



La Naturaleza del Sufrimiento: Descubriendo la Felicidad que lo Trasciende

Su Santidad el Sakya Trichen



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

<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 41^{er} Sakya Trizin) impartió esta enseñanza a petición del Centro Budista *Jamyang* en Londres, Reino Unido, en 1991. En 2024, se preparó la transcripción en inglés, la cual fue editada y publicada 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 el equipo de *The Sakya Tradition* en 2025.

Esta publicación fue posible gracias a las generosas donaciones de Olli Hartikainen, Isabella Fehler, María Julia Silva, Cheah Poh Peng y Cheah Poh Kheng. También queremos agradecer a todos los voluntarios por su dedicación y esfuerzo al elaborar este texto.

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



Que "la naturaleza del saṃsāra es el sufrimiento" es un tema destacado en el budismo, del que se habla muy seguido. Sin embargo, basados en su propia comprensión, muchos malinterpretan el budismo, considerándolo pesimista. Pero, por el contrario, este aboga por una perspectiva positiva, enfatizando la comprensión del sufrimiento y sus causas como un medio para superarlo, así como para alcanzar la verdadera felicidad.

Consideremos, por ejemplo, cómo los niños pequeños, en su ignorancia, consumen dulces que, eventualmente, provocarán el deterioro de sus dientes. De manera similar, cuando las pestañas nos irritan los ojos, es posible que no nos demos cuenta de la causa de dicha molestia. Estos ejemplos ilustran cómo a menudo percibimos ciertas cosas como "normales" o "placenteras", cuando, en realidad, nuestra falta de comprensión sobre la verdadera naturaleza del sufrimiento hace que soportemos, involuntariamente, un dolor que pudo ser evitado.

La consecución de la felicidad es una búsqueda universal, lo que pone de relieve la importancia de comprender su esencia. Este texto sirve como un faro en la oscuridad, iluminando el camino hacia la felicidad genuina.

La Naturaleza del Sufrimiento: Descubriendo la Felicidad que lo Trasciende

El Saṃsāra no es más que Sufrimiento

Como seres humanos, necesitamos muchas cosas en nuestras vidas. Hay cosas que sentimos debemos lograr, como también las hay que deseamos. Pero, sin importar cuánto poseamos ni en quién nos convirtamos, siempre tenemos la sensación de que no es suficiente. Siempre hay alguna necesidad más y nunca estamos satisfechos. Sin importar dónde nos encontremos —ya sea en un país desarrollado o en uno que está en vías de desarrollo—, sin importar lo que hagamos ni cuanto tengamos, siempre estamos insatisfechos. Nuestra propia experiencia nos muestra que, tal como dijo el Señor Buddha, “el saṃsāra no es más que sufrimiento”. La naturaleza del *ciclo de la existencia* es el sufrimiento, como es la naturaleza del fuego ser caliente.

Hayamos recibido una educación o no, creamos o no en alguna religión, cualquiera sea nuestra tradición, filosofía o punto de vista, hay una cosa que todos tenemos en común: queremos

librarnos del sufrimiento y anhelamos la felicidad. Todos estamos ocupados esforzándonos en aras de nuestra felicidad, tanto por vías mundanas como espirituales. Asimismo, cada país va en busca del desarrollo para generar más felicidad y reducir el sufrimiento. Pese a esto, y sin importar qué hagamos, nuestro sufrimiento no tiene fin y no hay una felicidad final. ¿Cómo podremos conseguirla entonces?

