la aplicación y la no aplicación; de este modo, las ocho aplicaciones rechazan las cinco faltas.

Se consciente de que estas son necesarias en el Tantra del Yoga Supremo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) Sobre esta base, el proceso de producir los estados mentales.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 1. El verdadero proceso de generar los estados mentales.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 2. Como son logrados por medio de las seis fuerzas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 3. En esto, como asegurar las cuatro atenciones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 1.

1) Emplazamiento, **2)** emplazamiento continuado, **3)** emplazamiento renovado, **4)** emplazamiento ceñido, **5)** subyugación, **6)** pacificación, **7)** pacificación completa, **8)** atención unipuntual, **9)** y absorción equilibrada, son los nueve (estados) que han de ser cultivados.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 2.

Lo siguiente es como gracias a las seis fuerzas son conseguidos los nueve estados mentales: la primera y segunda de las fuerzas son respectivamente para el primer y segundo estado mental; cada una de las tres del medio produce sucesivamente dos; la última genera el noveno estado: el emplazamiento equilibrado.

Las seis fuerzas son: **1)** aprendizaje, **2)** reflexión, **3)** memoria, **4)** vigilancia, **5)** entusiasmo, **6)** completa familiarización.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 2.2.2.b) 3.

Enfoque forzado, enfoque intermitente, enfoque ininterrumpido, y enfoque sin esfuerzo, añadiendo “atención” a cada uno de ellas, son las cuatro (atenciones).

La primera atención corresponde a los dos primeros estados mentales, la segunda atención corresponde a los cinco siguientes, la tercera atención al octavo, y la cuarta atención al noveno; así es como las cuatro atenciones están aseguradas para los nueve.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3. La medida de haber logrado la serenidad al meditar en ello.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1. Explicando la línea divisoria entre haber logrado y no haber logrado la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.2. Sobre la base de la serenidad, como transitar el sendero espiritual en general.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.3. Explicando en particular como transitar el sendero mundano.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.1. Explicando el verdadero significado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2. El signo de poseer atención, junto con la eliminación de las dudas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.1.1. En relación con el haber obtenido o no la completa flexibilidad, explicando el logro o no logro de la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.1.2. Habiendo alcanzado una completa flexibilidad, explicando cómo es obtenida la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.1.1.

Aunque en el octavo estado mental no hay laxitud ni excitación, puesto que es necesario contar con la memoria y con la vigilancia de forma ininterrumpida, es llamado “*aplicación directa*” o “*esfuerzo*”.

En el noveno esto no es necesario, y por lo tanto se dice que está “*libre de esfuerzo*”.

No obstante, puesto que la flexibilidad aún no ha sido alcanzada, es todavía parte del Reino del Deseo y no es la atención (de la serenidad).

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.1.2.

La incapacidad para dirigir el cuerpo y la mente hacia la virtud tal como tú deseas, es llamada “*disfunción física y mental*”.

Una vez liberado de esto, el cuerpo y la mente, como un copo de algodón, son completamente utilizables para la virtud.

Se ha dicho que una vez que la utilidad es completa gracias a la familiarización, la concentración llega a ser flexible, y es la serenidad meditativa unipuntual.

De acuerdo a los cinco signos anunciadores de la flexibilidad, tan pronto como el cerebro se siente lleno de un gran gozo y demás, la flexibilidad mental y física surge a continuación.

La primera es postulada como una percepción, la segunda como un objeto tangible.

Cuando acontece la flexibilidad física por primera vez, aunque hay gozo físico y mental, y bienestar, las marcas fácilmente identificables de la flexibilidad completa aún no han

sido alcanzadas; posteriormente, cuando el gozo y deleite burdo que podrían desestabilizar a la mente amainan, y son alcanzadas una concentración inamovible tan sutil como una sombra, junto con la concordante flexibilidad, son obtenidas entonces la serenidad y el equilibrio- que es una forma menor de atención incluida en el Reino de la Forma.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2. Los signos de poseer atención, junto con la eliminación de las dudas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2.1. *Los verdaderos signos de poseer atención.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2.2. *Eliminando dudas.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2.1.

Los signos de haber obtenido esta atención son: el poseer la habilidad para purificar las kleshas; cuando se está en equilibrio meditativo los dos tipos de flexibilidad surgen más y más rápido; las obstrucciones causadas por los cinco venenos difícilmente surgen; tras haber salido de la meditación, se mantiene cierta flexibilidad; al mismo tiempo, la serenidad y la flexibilidad se refuerzan y favorecen una a otra; cuando se está en equilibrio meditativo, cesan todas las apariencias burdas, y aparece un sentimiento como si tu mente se hubiera mezclado con el cielo; cuando surges de esta meditación, sientes como si de repente estuvieras redescubriendo tu cuerpo; tus kleshas se van debilitando; hay una incapacidad para que continúe la dispersión mental; el aspecto de la estabilidad va siendo fuerte, y el aspecto de la claridad es muy grande; hay habilidad para combinar el dormir con la concentración, y los sueños son buenos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.1.2.2.

