

Vivir el camino

Lecturas requeridas



Módulo 5: Introducción al texto de Atisha

Enseñanzas extraídas del retiro *Una luz en el camino*, dirigido por
Kyabje Lama Zopa Rimpoché, en el centro Kadampa,
Carolina de Norte, EE.UU.
8-21 de septiembre de 2009.

Traducción basada en la transcripción simultánea efectuada en inglés por
V. Joan Nicell. Traducido al español por Joan Dombón para el Servicio de
Traducción de la FPMT Hispana, 2012.

Estas enseñanzas van dirigidas a los estudiantes del programa *Vivir el camino*.



© FPMT Inc.

Índice



Introducción a <i>Una luz en el camino hacia el despertar</i>	5
Apéndice 1: La vida de Atisha	15
Apéndice 2: Oración de petición a Lama Atisha	19

Introducción a Una luz en el camino hacia el despertar

«Lamaísmo»

El budismo tibetano es llamado por algunos eruditos occidentales *lamaísmo*, pero según su santidad el Dalái Lama eso no es correcto, no se ajusta a la realidad, porque el budismo llegó al Tíbet desde la India, como también lo hizo Lama Atisha. Un ejemplo de estas raíces indias lo encontramos en el texto que os ocupa, *Una luz en el camino hacia el despertar*¹, que Lama Tsong Khapa comentó en tres textos. El primero de ellos es el extenso *El camino gradual hacia el despertar* (tib. *Lam Rim Chenmo*), y más adelante redactó el *Lam Rim mediano*, que es similar al anterior pero un poco más sencillo porque no incluye los debates que niegan las visiones erróneas, esto es, las diferentes opiniones de eruditos y meditadores sobre lo que ellos creen que es la visión correcta que permite eliminar la raíz del samsara y lograr la liberación. Estos debates, recogidos en el comentario extenso pero no en los menores, en primer lugar refutan las diferentes visiones erróneas mediante un gran número de discusiones, para, una vez refutadas, presentar la visión de la realidad de acuerdo a la escuela de Lama Tsong Khapa. Esta última es, concretamente, el sistema filosófico Prasangika, que se encuentra dentro de las cuatro escuelas filosóficas budistas²: Vaibhashika, Sautrantika, Chittamatra (Sólo Mente) y Madhyamaka, la cual se divide en dos escuelas, la Svatantrika y la Prasangika. Así que en el comentario se refutan todas las escuelas a excepción de la Prasangika, que es la presentada. En resumen, Lama Tsong Khapa dedica muchas páginas a explicar y refutar una por una las visiones erróneas mantenidas por muchos eruditos y meditadores, que según ellos no sólo son correctas sino que además gozan de la capacidad de eliminar la raíz del samsara y de liberarnos de él. Una vez las visiones erróneas han sido rebatidas de una forma probada, Lama Tsong Khapa presenta nuestra visión de la realidad, a saber, la visión de la escuela Prasangika.

El otro comentario de Lama Tsong Khapa son los *Himnos a la experiencia del camino al despertar*, que también es conocido como *Lam Rim breve* y en el cual refleja sus experiencias en el camino a la iluminación. Los tres comentarios se basan en las enseñanzas de Lama Atisha, que es la raíz, por lo que comprobamos que, en efecto, el budismo tibetano tiene sus raíces en India. Recientemente, para averiguar si existían otros comentarios sobre *Una luz en el camino hacia el despertar* le pregunté a Khen Sopa Rimpoché, quien me respondió que no conocía muchos textos pero que los comentarios a este texto son el *Lam Rim Chenmo* y el *Lam Rim mediano* de Lama Tsong Khapa, e indicó también que *El fundamento de todas las buenas cualidades* y el *Lam Rim breve*, *Himnos a la experiencia*, son los comentarios más breves del autor. A todos ellos hay que añadir, además, un autocomentario de Lama Atisha.

Recuperando el filo de lo que mencionaba anteriormente, comentar que, independientemente de si creemos en el término *lamaísmo* o no (es probable que no), aquí de lo que se trata en general es de

¹ A finales de 2008 se pidió al comité de traducción de la FPMT que discutiera sobre la mejor traducción del título del texto de Atisha, comúnmente traducido como *Una lámpara en el camino hacia el despertar*. Después de revisar los comentarios, Lama Zopa Rimpoché afirmó de inmediato que «la traducción correcta es *Una luz en el camino*, aunque, por supuesto, el uso de las palabras *luz* o *lámpara* en cuanto a traducción literal puede suponer alguna dificultad». Según Rimpoché, *luz* connota más un sentimiento de algo muy fuerte y resplandeciente, así que, explicando que el aspecto principal reside en *luz*, escogió el título *Una luz en el camino* como la mejor traducción para el texto, y por extensión, para el retiro anual en el cual se comenta la obra.

² Las cuatro escuelas son las cuatro escuelas de filosofía budista más importantes de la India, cada una de las cuales cuenta con su propia presentación de la naturaleza de la realidad y del significado del surgir dependiente.

que si comprendemos las visiones de los demás podremos mostrarles en qué modo están equivocados, y en este sentido es bueno conocer el origen del uso del término, que se remonta a los tiempos en que el Tíbet fue tomado por el Gobierno Británico, momento en que la palabra *lamaísmo* fue acuñada. De todas formas, creo que ese término ya hace años que no se usa.

Cómo llegó Lama Atisha al Tíbet³

El Dalái Lama explica que el [budismo tibetano] tiene sus orígenes en Nalanda, un ejemplo de lo cual encontramos en la biografía de Lama Atisha, quien tras vivir en la India fue invitado a Tíbet. Allí fue donde escribió el presente texto, al poco de llegar. Dicha visita tuvo lugar en una época en la que en Tíbet se había perdido la esencia del dharma, lo que se reflejaba en el hecho de que las personas que seguían el camino del sutra no practicaban el tantra y en que los practicantes tántricos relegaban el sutra (siendo por ello conocidos como *frío y calor*). También hay que añadir que durante este período, en que el Tíbet estaba gobernado por el rey Lha Lama Yeshe Ö, el tantra estaba lleno de malentendidos y de creencias erróneas. Tal situación preocupaba sobremanera al monarca, que era un rey del dharma. Por esta razón, el día en que uno de sus ministros le habló sobre Lama Atisha y le aconsejó que lo invitara con el objetivo de devolver la pureza al budismo practicado en Tíbet, no lo dudó ni un instante, levantándose incluso de forma inmediata al escuchar el nombre sagrado de Lama Atisha, con los ojos llenos de lágrimas y la piel de gallina. Fue tal la devoción que sintió hacia él que decidió invitarlo. A este fin recaudó una gran cantidad de oro, que el traductor Gyatso Seng iba a entregar a Lama Atisha en India. El rey mismo había ido a recaudar oro para tal efecto, cuando, encontrándose cerca de Nepal, en un lugar llamado Leel, fue capturado y encarcelado por un rey irreligioso que puso como condición para liberarlo recibir el peso del rey en oro. Después de conocer la petición, el sobrino del monarca, Jangchhub Ö, llevó el oro al rey con el fin de librar a su tío del cautiverio. El rey irreligioso cogió el oro y empezó a apilarlo para saber si equivalía al peso del rey, pero no fue éste el caso, por lo que anunció que faltaba el peso de la cabeza en oro, y que por lo tanto no lo liberaría hasta que no lo tuviera todo.