La Naturaleza Búdica y la Importancia de la Práctica Espiritual

Según las enseñanzas del Señor Buddha, todo ser sintiente posee la naturaleza búdica. Esto quiere decir que la verdadera naturaleza de la mente es primordialmente pura y que no está manchada por los oscurecimientos. Esta es la razón principal por la que, si nos esforzamos, es posible para nosotros alcanzar la iluminación. Sin embargo, por el momento, no reconocemos nuestra naturaleza búdica; está completamente velada por los oscurecimientos que, aun así, no son parte de su naturaleza. Si lo fueran, no habría manera de eliminarlos. La naturaleza del carbón es ser negro y, sin importar cuánto lo lavemos, nunca se tornará blanco. Pero las aflicciones, o los oscurecimientos, no son así. Existen solo a nivel exterior y, con los métodos adecuados, se pueden eliminar; como un paño blanco que

puede quedar completamente limpio. Si nos esforzamos y seguimos el camino del Dharma, podemos convertirnos en buddhas plenamente iluminados.

Lo más importante en la vida es nuestra práctica espiritual. Todo lo demás —sean cosas materiales, poder, etc.— solo puede beneficiarnos en esta vida. El día que dejemos este mundo, tendremos que dejar todo atrás: nuestra riqueza, nuestros amigos e incluso estos cuerpos que tanto cuidamos, los cuerpos que hemos tenido desde el día en que fuimos concebidos en el vientre de nuestras madres. Solo la conciencia continuará cuando nos marchemos de este mundo, y lo único en lo que podremos confiar a la hora de la muerte será en nuestra práctica espiritual.

Las Dificultades de Esta Vida

Incluso en esta vida, nuestra práctica espiritual puede ayudarnos. Es posible que no lo notemos cuando las cosas van bien. Pero, al momento de surgir grandes problemas o tragedias, será inmensa la diferencia entre quien sea capaz de apoyarse en la ayuda espiritual y quien no. Las personas que no cuenten con este soporte espiritual se verán forzadas, en su desesperación, a buscar apoyo en medidas erradas o

extremas cuando enfrenten tragedias y sufrimiento. En cambio, la persona que sí cuente con este apoyo espiritual estará preparada, por lo que su carga mental será menor. Se nos ha dicho siempre en las enseñanzas básicas del Buddha que todo es impermanente —todo lo creado a partir de causas y condiciones— y que toda acción manchada por las aflicciones trae sufrimiento. Por lo tanto, al enfrentar una tragedia o una gran dificultad, será muy obvio para la persona que cuente con este apoyo espiritual que estas circunstancias no son algo inesperado o que deba tomarse de modo personal, sino que esta es simplemente la naturaleza del saṃsāra. Al enfrentarse a una misma tragedia, la persona dotada de tal comprensión estará mejor preparada que una persona que no lo esté, ya que entenderá cual es la verdadera naturaleza de la dificultad, aliviando esto su carga mental.

La mente es quien lidera, mientras el cuerpo físico es como un sirviente. Esta es la razón por la que el sufrimiento exterior disminuye cuando la carga mental se alivia. Si la mente es feliz, entonces incluso alguien que viva en el país más pobre, en las condiciones más precarias, podrá ser feliz. Pero si la mente es desdichada, incluso la persona que tenga una vida llena de comodidades se sentirá en la miseria. La mente es el factor más determinante, incluso cuando se trata de afrontar desafíos y

sufrimiento en esta vida, y es por esto que practicar el Dharma es lo más importante que podemos hacer.

El Camino del Buddha

Muchas son las religiones que hay en el mundo, cada una con su propia belleza y manera de ayudar a la humanidad a eliminar el sufrimiento. Al principio, el Señor Buddha generó el pensamiento de la iluminación por el bien de todos los seres sintientes sin excepción. Luego, en el entretanto, acumuló una inmensidad de méritos y sabiduría. Finalmente, alcanzó la iluminación completa, libre de toda forma de oscurecimiento y dotada de todas las buenas cualidades posibles. Debido a que su motivación inicial fue la de beneficiar a los seres sintientes, todas sus actividades —de cuerpo, palabra y sabiduría— tuvieron esta misma finalidad. De las actividades del Buddha, la más importante fue la de su voz; hacer girar la rueda del Dharma. Fue por medio de palabras que el Buddha expresó la comprensión y el conocimiento perfecto que había alcanzado, lo cual enseñó a los seres para mostrarles cómo eliminar el sufrimiento e ingresar al sendero hacia la liberación y la iluminación.

