



# La Sabiduría es la Clave para una Vida Feliz: una Enseñanza para la Transmisión Oral del *Mañjuśrī- nāma-saṃgīti Tantra*

Su Santidad el Sakya Trichen



Publicado por "The Sakya Tradition"



Publicado por “The Sakya Tradition”

<https://sakyatradition.org>

E-mail: [info@sakyatradition.org](mailto:info@sakyatradition.org)

Wechat ID: sakyatradition

Weibo: sakyatradition

IG: the\_sakya\_tradition

Facebook: TheSakya

Soundcloud: the-sakya-tradition

<https://www.youtube.com/@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.

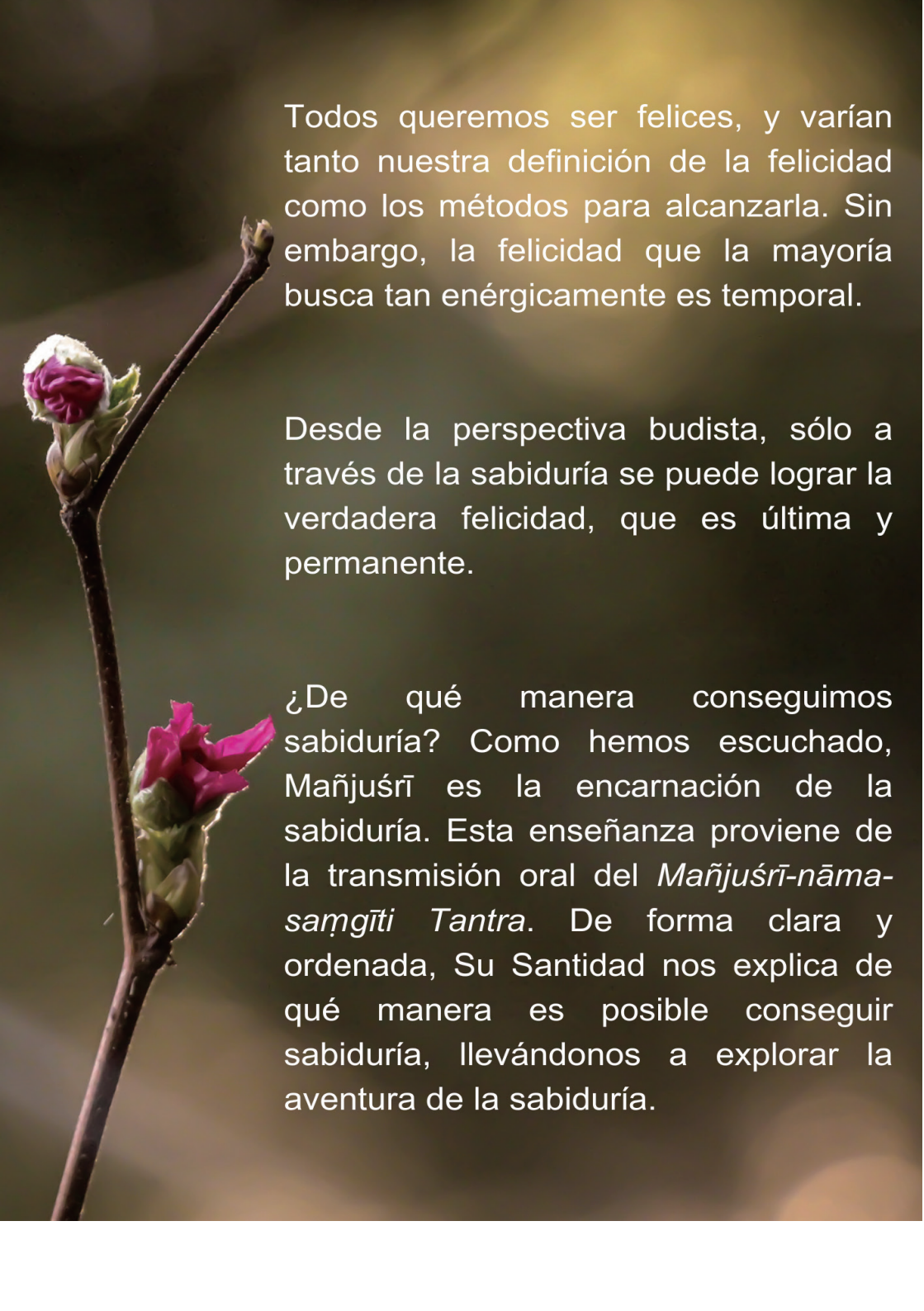
Para más detalles ver la licencia de Creative Commons.