Al ver la intransigencia del captor, Jangchhub Ö se dirigió a la prisión para explicarle al rey del dharma la situación de su cautiverio, a lo que éste, tras escucharlo, respondió: «¡No le des ni un puñado de oro! Llevad todo el oro a la India para ofrecerlo a Lama Atisha, moriré en prisión para difundir el dharma y ayudar a los seres del Tíbet. Por favor llévale también este mensaje a Lama Atisha: que pueda encontrarle en las próximas vidas». El rey murió en la prisión mientras el traductor Gyatso Seng se dirigía a Nalanda, India, al encuentro de Lama Atisha para ofrecerle el oro e invitarle a Tíbet. Esta historia ocurrió mucho antes de que los británicos ocuparan Tíbet, así que, sin disponer ni de aviones ni de coches, durante el viaje tuvieron que atravesar hasta junglas, pero lo hicieron guiados por Chenrezig, que al tener una conexión especial con el pueblo de Tíbet se manifestó en la forma de seres ordinarios que les brindaron ayuda. Por ejemplo, encontrándose los viajeros en una encrucijada, Chenrezig se manifestó como un chiquillo y aconsejó al traductor (*tib. lotsawa*) qué camino debían tomar. En otra ocasión se manifestó como un hombre y una mujer ancianos que mediante sus bastones les indicaban que guardasen silencio y evitasen hablar demasiado con la gente, como es costumbre hacer entre tibetanos, porque si lo hacían podrían crear obstáculos a la visita de Lama Atisha a Tíbet. Finalmente llegaron a Nalanda, donde encontraron a Atisha y le explicaron todos los problemas que había en Tíbet, poniéndole asimismo al corriente de la muerte del rey en prisión. Atisha escuchó con atención y les comentó que tenía que consultar a Tara para saber sería beneficioso ir a Tíbet. Tara le respondió que en efecto sería de un gran beneficio, pero que si iba viviría siete años menos. Sin embargo, Lama Atisha tomó la decisión de viajar de todos modos, porque, visto que iba a ser muy beneficioso, eso era más importante que no unos años más de vida.

³ Para una explicación más extensa de la vida de Atisha, consultar el *Apéndice 1: La vida de Atisha*.

Por aquel entonces Lama Atisha era la joya del Monasterio de Nalanda, y por lo tanto era evidente que si anunciaba su marcha a la comunidad, compuesta por monjes, abades, eruditos (*sánsgr. pandit*) y demás, ésta se opondría puesto que, a pesar de que gozaba de 300 grandes sabios con grandes logros, todos ellos también necesitaban la presencia de Lama Atisha en el país. A sabiendas de esta situación, Atisha usó sus medios hábiles y actuó como si fuese de peregrinaje a Nepal, pero una vez en Nepal lo que hizo fue pasar al Tíbet donde, a pesar de que el rey que lo había invitado estaba muerto, fue recibido por Jangchhub Ö, junto con una multitud montada a caballo. El sobrino del rey, tras contarle la historia completa a Lama Atisha, le pidió: «Nosotros, el pueblo tibetano, somos muy ignorantes. Por favor, enséñanos el refugio y el karma». Esta petición sorprendió gratamente a Lama Atisha y lo llenó de alegría, porque le había pedido esto en lugar de enseñanzas sobre la visión de la vacuidad, otras enseñanzas más elevadas o iniciaciones.

Como la comida en la mesa

[Video nº1: «Como la comida en la mesa»]

Posteriormente Lama Atisha integró las 84.000 enseñanzas de Buda, que vienen en tres niveles: las enseñanzas Hinayana (el vehículo inferior) y las enseñanzas del Paramitayana, compuestas por las enseñanzas del Paramitayana Mahayana (un método en el que uno quiere alcanzar el despertar por todos los seres) y el Mantra secreto Vajrayana Mahayana. Ayer mencioné que si se llama al Paramitayana («el vehículo de la sabiduría que va más allá») *Mahayana*, entonces también tenemos que llamar al Mantra secreto *Mahayana* (el Vajrayana Mahayana), porque si nos referimos al Paramitayana como *Mahayana* pero no llamamos *Mahayana* al Mantra secreto incurrimos en un error muy grande que lleva a un malentendido enorme. Sin embargo, si no nos referimos al Paramitayana como al *Mahayana*, entonces tampoco tenemos que referirnos al *Mantra secreto Mahayana*. De modo que si decidimos no usar la palabra Mahayana para referirnos al Paramitayana, entonces podemos etiquetar *Mantra secreto* o *Vajrayana* sin más, y de este modo tenemos el Paramitayana y el Vajrayana.

Todas las 84.000 enseñanzas, que se presentan en los tres niveles, están integradas. Esto había creado mucha confusión en Tíbet, pero Atisha las integró todas de una manera muy simple, como una comida, como la comida que está en la mesa preparada para que te la comas. Lo único que tienes que hacer es comerla. Lama Atisha integró todas las enseñanzas en unas pocas hojas y de forma sencilla, expuso de forma muy clara cómo el Hinayana, el Paramitayana Mahayana y el Mantra secreto Vajrayana Mahayana conforman una práctica gradual para que una persona logre el despertar. De esta manera no hay nada contradictorio para esta persona, todo son consejos, todo es práctica. Los tres niveles son una práctica gradual para que una persona alcance el despertar, presentado de forma sencilla y en pocas páginas.

Se dice que durante la época de Nalanda, si un *pandita* o erudito escribía un texto y se equivocaba, ataban el texto a la cola de un perro y paseaban al perro por toda la ciudad con el texto atado a la cola. Así lo explicó su santidad el Dalái Lama, como también lo hizo Kyabje Kunu Lama Rimpoché. Pues resulta que Atisha mandó su texto a los eruditos de Nalanda para que lo revisaran, y estos, al leerlo, obtuvieron una gran inspiración y se alegraron en gran manera de que Lama Atisha lo hubiese compuesto. Después de ello toda la confusión, ideas erróneas y malentendidos fueron eliminados por completo del Tíbet. [Fin del video]

Todo el budismo tibetano proviene de Nalanda

Lama Tsong Khapa escribió todos los comentarios que he mencionado antes, el V Dalái Lama escribió *Los dichos de Manjushri* (*tib. Jampel She Lung*), que fue enseñado por el VII Dalái Lama, y, como no, el actual Dalái Lama también ha enseñado el lam rim en muchas ocasiones. Además, muchos otros grandes lamas también han escrito comentarios sobre el lam rim, un ejemplo de lo

cual encontramos en Pabongka Rimpoché, quien redactó *La liberación en la palma de tu mano*. Por su lado, la encarnación del Panchen Lama escribió un comentario sobre el lam rim llamado *El camino feliz*, y también contamos con un comentario titulado *Comentario rojo del lam rim acerca del Camino veloz*, el cual me parece que aún no está disponible en inglés [ni en español]. Todo parece indicar que el comentario de *La liberación en la palma de tu mano* está basado en *El camino veloz*. Han habido muchísimos lamas que soportaron muchas dificultades para practicar y actualizar el camino, tanto el sutra como el tantra, y luego lo enseñaron y escribieron textos basándose en su experiencia, que es sin error e infalible.

