

CLÁSICOS TIBET. TSONGKHAPA.

# Tsongkhapa: Consejos en el Camino Gradual.

---

Lam rim Bsdusdo.

Trad. UPASAKA LOSANG GYATSO.



# TSONGKHAPA: CONSEJOS EN EL CAMINO GRADUAL (LAMRIM BSDUSDO)

---

## LOS ASPECTOS PRINCIPALES DE LA PRÁCTICA DE LOS ESTADIOS EN EL CAMINO GRADUAL A LA ILUMINACION.

1)

Rindo homenaje al Buda Gotama, el cabeza del clan de los Sakyas .Tu cuerpo es el producto de diez millones de virtudes y de los dos logros perfectos: la realización del significado de sunyata<sup>1</sup> y la obtención de la bodhicitta<sup>2</sup>. Tu palabra colma las esperanzas de un número infinito de seres conscientes, enseñándoles el Dharma. Tu mente, siendo Omnisciente, percibe todo fenómeno cognoscible de la manera en que existe, como vacío.

2)

Rindo homenaje a Maitreya y a Mañjushri, los dos discípulos principales del Buda Gotama, el Maestro Inmejorable. Vuestras encarnaciones, mostrando el Dharma para ayudar a liberarse a todos los seres conscientes del samsara, se manifiestan en los innumerables mundos, habiendo tomado la responsabilidad de apoyar la acción de la palabra del Buda.

3)

Rindo homenaje a los pies de las dos joyas de los continentes meridionales, Nagarjuna y Asanga, famosos en los Tres Reinos<sup>3</sup>. Vosotros habéis hecho comentarios explicando correctamente lo más difícil de

---

<sup>1</sup> La Vacuidad.

<sup>2</sup> La mente o pensamiento de la Iluminación.

<sup>3</sup> Deseo, Forma, y No forma.

comprender: los Sutras de la Prajnaparamita<sup>4</sup>, que son la Madre de los Budas.

4)

Rindo homenaje a Atisha, el guardián del tesoro de las enseñanzas .Tu impecable compendio de los puntos esenciales, el Bodhipathapradipa<sup>5</sup>, resume y sintetiza los dos carruajes mayores del Mahayana<sup>6</sup>: el camino del profundo discernimiento de sunyata y el de la amplia acción de la bodhicitta. Esto, hecho por primera vez desde el Sutra de la Prajnaparamita del Buda, está conforme con el linaje del Buda a Manjushri y a Nagarjuna, por un lado, y por otro, del Buda a Maitreya y Asanga.

5)

Con el mayor respeto rindo homenaje a mis gurús. Debido a vuestra bondad clarificáis el Dharma, mostrándolo con medios hábiles y efectivos. Para aquellos afortunados en recibir vuestras enseñanzas sois el mejor puente para cruzar el océano del samsara y llegar a la Iluminación. Sois los ojos para que vuestros discípulos vean y comprendan todas las profundas escrituras.

6)

Las etapas en el camino de la Iluminación han sido transmitidas en orden correcto por los propios linajes de Nagarjuna y Asanga, las joyas que coronan a todos los eruditos maestros indios, el estandarte cuya fama resplandece en los Tres Reinos. Puesto que siguiendo estas etapas se puede conseguir la completa satisfacción de los dos objetivos básicos (un renacimiento afortunado y la liberación) de las nueve clases de seres, estos estados se consideran como el rey que concede el poder de las enseñanzas preciosas. Ya que estas etapas combinan las corrientes de miles de escrituras legítimas, son verdaderamente un océano de explicaciones excelentes y correctas.

---

<sup>4</sup> Los Sutras de la Perfección de la Sabiduría.

<sup>5</sup> Un Lámpara en el Camino a la Iluminación.

<sup>6</sup> Gran Vehículo.