Entonces, tal como se explicó anteriormente, si esta atención o concentración realiza la visión de la ausencia de un yo inherente por medio de una imagen mental, es establecido un tipo de sendero hacia la Liberación al nivel de un ser ordinario.

Si ello está imbuido con el espíritu de la Iluminación, se convierte en un Sendero Mahayana.

Si ninguno de los dos está presente, entonces es una concentración simple, y es común tanto a budistas como a no budistas.

Por esta razón se distinguen dos: concentración gozosa, clara y no discursiva que es una meditación que o bien realiza la realidad correctamente, o no.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.2. Sobre la base de la serenidad, explicando cómo transitar el sendero espiritual en general.

Además, tanto budistas como no budistas, y todos los yoguis de los Tres Vehículos del Buda, han de confiar primero en esto para poder alcanzar los distintos tipos de visión profunda especial: aquellos con los aspectos de la calma y lo ordinario; aquellos que rechazan las kleshas y sus semillas; aquellos de dieciocho constituyentes; aquellos que discernen las características; aquellos en posesión de los aspectos de las Verdades y demás.

Consecuentemente, tal y como se explicó antes, la serenidad es llamada "*la preparación que lo permite todo*".

Respecto a la visión profunda con los aspectos de la calma y lo ordinario, también es practicada por los budistas, pero no es necesario.

Los no budistas no tienen una visión profunda dentro de las Verdades, etc.

Los practicantes del Yoga Supremo también, en la fase del nivel de generación, alcanzan la serenidad pero no con el propósito de conseguir la visión profunda con los aspectos de la calma y lo ordinario.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.a) 3.3 Explicando en particular como transitar el sendero mundano.

Desde el noveno estado mental hasta la atención (sin incluirla) es llamado "*principiante en atención*".

Desde el haber alcanzado la atención hasta (e incluyendo) "*discernimiento de características*", es llamado "*principiante en la purificación de las kleshas*".

Esto es explicado en los *Niveles del Oyente*⁶³. Por lo tanto, la fase preparatoria inicial y discernimiento de características no son análogos.

Si los dos fueran postulados como semejantes, entonces podría haber serenidad sin antes haber concentración meditativa; y la serenidad podría acontecer antes de la fase preparatoria.

⁶³ Una obra de Asanga.

La explicación incuestionable de la puerta de entrada a la serenidad- la naturaleza de la Perfección de la Concentración- está completa.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) Como entrenarse en la visión profunda especial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1. *Confiando en los requisitos para la visión profunda.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 2. *Las divisiones de la visión profunda.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3. *Como meditar en la visión profunda.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 4. *La medida de haber alcanzado la visión profunda por medio de la meditación.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.1. *Una presentación general sobre como confiar en los requisitos de la visión profunda.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2. *En particular, como establecer la visión.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.1.

Una vez que hayas estudiado las obras autoritativas de Nagarjuna y Aryadeva, sus comentarios, y los comentarios a estos; el establecer la excelente visión dentro de ti, con la inteligencia que distingue el significado definitivo del provisional, es el requisito esencial para la visión profunda.

Consecuentemente, tomando como base las obras de Buddhapalita y de Chandrakirti, combina con ellas los contenidos profundos y particulares de todos los otros tratados sobre lo profundo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2. En particular, la forma de establecer la visión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.1. *Identificando la ignorancia⁶⁴ perturbadora.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.2. *Demostrando que es la raíz del estar girando en el samsara.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3. *Deseando rechazar el agarrarse al ego, buscando la visión de la ausencia de un yo inherente.*

⁶⁴ La ignorancia es una klesha, un factor mental perturbador.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.1.

Desde un tiempo sin principio, un objeto no establecido por la concepción, pero aprehendido como establecido por sí mismo, por imperativo de su propia naturaleza, es el objeto a ser refutado: la forma de aprehender la verdadera existencia.

El objeto concebido se dice que es el ego o naturaleza (propia).

Sus bases⁶⁵ son personas y objetos, y en relación a ellos, la refutación de ambos son los dos tipos de ausencia de existencia inherente.

Los dos pensamientos que conciben la existencia de esos objetos en relación con los dos tipos de bases, son los dos tipos de aferramiento al yo.

Aunque algunos Madhyamikas y Cittamatrines⁶⁶ mantienen que el objeto de aferramiento de las personas es el simple “Yo”, cuando se les pregunta por una aclaración con respecto a ese simple “yo”, alguno dice que es la mente que es la base de todo, otros que es la consciencia mental y demás; de acuerdo al presente sistema (el Prasangika⁶⁷), el simple “yo” que es el objeto que da lugar al simple pensamiento de “yo soy”, se afirma como siendo el objeto de refutación; los agregados no son considerados como ejemplos de él ni por un segundo, lo cual es un rasgo esencial de este sistema.