# Agradecimientos

Su Santidad el Sakya Trichen (el 41er Sakya Trizin) impartió esta enseñanza el 30 de Mayo del 2014 en el Centro Nagarjuna de Valencia, España. En el 2023, la transcripción fue preparada, editada y publicada en inglés por *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. El texto fue traducido al español por *The Sakya Tradition* en el 2024.

Esta publicación fue posible gracias a la generosa donación de Jozef Wist, Maria Julia Silva y Cheah Poh Peng. También extendemos nuestro agradecimiento a todos los voluntarios por su dedicación y esfuerzo en la elaboración de esta enseñanza.

Por el mérito de este trabajo, que su Santidad el Sakya Trichen pueda disfrutar de perfecta salud, así como de muy larga vida, y que continúe haciendo girar la rueda del Dharma.



Todos queremos ser felices, y varían tanto nuestra definición de la felicidad como los métodos para alcanzarla. Sin embargo, la felicidad que la mayoría busca tan enérgicamente es temporal.

Desde la perspectiva budista, sólo a través de la sabiduría se puede lograr la verdadera felicidad, que es última y permanente.

¿De qué manera conseguimos sabiduría? Como hemos escuchado, Mañjuśrī es la encarnación de la sabiduría. Esta enseñanza proviene de la transmisión oral del *Mañjuśrī-nāmasaṃgīti Tantra*. De forma clara y ordenada, Su Santidad nos explica de qué manera es posible conseguir sabiduría, llevándonos a explorar la aventura de la sabiduría.

## **La Sabiduría es la Clave para una Vida Feliz: una Enseñanza para la Transmisión Oral del *Mañjuśrī-nāma-saṃgīti Tantra***

**E**n el mundo en el que vivimos, existe una gran variedad de personas, ideas y culturas. Hay, sin embargo, algo que todos tenemos en común: todos queremos liberarnos del sufrimiento y obtener la felicidad. Es en busca de esta felicidad que cada individuo —así como cada sociedad— persigue aquello que piensa le ayudará a conseguirla. Tanto el progreso moderno como el desarrollo económico surgieron a partir de esta búsqueda de la felicidad. En el último siglo, hemos presenciado grandes avances en la ciencia y la tecnología, lo cual ha traído numerosos beneficios. No obstante, resulta evidente que no es posible alcanzar la verdadera felicidad por medio del desarrollo tecnológico. Para conseguir verdadera felicidad, necesitamos transformar nuestras mentes. Más allá del progreso tecnológico, lo que necesitamos es un desarrollo espiritual que nos permita liberar nuestras mentes de las aflicciones.

Personalmente, creo que cada una de las principales religiones del mundo tiene su propia belleza, así como su propia manera

de ayudar a la humanidad. Necesitamos diferentes tradiciones espirituales del mismo modo que requerimos diversas medicinas para curar distintas enfermedades. Al referirme aquí a la clave de la felicidad, lo hago desde una perspectiva budista.

Según el budismo, la mente, o la conciencia, no tienen un comienzo. Esta carencia de inicio en la conciencia es uno de los grandes motivos de asombro. Es similar a una generación de semillas sin principio. ¿Cómo podríamos encontrar la primera semilla? De manera similar, no hay punto en el tiempo que podamos designar como el comienzo de una conciencia individual. Hemos estado atrapados en el *saṃsāra* desde tiempos sin principio, y mientras permanecemos en el *saṃsāra* no habrá libertad ni felicidad; habremos de enfrentar enormes sufrimientos. Debiéramos esforzarnos, entonces, especialmente ahora que contamos con tan buenas oportunidades —como haber conseguido un renacimiento humano— y estando dotados de todos los prerequisites, lo cual no se debiese desperdiciar. Debiéramos intentar lograr resultados concretos mientras tengamos esta oportunidad dorada. Aunque existen muchos tipos diferentes de caminos espirituales, y todos poseemos diversas habilidades, mentalidades y aficciones, podemos afirmar que transformar la mente a través del cultivo de la sabiduría es lo esencial.

