



Ingresando al Sendero de la Iluminación

Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin, Ratna Vajra Rinpoche



Publicado por "The Sakya Tradition"

Publicado por “The Sakya Tradition”

<https://sakyatradition.org>

E-mail: info@sakyatradition.org

Wechat ID: sakyatradition

Weibo: sakyatradition

IG: the_sakya_tradition

Facebook: TheSakya

Soundcloud: the-sakya-tradition

Youtube: @latradicionsakya

Twitter: Sakya_Tradition

Terminantemente No para la Venta, Solo para Distribución Gratuita



Este texto es proporcionado bajo la protección de un Creative Commons CC-BYNC-ND (Atribución-NoComercial-SinDerivadas) 4.0 copyright. Puede ser copiado o impreso para uso legítimo, pero solo con completas atribuciones y no para ventaja económica o compensación personal.

Para más detalles ver la licencia de Creative Commons.

Agradecimientos

Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin, Ratna Vajra Rinpoche, participó en una entrevista a petición de la *International Buddhist Academy* de Nepal en 2019. En 2021, *The Sakya Tradition Inc.*, una organización sin fines de lucro dedicada a preservar y difundir ampliamente las preciosas enseñanzas del Dharma del glorioso linaje Sakya, preparó, editó, compiló y publicó la transcripción en inglés de dicha entrevista. El equipo de *The Sakya Tradition* también tradujo el texto al español en 2024. Agradecemos a todos quienes han contribuido, de una manera u otra, a la publicación de esta enseñanza, conectando a muchos con el precioso Dharma para que así obtengan beneficios tanto temporales como definitivos.

Por el mérito de este trabajo, que Sus Santidad el Sakya Trichen y Su Santidad el Sakya Trizin disfruten de salud perfecta, una vida muy larga, y sigan haciendo girar la rueda del Dharma.

Ingresando al Sendero de la Iluminación

Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin, Ratna Vajra Rinpoche

Publicado por "The Sakya Tradition"

TABLA DE CONTENIDO

Una Breve Reseña sobre el Budismo	1
La Esencia de las Enseñanzas del Buddha	6
¿Qué es el sufrimiento?	8
Renunciar al Saṃsāra	10
Liberación	11
Las dos Verdades	13
Siguiendo los Pasos del Buddha	16
¿Cómo se complementan la fe y la razón?	17
La Motivación Correcta para Practicar el Dharma	18
Karma	20
Los Votos en la Tradición Budista	24
La Función de un Maestro Budista	26
Mahāyāna	29
Amor Bondadoso y Compasión	31
Bodhicitta	34
Bodhisattvas y sus Principales Prácticas	36
La Estructura del Camino y el Papel de la Meditación	38
La Práctica del Vajrayāna	40

Una Breve Reseña sobre el Budismo

Todas las tradiciones budistas se originaron a partir de las enseñanzas de Buddha Śākyamuni. Hace unos 2.500 años, el gran Señor Buddha Śākyamuni descendió del reino celestial de Tuṣita y entró en el vientre de la reina Māyādevī. En ese momento, la reina Māyādevī soñó con un elefante blanco con seis colmillos entrando en su cuerpo. Durante todo el embarazo y el parto, la reina Māyādevī no experimentó ningún dolor, solo dicha. El Señor Buddha Śākyamuni nació en Lumbinī como el Príncipe Siddhārtha. Esta fue la primera y la más importante de las nobles actividades del Buddha. Sus padres fueron el rey Śuddhodana y la reina Māyādevī del Reino de Kapilavastu.

Tan pronto como el Príncipe Siddhārtha nació en este mundo en el Jardín de Lumbinī, dio siete pasos y en cada paso apareció una flor de loto. Él dijo: "Yo soy el ser excelente de este mundo". Al mismo tiempo que nació el Príncipe Siddhārtha, aparecieron muchos signos auspiciosos y maravillosos, incluyendo el nacimiento de hijos nobles de muchos otros reyes y sus consortes. Así, esto indica claramente que el

príncipe Siddhārtha era un ser extraordinario. En su niñez, él continuó demostrando sus excelentes cualidades.

Un día, a la edad de veintinueve años, salió del palacio y en la calle vio a un enfermo. Al instante sintió el dolor físico y el sufrimiento mental que estaba experimentando el enfermo. Realmente sintió esa experiencia dentro de sí mismo y se decidió a pensar en una solución para superar tal sufrimiento. Pensó en la posibilidad de aprender medicina, pero se dio cuenta de que la medicina solo puede curar enfermedades físicas, no puede acabar por completo con el sufrimiento.

Se preguntó si existía un método para eliminar todos los sufrimientos. Volvió a salir del palacio, encontrándose esta vez con una persona mayor. Al igual que antes, instantáneamente sintió en su interior el dolor físico y el sufrimiento mental de la vejez. Hizo otro viaje más y esta vez vio a una persona muerta, experimentando inmediatamente el mismo sufrimiento de la muerte dentro de sí.

Estos tres encuentros le hicieron reflexionar: “Ser simplemente un príncipe en un reino glorioso no es la manera correcta de ayudar y beneficiar a todos los seres”. Por lo tanto, renunció a su reino y abandonó el palacio para buscar el Dharma.

Llevaba años practicando el Dharma. En un momento, cuando estaba meditando bajo el árbol Bodhi, muchos espíritus malignos o māras intentaron crear obstáculos para interrumpir su meditación atacándolo

con armas y haciendo emanar muchas chicas hermosas bailando frente a él. Sin embargo, gracias al poder de la bondad y la compasión, derrotó a todos estos seres malignos. También transformó la lluvia de armas en una lluvia de flores. Todo esto fue posible gracias al poder de la práctica, el amor bondadoso, la compasión y la bodhicitta o mente de la iluminación.

Finalmente alcanzó la budeidad en Bodh Gaya por el bien de todos los seres sintientes. Esta es la segunda actividad noble más importante de Buddha Śākyamuni. Después de alcanzar la budeidad, no hizo girar la rueda del Dharma de inmediato. Declaró: “Tengo las preciosas y profundas enseñanzas del Dharma, parecidas al néctar, pero nadie está preparado para recibirlas”. Sin embargo, los brahmās y otros suplicaron a Buddha que hiciera girar la rueda del Dharma. Cuarenta y nueve días después de alcanzar la budeidad, hizo girar la primera rueda del Dharma en el Parque de los Ciervos en Sārnāth, cerca de Vārāṇasī, para cinco afortunados discípulos, dándoles enseñanzas sobre *Las Cuatro Nobles Verdades*, que revelaron la verdad del sufrimiento, su origen, su cesación y el camino que conduce esa cesación.