Similarmente, el objeto del pensamiento innato de “esto es mío”, tiene como fuente solamente al “mío”; y se dice que los ojos, oídos y demás de uno no han de ser considerados siéndolo.

Si algo es el objeto de la visión innata de lo transitorio, tiene que dar lugar espontáneamente al pensamiento de “yo” o “mío”; por consiguiente la percepción de Devadatta aprehendiendo a Kratu⁶⁸ como intrínsecamente establecido, no es una visión de lo transitorio sino un caso de aferramiento innato al ego.

Los objetos del aferramiento innato a la existencia inherente de los fenómenos son el agregado de la forma- ojos, oídos, el mundo como contenedor y demás.

El aspecto de ambos aferramientos, a la identidad propia de las personas y de los fenómenos, es la forma de aprehensión que los establece como inherentemente existentes.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.2.

⁶⁵ En tibetano khyad gzhi.

⁶⁶ Adherentes de las escuelas budistas Mahayana del Camino del Medio y de la Solo Mente.

⁶⁷ Junto con la Svatantrika, son las dos escuelas del Madhyamaka o Camino del Medio.

⁶⁸ O si se prefiere, de Juan aprendiendo a Jorge.

Por esta razón, no es suya la simple imputación del ego como siendo permanente, unitario e independiente; o del percibidor y lo percibido como teniendo una substancia distinta, como imputado por el razonamiento, pues no surgen bajo la influencia de principios falsos, y aquellos nacidos como animales a lo largo de innumerables eones también los tienen.

Por consiguiente son conocidos como “aferramiento innato al ego”.

La visión transitoria es la raíz del samsara, y el agarrarse a la existencia verdadera de los agregados es la raíz del samsara.

Si preguntas “¿No significa eso que entonces hay dos raíces diferentes del samsara?”

La respuesta es que lo último es la causa, y lo anterior su resultado.

Aunque sus objetos son distintos, comparten el mismo modo de aprehensión, así que la falta que tú originas, no me afecta a mí.

Es lo mismo para dos momentos sucesivos de ignorancia, por ejemplo, los cuales de acuerdo a vuestro sistema deberían de ser vistos como dos raíces distintas del samsara.

Puesto que la visión transitoria es considerada como ignorancia y como aferramiento a una existencia verdaderamente independiente, no hay falta.

Cuando debido a la ignorancia un objeto es tenido como verdaderamente existente, y el objeto en cuestión no coincide con tu forma de pensar, surge la ira con relación a él.

Cuando coincide con tu forma de pensar, aparece el apego; cuando es neutral no aparecen ni uno ni otro, pero surge otro momento de ignorancia.

La forma en la que aparecen el resto está explicada en el sendero compartido con los seres de capacidad intermedia.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3. Deseando rechazar el agarrarse al ego, buscando la visión de la ausencia de un yo inherente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.a) Por qué es necesario buscar la visión de la realización de la ausencia de un yo inherente, si quieres refutar esta ignorancia.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) Como generar la visión que realiza la ausencia de un yo inherente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.a)

Puesto que se dice que si percibes la ausencia de la existencia inherente del objeto, neutralizas la semilla de la existencia cíclica, si tú refutas adecuadamente el objeto tal y como es percibido por el aferramiento a la existencia intrínseca, de la misma forma que cuando se corta la raíz de un árbol quedan destruidas sus ramas y hojas, tu neutralizas todas las faltas-las kleshas.

Por tanto, si tu no haces caso del sendero que combate la forma en que se aprehende la raíz del samsara, que es el innato aferramiento al yo, ningún otro sendero será capaz de erradicar la semilla de la visión del yo.

Sin tener una mente que esté ocupada en los dos tipos de ausencia de existencia inherente, no es posible hablar de la realización de la ausencia de la existencia inherente, de la misma forma que el rechazar el aferramiento al yo es distinto del extraer una espina.

En resumen, por medio de la comprensión y la meditación en la ausencia de una verdadera naturaleza inherente, es vencido el aferramiento a una verdadera existencia independiente.

La forma errónea de pensar que es una atención incorrecta es superada por ello.

Al superarlo, el apego y demás, los cuales están enraizados en la visión del yo, son también vencidos.

Entonces los karmas que ellos inspiran son superados.

Sin el karma, ya no estaréis obligados a renacer más en el samsara, y existe la certeza de alcanzar la liberación.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) Como generar la visión que realiza la ausencia de la existencia inherente del yo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 1. El orden en el cual son desarrolladas las dos visiones de la ausencia de existencia inherente del yo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2. El verdadero proceso de producción de las dos visiones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3. La presentación de las dos verdades: la convencional y la primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 1.

El discernir la ausencia de una entidad inherente en los objetos en base a imágenes es fácil, sobre la base de otros objetos no lo es; similarmente el realizar la ausencia de la existencia inherente sobre la base de las personas es fácil, sobre la base de otros fenómenos no lo es.

Como en el caso de los símiles, depende de la base.