## **Tres Tipos de Senderos Espirituales**

### *1) El Sendero Inferior*

El Buddha dijo que todas las cosas compuestas son impermanentes, es decir, que todo lo que surge de causas y condiciones es impermanente. Como es natural, esto incluye nuestras vidas. Todo ser que nace, inevitablemente morirá: el final del nacimiento será siempre la muerte. Al morir, nuestros cuerpos físicos serán descartados de una manera u otra, pero la consciencia no desaparecerá sin más. La mente y el cuerpo son completamente diferentes. El cuerpo es visible; podemos verlo con nuestros ojos, tocarlo y describirlo. Pero la mente es algo distinto, es invisible; no podemos verla ni tocarla, y no puede simplemente desaparecer o desintegrarse, esta continuará.

Mientras estamos vivos, nuestros actos determinan nuestro futuro. Si hemos cometido acciones negativas, esto provocará que caigamos en los reinos inferiores, mientras que las acciones virtuosas nos llevarán a renacer en los reinos superiores. Quienes caigan en los reinos inferiores se encontrarán con una cantidad inimaginable de sufrimiento.



Si practicamos el Dharma para evitar dicho sufrimiento y renacer continuamente en los reinos superiores, a esto lo llamamos el *sendero de una persona pequeña*. Para llevarlo a cabo de manera exitosa, es necesario abstenerse de acciones no-virtuosas, practicar acciones virtuosas y mantener una buena conducta moral. Se lo llama el *sendero de una persona pequeña* porque su motivación es la de renacer en los reinos superiores, los cuales se encuentran aún dentro del ciclo del saṃsāra. Pese a esto, este es todavía un sendero espiritual. Incluso en este sendero inferior o básico, la sabiduría es necesaria. El practicarlo o no de manera exitosa depende de la sabiduría que nos permite mantener una buena conducta moral.

## 2) *El Sendero Intermedio*

Luego, tenemos el *sendero de la persona intermedia*. Este es el sendero de quienes se dan cuenta de que el sufrimiento es la naturaleza no solo de los reinos inferiores, sino también de los reinos superiores. Por supuesto, entre estos, hay diferentes grados de sufrimiento. En los reinos inferiores el sufrimiento es intenso, mientras que en los

superiores es menor, pero ambos tienen por naturaleza el padecimiento. Incluso las sensaciones que consideramos placenteras, o que alegran nuestras vidas, son, de hecho, otra forma de sufrimiento. Es por esto que nosotros, como budistas, consideramos que todo el saṃsāra, desde el más alto de los reinos celestiales hasta el más bajo de los infiernos, tiene por naturaleza el sufrimiento.

Quienes comprendan que no hay un solo lugar en el saṃsāra que sea digno de nuestro apego desearán renunciar a este y buscar la liberación. Para alcanzar dicho objetivo, tendrán que erradicar el saṃsāra desde su raíz, que es el aferramiento al “yo”. Al no percibir la verdadera naturaleza de la mente, nos aferramos a un “yo” sin tener para ello razón lógica alguna. Si examinamos cuidadosamente este asunto y buscamos este “yo”, no lo encontraremos en ninguna parte. Es solo debido a nuestras fuertes tendencias kármicas que tenemos el hábito de aferrarnos a un “yo”. Tan pronto tenemos un “yo”, surge automáticamente el “otro”; ambos son mutuamente dependientes.