De modo que el budismo tibetano, tanto el sutra como el tantra, proviene de Nalanda. Como explicó Su Santidad, Lama Atisha en persona había vivido los primeros años de su vida en Nalanda, para luego desplazarse al gran monasterio de Vikramashila. Nagarjuna, quien escribió comentarios sobre el sutra y el tantra, también proviene de Nalanda; y, como he indicado, los *panditas* que escribieron sobre el tantra, basándose en las enseñanzas de Buda sobre sutra y tantra, los grandes eruditos indios y los yoguis que escribieron los comentarios que los grandes lamas tibetanos estudiaron y mediante los cuales actualizaron el camino, provienen de Nalanda; todo ello proviene de Nalanda.

Los tres seres capaces

[Video n°2: «Los tres seres capaces»]

Contamos con tres tipos de seres capaces. El objetivo principal, aquello que queremos lograr en esta vida, es beneficiar a los demás y darles felicidad, y si bien es cierto que debemos hacerlo, aún más importante que esta felicidad es ayudarles a crear las causas de la felicidad para las vidas futuras, y no sólo para la próxima vida, sino que hemos de ser capaces de llevar la felicidad a todas las vidas de los seres, que son incontables: hay incontables seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, *asuras* y *suras*. Pero esto no lo es todo, hay un servicio aún más importante que podemos ofrecer a los innumerables seres, y éste consiste en llevarles a todos ellos, seres infernales, espíritus hambrientos, animales, humanos, *asuras*, *suras* y a los seres del estado intermedio, a la felicidad última, la liberación del samsara.

Aún así, lo más valioso que podemos ofrecerles es llevarles al despertar, la felicidad incomparable en la que todos los engaños burdos y sutiles han cesado y en la que se han completado todos los logros. Éste es el servicio más sublime y valioso que podemos prestar a los seres, y por lo tanto ésta es nuestra meta. A veces es difícil darse cuenta de ello, pero es vital que no olvidemos que nuestra meta es ésta, éste es nuestro objetivo. Para conseguirlo tenemos que lograr el despertar, y para ello es necesario que completemos el camino gradual del ser de mayor capacidad. El despertar no se produce sin causas ni condiciones, no ocurre de forma inherente, sino que depende de que completemos el camino y de que lo hagamos de forma gradual, porque si no se hace de este modo será imposible obtener el resultado. En primer lugar, el camino a seguir debe ser inequívoco, es decir, no erróneo, y en segundo lugar, debe estar en el orden adecuado, no vale que sea como una ensalada (o incluso una pizza), porque aunque sea inequívoco esto no significa que se pueda saltar el orden indicado.

El camino viene presentado con tres divisiones, y nuestro objetivo es completar el camino gradual del ser de mayor capacidad, en el que encontramos la bodichita, las seis perfecciones y el tantra, que a su vez se divide en los dos estadios del vajrayana secreto. Sin embargo, como preliminar se debe haber completado el camino gradual del ser de capacidad media, que a su vez depende de haber completado el camino gradual del ser de menor capacidad. Así que, como podemos ver, en el camino nos encontramos con tres tipos de seres con capacidades distintas (los tres tipos de seres capaces), cuyas definiciones son las siguientes: [Lectura de *Una luz en el camino* de Atisha:]

- 3 Has de saber que los que sólo buscan
los placeres de la existencia cíclica
por cualquier medio y para sí mismos,
son personas de capacidad inferior.

En esta estrofa se explica el ser de menor capacidad, que es el que abandona los placeres de esta vida, se separa de ellos y busca la felicidad samsárica para las próximas vidas. Para poder conseguirlo, practica el método que consiste en tomar refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha y en guardar la moralidad, el cual conlleva abandonar las diez acciones no virtuosas y practicar las diez virtudes.

El siguiente es el ser de capacidad media:

- 4 Se dice que los seres de capacidad media
son los que buscan felicidad sólo para sí mismos
alejándose de los placeres mundanos
y evitando las acciones destructivas.

Éste es aquél que deja atrás los placeres mundanos y se separa de ellos, porque ha comprendido que son, en su totalidad, de la naturaleza del sufrimiento, desde los reinos infernales hasta el reino sin forma. Para ello, empezamos por los infiernos y vemos que son de la naturaleza de sufrimiento, después continuamos observando esta característica en todo el reino del deseo, en todo el reino de la forma y, finalmente, en todo el reino sin forma, y de este modo, llegamos a la conclusión de que todo el samsara es insoportable porque es de la naturaleza del sufrimiento; es como estar dentro de un fuego. Como consecuencia de ello y una vez se han dejado atrás los placeres del samsara se busca el estado gozoso que radica en encontrar la propia paz, que es la liberación del samsara. Para poder conseguirlo, debemos apartarnos y evitar las acciones destructivas, lo que consiste en abstenerse de crear karma negativo y en practicar los tres entrenamientos superiores: el entrenamiento superior de la moralidad, el entrenamiento superior de la concentración y el entrenamiento superior de la visión superior. Éste es el ser de capacidad media.

El siguiente es el ser de mayor capacidad:

- 5 Los que desean sinceramente poner fin
a todos los sufrimientos de los demás
mediante su propio sufrimiento,
son personas de capacidad superior.

En primer lugar, este ser se caracteriza por abandonar el pensamiento egoísta, el yo, para luego interesarse por el bienestar de los seres y buscar su felicidad. Para llegar a ser capaces de ofrecer esto, generamos el pensamiento que aspira a alcanzar el despertar. Y para tener éxito en ello, practicamos las seis *paramitas*⁴, acompañadas por la mente de la bodichita. Éste es el ser de mayor capacidad, quien, en base al pensamiento de trabajar por los demás, genera el pensamiento de buscar el despertar. En este contexto, *el pensamiento de trabajar por los demás* significa «liberar a los seres de los océanos de sufrimiento samsárico y llevarlos al despertar», y es precisamente por esto que uno mismo ha de alcanzar el despertar, y en vistas a este objetivo realiza las acciones de los bodisatvas. Éste es el ser de mayor capacidad.

⁴ Las seis *paramitas* son las seis perfecciones de la generosidad, moralidad, paciencia, perseverancia entusiástica, concentración y sabiduría.

El cuarto ser capaz

Conviene también comprender que hay un cuarto tipo de ser capaz: el ser capaz ordinario. Antes he descrito los tres tipos de seres capaces, que es aquello en lo que nos hemos de convertir: el ser de menor capacidad, el ser de capacidad media y el ser de mayor capacidad; esto es lo que tenemos que conseguir, en lo que tenemos que convertirnos a través de confiar en el camino. Por otro lado también existe el ser de capacidad ordinaria, que se caracteriza por desear y buscar sólo la felicidad de esta vida, ésta es su meta o motivación, y por tanto todo lo que hace, ya sea con el cuerpo, el habla o la mente, lo dirige hacia ese fin. Esta motivación es el aferramiento, el apego a la felicidad de esta vida, y no le proporciona paz sino que, todo lo contrario, perturba su continuo mental. Esto es no virtud, esta motivación es no virtuosa, y todas las acciones que derivan de ella también lo son: meditar, leer las escrituras, estudiar el dharma, además de comer, sentarse, caminar, dormir o trabajar, todas se convierten en karma negativo. Incluso estudiar el dharma o meditar en él, u orar, todo se vuelve no virtuoso, porque está hecho con la motivación del aferramiento a esta vida. El mismo Nagarjuna explicó que las acciones que nacen de la ignorancia y del aferramiento son no virtuosas:

«Las acciones nacidas de la ignorancia, el enfado o el aferramiento son no virtuosas, y de ello surgen todos los seres de los reinos inferiores. Las acciones nacidas de la no ignorancia, el no enfado y el no aferramiento son virtuosas, y de ello surgen todos los seres transmigrantes felices.»