A partir de ese momento, el Buddha dio una enorme cantidad de enseñanzas para adaptarse a las diferentes mentalidades de sus seguidores, de modo que estos pudieran liberarse de los reinos inferiores, así como de todo el saṃsāra, alcanzar la liberación y, finalmente, el estado de la budeidad. Entonces, la tercera actividad principal del Buddha fue hacer girar la rueda del Dharma en el Parque de Los Ciervos en Sārnāth,

cerca de Vārāṇasī, y otorgar muchas enseñanzas a muchos seguidores diferentes. En realidad, el Buddha enseñó a muchos seguidores diferentes al mismo tiempo con su única voz hablando en todos los idiomas y también tocando diferentes temas, según las distintas mentalidades de los seres. De esta manera, hizo girar la rueda del Dharma durante muchos años.

Al final, para mostrar la verdad de la impermanencia, entró en el mahāparinirvāṇa mientras descansaba entre dos árboles en Kuśinagara. Esta es la cuarta de las principales actividades nobles del Buddha. Curiosamente, estas cuatro nobles actividades principales están asociadas con los árboles. El Buddha nació bajo un árbol, alcanzó la budeidad bajo el árbol Bodhi, hizo girar la rueda del Dharma por primera vez en el Parque de los Ciervos, en el que había un bosque, y, finalmente, el Buddha entró en el mahāparinirvāṇa entre dos árboles. Así, las cuatro actividades principales del Buddha están directamente relacionadas con los árboles o el entorno natural.

Según la tradición Mahāyāna, el vehículo mayor, todas estas nobles actividades tienen como objetivo el bien de la gente común. En realidad, Buddha Śākyamuni alcanzó la budeidad incontables eones antes de entrar a este mundo como el Príncipe Siddhārtha. Estos cuatro lugares (el lugar donde nació, el lugar donde alcanzó la budeidad, donde hizo girar por primera vez la rueda del Dharma y en donde entró en el mahāparinirvāṇa) se consideran los lugares más sagrados para todos los

budistas, porque en estos cuatro lugares es donde el Buddha realizó las cuatro principales de sus actividades nobles.

Antes de que Buddha Śākyamuni pasara al mahāparinirvāṇa, le dijo a sus seguidores que estos cuatro principales lugares sagrados son los lugares donde todos los seguidores del Buddha deberían ir y practicar. Pueden acumular grandes méritos y recibir enormes beneficios al realizar buenas acciones y llevar a cabo tales prácticas en estos lugares sagrados.

La Esencia de las Enseñanzas del Buddha

El Señor Buddha dio muchos tipos de enseñanzas. En general, las enseñanzas del Buddha se basan en la ley del karma y el origen interdependiente. Podemos resumirlas y agruparlas en varias categorías. Un tipo de agrupación se basa en los tres giros principales de la rueda del Dharma.

El Buddha hizo girar por primera vez la rueda del Dharma en el Parque de los Ciervos en Sārnāth, cerca de Vārāṇasī. Ahí dio la enseñanza sobre las cuatro nobles verdades: la verdad del sufrimiento, la verdad del origen del sufrimiento, la verdad de la cesación del sufrimiento y la verdad del camino que conduce a la cesación del sufrimiento.

Primero, es importante conocer la enfermedad. En segundo lugar, es necesario eliminar la causa de la enfermedad. En tercer lugar, experimentar el estado libre de enfermedad. En cuarto lugar, para lograrlo, debemos adoptar el remedio o antídoto adecuado para poder superar la enfermedad y la causa de la enfermedad. De manera similar, la verdad del sufrimiento es como conocer la enfermedad. La verdad del

origen del sufrimiento es como la causa de la enfermedad. La verdad de la cesación es como el estado libre de la enfermedad, que es el estado libre de sufrimiento. Y la verdad del camino es como adoptar el remedio adecuado para superar la enfermedad y la causa de la enfermedad; significa adoptar el camino correcto, el método o la práctica correctos del Dharma para eliminar el sufrimiento y la causa del sufrimiento.

El Buddha hizo girar la segunda rueda del Dharma en un lugar llamado “La Cumbre del Buitre”, enseñando la vacuidad y la perfección de la sabiduría. El tercer giro tuvo lugar en Śrāvastī y se centró en la naturaleza búdica, tendiendo un puente entre las enseñanzas de los sūtras y los tantras.

¿Qué es el sufrimiento?

Cuando Buddha Śākyamuni hizo girar por primera vez la rueda del Dharma, enseñó las cuatro nobles verdades a los cinco discípulos afortunados en Sārnāth, Vārāṇasī. La primera de las cuatro nobles verdades es la verdad del sufrimiento.

Pero ¿qué es el sufrimiento? Según las enseñanzas del Buddha, existen tres tipos de sufrimiento que se conocen como sufrimiento del sufrimiento, sufrimiento del cambio y sufrimiento de todos los fenómenos condicionados.

El sufrimiento del sufrimiento es el sufrimiento que la gente común reconoce como sufrimiento, por ejemplo, dolor físico, ansiedad mental, preocupaciones, etc.

El sufrimiento del cambio se refiere a la felicidad mundana, la cual es reconocida como felicidad por la gente común. Los sentimientos se conocen como sufrimiento del cambio porque esta felicidad terminará en sufrimiento. Por ejemplo, en nuestro mundo, a veces nos sentimos felices, pero esa felicidad no dura por años y años sin experimentar sufrimiento.

Cuando estamos cansados, podemos estirar las extremidades y, al hacerlo, nos sentimos cómodos y relajados. Pero si estiramos nuestras extremidades durante horas, sentiremos dolor y por lo tanto ya no nos sentiremos felices. La “felicidad” que sentimos al principio ahora se ha convertido en sufrimiento. De manera similar, toda felicidad mundana terminará en sufrimiento. De ahí el sufrimiento del cambio.