Aquí, el error radica en nuestra ignorancia sobre la naturaleza de la realidad. Es debido a esta ignorancia que nos aferramos al “yo”, del cual luego aparece el “otro”. Y, siempre que tengamos un “yo” y un “otro”, surgirá

naturalmente tanto el deseo como el apego hacia nuestro propio bando y enfado hacia el de los demás. De estas tres aflicciones básicas —ignorancia, deseo y enfado— surgen las demás aflicciones: como el orgullo, la avaricia, los celos, etc. Es debido a que nuestras mentes se encuentran bajo el velo de estas aflicciones que llevamos a cabo acciones y generamos karma, el cual nos mantiene atados al saṃsāra.

Si lo que queremos es renunciar al saṃsāra por completo, necesitamos cortar su raíz, es decir, el aferramiento al “yo”. Y, para conseguir esto, lo que hace falta es la sabiduría que comprende la ausencia de identidad. La sabiduría es absolutamente esencial para conquistar este objetivo. Sin ella, no es posible lograr la liberación del saṃsāra y alcanzar el nirvāṇa. A este nivel lo llamamos el *sendero de una persona intermedia*, ya que es más alto que el sendero de aquellos que solo buscan un renacimiento superior, pero es todavía inferior en comparación con el objetivo último.

### 3) *El Gran Sendero*

Finalmente, tenemos el *sendero de una gran persona*. Este es el camino de aquel que no solo comprende —como

lo haría también una persona intermedia— que todo el saṃsāra es sufrimiento, sino que se percata además de que todo ser sintiente en el saṃsāra experimenta este sufrimiento. Como resultado de esta comprensión, asume el voto de alcanzar la iluminación en beneficio de todos los seres sintientes. Esto lo conocemos como bodhicitta, o mente de la iluminación, que es el deseo de alcanzar la iluminación para el beneficio de todos los seres sintientes.

Como budistas, creemos que hemos estado atrapados en el saṃsāra desde tiempos sin principio, inmersos en ciclos interminables de renacimientos, como una rueda que gira sin cesar; la rueda de la vida. En este ciclo interminable, no hay un solo ser sintiente que no haya sido, en un momento u otro, nuestra bondadosa madre, padre, pariente o amigo. En cada nacimiento, nuestros seres queridos nos han brindado su inmenso amor y nos han protegido de todo peligro. Todos ellos han sido muy bondadosos con nosotros. Pese a ello, debido a este pasar de una vida a la siguiente, no nos reconocemos unos a otros. Percibimos a algunos como parientes o amigos, a otros como enemigos, y a otros con indiferencia, cuando en realidad todos son nuestra querida madre, nuestro amigo y demás. Es nuestro deber y responsabilidad retribuir la bondad, el

amor y los beneficios que nos han brindado. No estaría bien ignorarlos y buscar la liberación solo para nosotros mismos. Inclusive a nivel mundano, aun si es solo en esta vida, si nuestros amados familiares y amigos se encontrasen sufriendo enormemente mientras nosotros estamos en un lugar seguro y alegre, en el caso de ser personas de buen corazón, no nos sentiríamos felices. En términos morales, eso no estaría nada bien. Al pensar de este modo, en lugar de buscar nuestra propia liberación, consideraremos a los demás seres sintientes y desearemos aliviar su sufrimiento, a la vez que los colocamos en el camino hacia la felicidad. Asimismo, generaremos amor bondadoso y compasión genuinos hacia todos los seres sintientes, sin excepción ni discriminación alguna.

Tras haber generado amor bondadoso y compasión genuinos, sentiremos que no podemos permanecer de brazos cruzados; necesitaremos hacer algo. Sin embargo, al ser simplemente seres ordinarios, carentes de libertad, no seremos capaces de hacer nada. Como seres ordinarios, tendremos que ir donde sea que los vientos del karma nos arrastren. Incluso si tenemos sinceros sentimientos de compasión y un intenso deseo de ayudar, no podremos hacerlo. La única verdadera manera de ayudar a los seres sintientes, es buscar la iluminación

completa. Un ser iluminado puede salvar a incontables seres sintientes en un solo instante.