Los seres sintientes son todos diferentes e ilimitados como el espacio. Todos los que estamos aquí somos seres humanos, pero nuestras mentes son todas distintas. Tenemos diferentes gustos, aflicciones y demás. Para adaptarse a cada tipo de disposición mental, el Buddha otorgó una enorme variedad de enseñanzas. Así como necesitamos muchas medicinas para tratar diversas enfermedades, él otorgó muchas enseñanzas para ayudar a un sinnúmero de seres sintientes. Estas enseñanzas ilimitadas pueden clasificarse según su tema, su cronología y también de otras maneras. Pero, en términos generales, la categorización relevante para nosotros es la que corresponde al punto de vista de los seguidores, de los cuales hay de dos tipos: aquellos que desean seguir el camino menor y apuntan a una meta más pequeña, y los que desean seguir el camino mayor y apuntan a una meta más grande. Esta es la división entre los dos yānas, el Śrāvakayāna y el Mahāyāna.

Los Dos Yānas

Aunque hay muchas enseñanzas en el camino Śrāvakayāna, en esencia, lo más importante es no dañar a ningún ser sintiente, ya sea física, mental o verbalmente. En el camino Mahāyāna, además de no dañar a los seres sintientes, debiéramos

beneficiarlos tanto como sea posible. Esto se debe a que todos y cada uno de los seres sintientes son como nosotros. A partir de nuestra experiencia personal, sabemos cuánto deseamos librarnos del sufrimiento y tener felicidad. Todo ser sintiente desea esto mismo, desde el insecto más pequeño hasta el más inteligente de los seres humanos, e incluso los devas. Siendo esto así, no está bien pensar solo en nosotros mismos. Yo soy solamente una persona, mientras que los demás seres sintientes son innumerables. Entre uno y muchos, está claro que la mayoría tiene prioridad.

Además, las cualidades y otras cosas buenas nunca surgen de pensamientos egoístas; de estos surge solo sufrimiento. El gran paṇḍita indio Śāntideva dijo: “Todo el sufrimiento en este universo proviene de preocuparse de uno mismo”. Al pensar en nosotros mismos, experimentamos celos, competencia, orgullo, tacañería, deseo, odio, etc. Surgen todos los pensamientos impuros, y cualquier acción efectuada a partir de estos resultará en sufrimiento. Si la raíz de un árbol es venenosa, cualquier rama que crezca de este también lo será. De la misma manera, las acciones surgidas de las aflicciones son solo sufrimiento.

Śāntideva también dijo: “Toda la felicidad en este universo proviene de querer que los demás sean felices”. Si deseas la

felicidad para otros, entonces surgirán todas las cualidades y demás cosas buenas, del mismo modo que la raíz de un árbol medicinal producirá medicina. Asimismo, resultará en felicidad cualquier acción que sea efectuada sobre la base del amor bondadoso, la compasión y el deseo de ayudar a otros seres sintientes. Es por esto que el amor bondadoso y la compasión, la fuente de toda felicidad y beneficio, son la raíz del Dharma Mahāyāna.

Debemos hacer el intento de cultivar el amor bondadoso y la compasión de todas las maneras posibles, pero no basta solo con querer beneficiar a los seres, necesitamos actuar para rescatarlos del saṃsāra, tenemos que encaminarlos hacia la felicidad. Sin embargo, por el momento, no contamos con la libertad de hacerlo; no tenemos ni pleno poder ni conocimiento completo, y estamos atados enteramente por nuestro karma y aflicciones. La única manera de ayudar a los seres efectiva y completamente es alcanzando la iluminación perfecta. Habiendo alcanzado dicho estado, seremos capaces de rescatar a innumerables seres sintientes en un solo instante. Necesitamos lograr la Budeidad, no solo para nuestro propio beneficio, sino que para el de todos ellos. Tener este pensamiento, aunque sea por un solo instante, produce un mérito inconmensurable. Es necesario que intentemos generar,

por todos los medios posibles, un genuino y sincero deseo de alcanzar la iluminación perfecta para beneficio de todos los seres sintientes.