7)

Los cuatro grandes beneficios que recibirás del estudio del Camino a la Iluminación como se muestra en el Bodhipathapradipa de Atisha son los que siguen: entenderás que no existe contradicción en ninguna de las enseñanzas del Buda. Tendrás conciencia de que todas las escrituras deben tomarse como profundos consejos ya que no existe contradicción entre los textos y su práctica. Entonces, fácilmente descubrirás el significado de los tres temas en las enseñanzas del Buda: la *renuncia* a los sufrimientos del samsara, la *bodhicitta* y el verdadero conocimiento de la *vacuidad*. Además estarás protegido del abismo de la gran equivocación (opinar que el Buda dio enseñanzas buenas y otras no tan buenas). A causa de que el estudio de los estadios del Camino a la Iluminación tiene estos cuatro beneficios ¿Qué persona sensata de entre los eruditos maestros de India y Tíbet no tendrá su corazón y atención prendados de esta enseñanza superior, que ha sido estudiada por muchos afortunados y que se muestra en su Camino Gradual<sup>7</sup> de acuerdo a los tres niveles<sup>8</sup> de motivación humana?

8)

Se puede obtener mucho mérito al escuchar o recitar incluso una sola vez este compendio resumido de Atisha sobre los puntos esenciales de todas las escrituras. Además, es seguro que aún acumularás más oleadas de buen mérito como resultado de estudiar y mostrar el Dharma genuino contenido en el. Por consiguiente, debes pensar en la manera adecuada de estudiar y enseñar este texto y en los beneficios que esto supone.

9)

El celo y la pura devoción con tus pensamientos y acciones hacia tu lama, que te muestra el Camino a la Iluminación, es la causa raíz que tiene como resultado la satisfacción de cualquier buen fin que puedas estar persiguiendo para esta vida y las futuras. Cuando te hayas dado cuenta de que esto es así y hayas aceptado el Dharma tomando refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha, entonces, debes de complacer a tu lama ofreciéndole tu práctica de obediencia completa en relación con el Camino a la Iluminación, que no abandonarás aún a costa de tu vida.

---

<sup>7</sup> Lam Rim.

<sup>8</sup> Inicial, intermedia, y superior.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, cultiva la devoción al lama de la misma forma.

10)

La forma humana dotada con las ocho libertades<sup>9</sup> para el estudio del Dharma, es superior a la joya que satisface los deseos, pues aunque los nagas exhiban estas joyas en el cuello, no les son de ninguna utilidad para lograr la liberación del samsara. Solo el logro de una forma humana adecuada ofrece la posibilidad de tener un vehículo con el cual es posible alcanzar la Iluminación. Además, solamente esta vez has tenido una forma como esta. Dicha forma, tan difícil de conseguir te ofrece una posibilidad que puede perderse fácilmente, pues transcurre en un momento, como un relámpago en el cielo. Pensando que esto puede ocurrir fácilmente, en cualquier momento y comprendiendo que todas las actividades del mundo samsárico son como cáscaras de grano trillado, en el sentido de que las actividades mundanas no emplean el cuerpo en su valor esencial, esto es, para el logro de la Iluminación; continuamente, de día y de noche, debes intentar sacar partido del significado esencial de haber adquirido dicho cuerpo.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma forma.

11)

Después de la muerte, no tienes la seguridad de que puedas evitar renacer en uno de los tres estados de renacimientos desafortunados<sup>10</sup>. No obstante, es cierto que las Tres Joyas de refugio tienen el poder de protegerte del temor de estos reinos inferiores. Por esta razón, tu confianza en tomar refugio debe de ser firme, y nunca debes ser negligente en tus obligaciones de la toma de refugio. Tu éxito en hacer esto depende de que realices adecuadamente lo que se debe practicar y lo

---

<sup>9</sup> Las ocho libertades se dividen en dos grupos: el no tener la falta de libertad que supone el nacer 1) como un fantasma hambriento (preta), 2) como animal, 3) como un ser infernal, 4) como un dios de vida larga; y una vez nacido como humano no tener las faltas de libertad que suponen 5) nacer en un país bárbaro, 6) nacer en donde no haya habido un Buda, 7) nacer donde imperen las nociones contrarias a las de los Budas, 8) nacer con deficiencias psíquicas, físicas o sensoriales.