## **Las Seis Perfecciones**

Para alcanzar la iluminación, necesitamos embarcarnos en el camino del bodhisattva. La práctica principal de los bodhisattvas se conoce como *las seis perfecciones o las seis pāramitās*. Estas comprenden la perfección de la generosidad, la perfección de la conducta ética, la perfección de la paciencia, la perfección del esfuerzo, la perfección de la meditación y la perfección de la sabiduría. De estas, las cinco primeras corresponden al mérito, mientras que la sexta a la sabiduría. Sin sabiduría, las otras cinco son como una persona ciega. Estas prácticas no conseguirán llevarnos hasta la meta de nuestro recorrido sin la sabiduría, del mismo modo que, sin ver el camino, una persona ciega no puede llegar a destino. De hecho, no es posible perfeccionar la generosidad y demás sin la sabiduría. Para recibir el nombre de “perfecciones”, es necesario que se combinen con la sabiduría.

El método es comparable los pies, mientras que la sabiduría sería semejante a los ojos. Necesitamos ojos para ver y pies

para caminar. Una persona ciega, pero con piernas fuertes, es tan incapaz de llegar a destino como lo es una persona con buena visión, pero carente de piernas. Sin embargo, alguien que tenga piernas fuertes y ojos saludables, será capaz tanto de ver como de caminar. La combinación de método y sabiduría es esencial en el camino del bodhisattva. De hecho, cualquiera sea el camino, necesitaremos de la sabiduría para ver por dónde vamos; ya sea que se trate de un sendero mundano, de uno que nos lleve a un renacimiento superior, aquel de los śrāvakas o el sendero de la liberación personal.

## **El Sendero Vajrayāna**

Aún más elevado es el sendero Vajrayāna, conocido también como Mantrayāna. No hay diferencia alguna entre el Pāramitāyāna, o Mahāyāna general, y el Mantrayāna en términos de su motivación, que es la bodhicitta, o su comprensión de la verdad última y su meta, que es la iluminación completa, no solo para nuestro propio beneficio, sino que, más bien, para el de todos los seres sintientes. Sin embargo, existen cuatro maneras en que el Mantrayāna es superior al Mahāyāna general.

## **Las Cuatro Distinciones del Mantrayāna**

En el Mahāyāna general, uno se aproxima gradualmente a la comprensión de la realidad última por medio de la práctica meditativa. No obstante, como seres ordinarios, no tenemos posibilidad alguna de percibirla. Podemos tener algunas ideas sobre ella, mas no experimentarla o vislumbrarla directamente. En el Vajrayāna, esto no es así. Durante un empoderamiento mayor, la sabiduría trascendental desciende. Luego, a través de métodos yóguicos que involucran a los canales, los elementos y demás, incluso una persona ordinaria puede tener una experiencia o atisbo de la realidad última. Así que, la primera distinción es que el Vajrayāna cuenta con métodos para experimentar la realidad última.

La segunda distinción es que, el Mantrayāna, posee una cantidad mayor de métodos —una gran variedad de ellos—, los cuales, valiéndose del cuerpo, los elementos, los canales, la respiración, así como de la visualización y la recitación, tienen un poderoso impacto sobre el logro de nuestra comprensión.

La tercera distinción es que, el Mantrayāna, está destinado a seres inteligentes. Las enseñanzas del Buddha son vastas y profundas como el océano. Para las personas comunes, es difícil comprender las enseñanzas tántricas, ya que se encuentran envueltas en palabras vajra. Hace falta tener sabiduría.



La cuarta distinción es que el Mantrayāna nos permite practicar sin tener que pasar por dificultades. En el Pāramitāyāna, llevamos a cabo prácticas muy difíciles, como dar partes de tu propio cuerpo y demás. En cambio, en el Vajrayāna, no necesitamos pasar por tales dificultades, sino que podemos ir, más bien, de dicha en dicha.

Sin importar cuál de estos sea el sendero espiritual que sigamos, la sabiduría es absolutamente esencial. Todos poseemos la semilla de la sabiduría, porque todos tenemos la naturaleza búdica. Los oscurecimientos nunca llegan a manchar la verdadera naturaleza de nuestra mente; esta ha sido naturalmente pura desde tiempos sin principio. Sin embargo, para despertar esta semilla de sabiduría, hacen falta las condiciones necesarias. Una semilla tiene el potencial de convertirse en una cosecha, pero si se la mantiene en una caja seca, nunca crecerá. Necesita de las condiciones adecuadas: tierra fértil, humedad, luz solar y la temperatura correcta.