Método y Sabiduría

La completa Budeidad no surge en la ausencia de causas y condiciones adecuadas para ello, las cuales encontraremos en el sendero Mahāyāna. Por supuesto, este camino es vasto y contiene muchos elementos, siendo la motivación, la razón por la que decidimos seguir el camino, el primer elemento esencial. Nuestro motivo debiera ser el deseo sincero de alcanzar la iluminación perfecta. Esta es la base sobre la cual practicamos el Dharma. Estas múltiples prácticas budistas son, principalmente, solo dos: el *método* y la *sabiduría* que este nos lleva a comprender. Tal como un ave necesita dos alas para volar por los cielos, nosotros requerimos de método y sabiduría para alcanzar la iluminación. Nos hacen falta pies para transitar el camino y ojos para verlo. Sin ojos no podemos ver por dónde caminar y sin pies no podemos movernos, aunque podamos divisar el camino.

El *Método* se refiere a la acumulación de méritos mediante prácticas como la generosidad, la conducta moral, la paciencia,

el esfuerzo y la concentración. Sin embargo, todos estos, junto con el amor bondadoso y la compasión, solo inhibirán nuestros defectos; incluyendo el principal o la raíz de todos estos, el aferramiento a un “yo”, del cual surgen todos los demás. Las prácticas relativas al método reprimen el aferramiento al “yo”, pero para arrancarlo desde la raíz se requiere sabiduría, la cual es capaz de erradicarlo por completo. Para cultivar dicha sabiduría, tenemos que practicar la meditación de la concentración, o *śamatha*, sobre cuya base podremos desarrollar una sabiduría que sea capaz de ver la verdad última de todos los fenómenos, tanto del “yo” como de los fenómenos externos.

De esta manera, uniendo sabiduría y método, es posible alcanzar la iluminación perfecta.

Vidas Ajetreadas

Mucha gente dice que les resulta difícil practicar el Dharma, en particular la gente que vive en grandes ciudades. Dicen estar rodeados de muchas distracciones, demasiado ruido, o que tienen vidas muy ajetreadas, etc. Sin embargo, el Señor Buddha nos dio muchas enseñanzas, cuyo propósito es, en todas ellas, el de ayudarnos a domar nuestras mentes salvajes. Es debido a

estas últimas que nos vemos involucrados en las aflicciones y atrapados en este reino del saṃsāra, sufriendo desde tiempos sin principio. Desde el pasado hasta este mismo instante, es mucho lo que hemos padecido, y así seguirá siendo, a no ser que hagamos ahora un esfuerzo por transformar nuestras mentes.

Hay muchas maneras diferentes de practicar el Dharma — como recitaciones, ofrendas, postraciones, concentración, circunvalaciones, estudio, contemplación, meditación, etc.— y todas ellas tienen por objetivo domar nuestra mente. La palabra *dharma* tiene diversos significados en diferentes contextos, pero generalmente se refiere a las enseñanzas que nos ayudan a transformar nuestra mente impura y salvaje, involucrada en las aflicciones, para conducirla hacia el camino correcto.