Por esta razón, de acuerdo al orden en el que es más fácil, *“De esta forma, cuando hayas realizado la ausencia de la existencia inherente en la persona, aplica ese conocimiento de forma acorde a todos los demás fenómenos”*.⁶⁹

Por tanto está explicado, de forma que el orden de la meditación sea el verdadero.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2. El verdadero proceso de producir sucesivamente las dos visiones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2. 1. Estableciendo la no existencia del yo en las personas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2. Estableciendo la no existencia de un yo en los fenómenos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.1. Identificando la persona.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2. Estableciendo su falta de naturaleza inherente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3. b) 2.1.1.

Sean seres ordinarios o Seres Nobles, todos los seres existen solamente como un simple “yo” imputado a sus bases, los agregados.

Por esta razón los agregados son las bases de imputación, y la persona es lo que es imputado, tal como fue explicado claramente en los Sutras.

Como su base de imputación no es la cosa imputada, la visión de los agregados no es la visión del ego de las personas.

Cuando se dice que la visión del ego percibe los agregados, es para refutar la idea de que la substancia del ego es distinta de la de los agregados.

⁶⁹ Sutra de la Sabiduría Condensada; en tibetano mdo shdus pa.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2. Estableciendo su falta de existencia inherente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.1. Estableciendo la falta de una naturaleza inherente en el “yo”.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.2. Estableciendo la falta de una naturaleza inherente en lo “mío”.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3. Sobre esa base explicando como la persona aparece como una ilusión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.1.

- 1) El punto esencial del objeto a ser negado es identificar el modo de aprehensión de la visión del yo.
- 2) El punto esencial de su extensión es refutar una tercera posibilidad con respecto a su existencia.
- 3) El punto esencial de la propiedad del sujeto es ver el error de ambos tipos de existencia.
- 4) El punto esencial de lo que ha de ser establecido es que esto lleva a naturalmente al discernimiento (de la falta de una naturaleza propia verdaderamente existente).

Cuando todos estos cuatro puntos esenciales están presentes, surgirá la visión pura.

Como (una entidad existente) solo puede ser establecida como uno o como múltiple, la existencia verdadera tiene que ser admitida también como una o como múltiple, de la misma forma que ha de tener partes o no tenerlas.

En cuanto a la forma en la que aparece el objeto, como independiente y existiendo por sí mismo, si un objeto existe en la forma en la que aparece, entonces existiría verdaderamente.

Además, si un ego inherentemente existente y los agregados fueran de la misma naturaleza, serían enteramente no diferenciables.

Si estáis de acuerdo con esto, entonces el ego no podría ni tomar, ni descartar a los agregados; tendría que haber tantos egos como agregados hay; y cuando los agregados se desintegran entonces también tendría que desintegrarse el ego; y en este caso el karma que acumula y quien experimentaría sus resultados en el futuro, sería otro intrínsecamente, y no estarían relacionados.

Si vosotros estáis de acuerdo con esto, entonces uno no podría recordar sus vidas pasadas y pensar: “Yo era así”; por lo tanto, la idea de sus existencias como un único continuo inherente es así refutado.

Si afirmáis que el yo inherentemente existente y los agregados se desintegran, entonces el tener un único continuo de vidas pasadas y futuras llegaría a ser imposible.

El estar de acuerdo con esto hace que surjan muchos problemas: entonces tú te encontrarías con resultados kármicos de acciones que no habrías realizado, y tu propio karma sería gastado.

Si un ego inherentemente establecido y los agregados fueran distintos, entonces sería perceptible para el conocimiento válido, pero nadie lo percibe.

Los rasgos de los agregados son producción, mantenimiento, desintegración y demás; puesto que el ego no tendría estos, sería permanente y demás.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.2. Estableciendo la falta de una naturaleza inherente en lo “mío”.

Cuando investigas de esta forma, como no puedes encontrar un yo y unos agregados que sean intrínsecamente uno o distintos, el ego por tanto no es ni intrínsecamente uno ni distinto.

Puesto que no es, lo que es “mío” tampoco existe inherentemente.

Es lo mismo que el hijo de una mujer estéril no desarrollando los ojos.

Esta forma de existencia carente de un yo también se aplica a un “mío” no existente inherentemente.

Con este razonamiento que examina si la base de imputación y el objeto imputado son intrínsecamente uno o distintos, todo el mundo puede ocuparse en el análisis de todas las entidades cognoscibles y realizar las dos verdades- ¡Qué maravilloso!

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3. Sobre esta base, como la persona aparece como una ilusión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.a) Explicando el significado de qué se dice que es como una ilusión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.b) Por confiar en qué método, como sucede la apariencia que es como una ilusión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.a) 1. *Mostrando la forma correcta en la que ocurre la apariencia que es como una ilusión.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.a) 2. *Mostrando la forma incorrecta en la que ocurre la apariencia que es como una ilusión.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.a) 1.