Para despertar nuestra naturaleza búdica debiéramos, entonces, buscar las bendiciones de Mañjuśrī, la manifestación de la sabiduría de todos los buddhas. La práctica de Mañjuśrī nos será de gran ayuda, en especial la recitación del *Mañjuśrī-nāma-saṃgīti Tantra*. Por lo tanto, hoy daré la transmisión oral de este Tantra. Recibí esta transmisión de muchos gurus,

siendo la que recibí de Su Santidad el Dalai Lama la máspreciada. Este tantra es muy importante, ya que es la raíz de todos los demás. Mientras leo y reciben la transmisión oral, es importante que tengan la motivación correcta. Debiesen pensar que, para beneficiar a todos los seres sintientes, necesitan alcanzar la iluminación completa, y que es por este fin que están recibiendo esta transmisión oral. Tras recibir la transmisión, debieran proponerse seguir diligentemente el sendero, con la motivación y la conducta correctas, tal como un paciente que recibe los consejos de un médico.

[Su Santidad otorga la transmisión oral.]

## **Conclusión**

Es muy positivo que en la actualidad se estén estableciendo muchos centros de Dharma. Animo a todos a enfocarse en las enseñanzas que han recibido y a intentar ponerlas en práctica, tanto como sea posible, en sus vidas cotidianas. En términos generales, todas las enseñanzas del Buddha se basan en la compasión, pero para el Mahāyāna en particular, la compasión es su raíz. Los sūtras y comentarios enfatizan la importancia de la compasión al principio, en el medio y al final. Como personas ordinarias, cualquier pizca de compasión que podamos

generar es muy valiosa. Así que debemos intentar producirla, incrementarla y, aún más importante, ponerla en práctica.

Debiéramos generar compasión universal hacia todos los seres sintientes. En particular, en nuestro nivel, para nosotros esto se refiere a aquellos que nos rodean, nuestros vecinos, especialmente aquellos que se encuentran enfermos y desposeídos. Como centro de Dharma, tenemos que tratar de ayudarlos tanto como nos sea posible, e intentar proporcionar servicios sociales en general. De esta manera, el centro de Dharma podrá manifestar la compasión en acción. Esto ha sido enfatizado por Su Santidad el Dalai Lama. Él ha dicho que, cuando visita los centros de Dharma, les aconseja sobre la importancia de poner en práctica la compasión a través del servicio social, el ecologismo y la protección animal. Creo que los centros de Dharma debieran adoptar estas iniciativas y dar un buen ejemplo.

Una vez más, me gustaría agradecerles mucho por invitarme hoy y brindarme un recibimiento tan cálido. Les deseo a todos un completo éxito tanto en su práctica personal como en su trabajo comunitario. Que las bendiciones del Buddha, el Dharma y la Saṅgha estén con ustedes ahora y siempre.





- Su Santidad el Sakya Trichen es venerado como el cuadragésimo primer sostenedor del trono del linaje Sakya del Budismo Tibetano. Nacido en Tíbet en 1945, Su Santidad pertenece a la noble familia Khön, cuyos predecesores se remontan a los primeros días de la historia tibetana, y fueron los fundadores de la orden Sakya en el siglo once. En su juventud, Su Santidad recibió un entrenamiento intensivo en filosofía budista, meditación, y rituales con eminentes maestros y eruditos.

Ampliamente considerado como una emanación de Mañjuśrī, Su Santidad es el guía espiritual de muchos de los maestros y practicantes budistas de la siguiente generación, y ha concedido el ciclo central de las enseñanzas Sakya conocido como el Lamdre (el Camino con el Resultado) tanto en países orientales como occidentales. Su Santidad manifiesta profunda sabiduría y compasión, trabajando incansablemente para establecer monasterios, conventos e instituciones educativas, y para impartir las enseñanzas del Buddha a incontables 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