Sobre este punto podemos encontrar muchas citas, incluso de Buda mismo. Así pues, es de extrema importancia entender el significado de «ser de capacidad ordinaria». Ante todo, la primera cosa que hemos de comprender son los seres de capacidad ordinaria y los tres tipos de seres capaces.

Aprender la definición de «dharma»

Antes de todo, la primera cosa que es importante comprender y aprender es esta definición, puesto que si no, podemos pensar que hemos estado practicando el dharma toda la vida: treinta, cuarenta, cincuenta años; pero en el momento en que entendemos qué es el dharma, cuál es el significado de «dharma sagrado» y «dharma mundano», y miramos atrás para saber si alguna de las acciones que hemos realizado se ha convertido en dharma (ya sean recitar oraciones o meditar, o comer, caminar y demás), encontramos que nada de ello ha sido dharma. Por lo tanto, durante treinta o cuarenta años nos hemos creído que hemos estado practicando el dharma, pero resulta que cuando decidimos saber si lo hemos practicado, miramos atrás y comprobamos nuestra vida, vemos que nada de lo que hicimos era dharma. Hay un gran peligro de caer en ello. [*Fin del video*]

Cuando alguien no conoce la definición de dharma, incluso si vive en un monasterio –lugar en el cual sólo se escucha el dharma– y se implica en las actividades que allí tienen lugar, como el debate, escuchar las enseñanzas y enseñar a los demás, si esta persona no conoce las definiciones de dharma sagrado y dharma mundano es una verdadera pena, porque a pesar de vivir en un monasterio gozando de la oportunidad de oír las enseñanzas y estudiar los textos, es posible que ninguna actividad llevada a cabo por esta persona sea una actividad de dharma sagrado, sino todo lo contrario, que todo lo que haga sea un dharma mundano porque lo hace con apego y aferramiento a la felicidad de esta vida; es decir, buscando sólo convertirse en un famoso *lharampa*⁵, en un gran erudito, buscando sólo la felicidad en esta vida.

Es evidente que si uno es un erudito puede beneficiar a los demás y, de hecho, si detrás de ello subyace la motivación de beneficiar a los demás –como el caso de los bodisatvas que logran una gran reputación y gozan de reconocimiento que les permite ayudar a más seres–, esto es un reflejo

⁵ *Lharampa* se refiere al honor más elevado que se puede obtener en el marco de los estudios de *gueshe* en los monasterios budistas tibetanos.

del buen corazón que busca ayudar a los demás. En cambio, si todos estos logros se alcanzan para la felicidad de esta vida en lugar de para la próxima, con esta motivación todas las acciones que se realizan se convierten en no virtuosas. A este respecto, en una ocasión Dromtönpa le preguntó a Atisha sobre el resultado de las acciones que se realizan con el objetivo de obtener la felicidad en esta vida, y Atisha le respondió que el resultado no es otro que renacer en los reinos inferiores: infiernos, espíritus hambrientos y el reino animal. Dromtönpa quería saber sobre este tema, por lo que Atisha le expuso el ejemplo de un yogui que cambió su motivación y que por ello renació en los reinos infernales.

Lo que nos cuenta Lama Atisha sucede, y un ejemplo de ello lo encontramos en la historia de dos meditadores, probablemente monjes, que vivían en la provincia de Pempo en Tíbet y que hicieron el retiro largo de Yamantaka. Uno de ellos murió mientras dormía. El otro continuó con su vida, y un día, mientras realizaba el ofrecimiento de aroma a los espíritus (*tib. sñir*, práctica que consiste en tostar *tsampa* y ofrecerla), lo dedicaba de forma general a Buda, Dharma y Sangha y a los seres de los seis reinos, y en particular ofrecía la aroma a los seres del estado intermedio, sin esperarlo, se le apareció un espíritu con muchas cabezas y manos que se parecía un poco a Yamantaka. Yamantaka es la deidad más airada, una manifestación de Manjushri, que a su vez es la manifestación de la sabiduría de los budas. El meditador que seguía con vida y procedía con el ofrecimiento del *sñir* le preguntó al espíritu que se parecía a Yamantaka quién era, a lo que éste respondió que era el monje con el que había hecho el retiro, que venía ahora a alimentarse con el ofrenda de aroma.

Esta historia sirve para ilustrar el hecho de que si una persona que ha practicado el tantra de forma extensa renace como un *preta* (espíritu hambriento), normalmente ello es un indicador de que no ha practicado el lam rim; es decir, de que sólo se ha centrado en la recitación de mantras y las demás prácticas tántricas pero que se ha pasado por alto el lam rim: renuncia, bodichita y visión correcta. Por lo tanto, si no practicamos el lam rim no generamos ni la renuncia, ni la bodichita, ni la visión correcta, y puesto que no hemos desarrollado la renuncia a esta vida, que es el punto inicial de la práctica del dharma, renacemos como *pretas*. En definitiva, nos convertimos en un ser de capacidad ordinaria porque la motivación es el apego, el deseo que busca sólo la felicidad de la vida presente, y por lo tanto todas las acciones que realizamos van encaminadas a obtener esto nada más.

En tal situación no importa lo mucho que esta persona pueda saber, ya sea en el campo de la ciencia o en otros campos, a pesar de ser un erudito no deja de ser un ser de capacidad ordinaria, y de ahí que no importe cuantos cerebros o carreras alguien pueda tener, puede tratarse incluso de un experto, pero esta persona no es un ser de capacidad especial. Esto quiere decir que alguien que vive de este modo no puede ser considerado como un practicante de dharma. Incluso puede meditar y estudiar el dharma, realizar muchas actividades, pero todas estas acciones no se convierten en dharma sagrado, son sólo dharmas mundanos, porque la motivación tiene un interés mundano y esto convierte a la persona en un ser de capacidad ordinaria, sin importar el nivel educativo o la inteligencia que tenga.

En lo que respecta al nivel de mente, la manera de pensar de un ser de capacidad ordinaria y la de un animal son la misma, no importa cuanta educación uno pueda tener, porque vive como una hormiga que corre por el mundo. Y es que las hormigas (a pesar de no tener aviones y demás como nosotros) no hacen más que mantenerse muy ocupadas deseando sólo la felicidad de esta vida, y éste es su objetivo, el mismo que busca la persona de capacidades ordinarias con cada una de sus acciones, lo que le hace ser exactamente igual a un animal, nada especial.

Las cuatro motivaciones en acción

A continuación vamos a ver una presentación de las cuatro motivaciones que nos ayudará a entenderlas. Y esto es algo que sirve para todos, tanto para los principiantes como para los que hayan estado escuchando el dharma durante billones de eones, recibiendo enseñanzas de grandes

lamas realizados, eruditos y puros (esto es, de maestros que poseen las tres cualidades de mantener una moralidad estricta, tener un buen corazón y contar con un gran conocimiento).