El sufrimiento omnipresente de la existencia condicionada es más profundo y difícil de comprender para los principiantes. A medida que estudiemos más las enseñanzas del Buddha, lo comprenderemos mejor. En pocas palabras, debido a la propensión inherente de aferrarnos a los cinco agregados, o skandhas, experimentamos miseria. Hay tres aspectos de este tipo de sufrimiento:

- *Sufrimiento por las incesantes actividades mundanas.* No importa cuánto tiempo o esfuerzo dediquemos a las actividades mundanas, éstas son interminables.
- *Sufrimiento de no estar nunca satisfecho con diversas formas de deseo.* No importa cuánto hayamos acumulado o poseído, en lugar de sentirnos satisfechos, deseamos más.
- *Sufrimiento por no ser nunca consciente del nacimiento y la muerte.* Desde tiempos sin principio hasta ahora, debido a nuestro karma y nuestras aflicciones, hemos estado naciendo en los seis reinos una y otra vez.

Renunciar al Saṃsāra

Renunciar al saṃsāra significa tener el deseo sincero de obtener la liberación de todo el saṃsāra. Para tener este deseo sincero, primero necesitamos conocer la naturaleza del saṃsāra. Si examinamos el saṃsāra, nos daremos cuenta de que su naturaleza no es otra que el sufrimiento. Por ejemplo, en este mundo hay muchos países diferentes. Algunos están más desarrollados que otros, pero dondequiera que vayamos en este mundo, no encontramos un solo lugar donde no haya sufrimiento. Entonces, dondequiera que vayamos tendremos dolor físico, ansiedad mental y todo tipo de sufrimientos.

A través de esa observación y reflexión, podemos darnos cuenta de que todo este mundo está sufriendo. Todo este saṃsāra tiene la naturaleza del sufrimiento. Por lo tanto, no debíamos tener un fuerte apego al saṃsāra, sino que deberíamos tener un sincero deseo de liberarnos de todo este. Tal deseo genuino es lo que conocemos como el pensamiento de renuncia.

Liberación

En las enseñanzas del Buddha, cuando se dice "liberación", esto se refiere a la mente que se ha liberado de las aflicciones mentales. Hay muchos niveles diferentes de liberación, dependiendo de cuántos oscurecimientos hayan sido eliminados de la mente.

Para conseguir la liberación, primero es importante conocer la fuente de todos estos sufrimientos del saṃsāra. Al examinar el saṃsāra, sabremos que los sufrimientos son causados por acciones negativas; y las acciones negativas son causadas o motivadas por la ignorancia, la falta de comprensión de la ley del karma y los efectos del apego, la ira y otras aflicciones mentales. La raíz de todas estas aflicciones mentales radica en malinterpretar la propia identidad inherente o aferrarse al propio "yo" como si existiera verdadera e independientemente. Esos pensamientos erróneos son la raíz de todo el sufrimiento del saṃsāra en su totalidad.

El método capaz de controlar y eliminar tales pensamientos es el de lograr la liberación del saṃsāra. Una vez que logremos la liberación de todo el saṃsāra, podremos progresar en el camino y luego alcanzar una

liberación superior, dependiendo de nuestra comprensión y sabiduría. Con el tiempo podremos obtener la experiencia más elevada, que es alcanzar la budeidad por el bien de todos los seres sintientes.

Las dos Verdades

Todas las enseñanzas del Buddha pueden entenderse como explicaciones de las dos verdades: la verdad relativa y la verdad última.

La verdad relativa tiene que ver con la apariencia de las cosas, tales como el “yo” y los “demás”. Todos los fenómenos dualistas que percibimos, de hecho, carecen de verdadera existencia. Esto se debe a que en la realidad de la verdad relativa todas las cosas compuestas tienen un origen dependiente —poseen sus propias causas y condiciones— y, por lo tanto, son impermanentes. Dado que todas las cosas compuestas tienen un origen dependiente, este “yo” expresa solo una verdad relativa; este “yo” no existe verdaderamente porque, basándose en la verdad relativa, todas las cosas compuestas son impermanentes. Nada es inmutable. Todo está siempre cambiando, aunque uno solamente pueda ver la parte burda de la impermanencia. En realidad, todo cambia de un momento a otro, todo el tiempo, y esa es la parte sutil de la impermanencia que no vemos con nuestros ojos ordinarios; no comprendemos esto con nuestra mente ordinaria.

La segunda verdad se conoce como la *verdad última*, que no es otra que la realidad última. La verdad última se refiere a cómo son realmente las cosas, más allá del dualismo. Para comprender la realidad última, es importante primero comprender la naturaleza de la verdad relativa. Sin comprender la verdad relativa, no es posible comprender la verdad última. En otras palabras, sin comprender el origen dependiente o la impermanencia, no es posible comprender la verdad última. Sin comprender la verdad última, no se conocerá la naturaleza real de todos los fenómenos. Uno tampoco podrá alcanzar la liberación o el estado de iluminación sin conocer la realidad última.

La enseñanza de la verdad última es muy profunda. Pero al mismo tiempo, es muy importante que un seguidor del Buddha reciba esta profunda enseñanza en el momento adecuado. Si uno recibe esta enseñanza en el momento equivocado, cuando no se está listo aún para recibirla, entonces habrá más daño que beneficio porque, al escuchar tal enseñanza, uno puede caer en el extremo del nihilismo. Es importante tener mucho cuidado, pues si se malinterpreta la visión de la verdad última, entonces el daño será mayor al beneficio.

Por ejemplo, si hay una serpiente venenosa molestando a la gente y uno la atrapa, este acto libraré a muchos seres del miedo y el peligro. Pero, si cometemos un error al atraparla, ella podría mordernos, lo que nos causaría gran dolor y daño, e incluso podría provocarnos la muerte. Así pues, si uno atrapa esta serpiente con un método incorrecto, en

consecuencia, el daño será mayor que el beneficio. De manera similar, si uno malinterpreta el significado real de la verdad última, el daño superará entonces al beneficio. Por eso, ten cuidado, aprende lentamente y hazlo en el momento adecuado.

¿Cómo nos libera del sufrimiento la comprensión de la ausencia de un “yo”?

El aferramiento al “yo” es la raíz de todo el sufrimiento del saṃsāra, ya que el sufrimiento es causado por las acciones negativas. Estas acciones negativas son causadas por los tres pensamientos venenosos o aflicciones mentales. La raíz de todas estas aflicciones mentales es el aferramiento al “yo” que, por lo tanto, es la raíz de todo el sufrimiento del saṃsāra. Mientras no eliminemos esta raíz, seremos incapaces de obtener la liberación completa del saṃsāra. Si la raíz de un árbol es venenosa, entonces el tronco, así como las ramas, hojas, flores y frutos que crezcan a partir de esta raíz serán también todos venenosos. Con solo cortar su ramas o tronco, no se podrá eliminar el árbol venenoso por completo, ya que la raíz aún sigue ahí. Para poder eliminar por completo este árbol venenoso, necesitamos arrancar su raíz. De manera similar, para eliminar el sufrimiento del saṃsāra, es importante que eliminemos la raíz de este sufrimiento.