<sup>10</sup> Como un ser infernal, preta, o animal.

que se tiene que evitar<sup>11</sup>. Esto lo podrás hacer si reflexionas a fondo en la causa y efecto kármico, y sus tipos: blanco y negro.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscas la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

12)

La base que mejor conduce a la práctica fructífera del camino Mahayana es un cuerpo humano ideal completamente dotado con las ocho cualidades favorables para el estudio y práctica del Dharma, que es el fruto maduro de acciones virtuosas realizadas previamente. Puesto que tu práctica no avanzará a grandes pasos a menos que obtengas tal cuerpo, debes practicar aquellas acciones virtuosas que te ocasionen renacer con esta forma ideal. Así mismo, es muy importante hacer un gran esfuerzo para eliminar de las entradas de tu cuerpo, palabra y mente los obstáculos kármicos que puedan impedir tal renacimiento. Puesto que estas tres entradas han sido polucionadas por el sucio olor de las consecuencias sin madurar de tus acciones no virtuosas cometidas anteriormente y del quebrantamiento de tus votos de conducta moral, debes de tener siempre gran respeto y estima por los cuatro poderes oponentes<sup>12</sup>, que te pueden purgar completamente, para no tener que padecer estas consecuencias inmaduras.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscas la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

13)

Si no haces un esfuerzo en reflexionar sobre la primera Verdad Noble del Sufrimiento; que es la desafortunada consecuencia del conjunto de tus acciones sin virtud cometidas anteriormente, no tendrás la motivación

---

<sup>11</sup> De acuerdo a la Ley de Causa y Efecto debemos de practicar siempre las Diez Acciones Virtuosas: no matar, no robar, no mantener relaciones sexuales incorrectas, no mentir, no difamar, no insultar, no hablar por hablar, no tener pensamientos de codicia, no tener pensamientos maliciosos, no mantener visiones erróneas. Y hemos de abstenernos de practicar su contrario, esto es las Diez Acciones No Virtuosas,

<sup>12</sup> El poder del arrepentimiento, el de la aplicación del antídoto, el de la determinación, y el del objeto.

apropiada para tener interés en lograr la liberación del sufrimiento<sup>13</sup>. Si no haces un esfuerzo en pensar en la segunda Verdad Noble que se refiere a las Causas de tus continuos renacimientos con el sufrimiento que acarrea el samsara, no conocerás los medios para cortar la raíz del samsara, que es la ignorancia que no comprende la vacuidad<sup>14</sup>. Por consiguiente, a fin de generar una motivación para lograr la liberación debes desarrollar un total aborrecimiento por el sufrimiento y tener una total renuncia al samsara. Por esto, es muy importante que conozcas con precisión cuales son los factores que te atan al samsara.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

14)

El desarrollo de la bodhicitta es la estructura sobre la que se asienta el camino Mahayana. Es la base fundamental para las grandes oleadas de la conducta iluminada de los bodhisattvas<sup>15</sup>. De la misma manera en que el elixir de los alquimistas convierte en oro todos los metales, la bodhicitta convierte todas las acumulaciones del buen mérito y del discernimiento en la meditación, en causas efectivas para el logro de la Budeidad. La bodhicitta construye un tesoro de buen merito que se obtiene con las acumulaciones de innumerables hechos virtuosos. Puesto que esto lo saben los audaces bodhisattvas, que no temen los obstáculos de la liberación ni de la Omnisciencia, consideran a esta bodhicitta preciosa como el centro de sus meditaciones.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

15)

La generosidad es la joya que satisface los deseos, con esto puedes colmar las esperanzas de todos los seres conscientes. Es la mejor arma para cortar la atadura egoísta de la avaricia. Puesto que desarrolla el espíritu abnegado y valiente de ayudar a todos los seres conscientes a alcanzar la Iluminación, es la base de la conducta iluminada de los bodhisattvas. Es la

---

<sup>13</sup> Nirvana.

<sup>14</sup> La Ausencia de una existencia intrínseca, sin depender de causas y condiciones.

<sup>15</sup> Seres Iluminados.

razón de que tu buena reputación se extienda en las diez direcciones. Los sabios maestros, conociendo esto, han enseñado el camino de dar a los demás tu cuerpo, riquezas y el merito de tus acciones virtuosas.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

16)

La disciplina del dominio moral de uno mismo es el agua que limpia la suciedad de las acciones sin virtud. Es el rayo de luz de Luna para refrescar el calor de las contaminaciones. Con este tipo de disciplina, te mantienes glorioso como el monte Meru, por encima de las multitudes de seres conscientes. Con su poder puedes, sin ningún esfuerzo adicional, tener una buena influencia sobre los demás. Los sabios maestros, conociendo esto, han protegido con mucho cuidado los votos que han jurado mantener puramente, como lo harían con sus ojos.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