[Video n°3: «Cómo las acciones se convierten en dharma»]

De todas formas, veréis que es muy útil y fácil de comprender. El gran yogui Gueshe Pabongka describió a cuatro personas que recitan la oración de Tara. La primera la recita para poder lograr el despertar para todos los seres; por lo que la acción de esta persona de recitar la oración se convierte en una causa para lograr el despertar, lo que significa que su acción se transforma en una causa de felicidad para todos los seres. La segunda persona, en lugar de recitarla con el objetivo de alcanzar el despertar para todos los seres, lo hace para lograr la propia liberación del samsara, y en consecuencia la acción no se convierte en una causa para lograr el despertar para todos los seres sino que deviene una causa para lograr la liberación del samsara para uno mismo (que es una causa para la felicidad última). La tercera persona recita la oración sin una motivación para alcanzar el despertar para los seres, ni para lograr la liberación para ella misma. Sin embargo, lo hace motivado por el logro de la felicidad en vidas futuras, esto es, por la felicidad samsárica que está más allá de la presente vida. Por consiguiente, la acción de esta tercera persona no se convierte en una causa para lograr el despertar ni en una causa para alcanzar la liberación del samsara, pero sí que deviene una causa para lograr la felicidad en vidas futuras. Hasta aquí, todo lo que hemos visto hasta esta tercera persona, todas estas acciones de recitar las oraciones, son dharma.

En cambio, la motivación que lleva a la cuarta persona a recitar las *Alabanzas a las veintiuna Taras* es simplemente lograr la felicidad en la vida presente, y de este modo la acción no se convierte en dharma sagrado, sino que se trata sólo de un dharma mundano. Es muy importante comprender que no se convierte en dharma sagrado, puesto que con tal motivación es un dharma mundano. Además, se trata de una motivación no virtuosa, por lo que la acción se convierte en no virtuosa y el resultado que producirá será sólo sufrimiento. Este ejemplo es similar a la historia de las dos personas que hacían el retiro de Yamantaka después de lo cual una de ellas renació como un *preta*. En definitiva, cuando la motivación no es de dharma suceden historias como esta, corremos peligro, y por lo tanto es extremadamente importante que examinemos la motivación justo al principio. Si vemos que la motivación no es de dharma la hemos de convertir en dharma, porque de lo contrario no se convierte en dharma. En cambio, si la motivación es de dharma la acción se convierte en dharma y el resultado será de felicidad. [Fin del video]

Este punto es de vital importancia, extremadamente importante, dado que si no lo tenemos en cuenta podemos engañarnos durante toda la vida, y si no practicamos el dharma desperdiciamos la vida.

Mientras estaba construyendo el monasterio de Lawudo, cerca del Monte Everest en el Himalaya, en la región nepalí de Solu Khumbu, se suponía que yo era el encargado de observar a los obreros y llamarles la atención si veía que se habían distraído. Sin embargo, estuve la mayor parte del tiempo dentro de la cueva y sólo los veía cuando salía para orinar (momentos en los que me los encontraba hablando) y por la tarde, cuando escribían cuantos días habían trabajado. Durante esta estancia en Lawudo leí un texto titulado *Abrir la puerta del dharma*, los consejos de un gueshe kadampa que forman parte del inicio mismo de la transformación del pensamiento. La mayoría de los textos en Lawudo eran de deidades ñigmapas, porque en mi vida pasada era un practicante de esa tradición. Nunca antes había visto ese texto, así que lo leí muchas veces, y fue sólo entonces cuando comprendí qué era el dharma: qué es dharma sagrado y qué es dharma mundano.

En ese momento miré hacia el pasado, los ocho años que estuve en Buxa debatiendo y memorizando; e incluso retrocedí al Tíbet, donde había estado haciendo pujas durante tres años; y también pasé por mi infancia en Solo Khumbu, donde había leído y memorizado textos; miré atrás, repasé mi vida y no fui capaz de encontrar ninguna acción que se hubiese convertido en dharma. No os podéis imaginar lo espeluznante que fue este descubrimiento.

A ese respecto me gustaría explicaros que una vez en Kopan nos visitó un abad, al que decidí preguntar por las definiciones de dharma sagrado y dharma mundano. El abad era erudito en el dharma, en filosofía, pero me respondió diciendo que el dharma mundano hacía referencia a las personas que son jugadoras. Según su respuesta, parecía que el dharma mundano sólo se refería a apostar en juegos de azar. Quizás estaba mostrando el aspecto de no saber –de hecho incluso Buda puede mostrar ese aspecto–, así que, o ésta era la razón de tal respuesta o bien había cursado los estudios filosóficos y recibido muchas enseñanzas pero no había leído ni el lam rim ni el *lo jong*.

Transmisión oral de *Una luz en el camino hacia el despertar de Atisha*.

A continuación voy a leer algunas páginas para dar una parte de la transmisión oral, y de este modo las personas que marcháis no lo hacéis con las manos vacías sino que recibís alguna cosa.

[Video nº4: «Transmisión oral de Una luz en el camino»]

Motivación

Empezamos pensando lo siguiente: «Esta vez he recibido todas las condiciones perfectas para practicar el dharma, he recibido un precioso renacimiento humano, el cual es extremadamente raro; también he encontrado el dharma, que es muy difícil de encontrar; y además he encontrado al amigo virtuoso que es sumamente difícil de hallar. Por lo tanto, no es suficiente evitar un renacimiento en los reinos inferiores y lograr un renacimiento como un *deva* o un ser humano, e incluso si logro la liberación del samsara tampoco es suficiente.

»Todo el sufrimiento proviene del pensamiento egoísta y de mí mismo. Todos los obstáculos no deseados también provienen de mí mismo. La liberación, el despertar y toda la felicidad que experimento proviene de la bondad de los demás, de la bondad de los innumerables seres de los infiernos, innumerables espíritus hambrientos, innumerables animales, innumerables seres humanos, innumerables *asuras* e innumerables *suras*. Todos los tipos de felicidad hasta el despertar los recibo de la bondad de cada uno de los seres individuales. Por lo tanto, en mi vida no hay nada más importante que amar a los seres, liberarlos a todos y trabajar para ellos. Necesitan liberarse del sufrimiento y lograr el despertar, por lo tanto yo mismo me encargaré de ello, y lo haré solo. Para poderlo conseguir, debo alcanzar el completo despertar, y para ello voy a recibir la transmisión oral de *Una luz en el camino hacia el despertar*.»

(En el tibetano hay algunos errores.)

[*Rimpoché da la transmisión oral del texto en tibetano.*]

La transmisión oral ha terminado, y aquellos que marcháis del retiro habéis recibido la transmisión oral de todo el lam rim de Lama Atisha, que es la raíz de todas las enseñanzas sobre el lam rim, así que sentiros afortunados porque esto sin ninguna duda os va a llevar al despertar. Incluso si no lo comprendéis, os va a llevar al despertar en el futuro; el budismo tiene esto. [*Fin del video*]

Oración para desarrollar las cualidades de Lama Atisha

A continuación sería positivo recitar la *Oración de petición a Lama Atisha*⁶, compuesta por Dromtönpa, puesto que es muy auspicioso para todos regocijarnos en las cualidades de Lama Atisha. Normalmente en las oraciones de larga vida –como puede ser la de su santidad el Dalái Lama– se describen muchas cualidades, y es importante que a medida que las vamos leyendo nos alegremos de ellas, que nos regocijemos y que aspiremos: «Pueda yo desarrollar estas mismas cualidades». En

⁶ Se puede encontrar en el Apéndice 2: *Oración de petición a Lama Atisha*.

un futuro, tarde o temprano, nos convertiremos en una persona como el Dalái Lama, que es capaz de ofrecer extensos beneficios a los seres.

Todos los fenómenos dependen de condiciones, como la aspiración, así que las oraciones se harán realidad. En la vida cotidiana, cuando recitamos la oración de larga vida de su santidad el Dalái Lama o de otros lamas, el hacerlo de este modo hace que la recitación se llene de significado. Por lo tanto, roguemos a Lama Atisha con firmeza:

«Que me convierta en una persona como Lama Atisha, tan pronto como sea posible, para ser capaz de beneficiar a todos los seres migrantes.»