Siguiendo los Pasos del Buddha

Para convertirse en budista, ante todo es muy importante creer en las enseñanzas fundamentales del Buddha, como la ley del karma, y creer en la Triple Gema: Buddha, Dharma y Saṅgha. Luego, con esto como base, uno tiene el deseo de convertirse en su seguidor. Basándonos entonces en nuestro propio deseo sincero, es necesario primero reflexionar sobre la causa del refugio, es decir, reflexionar sobre el miedo a experimentar el sufrimiento del saṃsāra. Y por este miedo, junto con una gran fe en la Triple Gema y una gran compasión, uno desea refugiarse en la Triple Gema.

Por lo tanto, a partir de estas tres causas y razones, uno se refugia en la Triple Gema a través de un ritual o ceremonia adecuados, y entonces uno se convierte en un verdadero budista.

¿Cómo se complementan la fe y la razón?

El Buddha dijo que sus seguidores debieran examinar sus enseñanzas. Después de un examen minucioso, los seguidores pueden entonces aceptar y creer en sus enseñanzas. El Buddha dijo también que es importante tener una fe genuina, que es como una semilla que ha sido sembrada. Si la semilla se quema con el fuego, incluso si se la planta en un terreno fértil, y sin importar cuánto esfuerzo se dedique a cuidarla — como asegurarse de que se le proporcione la humedad y la temperatura adecuadas—, esta no crecerá hasta convertirse en un buen cultivo.

De manera similar, sin una semilla que se haya sembrado, da igual cuánto tiempo dediques a estudiar, contemplar y meditar en las enseñanzas del Buddha, aun así, no tendrás la comprensión ni las cualidades internas. Por eso la fe es tan importante. Pero la fe y el análisis están en el mismo contexto; en otras palabras, estos dos no se contradicen. Aquí “fe” significa fe con razonamiento. Si hacemos un análisis profundo, entonces, por medio de tan excelente razonamiento, podremos lograr una fe muy firme e inquebrantable, y tal fe es muy importante en las enseñanzas del Buddha.

La Motivación Correcta para Practicar el Dharma

Para llevar a cabo cualquier práctica de Dharma, tener la motivación adecuada es muy, muy importante. Aquí *motivación* significa un deseo sincero o una razón genuina para practicar el Dharma. El beneficio de tener la motivación correcta es que, si realizamos con ella cualquier práctica de Dharma, nuestra práctica se volverá más meritoria y, por lo tanto, podremos acumular más mérito. Si no tenemos la motivación correcta, no solo no será mucho el mérito que acumulemos, sino que nuestra práctica tampoco será una verdadera práctica del Dharma. Esta se mantendrá solo a un nivel superficial; no será genuina. Por ejemplo, dos personas realizan circunvalaciones alrededor de una stūpa o templo; ambos han realizado el mismo número de circunvalaciones, pero uno lo hace con la motivación correcta, mientras que el otro practica con una motivación mundana, que no es la motivación correcta. Aunque ambos hayan llevado a cabo la misma práctica en igual cantidad de veces, la persona con la motivación adecuada obtendrá mucho más mérito que la otra. Por lo tanto, tener la motivación adecuada puede hacer de nuestra práctica la verdadera causa para obtener la liberación y la budeidad. Por

lo tanto, tener la motivación correcta puede hacer que nuestra práctica sea real o genuina.

Pero ¿cómo cultivamos la motivación adecuada? Primero, debemos tener un deseo sincero de liberarnos del saṃsāra. El Buddha dio una enorme cantidad de enseñanzas; el propósito de todas ellas es el de conducir a los seres sintientes desde el saṃsāra al resultado temporal, que es obtener la liberación del saṃsāra, y al resultado último, que es alcanzar la budeidad por el bien de todos los seres sintientes.

Por lo tanto, ante todo, debiéramos tener el pensamiento de la renuncia. El Buddha nos dio las enseñanzas con el propósito de liberarnos del saṃsāra. No estaría bien usar esas enseñanzas para permanecer en el saṃsāra, esto iría en contra del propósito de las enseñanzas del Buddha. Por lo tanto, primero debemos tener la motivación correcta; el pensamiento de la renuncia. Luego, debiéramos tener amor bondadoso y compasión genuinos hacia todos los seres sintientes, así como bodhicitta; el deseo de alcanzar la budeidad por el bien de todos los seres sintientes. Para alcanzar la budeidad, necesitamos involucrarnos en prácticas generales y específicas del Dharma. Con el tiempo podremos generar la bodhicitta última, avanzando y progresando luego a lo largo del sendero de los diez bhūmis, para así conseguir alcanzar finalmente el undécimo bhūmi, que es la perfecta budeidad.

Karma

En términos generales, karma significa acción; todas las actividades que los seres llevan a cabo. Si la acción está motivada por pensamientos positivos, entonces se convierte en una acción virtuosa. Si la acción está motivada por pensamientos negativos, entonces se convierte en una acción negativa.

¿Cómo podemos cultivar las virtudes y abandonar las no-virtudes?

Primero, es importante conocer los resultados de las virtudes y las no-virtudes. Si sabemos que el resultado de las virtudes es positivo y el resultado de las no-virtudes es negativo, entonces, naturalmente, esto nos ayudará a poner más esfuerzo en realizar acciones positivas y abstenernos de acciones negativas. Porque nadie quiere experimentar un resultado negativo, que es experimentar sufrimiento.

De hecho, las acciones virtuosas siempre producirán buenos resultados y las acciones nocivas siempre producirán malos resultados. Por ejemplo, si la raíz de un árbol es medicinal, entonces su tronco, frutos, flores y todo lo que crezca de ese árbol será medicinal. Por el contrario, si la raíz

del árbol es venenosa, entonces todo lo que crezca de ella será venenoso. De manera similar, si realizamos acciones virtuosas todos los resultados serán positivos; si cometemos actos negativos todos los resultados serán negativos.

“Acción positiva” se refiere aquí a cualquier acción motivada por pensamientos libres de apego, enfado y el tipo de ignorancia que no reconoce la ley de causa y efecto. De estas, uno puede obtener resultados positivos; felicidad temporal y, finalmente, alcanzar el estado de la iluminación, estado en el cual se puede alcanzar la felicidad última.