Aunque es posible que simplemente imitarlas o repasar los movimientos tenga algún beneficio, las prácticas deben efectuarse correctamente para que sean verdaderamente efectivas. La manera de saber si una práctica de Dharma está siendo o no eficaz, es observar si está provocando un cambio en nuestra mente. Todo dependerá de cómo implementemos la práctica. Si lo hacemos de la manera correcta podremos ser muy buenos practicantes, incluso si somos la persona más

ocupada viviendo en la ciudad más ajetreada. Esto se debe a que todo aquello con lo que nos encontramos, todo cuanto hacemos y todas las personas con las que nos asociamos, representan oportunidades para practicar el Dharma. En una gran ciudad, es posible ver como todo está en constante cambio, lo que debiera recordarnos que todo es impermanente. En estos lugares se puede ver también mucho sufrimiento, lo cual, nuevamente, puede ser una experiencia de Dharma. El Buddha nos dijo que todo es sufrimiento, y de hecho lo podemos apreciar a simple vista, en lugar de enterarnos de esto únicamente por las enseñanzas. Cada vez que nos asociamos con alguien, tenemos la oportunidad de ayudarlo, de practicar el amor bondadoso o la compasión. Y cuando la gente nos molesta, cuando se enfadan con nosotros o perturban nuestra mente, tenemos la oportunidad de practicar la paciencia. En nuestra vida cotidiana, especialmente en las ciudades, tenemos grandes oportunidades de practicar el Dharma; ya sea que nos dirijamos a algún lugar, que estemos ocupados en el trabajo o que simplemente nos quedemos en casa. La experiencia de vivir en la ciudad puede ayudarnos a comprender el Dharma en mayor profundidad, así como la necesidad que tenemos de este.

Conocimiento Experiencial

Las prácticas de meditación superiores, como la concentración y la sabiduría analítica, son importantes, pero para alcanzar ese nivel, primero tenemos que establecer los cimientos. Las cuatro bases comunes son la meditación sobre la dificultad de obtener un precioso renacimiento humano, la impermanencia, la ley del karma y el sufrimiento del saṃsāra. Es posible aprender sobre estas cosas de los maestros o leer de ellas en los libros, pero adquirir conocimiento no es suficiente. Quizás hayamos escuchado ya cientos de veces lo difícil que es obtener un precioso renacimiento humano, pero si aún nos enfadamos, entonces esto no ha provocado ningún cambio en nosotros y nos encontramos todavía en el mismo nivel, con las mismas aflicciones.

Esto sucede cuando, pese a conocer las enseñanzas, no las hemos experimentado a través de la contemplación. Estas son dos cosas diferentes. Si alguien conociera muchos textos y enseñanzas, pero no practicara lo que sabe, si no utilizara su conocimiento en el diario vivir, eso no estaría bien. Si tras haber cocinado alimentos deliciosos no los comemos, no tendría sentido haberlos preparado. De modo similar, el estudio del Dharma es para ser utilizado en nuestra vida diaria. Podemos, para esto, valernos de muchos métodos, incluidas las

oportunidades que las experiencias cotidianas nos presentan. Si lo abordamos correctamente, todo cuanto veamos o nos encontremos podrá ser una enseñanza de Dharma.

Si tenemos estos cimientos básicos —no solo entendiéndolos, sino que sintiéndolos en nuestro interior—, entonces no habrá sido una pérdida de tiempo nuestra práctica. Pondremos todo nuestro esfuerzo en alcanzar la liberación y la iluminación. Tal como alguien que en prisión solo puede pensar en salir de ahí, al comprender genuinamente el sufrimiento del saṃsāra, la impermanencia y la muerte, etc., sentiremos entonces una verdadera urgencia de practicar el Dharma para abandonar así el ciclo de la existencia. Si en nuestro interior albergamos este sincero deseo o necesidad de practicar el Dharma, entonces la meditación superior —la concentración y la sabiduría analítica— también surgirá.

Tener estos firmes cimientos, es decir, este fuerte impulso o sentimiento en nuestro interior, en lugar de mero conocimiento, dependerá de nuestro mérito. En nuestras vidas pasadas, hemos acumulado méritos al obrar con virtud y recitando plegarias especiales, y es gracias a esto que hemos nacido como seres humanos en esta vida. Además, hemos tenido la buena fortuna de escuchar el Dharma, de practicarlo, etc. Necesitamos acumular méritos a través de las oraciones

y la devoción al guru, al Buddha, al Dharma y la Saṅgha, a la vez que practicamos el amor bondadoso y la compasión hacia todos los seres sintientes. Al crecer nuestro mérito, aumentará también nuestra sabiduría. Así, al contar con estos dos, que han de ir juntos, podremos tener éxito en el camino.