Aspiremos de este modo, y a continuación podemos realizar la siguiente dedicación:

«Que por todos los méritos pasados, presentes y futuros acumulados por mí mismo y por todos los seres, me convierta en Lama Atisha, en él mismo, para ser capaz de beneficiar a todos los seres, tan pronto como sea posible.»

A continuación hacemos la siguiente petición a Lama Atisha, con sinceridad:

«Que pueda ver al maestro-buda, sentir aversión por los reinos del samsara, asumir la responsabilidad de liberar a todos los seres, mis madres, y alcanzar rápidamente los logros comunes y no comunes, el logro supremo del glorioso estado unificado de Vajradhara.»

Podemos rezar todos juntos, y mientras vosotros lo hacéis yo voy a rezar para que todo ello se vuelva realidad. Mientras rezáis, yo recito la oración.

«Que mi cuerpo y el cuerpo sagrado del padre,
que mi palabra y la palabra sagrada del padre,
que mi mente y la mente sagrada del padre se vuelvan unidad.»

Oremos de este modo, hagamos estas peticiones y dediquemos de esta manera.

Extraído de las enseñanzas de Lama Zopa Rimpoché en el retiro Una luz en el camino, septiembre de 2009. Versión inglesa revisada ligeramente por Joan Nicell y Drimay Gudmundsson en septiembre de 2009 y posteriormente por Kendall Magnussen en agosto de 2010.

Apéndice 1: La vida de Atisha

En primer lugar, me gustaría explicar que la mente recibe muchos beneficios por conocer a grandes rasgos la vida de Atisha. Esto es debido a que, en primer lugar, nos ayuda a comprender las enseñanzas que escribió, pero no sólo esto sino que, además, a medida que vamos leyendo su biografía, al ver cómo practicó el dharma y los logros que alcanzó, la devoción surgirá en nosotros, con lo que sentiremos que estas enseñanzas son lo más precioso y puro.

La biografía de Atisha es muy larga y está dividida en tres partes, a lo largo de las cuales nos hacemos una idea de la grandeza del bodisatva Atisha y de cómo benefició a los seres. En ella encontramos además historias sobre su nacimiento, sobre su hogar y el lugar donde nació, y también sobre las etapas tempranas de su vida. Encontramos asimismo historias que nos muestran cómo alcanzó un gran nivel de conocimiento y logros espirituales con su sagrado cuerpo. Es más, después de alcanzar dichos conocimientos y logros del camino se dedicó a perfeccionar las enseñanzas y a ayudar a los seres, fuesen discípulos o no, guiándolos hacia la felicidad.

A continuación vamos a empezar a describir la vida de Atisha, que nació en Bengala, India, como un príncipe en el seno de una familia que poseía grandes riquezas. Vivía rodeado de sirvientes y trabajadores en un palacio en el que residían 100.000 personas, con 13 techos dorados coronados por 25.000 estandartes dorados. Al igual que en Occidente, había muchas piscinas, unas 25.000, rodeadas de parques maravillosos y jardines de flores deslumbrantes con las que todos se deleitaban, y también contaba con siete puentes y con árboles especiales que sólo crecen en India.

A la edad de tres años se convirtió en un experto en la educación general: astrología, literatura y los *brahmas* [textos sagrados indios]. Asimismo, alcanzó la maestría en discriminar el ser interno y externo. Por todo ello, sus padres deseaban que tomara el trono, cosa que intentaron con todos sus medios, pero a pesar de ello después de un tiempo Atisha se marchó de palacio, oculto entre trescientos caballos de un ejército que se dirigía al combate.

Por aquel entonces se encaminó hacia un bosque para ir al encuentro de un maestro (*sánscri. guru*). Durante el trayecto mucha gente se unió a él, y tras encontrar al maestro recibió un gran número de enseñanzas sobre el refugio y la bodichita. Al terminar este periodo de enseñanzas el maestro lo envió a casa para que lo comprobase e intentara comprender los sufrimientos que hay en la vida. Esta situación se repitió tres veces, y cuando otra vez volvió al maestro, éste lo envió a otro maestro, y éste último lo volvió a enviar también a casa para que constataste las desventajas de una vida mundana. Mientras tanto, sus padres pusieron todo su esfuerzo en casarlo y convertirlo de este modo en el rey. Con la vista puesta en este empeño, los reyes organizaron una gran fiesta a la que invitaron a todas las mujeres bellas del reino para que danzaran alrededor de Atisha, pero tampoco esto dio ningún resultado.

Como explicó el mismo Atisha: «Desde el punto de vista de mi mente no hay ninguna diferencia entre este palacio y una prisión, no hay diferencia alguna entre las vestimentas costosas y bonitas y un trapo rasgado que se encuentra en la basura. No hay ninguna diferencia entre una comida exquisita y la carne de perro y el pus. No hay ninguna diferencia entre una princesa y una mujer malvada» (la razón por la que Atisha habla de mujeres malvadas es porque son mujeres que toman la forma de un cuerpo primoroso y con ello nos engañan). Sus padres le escuchaban mientras pronunciaba esas palabras.

A lo largo de su vida siguió de forma perfecta a 157 maestros, de los que recibió un gran número de enseñanzas, iniciaciones e instrucciones tántricas. Una vez, mientras se encontraba en su casa, Tara (el aspecto femenino de buda) le instruyó en un sueño diciéndole que no debía aferrarse a la

felicidad samsárica de la vida mundana. Después de aquello fue a visitar a su maestro. Más adelante, después de recibir muchas iniciaciones, se dijo, sintiendo algo de orgullo: «No hay ninguna enseñanza vajrayana que no conozca, me he convertido en la persona más ilustrada en este campo». Aquella misma noche tuvo un sueño en el que le aparecieron muchas dakinis (transformaciones de los budas que poseen grandes logros en el tantra) y le mostraron muchos textos tántricos que nunca había visto, con lo cual su orgullo desapareció.

Atisha siguió una forma de vida en consonancia con el estilo de vida vajrayana, puesto que quería conseguir el logro del mahamudra en la presente vida. En relación con esta aspiración, Rahula, uno de sus maestros, mediante su poder psíquico se dio cuenta de forma inmediata de que Atisha estaba teniendo tal pensamiento, y sin resistencia alguna se apareció delante de él y le instruyó de la siguiente manera: «¿Qué estás haciendo? ¿Has olvidado a todos los seres y los has abandonado? Toma la ordenación y trabaja para las enseñanzas, pues esto será de gran beneficio para las mismas». Fue de esta manera como Atisha tomó la ordenación a la edad de 29 años, después de haber sido persuadido en sueños por su maestro y también por Tara, el aspecto femenino de buda, el maestro Buda Shakyamuni, Buda Maitreya y otros budas, entre los que se encontraban también deidades vajrayana como Heruka.

Pasado algún tiempo, se encontraba Atisha alrededor de la estupa de Bodhgaya, un templo que se encuentra en la India y que es el lugar más sagrado por ser donde el maestro Buda Shakyamuni logró el despertar, y en este preciso lugar miró por encima de la estupa, hacia el espacio, y vio una manifestación en la que una mujer joven le hacía una pregunta a una anciana. Antes de continuar con la historia hemos de anotar que durante esta etapa de su vida Atisha estaba preocupado sobre cuál era la manera más rápida para lograr el despertar, y justo ésa era la cuestión que la joven le planteaba a la mujer: «¿Qué camino debo practicar para lograr el despertar rápidamente?», a lo que la anciana respondió: «Cultiva la mente del amor y la compasión, la bodichita».