Las buenas acciones, ¿ocasionan la liberación del saṃsāra?

Las acciones positivas motivadas por un gran amor bondadoso y compasión pueden producir resultados buenos y positivos en el saṃsāra. El amor bondadoso y la compasión son los antídotos capaces de controlar las aflicciones mentales. Cualquier acción motivada por estos y otros pensamientos virtuosos será la causa de obtener buenos resultados en el saṃsāra. La acción positiva que nos lleva a alcanzar la liberación es la sabiduría que comprende la verdadera naturaleza de todos los fenómenos. Prácticas como el amor bondadoso y la compasión pueden ser un factor para alcanzar la liberación, pero no son la verdadera causa que resultará en la liberación del saṃsāra.

¿Cómo es posible que a la gente buena le pasen cosas malas?

En realidad, el resultado de una acción puede madurar en esta misma vida o la siguiente, después de unas pocas vidas o muchas. No hay certeza respecto del momento en que madurará el resultado de tal o cual acción. Cuando los buenos practicantes enfrentan experiencias de enfermedad u otros obstáculos, esto significa que estos no son el resultado de sus acciones positivas presentes, sino el resultado de acciones negativas pasadas.

A veces, cuando una persona común y corriente observa una acción, no puede hacerlo de manera adecuada porque solo puede ver las acciones físicas y verbales; no pueden observar qué tipo de motivación tiene la persona para realizar tal o cual acción positiva. En esta vida, pareciera que están realizando acciones positivas, pero en realidad actúan con una motivación negativa, lo que significa que estas acciones, pese a parecerlo, no son verdaderamente positivas. Esto también puede ser una causa de experimentar enfermedades u obstáculos.

En realidad, la ley del karma es justa para todos los seres, sin discriminación ni excepciones. No se concede ningún privilegio a quienes ostentan los títulos más elevados, a quienes tienen más poder, fama, riqueza, etc. Da igual si tenemos un título alto o no, si somos ricos o pobres. Quien realice una acción positiva obtendrá un resultado positivo. Quien cometa una acción negativa obtendrá un resultado negativo.

Según la ley del karma, no podemos ocultar nuestras acciones. En este mundo, podemos ocultar nuestras acciones a los funcionarios del gobierno o a otras personas. Pero no podemos ocultar ninguna acción

a la ley del karma. Por ejemplo, si tomamos veneno delante de mucha gente o si lo tomamos en secreto, sin que nadie lo sepa, el resultado es el mismo; causará dolor de estómago e incluso podría acabar con nuestra vida. De manera similar, ya sea que uno cometa una acción frente a otros o en secreto, sin decírselo a nadie, seguirá teniendo el mismo resultado. No solo tendrá el mismo resultado, sino que hacerlo en secreto será más poderoso, porque no solo uno ha realizado la acción, sino que se ve agravado por el poder de no decírselo a los demás. Si uno ha realizado en secreto una acción positiva o negativa; sus resultados serán de hecho más poderosos. Por otro lado, si uno realiza acciones positivas o negativas frente a otros, estas serán menos poderosas.

La ley del karma es justa con todos. Entonces, quien realice acciones positivas conseguirá felicidad en esta vida, en la próxima o en muchas vidas. Asimismo, conseguirá gradualmente la liberación del saṃsāra y eventualmente alcanzará la budeidad.

Si cometemos acciones negativas, experimentaremos sufrimiento. No conseguiremos liberarnos del saṃsāra, es decir que no conseguiremos liberarnos del sufrimiento, ya que la naturaleza del saṃsāra está llena de sufrimiento. Si tenemos apego al saṃsāra, entonces, tenemos apego al sufrimiento, porque la naturaleza del saṃsāra es el sufrimiento. Por lo tanto, conociendo la ley del karma, debiéramos poner gran esfuerzo en realizar acciones virtuosas para lograr la felicidad de todos los seres, absteniéndonos también de cometer acciones negativas para eliminar así el sufrimiento de todos los seres.

Los Votos en la Tradición Budista

Los votos de la tradición budista se originan con Buddha Śākyamuni. Estos nos permiten seguir las reglas y ser más disciplinados, lo que nos ayudará a abstenernos de muchas acciones incorrectas y causará cada vez más felicidad en esta vida, en la próxima y en muchas vidas futuras. Con el tiempo, esto nos ayudará a alcanzar el estado de la iluminación, que es el estado de felicidad última. Por ejemplo, en este mundo, hay muchas personas que solo quieren tener un cuerpo fuerte. Para lograr este objetivo, están dispuestos a restringirse de muchas acciones, rechazando incluso muchos alimentos y bebidas poco saludables. Aunque la comida rápida es sabrosa, estas personas consiguen abstenerse de estos alimentos y bebidas poco saludables. Si son capaces de abstenerse de muchos alimentos y bebidas sabrosos, pero poco saludables, solo para obtener un cuerpo fuerte, entonces ¿por qué no podemos abstenernos de realizar tantas acciones negativas para librarnos del sufrimiento, y realizar en cambio más acciones virtuosas, que son la causa de la felicidad? Esta disciplina puede ayudarnos a obtener beneficios mucho mayores que simplemente conseguir un cuerpo fuerte.

¿Cuáles son los votos de los monjes y monjas?

Los votos monásticos son votos de celibato. Sobre esta base, los monjes y monjas observarán muchas reglas que les facilitarán el abstenerse de un número cada vez mayor de acciones negativas, ayudándoles a ser mejores personas de modo más eficaz. Al ser monjes o monjas podrán dedicar todo su tiempo al estudio y la práctica del Dharma; no tendrán que preocuparse por su sustento ni por sus familiares. Así, tendrán más tiempo y oportunidad de estudiar y practicar el Dharma. Especialmente, en los tiempos modernos, incluso tomarse uno o dos meses para descansar de los asuntos mundanos no es fácil para los laicos. Si los laicos quieren recibir enseñanzas de uno o dos meses de duración, es posible que tengan que prepararse con un año o más de anticipación. Los monjes y monjas, en cambio, pueden recibir muchos meses de enseñanzas sin prepararse con mucha antelación.

La Función de un Maestro Budista

Los maestros son quienes transmiten las enseñanzas del Señor Buddha a sus seguidores. Por el momento, nosotros, como seres humanos comunes y corrientes, no tenemos la fortuna de ver al Buddha con nuestros propios ojos y recibir enseñanzas de él directamente. Sin los maestros, no es posible recibir enseñanzas ni practicarlas; por lo tanto, necesitamos apoyarnos en un maestro.