Aunque a los ojos de una percepción directa que lo está percibiendo, indudablemente existe, desde el ángulo de visión que refuta la verdadera existencia, se enseña que el Nirvana también es como una ilusión.

Similarmente, aunque algo se le aparece a una percepción (como verdaderamente existente), ello no existe por sí mismo.

La forma en que aparece: puesto que las personas, formas, sonidos y demás, combinan apariencia y vacuidad, se enseña que sus apariencias son como una ilusión.

Aún siendo vacíos, las acciones y los agentes existen; por lo tanto la existencia no es negada totalmente.

Los fenómenos son completamente carentes de una existencia inherente.

Puesto que esto es conocido, no es una invención de la mente.

Es la verdad de todas las entidades cognoscibles, no solo de unas pocas.

Como ello es establecido por la mente, no es un objeto no adecuado para una mente.

Puesto que es descubierto por una mente que comprende la vacuidad, es cognoscible.

Sin embargo, como no existe verdaderamente, se dice que es como una ilusión.

Si te preguntas: *“El que los reflejos, sueños, ilusiones mágicas y demás, no existen tal como aparecen es establecido por la percepción directa (ordinaria); ¿No hace este hecho ordinarios a los Seres Nobles?”*

El establecer que el reflejo de una cara, los caballos y elefantes mágicamente producidos, y las casas que aparecen en los sueños no son verdaderas casas y demás, no significa que por ello hayas establecido su vacuidad.

No obstante, tal como se ha explicado antes, estos son utilizados como símiles concordantes.

La vacuidad sutil sobre la base de esos objetos es el hecho de que ellos no existen de la forma en la que aparecen; esas apariencias ordinarias están reñidas con su existencia verdadera; esto puede ser establecido por medio de la contemplación.

Después de realizar la falta de existencia inherente utilizando estos ejemplos conocidos de falsedad, tú la realizas en relación a los fenómenos que son conocidos como no siendo falsos.

Así pues, el orden de realización es correcto- el ejemplo, y entonces el significado.

“Quien realiza la vacuidad de una cosa, realiza la vacuidad de todas las cosas.”⁷⁰; el significado de esta afirmación es que cuando la vacuidad es realizada por primera vez, tiene la capacidad para cambiar la orientación (hacia otros objetos) y (la vacuidad) puede ser realizada también en relación a ellos. En cuanto a que es la realización directa (de la vacuidad), la visión verdaderamente real es esa que entiende simultáneamente (la vacuidad en relación a todos los fenómenos).

El comprender que los reflejos, los caballos y elefantes mágicamente producidos, y las casas que aparecen en los sueños no son reales, no permite ni tan siquiera una mínima comprensión de su falta de existencia intrínseca.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.a) 2.

Sin determinar la medida del objeto que ha de ser negado tal como se explicó anteriormente, algunos dicen que puesto que los objetos destruidos por el razonamiento no son encontrados, la mente de quien analiza es similar (no pudiendo ser encontrada cuando es demostrada como falsa), y aquel que la determina como imposible de encontrar necesariamente tampoco tiene que existir.

(En equilibrio meditativo) no hay nada que pueda ser determinado como existente o no existente, entonces surgen diversas apariencias confusas (en el post equilibrio).

Estos son el equilibrio y post equilibrio nihilistas, ¡Los cuales destruyen la interdependencia!

No meditando en las instrucciones que neutralizan el objeto que ha de ser negado, y en su lugar debido al meditar durante largos periodos en los objetos como siendo nada, después de esta meditación las cosas aparecen como humo o arco iris- etéreas, inconsistentes, y vagas- ; semejante equilibrio y post equilibrio solo neutralizan los fenómenos obstructivos burdos.

⁷⁰ Aryadeva: *La Cuatrocientas Stanzas* (Catuhsataka Shastra Karika nama)

Cualquiera que por medio del conocimiento válido ha establecido la combinación de las dos- la ausencia de más ligera existencia inherente, y de causa y efecto- y las postula como no incompatibles, ha descubierto el Sendero Profundo.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.1.2.3.b) Por confiar en qué método, sucede la apariencia que es como una ilusión.

Por lo tanto, cuando estando en equilibrio meditativo, tú neutralizas el objeto de aferramiento a las características, tu meditación en la vacuidad semejante al espacio es realizada correctamente; cuando tú surges de este estado y observas la apariencia de los objetos, ellos aparecen de forma natural como fenómenos ilusorios subsecuentemente logrados.

Similarmente, después de que una intensa meditación analítica sobre la vacuidad ha llevado a la comprobación, tal como se explicó anteriormente, surgen más tarde apariencias ilusorias; no existe una meditación específica para lo ilusorio.

En resumen, una vez que la imagen del objeto que ha de ser negado ha aparecido, tal como ha sido imputado por la ignorancia dentro de tu mente, si existiera una existencia inherente como tal, esta tendría que ser o bien múltiple o una sola, pero para cada caso hay argumentos para desaprobarlo; después de que el análisis del objeto lleve a la comprobación, por el poder del anterior razonamiento, puedes concluir: *“La existencia de una persona no está inherentemente establecida en lo más mínimo”*.