17)

Para los fuertes la paciencia es el mejor adorno para lucir, y la mejor resistencia para aquellos que están adormecidos por el sufrimiento de las contaminaciones. Al ser la enemiga de la serpiente de la aversión, es como el garuda<sup>16</sup> que se remonta muy alto. Es la armadura contra las armas del lenguaje abusivo. Los sabios maestros, conociendo esto, han desarrollado de distintas formas el hábito de llevar la mejor armadura, la paciencia.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscaras la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

18)

Cuando llevas la armadura de la perseverancia entusiasta resueltamente y sin vacilación, los efectos beneficiosos para que consigas tanto el conocimiento de las escrituras, como el discernimiento sobre su significado, se acrecentaran como la Luna creciente. Todas tus acciones

---

<sup>16</sup> Ave mitológica que es considerado el rey de las aves.

para el logro de la Budeidad se harán efectivas y cualquier cosa que hayas emprendido dará exactamente el resultado deseado. Los Bodhisattvas, sabiendo esto, han ejercitado grandes oleadas de perseverancia entusiasta eliminando todas las perezas.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscas la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

19)

La concentración meditativa es el rey que gobierna sobre la esfera de la mente. Si la enfocas en un punto, permanece allí, inamovible como el monte Meru. Si la proyectas, se puede fijar en cualquier objeto virtuoso y religioso que escojas. El poder mantener tu cuerpo y mente siempre con atención y bajo tu control, te llevara a la adquisición de gran alegría y bienaventuranza. Sabiendo esto, los yoguis, que han ganado el control sobre su mente y están por encima del poder de las contaminaciones, se han consagrado siempre a la concentración en un solo punto, lo que subyuga a los enemigos de la divagación e inactividad mentales.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscas la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

20)

La sabiduría es el ojo con el que se puede ver el significado de la vacuidad y el camino para cortar, eliminando la ignorancia, la raíz del samsara. Es el tesoro de conocimiento elogiado en todas las escrituras. Es bien conocida como la lámpara que elimina las oscuridades de una mente poco dispuesta. Los maestros que han querido alcanzar la liberación han hecho todos los esfuerzos para avanzar en ese camino.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú también buscas la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

21)

No veo cómo puedes cortar la raíz del samsara con solo concentración meditativa en un punto. Además, sin el camino de la meditación, de la quietud mental que se desarrolla únicamente con la concentración en un solo punto, no veo cómo puedes despedirte de tus contaminaciones

examinándolas lo más posible sólo con sabiduría. Por consiguiente, sobre el caballo de la meditación de la quietud mental que entrena a tu mente a no divagar nunca, los maestros han montado la sabiduría que corta todas las dudas sobre cómo existen las cosas y qué es lo que ha de ser practicado o abandonado. Así, han tratado de desplegar su inteligencia para entender la vacuidad con la sabiduría que lo abarca todo, la cual examina las cosas de acuerdo con la manera en que ellas existen verdaderamente. Provistos en este camino con la afilada arma del razonamiento del Camino Medio<sup>17</sup>, desprovisto de extremos, ellos han destruido todo rastro de la idea de que puede haber algo que exista verdaderamente independiente (de sus causas o condiciones).

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú buscaras también la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

22)

Una vez hayas desarrollado la concentración en un solo punto, habiendo creado el hábito del pensamiento con una sola intención por medio de la meditación de la quietud mental, entonces, cuando diriges esta concentración hacia un análisis de la naturaleza de todos los pensamientos conceptuales –que lleva consigo un examen apropiado de ellos con la sabiduría de la vacuidad– atestiguarás el desarrollo de un estado muy firme de concentración en un solo punto, enfocado firmemente sobre el modo verdadero en el cual existen todas las cosas. Teniendo en mente cuán admirables son todos los esfuerzos para establecer la unión de ambas, la quietud mental y el discernimiento penetrante de la vacuidad, debes hacer el esfuerzo inicial de capacitarte para conseguir esa unión, ofreciendo tantas oraciones de aspiración y anhelos como te sea posible.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú buscaras también la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

23)

Tras haber conseguido en tú meditación una unión de la quietud mental y discernimiento penetrante, durante tus sesiones de meditación debes enfocar tu concentración en un solo punto sobre la vacuidad que es como