Después de este episodio, en otra ocasión y encontrándose también Atisha por la estupa, observó cómo las pinturas de los muros conversaban entre ellas y una le preguntaba a otra cuál era el camino a seguir para alcanzar el despertar rápidamente, a lo que la otra respondió: «Cultiva la mente del amor y la compasión, y la bodichita».

Otro día, cerca de las cuevas de Nagarjuna, Atisha se encontró con la misma situación, pero esta vez eran dos estatuas de Buda las que estaban dialogando entre ellas, diciendo: «Cultiva la mente del amor y el pensamiento compasivo, la bodichita». Otra estatua de marfil se dirigió a Atisha, diciéndole: «Yogui, si quieres alcanzar el despertar muy rápidamente, entrénate en la mente del amor y la compasión y en el pensamiento de la bodichita». Muchas fueron las estatuas que le transmitieron el mismo mensaje de este modo.

Atisha decidió ir a ver al maestro Serlingpa, con quien estuvo doce años recibiendo las enseñanzas completas sobre la bodichita, y fue precisamente delante de Lama Serlingpa que desarrolló el logro genuino de la bodichita. Entonces el maestro predijo que Lama Atisha debía ir al Tíbet, la norteña tierra de las nieves.

Durante esa época en Tíbet las enseñanzas pasaban por un periodo de degeneración, las personas no sabían cómo practicar de forma correcta las enseñanzas, y había confusión acerca de cómo practicar del sutra y el tantra de un modo conjunto. Para revertir tal situación el rey del Tíbet, Lha Lama Yeshe Ö, decidió enviar 21 jóvenes a la India a estudiar el dharma, pero debido a las altas temperaturas murieron todos menos dos (los traductores Rinchen Sangpo and Legshey), quienes a su regreso a Tíbet le contaron al rey que en la India todo el mundo hablaba de Atisha el erudito, a quien debería invitar a Tíbet.

Tan pronto como el rey escuchó el nombre de Atisha su mente se llenó de devoción, y decidió invitarlo a Tíbet. Por ello, envió grandes cantidades de oro a India como ofrecimiento para

invitarle, pero no funcionó. Visto lo sucedido, el rey decidió ir él mismo a buscar oro para Atisha, pero fue capturado y puesto en prisión por un rey que estaba en contra de la religión y que no quería que el dharma se difundiese en Tíbet.

El sobrino del rey, Jangchhub Ö, fue a visitarle a la prisión y habló con el rey irreligioso, quien le dijo que liberaría a Lha Lama Yeshe Ö si le traía su peso en oro. Ante tal demanda, Jangchhub Ö empezó a buscar el oro necesario, encontrando el suficiente para cubrir el peso del rey hasta el cuello, pero a pesar de tal cantidad de oro el rey irreligioso no daba su brazo a torcer, recordándole que aún le faltaba darle el peso de la cabeza en oro, y que si no lo hacía no liberaría al rey. Tras oír tal demanda, Jangchhub Ö visitó de nuevo a su tío el rey del Tíbet para explicarle la situación en la que se encontraban. Tras escucharlo, el monarca le hizo saber a su sobrino que tras ver que el rey irreligioso no estaba contento con la gran suma de oro que le habían ofrecido, no le iban a dar ni un puñado de oro, a lo que añadió que él ya era muy viejo y que no le quedaba mucho por vivir, así que lo más beneficioso sería coger todo el oro y llevarlo a Atisha. Le comentó el rey a su sobrino: «No me importa que la prisión sea mi lecho de muerte, coge todo el oro y proponle a Atisha que venga al Tíbet para difundir el dharma». El monarca también quiso enviarle un segundo mensaje a Atisha, a través de su sobrino: «He dado mi vida para invitarte al Tíbet. Por favor, guíame con tu compasión. La única cosa que tengo en mente es que vengas a Tíbet a propagar las enseñanzas». El rey murió en la prisión después de haberle transmitido este mensaje a su sobrino con la voz colma de sufrimiento y desesperación.

Siguiendo los deseos del rey, el sobrino envió a un traductor con los abundantes ofrecimientos de oro para cursar la invitación a Atisha, pero los reyes y abades indios querían que Atisha permaneciera en India. Al final, Atisha recibió permiso para partir de India, y se marchó a escondidas hacia Tíbet, donde ayudó a difundir el dharma y escribió *Una luz en el camino hacia el despertar*, de acuerdo con sus enseñanzas.

Atisha propagó las enseñanzas mahayana puras como si del sol naciente se tratara, destruyendo todos los conflictos, ignorancia y concepciones erróneas. Su texto ha sido traducido al inglés por algunos lamas tibetanos y otros traductores [así como también al español]. A continuación leeré la traducción, porque su beneficio es infinito y además se trata de un texto muy breve. Atisha realizó un gran trabajo tanto en la India como en el Tíbet, derrotando, en el primer país, a muchos seguidores de otras religiones, caminos erróneos y concepciones erróneas, realizando un trabajo de inmenso valor.

En la actualidad hay muchos jóvenes que en Occidente gozan de la oportunidad de escuchar las enseñanzas y de comprender y practicar las meditaciones del camino gradual al despertar, y de este modo encuentran la satisfacción en sus vidas, llenándolas de sentido y bienestar. A través de la integración del camino al despertar en sus mentes, comprenden que existe una oportunidad de vivir la vida con sentido. Y todo ello es debido a la bondad de Atisha, el gran bodisatva.

Este gran bodisatva, Atisha, vivió con disciplina y consiguió el logro de la conducta moral, mantuvo los 253 preceptos puros y sobre esta base los votos del bodisatva, los preceptos de la conducta moral y los preceptos del vajrayana. También tenía una concentración unidireccional inquebrantable y firme que podía mantener durante años, e incluso bajo el vuelo de cientos de cohetes su meditación no hubiese sido perturbada ni quebrantada. Pero no sólo esto, sino que además poseía el conocimiento perfecto de la vacuidad (*sánscri. shunyata*), la naturaleza absoluta, y obtuvo los logros tántricos más altos al verse a sí mismo en la forma de deidades.

Contaba con elevados logros tántricos sin proyecciones, esto es, no veía los lugares ordinarios como nosotros, que vemos una casa ordinaria construida con barro o cemento, un sitio impuro, sino que sólo tenía percepciones puras y una visión pura, mantenía siempre la visión del mandala de las deidades. Disfrutaba de altas realizaciones vajrayana e incluso era capaz de transformar heces en néctar y veneno en medicina.

Es importante meditar de este modo para incrementar la devoción hacia las enseñanzas de Atisha, y meditar de un modo investigativo al respecto. Puede que al principio sea difícil entender la sección de las enseñanzas que estamos estudiando y que necesitemos un tiempo para comprenderlo, pero es a través de la investigación y de comprender cada día más y más las diferentes meditaciones y las enseñanzas que de forma gradual todo ello será cada vez más claro para nuestra mente.

NOTA:

Para una versión más extensa de la vida de Atisha, consultar *La liberación en la palma de tu mano* de Pabongka Rimpoché, Capítulo *Segundo día*.