Entrénate una y otra vez de esta manera en la meditación sobre la vacuidad.

Entonces haz que las personas y otros objetos evidentemente convencionales aparezcan en tu mente, y reflexiona: *“Aunque carecen de existencia inherente, pueden existir de forma interdependiente”* hasta que estés seguro de ello.

El símil concordante de esto es que un reflejo está vacío de ser una cara, y sin embargo surge de las condiciones que son un espejo y una cara.

Similarmente, aunque las personas no son establecidas como existiendo inherentemente, ellas surgen de las kleshas, del karma y demás, y son las experimentadoras (de sus resultados).

Reflexiona sobre esta forma de existir una y otra vez.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2. Estableciendo la ausencia de una entidad propia en los fenómenos.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.1. Neutralización por medio de la aplicación del razonamiento previamente explicado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2. Neutralización por medio de otro razonamiento no explicado previamente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.1.

A continuación, durante la meditación, la ausencia de una entidad propia en los fenómenos es establecida aplicándole el argumento previamente explicado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2. Neutralización por medio de otro razonamiento no explicado previamente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2.1. Explicando el razonamiento de la originación dependiente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2.2. Como establecer la ausencia de existencia inherente de los fenómenos no compuestos, por medio de este y del anterior razonamiento.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2.1.

Además, no existen los resultados sin depender de sus causas, ni las cosas con partes sin depender de sus partes.

Por medio del analizar que surgen de forma dependiente, y que también son nominados de forma dependiente como siendo intrínsecamente uno con o bien distintos de aquello de lo que dependen, refuta su existencia verdadera.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 2.2.2.2.

Por consiguiente, la cesación, el espacio, el Nirvana y semejante, son postulados (respectivamente) como siendo alcanzados, conocidos, y como un objeto de refugio; si ellos fueran establecidos inherentemente esto no podría ser; convencionalmente son clasificados como definiciones y lo definido, de otro modo estarían no relacionados o todos serían ambas cosas, definiciones y lo definido.

Si tú afirmas que están relacionados, eso disipa su verdadera existencia.

También con el razonamiento llamado “*uno o distinto*”, las partes de las cosas no compuestas y el poseedor de las partes son analizados como siendo o bien intrínsecamente uno o distinto.

Este razonamiento establece fácilmente su falta de existencia inherente.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3. Presentación de las verdades convencional y primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1. *Sobre qué base están divididas las dos verdades, y el número de divisiones.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.2. *El significado de estas divisiones.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3. *La explicación de cada división.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.

Solo las entidades que conocen clasifican en dos verdades.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.2.

Aunque las dos verdades comparten la misma naturaleza, sus apartados son diferentes.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3. La explicación de cada división.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1. *Verdades convencionales.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.2. *Verdades primordiales.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.3. *Mostrando la certeza de que las verdades son dos en número.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.1. *Explicación literal de “convencional” y de “verdad”.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.2. *Definición de verdad convencional.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.3. *Las divisiones de lo convencional.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.1.

Las personas que han abandonado la ignorancia perciben lo que ocasiona efectos, las formas y demás, como meras convencionalidades.

Para las personas que se agarran a la existencia verdadera, puesto que ante los ojos de su aferramiento a la existencia verdadera aquello que ocasiona los efectos existe verdaderamente, son conocidos como “verdades convencionales”.

Las verdades convencionales no son establecidas por el aferramiento a la existencia verdadera.

No es porque a que ante los ojos del aferramiento a la existencia verdadera algo existe verdaderamente, por lo que ello es establecido como una existencia convencional.

Ante los ojos de las personas que han vencido el aferramiento a la existencia verdadera, solo es postulada convencionalmente, no como verdadera existencia.

Sin embargo, ante sus ojos la verdad convencional es percibida (a través de otros).

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.2.

La definición perfecta de una verdad convencional es: *todo fenómeno que mientras está siendo reconocido por el conocimiento válido como convencional, es encontrado por el conocimiento válido de lo convencional.*

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.3.1.3.

Los Svatantrikas, quienes afirman que la percepción existe por medio de sus propias características, refutan los términos “correcto” e “incorrecto” en relación con los sujetos, pero los admiten para los objetos.

En el presente sistema (Prasangika), la clasificación en correcto e incorrecto realizada por el conocimiento válido convencional mundano es risible.

Por esta razón, aunque con respecto a unas pocas mentes innatamente mundanas se hable de una clasificación en correcta e incorrecta, en este sistema no hay razón suficiente para establecer la existencia de convencionalidades correctas e incorrectas: dado que es imposible para las convencionalidades aparecer siendo compatibles con su modo de ser, solo pueden ser incorrectas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2. Enseñando la verdad primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.1. Explicando el significado de “primordial” y de “verdad”.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2. Explicando la definición de una verdad primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.3. Explicando las divisiones de la verdad primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.1.