Algunos podrán pensar que, apoyándonos simplemente en los libros podemos, aun así, estudiar y practicar el Dharma. Pero las enseñanzas del Buddha son muy preciosas y profundas; necesitan mayor explicación. Solo por leer libros no serán esclarecidos todos los detalles. Por consiguiente, necesitamos apoyarnos en un maestro.

¿Cuáles son las cualidades de un maestro calificado?

Idealmente, el maestro debiera tener muchas cualidades; por ejemplo, ante todo, debiera haber recibido, estudiado y practicado las enseñanzas. Debiera mantener sus votos y también practicar las enseñanzas del Dharma de acuerdo con las enseñanzas del Buddha. Si los maestros

actúan de acuerdo con las enseñanzas del Buddha o son buenos practicantes, esos maestros son maestros calificados.

Es importante examinar al maestro antes de recibir de él cualquier enseñanza. Entonces, si nos damos cuenta de que un maestro está calificado, podemos aceptarlo como nuestro propio maestro.

Un maestro calificado se refiere a uno que tiene todas las cualidades, incluida una gran compasión y otros pensamientos positivos. Los maestros debieran tener paciencia para enseñar a los estudiantes. Además, los maestros debieran tener un deseo sincero de enseñar a los estudiantes sin ninguna motivación errónea. Los maestros debieran también enseñar en concordancia con la mentalidad de los estudiantes. Si el estudiante solo puede comprender enseñanzas breves, el maestro no debiera dar enseñanzas largas a ese estudiante. Entonces, acorde a la mentalidad de los estudiantes, el maestro debiera dar enseñanzas. Pero, en las enseñanzas públicas, el maestro debiera ofrecer las enseñanzas de forma sencilla, de modo que cualquiera pueda comprender su significado.

Hay diferentes votos, los cuales se pueden agrupar en tres, que se conocen como los votos prātimokṣa, bodhicitta y mantrayāna. Algunos practicantes solo asumen los votos de prātimokṣa, otros toman los votos de prātimokṣa y bodhicitta, mientras que otros mantienen los votos de prātimokṣa, bodhicitta y Mantrayāna. Dependiendo de tus propios votos y del tipo de enseñanzas que quieras recibir, necesitas buscar un maestro

que pueda darte esas enseñanzas específicas. Pero para encontrar a ese maestro, es necesario que identifiques sus cualidades específicas.

Hay diferentes cualidades para diferentes enseñanzas. Si alguien está dando enseñanzas del vinaya, entonces necesitas buscar ciertas cualidades específicas. Si estás buscando un maestro que pueda dar enseñanzas Mahāyāna, entonces tienes que buscar un maestro que tenga las cualidades necesarias para dar enseñanzas Mahāyāna. Y si estás buscando un maestro del Mantrayāna, entonces tienes que buscar un maestro que tenga las cualidades necesarias para impartir enseñanzas del Mantrayāna. Esto dependerá de las enseñanzas que vayas a recibir.

Las cualidades del maestro o maestra no se limitan solo a mantener sus votos, sino que incluyen también haber recibido las enseñanzas que se han legado desde el Buddha por medio de un linaje ininterrumpido. Los maestros pueden comprender el significado de las enseñanzas, pueden enseñarlas a los estudiantes con la motivación adecuada, y tienen la capacidad de ayudarlos a comprender estas enseñanzas.

Mahāyāna

En términos generales, la práctica Mahāyāna se basa en el concepto de renuncia a todo el saṃsāra, que es común a todas las escuelas budistas. También se basa en el amor bondadoso y la compasión hacia todos los seres sintientes y la bodhicitta o la mente de la iluminación. La bodhicitta es la esencia de todas las enseñanzas Mahāyāna.

En general, se dice que el Mahāyāna tiene siete grandes cualidades:

La primera grandeza es la del objeto o propósito, lo que significa que sea cual sea la práctica Mahāyāna que realicemos, siempre debemos enfocarnos en todos los seres sintientes. El propósito de realizar todas las prácticas Mahāyāna es el bien de todos los seres sintientes. El objeto de la práctica Mahāyāna es muy amplio e infinito; por eso se llama grandeza del objeto.

La segunda grandeza es la de la actividad. Cualquiera que sea la acción que realice un practicante del Mahāyāna, siempre es para beneficiar tanto a los demás como a sí mismo.

La tercera grandeza es la de la sabiduría. En las prácticas Mahāyāna, la sabiduría comprende completamente tanto la ausencia de identidad personal^[1] como ausencia de identidad fenoménica^[2].

La cuarta grandeza es la de la diligencia con alegría. Con una diligencia así de grande, uno acumulará mérito y sabiduría durante tres eones incontables.

La quinta grandeza es la de los medios hábiles, lo que significa que, a través de diversos métodos, uno practica las enseñanzas Mahāyāna o beneficia a todos los seres sintientes.

—Las primeras cinco grandezas se basan en el sendero Mahāyāna, mientras que la sexta y la séptima grandezas se basan en el estado resultante de la budeidad—.

La sexta grandeza es la de la cualidad, que se refiere a la grandeza de las cualidades supremas de un Buddha.

La séptima grandeza es la de las actividades iluminadas. Las nobles actividades del Buddha son infinitas; simplemente no podemos comprender todas las actividades iluminadas.

Estas dos últimas grandezas se basan en el estado resultante de la budeidad.

En resumen, Mahāyāna significa tener estas siete grandezas.

Amor Bondadoso y Compasión

El amor bondadoso en las enseñanzas Mahāyāna se define como un amor bondadoso grande, infinito o ilimitado. En otras palabras, significa desear que todos los seres sintientes, sin excepción ni discriminación, obtengan felicidad y que realicen acciones virtuosas, que son la causa de la felicidad.

Para practicar el amor bondadoso, ante todo, necesitamos enfocarnos en el objeto. Si nuestro objeto es ilimitado, entonces, con esto como base, podremos desarrollar naturalmente un amor bondadoso infinito. Así que nuestro objeto, los seres sintientes, se refiere aquí a todos los seres en los seis reinos; no solo a todos los seguidores budistas o de todas las demás religiones, sino que también a los no creyentes, los animales y todos los demás seres. En resumen, "todos los seres sintientes" se refiere a todos los seres de los seis reinos, incluidos los seres del bardo. Si podemos enfocarnos en los ilimitados seres sintientes, entonces, naturalmente, podemos desarrollar un amor bondadoso infinito.