Extraído con permiso del sitio web de Lama Yeshe Wisdom Archive (www.lamayeshe.com). Kyabje Lama Zopa Rimpoché explicó la vida y obra de Atisha en el noveno curso de Kopan, en 1976. La enseñanza aquí reproducida es un extracto de la sexta lección del curso, segunda sección.

Apéndice 2: Oración de petición a Lama Atisha

1. En el sublime país de Bengala, naciste en la familia real y noble de Zahor, en el linaje del bodisatva Shantideva (Shantarakshita). Oh Dipamkara, a ti te invoco.
2. Honraste a tu padre y madre de forma perfecta, mostrándole el mayor de los respetos; dotado de encanto y belleza, con sabiduría y compasión, fuiste reflexivo, atento y valiente. Oh Dipamkara, a ti te invoco.
3. De los tratados del mundo y de las varias ciencias –medicinales, técnicas y artísticas– y de los Vedas; de todo ello tu conocimiento y comprensión fueron completos. Oh Dipamkara, a ti te invoco.
4. Despojado del aferramiento por los objetos del deseo, tú que abandonaste poder, bienes y riquezas, te convertiste en un monje del linaje mahasangika. Oh Glorioso Atisha, a ti te invoco.
5. Mantuviste en toda su pureza los preceptos y las reglas pronunciadas por el Tathagata y las presentadas en las cuatro secciones del Vinaya, sin mancharlas con la mínima falta. Oh Glorioso Atisha, a ti te invoco.
6. Siguiendo muchos maestros eruditos, adquiriste un conocimiento completo sobre los Tres Montones, su lenguaje, lógica e instrucción, poseyendo la más grande comprensión sobre estas disciplinas. Oh Glorioso Atisha, a ti te invoco.
7. De tu maestro, el soberano Rey de Serling (Suvarnavipa), obtuviste el néctar salvador del espíritu del despertar, y trabajaste por el beneficio de todos los seres. Oh Glorioso Atisha, a ti te invoco.
8. Con el corazón henchido de compasión por los innumerables seres abatidos por el extremo sufrimiento, de todos ellos fuiste el protector: dioses mundanos, dioses y humanos. Oh mi único padre, a ti te invoco.
9. De tus excelentes maestros, plenamente realizados, recibiste las transmisiones para desarrollar las deidades tutelares, adquiriendo su esencia con concentración. Oh objeto de las profecías de Buda, a ti te invoco.
10. Sabiendo que en Tíbet te esperaban los discípulos viniste a la Tierra de las Nieves y te convertiste en el maestro de los nativos señores. Oh digno de honor y de homenaje, a ti te invoco.
11. Sin la llegada de un sabio como tú al Tíbet, aun habiendo existido las enseñanzas de Buda en este país, sin duda las gentes hubieran restado en la más profunda ignorancia. Oh, a ti que expusiste de forma excelente las enseñanzas, te invoco.

12. Por promover y revisar las traducciones de las enseñanzas, por explicarlas y componer comentarios, actuaste como un guía excelente del camino perfecto para los seres. Oh, a ti que difundiste el saber, te invoco.
13. A los demonios y herejes, fanáticos de Ishvara, que profesaron visiones malignas y vagaron por caminos peligrosos, los situaste en una nueva dirección mediante la razón, iniciándoles en el camino hacia el despertar. Oh guía de aquellos que aspiran a la liberación, a ti te invoco.
14. Meditaste de forma continua durante tus innumerables vidas en las seis perfecciones: generosidad, ética, paciencia, entusiasmo, concentración y sabiduría. Oh, a ti que has logrado las dos acumulaciones (de mérito y sabiduría), te invoco.
15. Distes aquello lo que se requería e hiciste agradables las enseñanzas, obraste en armonía con los demás y los disciplinaste cuando fue necesario. Oh, a ti que, rico en las cuatro formas de juntar discípulos ferozmente lograste el bien de los demás, te invoco.
16. Fe, ética, comprensión, talentos, respeto hacia uno mismo y los demás, son las siete joyas en las que sobresaliste. Oh tesoro del que vienen todas las buenas cualidades, a ti te invoco.
17. Cuando Gyalwai Jung-Ne, el discípulo excelente que había formulado los votos con anterioridad, vino desde lejos, anunciaste: «Lupasaka llegará hoy». Oh, a ti que posees la facultad de la visión divina, te invoco.
18. Tan pronto como el humilde Magadha, uno de tus discípulos, tocó los címbalos para invocarte, tú lo oíste desde Tíbet y partiste hacia Drom. Oh, a ti que posees la facultad de la comprensión divina, te invoco.
19. En el mismo momento en que oíste la música de los dioses en Lhasa, acudiste deprisa y, tras presentar las ofrendas a los dioses del templo, circunvalaste el espacio. Oh, a ti que posees la facultad de los poderes sobrenaturales, te invoco.
20. Del pilar en el que estaba escondido, la dakini extrajo el testamento del rey y a ti lo entregó; a ti, que actuaste como representante de Shakyamuni y cuya protección atenta fue excelente. Oh atento Atisha, a ti te invoco.
21. Mantuviste vivos a aquellos tocados por las enfermedades de los nagas (como lepra y demás), y enviaste olas de protección que sanaron las enfermedades de los seres. Oh, a ti que eres como un segundo Nagarjuna, te invoco.
22. Estando en Nyethan sentado en la arena del este, las asambleas de dioses derramaron una lluvia de flores y de cinco gemas sobre ti. Oh maestro, dios de dioses, a ti te invoco.
23. En Ching-ru, Yorpo, una joven te ofreció sus joyas, y al saber de su muerte después, purificaste sus oscurecimientos y anunciaste: «Esta joven ha tomado renacimiento entre los dioses». Oh guía de los seres, a ti te invoco.
24. Precediste: «Desde allí debo ir a Tushita, y ahí me encontrarán aquellos que han demostrado tener fe y respeto hacia mí». Oh, a ti que ves el futuro directamente, te invoco.

25. En Tushita eres Vimala Akasha (Namkha Med), en la tierra de los arias eres Dipamkara, y aquí en Tíbet eres el Glorioso Atisha. Oh, a ti cuyo renombre cubre la tierra, te invoco.
26. Cuando yo, Dromton, fundador del templo de Tateng, recé para que fueras el guía de los seres, desde Tushita lanzaste flores consagradas. Oh, a ti que manifestaste las bendiciones de forma directa, te invoco.
27. Después de ver y comprender tus cualidades, con un espíritu lleno de fervor, con la voz alta y clara, te imploro, mírame desde Tushita con compasión, y, así como yo imploro, por favor bendíceme.
28. En Tíbet muchos discípulos depositan toda su fe en ti y siguen tu linaje, por favor piensa en ellos, y con el amor de una madre hacia su hijo sírvenos como nuestro maestro espiritual.
29. En los tiempos degenerados los seres seguirán ciegamente maestros falsos e imperfectos; por favor rescata rápidamente con tu gancho de compasión a aquellos privados de un guía en el abismo del samsara.
30. En todo momento y en todas las circunstancias, Oh, perfecto, tú eres mi salvador. Por favor otórgame la sabiduría del estudio, la reflexión y la meditación para que me convierta rápidamente en un buda plenamente realizado.

A este homenaje compuesto por Dromtönpa sus discípulos adjuntaron una ferviente estrofa dedicada a su gloria:

De todos eres el guía espiritual, de todos eres el salvador. Hijo de los victoriosos, para todos eres la fuente preciosa de la felicidad. Oh maestro Tönpa, a ti te invoco.

Oración compuesta por Dromtönpa. Traductor desconocido.