Puesto que es el significado (percibido por una mente enfocada en la vacuidad) y es primordial, (lo mejor) es “significado primordial”; y puesto que es sin error, es llamado “verdad”.⁷¹

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2. Explicando la definición de una verdad primordial.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2.a) El verdadero significado.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2.b) Rechazando las dudas.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2.a)

La definición irrefutable de una verdad primordial es: *todo fenómeno que mientras está siendo reconocido por el conocimiento válido como primordial, es encontrado por el conocimiento válido de lo primordial.*

Aunque todo lo que existe es imputado por las mentes convencionales como existente, no todo lo que las mentes convencionales postulan existe necesariamente.

En el presente sistema, la verdadera cesación y el Nirvana son considerados verdades primordiales, no obstante su existencia es confirmada por las mentes convencionales.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.2.b)

En la sabiduría superior del conocimiento de la realidad de un Buda, uno distingue apariencia y percepción (de la vacuidad); la percepción es “no dual”⁷².

⁷¹ El término habitualmente traducido como “verdad primordial”, literalmente se traduce como “verdad de significado primordial “

Algunos afirman que el Nirvana es una entidad no cognoscible, y que en el estado de un Buda no hay nada que conocer; ¡en cuyo caso todos los esfuerzos realizados para llegar a alcanzar un estado de semejante ignorancia no tendrían sentido!

Cuando se dice que Sus mentes no se mueven, se refiere al pensar de forma errónea⁷³.

Los objetos no se aparecen como existiendo verdaderamente para las percepciones naturales de los Budas, pero lo que se les aparece a los otros, se les aparece a ellos.

Todas ellas se les aparecen a los Budas porque son *omniscientes*.

Aunque para la sabiduría superior de los Budas la cual conoce la Realidad y la diversidad, ambas se aparecen como teniendo una misma naturaleza, la primera es conocida como “*consciencia razonada*”, y la última como “*consciencia de lo convencional*”⁷⁴, de acuerdo a la forma en la que es percibido el objeto.

Por consiguiente, aunque los objetos de los dos tipos de percepción no son mutuamente excluyentes, se afirma que los dos sujetos son mutuamente excluyentes.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.b) 3.1.2.3. La explicación de las divisiones de las verdades primordiales.

Las verdades primordiales se dividen en dieciséis; si se condensan es cierto que son los dos tipos de carencia de existencia inherente.

Con respecto a la terminología “Verdad primordial” y “raciocinio primordial”⁷⁵, los grandes seguidores de los principios Svatantrika afirman estos.

Aunque los tibetanos se refieren a ellos como “concordante” y “no concordante”, la interpretación de la anterior terminología es que ellos se refieren a las percepciones no conceptuales y conceptuales de lo primordial, junto con sus objetos.

Se postula que las dos primeras⁷⁶ son “verdades primordiales”, y las dos últimas son “raciocinios primordiales”⁷⁷, esta es la interpretación (Svatantrika).

Además, de las dos conceptualizaciones- la de la existencia verdadera y la de la dualidad- no se encuentra nada en la primera percepción, pero la dualidad se encuentra en la última.

⁷² En otras palabras, no percibe la existencia verdadera de los fenómenos.

⁷³ En otras palabras, al aferrarse a una existencia verdadera.

⁷⁴ Respectivamente percepción de la verdad primordial, percepción y de la verdad convencional.

⁷⁵ Respectivamente la vacuidad, y la mente realizando la vacuidad.

⁷⁶ El conocimiento válido directo de la vacuidad, y su objeto, la vacuidad.

⁷⁷ El conocimiento válido inferido, y su objeto, la vacuidad.

De la misma forma, hay dos vacuidades que son objetos.

Ante los ojos del primer sujeto⁷⁸, están ausentes los dos tipos de elaboraciones.

El último es establecido por la simple ausencia de una verdadera existencia inherente⁷⁹.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 1.2.3.c) 3.3.3. Mostrando la certeza de las dos verdades siendo dos en número.

Puesto que algo o bien es erróneo o no es erróneo, y no existe una tercera posibilidad, definitivamente para las entidades cognoscibles solo hay dos tipos de verdades.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 2. Las divisiones de la visión profunda.

La diferenciación y la diferenciación completa, se dividen cada una de ellas en dos: investigación y análisis; son cuatro desde el punto de vista de la naturaleza.

El surgir desde la discriminación analítica, desde el buscar completamente, y desde los signos, se afirma que son las tres categorías de la visión profunda desde la perspectiva de las tres puertas.

Las seis bases que son vistas por el buscar completamente son **1)** los significados, **2)** generación de efectos, **3)** las características, **4)** las categorías, **5)** tiempos, y **6)** razonamientos.

En resumen, por los seis tipos de búsqueda, son alcanzados los cuatro tipos de visión profunda en términos de naturaleza.