La compasión en las enseñanzas Mahāyāna se refiere a la gran, ilimitada o infinita compasión, la cual, a su vez, significa desear que todos los seres

sintientes estén libres del sufrimiento y de las causas del sufrimiento, es decir, las acciones negativas. El objeto del amor bondadoso y el de la compasión son el mismo; todos los seres sintientes. En base a esto, necesitamos desarrollar una compasión infinita o ilimitada.

Al desarrollar amor bondadoso y compasión infinitos, naturalmente podremos controlar muchos de nuestros pensamientos negativos hacia los demás. No tendremos ira, celos ni pensamientos competitivos hacia ningún otro ser sintiente, porque desearemos beneficiarlos a todos, sin excepción o discriminación alguna, por medio de la práctica del amor bondadoso y la compasión. Desear dañar, odiar o tener celos hacia los demás, es lo opuesto a beneficiarles. Tampoco podemos tener a la vez pensamientos positivos y negativos hacia el mismo objeto. Por ejemplo, en un mismo vaso no podemos tener agua caliente y agua fría al mismo tiempo; el vaso debiera estar ya sea frío o caliente. Del mismo modo, tendremos en nuestro continuo mental ya sean pensamientos positivos o negativos hacia cierto objeto y en determinado momento. Por lo tanto, cuando realmente tengamos pensamientos positivos, como son el amor bondadoso y la compasión sin límites, entonces podremos controlar verdaderamente nuestros pensamientos negativos. Controlando nuestros pensamientos negativos y entrenándonos en los pensamientos positivos, podremos compartir nuestra paz y armonía con todos los seres sintientes sin excepción alguna.

¿De qué manera podemos desarrollar el amor bondadoso y la compasión?

Podemos desarrollar amor bondadoso y compasión infinitos hacia todos los seres sintientes de manera gradual. Primero, podemos desarrollar amor bondadoso y compasión hacia nuestros familiares y seres queridos. Luego, podemos extender gradualmente nuestros buenos deseos a nuestros vecinos y conocidos. Asimismo, a las personas que no conocemos y a nuestros enemigos. Y así, eventualmente, a todos los seres sintientes.

Al extender nuestros pensamientos positivos a todos los seres sintientes, podremos categorizar los objetos de nuestro amor bondadoso, tales como todas las personas en este o aquel continente, luego todos los seres humanos, todos los animales y todos los seres de otros reinos.

Al categorizar los objetos de nuestro amor bondadoso y compasión, podremos extender gradualmente nuestro amor y compasión a todos los seres sintientes.

Bodhicitta

El significado de bodhicitta es una combinación de *bodhi*, que significa iluminación, y *citta*, que significa mente. Bodhicitta se refiere a una mente que aspira y practica para alcanzar la budeidad por el bien de todos los seres sintientes. La bodhicitta es la esencia de todas las enseñanzas Mahāyāna. Sin bodhicitta, no podemos llevar a cabo ninguna práctica Mahāyāna. Esta bodhicitta surge a partir de su propia causa. Todos los resultados surgen, en realidad, de sus propias causas y condiciones. De manera similar, la bodhicitta resultante surge también a partir de su causa. La causa de la bodhicitta es la gran compasión. La causa de una gran compasión es un gran amor bondadoso. A partir de este gran amor bondadoso es posible desarrollar una gran compasión. A partir de una gran compasión es posible desarrollar la bodhicitta. Entonces, la bodhicitta es la mente que desea sinceramente ayudar a todos los seres sintientes alcanzando la budeidad por el bien de todos ellos.

¿Cómo podemos cultivar la bodhicitta?

Primero, es importante conocer los beneficios de desarrollar la bodhicitta. Como lo explica con gran detalle en el Bodhisattvacaryāvatāra

el gran Ācārya Śāntideva: la bodhicitta es como un elixir que transforma el hierro en oro. De manera similar, la bodhicitta es la herramienta que transforma a los seres humanos comunes y corrientes en buddhas, que transforma las mentes o pensamientos comunes en sabiduría última.

La bodhicitta es como un hábil capitán que guía a todos los pasajeros de manera segura hasta su destino. De esto hay muchos ejemplos. En resumen, en los sūtras el Buddha dijo: “Si el beneficio del desarrollo de la bodhicitta se experimentara en forma física, entonces el universo entero sería demasiado pequeño para contenerlo”. Por lo tanto, tiene un gran beneficio. Si conocemos este gran beneficio, entonces este nos animará a desarrollar la bodhicitta por el bien de todos los seres sintientes, incluidos nosotros mismos.

Bodhisattvas y sus Principales Prácticas

En términos generales, a la persona que ha desarrollado la bodhicitta —la mente de la iluminación— y ha tomado los votos del bodhisattva se la conoce como un bodhisattva. Hay muchos niveles de bodhisattvas, como los bodhisattvas en el camino de la acumulación, el camino de la aplicación, el camino de la visión y el camino de la meditación. Hay bodhisattvas “comunes” y bodhisattvas “nobles”. De manera resumida, las principales prácticas del bodhisattva son las seis perfecciones, también conocidas como pāramitās. La traducción literal de pāramitā es “ir más allá”, que se refiere a ir más allá del océano del saṃsāra. Por tanto, estas seis perfecciones son muy importantes.

La perfección de la generosidad. En beneficio de todos los seres sintientes, ofrecemos nuestras posesiones materiales, nuestro mérito y cuerpo.

La perfección de la disciplina ética. Uno se abstiene de cometer acciones negativas y lleva a cabo acciones virtuosas para ayudar y beneficiar a todos los seres sintientes sin excepción alguna.

La perfección de la paciencia. Sin importar la situación que podamos enfrentar, nuestra mente pacífica no se ve perturbada. Incluso cuando escuchamos comentarios desagradables sobre nosotros mismos o cuando recibimos de otros un gran daño, aun así, no debiéramos sentirnos molestos ni entrar en pánico. Si nuestra mente se encuentra en un estado de paz, eso significa que hemos practicado la perfección de la paciencia.

La perfección de la diligencia con gran alegría. Uno realiza buenas acciones con gran alegría.

La perfección de la concentración meditativa. Uno presta atención o tiene gran concentración en objetos beneficiosos con un enfoque que, sin distracción alguna, se fija en una sola cosa.