---

<sup>17</sup> Madhyamaka.

el espacio. Durante los periodos entre las meditaciones debes enfocarla sobre la vacuidad que es como una ilusión encantada<sup>18</sup>. Meditando en ambos niveles por turno, podrás reunir de este modo la práctica de medios hábiles y efectivos con la sabiduría que entiende la vacuidad. Así lograrás una perfección completa en la conducta de los Bodhisattvas, consiguiendo la Completa Iluminación de la Budeidad-un logro que es muy encomiable. Habiendo comprendido completamente la importancia y la necesidad de seguir tal camino, uniendo medios hábiles y efectivos con la sabiduría que comprende la vacuidad, y no estando satisfecho más con los Caminos<sup>19</sup> que conducen a otras direcciones distintas a ésta, debes de hacer todos los esfuerzos para seguir este Sendero, y así imitar el camino de aquellos suficientemente afortunados por haber conseguido la Budeidad.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú buscases también la liberación, por favor, actúa de la misma manera.

24)

El Gran Vehículo Mahayana, se desarrolla por medio de los elevados caminos del Vehículo de la Perfección<sup>20</sup> y del Vehículo de la Dureza Diamantina<sup>21</sup>. El buen éxito de manejar el Vehículo de la Perfección te permite mantener el Vehículo de la Dureza Diamantina. El buen éxito en el manejo del Vehículo de la Dureza Diamantina es el resultado de haber dominado el Vehículo de la Perfección. Renuncia, bodhicitta y un entendimiento verdadero de la vacuidad, como el triple tema de las enseñanzas del Buda, son estados requeridos en esta parte del Camino; por medio de estos tres, ambos vehículos del Mahayana deben viajar en común. Como ya has estudiado este tema triple al estudiar las perfecciones de los Bodhisattvas, ahora debes de desarrollar correctamente las percepciones de la esencia de estos tres, yendo todavía más allá, embarcándote en el Vehículo de la Dureza Diamantina y cruzando el gran océano de las cuatro clases de Tantra. Esto lo debes hacer dependiendo de un experto navegante como protector, esto es, un

---

<sup>18</sup> Contemplando al mundo fenoménico como un mero sueño.

<sup>19</sup> Los Dos Caminos del Vehículo del Hinayana: el de los Oyentes o Discípulos, y el de los Realizadores Solitarios o Pratyekabudas.

<sup>20</sup> Sutrayana.

<sup>21</sup> Tantrayana, Vajrayana o Mantrayana, los tres nombres designan a este Vehículo Supremo.

maestro tántrico plenamente cualificado. En resumen, debes aprovechar la oportunidad, para hacer que tenga sentido el haber logrado un cuerpo humano completamente dotado, confiando en las explicaciones completas de la tradición oral de un maestro tántrico, desde el comienzo del camino<sup>22</sup>, hasta la completa consecución de la Budeidad.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he tenido la experiencia de hacer justamente eso. Si tú buscas también la liberación, por favor, actúa de la misma forma.

25)

Por la virtud de mi explicación del Camino Completo, en palabras fácilmente comprensibles, complaciendo a todos los Budas, y que he escrito con la intención de habituar a mi propio pensamiento a estas enseñanzas; así como para beneficiar a otros afortunados a encontrar un lama verdadero y ser capaces de practicar el Dharma puro, ruego para que todos los seres conscientes no puedan ser separados jamás de este camino puro que combina los tres temas de las enseñanzas del Buda.

Yo, que he recorrido un camino verdadero que conduce a la Iluminación, he ofrecido plegarias justamente para eso. Si tú buscas también la liberación, por favor, ofrece plegarias de la misma manera.

***Esto concluye “Consejos para el Camino Gradual”(Los Aspectos Principales de la Práctica de las Etapas en el Camino Gradual a la Iluminación) recopilados resumidamente para que no puedan ser olvidados. Ha sido escrito en el monasterio de Gel-dan Nampar Gyal Bahi, en el monte Brog Riboche, Tibet por el monje budista Lobsang Dragpa, Je Rinpoche Tsongkhapa, un meditador que ha oído muchas enseñanzas.***

Trad. al castellano y anotado por el ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso.

---

<sup>22</sup> El desarrollo de la devoción completa hacia el gurú.