En los *Niveles del Oyente* se enseña que también la visión profunda tiene los cuatro tipos de atención- el enfoque ajustado y demás.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3. Cómo meditar en la visión profunda.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.1. Explicando el significado de “meditando en la visión profunda basada en la serenidad”.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.2. En este sistema, determinando a qué Vehículo, al Mahayana o al Hinayana, pertenece cada sendero.

⁷⁸ La realización directa de la vacuidad.

⁷⁹ La inferencia que está libre de la conceptualización que es la percepción de una existencia verdadera, pero que mantiene el segundo tipo, la percepción de la dualidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.3. Explicando cómo verdaderamente meditar en la visión profunda basada en la serenidad.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.1.

La serenidad y la visión profunda no son distinguidas por sus objetos, ya que tanto la serenidad como la visión profunda tienen ambos objetos- las dos verdades.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.2.

En el equilibrio meditativo del estado de realización del Tantra del Yoga Supremo, la visión profunda especial no es necesariamente meditación analítica como en el otro sistema⁸⁰.

Sin embargo, es afirmada una concentración unipuntual sobre la visión.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 3.3.

Con respecto a la forma de ejercitarse en ambas meditaciones, la analítica y la concentración, los medios para desarrollar un equilibrio entre la fuerza de la serenidad y la visión profunda es hacer que la meditación analítica cabalgue sobre la montura de la serenidad, y ocasionalmente practicar la meditación de la concentración: tú estás alternando las dos meditaciones.

Algunos dicen que no importa cuánto te familiarices con la concepción, pues de ella no surgirá la sabiduría superior no conceptual.

Esto implicaría que de la contaminación y no contaminación, de lo mundano y supra mundano, de los seres ordinarios y los nobles, etc, lo último no podría surgir de lo primero, y que estos son causas y efectos de diferentes categorías.

Algunos afirman que la Talidad está más allá de la comprensión, que ninguna mente, cualquiera que pueda ser, puede comprenderla; no obstante, los términos “imponderable” y “más allá de la comprensión”, etc, sirven para contrarrestar el engreimiento del comprender (la vacuidad) solo por medio del estudio y la reflexión, y para contrarrestar la aprehensión del significado profundo como verdaderamente existente; de otra forma contradecirían muchas escrituras y razonamientos.

⁸⁰ El Vehículo de las Perfecciones.

4.b) 2.b) 3.3.c) 1.3.c) 2.6.b) 4. La medida de haber alcanzado la visión profunda por medio de la meditación.

A través de los seis preliminares, durante las sesiones y entre sesiones, recuerda los puntos esenciales para evitar la laxitud y excitación, impulsado por la memoria, la vigilancia, etc, y mantiene el aspecto de la estabilidad.

Cuando de esta forma el análisis, por medio de la sabiduría discriminativa, lleva a la flexibilidad completa, tal como se explicó anteriormente, es lograda la visión profunda, y también es lograda la unión de las dos.

4.b) 2.b) 3.3.c.) 1.3.c) 2.6.c) Como unir las dos.

Las “dos” son la serenidad y visión profunda; “unión” significa que cada una de ellas interpenetra a la otra.

Cuando, por la fuerza del análisis es lograda la serenidad (flexibilidad), ambos, el “análisis del Supremo Dharma” y la serenidad unipuntual, se mezclan y se combinan en un equilibrio igual.

El proceso es el mismo para cualquier objeto: la realidad o la diversidad.

De esta forma, como un medio para investigar la práctica de los sabios, desde la confianza en los maestros espirituales hasta la serenidad y la visión profunda, yo he compuesto este dulce néctar en versos comprensibles de forma que yo tenga la buena fortuna de encontrar este sendero.

4.b) 2.b) 3.3.c) 2. Como entrenarse en el Vajrayana en particular.

Los sabios que se han entrenado en el camino común, bien proveídos, tienen la inteligencia y el coraje de soportar la gran responsabilidad de unirse al festival del profundo Vajrayana, una vez que ellos han aprendido los Senderos de la Acción, Realización y Yoga, que han bebido en el río de las cuatro iniciaciones que las maduran, y alegremente comen de los dos niveles del Sendero de la Liberación.

¡Que puedan los rayos del Sol de este esfuerzo virtuoso disipar completamente la oscuridad de las mentes de todos los seres, y que pueda yo con certeza alcanzar el estado supremo, el fruto de Realizar el Buen Sendero que regocija a todos los Conquistadores!

Esta obra, llamada la “Esencia de todos los Sublimes Discursos, la Definitiva Puerta a la Práctica”, está extraída de los “Estados del Sendero hacia la Iluminación”. Fue compuesta por aquel conocido como el Maestro del Altruismo, el Gran Meditador Ngaki Wangpo, en Sonrisa Blanca en Zedong. ¡Que pueda asegurar la preservación, la difusión y el desarrollo de las enseñanzas del Buda durante un largo periodo de tiempo!

Trad. al castellano por el ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso.