La perfección de la sabiduría. Esta es la perfección más importante. Se dice que, sin la perfección de la sabiduría, las cinco perfecciones anteriores no se consideran pāramitās. Se enseña que la perfección de la sabiduría es como tener ojos para ver el camino. Sin la capacidad de ver claramente, nos resulta difícil seguir el camino.

Esta es una explicación muy breve sobre las principales prácticas de los bodhisattvas.

La Estructura del Camino y el Papel de la Meditación

¿Cuál es la estructura del camino y el papel de la meditación?

La raíz del sufrimiento en saṃsāra es el aferramiento al “yo”, y para eliminarlo necesitamos, ante todo, mantener una disciplina ética pura acompañada de la motivación correcta. Con la motivación adecuada, necesitamos estudiar y reflexionar en el Dharma, para luego meditar, finalmente, en las enseñanzas. Necesitamos tener este tipo de estructura para practicar el Dharma en general.

Al meditar es importante tener una mente estable. Para estabilizar la mente, necesitamos practicar, lo que se conoce también como “la permanencia en calma”. Para llevar a cabo esta meditación de la permanencia en calma, primero coloca un objeto de meditación ni demasiado lejos ni demasiado cerca. El objeto puede ser una estatua de Buddha Śākyamuni o una flor azul. Un punto importante es que este objeto no debe moverse. Al concentrarte en ese objeto, coloca el cuerpo en la postura de meditación de los siete puntos de Vairocana: piernas cruzadas, espalda recta, manos en el regazo o en las rodillas,

hombros extendidos como las alas de un buitre, cabeza inclinada hacia adelante con la barbilla ligeramente baja, punta de la lengua tocando el paladar y los ojos mirando más allá de la punta de tu nariz. No se debe parpadear ni mirar hacia otro lado. Si al surgir en nuestra mente una ola de pensamientos movemos nuestros ojos, existe el peligro de generar más pensamientos durante la meditación. No se debe mover el cuerpo; debiéramos sentarnos quietos y concentrarnos en este objeto inmóvil, meditando sin distracciones y concentrados en un solo punto. Esto significa que la mente está completamente fija en el objeto de meditación, sin ninguna distracción.

Cuando se tiene esta práctica de śamatha, basándose en ella, se puede comprender gradualmente la realidad última. A la percepción directa de la realidad última se la conoce como sabiduría penetrante, el tipo de sabiduría que consiguen los bodhisattvas nobles. Cuando se tiene esta sabiduría penetrante, este es el verdadero antídoto que elimina directamente la raíz del sufrimiento, que es el aferramiento al “yo”. A través de esta eliminación, uno puede ver la realidad última directamente con su propia sabiduría y, al mismo tiempo, conseguir la liberación de todo el saṃsāra. Por lo tanto, estas dos prácticas, conocidas como śamatha y vipaśyanā, son muy, muy importantes. Una vez que alcancemos el primer bhūmi —que es la primera etapa en el camino hacia la iluminación—, una vez que hayamos visto la realidad última directamente, no volveremos a caer en el saṃsāra. En cambio, solo avanzaremos por el sendero de los bhūmis y eventualmente alcanzaremos la budeidad para beneficio de todos los seres sintientes.

La Práctica del Vajrayāna

El Mahāyāna tiene dos tradiciones: Pāramitāyāna y Vajrayāna. La tradición Vajrayāna tiene más métodos para comprender la verdad última, la realidad última, mientras estamos en el camino de la acumulación o el de la aplicación. Además, tiene más métodos para obtener la liberación o alcanzar la budeidad por el bien de todos los seres sintientes.

El Vajrayāna es muy secreto y no se le da a cualquiera. Uno tiene que cumplir con criterios o calificaciones especiales para recibir las enseñanzas del Vajrayāna, o enseñanzas del tantra. En realidad, todas estas enseñanzas tántricas budistas fueron otorgadas directamente por el Buddha. La palabra "tantra" puede referirse a las enseñanzas tántricas, una tradición budista o al continuo mental de nuestra propia conciencia.

¿Cómo se ingresa en el sendero Vajrayāna?

En la tradición Vajrayāna, es muy importante recibir la correspondiente iniciación antes de realizar cualquier práctica

Vajrayāna. Por ejemplo, si uno no es propietario de un terreno, primero debe obtener permiso o autorización del propietario. Si uno usa esa tierra sin autorización, uno puede ser denunciado por el propietario. Similarmente, sin recibir ningún empoderamiento, no tenemos la autoridad ni el permiso para practicar el camino Vajrayāna. Entonces, para practicar el sendero Vajrayāna, es muy importante recibir primero la iniciación. En realidad, en la tradición Vajrayāna, el empoderamiento no es solo una puerta para ingresar en el sendero Vajrayāna, sino que es la principal parte y práctica de este sendero. Por lo tanto, recibir el empoderamiento es muy importante para todos los seguidores del Vajrayāna.

Notas:

[1] Ausencia de identidad personal: la ausencia de una identidad permanente, unitaria e independiente en un individuo.

[2] Ausencia de identidad fenoménica: la ausencia de existencia inherente en todo fenómeno.



- Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin, Ratna Vajra Rinpoche, es el hijo mayor de Su Santidad el Sakya Trichen (el 41^{er} Sakya Trizin). Perteneciente a la noble familia Khon, cuyas sucesivas generaciones han proporcionado un linaje ininterrumpido de sobresalientes maestros budistas, y famoso tanto por su erudición como por la claridad de sus enseñanzas, Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin es considerado como uno de los sostenedores de linaje más altamente cualificados en la tradición budista tibetana.

Desde su juventud, Su Santidad el 42^{do} Sakya Trizin ha recibido de Su Santidad el Sakya Trichen, así como de muchos otros maestros eruditos y consumados, un océano de enseñanzas, empoderamientos, transmisiones e instrucciones esenciales sobre sutra y tantra. Tras años de rigurosos estudios filosóficos en el Sakya College en India, le fue otorgado el grado de kachupa. Y desde sus doce años, ha completado numerosos retiros de meditación, incluido el retiro de Hevajra. Con suma humildad, viaja extensamente para conceder enseñanzas y empoderamientos a petición de alumnos alrededor del mundo.



**“The Sakya Tradition” — Distribuyendo las
Preciosas Enseñanzas Sakya Completa y
Fielmente en Vuestras Lenguas Maternas.**

<https://sakyatradition.org>

2024©All Rights Reserved