Con esto concluyo mi charla. Les deseo a todos larga vida, buena salud y éxito total en su camino espiritual. Que las bendiciones de la Triple Gema les acompañen ahora y siempre. Gracias.

Preguntas y Respuestas

P: Usted dijo antes que, al enfrentarse con problemas, a quien carezca de práctica o experiencia espiritual le resultará más difícil lidiar con estas situaciones que a una persona ya involucrada en la práctica espiritual. Considero que tengo cierta formación espiritual y, aun así, estos problemas me parecen muy grandes. ¿Significa esto que estoy haciendo algo mal?

R: No es fácil cuando un practicante espiritual se enfrenta el sufrimiento. En términos generales, los problemas que enfrentamos son, por supuesto, los mismos para todos. Pero, si

los comparamos, alguien que carezca de cualquier formación espiritual experimentará, al enfrentar dificultades, más sufrimiento que alguien que sí la tenga. Si el nivel espiritual de una persona o su nivel de comprensión del Dharma son bajos, entonces, por supuesto, sus problemas parecerán muy grandes.

P: Usted dijo que hay infinitos seres sintientes. ¿Cómo es esto posible? ¿Cómo podemos generar compasión por ellos?

R: En el mundo moderno también se piensa del mismo modo. Según la ciencia, hay muchos mundos con muchos planetas, etc. Además, el tiempo no tiene principio; siempre hemos estado en este reino del saṃsāra sin comienzo. Tampoco es posible decir que la mente de una persona comenzó en tal o cual fecha; nuestras mentes han existido desde tiempos sin principio. Es por eso que todos nos hemos asociado a lo largo de interminables renacimientos, ya sea como madres, padres, amigos, etc.

Pensar que todos los seres sintientes han sido nuestras madres nos sirve de base para practicar el amor bondadoso y la compasión. Es fácil, para la mayoría, desarrollar sentimientos de amor bondadoso y compasión hacia sus madres. Todo niño llamará a su madre al verse en problemas. Tenemos

sentimientos de gran cercanía hacia nuestras madres. Así que, el método de la práctica es desarrollar primero genuinos amor bondadoso y compasión hacia nuestra propia madre, seguida de nuestros familiares, personas que nos resultan indiferentes, personas difíciles y enemigos. Considerar a estas personas como nuestras madres hace que esto sea más fácil.

P: ¿Podría hablarnos más sobre el aferramiento al “yo”?

R: Como ya dije, los seres sintientes tienen muchas maneras distintas de pensar. Pero, desde un punto de vista espiritual, todos tenemos este aferramiento al “yo”. En términos generales, es algo natural. En este momento, percibimos una gran diferencia entre el “yo” y lo “otro”, y aunque podemos tener algunos sentimientos de aprecio por los demás, estos no son tan fuertes como los que sentimos por nosotros mismos. Por ejemplo, si estamos enfermos, haremos todo lo posible por curar nuestra enfermedad. Pero, si vemos enfermar a alguien más, aunque quizás le ayudemos, curar su enfermedad no será tan importante para nosotros como nuestra propia mejoría.

El deseo de ayudar a otro ser sintiente tiene grandes beneficios. Es un pensamiento positivo. En el Mahāyāna, extendemos esto a todos los seres sintientes. Generamos bodhicitta, o la mente

de la iluminación, que es el deseo de ayudar a un sinnúmero de seres sintientes a liberarse del sufrimiento. El objetivo no es resolver una sola clase de problema o ayudar a un solo tipo de ser, sino el de remediar todo problema y sufrimiento. Tener tal pensamiento, aunque sea por un solo instante, alberga grandes méritos.



■ 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>

2025©All Rights Reserved